



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم : النشاط الحركي المكيف

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس



دور الأنشطة الحركية المكيفة في تحسين المهارات الإجتماعية لدى المعاقين حركيا

تحت اشراف :

_ أ/ سنوسي عبد الكريم

من اعداد الطالبان:

- بن صغير سفيان

- دهيني محمد سيف الدين

السنة الجامعية : 2017 / 2016

إهداء

إلى من قال فيها الصادق الصديق الذي لا ينطق على الهواء.

"الجنة تحت أقدام الأمهات"

إلى التي حملتني في بطنها و سهرت لأجلي

أمي إلى التي باركتني بدعائها وسامحتني بحبها وحنانها الغالية

والعزيزة على قلبي و إلى صاحب النفوذ والدي.

إلى أعلى كنز وهبه الله لي إخوتي يوسف، محمد والمدلل عبد القادر وأخواتي

والى كل العائلة.

إلى أستاذي المحترم سنوسي عبد الكريم الذي ساعدني كثيرا

في بحثي هذا شكرا جزيلا كما نشكر كل من ساعدونا وقدموا لنا العون من الأساتذة

الكرام خاصة الأستاذة حسيبة بوهادي بدون أن ننسى زملائنا الطلاب

فجزاهم الله جميعا خير الجزاء على ما قدموه

وجعل الله لهم ذلك ذخرا في الآخرة.

الإهداء

إلى من قال فيهما المولى عز وجل:

"وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيراً"

إلى من قال فيها المصطفى صلى الله عليه وسلم:

"الجنة تحت أقدام الأمهات"

إلى نسمة الحياة التي أعيش بها أُمِّي الغالية "حفظها الله"

إلى من علمني الجد والاجتهاد والصبر وان مسافة الألف ميل تبدأ بخطوة

أبي العزيز حفظه الله

إلى جميع إخوتي وأخواتي رعاهم الله و وفقهم لكل خير

إلى جميع الأهل والأقارب

إلى جميع الأصدقاء وزملاء الدراسة والعمل

.....إلى كل من حملهم قلبي ونسيهم قلمي.....

شكر وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم

قال تعالى: " وقل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله

والمؤمنون "

صدق الله العظيم.

الحمد لله والشكر لله الذي وفقنا ويسر لنا سبيل إنجاز هذا

العمل المتواضع.

أتقدم بفائق التقدير وجزيل الشكر للأستاذ المشرف " سنوسي عبد الكريم " الذي أشرف

على تأطيرنا في هذا البحث والذي لم يبخل علينا بتوجيهاته ونصائحه القيمة طيلة فترة

انجاز هذا البحث.

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى كل أساتذة ودكاترة المعهد ونخص بالذكر الأستاذة

حسيبة بوهادي .

والى كل من قدم لنا يد العون والمساعدة من قريب أو من بعيد وإلى كل من شجعنا

ولو بكلمة طيبة راجيا من الله عز وجل

أن يعود بالنفع والفائدة المرجوة للجميع.

ملخص البحث:

عنوان الدراسة: دور الأنشطة الحركية المكيفة في تحسين المهارات الإجتماعية لدى المعاقين حركيا

إن الهدف من هذه الدراسة هو تحسين المهارات الإجتماعية لدى المعاقين حركيا من خلال الأنشطة الحركية المكيفة عند رياضيي السباحة فئة المعاقين حركيا كأساس لتحسين المهارات الإجتماعية لديهم .

وإنطلاقا من هذا اجرينا دراسة وصفية على عينة قدرها 13 معاق ممارسة لرياضة السباحة لدى المعاقين حركيا وقد تم إختيار هذه العينة بطريقة مقصودة ، وقد إستعملنا المنهج الوصفي من اجل تحقيق مبتغانا وهدفها من هذه الدراسة وتقديم الحلول المناسبة وذلك عن طريق إستمارة إستبيان والتي من خلالها تمكنا من الوصول الى دلالة إحصائية في النتائج ، وكدراسة مستقبلية نسعى ونطمح الى أن يكون بحثا اكثر تطورا في الإستخدام وذلك بتطبيق المنهج التجريبي وذلك من خلال تقديم دروس للسباحين المعاقين من أجل تطوير المهارات الإجتماعية بشكل سليم .

الكلمات المفتاحية:

1. الأنشطة الحركية المكيفة.
2. المهارات الإجتماعية.
3. المعاقين حركيا.

قائمة الجداول

56	الجدول 1 يوضح نتائج الصدق والثبات
59	الجدول 2 يوضح نتائج السؤال الأول
60	الجدول 3 يوضح نتائج السؤال الثاني
62	الجدول 4 يوضح نتائج السؤال الثالث
63	الجدول 5 يوضح نتائج السؤال الرابع
65	الجدول 6 يوضح نتائج السؤال الخامس
66	الجدول 7 يوضح نتائج السؤال السادس
68	الجدول 8 يوضح نتائج السؤال السابع
69	الجدول 9 يوضح نتائج السؤال الثامن
71	الجدول 10 يوضح نتائج السؤال التاسع
72	الجدول 11 يوضح نتائج السؤال العاشر
74	الجدول 12 يوضح نتائج السؤال الحادي عشر
75	الجدول 13 يوضح نتائج السؤال الثاني عشر
77	الجدول 14 يوضح نتائج السؤال الثالث عشر
78	الجدول 15 يوضح نتائج السؤال الأول
80	الجدول 16 يوضح نتائج السؤال الثاني
81	الجدول 17 يوضح نتائج السؤال الثالث
83	الجدول 18 يوضح نتائج السؤال الرابع
84	الجدول 19 يوضح نتائج السؤال الخامس
86	الجدول 20 يوضح نتائج السؤال السادس
87	الجدول 21 يوضح نتائج السؤال السابع
89	الجدول 22 يوضح نتائج السؤال الثامن
90	الجدول 23 يوضح نتائج السؤال التاسع
92	الجدول 24 يوضح نتائج السؤال العاشر
93	الجدول 25 يوضح نتائج السؤال الحادي عشر
95	الجدول 26 يوضح نتائج السؤال الثاني عشر
96	الجدول 27 يوضح نتائج السؤال الثالث عشر
98	الجدول 28 يوضح نتائج السؤال الرابع عشر

قائمة الأشكال

- 60.....رسم توضيحي 1 يمثل نتائج السؤال الأول
- 61.....رسم توضيحي 2 يمثل نتائج السؤال الثاني
- 63.....رسم توضيحي 3 يمثل نتائج السؤال الثالث
- 64.....رسم توضيحي 4 يمثل نتائج السؤال الرابع
- 66.....رسم توضيحي 5 يمثل نتائج السؤال الخامس
- 67.....رسم توضيحي 6 يمثل نتائج السؤال السادس
- 69.....رسم توضيحي 7 يمثل نتائج السؤال السابع
- 70.....رسم توضيحي 8 يمثل نتائج السؤال الثامن
- 72.....رسم توضيحي 9 يمثل نتائج السؤال التاسع
- 73.....رسم توضيحي 10 يمثل نتائج السؤال العاشر
- 75.....رسم توضيحي 11 يمثل نتائج السؤال الحادي عشر
- 76.....رسم توضيحي 12 يمثل نتائج السؤال الثاني عشر
- 78.....رسم توضيحي 13 يمثل نتائج السؤال الثالث عشر
- 79.....رسم توضيحي 14 يمثل نتائج السؤال الأول
- 81.....رسم توضيحي 15 يمثل نتائج السؤال الثاني
- 82.....رسم توضيحي 16 يمثل نتائج السؤال الثالث
- 84.....رسم توضيحي 17 يمثل نتائج السؤال الرابع
- 85.....رسم توضيحي 18 يمثل نتائج السؤال الخامس
- 87.....رسم توضيحي 19 يمثل نتائج السؤال السادس
- 88.....رسم توضيحي 20 يمثل نتائج السؤال السابع
- 90.....رسم توضيحي 21 يمثل نتائج السؤال الثامن
- 91.....رسم توضيحي 22 يمثل نتائج السؤال التاسع
- 93.....رسم توضيحي 23 يمثل نتائج السؤال العاشر
- 94.....رسم توضيحي 24 يمثل نتائج السؤال الحادي عشر
- 96.....رسم توضيحي 25 يمثل نتائج السؤال الثاني عشر
- 97.....رسم توضيحي 26 يمثل نتائج السؤال الثالث عشر
- 99.....رسم توضيحي 27 يمثل نتائج السؤال الرابع عشر

قائمة المحتويات:

التعريف بالبحث

- 1 مقدمة:
- 2 المشكلة:
- 3 أهداف البحث:
- 3 الفرضيات:
- 3 الفرضية العامة:
- 4 الفرضيات الجزئية:
- 4 أهمية البحث:
- 4 مصطلحات البحث:
- 4 المهارات الاجتماعية:
- 5 النشاط الحركي المكيف:
- 6 الدراسات السابقة والمثابرة:

الباب الأول: الخلفية النظرية للموضوع

الفصل الأول: الأنشطة الحركية المكيفة والإعاقة

- 11 تمهيد:
- 12 1 مفهوم الإعاقة و المعاقين:
- 12..... 1.1 تعريف الإعاقة :
- 12..... 2.1 أهم تعريف الإعاقة:
- 13..... 3.1 نبذة تاريخية عن المعاقين :
- 17..... 4.1 مفهوم المعاقين حركيا :
- 17..... 5.1 أهم تعريف الإعاقة الحركية :
- 18 2النشاط الحركي المكيف:
- 19..... 1.2 مفهوم النشاط الحركي المكيف :
- 20..... 2.2 نبذة تاريخية حول رياضة المعاقين في العالم:

