



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم النشاط الحركي المكيف



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس بعنوان

أثر حصة رياضية ترويحية في تحسين مزاج المعاقين ذهنيا

بحث وصفي أجري على المعاقين ذهنيا مركز سيدي علي للإعاقة العقلية

ياشرف:

د/ سيفي بلقاسم

من إعداد الطالب:

- مبرك رزقي
- محمد الشريف محمد
- خفيف عبد القادر

السنة الجامعية: 2019/2018

كلمة شكر

الحمد لله نعمده ونستهديه ونسترشده ونشكره
على أن يسر لنا السبيل لإتمام هذا العمل، كم لا يفوتنا في هذا الصدد
أن نوجه أخلص تشكرانا واحتراماتنا إلى الأستاذ المشرف
"د/سيف بلقاسم"

على ما أسدى لنا من نصح وما قدمه لنا من توجيه
كملا ننتسب ومن باب العرفان
أن نتوجه بالشكر الجزيل إلى جميع أساتذة المعهد
نظرًا لما قدموه لنا من عطاء في مجال دراستنا
كما نخص بالشكر إلى كل من ساهم من قريب أو من بعيد
في إخراج هذه الثمرة وإلى كل من ساعدنا ولو بكلمة واحدة

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم و الصلاة والسلام على رسوله الكريم

أهزي هذا العمل المتواضع إلى أحب الناس إلى قلبي

إلى من سهر الليالي من أجلي و رضائي و ربوني أحسن تربية

الوالدين الكريمين أُمِّي و أبي أطال الله في عمرهما

و إلى أخوتي و أخواتي

كما أهري هذا العمل إلى كل الأهل و الأحباب صغيرا و كبيرا

كما أهريها إلى رفقاء الدرب في الدراسة

و أهري هذا العمل إلى الدكتور "سيفي بلقاسم"

و إلى كل عمال معبر التربية البرنية والرياضية لولاية مستغانم.

رزقي

إهداء

الحمد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله
أهدي ثمرة عملي إلى الغالية الحبيبة مصدر العطف و الحنان سر
وجودي و شعاع نور في درب حياتي
أمي الغالية حفظها الله
إلى الغالي منبع إرادتي سندي طوال حياتي قدوتي في الصبر
إلى من تعب من أجلنا و سهر الليالي حتى ننام بأمان
معلمنا و مريينا أبي الغالي
إلى إخوتي
و لا يفوتني أن أتقدم بآهدائي هذا إلى كافة الأصدقاء
و كل من ساهم في إنجاز هذا العمل
و خاصة الدكتور "سيفي بلقاسم"
و جميع أساتذة معهد التربية البدنية و الرياضية بمستغانم
و في الأخير تقبلوا مني فائق الاحترام و التقدير

محمد

إهداء

اهدي تخريجى إلى معلمي البشرية أجمعين

الهادي الأمين صلى الله عليه وسلم

إلى من تعجز الكلمات عن إيفائه حقه إلى والدي العزيز أطلال الله في

عمره

ورزقه الصحة والعافية وأحسن عمله

إلى صاحبة القلب الصابر الحنون

إلى من أنار لي دعائها حياتي والدي العزيزة أطلال الله في عمرها

وأحسن عملها إلى من ساندتني وآزرتني.

عبد القادر

قائمة الجداول و الأشكال

1. قائمة الجداول:

الصفحة	العنوان	الرقم
59	يمثل أفراد العينة حسب متغير الجنس	01
60	يمثل المستوى التعليمي لعينة البحث	02
61	يمثل سنوات الخبرة لعينة البحث	03
62	توفر الأدوات و الوسائل التي تتناسب مع الأنشطة الممارسة	04
63	توفر القاعات المتخصصة لممارسة الأنشطة الرياضية	05
64	قدرة الطفل المعاق عقليا على الاستجابة للمربي في الحصة الرياضية الترويحية	06
65	كفاية الوقت المخصص للنشاط الرياضي	07
66	الجانب المرتكز عليه لأداء النشاط الرياضي الترويحي	08
67	نوع الأنشطة الرياضية الممارسة في المركز	09
68	أثر حصة الرياضة الترويحية في خفض السلوك العدواني لدى المعاقين عقليا	10
69	أثر حصة الرياضة الترويحية في التخفيف من القلق لدى المعاقين	11
70	أثر حصة الرياضة الترويحية في التقليل من الإحباط لدى المعاقين	12
71	أثر حصة الرياضة الترويحية في التقليل من الشعور بالتوتر لدى المعاقين	13
72	دور حصة الرياضة الترويحية في تنمية الشعور بالثقة بالنفس لدى المعاقين	14
73	دور حصة الرياضة الترويحية في تنمية الشعور بالهدوء والراحة لدى المعاقين عقليا	15
74	طريقة التواصل مع المعاقين عقليا في حصة النشاط الرياضي الترويحي	16

2. قائمة الأشكال:

الصفحة	العنوان	الرقم
59	يمثل أفراد العينة حسب متغير الجنس	01
60	يمثل المستوى التعليمي لعينة البحث	02
61	يمثل سنوات الخبرة لعينة البحث	03
62	توفر الأدوات و الوسائل التي تتناسب مع الأنشطة الممارسة	04
63	توفر القاعات المتخصصة لممارسة الأنشطة الرياضية	05
64	قدرة الطفل المعاق عقليا على الاستجابة للمربي في الحصة الرياضية الترويحية	06
65	كفاية الوقت المخصص للنشاط الرياضي	07
66	الجانب المرتكز عليه لأداء النشاط الرياضي الترويحي	08
67	نوع الأنشطة الرياضية الممارسة في المركز	09
68	أثر حصة الرياضة الترويحية في خفض السلوك العدواني لدى المعاقين عقليا	10
69	أثر حصة الرياضة الترويحية في التخفيف من القلق لدى المعاقين	11
70	أثر حصة الرياضة الترويحية في التقليل من الإحباط لدى المعاقين	12
71	أثر حصة الرياضة الترويحية في التقليل من الشعور بالتوتر لدى المعاقين	13
72	دور حصة الرياضة الترويحية في تنمية الشعور بالثقة بالنفس لدى المعاقين	14
73	دور حصة الرياضة الترويحية في تنمية الشعور بالهدوء والراحة لدى المعاقين عقليا	15
74	طريقة التواصل مع المعاقين عقليا في حصة النشاط الرياضي الترويحي	16

قائمة المحتويات

ب	إهداء
ج	كلمة شكر
هـ	قائمة الجداول و الأشكال
ز	قائمة المحتويات
الفصل التمهيدي: التعريف بالبحث	
2	1. مقدمة
3	2. الإشكالية
4	3. فرضيات الدراسة
4	4. أهمية البحث
5	5. أهداف البحث
5	6. مصطلحات البحث
7	7. الدراسات السابقة
9	8. مناقشة الدراسات السابقة
الفصل الأول: النشاط الرياضي الترويحي	
12	تمهيد
13	1. مفهوم الترويح
13	2. مفهوم النشاط البدني الرياضي الترويحي (الترفيهي)
14	3. أغراض النشاط البدني الرياضي الترويحي (الترفيهي)
16	4. خصائص النشاط البدني الرياضي الترويحي (الترفيهي)
17	5. أنواع الترويح
18	5-1. الترويح الثقافي

18	2-5. الترويح الفني
19	3-5. الترويح الإجتماعي
21	6-5. الترويح العلاجي
22	6. أهمية الترويح
22	1-6. الأهمية البيولوجية
23	2-6. الأهمية الإجتماعية
24	3-6. الأهمية النفسية
25	4-6. الأهمية الإقتصادية
26	5-6. الأهمية التربوية
26	6-6. الأهمية العلاجية
27	خلاصة الفصل

الفصل الثاني: الإعاقة العقلية

29	تمهيد
30	1. مفهوم التخلف العقلي
31	1-1. التعريف الطبي
32	2-1. التعريف السيكومتري
33	3-1. التعريف الاجتماعي:
35	2. خصائص المتخلفون عقليا
35	1-2. الخصائص الأكاديمية
36	2-2. الخصائص اللغوية
38	3-2. الخصائص العقلية
38	4-2. الخصائص الجسمية

39	2-5. الخصائص الشخصية
40	2-6. الخصائص الاجتماعية و المزاج عند المعاقين عقليا
40	2-7. الخصائص السلوكية
42	3. تصنيف التخلف العقلي
42	3-1. التصنيف على أساس الأسباب
43	3-2. التصنيف على أساس الشكل الخارجي
45	3-3. التصنيف على أساس نسبة الذكاء
47	3-4. تصنيف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي
48	3-5. التصنيف على حسب متغير البعد التربوي
49	4. العوامل المسببة للتخلف العقلي
51	خلاصة الفصل

الإطار التطبيقي

الفصل الأول: منهجية البحث و إجراءاته المنهجية

53	تمهيد
54	1. مجتمع البحث
54	2. عينة البحث
54	3. مجالات البحث البشري
55	4. ضبط متغيرات الدراسة
55	5. أدوات الدراسة
56	6. الدراسة الاستطلاعية
56	7. الدراسة الإحصائية
57	خلاصة الفصل

الفصل الثاني: عرض و تحليل النتائج و مناقشة الفرضيات و الإستنتاجات

- | | |
|----|--------------------------|
| 59 | 1. عرض و تحليل النتائج |
| 75 | 2. مناقشة الفرضيات |
| 75 | 3. الإستنتاجات |
| 76 | 4. الإقتراحات و التوصيات |
| 77 | 5. الخلاصة العامة |
| 79 | قائمة المصادر و المراجع |

الملاحق

ملخص الدراسة

1. مقدمة:

عملت الكثير من الدول وخاصة المتقدمة على الاهتمام وتطوير فئة المعاقين ذهنيا لمساعدتهم على الاندماج مع باقي فئات مجتمعهم نظرا للظروف التي مروا بها ومحاولة تهيئة كافة المتطلبات التي تسمح لهم بتحقيق رغباتهم وميولاتهم في شتى المجالات.

وتعد هذه الخدمات التي توجه للفئات الخاصة ضرورية حيث لحالات المعاقين ذهنيا، والتي تعتبر من الإعاقات التي تترك أثرا سلبيا نفسيا على صاحبها، فالإعاقة الحركية تؤثر في السمات النفسية للفرد المعاق ذهنيا إذ يعاني المعاق ذهنيا كثيرا من المشكلات النفسية، فنجد هيكافح في الغالب للتغلب على ما لديه من رقص وإذا لم يجد الإعانة اللازمة لتغطية هذا العجز، تنتج لديه سلسلة من الاستجابات الاستعائية والادراكية نتيجة لنظرة الآخرين له فيفكر بالتزعزع في ذاته ومسايرة الحياة بروح ايجابية (أسامة كامل راتب، 2000)

ومع التطور بدا المجتمع ينظر إلى المعاقين على أنهم ليسو بعاجزين، وان المجتمع هو الذي عجز عن فهم قدراتهم وإمكانياتهم ومن هنا اكتشف إن المعاق قضية اجتماعية وليس قضية فردية، ومن هذا المنطق فالطفل المعاق عقليا لديه الكثير من المهارات التي يحتاج إلى تنميتها والاهتمام بها (فيوليت فؤاد إبراهيم وآخرون، 1990، صفحة 110).

وقد أصبح من المؤكد أن الأنشطة الرياضية الترويحية هي احد الصور الايجابية لممارسة الفرد لحياته الطبيعية والتي تتخذ مواقع متعددة سواء في المؤسسات التربوية أو مراكز التربية الخاصة أو على صعيد الأنشطة الاجتماعية مما تقدمه من أنشطة بدنية يراد

من ورائها السعي من اجل اكتساب الفرد مهارات نفسية تساعد على تحسين مزاجه و تكسبه الشعور بالثقة و الشعور بالراحة، و تساعد الأنشطة الرياضية الترويحية بدورها على قهر الإحباط و العزلة و الشعور بالقلق.

2. الإشكالية:

زاد الإهتمام في الآونة الأخيرة من طرف الدول و المجتمعات بذوي الإحتياجات الخاصة بدمجهم في الحياة اليومية قصد دعمهم نفسيا و اجتماعيا كأفراد عاديين داخل المجتمع نور دود فعال، و من خلال الدراسات لوظيفة هؤلاء في مختلف المجتمعات لوحظ أنه كانت و ما زالت بعض الاتجاهات السلبية اتجاههم مما يجعلهم يشعرون دائما بالعجز و آلام الإعاقة، و لقد بينت الدراسات السيكولوجية الحديثة أن النشاط الرياضي يلعب دورا بارزا في الصحة النفسية و عنصرا هاما في تكوين الشخصية الناضجة، السوية، كما أنه يعالج الكثير من الانحرافات النفسية و السلوكية، بغرض تحقيق التوافق النفسي كما أن الرياضة تساعد الطفل المعاق على الجرأة و الثقة في النفس، والتحمل، و تنمو لديه روح الطاعة و الإخلاص، و ينعلم لديه الشعور بالذات و بذلك تكون التمرينات البدنية عاملا فعالا في تحسين المزاج (أمين أنور الخوري، 1996، صفحة 08).

ومن هنا وجب علينا طرح التساؤل التالي:

التساؤل العام:

- ما هو أثر حصة رياضية ترويحية في تحسين المزاج لدى المعاقين عقليا.

التساؤلات الجزئية:

- هل للحصة الرياضية الترويحية أثر في خفض الاضطرابات النفسية لدى المعاقين عقليا.

- هل للحصة الرياضية الترويحية أثر في تحسين الصحة النفسية لدى المعاقين عقليا.

3. فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

-للحصة الرياضية الترويحية تأثير كبير في تحسين المزاج لدى المعاقين عقليا.

الفرضيات الجزئية:

-للحصة الرياضية الترويحية أثر في خفض الاضطرابات النفسية لدى المعاقين عقليا.

-للحصة الرياضية الترويحية أثر في تحسين الصحة النفسية لدى المعاقين عقليا.

4. أهمية البحث:

بإمكان هذا البحث أن يكتسي أهمية كبيرة من مختلف الجوانب خصوصا الجانب

العلمي، نظرا لإمكانية إعطاء توضيحات أكثر وتفسيرات علمية جديدة، وكذا إثراء المكتبة

بأبحاث جديدة ، ويمكن كذلك الاستفادة من النتائج في تحسين الصفة النفسية لهاته الفئة.

كما تكمن أهمية الدراسة الحالية في إيضاح وتبين دور الدوافع في تنمية و زيادة

الرغبة لمزاولة النشاط الرياضي الترويحي للمعاقين ، وكذا تبين أهمية الرياضة بالنسبة لهذه

الفئة التي تعاني من ضغوط ومشاكل نفسية نتيجة صعوبة التواصل مع المجتمع، كما يتمثل دور هذه الدراسة في نشر وعي وثقافة بأهمية الأنشطة الرياضية الترويحية لدى المعاقين بصفة خاصة، و دورها في تنمية الجوانب النفسية والعقلية والبدنية و الاجتماعية.

5. أهداف البحث:

- إبراز دور النشاط الرياضي الترويحي في تحسين المزاج لدى المعاقين عقليا.
- إبراز دور النشاط الرياضي الترويحي في التخفيف من الاضطرابات لدى أطفال التوحد.
- إظهار فعالية النشاط الرياضي الترويحي في المساهمة الفعلية في تقديم الرعاية التربوية لهذه الفئة وتطوير البحث العلمي.

6. مصطلحات البحث:

❖ النشاط البدني الترويحي:

التعريف الاصطلاحي:

هو النشاط البدني الرياضي الترفيهي التابع للمتعة واللذة وتحقيق السعادة والسرور أي الغبطة بأقصى درجاتها (أمين أنور الخوري، 1996، صفحة 77).

التعريف الإجرائي:

هو تلك الألعاب أو الرياضات التي تمارس قفي أوقات الفراغ والخالية من المنافسة الشديدة أو بمعنى آخر هي الرياضات التي تمارس خارج الإطار الفيدرالي والتنظيمي فالنشاط البدني الرياضي الترفيهي يمثل وسيلة من وسائل شغل أوقات الفراغ

❖ الإعاقة العقلية:

التعريف الإصطلاحي:

يقصد بالتخلف العقلي [توقف نمو الذهن قبل اكتمال نضوجه، ويحدث قبل سن الثانية عشرة لعوامل فطرية وبيئية، وبصاحبه سلوك توافقي سيئ (مصري عبد الحميد حنورة، 1991، صفحة 84)

التعريف الإجرائي:

يمكن تعريف التخلف العقلي بأنه انخفاض ملحوظ في الأداء العقلي العام للشخص و يصاحبه عجز في السلوك التكيفي، ويظهر في مرحلة النمو مما يؤثر سلبا على الأداء التربوي (محمود محمد رفعت حسن، 1977، صفحة 34).

❖ المزاج:

التعريف الإجرائي:

هو حالة نفسية عارضة يتعرض لها الشخص، نتيجة تعرضه لتأثير معين، إما مفرح أو محزن، حدث له بصورة غير متوقعة، وهو مجبر عليه وخارج عن إرادته .
ويؤثر على المزاج مجموعة كبيرة من العوامل بعضها ظاهر و بعضها الآخر خفي.