23.....	3.2 تاريخ رياضة المعاقين في الجزائر:
24.....	4.2 أنواع النشاط الحركي المكيف:
27.....	5.2 أقسام الأنشطة البدنية و الرياضية المكيفة:
27.....	الأنشطة الفردية:
28.....	الأنشطة الجماعية:
28.....	6.2 تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف :
28.....	النشاط الرياضي الترويحي :
29.....	الالعاب الصغيرة الترويحية :
29.....	الالعاب الرياضية الكبيرة :
29.....	الرياضات المائية :
29.....	النشاط الرياضي العلاجي :
29.....	النشاط الرياضي التنافسي :
30.....	7.2 أهمية و أهداف ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية المكيفة للمعاقين:
30.....	1.7.2 الأهمية :
31.....	2.7.2 الأهداف :

الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية

35	تمهيد:
35	1 مفهوم المهارة :
36	2 تعريف المهارات الاجتماعية:
36.....	1.2 لتعريفات ذات الطابع السلوكي للمهارات الاجتماعية:
37.....	2.2 التعريفات ذات الطابع المعرفي للمهارات الاجتماعي:
38.....	3.2 التعريفات ذات الطابع التكاملي للمهارات الاجتماعية (معرفية سلوكية):
40	3 تصنيف العلماء والباحثين لأنواع المهارات الاجتماعية :
44	4 مكونات المهارات الاجتماعية:
44.....	1.4 نموذج موريسون (Morrison, G, 1981):
44.....	1.1.4 المكونات التعبيرية :
44.....	2.1.4 العناصر الاستقبالية :

- 44.....:الاتزان التفاعلي: 3.1.4
- 44.....: (Riggio, R, 1990) : نموذج ريجيو 2.4
- 44.....:الاتصال غير اللفظي: 1.2.4
- 45.....:الاتصال اللفظي: 2.2.4
- 46.....: (Merrell, W, 1998) : نموذج ميرل 3.4
- 46.....:التفاعل الاجتماعي: 1.3.4
- 46.....:الاستقلال الاجتماعي: 2.3.4
- 46.....:التعاون الاجتماعي: 3.3.4
- 46.....:الضبط الذاتي: 4.3.4
- 46.....:المهارات البين شخصية: 5.3.4
- 46.....:المهارات الاجتماعية المدرسية: 6.3.4
- 46.....: (عتريس هاني، 1997): 4.4 نموذج هاني
- 46.....:مهارات الاتصال اللفظي: 1.4.4
- 47.....:مهارات الاتصال غير اللفظي: 2.4.4
- 48:المهارات الاجتماعية لدى المعاقين حركيا: 5
- 50: طرق واستراتيجيات اكتساب المهارات الاجتماعية: 6

الباب الثاني: الجانب الثاني للموضوع

الفصل الأول: منهجية البحث والاجراءات الميدانية

- 52: منهج البحث: 1
- 53: مجتمع وعينة البحث: 2
- 53.....: 1.2 مجتمع البحث:
- 53.....: 2.2 عينة البحث:
- 53: 3 متغيرات البحث:
- 54: 4 مجالات البحث:
- 54.....: 1.4 المجال البشري:
- 54.....: 2.4 المجال الزمني:

54.....	3.4 المجال المكاني:
54	5 أدوات البحث :
55	6 الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة :
55.....	1.6 صدق الاستبيان:
56.....	2.6 الثبات:
56.....	3.6 الموضوعية :
57	7 الدراسات الإحصائية :
الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج	
59	1 عرض و تحليل نتائج الاستبيان:
59.....	1.1 عرض و تحليل نتائج المحور الاول: الانشطة الحركية المكيفة
78.....	2.1 عرض و تحليل نتائج المحور الثاني: المهارات الاجتماعية
99	الاستنتاجات:
101	مناقشة نتائج الفرضيات:
101.....	3.1 مناقشة الفرضية الأولى :
102.....	4.1 مناقشة الفرضية الثانية:
103	2 اقتراحات وتوصيات:
106	3 المصادر والمراجع:
106.....	1.1.3 المراجع باللغة العربية:
113.....	2.1.3 المراجع الأجنبية:
ث.....	4 ملخص البحث:

التعريف بالبحث

- مقدمة البحث
- مشكلة البحث
- أهداف البحث
- الفرضيات
- أهمية البحث
- مصطلحات البحث
- الدراسات المشابهة

مقدمة:

تعتبر قضية المعاقين من القضايا الحساسة، التي أصبحت تلاحق المجتمعات البشرية قديما وحديثا، مما لاشك فيه وعبر العصور أن الإعاقة أمرا مقبولا من الإنسان ولا مرغوبا فيها ليتعدى ذلك النفور ويشمل المجتمع الذي ينتمي إليه، لذا حاول الإنسان القضاء على الإعاقة وعلى مسبباتها، بحيث تعتبر هذه الإعاقة أو القصور ناتجة عن إصابات وراثية أو مكتسبة، مما يجعلهم غير قادرين على القيام بالأعمال ومختلف أنشطتهم في الحياة اليومية وذلك فهم يحتاجون إلى رعاية خاصة حيث أن العناية بالمعاقين تعتبر احد الدلائل ومقياس تقدم الأمم وذلك بمدى اهتمامها بأبنائها لأنهم الأمل الذي يسعون إلى تحقيقه، بحيث اختلفوا في الأسلوب ودرجة الاهتمام و العناية بهذه الشريحة نجد أن العصور الحديثة اهتمت بالمعاق ووفرت له العناية اللازمة و الشاملة بداية من الوقاية من أسباب الإعاقة وصولا بالتكفل بأصحابها فأنشأت المعاهد والجمعيات على سبيل المثال جمعية النصر لرياضة المعاقين حركيا مستغنام التي أخذنا منها العينة و طرحت عليها الدراسة وكذا مراكز التكوين الخاصة بالمعاقين، وابتكرت الطرق التي تتلاءم معهم .

إذ يمكننا أن نلتمس هذا الاهتمام من خلال العمل على إدماج هذه الفئة اجتماعيا و مهنيا مع توفير سبل الراحة للمعاق، مما يجعله كفيلا بنمو و بناء شخصيته و تأهيله بالشكل الصحيح ليصبح قادرا على العمل و الإبداع، و في هذا ذكرت فاتن عبد الفتاح أن الشعور بالنقص و القصور الذي توحى به إلى الفرد أعضاء بدنه المعاق يصير على الدوام فعلا في نموه النفسي، ذلك أن وجود الأعضاء القاصرة دائما يؤثر على حياة الفرد النفسية لأنها تحقره في نظر نفسه، و تزيد من شعوره بالنقص و الدونية وعدم الأمان ، كما تؤدي العيوب الجسمية إلى شعور الفرد بالفشل و الشعور بالرفض من قبل الآخرين و العجز عن الوفاء بدا تتطلبه أمور الحياة.

كذلك أكدت الكثير من الدراسات على قصور المهارات الاجتماعية لدى المعاقين حركيا، وسعت تلك الدراسات إلى تنمية تلك المهارات لدى الفئة الذين يعانون من الكثير من المشاكل السلوكية و الانفعالية نتيجة قصور هذه المهارات ومحدودية

العلاقات و الصداقات. كينج آخرين ((KING ET AC(1997) ، فيليس جوردون وآخرين
((1997)PHYLISS WORDON ET AC) .

لذا فتنمية المهارات الاجتماعية فئة الإعاقة تمثل خطوة إيجابية نحو تحقيق
الصحة النفسية ،لأن تنمية قدرة المعاق على التعامل مع البيئة الاجتماعية بطريقة
فعالة وإيجابية تتيح الفرصة له للوعي بذاته و تقديره لها الأمر الذي ينعكس بدوره
على باقي جوانب الشخصية الأخرى بصورة إيجابية و فعالة.
إذن نحاول في البحث وضع إطار منهجي لإشكالية الدراسة التي تعمل على
دراسة الآثار الايجابية للممارسة الرياضية المكيفة في تحسين بعض المهارات
الاجتماعية لدى المعاقين حركيا، فالمهارات الاجتماعية عند المعاق حركيا تعتبر
من أهم العوامل التي تؤثر على توافقه الشخصي والنفسي والاجتماعي.
المشكلة:

صممت رياضة المعاقين للتعرف على المشكلات والمساعدة على حلها، وتقديم
الخدمات من النواحي النفسية والحركية والاجتماعية، وتشمل هذه الأخيرة على
المساعدات الحركية والبرامج التربوية الفردية والتدريب والتدريس لهذه الفئة لمساعدتهم
على النمو السليم، والوصول إلى أقصى مدى تؤهله لهم إمكاناتهم وقدراتهم سعيا
لتحقيق حياة أفضل لهم، وأن هذه الخدمات يجب أن تقدم من طرف أشخاص مؤهلين
ومتخصصين لهذا النوع من الرياضة أو من طرف أشخاص لهم خبرة في هذا المجال،
وتكيف وتأقلم الفرد المعاق مع ضغوط الحياة المعاصرة، والشعور بالنقص الذي ينجم
من فكرة أن الهيئة العامة لكل شخص هي مقياس لتفكيره ومشاعره ومزاجه، والهيئة
الجيدة للشخص تعطي انطباعا جيدا وتعكس صورة تفاؤل وحب للمبادرة والثقة بالنفس،
في حين تعكس الهيئة الضعيفة انطباعا سيئا الذي يتمثل في قلة الثقة بالنفس وضعف
الشخصية والظهور بمظهر التعب الدائم (صادق، و فريق، 1990).

بحيث تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة حرجة لكل فرد عموما والمعاقين خصوصا،
سواء من الناحية النفسية أو السلوكية ، فقد أشارت الكثير من الدراسات والأبحاث إلى
أن المعاقون يعانون من الشعور بالإحباط و الحزن و الوحدة النفسية و عدم القدرة
على التعامل مع المشكلات و الأفكار و نقص المهارات الاجتماعية اللازمة للتفاعل

مع الآخرين، و المعاقون حركيا متأثرون بشكل كبير من هذه المشكلات النفسية و السلوكية فكان من اللازم الاعتناء بهم من جميع النواحي و باستعمال كل الوسائل و الإمكانيات المتاحة، و من بين أهم الوسائل المستعملة للتخفيف من التأثيرات النفسية للإعاقة هي ممارسة الرياضة، غير أن الباحث لاحظ أن ممارسة هذه الفئة للرياضة محصورة في بعض المراكز الخاصة بهم بالإضافة إلى بعض الفرق والجمعيات وهي غائبة تماما في مؤسساتنا التربوية .

وعليه فبالربط بما قلناه مع ما يراه " جون ديوي " بأن النشاط الحركي يعد نشاط هادف و بناء يساهم في تنمية القيم والمهارة لدى الفرد الممارس له وعليه فإننا نقوم بطرح الإشكالية التالية:

هل للنشاط الحركي المكيف دور في تحسين المهارات الاجتماعية لدى المعاقين حركيا؟

و من خلال الإشكالية العامة تبين لنا عدة تساؤلات فرعية وهي:

- هل للأنشطة الحركية المكيفة دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية .
- هل تساعد الأنشطة الحركية المكيفة المعاقين على الاندماج في المجتمع.

أهداف البحث:

- معرفة أهمية ممارسة الرياضة وانعكاساتها على المهارات الاجتماعية للفرد المعاق حركيا.
- التعرف على الأثر الذي يمكن أن يحدثه نشاط رياضي مقترح في تنمية بعض المهارات الاجتماعية للمعاقين حركيا
- الكشف عن مدى مساهمة النشاط الحركي المكيف في رفع من درجة تقييم المعاق حركيا لقدراته و مهاراته.

الفرضيات:

الفرضية العامة:

- لممارسة النشاط الحركي المكيف دور فعال في تحسين المهارات الاجتماعية للمعاقين حركيا.

الفرضيات الجزئية:

- للأنشطة الحركية المكيفة دور ايجابي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية .
- تساعد الأنشطة الحركية المكيفة المعاقين على الاندماج في المجتمع.

أهمية البحث:

يعد العمل مع المعاقين قضية إنسانية وخدمة تحتاج إلى وعي دقيق، حيث يتم من خلالها توجيههم وتقديم العون لهم والمساعدة من اجل الانتفاع من مواهبهم وقدراتهم المختلفة وهنا يبرز دور النشاط الحركي المكيف في تحسين المهارات الاجتماعية وكذا تغلبهم على العراقيل التي تتركها الإعاقة، كما يزيد من راحتهم النفسية وتوافقهم الاجتماعي .

كما تعتبر دراسة المهارات الاجتماعية لدى المعاقين حركيا من الموضوعات الهامة التي مازالت تحضا بأهمية كبيرة في البحوث النفسية و الاجتماعية وإيماننا منا بالدور الفعال التي تلعبه ممارسة الأنشطة الحركية المكيفة وتطوير المهارات الاجتماعية الايجابية لهم ، لذا اقترحنا هذه الدراسة لإبراز مكانة ممارسة الأنشطة الحركية المكيفة في حياة المعاق حركيا .

مصطلحات البحث:

المهارات الاجتماعية:

المفهوم اللغوي:

المهارات في اللغة: جمع مهارة. والمهارة هي الحذق في الشيء، والإحكام له، والأداء المتقن له. يقال: مهَرَ الشيء مهارة، أي: «أحكمه وصار به حاذقا، فهو ماهر، ويقال: مهَر في العلم وفي الصناعة وغيرهما». ويقال: تمهر في كذا أي: «حذق فيه فهو متمهر.. يقال: تمهر الصناعة». والمهارة هي الإحاطة بالشيء من كل جوانبه، والإجادة التامة له. يُقال: الماهر، أي: الحاذق بكل عمل والسايح المجيد.

المفهوم الاصطلاحي:

قدرة الفرد على أن يعبر بصورة لفظية وغير لفظية عن مشاعره ، وآرائه ، وأفكاره للآخرين ، وأن ينتبه ويدرك في الوقت نفسه الرسائل اللفظية وغير اللفظية الصادرة

عنهم ، ويفسرها على نحو يسهم في توصية سلوكه حيالهم وأن يتصرف بصورة ملائمة في مواقف التفاعل الاجتماعي معهم، ويتحكم في سلوكه اللفظي وغير اللفظي فيها ، ويعد له كدالة لمتطلباتها على نحو يساعده على تحقيق أهدافه. (شوقي، 2003، صفحة 52)

المفهوم الإجرائي:

مجموع درجات القدرات التي يحصل عليها الأشخاص المعاقين حركيا على بنود مجالات مقياس المهارات الاجتماعية المستعملة في الدراسات الحالية

النشاط الحركي المكيف:

المفهوم اللغوي:

الأنشطة البدنية المكيفة تعني الرياضة والألعاب و البرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدتها ويتم ذلك وفقا للاهتمامات الأشخاص الغير قادرين وفي حدود قدراتهم. (ابراهيم و آخرون، 1998، صفحة 25).

المفهوم الاصطلاحي :

تستخدم كلمة النشاط البدني كتعبير يقصد بها المجال الكلي بحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب أو لتنشيط والتربص في مقابل الكسل والوهن والخمول والواقع إن النشاط البدني في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل أنواع النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام. (ابراهيم و آخرون، 1998، صفحة 25).

المفهوم الإجرائي:

هو مجموعة الأنشطة الرياضية المختلفة والمتعددة والتي تشمل التمارين والألعاب الرياضية التي تم تعديلها وتكيفها مع حالات الإعاقة حسب نوعها وشدتها بحيث تتماشى مع قدرتهم البدنية واجتماعية وعقلية.

المعاق حركيا:

المعاق حركيا بصفة عامة هو الشخص الذي لديه سبب يعوق حركته، ونشاطه الحيوي نتيجة لخلل أو عاهة، كما يعرف على أنه الشخص الذي لديه عضلات أو

مفاصل أو عظام بطريقة تحد من حركتها، ووظيفتها العادية وبالتالي تؤثر على تعليمه وحالته النفسية (بوحמיד، 1985)

من خلال بحثنا هذا فإن المعاق حركيا هو الشخص الذي لديه عائق جسدي يمنعه من القيام بوظائفه الحركية بشكل طبيعي نتيجة مرض أو إصابة أدت إلى ضمور في العضلات أو فقدان في القدرة الحركية أو الحسية أو كليهما معا في الأطراف السفلية، فأصبح لديه نقص من حيث إقامة العلاقات الاجتماعية فيجد صعوبات في القيام بنشاطاته اليومية منها ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف، ويحتاج إلى وسائل للتنقل منها الكراسي والعربات... الخ، كما يحتاج أيضا إلى برامج طبية ونفسية واجتماعية وتربوية ورياضية ومهنية لمساعدته في تحقيق أهدافه الحياتية والعيش بأكبر قدر من الاستقلالية.
الدراسات السابقة والمشابهة:

دراسة حربي سليم بعنوان : ممارسة النشاط البدني المكيف وعلاقته بمستوى تقدير الذات لدى المعاقين حركيا ، سنة 2007-2008 بالجزائر العاصمة
كانت مشكلة البحث تتمثل في التساؤل التالي :

هل هناك علاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف ومستوى تقدير الذات لدى المعاقين حركيا ؟

كان هدف البحث يتمثل في إبراز مدى مساهمة النشاط البدني الرياضي المكيف في تحسين نظرة المعاق حركيا لنفسه وتقييمه لها ، وبالتالي إثبات وجود علاقة بين ممارسة هذا النشاط ومستوى تقدير الذات ، أما غرض البحث تمثل في :
توجد علاقة إرتباطية بين ممارسة المعوقين حركيا للنشاط البدني الرياضي المكيف ودرجة تقديرهم لذاتهم ، فالممارسين لهم مستوى مرتفع لتقدير الذات مقارنة بغير الممارسين .

اعتمد الباحث على المنهج الوصفي وكانت عينة البحث مقدر ب 40 رياضي معاق بالنسبة للعينة الممارسة والعينة الغير ممارسة واستخدم مقياس تقدير الذات كأداة، ومن أهم نتيجة توصل إليها هذا البحث هو انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية

في مستوى الذات العقلية و الأكاديمية بين المعوقين حركيا الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف ، ولصالح الممارسين .