7. الدراسات السابقة:

الدراسة الأولى للشيخ صافي 2013 تناولت أثر برنامج ترويجي رياضي مقترح على بعض المهارات الاجتماعية لدى المعاقين سمعياً. وهدفت الدراسة معرفة مدى تأثير البرامج الرياضية الترويحية في تنمية المهارات الحياتية لدى الأطفال المعاقين.
حيث استخدم الباحث: المنهج التجريبي، بعينة بحث بلغت 8 تلاميذ تتراوح أعمارهم من (14-18) سنة معاقين سمعياً. كما استخدم مقياس المهارات الحياتية وبرنامج رياضي ترويجي مقترح. فكانت النتائج على انه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بعد تطبيق برنامج رياضي ترويجي على تنمية المهارات الحياتية لدى الأطفال المعاقين سمعياً.

❖ **الدراسة الثانية:** الباحثة سبأ نجيب محمود أبو عزيزة 2003 : موضوع الدراسة: اثر الأنشطة الرياضية المعدلة على البعد النفسي للمعاقين حركياً وكان التساؤل العام للدراسة " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية للممارسة الأنشطة المعدلة على البعد النفسي للمعوقين حركياً" و هدفت هذه الدراسة للتعرف على واقع البعد النفسي عند المعوقين حركياً.

أجريت الدراسة على عينة من 96 طفلا معوقا حركيا متوسط عمرهم 22 سنة مقسمة إلى مجموعتين وقامت الباحثة باختبار 38 معوق من المجموعة التجريبية بإتباع المنهج لتحقيق من صحة الفرضيات واعتمدت في جمع المعلومات والبيانات على اختبار نفسي ثم تصميمه و تطويره من قبل الباحثة يقيس الإبعاد المراد قياسها.

❖ **الدراسة الثالثة:** عبد الله نجاهيمية نور الدين 2016 فاعلية البرامج التربوية الرياضية على

خفض السلوك العدواني، مذكرة لنيل شهادة الدكتوراه تخصص نشاط بدني رياض تربوي.

وهدفتم للتعرف على الفروق في درجات مقياس السلوك العدواني لدى أفراد العينتين من

خلال التهجم او الاعتداء العدواني اللفظي، سرعة الاستشارة ، واستخدام الباحث منهج

الدراسات السببية المقارنة. تمثل حجم العينة: 139 تلميذ وتلميذة من التلاميذ الذين يدرسون

في نظام رياضي /دراسة وقد اعتمدت هذه الدراسة على مقياس السلوك العدواني ومقياس

المهارات الفنية لجمع المعلومات الخاصة بها وأكدت نتائج الدراسة على عدم وجود فروق

معنوية بين الدرجات المستجابة لأفراد العينتين في بعث الثقة بالنفس ، وعدم وجود فروق

معنوية بين الدرجات المسجلة بين أفراد العينتين في بعد القدرة على التركيز والانتباه. إضافة

إلى عدم وجود فروق معنوية في بين درجات أفراد العينتين في بعد القدرة على مواجهة القلق.

الدراسة الرابعة: وهي دراسة سحر عبد الفتاح خير الله (2013)، مدى فاعلية التعليم الحالي

في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى الأطفال المعاقين عقليا من فئة قابلي التعلم.

هدفت الدراسة إلى إعداد برنامج تدريبي يشمل فنيات وأهداف واستراتيجيات التعليم الحالي بغرض تنمية المهارات الاجتماعية لدى الأطفال المعاقين عقليا من فئة القابلين للتعلم، مستعينة قوامها 05 أطفال معاقين عقليا فئة القابلين للتعلم من القسم الخارجي بمدرسة التربية الفكرية بينها ممن تتراوح أعمارهم (06-09) سنوات نسبة ذكائهم (50-70)، كما استخدمت مقياس المهارات الاجتماعية المصور للمعاقين عقليا والبرنامج التدريبي المستخدم يقوم على التعلم الحالي وفنياته.

8. مناقشة الدراسات السابقة:

- اختلفت الدراسات من حيث المتغيرات حيث أنها تناولت مختلف أصناف الإعاقة.
- اختلفت الدراسات من حيث العينة و تعددت المناهج حيث أن هناك من اعتمد فيها على المنهج الوصفي و المنهج المقارن و المنهج التحليلي.
- تتوافق بعض الدراسات المذكورة في بعض المتغيرات حيث أن منها ما توافق مع دراستنا في نوع الإعاقة و نوع النشاط الرياضي و ليس بالضرورة في كل المتغيرات.

تمهيد:

تعتبر النشاطات البدنية بصفة عامة والأنشطة الرياضية الترويحية خصوصا سلوكيات اجتماعية مهمة في الحياة اليومية للأفراد، فهي جزء مكمل للثقافة والتربية حيث تلعب دورا كبيرا في إعداد الفرد وذلك بتزويده بمهارات واسعة وخبرات كبيرة تسمح له بالتكيف مع مجتمعه، وتحث على ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية في المجتمعات المعاصرة مكانة خاصة، فتعتبر الممارسة الرياضية بالنسبة لكل فئات المجتمع على اختلاف أجناسهم ومستوياتهم وأعمارهم ذات أهمية بالغة في تطوير وتنمية الشخصية والترفيه عن النفس وتقوية العضلات وتحسين العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، وتعمل على التخفيف من حدة التوترات والانفعالات التي تواجه الموظف في عمله بصفة عامة والشرطي أثناء تأديته لمهامه بصفة خاصة.

إذن فممارسة النشاطات البدنية الترويحية لها دور في تحسين السلوك و التفاعل الاجتماعي وسنتطرق في هذا الفصل إلى مفهوم الترويح وأنواعه وأهميته وأبرز نظرياته والعوامل المؤثرة فيه.

1. مفهوم الترويح:

إن مصطلح الترويح بلفظها العربي لم تستخدم إلا قليلا، في الكتابات الاجتماعية العربية بل استخدمت في مكانها ألفاظا أخرى مثل الفراغ، اللهو واللعب، وهي في اللغة العربية مشتقة من فعل "راح" ومعناها السرور والفرح.

إن مصطلح الترويح (Recréation) يعني إعادة (Re) الخلق (création) ويفهم أيضا من مصطلح الترويح على أنه التجديد أو الانتعاش (R.Md casablanca، 1968، صفحة 42).

أما بول فولكي Foulquie.P يرى أن الترويح هو زمن نكون في غضونه غير مجبرين على عمل مهني محدد، ويستطيع كل واحد منا أن يقضيه كما يشاء أو كما يرغب . من أهم التعاريف المستخدمة كثيرا في الدراسات المختلفة تعرف بينلر " Pettler " أن الترويح يعد نوعا من أوجه النشاطات التي تمارس في وقت الفراغ والتي يختاره الفرد بدافع شخصي لممارستها والتي يكون من نواتجها اكتسابه للعديد من القيم البدنية والخلقية والاجتماعية والمعرفية (Paul foul quie، 1978، صفحة 203).

2. مفهوم النشاط البدني الرياضي الترويحي (الترفيهي):

النشاط البدني الرياضي الترويحي في مفهومه الخاص هو تلك الألعاب أو الرياضات التي تمارس قفي أوقات الفراغ والخالية من المنافسة الشديدة أو بمعنى آخر هي الرياضات التي تمارس خارج الإطار الفيدرالي والتنظيمي فالنشاط البدني الرياضي الترفيهي يمثل وسيلة من وسائل شغل أوقات الفراغ ولهذه الأسباب نرى أن النشاط البدني الرياضي يحتل مكانة

هامة في حياة الشعوب وخاصة المتطورة منها، وهو نشاط بدني رياضي مبني على مبدأ المتعة والمتضمن فلسفة الحياة وهي فلسفة Heros في فرنسا، الغرب حيث يرى أن هناك نوعين من النشاط: النشاط الرياضي الترفيهي الفدرالي التابع للرأسمالية أما الثاني فهو النشاط البدني الرياضي الترفيهي التابع للمتعة واللذة وتحقيق السعادة والسرور أي الغبطة بأقصى درجاتها (أمين أنور الخوري، 1996، صفحة 77).

3. أغراض النشاط البدني الرياضي الترويحي (الترفيهي):

إن احتياج الفرد للترويح يجعله يبحث يوما بعد يوم عن الحياة الغنية بالمعاني والبهجة والسعادة، حياة تتسم بالاتزان بين العمل والترويح ولذلك فإن فلسفة الترويح كأحد مظاهر الحياة اليومية من تعبير طبيعي تلقائي لبعض اهتمامات واحتياجات الفرد تتغير، بل تعتدل من خلال الممارسة، ويمكن أن تلخص أغراض الترويح تبعا للاهتمامات والرغبات التي يمكن اعتبارها دوافع لممارسة الأنشطة الترويحية وتتمثل في:

■ غرض حركي:

إن الدافع للحركة والنشاط يعتبر دافعا أساسيا لجميع الأفراد ويزداد في الأهمية لدى الصغار والشباب والغرض الحركي أساس النشاط البدني في البرنامج الترويحي.

■ غرض الاتصال بالآخرين:

تعتبر سمة محاولة الاتصال بالآخرين من خلال استخدام الكلمة المكتوبة أو المنطوقة هي سمة يتميز بها كل البشر، فالنشاط البدني الرياضي الترفيهي يشبع الرغبة في الاتصال بالآخرين وتبادل الآراء والأفكار.

■ **غرض تعليمي:**

عادة ما تدفع الرغبة في المعرفة إلى التعرف على كل ما هو في دائرة اهتمام الفرد، وعادة ما يبحث الفرد عن اهتمامات جديدة تمهد للفرد معرفة ما يجمله (أمين أنور الخوري، 1996، صفحة 99).

■ **غرض ابتكاري فني:**

تتعكس الرغبة في الابتكار والإبداع الفني على الأحاسيس والعواطف والانفعالات، وكذلك تعتمد الرغبة الابتكار الجمال تبعا لمن يتذوقه الفرد، وما يعتبره الفرد خبرة جمالية من حيث الشكل واللون وكذلك الصوت أو الحركة.

■ **غرض اجتماعي:**

إن الرغبة في أن يكون الفرد مع الآخرين من أقوى الرغبات الإنسانية، فالإنسان اجتماعي بطبعه، وهناك جزء ليس بالقليل من النشاط البدني المنظم أو الغير المنظم يعتمد أساسا على تحقيق الحاجة إلى الانتماء.

4. خصائص النشاط البدني الرياضي الترويحي (الترفيهي):

- **الهادفية:** بمعنى أن النشاط البدني الرياضي الترويحي يعد نشاطا هادفا وبناء، إذ يسهم في تنمية المهارات والقيم والاتجاهات التربوية والمعرفة لدى الفرد الممارس للنشاط ومن ثم فإن الترويح يسهم في تنمية وتطوير شخصية الفرد.
- **الدافعية:** بمعنى أن الإقبال والارتباط بنشاطه ويتم وفقا لرغبة الفرد ويدافع عن ذاته للمشاركة في نشاطه ومن ثم تكون المشاركة في نشاطه ومن ثم تكون المشاركة إرادية.
- **الاختيارية:** بمعنى أن الفرد يختار نوع النشاط الذي يفضله عن غيره من النشاطات الترويحية الأخرى للمشاركة فيه، وذلك يسمع بان يقوم الفرد باختيار مناشط الترويح الرياضي أو الترويح الخلوي أو الترويح الاجتماعي أو الترويح الثقافي أو الترويح الفني أو الترويح التجاري أو الترويح العلاجي، كما يسمح باختيار احد أنواع تلك النشاطات المختلفة.
- **يتم في وقت الفراغ:** وذلك يعني أن النشاط البدني الترفيحي أهم النشاطات التربوية والاجتماعية الاستثمار أوقات الفراغ التي يكون الفرد خلالها متحررا من ارتباط العمل أو من أية التزامات أو واجبات أخرى.
- **حالة سارة:** وهذا يفيد أن النشاط البدني الترويحي يجلب السرور والفرح إلى نفوس المشاركين فيها وبذلك يكونوا في حالة سارة أثناء مشاركتهم فيه.

▪ التوازن النفسي: وذلك يعني أن المشاركة في النشاط البدني الترويحي تؤدي إلى تحقيق

الاسترخاء والرضا النفسي وكذلك إشباع الميول وحاجات الفرد النفسية مما يحقق لها

التوازن النفسي.

إن الإحساس بالسعادة يعتبر الدافع الرئيسي وراء ممارسة النشاط البدني الرياضي

الترفيهي وليس المكسب المادي.

5. أنواع الترويح:

لقد تعددت الأنشطة الترويحية فمنها الفكرية والعاطفية أو الفردية والجماعية أو المقيدة

والعابرة ذلك أُن النشاط الإنساني المبدع يتحدد باستمرار.

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

نشاط ترويحي فعال Actif Loisir : ويدل على النشاطات الترويحية المبدعة كالرياضة

والغناء والرسم...الخ.

نشاط ترويحي غير فعال Passif Loisir : وهو نشاط غير فعال يقف صاحبه موقف

المتفرج أو المستمع (Aliane Touraine, 1989, p. 265).

كما قسمه البعض الآخر إلى تراويح فردية وتراويح جماعية فالتراويح الجماعية غالبا ما تقوم

بها جماعة من الأفراد مجتمعين، والذين يرغبون في قضاء جانب حياتهم في عائلات

اجتماعية عديدة وتكوين صداقات مع آخرين، في حين تعبر الترويح الفردية وهي الأكثر

انتشارا عن رغبة الفرد في العزلة عن الظروف العامة للمجتمع، وانجاز ابداعات شخصية معبرة عن الذات الإنسانية.

1-5. الترويح الثقافي:

يشتمل الترويح الثقافي على أوجه متعددة من النشاط الذي يلعب دورا أساسيا في

تتمية الشخصية الإنسانية وتفتحها، وضروري لمعرفة الفرد لوسطه، ويساهم في إدماج

الإنسان في بيئته الاجتماعية نذكر منه:

- القراءة.
- الكتابة.
- إصدار نشرة صحفية مطبوعة للمؤسسة الترويحية.
- محاولة توجيه الأعضاء نحو الكتابة.
- المحاضرات و الندوات و المناظرات و حلقات البحث.
- الراديو و التلفزيون.

5-2. الترويح الفني:

يطلق البعض على الأنشطة الترويحية الفنية مصطلح الهوايات الفنية وهي أنشطة

ترويحية تمنح الفرد الإحساس بالجمال والإبداع والابتكار والتذوق، وتعمل على إكسابه

القدرات والمهارات وتنمي المعلومات وهناك أنواع متعددة من الهويات الفنية، ويهتم الفرد

غالبا بأكثر من هواية والتي من شروطها أن لا تكن باهظة التكاليف أو تؤدي إلى اندماج

الفصل الأول: النشاط البدني الترويحي

الفرد لدرجة تستغرق وقت عمله وإنتاجه ويعرف "كورين" الهوايات بأنها الميول والرغبات المفضلة التي يمارسها الفرد بغرض الاستمتاع لممارستها دون اعتبار للكسب المادي، كما يقسم أنواع الهويات إلى المستويات التالية:

- هوايات الجمع.
- هوايات التعلم.
- هوايات الإبتكار.
- الفنون التشكيلية و الممثل بأنواعه المختلفة.

5-3. الترويح الإجتماعي:

يضم هذا الصنف كل النشاطات التي تتضمن المعاملات والعلاقات الاجتماعية، بعبارة أخرى النشاطات المشتركة بين مجموعة من الأفراد بهدف الراحة أو التسلية أو تحسين المعاملات الاجتماعية كالمشاركة في جمعيات ثقافية، الجلوس مع أفراد الأسرة، زيارة الأقارب والأصدقاء، الجلوس في المقهى أو النوادي... الخ.

كما يساهم الترويح الاجتماعي في إيجاد فرص التفاعل بين الأفراد والجماعات وتوثيق العلاقات الروابط بينهم في جو يتميز بالمرح والسرور، والبعد عن التشكيلات والرسميات (Edouard Limbos, 1981, p. 53).

الأنشطة الترويحية الاجتماعية متعددة ومتنوعة وقسمها كورين كما يلي:

- الحفلات.

• الحفلات الترفيهية.

• حفلات الأكل.

4-5. الترويحي الخلوي:

يقصد به قضاء وقت الفراغ في الخلاء وبين أحضان الطبيعة ويعتبر من الأركان

الهامة في الترويحي، حيث يسهم في إشباع ميل الفرد للمغامرة والتغيير والبحث عن المعرفة

والتمتع بجمال الطبيعة أو الجماعة. ويمكن تقسم الأنشطة الخلوية إلى:

• النزاهات و الرحلات.

• التجوال و الترحال.

• الصيد.

• المعسكرات (عطيات محمد خطاب، 1982، صفحة 192).

5-5. الترويحي الرياضي:

يعتبر الترويحي الرياضي من الأركان الأساسية في البرامج الترويحية لما يتميز به من أهمية

كبرى في المتعة الشاملة للفرد، بالإضافة إلى أهميته في التنمية الشاملة الشخصية من

النواحي البدنية والعقلية والاجتماعية.