دراسة تركي أحمد: دور النشاط الرياضي التنافسي المكيف في الإدماج الاجتماعي للمعاقين حركيا، مذكرة ماجستير، قسم التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 2004 تناول الباحث موضوع الإدماج الاجتماعي للمعوقين حركيا كمتغير يتأثر إيجابا بممارسة النشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف، استخدم الباحث المنهج الوصفي، وبعد تطبيق أدوات البحث المتمثلة في مقياس تقبل الإعاقة والاستبيان على مجموعتين، مجموعة ممارسة تمثلت في الأندية الرياضية لألعاب القوى، وأخرى غير ممارسة للنشاط البدني الرياضي، تمثلت في طلبة مراكز التكوين المهني، حيث كان من نتائج البحث وجود ارتباط بين ممارسة النشاط البدني التنافسي المكيف وتقبل الإعاقة، وذلك من خلال إثبات الفروق بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي، كذلك وجود علاقة بين الخصائص الفردية للفرد المعاق حركيا واندماجه الاجتماعي، ووجود فروق في السلوك الاجتماعي الايجابي بين الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين للنشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف.

أجري كل من كازيناف و بولتير و لوفورت (2006 cazenave peultier) دراسة هدفت إلى معرفة أثر ممارسة النشاط البدني والرياضي على المهارات الاجتماعية وتقدير الذات عند المراهقين المعاقين بإصابة القدم الحنفاء أجريت دراسة على عينة مكونة من (19) مراهق معاق بلغ متوسط أعمارهم 12,36 سنة تم اختيارهم من كشوفات مستشفى ميمورال الأمريكي المتواجد بمقاطعة ريمس بفرنسا قسمت إلى مجموعتين: المجموعة الأولى عدد أفرادها (9) أفراد مكونة من (4) إناث و(5) ذكور لم يمارسوا الرياضة تماما أما المجموعة الثانية فعددها (10) أفراد منهم (4) إناث و(6) ذكور يمارسون الرياضة بصفة منتظمة داخل النوادي الرياضية بلغ متوسط من الرياضات منها السباحة في الأسبوع (4,13) ساعة تم إشراك كلتا المجموعتين في ممارسة متنوعة من الرياضات منها السباحة، كرة القدم، الجيدو، ألعاب القوى وغيرها، وتم استخدام مقياس تقدير الذات لروزنبرج ومقياس تصور الذات البدنية .

أظهرت نتائج الدراسة أن ممارسة الرياضة الرياضية مرتبطة مع الزيادة في نتائج مقياس روزنبرج لتقدير الذات وتقدير الذات الكلي القيمة البدنية المدركة والكفاءة الرياضية إلى وجود ارتباط دال بين درجة تقدير الذات لمقياس روزنبرج والتقدير الكلي للذات وتمت ملاحظة نفس العلاقة بين تقدير الذات لمقياس روزنبرج والتقدير الكلي للذات مع القيمة البدنية المدركة والكفاءة الرياضية كما أن المراهقين المعاقين الممارسين للأنشطة الرياضية كان لديهم تقدير ذات عالي على مقياس روزنبرج بالمقارنة مع المراهقين المعاقين الذين لا يمارسون أي نشاط رياضي وكذا على متغيرات مقياس تصور الذات البدني، كما جاءت النتائج مماثلة مع مقياس المهارات الاجتماعية. تقدير الذات الإجمالي، القيمة البدنية المدركة، الكفاءة المدركة كما لم تظهر فروق ذات دلالة على متغيرات اللياقة البدنية والمظهر البدني والقوة.

دراسة صالح مجيلي بعنوان: دور برنامج رياضي مكيف مقترح ضمن حصة التربية البدنية والرياضة في تنمية بعض المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى التلاميذ المعاقين حركيا في الطور الثانوي، سنة 2011-2012 بالجزائر العاصمة، تمثلت مشكلة البحث في التساؤل التالي: هل للبرنامج الرياضي المقترح المكيف دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية و تقدير الذات لدى التلاميذ المعاقين حركيا في الطور الثانوي ؟

كان هدف البحث يتمثل في التعرف على الأثر الذي يمكن أن يحدثه برنامج رياضي مقترح ضمن حصة التربية البدنية والرياضة في تنمية بعض المهارات الاجتماعية ورفع مستوى تقدير الذات لدى فئة من التلاميذ المعاقين حركيا في الطور الثانوي، أما فرض البحث تمثل في : للبرنامج الرياضي المقترح المكيف دور في تنمية بعض المهارات الاجتماعية و تقدير الذات لدى التلاميذ المعاقين حركيا في الطور الثانوي.

اعتمد الباحث على المنهج التجريبي وكانت عينة البحث مقدر ب50 تلميذ من التلاميذ المعاقين حركيا تم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، واستخدم كأداة مايلي:

- مقياس المهارات الاجتماعية الاجتماعي للمعاقين حركيا (إعداد الباحث)

- مقياس تقدير الذات للمعاقين حركيا (إعداد الباحث)
- البرنامج الرياضي المكيف ضمن حصة التربية البدنية و الرياضية (إعداد الباحث)

واهم نتيجة توصل إليها هذا البحث حدوث تحسن في مستوى المهارات الاجتماعية و تقدير الذات لدى التلاميذ المعاقين حركيا وهذا يوضح تأثير البرنامج الرياضي المكيف المقترح ضمن حصة التربية البدنية و الرياضية على أفراد المجموعة التجريبية دون الضابطة.

التعليق على الدراسات:

من خلال تحليلنا للدراسات السابقة والمشابهة التي بها علاقة بموضوع بحثنا ترتبت لدينا فكرة حول دراستنا الحالية وذلك من خلال اتفاق الدراسات السابقة مع دراستنا في موضوع النشاط الحركي المكيف فكان تأثيرها على عدة متغيرات أخرى مختلفة حسب كل دراسة ،وتناولت الدراسات العينة بطريقة مقصودة تمثلت في فئة المعاقين واعتمدت على المنهج الوصفي ، أما الاختلاف بين الدراسات وموضوع بحثنا هو دور النشاط الحركي المكيف في تحسين المهارات الاجتماعية للمعاقين حركيا ، فكانت المهارات الاجتماعية لدى فئة المعاقين حركيا عنصر مهم يلزم علينا دراسته من مختلف جوانبه

نقد الدراسات السابقة :

يختلف الطالبان مع الدراسات السابقة التي تناولت بشكل مشابه الموضوع الذي حددناه والمتمثل في الأنشطة الحركية المكيفة ودورها في تحسين المهارات الاجتماعية لدى المعاقين حركيا وعلى هذا الأساس قام الطالبان بدراسة الموضوع بأنفسهم والسعي إلى تحقيق نتائج جيدة ودقيقة ومفيدة لمجتمع البحث.

الباب الاول
الجانب النظري

الفصل الاول
النشاط الحركي المكيف و الاعاقة

تمهيد:

تلعب المهارات الحركية دورا بالغ الأهمية في حياة الإنسان فهي ضرورية لتأدية كافة النشاطات في الحياة اليومية، وتعتبر أساسية في تأدية الواجبات الحياتية والمهنية كذلك وتلعب دورا حيويا في النمو المعرفي الذي يعتمد على قدرة الفرد على التنقل، والحركة والتعامل مع المحيط بكل تعقيداته وتناقضاته فحدوث الإعاقة الحركية يعني أن المعاق قد فقد القدرة على القيام ببعض الأعمال حيث لا تقتصر فقط على صعوبة التنقل، بل تشمل وظائف الأطراف التي تعتمد على عملية التحرك فتؤثر الإعاقة الحركية على سلوك الفرد وتصرفاته، حيث يصبح الشعور بالنقص والعجز عاملا فعالا في النمو النفسي للفرد، وتتسبب عنها اضطرابات نفسية مختلفة تعيق الحياة الطبيعية للفرد.

كما يعتبر النشاط الحركي من العمليات التربوية التي تنمي الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية لتحقيق النمو المتكامل للفرد.

فعندما وضعت أسس وقوانين النشاط الحركي وجهت أهدافها وفلسفتها إلى أهداف سامية، واهتمت حديثا بمعالجة قضايا الإنسانية، ومنها بشكل خاص فئة ذوي الاحتياجات، فأصبح يهدف إلى مساعدة هذه الفئة في الاندماج في المجتمع، وتنمية الصفات المرغوبة لتشكيل شخصية الفرد المعاق، والتغلب على الآثار النفسية السلبية التي تفرضها الإعاقة.

سنتطرق في هذا الفصل إلى إعطاء نظرة حول تاريخ الإعاقة و ظهور الرياضة المكيفة ، في العالم وفي الجزائر، مع تعريف الإعاقة والإعاقة الحركية عند العديد من الباحثين وتعريف الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة ، أسسها ، تصنيفاتها ، أهدافها وأهميتها .