إن مزاوله النشاط البدني سواء كان بغرض استغلال وقت الفراغ أو كان بغرض التدريب

للوصول إلى المستويات العالية، يعتبر طريقا سليما نحو تحقيق الصحة العامة، حيث أنه

خلال مزاوله ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية والنفسية و

الاجتماعية بالإضافة إلى تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي و العصبي (إبراهيم رحمة، 1998، صفحة 09).

ويمكن تقسيم الترويح الرياضي إلى:

أ. الألعاب الصغيرة الترويحية: هي عبارة عن مجموعة متعددة من الألعاب كالجري، وألعاب

الكرات الصغيرة وألعاب الرشاقة، وما إلى غير ذلك من الألعاب التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها ممارستها.

ب. الألعاب الرياضية الكبيرة: وهي الأنشطة الحركية التي تمارس باستخدام الكرة ويمكن تقسيمها طبقاً لوجهات نظر مختلفة ألعاب فردية أو زوجية أو جماعية، أو بالنسبة لموسم اللعبة ألعاب شتوية أو صيفية أو تمارس طوال العام..

ج. الرياضة المائية: وهي أنشطة ترويحية تمارس في الماء مثل السباحة، كرة الماء، أو التجديف، والزوارق، وتعتبر هذه الأنشطة وخاصة السباحة من أحب ألوان الترويح خاصة في بلادنا.

5-6. الترويح العلاجي:

الواسع للخدمات، التي تستخدم للتدخل الايجابي في بعض نواحي السلوك البدني أو الانفعالي أو الاجتماعي لإحداث تأثير مطلوب في السلوك ولتنشيط ونمو وتطور الشخصية وله قيمة وقائية وعلاجية لا ينكرها الأطباء.

فالترويح من الناحية العلاجية يساعد مرضى الأمراض النفسية على التخلص من الانقباضات النفسية، وبالتالي استعادة ثقته بنفسه وتقبل الآخرين له، ويجعله أكثر سعادة وتعاوناً، ويسهم بمساعدة الوسائل العلاجية الأخرى على تحقيق سرعة الشفاء. كالسباحة العلاجية التي تستعمل في علاج بعض الأمراض كالربو وشلل الأطفال وحركات إعادة التأهيل، وأصبح الترويح العلاجي معترف به في معظم المستشفيات وخاصة في الدول المتقدمة.

6. أهمية الترويح:

قررت الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح في اجتماعها السنوي عام 1878، بأن حقوق الإنسان تشمل حقه في الترويح الذي يتضمن الرياضة إلى جانب الأنشطة الترويحية الأخرى، ومع مرور الوقت بدأت المجتمعات المختلفة في عدة قارات مختلفة تعمل على أن يشمل هذا الحق بأن الأنشطة الرياضية والترويحية هامة عموماً وللخوارج بالذات وذلك لأهمية هذه الأنشطة، اجتماعياً، نفسياً، ترويحياً، اقتصادياً وسياسياً.

6-1. الأهمية البيولوجية:

إن البناء البيولوجي للجسم البشري يحتك ضرورة الحركة حيث أجمع علماء البيولوجيا المتخصصين في دراسة الجسم البشري على أهميتها في الاحتفاظ بسالمة الأداء اليومي المطلوب من الشخص العادي، أو الشخص الخاص، برغم اختلاف المشكلات التي قد يعاني منها الخوارج أسباب عضوية واجتماعية و فعلية فإن الأهمية البيولوجية للترويح

للخواص هو ضرورة التأكيد على الحركة (عطيات محمد خطاب، 1982، الصفحات 65-66-67).

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

6-2. الأهمية الاجتماعية:

إن مجال الترويح يمكن أن تشجع على تنمية العالقة الاجتماعية من الأفراد ويخفف من العزلة الانغلاق أو (الانطواء) على الذات، ويستطيع أن يحقق انسجاما وتوافقا بين الأفراد، فالجلوس جماعة في مقهى أو في نادي أو مع أفراد الأسرة وتبادل الآراء والأحاديث من شأنه أن يقوي العالقات الجيدة بين الأفراد.

ويجعلها أكثر أخوية وتماسكا، ويبدو هذا جليا في البلدان الأوربية الاشتراكية حيث دعت الحاجة الماسة إلى الدعم الاجتماعي خلال أنشطة أوقات الفراغ لإحداث المساواة المرجوة والمرتبطة بظروف العمل الصناعي.

وقد استعرض كوكلي coakly الجوانب والقيم الاجتماعية للترويح فيما يلي: الروح الرياضية، التعاون، تقبل الآخرين بغض النظر عن الآخرين، التنمية الاجتماعية، المتعة

والبهجة، اكتساب المواطنة الصالحة، التعود على القيادة والتبعية، الارتقاء الاجتماعي والتكيف الاجتماعي.

6-3. الأهمية النفسية:

بدأ الاهتمام بالدراسات النفسية منذ وقت قصير، ومع ذلك حقق علم النفس نجاحا كبيرا في فهم السلوك الإنساني، وكان التأكيد في بداية الدراسات النفسية على التأثير البيولوجي في السلوك وكان الاتفاق حينذاك أن هناك دافع فطري يؤثر على سلوك الفرد، واختار هؤلاء لفظ الغريزة على الدافع الأساسي للسلوك البشري، وقد أثبتت التجارب التي أجريت بعد استخدام كلمة الغريزة في تفسير السلوك أن هذا الأخير قابل للتغير، تحت ظروف معينة إذ أن هناك أطفال لا يلعبون في حالات معينة عند مرضهم عضويا أو عقليا وقد اتجه الجيل الثاني إلى استخدام الدوافع في تفسير السلوك الإنساني وفرقوا بين الدافع والغريزة بأن هناك دوافع مكتسبة على خالف الغرائز الموروثة، لهذا يمكن أن نقول أن هناك مدرستين أساسيتين في الدراسات النفسية ومدرس التحليل النفسي "سيجموند فرويد" وتقع

أهمية هذه النظرية بالنسبة للرياضية والترويح أنها تؤكد مبدئين هاميين:

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

الجشطات حيث تؤكد على أهمية الحواس الخمس: اللمس، الشم، التذوق، النظر، السمع، في التنمية البشرية.

وتبرز أهمية الترويح في هذه النظرة في أن الأنشطة الترويحية تساهم مساهمة فعالة في اللمس والنظر والسمع، إذا وافقنا على أنه هناك أنشطة ترويحية مثل هواية الطبخ، فهناك احتمال لتقوية ما يسمى التذوق والشم، لذلك فإن الخيرة الرياضية والترويحية هامة عند تطبيق مبادئ المدرسة الجشطالتية (حزام محمد رضا القزويني، 1987، صفحة 43).

4-6. الأهمية الاقتصادية:

لا شك أن الإنتاج يرتبط بمدى كفاءة العامل ومثابرتة على العمل واستعداده النفسي والبدني، وهذا لا يأتي إلا بقضاء أوقات فراغ جيدة في راحة مسلية وإن الاهتمام بالطبقة العاملة في ترويحها وتكوينها تكويناً سليماً قد يتمكن من الإنتاجية العامة للمجتمع فيزيد كميتها ويحسن نوعيتها، لقد بين "فرنارد" في هذا المجال أن تخفيض ساعات العمل من 96 ساعة إلى 55 ساعة في الأسبوع قد يرفع الإنتاج بمقدار 15%. فالترويح إذن نتاج الاقتصاد المعاصر، يرتبط به أشد الارتباط ومن هنا تبدو أهميته الاقتصادية في حياة المجتمع، لكن مفكرين آخرين يرون أهمية الترويح نتجت من ظروف العمل نفسه، أي من آثاره السيئة على الإنسان، كالاغتراب والتعب والإرهاق العصبي، مؤكداً على أن الترويح يزيل تلك الآثار ويعوضها بالراحة النفسية والتسلية.

6-5. الأهمية التربوية:

بالرغم من أن الرياضية والترويح يشملان الأنشطة التلقائية فقد اجمع العلماء على أن هناك فائدة تربوية تعود على المشترك، فمن بينها ما يلي:

- تعلم مهارات و سلوك جيديين.
- تقوية الذاكرة.
- تعلم الحقائق و المعلومات.
- إكتساب القيم (حزام محمد رضا القزويني، 1987، الصفحات 31-32).

6-6. الأهمية العلاجية:

يرى بعض المختصين في الصحة العقلية أن الترويح يكاد يكون المجال الوحيد الذي تتم فيه عملية "التوازن النفسي" حينما تستخدم أوقات فراغنا استخداما جيدا في الترويح: (تلفزيون، رياضة، سياحة) شريطة ألا يكون الهدف منها تمضية وقت الفراغ، كل هذا من شأنه أن يجعل الإنسان أكثر توافقا مع البيئة وقادرا على الخلق و الإبداع. وقد تعيد الألعاب الرياضية والحركات الحرة توازن الجسم، فهي تخلصه من التوترات العصبية ومن العمل الآلي، وتجعله كائنا أكثر مرحا وارتياحا فالبيئة الصناعية وتعقد الحياة قد يؤديان إلى انحرافات كثيرة، كالإفراط في شرب الكحول والعنف، وفي هذه الحالة يكون اللجوء إلى البيئة الخضراء والهواء الطلق، والحمامات المعدنية وسيلة هامة للتخلص من هذه الأمراض العصبية.

خلاصة الفصل:

من خلال عرضنا لهذا الفصل الذي خصصناه حول كل ما يتعلق بالترويح والتروييح الرياضي فإن الملاحظ تتبع النظريات العلمية وكذلك تحليل الآراء والأفكار الخاصة بموضوع الترويح بوجه عام تبين لنا أن الترويح الرياضي بكل أشكاله سواء تعلق الأمر بممارسة الرياضيات الفردية أو الجماعية أو حتى التنزه في الحدائق العامة و المنتجات من أجل السياحة وتجديد الطاقة من خلال أغلب الدراسات الأكاديمية التي أكدت على الدور الفعال الذي يحققه الترويح على الفرد من توازن نفسي وتحقيق التفاعل الاجتماعي وكذلك تفريغ الانفعالات والضغوطات النفسية وبالتالي فإن الترويح الرياضي عامل مهم في الوقاية من مختلف السلوكيات الانحرافية و ذلك باعتبار أن استثمار أوقات الفراغ يمثل هذه الأنشطة الترويحية الرياضية يعزز لدى الفرد الثقة بالنفس وبالتالي تحقيق الذات.

تمهيد:

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

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

المرتبطة بها، و لفت انتباه المربين إلى الانعكاسات والآثار السلبية لهذه المشكلة على المجتمع.

1. مفهوم التخلف العقلي:

تقع ظاهرة التخلف العقلي ضمن اهتمامات فئات مهنية مختلفة ، لهذا حاول

المختصون في ميادين الطب و الاجتماع و التربية و غيرهم تحديد مفهوم للتخلف العقلي، و طرق الوقاية منه، و أفضل السبل لرعاية الأشخاص المتخلفين عقليا.

وفي ضوء ما سبق يمكن القول أن الباحث في مجال التخلف العقلي يواجه مشكلة

تعدد المفاهيم التي يتداولها المختصون و العاملون في هذا الميدان، و استخدامهم المصطلح الواحد بمعان مختلفة، فق استخدم الباحثون الإنجليز و الأمريكان مصطلحات من قبل دون عقل، وصغير العقل، و نقصان العقل، وفي آخر الخمسينيات تخلوا عن هذه المصطلحات واستخدموا مصطلح التخلف العقلي، واصطلاح التأخر العقلي.

أما الباحثون العرب فقد استخدموا مصطلحات كثيرة، منها القصور العقلي، النقص

العقلي، الضعف العقلي، التأخر العقلي، و الإعاقة العقلية.

ويرجع هذا التعدد إلى ظروف ترجمة المصطلحات الإنجليزية لبعض الباحثين ترجمها

ترجمة حرفية والبعض الآخر ترجمها بحسب مضمونها واختلفوا في تحديد هذا المضمون،

فمنهم من يعرف التخلف العقلي على أنه يعتبر عملية من العمليات الصعبة والمعقدة (ماجدة

السيد عبيد، 2000، الصفحات 20-21).

يقصد بالتخلف العقلي [توقف نمو الذهن قبل اكتمال نضوجه، ويحدث قبل سن

الثانية عشرة لعوامل فطرية وبيئية، ويصاحبه سلوك توافقي سيئ] (مصري عبد الحميد

حنورة، 1991، صفحة 84)

كما يمكن تعريف التخلف العقلي بأنه انخفاض ملحوظ في الأداء العقلي العام

للشخص و يصاحبه عجز في السلوك التكيفي، ويظهر في مرحلة النمو مما يؤثر سلبا على

الأداء التربوي (محمود محمد رفعت حسن، 1977، صفحة 34).

ومن خلال هذه التعاريف المختلفة قد يكون من المناسب استعراض بعض التعريفات

الفنية والسيكولوجية و الاجتماعية.

1-1. التعريف الطبي:

يعتبر التعريف الطبي من أقدم تعريفات حالة الإعاقة العقلية ، إذ يعتبر الأطباء من

أوائل المهتمين بتعريف وتشخيص ظاهرة الإعاقة العقلية، و قد ركز التعريف الطبي على

أسباب الإعاقة العقلية ففي عام 1900م ركز إرلاند على الأسباب المؤدية إلى إصابة

المراكز العصبية، و التي تحدث قبل أو أثناء أو بعد الولادة، وفي عام 1908م ركز ثريد

جولد على الأسباب المؤدية إلى عدم اكتمال عمر الدماغ سواء كانت تلك الأسباب قبل

الولادة أو بعدها.

وعلى ذلك يتمثل التعريف الطبي للإعاقة العقلية في وصف الحالة و أعراضها وأسبابها،

وقد وجهت انتقادات لهذا التعريف تتمثل في صعوبة وصف الإعاقة العقلية بطريقة رقمية

تعبّر عن مستوى ذكاء الفرد (ماجدة السيد عبيد، 2000، الصفحات 16-17).

1-2. التعريف السيكومتري:

ظهر التعريف السيكومتري للإعاقة العقلية نتيجة للانتقادات التي وجهت إلى التعريف

الطبي ، حيث يمكن للطبيب وصف الحالة ومظاهرها وأسبابها ، دون أن يعطي وصفا دقيقا

وبشكل كمي للقدرة العقلية، فعلى سبيل المثال قد يصف الطبيب حال الطفل المنغولي ويذكر

مظاهر تلك الحالة من الناحية الفيزيولوجية وأن يذكر الأسباب المؤدية إليها، و لكن لا

يستطيع وصف نسبة ذكاء تلك الحالة، بسبب صعوبة استخدام الطبيب لمقياس ما من

مقاييس القدرة العقلية كمقياس ستانفورد بينيه للذكاء أو مقياس وكسلر لذكاء الأطفال ويسبب

من ذلك، ونتيجة للتطور الواضح في حركة القياس النفسي على يد بينيه في عام 1905م

وما بعدها بظهور مقياس ستانفورد، في الولايات المتحدة الأمريكية (1916 – 1960)،

ومن ثم ظهور مقاييس أخرى للقدرة العقلية ومنها مقياس وكسلر لذكاء الأطفال عام

1949م، و غيرها من مقاييس القدرة العقلية 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 (ماجدة السيد عبيد،

2000، صفحة 18).

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 وحالات بطء التعلم، حيث تمثل حالات بطء التعلم تلك الحالات التي تقع نسبة ذكائها ما بين 70 - 85 درجة، ومن المناسب أيضا التمييز هنا بين حالتين بطء التعلم وحالات صعوبات التعلم، حيث تمثل 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.

كما قد يكون من المناسب التمييز في هذا الصدد بين حالات الإعاقة العقلية من جهة و التي تعاني من نقص واضح في قدرتها العقلية، بل قد تكون عادية في قدرتها العقلية، و من ذلك يفقد ذوي حالات المرض العقلي (الجنون) صلتهم بالواقع ويعيشون في حالة انقطاع عن العالم الواقعي (أمراض جنون العظمة والاكتئاب و الفصام بأشكاله ،... إلخ) (ماجدة السيد عبيد، 2000، الصفحات 23-24)

1-3. التعريف الاجتماعي:

ظهر التعريف الاجتماعي للإعاقة العقلية نتيجة للانتقادات المتعددة لمقاييس القدرة العقلية وخاصة ستانفورد بينيه، ومقياس وكسلر، في قدرتها على قياس القدرة العقلية للفرد، فقد وجهت انتقادات إلى محتوى تلك المقاييس وصدقها وتأثيرها بعوامل مرضية وثقافية

وعقلية واجتماعية، الأمر الذي أدى إلى ظهور المقاييس الاجتماعية، والتي تقيس مدى تفاعل الفرد مع مجتمعه واستجابته للمتطلبات الاجتماعية.

أما دول فيعرف التخلف، من وجهة نظر نفسية اجتماعية تعريفا شاملا محددًا محاولاً

التغلب على العيوب التي يقع فيها تعريف تريد جولد في استخدامه الصلاحية الاجتماعية

كمحك للتعرف على التخلف العقلي واستطاع دول أن يحدد ما يقصد بالصلاحية

الاجتماعية، كما استطاع وضع تعريف للتخلف العقلي قائم على أساس الصلاحية

الاجتماعية، كما قدم وسيلة للتعرف على هذه الصلاحية بشكل أكثر تحديدا وشمولا مما قدمه

تريد جولد، يعرف دول التخلف العقلي فيقول أن الفرد المتخلف عقليا إنما هو الشخص الذي

تتوفر فيه الشروط التالية:

1 - عدم الكفاءة الاجتماعية بشكل يجعل الفرد غير قادر على التكيف الاجتماعي

بالإضافة إلى عدم الكفاءة المهنية وعدم القدرة على تدبير أموره الشخصية.

2 - أنه دون مستوى الفرد العادي من الناحية العقلية.

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

4 - أنه سيكون متخلفا عقليا عند بلوغه مرحلة النضج.

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

6 - الشرط الأخير أن حالته غير قابلة للشفاء (ماجدة السيد عبيد، 2000، صفحة

2. خصائص المتخلفون عقليا:

إن التعرف على السمات و الخصائص العامة للمعوقين عقليا يساعد المربون و

الأخصائيون على تقديم أفضل الخدمات النفسية والتربوية و الاجتماعية، حيث أن

الأشخاص المتخلفين عقليا قادرين على التعلم والنمو على أن نموهم وإن كان يوازي نمو

الأشخاص غير المتخلفين عقليا إلا أنه يتصف بكونه بطيئا، واستنادا إلى هذه الحقيقة فإن

فلسفة رعاية هؤلاء الأشخاص قد تغيرت في العقود الماضية من الإيواء إلى تطوير البرامج

التربوية للأفراد المتخلفين عقليا ، ذلك أن هؤلاء الأفراد لا يشكلون فئة متجانسة، فقد تختلف

الخصائص تبعا لدرجة الإعاقة، لذا نجد اختلافات واضحة بين الأفراد المعوقين عقليا

بعضهم البعض ، هذا فضلا عن الاختلافات الكبيرة بين هؤلاء الأفراد وبين العاديين، وسوف

يكون وصفا لخصائص هذه الفئة، رغم وجود بعض الخصائص المختلفة لكل فئة من فئات

المتخلفين عقليا، و أهم الخصائص هي:

2-1. الخصائص الأكاديمية:

إن العلاقة القوية التي يرتبط بها كل من الذكاء و قدرة الفرد على التحصيل يجب أن

لا تكون مفاجئة للمعلم عندما لا يجد الطفل المتخلف عقليا غير قادر على مسايرة بقية

الطلبة العاديين في نفس العمر الزمني لهم وخاصة في عملية تقصيره في جميع جوانب

التحصيل، و قد يظهر على شكل تأخر دراسي في مهارات القراءة والتعبير والكتابة

والاستعداد الحسابي، وقد أشارت دونا بان هناك علاقة بين فئة المتخلفين عقليا وبين درجة

الفصل الثاني: الإعاقة العقلية

التخلف الأكاديمي، إذن من أكثر الخصائص وضوحا لدى الأطفال المعاقين عقليا النقص الواضح في القدرة على التعلم مقارنة مع الأطفال العاديين المتناظرين في العمر الزمني، كذا عدم قدرة هؤلاء على التعلم من تلقاء أنفسهم مقارنة مع العاديين، و هذا ما أثاره كل من بني مستر 1976م ، وديني 1946م، وزقلمر 1964م والتي يلخصها ماكميلان 1977م بقوله أن الفروق بين تعلم كل من الأطفال العاديين و المعوقين عقليا المتماثلين في العمر الزمني فروق في الدرجة و النوع.

و يمكن تلخيص نتائج بعض البحوث على موضوع التذكر منها:

- 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 اكثر حسية كلما زادت القدرة على التذكر و العكس صحيح.
- 3 - تتضمن عملية التذكر ثلاث مراحل رئيسية هي: استقبال المعلومات و خزنها ثم استرجاعها وتبدو مشكلة الطفل المعاق عقليا الرئيسية في مرحلة استقبال المعلومات، و ذلك بسبب ضعف الانتباه لديه (فاروق الروسان، 1983، الصفحات 23-24).

2-2. الخصائص اللغوية:

تعتبر الخصائص اللغوية والمشكلات المرتبطة بها مظهرا مميزا للإعاقة العقلية وعلى ذلك فليس من المستغرب أن نجد أن مستوى الأداء اللغوي للأطفال المعاقين عقليا هو أقل

بكثير من مستوى الأداء اللغوي للأطفال العاديين الذين بناء على ظروفهم في العمر الزمني.

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

- 1- إن مدى انتشار المشكلات الكلامية و اللغوية وشدة هذه المشكلات يرتبط بشدة التخلف العقلي الذي يعاني منه الفرد، فكلما ازدادت شدة التخلف العقلي الذي يعاني منه الفرد ازدادت المشكلات الكلامية واللغوية وأصبحت أكثر انتشارا.
- 2- أن المشكلات الكلامية واللغوية لا تختلف باختلاف الفئات التصنيفية للتخلف العقلي.
- 3- أن البنية اللغوية للمتخلفين عقليا تشبه البناء اللغوي لدى غير المتخلفين عقليا فهي ليست شاذة أنها لغة سرية و لكن بدائية.

أما كريم فقد أشار عام 1974م من خلال الاطلاع على الدراسات التي أجريت

على تطور اللغة عند الأطفال المتخلفين عقليا وقد كانت على الشكل التالي:

1- الأطفال المعوقين عقليا يتطورون ببطء في النمو اللغوي.

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

3- لديهم الضعف في القدرات المعرفية وذلك مثل ضعف في فترة الذاكرة (ماجدة السيد

عبيد، 2000، صفحة 28).

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

أقل في معدل نموه من الطفل العادي ، حيث أن مستوى ذكائه قد لا يصل 70 درجة كما

أنهم يتصفون بعدم قدرتهم على التفكير المجرد و إنما استخدامهم قد حصر على

المحسوسات، و كذلك عدم قدرتهم على التعميم (جرار جلال، فاروق الروسان، 1995،

الصفحات 18-19).

2-4. الخصائص الجسمية:

على الرغم من أن النمو الحركي لدى المتخلفين عقليا اكثر تطورا من مظاهر النمو

الأخرى ، إلا أن الأشخاص المتخلفين عقليا عموما اقل كفاية من الأشخاص غير المتخلفين

عقليا، وذلك فيما يتصل بالحركات وردود الفعل الدقيقة والمهارات الحركية المعقدة والتوازن

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

1 - هناك علاقة قوية بين العمر الزمني والأداء الحركي، فمع تقدم العمر يصبح

المتخلف عقليا أكثر مهارة حركية.

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

3 - إن تسلسل النمو الحركي لدى المتخلفين عقليا يشبه التسلسل النمائي لدى غير

المتخلفين عقليا فمعدل النمو لديهم أبطأ منه لدى المعوقين.

2-5. الخصائص الشخصية:

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

و قد أشار زغلر من خلال الفرضيات التي وضعها في بحثه إلى أن السبب الحقيقي وراء تسمية أو الحكم على الأطفال المتخلفين عقليا بأنهم غير اجتماعيين يعود إلى الخبرات السابقة لديهم وما أصيبوا من احباطات نتيجة هذا التفاعل مع القادرين، و أشارت الكثير من الدراسات إلى أن لدى الكثير من المعوقين عقليا إحساس سلبي نحو أنفسهم بسبب ضعف القدرات لديهم التي قد تساعدهم في عملية النجاح، وكذلك أن لدى المعوقين عقليا ضعف في مفهوم الذات (1) ..

2-6. الخصائص الاجتماعية و المزاج عند المعاقين عقليا:

يجعل الضعف العقلي للإنسان المتخلف عقليا عرضة لمشكلات اجتماعية و انفعالية مختلفة ، لا يعود ذلك للضعف العقلي فحسب و لكنه يعود أيضا إلى اتجاهات الآخرين نحو المتخلفين عقليا و طرق معاملتهم لهم والتي تؤدي بهذه الفئة إلى إظهار أنماط سلوكية اجتماعية غير مناسبة و يواجهون صعوبات بليغة لبناء علاقات اجتماعية مع الآخرين. إن الأشخاص المتخلفين عقليا لا يتطور لديهم الشعور بالثقة بالذات إذ يعتمدون على الآخرين لحل المشكلات، و أنهم بسبب هذا الإخفاق يتطور لديهم الخوف من الفشل والذي يدفع بهم إلى تجنب محاولة تأدية المهام المختلفة.

2-7. الخصائص السلوكية:

بينت الخصائص السلوكية لدى المعوقين عقليا على نتائج الدراسات المقارنة بين الأطفال العاديين والمعوقين عقليا المتماثلين في العمر الزمني ، إلا انه يصعب تعميم هذه

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

الفصل الثاني: الإعاقة العقلية

الخصائص على كل الأطفال المعاقين عقليا إذ قد تنطبق هذه الخصائص على طفل ما ،
بينما قد لا تنطبق على طفل آخر بنفس الدرجة ، ومن أهم تلك الخصائص:

2-7-1. التعلم: التعلم الحركي هو التغيير في الأداء أو السلوك الحركي كنتيجة للتدريب

أو الممارسة وليس للنضج أو التعب أو تأثير بعض العقاقير المنشطة و غير ذلك من
العوامل التي تؤثر على الأداء أو السلوك الحركي تأثيرا وقتيا معينا.

2-7-2. الانتباه: يواجه الأطفال المعاقين عقليا مشكلات واضحة في القدرة على

الانتباه والتركيز على المهارات التعليمية إذ تتناسب تلك المشكلات طرديا كلما نقصت
درجات الإعاقة العقلية ، و على ذلك يظهر الأطفال المعاقين إعاقة بسيطة مشكلات أقل
في القدرة على الانتباه و التركيز مقارنة مع ذوي الإعاقة العقلية المتوسطة و الشديدة.

2-7-3. التذكر: ترتبط درجة التذكر بدرجة الإعاقة العقلية إذ تزداد درجة التذكر كلما

زادت القدرة العقلية و العكس صحيح ، و تعتبر مشكلة التذكر من أكثر المشكلات التعليمية
حدة لدى الأطفال المعوقين عقليا سواء أكان ذلك متعلق بالأسماء أو الوحدات وخاصة
التذكر قصير المدى.

2-7-4. انتقال اثر التعلم:

يعاني الأطفال المعاقين عقليا من نقص واضح في نقل اثر التعلم من موقف إلى آخر ،
و يعتمد الأمر على درجة الإعاقة العقلية ، إذ تعتبر خاصية صعوبة نقل آثار التعلم من
الخصائص المميزة للطفل المعوق عقليا مع الطفل العادي الذي يناظره في العمر الزمني، و

الفصل الثاني: الإعاقة العقلية

يبدو السبب في ذلك إلى فشل المعوق في التعرف إلى أوجه الشبه والاختلاف بين الموقف المتعلم السابق و الموقف الجديد (فاروق الروسان، 1998، الصفحات 99-102).

3. تصنيف التخلف العقلي:

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

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

ويمكن تصنيف التخلف العقلي إلى ما يلي:

3-1. التصنيف على أساس الأسباب:

يشمل التصنيف على حسب الأسباب العناصر التالية:

- الإعاقة العقلية الأولية و التي يرجع السبب فيها إلى ما قبل الولادة و يقصد بها العوامل الوراثية مثل أخطاء الجينات و الصفات (الكروموزومات) و يحدث في حوالي 80 % من حالات الضعف العقلي العائلي.

- الإعاقة العقلية الثانوية و التي تعود إلى أسباب تحدث أثناء فترة الحمل ، أو أثناء فترة الولادة ، أو بعدها وغالبا ما يطلق على هذه العوامل الأسباب البيئية، و هذه العوامل تؤدي

إلى إصابة الجهاز العصبي في مرحلة من مراحل النمو بعد عملية الإخصاب ، و يحدث ذلك في حوالي 20 % من حالات الإعاقة العقلية ، ومن أمثلة ذلك حالات استسقاء الدماغ و حالات القصاع (عبد الرحمن العيسوي، 1994، صفحة 28).

3-2. التصنيف على أساس الشكل الخارجي:

تقسم الإعاقة العقلية إلى فئات حسب الشكل الخارجي المميز لكل فئة ومن هذه الفئات ما

يلي:

3-2-1. المنغولية:

و تسمى هذه الحالة باسم عرض داون نسبة إلى الطبيب الإنجليزي

(JOHNDOWN) في عام 1866 حيث قدم محاضرة طبية حول المنغولية كنوع من أنواع

الإعاقة العقلية و لقي مثل هذا الاسم ترحيبا في أوساط المهتمين بالإعاقة العقلية. و تشكل

حالة المنغولية حوالي 10 % من حالات الإعاقة العقلية المتوسطة والشديدة و يمكن التعرف

على هذه الحالة قبل عملية الولادة و أثناءها (فاروق الروسان، 1998، صفحة 30)

و يتميز الأطفال المنغوليون بخصائص جسمية و عقلية و اجتماعية مميزة تختلف

عن فئات الإعاقة العقلية الأخرى ، تتمثل هذه الخصائص في شكل الوجه حيث الوجه

المستدير المسطح ، و العيون الضيقة ذات الاتجاه العرضي، و صغر حجم الأنف، و كبر

حجم الأذنين، و ظهور اللسان خارج الفم، و قصر الأصابع والأطراف، و ظهور خط

هلامي واحد في راحة اليد بدلا من خطين.

تعتبر القماءة مظهرا من مظاهر الإعاقة العقلية ، و يقصد بها حالات قصر القامة الملحوظ مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي إليها الفرد ، و من المظاهر الجسمية المميزة لهذه الحالة قصر القامة حيث لا يصل طول الفرد حتى في نهاية سن البلوغ و المراهقة إلى أكثر من 80 سم و يصاحبها كبر في حجم الرأس وجحوظ العينين و جفاف الجلد و اندلاع البطن و قصر الأطراف و الأصابع. أما الخصائص العقلية لهذه الحالات فتتمثل في تدني الأداء العقلي لهذه الفئة على مقياس الذكاء التقليدية.

وفي الغالب تتراوح نسب ذكاء هذه الفئة ما بين 25 - 50 درجة ، و تواجه هذه الحالات مشكلات تعليمية تتمثل في القراءة و الكتابة و الحساب و حتى مهارات الحياة اليومية. وترجع أسباب حالات القماءة إلى عوامل وراثية وبيئية، وخاصة النقص الواضح في هرمون الثيروكسين الذي تفرزه الغدة الدرقية حيث يتأثر نشاط الغدة الدرقية بعدة عوامل منها الهرمون المنشط لها من الغدة النخامية و حميه اسم اسي تصل إليها، و مادة اليود التي تعتبر عاملا أساسيا في نقص هرمون الثيروكسين.

3-2-3. صغر حجم الدماغ:

وتبدو مظاهر هذه الحالة في صغر حجم محيط الجمجمة و التي تبدو واضحة منذ الميلاد ، مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي إليها الفرد و في صعوبة التأزر البصري الحركي و خاصة للمهارات الحركية الدقيقة ، و تتراوح القدرة العقلية لهؤلاء ما بين الإعاقة

العقلية البسيطة و المتوسطة ، و يعتقد أن سبب هذه الحالة يبدو في تناول الكحول و العقاقير أثناء فترة الحمل ، و تعرض الأم الحامل للإشعاع (الخالدي ، محمد علي أديب، 1975، صفحة 22).

3-2-4. كبر حجم الدماغ:

تعتبر حالات كبر حجم الدماغ من الحالات الإكلينيكية المعروفة في مجال الإعاقة العقلية بالرغم من قلة نسب حدوث مثل هذه الحالات مقارنة مع حالات الإعاقة العقلية البسيطة ، و تبدو مظاهر هذه الحالة في كبر محيط الجمجمة 40 سم - 50 سم ، مقارنة مع حجم محيط الجمجمة لدى الأطفال العاديين عند الولادة، وغالبا ما يكون شكل الرأس في مثل هذه الحالات كبيرا، و من المظاهر الجسمية المصاحبة لمثل هذه الحالات النقص الواضح أحيانا في الوزن والطول وصعوبة في المهارات الحركية العامة والدقيقة، مقارنة مع نظرائهم من الأطفال العاديين (ماجدة السيد عبيد، 2000، صفحة 113).

3-3. التصنيف على أساس نسبة الذكاء:

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

3-3-1. التخلف العقلي البسيط:

تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة ما بين 55 - 70 درجة ، كما يتراوح العمر العقلي لأفرادها في حده الأقصى 7 - 10 سنوات، ويطلق على هذه مصطلح القابلون 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، و يمكن لهذه الفئة أن تتعلم القراءة والكتابة و الحساب، ولا يتجاوز أفراد هذه الفئة في الغالب المرحلة الابتدائية، وتشكل هذه الفئة ما نسبته 10 % من الأطفال المعاقين عقليا.