1 مفهوم الإعاقة و المعاقين :

1.1- تعريف الإعاقة :

للإعاقة مفاهيم متعددة ومن بين هذه التعاريف نذكر ما يلي:

❖ **الإعاقة لغة :** تعني إعاقة الشيء يعوقه عوقاء و التعويق يعني المنع ويطلق التعويق على كل ما يقف امام المرء ,اي يمنعه من اداء نشاطه بكيفية عادية سواء كان هذا العائق عاديا او حسيا (الدين، 1993م، صفحة 25)

❖ **والإعاقة :** هي الضرر الذي يلحق بفرد معين ناتج عن العجز الذي يحد او يمنع من اشباع دور ما بشكل عادي لهذا الفرد (صادق، 1985م، صفحة 55)

❖ **والإعاقة :** هي ذلك النقص او القصور المزمّن او العلة التي تؤثر على قدرات الشخص فيصبح معوقا , سواء كانت الإعاقة جسمية او حسية او عقلية او اجتماعية , وهو الامر الذي يؤدي بالفرد الى الاستفادة الكاملة من الخبرات التعليمية والمهنية التي يستطيع الفرد العادي الاستفادة منها , كما تحول بينه المنافسة المتكافئة مع غيره والافراد العاديين في المجتمع (عبدو و محمد، 2001م، صفحة 28)

2.1 أهم تعريف الإعاقة:

حسب "تركي رابح" يطلق تعبير شخص معوق على كل شخص لا يستطيع تأمين حاجاته الأساسية بشكل تام أو جزئي في حياته الاجتماعية كنتيجة لعاهة خلقية وغير ذلك تؤثر في أهليته الجسمية و العقلية. (رابح، 1982، صفحة 55)

ويرى "مصطفى نصرأوي" و"عبد الله معاوية" (1982) ، أنه يعتبر معوق كل شخص ليست لديه مقدرة كاملة على ممارسة نشاط أو عدة أنشطة أساسية للحياة العادية، نتيجة إصابة وظائفه الحسية أو العقلية أو الحركية، إصابة ولد بها أو لحقت به بعد الولادة.

يعرف "صالح هيشان" 1983 ، المعوق بأنه الشخص الذي ينحرف عن مستوى الخصائص الجسمية أو العقلية أو الانفعالية، أو الاجتماعية بحيث يحتاج إلى خدمات خاصة، لعدم مقدرته على إشباع حاجاته . (سليمان، 2000، صفحة 32)

أما " فهمي " فقد عرف المعوق انه الشخص الذي لديه عيب ينتج عنه عامة أو يتسبب في عدم قيام العضلات أو العظام أو المفاصل بوظيفتها العادية، وتكون هذه الحالة إما خلقية أو ناتجة عن مرض أو حادثة، وتزداد خطورتها بسبب الجهل أو الإهمال أو المرض بالجهاز الحركي، والذي يحد من استقلالية الشخص ويحد من إمكانيات نشاطه في الحياة العادية، العائلية، المدرسية، المهني. (عبيد، 1999، صفحة 45).

3.1 نبذة تاريخية عن المعاقين :

أثار وجود الشخص المعاق اهتمام المجتمعات القديمة ومما يدل على ذلك وجود رسم لطفل مشلول على جدران معبد فرعوني وقد سادت في العصور القديمة فكرة البقاع للأصلح ، كما سيطرت الإعتقادات الخاصة عن المعاقين مما أدى إلى التخلص منهم وتركهم دون عناية ، لقد كان الناس في قديم الزمان يعتقدون أن الاطفال المعاقين عدوان البشر إذا سمح لهم بالبقاء ، لذلك كان يفضل قتلهم بمجرد ولادتهم وكانت بعض الشعوب البدائية تلجأ إلى لوم الاطفال الذين لا تظهر عليهم بادرة الذكاء باعتبارهم فئة عاجزة عن القيام بعمل نافع في المجتمع كما كانوا يقتلون ذوي الإعاقات و المرضى الذين لا يستحبون العلاج اعتقادا منهم إن ذلك في خدمة انسانية واجتماعية للأفراد الأصحاء وتشير إلى أن في بلاد ما بين النهرين سجل (حاموراني) ملك البابليين على الأحجار قوانين الجزاء والعقاب وطرق علاج فاقدى البصر والمبتورين ، و في اليونان كان الناس يلقون بالأطفال الضعفاء والمرضى والمعاقين للوحوش لقتلهم والتخلص منهم ، كما إتخذ الرومان من المتخلفين عقليا مجال للتسلية حيث كان المبدأ السائد هو معاقبة المعاقين وقد ظلت تلك الافكار الخاطئة سائدة في تلك المجتمعات حتى جاءت الأديان السماوية تحث الافراد والمجتمعات على العطف والحب والمساعدة ففي الديانة اليهودية ظهرت الوصايا العشر، والشعوب كتعبير عن حق العاجزين في العيش والحماية ، كما نادى الديانة المسيحية بالحب والسلام والمعاملة بروح الاخوة واحسن دليل على ذلك ان المسيح عليه السلام كان يشفي المريض والمعاق وقد ذكر هذا في الانجيل "ثم جيء اليه برجل كان به شيطان، وكان أعمى و أخرص فشفاه حتى ان الأعمى الاخرص ابصر وتكلم "،

كذلك تشبث الكثيرون من الرجال بالدين المسيحي لاخلق السيد المسيحي ومنهم القديس جيري جوري. (ابراهيم و ليلي، 1998، صفحة 22).

عندما جاء الإسلام وما حمله من تعاليم المحبة والتسامح والإخاء بين البشر، فقد تميز المجتمع الإسلامي بالاهتمام الشديد برعاية المعاقين، وخصص لهم من يساعدهم على الحركة والتنقل وأحسن المسلمون على حسن معاملتهم للمعاقين، واعتبرت حالة الإعاقة اختباراً من الله سبحانه وتعالى ففي الحديث الشريف عن الرسول صلى الله عليه وسلم قال: "إن الله إذا أحب عبده ابتلاه فإذا صبر اجتباه وإن رضي عنه اصطفاه وإن يئس نفاه وأقصاه"، وقال تعالى "ليس على الأعمى حرج ولا على الأعرج حرج ولا على المريض حرج". سورة الفتح، الآية 17 .

قد دعا الإسلام إلى حسن معاملة المعاق، والاهتمام به قال تعالى في كتابه العزيز "عبس وتولى أن جاءه الأعمى وما يدريك لعله يزكى أو يذكر فتنفعه الذكرى". سورة عبس، الآية 1.

لم يكتفي الإسلام عن حد الأذى المادي عن المسلم دون تفرقة ما بين معاق وسوي، وإنما طلب كف الأذى المعنوي المتمثل في النظرة والكلمة والإشارة، وغيرها من وسائل التحقير أو التصغير أو الاستهزاء، وذلك وفق تعاليم الدين الإسلامي، قال تعالى "يأيها الذين آمنوا لا يسخر قوم من قوم عسى أن يكونوا خيراً منهم" سورة الحجرات، الآية 11.

في العصر الحديث عملت الثورات الاجتماعية على الاهتمام بالإنسان، والاهتمام بحقوقه وتخليصه من الظلم، مما وُدد الاهتمام بالضعفاء والمعاقين والبحث عن وسائل لرعايتهم، وفي أعقاب الحرب العالمية الأولى كانت الأعداد الهائلة من المعاقين الذين تخلفوا عن الحرب عاملاً هاماً في البحث عن وسائل لرعايتهم، فبدأ التأهيل مصحوباً بصبغة اقتصادية تدعو إلى الاستفادة بطاقات المعاقين المهنية في الإنتاج، مما أدى إلى إنشاء أولى معاهد التأهيل المهني في الولايات المتحدة الأمريكية عام (1920)، فقد تطورت الأساليب والنظريات التي تبحث في هذا المجال، وذلك لتطور النظريات التربوية والاجتماعية والنفسية، حيث بدأت المجتمعات المتحضرة تنظر إلى المعاق بنظرة تفاؤلية وإنسانية. (ابراهيم، 1997، صفحة 22).

استمرت هذه النظرة إلى أعقاب الحرب العالمية الثانية، وصحب ذلك التطور الهائل في الجراحة الذي جاء نتيجة للتدمير البشري خلال الحرب العالمية الأولى، والتطور في صناعة الأجهزة التعويضية الذي صحب التطور التكنولوجي بصفة عامة، كما عمل الأطباء والمهندسون، والرياضيون، والاجتماعيون على البحث فيما يساعد الفرد المعاق من وسائل تكنولوجية، واجتماعية ونفسية، كي يحيا في بيئته حياة مناسبة، ويقوم بأنشطته اليومية بأقل جهد ممكن. (ابراهيم، 1997، الصفحات 27-28).

في هذا العصر كما يقول " حلمي إبراهيم "إن حضارة الأمم تقاس الآن بمقدار ما تقدمه من رعاية للمعوقين، وقد أمكن في هذا القرن تحقيق الانتصارات العلمية في العديد من العلوم المرتبطة بمجال المعاقين كالتطب والعلاج الطبيعي وعلم النفس... الخ، كما أجريت الأبحاث على الإعاقات المختلفة، وخاصة بعد الحروب الأخيرة في هذه الحقبة الزمنية، والتي ترتب عنها زيادة عدد المعاقين فأصبحوا بالملايين في العالم فكان لابد من الجهود المنظمة والعلمية للعناية بغير القادرين، وتختلف درجة العناية فيما بين المجتمعات وفقا للأسس الفكرية السائدة، ومستواها الاقتصادي كما أصبحت رعاية المعاقين حقا مشروعاً لهم وواجباً حتمياً على الدول. وقد أصدرت المنظمة الدولية وهيئاتها مواثيق تحدد حقوق الإنسان والحدود الدنيا لمستوى معيشة الفرد العادي والمعاق وفيما يلي ما يخص المعاقين :

- كفالة حق المعاق في الحياة الكريمة مهما بلغت درجة الإعاقة.
- يجب استغلال قدرات المعاق حتى لا يحرم من حقوقه الطبيعية والإنسانية.
- يفضل إنشاء مجتمعات خاصة بالمعاقين حفاظاً على حياتهم وتأكيداً على ممارستهم للحياة العادية.
- يجب على المجتمعات الاستفادة من البحوث العلمية لرعاية المعاقين.
- عجز الإنسان نسبياً، وليس كلياً، ولكل إنسان سمات قوة وضعف في شخصيته سواء كانت عقلية أو نفسية أو جسمية أو اجتماعية.