3-3-2. التخلف العقلي المتوسط:

تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة 40 - 55 درجة ، كما تتراوح أعمارهم العقلية بين 3 - 7 سنوات في حده الأقصى، ويتميز أفرادها من الناحية العقلية بأنهم غير قابلين للتعلم ، في حين انهم قابلين للتدريب على بعض المهارات التي تساعدهم في المحافظة على حياتهم ضد الأخطار حيث يمكن تدريبهم على قطع الشارع بسلام أو تفادي حريق...إلخ.

لذا يطلق عليهم القابلين للتدريب ، أما الخصائص الجسمية و الحركية قريبة من مظاهر النمو العادي لهذه الفئة، ولكن يصاحبها أحيانا مشكلات في المشي أو الوقوف، كما تتميز بقدرتها على القيام بالمهارات البسيطة، وتشكل 10 % تقريبا من الأطفال المعاقين عقليا.

3-3-3. التخلف العقلي الشديد:

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

3-4. تصنيف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي:

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

أ- الإعاقة العقلية البسيطة

ب- الإعاقة العقلية المتوسطة

ج- الإعاقة العقلية الشديدة

د- الإعاقة العقلية الشديدة جدا أو الاعتمادية (فاروق الروسان، 1998، صفحة 19)

3-5. التصنيف على حسب متغير البعد التربوي:

يصنف جمهرة المربين المعوقين عقليا إلى فئتين:

- قابلي التعلم

- غير قابلي للتعلم

وتقابل الفئة الأولى طبقة المورون وتقابل الطبقة الثانية طبقتي الأبله والمعتوه ،

وتلتحق الفئة الأولى بمعاهد التربية الفكرية التابعة لوزارة التربية ، بينما تلتحق الفئة الثانية

بمؤسسات التنقيف الفكري والمهني التابعة لوزارة الشؤون الاجتماعية.

يعتبر هذا التصنيف من أكثر التصنيفات شيوعا وتقبلا بين العاملين في هذا المجال

لعدة اعتبارات رئيسية.

كما يمكن تصنيف حالات الإعاقة العقلية وفقا لمتغير البعد التربوي إلى مجموعات

منها (فاروق الروسان، 1998، صفحة 33):

3-5-1. فئة بطيء التعلم:

تتراوح نسبة ذكائها من 75-90 وقد نجدها في بعض الحالات من 70-90 إذ

هناك اختلاف بين علماء النفس والتربية في تحديدها ، ويتصف هذا الطفل بعدم قدرته على

مواثمة نفسه مع ما يعطى له من مناهج في المدرسة العادية وعدم قدرته على تحقيق

المستويات المطلوبة في الصف الدراسي ، حيث يكون متراجعا في تحصيله الأكاديمي قياسا

إلى تحصيل أقرانه من نفس الفئة العمرية.

3-5-2. فئة القابلين للتعلم:

توازي هذه الفئة حالات التخلف العقلي البسيط وفق التصنيف على أساس نسب

الذكاء للإعاقة العقلية (فاروق الروسان، 1983، صفحة 34).

3-5-3. فئة القابلين للتدريب:

يوازي هذه الفئة حالات التخلف العقلي المتوسط وفق التصنيف على أساس نسب الذكاء

، ومن بين خصائص هذه الفئة أنهم قابلون للتدريب في المجالات التالية:

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

3-5-4. فئة الاعتماديين:

توازي هذه الفئة حالات التخلف العقلي الشديد وفق التصنيف على أساس نسب الذكاء

للإعاقة العقلية ويطلق عليها أحيانا الفئة غير القابلة للتدريب ، وهو يحتاج إلى الرعاية

وإشراف مستمرين (فاروق الروسان، 1983، صفحة 35).

4. العوامل المسببة للتخلف العقلي:

لقد تحددت بعض أسباب الإعاقة العقلية بطريقة ملحوظة في العقود القليلة السابقة

نتيجة للتقدم العلمي الواضح في ميادين الطب والعلوم الأخرى ذات العلاقة ، ومع ذلك فإن

الفصل الثاني: الإعاقة العقلية

70% من أسباب حالات الإعاقة العقلية غير معروفة حتى الآن ، وينصب الحديث على

25% من الأسباب المعروفة للإعاقة العقلية فقط.

قد ترجع حالات التخلف العقلي إلى حالة وراثية معقدة ليست واضحة أو مفهومة

تماما في الوقت الحاضر ، في مثل هذه الحالة يميل عدد كبير من أفراد الأسرة إلى الإجابة

بالتخلف العقلي.

- قد يرجع التخلف العقلي إلى عوامل بيئية لا يتوفر فيها للفرد الاستشارة الذهنية

الملائمة، أو لا تتوفر للفرد العلاقات الاجتماعية المناسبة التي تسمح بالنمو نمو

ملائما.

خلاصة الفصل:

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

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

تمهيد:

سنتطرق في هذا الفصل منهجية البحث وهذا من خلال منهج الدراسة وعينة البحث،
و بعد دراستنا للإطار النظري ارتأينا أن نحاول في هذا الجزء الإلمام بموضوع بحثنا ودراسته
دراسة ميدانية بغية إعطائه منهجا علميا، عن طريق تفرغ استمارتي اللاعبين والمدربين
وتحليل الجداول الإحصائية.

1. مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع بحثنا في المربين و المعاقين عقليا بمركز الإعاقة العقلية بسيدي علي

ولاية مستغانم

2. عينة البحث:

تمثلت عينة البحث 10 مربين بمركز الإعاقة العقلية بمركز سيدي علي بولاية

ميتغانم.

3. مجالات البحث البشري:

المكاني: تمت الدراسة بمدينة سيدي علي و لاية مستغانم

الزماني: امتدت الدراسة خلال فترة الأربعة أشهر أربعة أشهر من بداية شهر مارس 2019

إلى غاية نهاية شهر جوان 2019.

• الفترة الأولى: من بداية شهر فيراير إلى نهاية شهر أفريل ، تمت فيها الدراسة

الإستطلاعية.

• الفترة الثانية: وتمثلت في الدراسة الأساسية، فدامت من نهاية شهر أفريل إلى نهاية

شهر جوان.

4. ضبط متغيرات الدراسة:

4-1. المتغير المستقل:

يعرف بأنه ذو طبيعة استقلالية حيث يؤثر في المتغيرين التابع والدخيل دون أن يتأثر بهما وهنا المتغير المستقل هو "حصة الرياضة الترويحية".

4-2. المتغير التابع:

يتأثر مباشرة بالمتغير المستقل في كل شيء سواء الإتجاه السلبي أو الإتجاه الإيجابي ف'ن' كان المتغير المستقل إيجابي كان لمتغير التابع مباشرة إيجابي والعكس صحيح وهنا المتغير التابع هو "المزاج عند المعاقين عقليا".

5. أدوات الدراسة:

تم إعداد استمارة للمربين احتوت على 17 سؤالاً موجهة للمربين، تكونت من ثلاث محاور، المحور الأول خصصناه لمراحل سير حصة الرياضة الترويحية و المحور الثاني كان مخصصاً لأثر حصة الرياضة الترويحية في خفض الاضطرابات النفسية للمعاقين عقلياً، أما المحور الثالث فتم تخصيصه لأثر حصة الرياضة الترويحية في تحسين الصحة النفسية للمعاقين عقلياً.

ويحتوي الإستبيان على نوع واحد من الأسئلة وهو استبيان مغلق، وتتحصر فيها

الإجابة بنعم أولاً وقد تضاف إليه بعض الأسئلة التي تقبل أكثر من اقتراحين للإجابة.

6. الدراسة الاستطلاعية:

توجهنا إلى مركز الإعاقة العقلية بسيدي علي ، واتصلنا بالمربين من أجل الوقوف على أثر حصة الرياضة الترويحية في تحسين مزاج المعاقين عقليا.

و ثم من خلال هذه الدراسة تقديم استبيان للمربين وهذا من أجل جمع المعلومات والأفكار والتحقق من الفرضيات.

7. الدراسة الإحصائية:

حتى نتمكن من التعليق أو تحليل نتائج الإستمارة استخدمنا أسلوب التحليل الإحصائي عن طريق تحويل الإجابات إلى أرقام و نسب مئوية وكذلك كا² وهذا بإتباع القوانين التالية:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{نسبة التكرار} * 100}{\text{عدد}}$$

$$\text{كا}^2 = \frac{(\text{تكرار المشاهد} - \text{تكرار المتوقع})}{\text{تكرار المتوقع}}$$

خلاصة الفصل:

للوصول إلى نتائج مرضية، وجب علينا ضبط مجالات الدراسة الميدانية على أساس

الفرضيات التي تم وضعها والتي كان علينا الوصول إليها.

وقد اعتمدنا على جمع بيانات الإستمارة للحصول على مجموعة من النتائج والتي

سيتم تحليلها ومناقشتها في الفصل الموالي.

1. عرض و تحليل النتائج:

المحور الأول: البيانات الشخصية

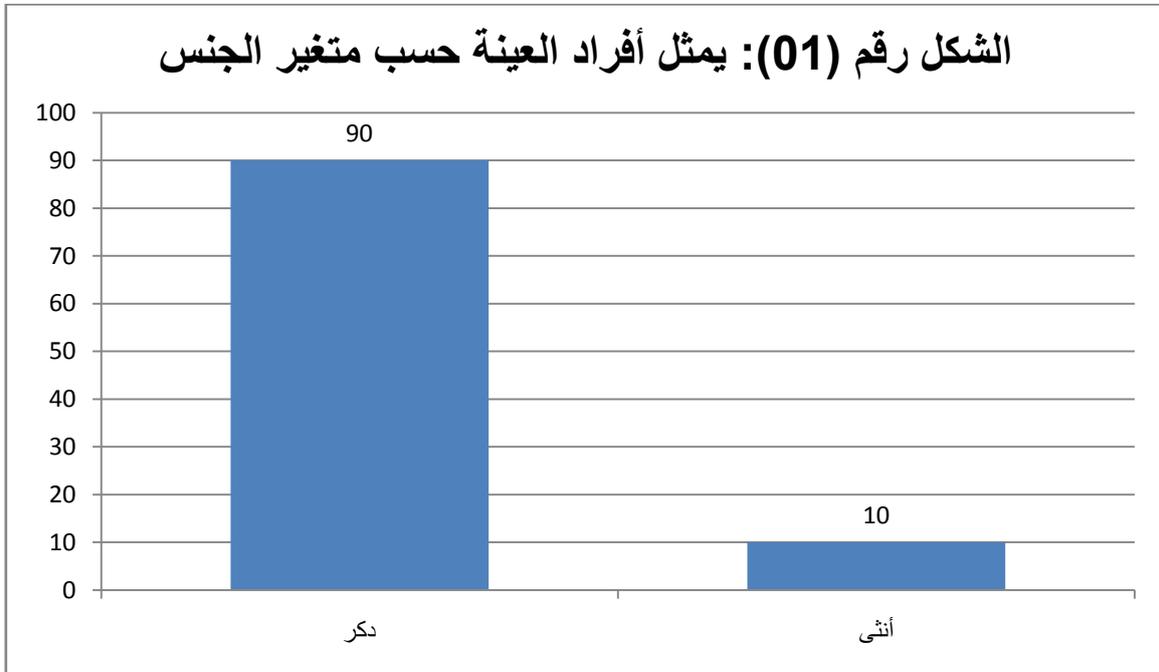
الجدول رقم (01): يمثل أفراد العينة حسب متغير الجنس

النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
90	9	ذكر
10	1	أنثى
100	10	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أغلب أفراد العينة من جنس الذكور وهو ما يمثل

نسبة 90%، أما جنس الإناث فيمثل 10% من عينة البحث.

ومنه نستنتج أن أغلب المربين من جنس الذكور.



الجدول رقم (02): يمثل المستوى التعليمي لعينة البحث

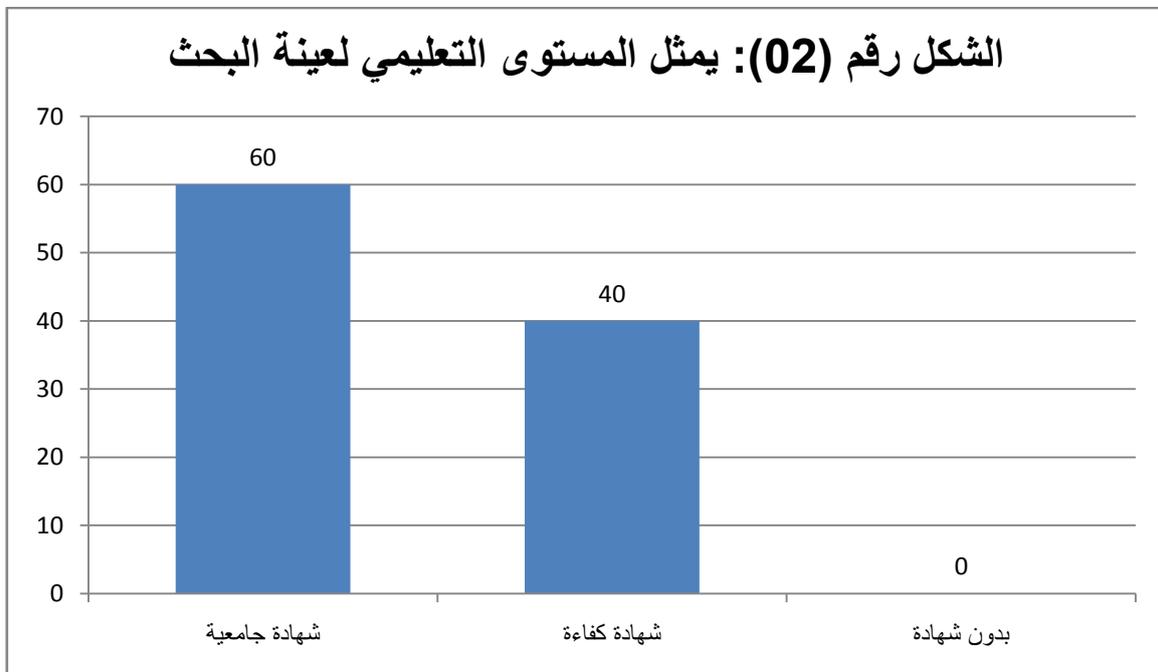
النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
60	6	شهادة جامعية
40	4	شهادة كفاءة
00	0	بدون شهادة
100	10	المجموع

من خلال الجدول أعلا نلاحظ أن أغلب المربين يحوزون على الشهادات الجامعية ما

يمثلون 60% من عينة البحث، و 40% من عينة البحث لديها شهادة الكفاءة، أما من

نسبة المربين بدون شهادة فهي منعدمة.

ومنه نستنتج أن المربين لديهم المستوى التعليمي اللازم للقيام بمهامهم على أحسن وجه

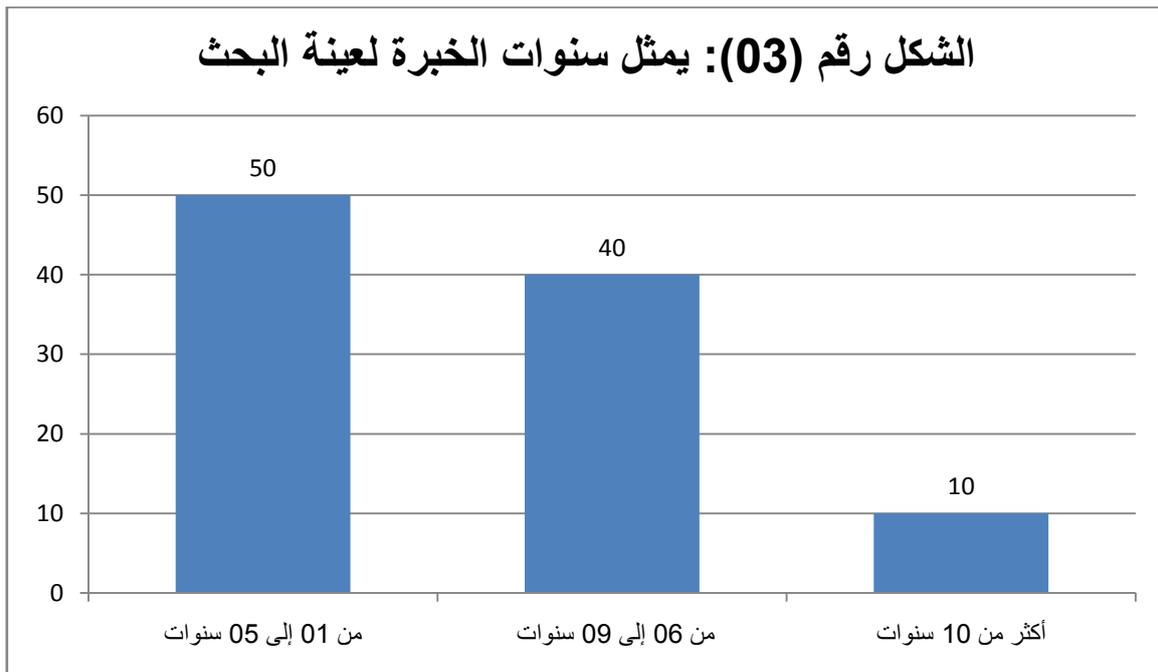


الجدول رقم (03): يمثل سنوات الخبرة لعينة البحث

النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
50	5	من 01 إلى 05 سنوات
40	4	من 06 إلى 09 سنوات
10	1	أكثر من 10 سنوات
100	10	المجموع

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (03) الذي يمثل سنوات الخبرة لمتغير البحث نلاحظ أن 50% من عينة البحث لديها خبرة تتراوح ما بين 01 إلى 05 سنوات، بينما 40% من عينة البحث تتجاوز خبرتها 06 سنوات ولا تتعدى 09 سنوات، أما من خبرتهم تفوق 10 سنوات فيمثلون 10%.

ومنه نستنتج أن عينة البحث تتمتع بالخبرة اللازمة



الجدول رقم (04): توفر الأدوات و الوسائل التي تتناسب مع الأنشطة الممارسة

مستوى الدلالة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
0,05 (غير دال)	0.4	3.84	60	6	نعم
			40	4	لا
			100	10	المجموع

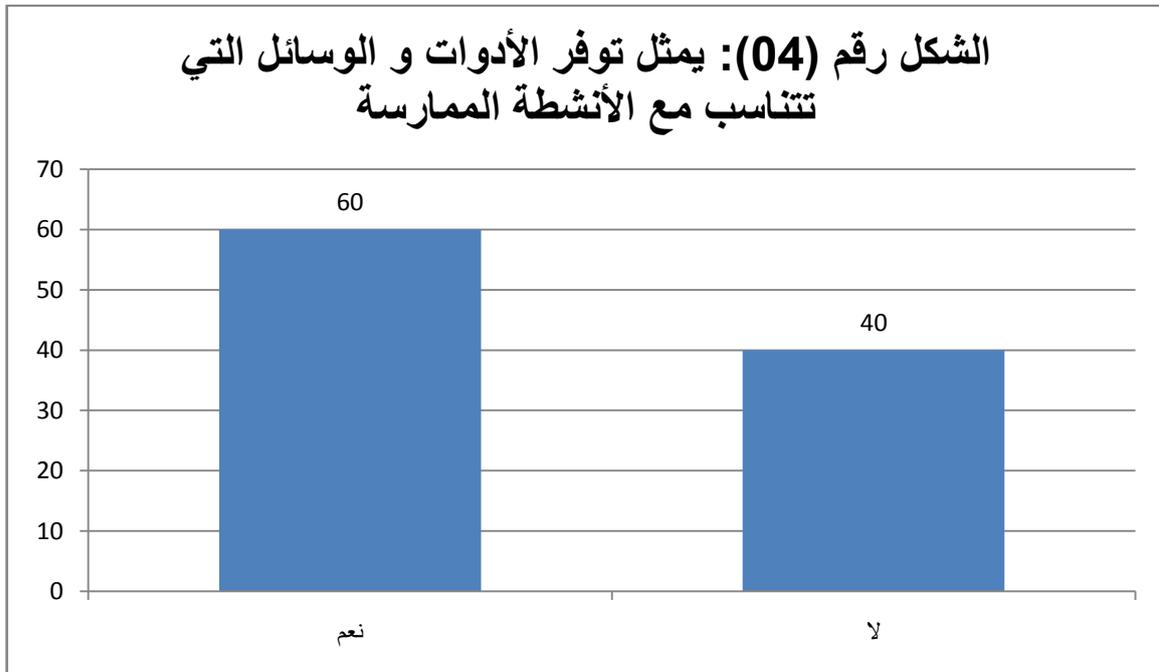
من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح

الإجابة بنعم عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية = 1، حيث أن كا² الجدولية أكبر

من المحسوبة.

ومنه نستنتج أن مراكز الأطفال المعاقين تعاني من نقص في الوسائل التي تتناسب

مع الأنشطة الرياضية.



الجدول رقم (05): توفر القاعات المتخصصة لممارسة الأنشطة الرياضية

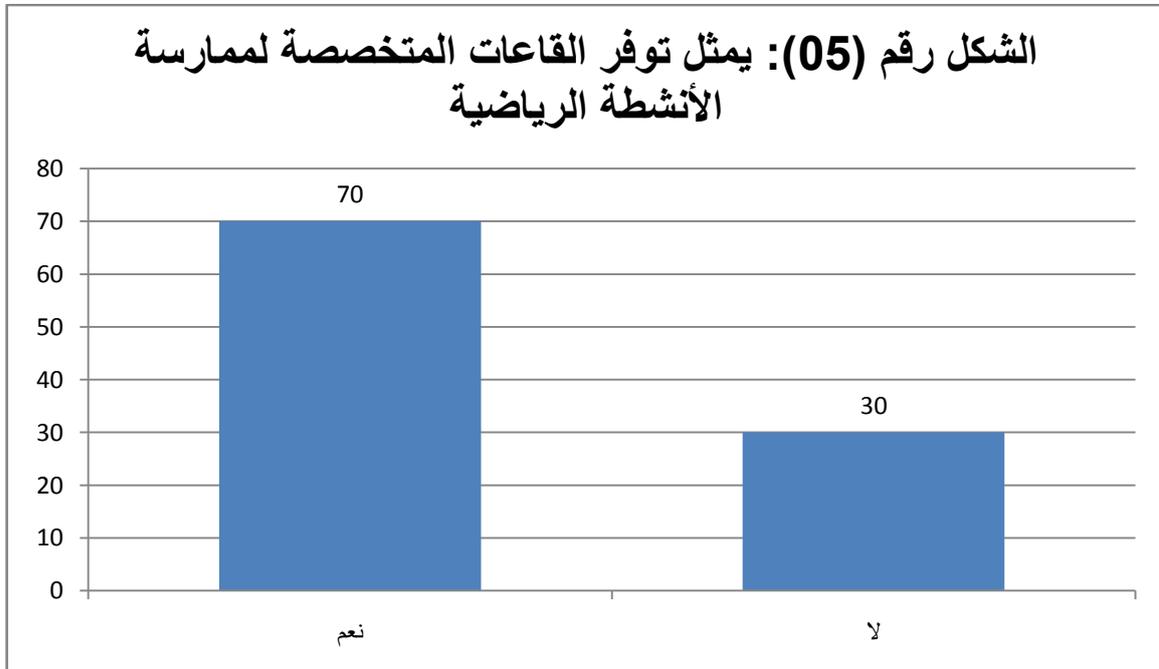
مستوى الدلالة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
0.05 (غير دال)	1.6	3.84	70	7	نعم
			30	3	لا
			100	10	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى

الدلالة 0.05 ، و درجة الحرية = 1، حيث أن كا² الجدولية أكبر من المحسوبة.

ومنه نستنتج أن القاعات المخصصة لممارسة الأنشطة الرياضية ليست متوفرة

بالشكل الكافي.



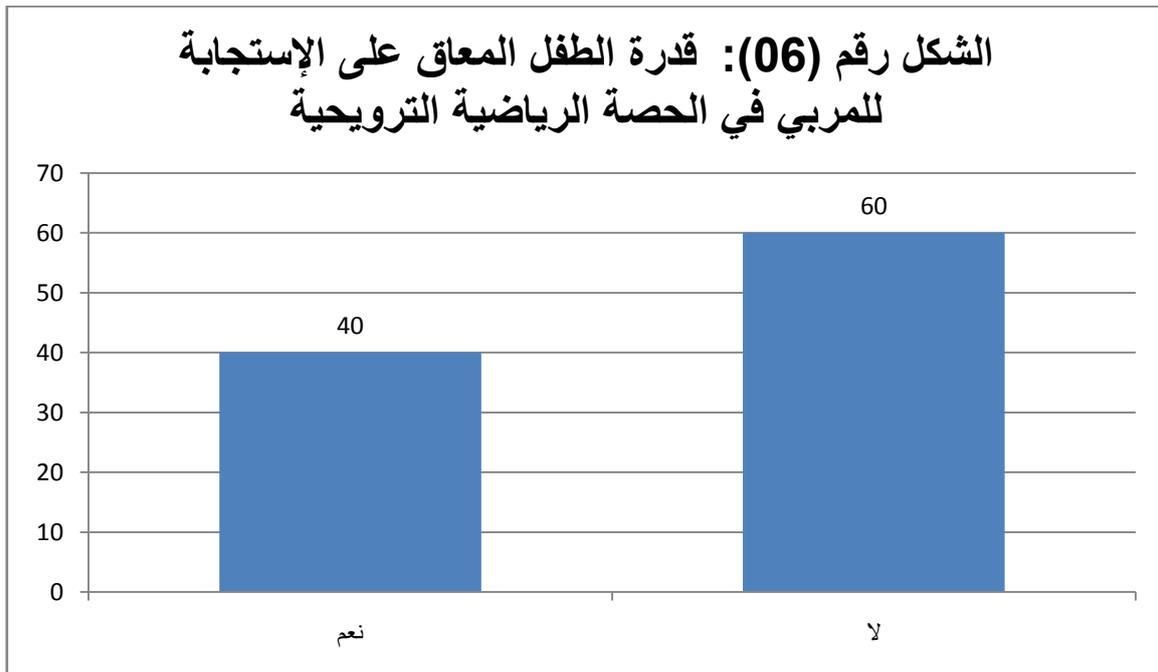
الجدول رقم (06): قدرة الطفل المعاق عقليا على الاستجابة للمربي في الحصة الرياضية

الترويحية

مستوى الدلالة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
0.05 (غير دال)	0.4	3.84	60	6	نعم
			40	4	لا
			100	10	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 و جرة الحرية = 1، حيث أن كا² الجدولية أكبر من المحسوبة، و كانت نسبة المرين الذين أجابوا بنعم 60%، و نسبة من أجابوا بلا 40%.

ومنه نستنتج بعض هناك صعوبة في الإستجابة للمربي من قبل بعض المعاقين



الجدول رقم (07): كفاية الوقت المخصص للنشاط الرياضي

مستوى الدلالة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
0.05 (دال)	6.4	3.84	90	9	نعم
			10	1	لا
			100	10	المجموع

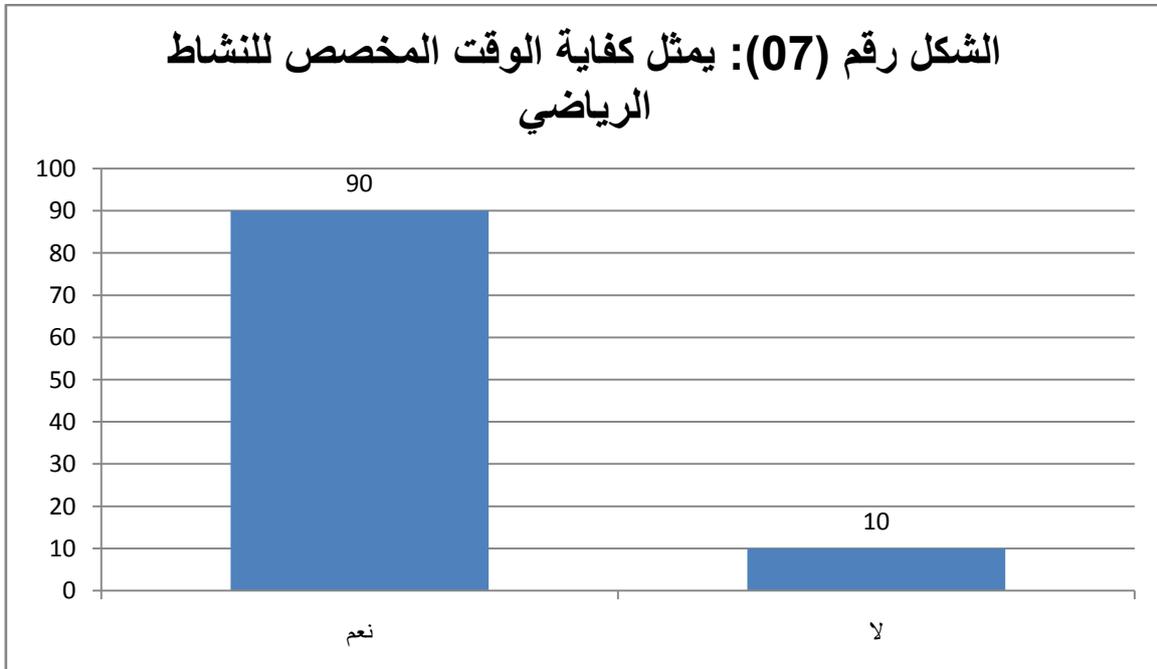
من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه، نرى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند

مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية = 1 لصالح الإجابة بنعم،

ومنه نستنتج أن الوقت المخصص للنشاط الرياضي الترويحي في المراكز الطبية

كاف.

الشكل رقم (07): يمثل كفاية الوقت المخصص للنشاط الرياضي



الجدول رقم (08): الجانب المرتكز عليه أداء النشاط الرياضي الترويحي

مستوى الدلالة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
0.05 (دال)	5.6	3.84	100	10	الترفيهي
			20	2	البدني
			40	4	النفسي
			100	10	المجموع

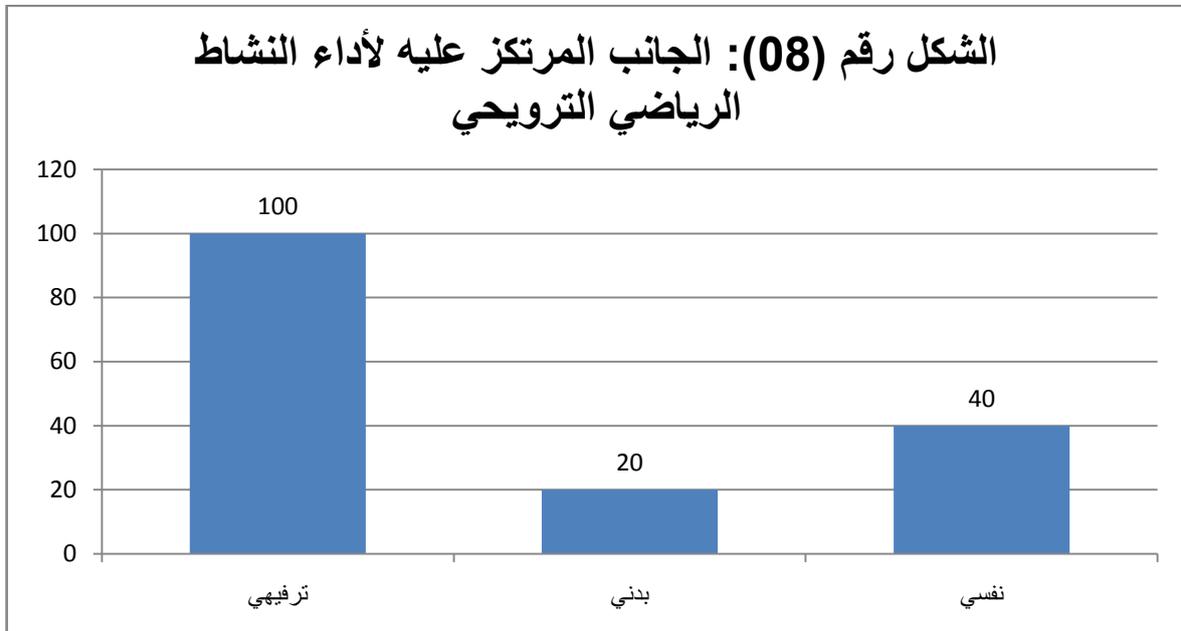
ملاحظة: هذا السؤال مفتوح و بالتالي يمكن للمجيب أن يختار عدة إجابات.

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة

الأولى عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية = 1.

ومنه نستنتج أن الجانب المركز عليه أداء النشاط الرياضي الترويحي بالنسبة للمعاقين

عقليا هما الجانبين الترفيهي و النفسي.

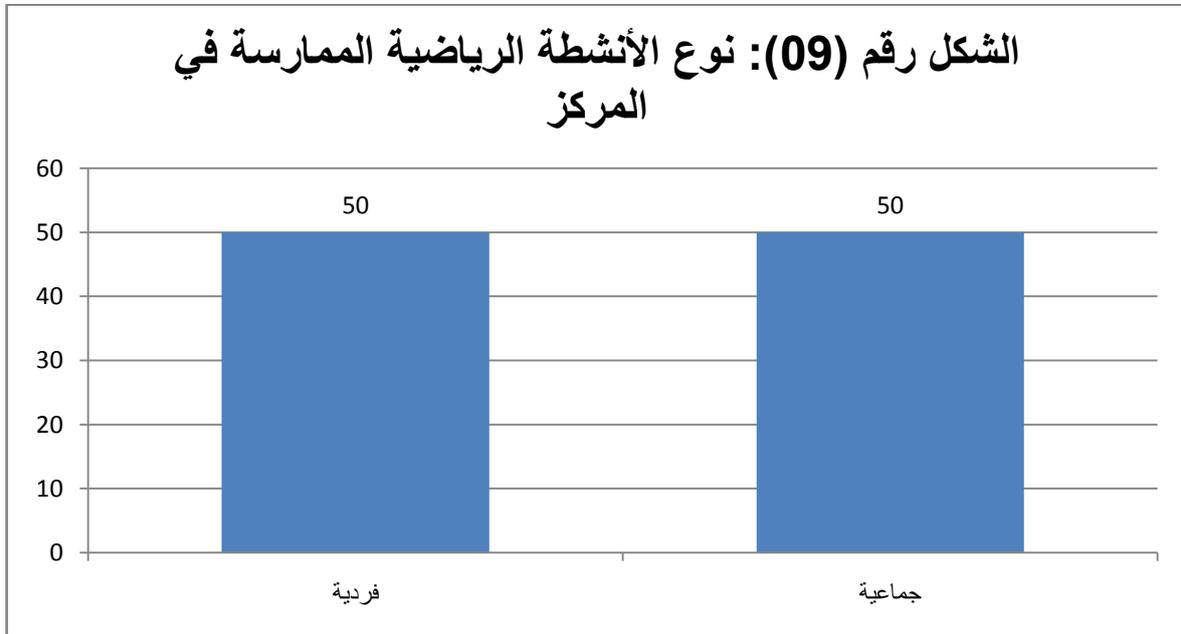


الجدول رقم (09): نوع الأنشطة الرياضية الممارسة في المركز

مستوى الدلالة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
0.05 (غير دال)	00	3.84	50	5	فردية
			50	5	جماعية
			100	10	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05، و درجة الحرية = 1، حيث أن كا² المحسوبة منعدمة و بالتالي فهي أصغر من كا² الجدولية (3.84).