• يجب تدريب المعاق ورعايته حيث أن العناية بالمعاقين ذات قيمة اقتصادية وأخلاقية ذلك لكي يعتمد على نفسه، ولا يصبح عالة على المجتمع، (حلمي ابراهيم ، 1998، الصفحات 23-24) .

ومما سبق يظهر تغيير نظرة المجتمعات اتجاه المعاقين، وذلك بالاهتمام بالرعاية الكاملة لهم باعتبارهم أعضاء قادرين على الإنتاج في المجتمع كما سنت المنظمات والهيئات والقوانين لرعايتهم.

المعاقون في العالم:

إن من الصعب التحديد الإحصائي الدقيق لعدد المعاقين، وذلك لتقدير حجم مشكلة الإعاقة، وتوزيعهم بالنسبة للجنس أو السن أو الحالة الاقتصادية أو تصنيفهم لكل إعاقة، وقد قدرت هيئة الصحة العالمية عدد المعاقين في العالم عام (1992) بحوالي 530 مليون معاق تقريبا من سكان العالم منهم 122 مليون طفل يعيشون في بلدان العالم الثالث كما قدرت نسبة هؤلاء المعاقين بحوالي % 115 من مجموع سكان هذا العالم، ونجد أن هذه النسب تقل في المجتمعات المتقدمة إلى % 10 وتزداد في المجتمعات النامية لتصل نسبة المعاقين فيها إلى % 15.8 من تعداد أفراد المجتمع كما تختلف تلك النسبة من المجتمع إلى آخر حسب التوزيع العمري للسكان كذلك وفقا للمستوى الاقتصادي أو الاجتماعي، وقد يرجع ذلك إلى خصائص ذلك المجتمع.

ولعلنا نجد أن نسبة المعاقين في العالم العربي بين الأطفال أكثر من كبار السن، وذلك نتيجة الحوادث، وانتشار الأمراض أو إلى سوء التغذية، وربما إلى قصور الوعي الصحي أو التطعيم ضد الأمراض أوالى عدم توفر الخدمات العلاجية، ونضيف إلى ما سبق اتساع قاعدة الهرم السكاني حيث تتراوح نسبة الأطفال دون سن 15 عاما بين 50% و 45 % من التعداد العام للسكان أما في المجتمعات المتقدمة فتصل نسبة الأطفال دون خمسة عشر عاما إلى 25 % . (حلمي ابراهيم ، 1998، صفحة 37).

المعاقون في الجزائر:

إذا كانت وثائق الأمم تشير إلى أن عدد المعاقين في كل مجتمع يتراوح ما بين 10 إلى 15% من جملة عدد السكان، فإن عددهم في الجزائر ربما يفوق هذه النسبة وذلك بسبب الحرب الطويلة، التي خاضها الشعب الجزائري، بجميع فئاته الاجتماعية، ونتج

عنها ضحايا كثيرون ما بين معطوبين، مكفوفين، أصماء... الخ، ومصابين بأمراض عقلية ونفسية أو هما معا، وكان أحد أهم الأسباب التي أدت إلى ظهور هذه العاهات هي انفجار بعض القنابل، التي تسبب تشوهات عديدة للإنسان، ومن هنا وجدت الجزائر نفسها بعد الاستقلال تواجه مشاكل اجتماعية، ونفسية وصحية، بالنسبة لعدد كثير من المواطنين، حيث قدر عدد المعاقين في الجزائر حوالي 540.000 ألف معاق موزعين كما يلي:

80.000 أصم أبكم، 80.000 مكفوف، 18.000 متخلف ذهني، 20.000 معاق بدني، وهم يمثلون 3% من جملة مجموع الشعب الجزائري، ويلاحظ أن هذا العدد لا يدخل فيه المعاقون الآخريين، من ذوي العاهات مثل المقعدين، الأفراد الذين بترت أطرافهم وغيرهم، فإذا أضفنا إلى العدد المذكور هؤلاء المعاقين، فإن النسبة العامة سوف ترتفع إلى 10% أو 15% كما تؤكد ذلك التقديرات الدولية للأمم المتحدة. (رايح، 1982، صفحة 116).

أما حاليا فحسب نتائج المسح الوطني متعدد المؤشرات لسنة (2006) للأفراد المعاقين، فإنه يشير إلى أن عددهم يصل إلى 1.711.000 فردا معوقا، حيث نجد من بين هذا العدد 752.840 فردا من ذوي الإعاقة الحركية ما يمثل نسبة 44% من مجموع السكان المعاقين.

4.1 مفهوم المعاقين حركيا :

وهم من لديهم عجز في الجهاز الحركي أو البدني بصفة عامة كالكسور والبتير وأصعب الأمراض المزمنة مثل شلل الأطفال و الدرنه والسرطان و القلب والمقعد وغيرهم .

5.1 أهم تعريف الإعاقة الحركية :

بما أن مصطلح الإعاقة الحركية له مفهوم واسع ، فقد تعددت مفاهيمها فنجد على سبيل الحصر:

تعريف سيد فهمي "الإعاقة هي كل ما يتصل بالعجز في وظائف أعضاء الجسم سواء كانت متصلة بالحركة أو الأعضاء المتصلة بعملية الحياة البيولوجية كالقلب و

الرئتين وما شابه، و المقصود بالإعاقة الجسمية ليس حالات الأمراض العارضة التي لا يترتب عنها عجزا حقيقيا في قدرة الفرد الطبيعية على أداء دوره الاجتماعي ، ولكن المقصود بالإصابة الجسمية التي لها صفة الدوام التي تؤثر تأثيرا حيويا على ممارسة الفرد في حياته الطبيعية سواء كان تاما أو نسبيا . (فهيمى، 1983، صفحة 44).

أما السيد جمعة خميس فقد أشار إلى أن "الإعاقة الجسمية هي التي تحدث نتيجة للحروب والحوادث والأمراض الناتجة عن الوراثة أو البيئة التي تؤدي إلى حرمان الفرد من الوظائف العادية للجهاز الحركي (خميس، 1985م، صفحة 86).

لقد عرفها فاروق الروسيان "حالة الأفراد الذين يعانون من خلل أما في قدراتهم الحركية ونشاطهم الحركي بحيث يؤثر ذلك الخلل على مظهر نموهم الاجتماعي و الانفعالي و يستدعي الحاجة للتربية الخاصة ، وتتدرج تحت هذا التعريف العديد من الاضطرابات الحركية كالشلل الدماغى ، ووهن أو ضمور العضلات و التصلب المحدد في العمود الفقري. (الروسان، 1998، صفحة 204).

في تعريف آخر للمعاقين حركيا ، يرى الدكتور "غريب سيد احمد" أن المعاق حركيا هو الشخص الذي يعاني بصفة دائمة أو مزمنة من إصابة على مستوى الحركة ، مما يؤدي إلى تحديد نشاطه وسلوكه، ويعتبر أن موضوع الإعاقة الحركية يتضمن عدة أنواع وذلك حسب الإصابة كالمصابين على مستوى الجهاز الحركي، والذين يعانون من قصور وظيفي. (غريب سيد احمد، صفحة 44).

2 النشاط الحركي المكيف:

يعتبر النشاط الحركي من العمليات التربوية التي تنمي الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية لتحقيق النمو المتكامل للفرد.

فعندما وضعت أسس وقوانين النشاط الحركي وجهت أهدافها وفلسفتها إلى أهداف سامية، واهتمت حديثا بمعالجة قضايا الإنسانية، ومنها بشكل خاص فئة ذوي الاحتياجات، فأصبح يهدف إلى مساعدة هذه الفئة في الاندماج في المجتمع، وتنمية الصفات المرغوبة لتشكيل شخصية الفرد المعاق، والتغلب على الآثار النفسية السلبية التي تفرضها الإعاقة.

سنتطرق في هذا الفصل إلى إعطاء نظرة حول تاريخ ظهور الرياضة المكيفة في العالم، وفي الجزائر، مع تعريف الأنشطة الحركية المكيفة، والغايات المنتظرة من ممارستها، وأسسها، وتصنيفاتها.

1.2 مفهوم النشاط الحركي المكيف :

إن الباحث في مجال النشاط الحركي المكيف يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي تداولها المختصون والعاملون في الميدان، واستخدامهم المصطلح الواحد بمعان مختلفة، فقد استخدم بعض الباحثين مصطلحات النشاط الحركي المكيف أو التربية الرياضية الخاصة، في حين استخدم البعض الآخر مصطلحات الأنشطة الرياضية العلاجية أو أنشطة إعادة التكييف فبالرغم من اختلاف التسميات من الناحية الشكلية يبقى الجوهر واحد، أي أنها أنشطة رياضية وحركية تفيد الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة .

نذكر من هذه التعاريف ما يلي :

يعرف حلمي إبراهيم وليلى السيد فرحات "النشاط البدني الرياضي المكيف يعد جزءا هاما من التربية العامة، ولقد عدلت الألعاب من تحسين النمو البدني و اللياقة العامة والصحة، كما أنها تساعد على الترويح والسرور ونعني بها برامج ارتقائية و الوقائية المتعددة والتي تشمل على الأنشطة الرياضية والألعاب التي تم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدتها . (إبراهيم و آخرون، 1998، الصفحات 45-47).