ومنه نستنتج أن نوع الأنشطة الممارسة في مراكز المعاقين عقليا فردية و جماعية.



المحور الثاني: أثر حصة الرياضة الترويحية في التخفيف من الاضطرابات النفسية لدى

المعاقين عقليا

الجدول رقم (10): أثر حصة الرياضة الترويحية في خفض السلوك العدوانى

لدى المعاقين عقليا

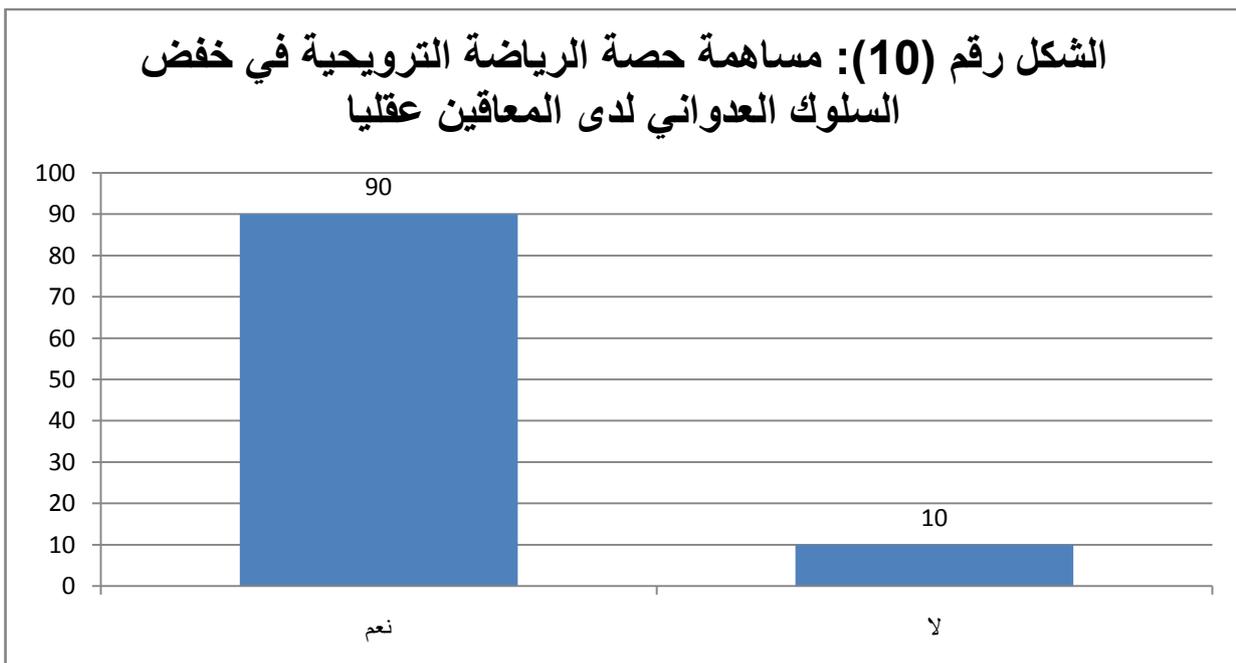
مستوى الدلالة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
0.05 (دال)	6.4	3.84	90	9	نعم
			10	1	لا
			100	10	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة

بنعم عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية = 1.

ومنه نستنتج أن لحصة الرياضة الترويحية دور كبير في تخفيض السلوك العدوانى لدى

المعاقين

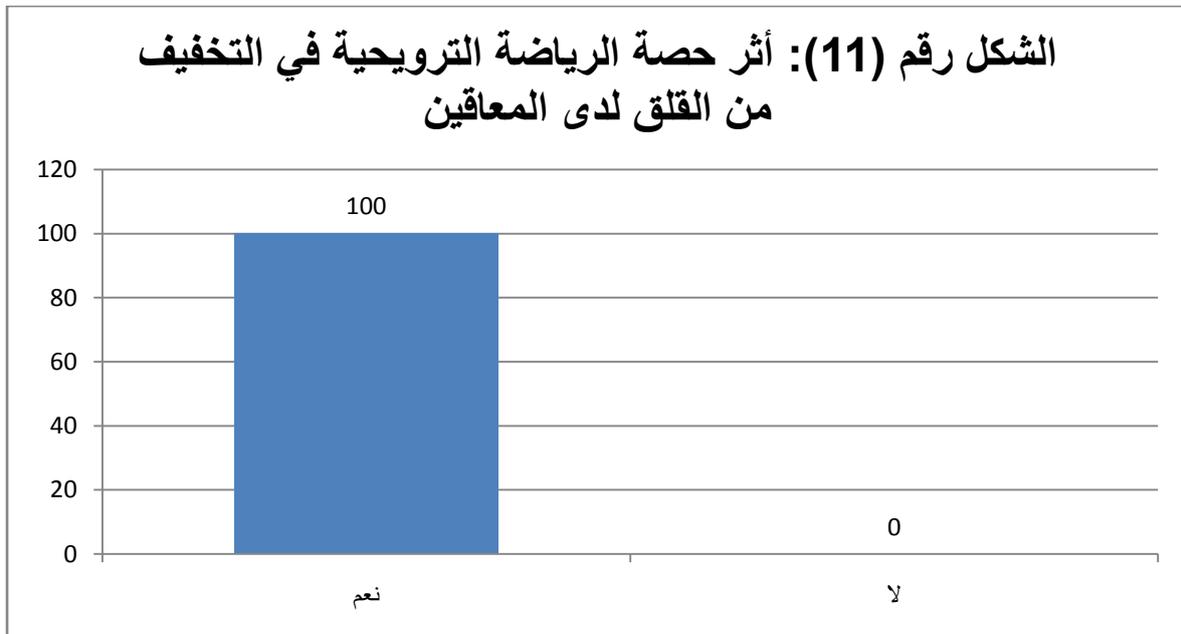


الجدول رقم (11): أثر حصة الرياضة الترويحية في التخفيف من القلق لدى المعاقين

مستوى الدلالة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
0.05 (دال)	10	3.84	100	10	نعم
			00	00	لا
			100	10	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بنعم عند مستوى ادلالة 0.05، حيث أن كل المرين و بنسبة 100% أجابوا بنعم، و الإجابة بلا كانت معدومة.

ومنه نستنتج أن لحصة الرياضة الترويحية دور فعال في التخفيف من القلق لدى المعاقين عقليا.



الجدول رقم (12): أثر حصة الرياضة الترويحية في التقليل من الإحباط لدى المعاقين

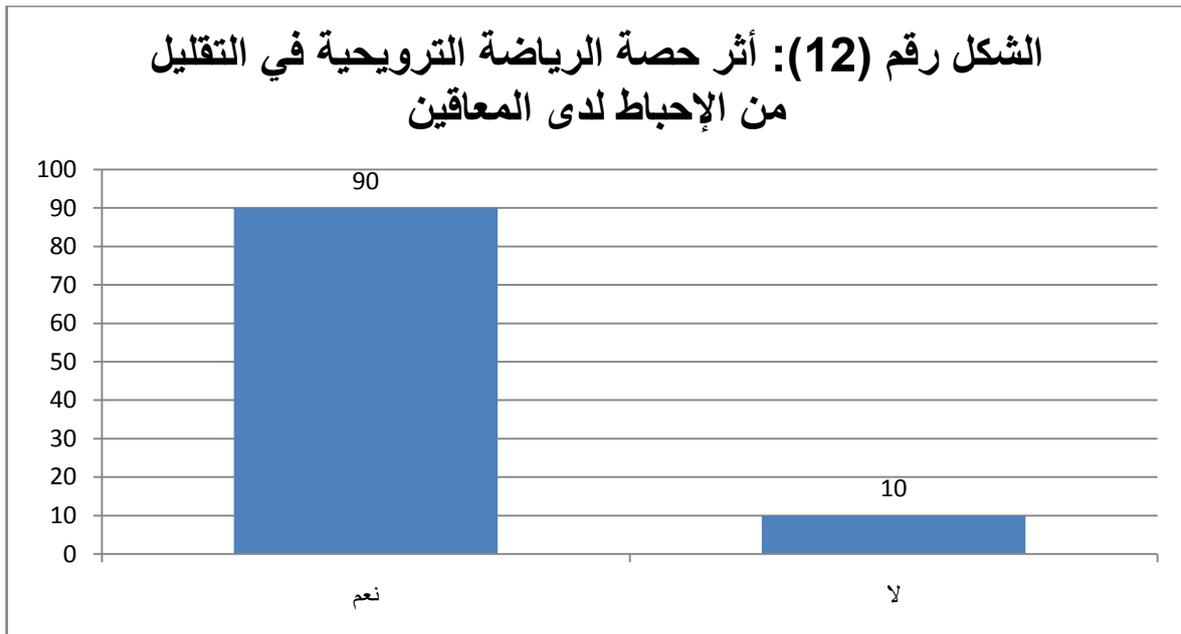
مستوى الدلالة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
0.05 (دال)	6.4	3.84	90	9	نعم
			10	1	لا
			100	10	المجموع

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة

إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية = 1، لصالح الإجابة بنعم، حيث أن

90 كا² المحسوبة أكبر من الجدولية.

ومنه نستنتج أن لحصة الرياضة الترويحية أثر في التقليل من الإحباط لدى المعاقين عقليا



الجدول رقم (13): : أثر حصة الرياضة الترويحية في التقليل من الشعور بالتوتر لدى

المعاقين

مستوى الدلالة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
0.05 (غير دال)	3.6	3.84	60	6	نعم
			40	4	لا
			100	10	المجموع

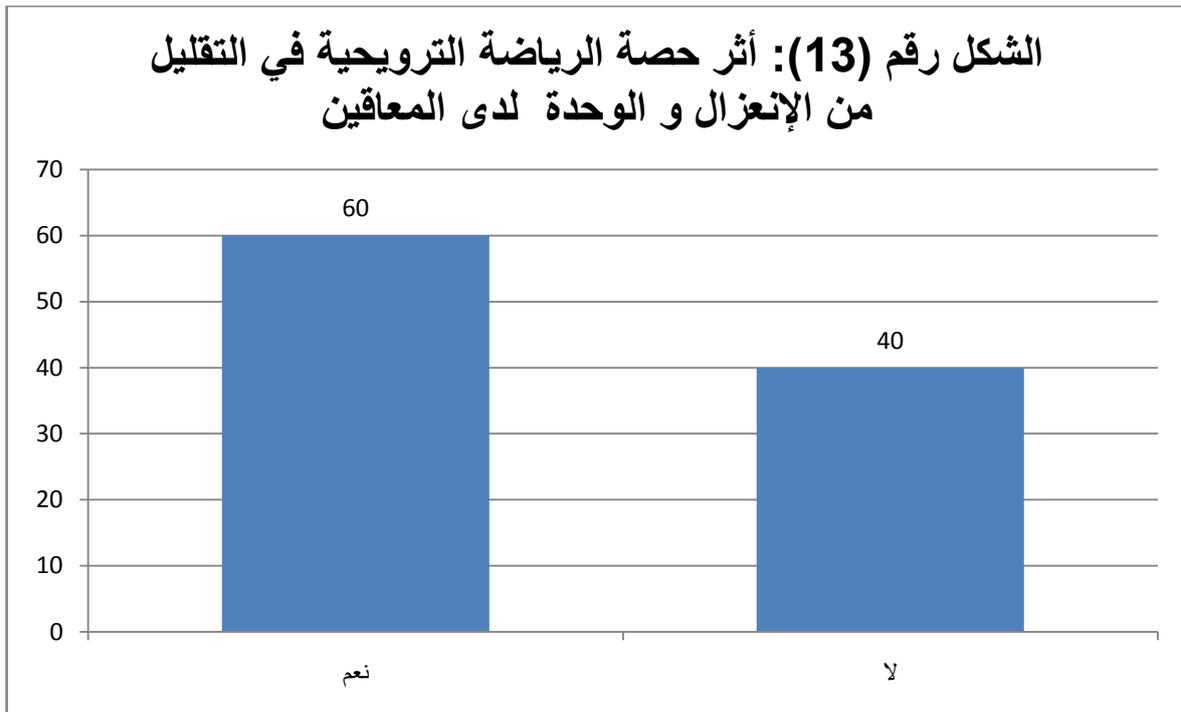
من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح إجابة

عن الأخرى، عمد مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية = 1، فنسبة المربين الذين أجابوا

بنعم مثلت 60% من مجموع العينة، ومن أجابوا بلا 40%.

ومنه نستنتج أن بعض المعاقين لا يزالون يشعرون بالتوتر رغم أدائهم للنشاط

الرياضي الترويحي.



المحور الثالث: دور حصة الرياضة الترويحية في تحسين نفسية المعاقين عقليا

الجدول رقم (14): دور حصة الرياضة الترويحية في تنمية الشعور بالثقة بالنفس لدى المعاقين

مستوى الدلالة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
0.05 (غير دال)	1.6	3.84	100	70	نعم
			00	30	لا
			100	10	المجموع

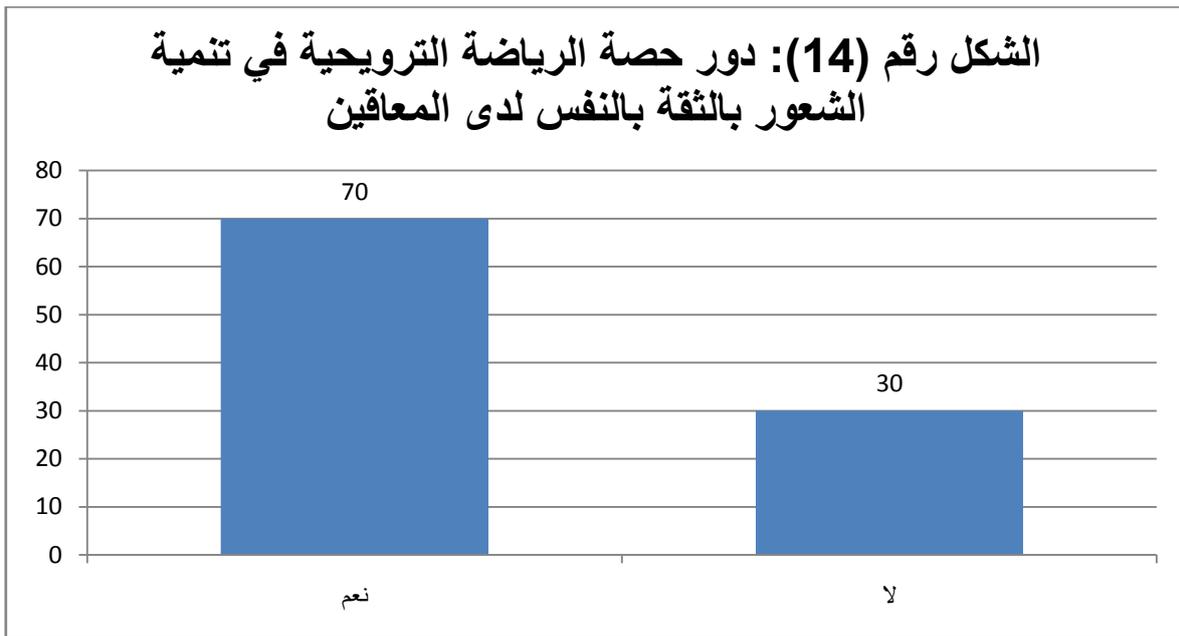
من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه، نلاحظ أنه لا يوجد فروق ذات دلالة

إحصائية لصالح الإجابة الأولى عند مستوى الدلالة 0.05 درجة الحرية = 1، بحيث أن

70% من عينة البحث أجابوا بنعم و 30% أجابوا بلا.

ومنه نستنتج أن لحصة النشاط الرياضي الترويحي في تنمية الشعور بالثقة بالنفس

لبعض المعاقين عقليا.