كما يعرفه غسان محمد صادق " انه كل الإجراءات والسبل الكفيلة لإعادة الشخص المعاق إلى المستوى المؤثر جسميا وعقليا وعاطفيا في المجتمع الذي يعيش فيه، تكون هذه الإجراءات مناسبة مع نوع الإعاقة وتأخذ أشكالا متغيرة ولكنها متوحدة الهدف. (الصادق و وآخرون، 1989م، صفحة 20).

يعرفه الأستاذان صالح عبد الله الزغبى واحمد سليمان العولمة " هي إحدى أوجه التربية الرياضية التي تهتم في تعديل و تكييف الأنشطة الرياضية والطرق لتدريسها ولتدريبها المناسب لحاجات وقدرات الأفراد المعاقين. (الزغبى و سليمان، 2000م، صفحة 20).

تعرفه الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترفيه بأنه عبارة عن مجموعة من البرامج المتطورة والمتنوعة من الأنشطة والألعاب الرياضية التي تتناسب مع قدرات المعاقين، إذ يمكنهم ذلك من إشباع رغباتهم في ممارسة أنشطة رياضية تعود عليهم بالنفع وتسهم في استغلال قدراتهم .

بهذا يمكن اعتبار الأنشطة الحركية المكيفة بمثابة الدافع الأساسي لجميع أفراد المجتمع حيث يتفق هذا مع الطبيعة الذاتية للأفراد والتي تميل بطبيعتها للنشاط الحركي، والنشاط الحركي أساس النشاط البدني في برامج الأنشطة الرياضية على مستوى المناهج الدراسية والجامعية .

إن مفهوم الرياضة قد تحول من المفهوم الضيق والنظر إليه على اعتبار انه من انواع الترفيه والتسلية والترفيه عن النفس، بالاضافة إلى أن ممارسة الأنشطة المختلفة تحتاج الى مجهود بدني وحركي يعود بفوائد فيزيولوجية تتمثل في :

- التخلص من الضعف العصبي.
- تعتبر من افضل الوسائل للراحة و الاسترخاء.
- تعمل على رفع كفاءة اجهزة الجسم المختلفة.
- تعمل على الاستفادة من الطاقة الزائدة والاستثمار في اعمال مفيدة. (عمر، 1998م، صفحة 103).

2.2 نبذة تاريخية حول رياضة المعاقين في العالم:

تعود نشأة رياضة المعاقين إلى الطبيب الإنجليزي لودفينج جوتمان بمستشفى ستوك مانديفل بإنجلترا، حيث كانت في مختلف العصور السابقة لذلك تتضمن العلاج الطبي للمعاقين بالإعتماد على العلاج البدني والتمارين الرياضية التأهيلية، و تطور مفهومها و مجال إستعمالها خلال العصور ليقصد بها التمرينات البدنية العادية أو العلاج التأهيلي و هذا كما ذكرها أرسطو (250، 305 ق م) ، و استخدمها العالم الكبير ابن سينا (970 م) حيث أشار أن العلاج الطبي يلزم أن يتضمن في حالات عديدة التمرينات البدنية لتحسين صحة الفرد، أما في القرون الوسطى فقد نشر ميركوريال (1607، 1530 م) كتاب في التمرينات الرياضية يؤيد به فكرة الأهمية

العلاجية بالتمارين الرياضية لفئة المعاقين، إلا أن المراحل السابقة لم تكن سوى أفكار و آراء حول مدى إسهام المجال الرياضي في تنمية شخصية المعاق، إلى أن جاء الطبيب الإنجليزي السير لودفينج جوتمان الذي ترجم تلك الأفكار بشيء ملموس في الواقع و كان ذلك إبان الحرب العالمية الثانية و بعدها، و بدأ بتجسيد الفكرة عندما لاحظ فقدان الثقة و اليأس من الحياة عند المصابين بالشلل و المقيمين بمستشفى ستوك مانديفل بإنجلترا، ففكر حينها بإنشاء ألعاب رياضية للمشلولين سنة 1948 م و هذا ليساعد المعاقين على رفع معنوياتهم و توازنهم النفسي و الجسمي، و إعادة إدماجهم الإجتماعي بواسطة نشاطات رياضية تتناسب و قدراتهم البدنية و الحركية . (تركي، 2004، صفحة 102).

من بين الأسباب الأخرى التي ساعدت على ظهور رياضة المعاقين هو تغير نظرة المجتمع و اتجاهاتهم نحوهم و هذا بعد الحرب العالمية الثانية و ما خلفته من ملايين المعاقين، حيث تجاوز عدد المعاقين في فرنسا وحدها (05 ملايين معاق) من جراء الحرب، فتغيرت النظرة للشخص المعاق على انه شخص عادي يمكن له أن يدمج في المجتمع و يتمتع بكافة الحقوق التي تضمن لهم سبل العيش الكريم، كما أدت الطفرة في مجال الطب و تطور أساليب العلاج الطبيعي بالنهوض بحركة التاهيل البدني و تطوير اجهزة التعويض، مما سمح بالإرتقاء بمستوى رياضة المعاقين، فضلا عن ظهور تشريعات دستورية و إجتماعية خاصة بالمعاقين .

لم تتأخر التربية البدنية و الرياضية كنظام تربوي و لا سيما المكيفة منها على تقديم خدمات للمعاقين في مجال إعادة التكييف و التاهيل البدني و النفسي و التحسين الحركي فهي تعمل على التقليل من الآثار السلبية الناجمة عن الإعاقة و بالتالي تعتبر الرياضة كعامل تعويض أساسي بالنسبة لهذه الفئة من المجتمع . (عمار، 2001، صفحة 14).

يتطور الاهتمام العالمي بمنظمات الرعاية الرياضية للمعاقين، هذا بتنظيم المسابقات بين أكبر عدد منهم زاد الاهتمام بإنشاء نوادي خاصة بهذه الفئة، فأنشأ أول نادي رياضي بألمانيا يدعى بنادي الصم، حيث مارس فيه المعاقين أنواعا مختلفة من

الرياضات و بزيادة الإهتمام أكثر أنشأ في إنجلترا نادي للمعاقين، و الذي بدوره نظم العديد من المسابقات و المنافسات الرياضية السنوية بمستشفى ستوك مانديفل، و خاصة مسابقات البتر بأنواعه المختلفة، وتوسع مجال المنافسات ليشمل أنواعا مختلفة من الإعاقات مع ظهور التصنيف الطبي لتقسم المعاقين حتى ولو كانت نفس الإعاقة، و هذا لإعطاء هذا النمط من المنافسات صبغة الأهمية من خلال المنافسة العادلة و المتكافئة بين المعاقين من نفس نوع الإعاقة.

إن إنتشار رياضة المعاقين في عدد كبير من الدول ساهم في دخول هذا النوع من الرياضات مجال المنافسات العالمية، و ذلك بنفس الأهمية التي تحضى بها رياضة الأصحاء و فيما يلي يمكن أن نوجز أهم المراحل التي مرت بها رياضة المعاقين من خلال تأسيس المنظمات و الإتحاديات و النوادي و البطولات و هي كما يلي :

* 1944 م : أدخل السير لودفينج جوتمان رياضة المعاقين بمستشفى ستوك مانديفل الإنجليزي .

* 1947 م : أول بطولة تنافسية للمعاقين بالشلل و البتر (مستخدموا الكراسي المتحركة) بمناسبة إقامة الدورة الأولمبية الصيفية بلندن في مستشفى ستوك مانديفل تحت إشراف الدكتور جوتمان .

* 1960 م : إنشاء الإتحاد الدولي لرياضة المعاقين مرتبطا بإتحادات المحاربين القدماء في فرنسا .

* 1964 م : تأسيس المنظمة الدولية لرياضة المعاقين برعاية الإتحاد الدولي لمصابي الحروب .

* 1970 م : أول بطولة عالمية لمختلف أنواع الإعاقات (المكفوفون، الصم .. إلخ) تحت رعاية الإتحاد الفرنسي لرياضة المعاقين .

* 1972 م : إجراء الدورة الأولمبية للمعاقين بالشلل بألمانيا مواكبة للدورة الأولمبية الصيفية للأصحاء .

* 1974 م : إجراء بطولة العالم لمختلف أنواع الإعاقات في إنجلترا (شارك فيها 26 دولة) .

*1980 م : الدورة الأولمبية للمعاقين بهولاندا (مختلف أنواع الإعاقة)، كما توفي في نفس السنة السير لودفيج جوتمان و بدأت الإتحاديات الرياضية للمعاقين في الإنفصال .

*1981 م : وتم في هذه السنة :

- تأسيس إتحاد منفصل لرياضة المكفوفين.

- تأسيس إتحاد منفصل لرياضة الشلل التشنجي.

*1984م : إجراء الدورة الأولمبية السابعة للمعاقين (مختلف أنواع الإعاقة) في

الولايات المتحدة الأمريكية و أفتتحها الرئيس رونالد ريجان.

ثم توالى إنشاء إتحادات أوروبية و عربية لرياضة المعاقين، و قد شملت نشاطات تلك الإتحاديات رياضات لذوي الإعاقة الشديدة و المركبة ، كما ظهرت أيضا القواعد الدولية المعدلة للمنافسات الرياضية للمعاقين و أعيد إنضمام الهيئات في لجنة عمل مشترك تدعى " اللجنة الدولية للتعاون " و كان هدفها تنظيم مواجهات عالمية موحدة لرياضة المعاقين. (رياض، 2000، الصفحات 30-31) .