الجدول رقم (15): دور حصة الرياضة الترويحية في تنمية الشعور بالهدوء والراحة لدى

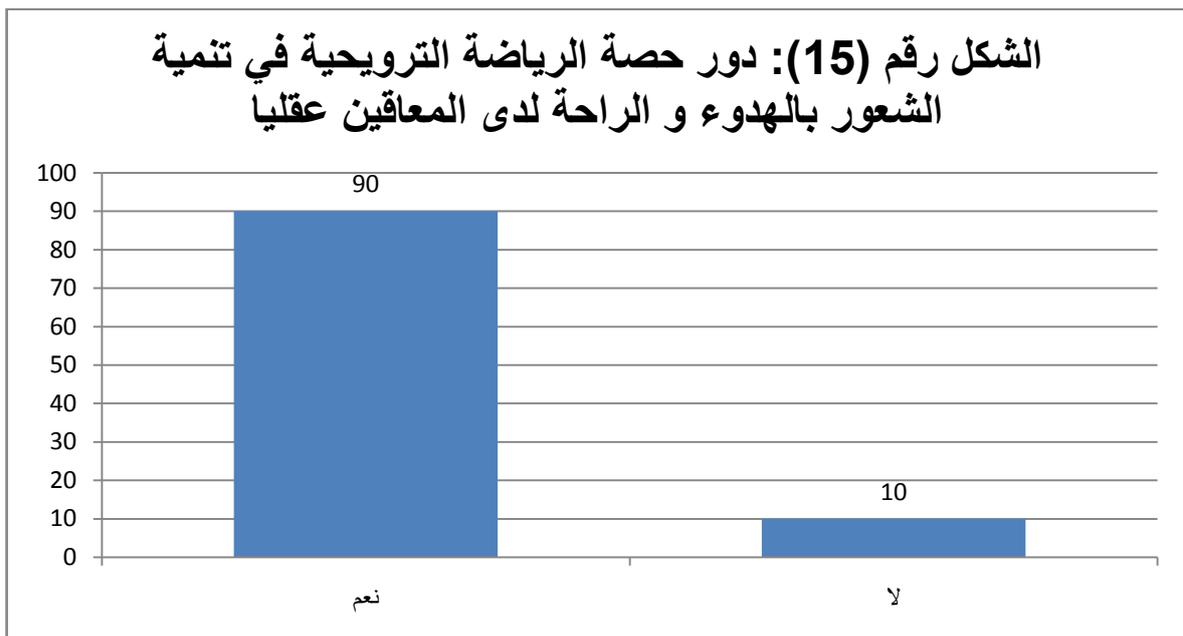
المعاقين عقليا

مستوى الدلالة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
0.05 (دال)	4.6	3.84	90	9	نعم
			20	1	لا
			100	10	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة الأولى عند مستوى الدلالة 0.05، بحيث أن 90 من المربين أجابوا بنعم %، و نسبة الإجابة بلا تمثلت في 10%.

ومنه نستنتج أن لحصة الرياضة الترويحية دور في الشعور بالهدوء و الراحة لدى

المعاقين عقليا



الجدول رقم (16): طريقة التواصل مع المعاقين عقليا في حصة النشاط الرياضي

الترويحي

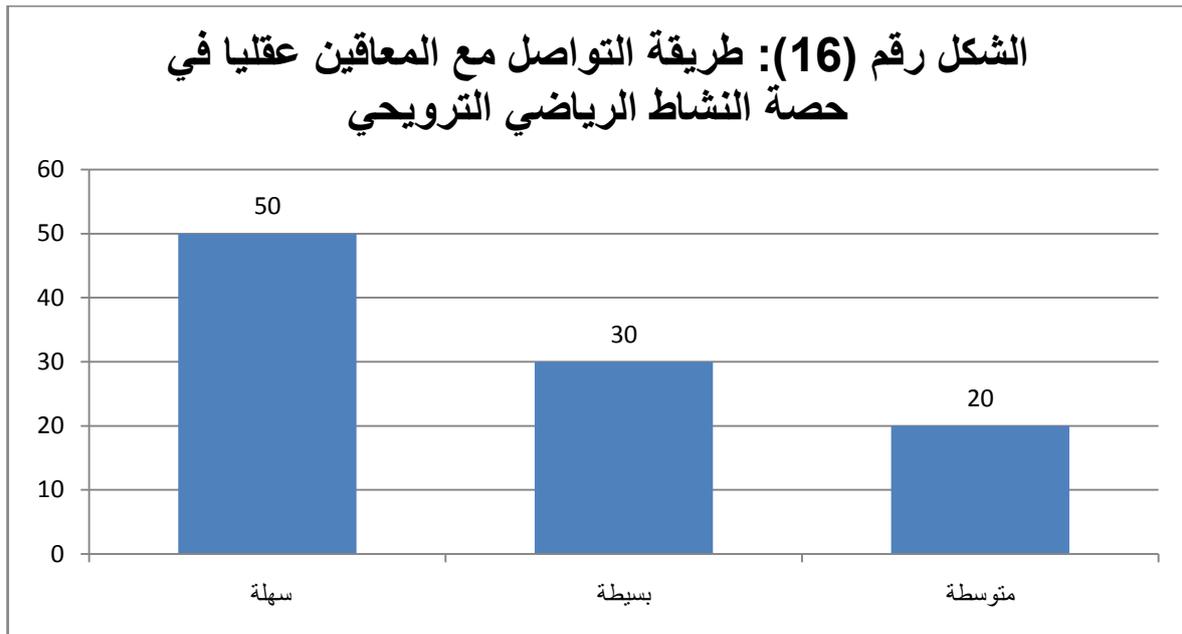
مستوى الدلالة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	النسبة المئوية (%)	التكرار	الإجابات
0.05 (غير دال)	2.62	5.99	50	5	سهلة
			30	3	متوسطة
			20	2	صعبة
			100	10	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى

الدلالة 0.05 ودرجة الحرية = 2، حيث كانت نسبة الإجابات متقاربة.

ومنه نستنتج أن طريقة التواصل مع المعاقين عقليا تختلف من حيث السهولة و هذا

يرجع إلى درجة الإعاقة و مهارة المربي.



2. مناقشة الفرضيات:

• مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

من خلال عرض وتحليل نتائج الاستبيان من قبل المربين، نرى حسب الجداول رقم (10)، (11)، (12) و (13) أن لحصة الرياضة الترويحية دور في خفض السلوك العدوانى و القلق والتوتر، و قهر الإحباط، و من هنا توصلنا أن لحصة الرياضة الترويحية أثر في خفض الاضطرابات النفسية للمعاقين عقليا وهذا ما يتوافق مع دراسة سبأ نجيب محمود أبو عزيزة 2003 ويثبت صحة الفرضية الأولى.

• مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

من خلال النتائج المبينة في الجدولين رقم (14) و (15) نرى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح تنمية الشعور بالثقة بالنفس، و الشعور بالهدوء و الراحة، و من هنا يمكننا القول أن لحصة الرياضة الترويحية أثر في تحسين الصحة النفسية للمعاقين عقليا وبالتالي فإن الفرضية محققة و تتوافق مع توصل إليه عبد الله ناجيمية نور الدين.

• مناقشة الفرضية العامة:

من خلال صحة الفرضيتين الجزئيتين الأولى و الثانية توصلنا إلى أن لحصة الرياضة الترويحية أثر في خفض الاضطرابات النفسية و تحسين الصحة النفسية للمعاقين عقليا، و من يمكننا القول أن لحصة الرياضة الترويحية أثر في تحسين المزاج لدى المعاقين عقليا و هي تتلائم مع نتيجة دراسة سحر عبد الفتاح خير الله.

3. الإستنتاجات:

- عينة البحث لديها المستوى التعليمي والكفاءة اللازمة و تتمتع بالخبرة.
- مراكز الأطفال المعاقين تعاني من نقص في القاعات المخصصة للرياضة و الوسائل التي تتناسب مع الأنشطة الرياضية .
- هناك صعوبة في الاستجابة للمربي من قبل بعض المعاقين وهذا يعتمد على مهارة المربي و درجة الإعاقة..
- الجانب المركز عليه لأداء النشاط الرياضي الترويحي بالنسبة للمعاقين عقليا هما الجانبين الترفيهي و النفسي وتختلف الأنشطة الرياضية بين جماعية و فردية.
- لحصة الرياضة الترويحية دور فعال في التخفيف من القلق و الإحباط و التوتر لدى المعاقين عقليا.
- لحصة الرياضة الترويحية دور في الشعور بالهدوء و الراحة تنمية الثقة بالنفس لدى المعاقين عقليا.

4. الإقتراحات و التوصيات:

- توفير القاعات المخصصة للرياضة و الوسائل التي تتناسب مع الأنشطة الرياضية في مراكز الإعاقة العقلية.
- الإعتماد على النشاط الرياضي الترويحي للمعاقين عقليا لما له من أثر في تحسين الصحة النفسية للمعاقين.

▪ تكوين المربين في المجال الرياضي و النفسي للتعامل مع حالات الإعاقة العقلية

الصعبة.

5. الخلاصة العامة:

تناولنا في هذا البحث بشكل عام ومتخصص "النشاط الرياضي الترويحي" وهذا بتحديد مفهوم الترويح وأهميته للأفراد و المجتمع من كل النواحي ، البيولوجية، الاجتماعية ، نفسية، اقتصادية ، تربوية، علاجية ، وقدمنا أهم التصنيفات التي اعتمدها العلماء لأنواع الترويح.

ودققنا دراستنا بالتحليل الواسع لمفهوم الترويح الرياضي ولأصناف وتقسيمات هذا الأخير، وكذلك أهدافه من معظم النواحي وأشرنا إلى مفهوم التربية الرياضية والترويحية، وخلصنا إلى أغراض هاته الأخيرة على مزاج المتخلفين عقليا (بدنيا، حركيا، عقليا ، اجتماعيا) مجملين أبرز مظاهر الإنفعالات و الاضطرابات النفسية لهذه الفئة.

وأهم ما استخلصناه يتمثل في أن النشاط الرياضي الترويحي يعمل على تحسين المزاج المتخلفين عقليا وذلك بتخفيض الاضطرابات النفسية و تنمية الصحة النفسية لتكوين شخصيتهم تكوينا متكاملًا باشتراكهم في التربية الرياضية الترويحية.

قائمة المصادر و المراجع

أ. المراجع باللغة العربية:

1. إبراهيم رحمة. (1998). تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، ط. 1. عمان: دار الفكر العربية للطباعة و النشر .
2. الخالدي ، محمد علي أديب . (1975). سيكولوجية المتفوقين عقليا . بغداد :مطبعة دار السلام.
3. أمين أنور الخوري . (1996). الرياضة والمجتمع . الكويت :سلسلة عالم المعرفة.
4. جرار جلال، فاروق الروسان . (1995). دليل مقياس المهارات اللغوية للمعوقين عقليا . عمان :مطبعة الجامعة الأردنية.
5. حزام محمد رضا القزويني . (1987). التربية الترويحية . بغداد :دار العربية للطباعة.
6. عبد الرحمن العيسوي . (1994). التخلف العقلي . بيروت :دار النهضة العربية للطباعة و النشر.
7. عطيات محمد خطاب . (1982). أوقات الفراغ و الترويح، ط 3. القاهرة :دار المعارف.
8. فاروق الروسان . (1998). سيكولوجية الاطفال غير العاديين . عمان :دار الفكر للطباعة و النشر.

9. فاروق الروسان (1983). مناهج المهارات الاستقلالية للمعوقين عقليا .البحرين :

مطابع وزارة الإعلام.

10. فيوليت فؤاد إبراهيم وآخرون (1990). بحوث ودراسات في سيكولوجية

الإعاقة .القاهرة :مكتبة زهراء الشرق.

11. ماجدة السيد عبيد (2000). الإعاقة العقلية .عمان :دار الصفاء للنشر و

التوزيع .

12. ماجدة السيد عبيد (2000). تعليم الاطفال المتخلفين عقليا .عمان :دار

الصفاء للنشر والتوزيع.

13. محمود محمد رفعت حسن (1977). الرياضة للمعوقين .مصر :الهيئة

المصرية العامة للكتاب.

14. مصري عبد الحميد حنورة (1991). رعاية الطفل المعوق .القاهرة :دار

الفكر العربي.

15. يوسف صلاح قطب (1990). مقدمة في تأهيل المعاقين .ماجدة السيد

عبيد :دار الصفاء للنشر والتوزيع.

ب. المراجع باللغة الأجنبية:

1. Aliane Touraine. (1989). Société poste industrielle . Paris : donoel.
2. Edouard Limbos. (1981). l'animation des groupes de culture et de loisirs.
Paris: edition F.S.C.
3. Paul foul quie. (1978). vocabulaire des science sociales. paris.
4. R.Md casablanca .(1968) .sociabilité et loisirs chez enfants, de la chaix et
neestle .paris.

استبيان خاص بالمربين لمركز الإعاقة العقلية

المعلومات الشخصية:

س1: الجنس.

ذكر

س2: المستوى التعليمي:

شهادة جامعية شهادة الكف بدون شهادة

س3: سنوات الخبرة:

من 01 إلى 05 سنوات 06 إلى 09 سنوات من 10 سنوات

المحور الأول: مراحل سير حصة الرياضة الترويحية

س4: هل تتوفر لديكم الوسائل و الأدوات اللازمة لسير حصة الرياضة الترويحية ؟

نعم

س5: هل تتوفر لديكم القاعات اللازمة لممارسة الأنشطة الرياضية ؟

نعم

س6: هل الطفل المعاق يستجيب للمربي في حصة الرياضة الترويحية ؟

نعم

س7: هل الوقت المخصص للأنشطة الرياضية كاف ؟

نعم

س8: ما هو الجانب المرتكز عليه في أداء النشاط الرياضي الترويحي ؟

الترفيهي البدني

س9: ما نوع الأنشطة الرياضية الممارسة في المركز ؟

فردية جماعية

المحور الثاني: أثر حصة الرياضة الترويحية في خفض الاضطرابات النفسية للمعاقين عقليا

س10: هل للحصة الرياضية الترويحية أثر في خفض السلوك العدواني لدى المعاقين عقليا ؟

نعم

س11: هل للحصة الرياضية الترويحية أثر في التخفيف من القلق لدى المعاقين عقليا ؟

نعم

س12: هل للحصة الرياضية الترويحية أثر في التقليل من الإحباط لدى المعاقين عقليا ؟

نعم

س13: هل للحصة الرياضية الترويحية أثر في التقليل من الشعور بالتوتر لدى المعاقين عقليا ؟

نعم

المحور الثالث: أثر الحصة الرياضية الترويحية في تحسين الصحة النفسية للمعاقين عقليا

س14: هل للحصة الرياضية الترويحية أثر في تنمية الشعور بالثقة بالنفس لدى المعاقين عقليا ؟

نعم

س15: هل للحصة الرياضية الترويحية أثر في تنمية الشعور بالهدوء والراحة لدى المعاقين عقليا ؟

نعم

س16: كيف هي طريقة التواصل مع المعاقين عقليا في حصة الرياضة الترويحية ؟

سهلة متوسطة صعبة

ملخص البحث

هدفت الدراسة إلى إبراز أثر حصة رياضية ترويحية في تحسين مزاج المعاقين عقليا وكان الفرض من الدراسة أن لحصة الرياضة الترويحية أثر في تحسين المزاج لدى المعاقين عقليا، و تكونت عينة البحث من 10 مربين من مركز سيدي علي للإعاقة العقلية بولاية مستغانم تم اختيارها بطريقة عشوائية، واعتمدنا في بحثنا هذا على استبيان يحوي 16 سؤالاً وزعناه على المربين للإجابة عنه بغرض تحليل النتائج و الإجابة على الفرضيات، و توصلنا إلى أن للنشاط الرياضي الترويحي دور في تخفيض الاضطرابات النفسية و تحسين الصحة النفسية للمعاقين عقليا، و في الأخير و جب علينا التنويه بتخصيص الوسائل اللازمة و القاعات الرياضية بمراكز الإعاقة العقلية لسير حصة الرياضة الترويحية على أحسن وجه، لما لها من فوائد نفسية على هذه الفئة من المجتمع.

الكلمات المفتاحية:

حصة الرياضة الترويحية الإعاقة العقلية المزاج

Résumé de l'étude

L'étude visait à mettre en évidence les effets d'une séance de sport de loisir sur l'amélioration de l'humeur des handicapés mentaux, en partant du principe que la part du sport de loisir avait un effet sur l'amélioration de l'humeur des handicapés mentaux. Dans cette recherche, nous avons distribué aux éducateurs un questionnaire contenant 16 questions afin d'analyser les résultats et de répondre aux hypothèses; nous avons constaté que la pratique de sports de loisir joue un rôle dans la réduction des troubles mentaux et l'amélioration de la santé mentale des handicapés mentaux. Les centres de crise et les salles de sport des handicapés mentaux de partager la conduite du sport le plus récréatif, en raison de ses avantages psychologiques sur cette catégorie de la société.

les mots clés

Sports de loisirs

Handicap mental

Humeur