3.2 تاريخ رياضة المعاقين في الجزائر:

لقد عانى المعاق قبل الإستقلال الكثير من المشاكل و التهميش كباقي أفراد الشعب الجزائري في جميع المجالات بسبب السياسة المتعفنة للمستعمر الذي حاول طمس هوية الشعب الجزائري.

بعد الإستقلال بدأ الإهتمام بوضعية المعاقين يتحسن تدريجيا من خلال البرامج المختلفة التي تهدف إلى إعادة إدماج هذه الفئة بإنشاء مراكز التكوين المهني و إعادة التكفل بهم بطريقة منظمة، و بعد ظهور فكرة إنشاء الفيدرالية الجزائرية لرياضة المعاقين و ذوي العاهات في 19 فيفري 1979 تم إعتماها كهيئة مكلفة بالتنظيم عام 1981 ، فبدأ العمل لتحسين و تطوير الرياضة عند فئة المعاقين حيث توجد 36 رابطة ولائية مسجلة و 116 جمعية تضم ما يفوق ال 2000 رياضي معاق و تمارس عدة أنواع من الرياضات منها ألعاب القوى ، كرة السلة ، الثقافة البدنية ، السباحة ، تنس الطاولة، كرة الطائرة بالجلوس.

بالرغم من المشاكل التي تعاني منها فئة المعاقين اليوم إلا أن النتائج تدعو إلى المزيد من الإهتمام وبذل الجهد في سبيل الوصول إلى ضمان حقوق المعاق و أحييتها بأن ينعم بالراحة و الأمان في وطنه و بين أفراد اسرته على أساس أنه مواطن عادي له حقوقه وعليه واجبات، و هذا يضمن له التكيف النفسي و الإجتماعي إنطلاقا من تقبله لما له و تقديره الإيجابي لما لديه من قدرات وإمكانيات، ومن أجل تحقيق ذلك ظهرت الفيدرالية الجزائرية لرياضة المعاقين (fashi) و التي كان هدفها :

1. تنمية النشاطات التربوية و الرياضية الخاصة بالمعوقين

2. العمل التحسيبي و الإعلامي :

أ - نحو السلطات العمومية.

ب - نحو الرأي العام و بالخصوص المعاقين و عائلاتهم .

و يتجسد هذا من خلال :

* التظاهرات الرياضية والثقافية بالتعاون مع وسائل الإعلام ومختلف مسؤولي القطاعات .

* تنظيم مراكز العطل للأشخاص المعاقين من خلال مؤطرين متكونين في الفيدرالية كما تهدف الفيدرالية من جهة أخرى إلى تجسيد الشعار "المشاركة الجماعية و المتكافئة".

كما تعتبر الفيدرالية أن الرياضة والأنشطة التربوية الموجهة نحو المعاقين هي وسيلة هامة لإدماج هذه الفئة إجتماعيا.

4.2 أنواع النشاط الحركي المكيف:

النشاط الرياضي التنافسي:

يستخدم تعبير المنافسة استخداما واسعا وعريضا في الأوساط الرياضية ويعتبر المنافس و المتنافس غالبا ما يكون بديلا أو مرادفا لكلمة رياضي كما يستخدم تعبير المنافسة بشكل عام من خلال وصف عملياتها، و تتحقق عندما يكافح اثنان أو أكثر في سبيل تحقيق هدف معين، وعلى الرغم من ان الفرد إذا حقق غرضه بالتحديد فإنه يحرم المنافسين الآخرين منه، إلا أنه يحزر بعض الأهداف إذا كافح وبذل الجهد و

هكذا تشتد المنافسة كلما اقتربت من باب نهاية المباريات ولقد قدم "شو" نقال عن "رسون" و"ماج" تضيف للمنافسات الرياضية و هي على النحو التالي : منافسة بين فردين، منافسة بين فريقين، منافسة بين أكثر من فرد ضد بعض عناصر الطبيعة .

ويعتبر مفهوم المنافسة المفهوم الأكثر التصاق بالنشاط الرياضي عن غيره في سائر أشكال النشاط البدني كالترويد و اللعب...إلخ.

ذلك باعتبار روعة الإنتصار و بهجته لا يتم الى من خلال إطار تنافسي فمثلا احترام قوانين الألعاب وقوانين التنافس والالتزام باللوائح والتشريعات والروح الرياضية والتنافس الشريف .

فالنشاط الرياضي التنافسي يتسم بإعطاء الدفع اللازم للرياضة من خلال أمور معنوية ورمزية كالنصر والهزيمة ودافعية تقبل الهزيمة واللعب بتواضع وذلك لأن النشاط الرياضي التنافسي يعلمنا أننا قد نهزم و لكن لا مانع بأن نفوز في المرة القادمة. (امين انور الخولي ، 1996 ، صفحة 190).

تتصل الرياضة اتصالا وثيقا بالترويد و لعل الترويد هو أقدم النظم الإجتماعية ارتباطا بالرياضة. وربما أقدم من نظام التربية في اتصاله بالرياضة ويعتقد رائد الترويد أن دور مؤسسات الترويد و أنشطة الفراغ في المجتمع المعاصر قد أصبحت كثيرة ومتنوعة، خاصة فيما يتصل بالأنشطة الرياضية والبدنية بحيث تتوزع مشاركة الأفراد والمجتمعات في ضوء الإعتبارات المختلفة كالسن،الميول ومستوى المهارة، الأمر الذي يعمل على تخطي الانفصال بين الأجيال وتضييق الفجوة بينهما وبالتالي يربط المجتمع بشبكة من الاهتمامات والاتصالات من خلال الاسرة فيما يتيح قدرا كبيرا من التماسك والتفاهم والاتصال داخل المجتمع الواحد. (الخولي، 1990، الصفحات 43-44).

النشاط الرياضي البدني النفسي :

في الحقيقة أن مفهوم النشاط الرياضي هو مختلف أنواع الانشطة الرياضية النفعية التي تعود بالفائدة والنفع من ناحية التعبير ويقصد به النفسية العقلية الاجتماعية البدنية

والصحية كما هناك نشاطات بدنية نفعية كالنشاط التنافسي و النشاط الترويحي وهناك أخرى نفعية وهامة .

التمرينات الصباحية :

تعتبر من التمرينات التي تقدم من برنامج الاذاعة والتلفزة أكثر البرامج انتشارا وأقلها تكلفة كما أنها لا تحتاج إلى أماكن كبيرة للممارسة أو وقت طويل لاجرائها فهي تكون من 06 إلى 12 تمرين يشمل جميع العضلات الاساسية مستخدمة تمارين نمطية مبتدئة بالذراعين والبطن ومختلف عضلات الجذع و الرجلين، ثم تتبع بتمارين التهدئة في الالقاء و تشجيع الممارسين على أدائها في أوقات فراغهم،بالاضافة إلى شرح قيمة وأهمية هذه التمارين و مدة هذه البرامج تتراوح من 10 إلى 20 دقيقة في اليوم.

تمارين الراحة:

يمارس هذا النوع من التمارين من طرف العمال داخل الوحدات الانتاجية أثناء فترات الراحة، بدلا من قضائها في حالة سلبية وهي تزول بشكل جماعي وأحيانا بشكل فردي و كذلك تقدم هذه التمارين قبل العمل و مدتها من 5 إلى 10 دقائق .

المسابقات الرياضية المفتوحة :

يؤدي هذا النوع من المسابقات بين الفرق الهاوية إلى إتاحة الفرصة للمواطنين الغير مشتركين في الاندية الرياضية الاشتراك الايجابي في ممارسة الانشطة المختلفة ويختار فيها الأنشطة الأكثر شعبية مع إستخدام قواعد مبسطة لتحكيمها في ضوء الروح العامة للقانون وتحت إشراف قيادة مدربة لقيادة هذا النشاط .

تمارين من اجل الصحة:

تقام هذه الحصص لمجموعة من السكان في شكل تجمعات رياضية، و الغرض الاساسي للممارسة هو اكتساب الصحة، وتقدم هذه التمارين في مجموعة مستقلة ذكور عن الاناث خاصة عند الشباب، أما الاعمال المتأخرة فتقدم في مجموعة مختلطة وتؤدي بشكل منظم و في وقت ثابت مدتها من 10 إلى 15 دقيقة و تقدم فيها تمارين

في العضلات الكبيرة كالظهر ،البطن لفئة كبار السن. (الخولي، 1990، صفحة 195).

المهرجانات الرياضية :

تعد المهرجانات الرياضية نموذج لإرتفاع مستوى التنظيم ويتجلى ذلك في تجمع اعداد غفيرة من المواطنين بهدف المشاركة على اخلاف أعمارهم ومستوياتهم و رغباتهم في مختلف أنواع النشاط مما قد يؤدي بالكثيرين من التخلص من عامل الخجل من المشاركة و التفاعل مع المجتمع و الاشخاص، كما تعد فرصة لنشر الوعي بينهم كما يمكن استعمال هذه المهرجانات في انتقاء و توجيه الموهوبين رياضة المنافسة و البطولة. (الخولي، 1990، صفحة 191).

الرياضي التدريب :

هو أحد الاشكال المنظمة لممارسة النشاط الرياضي ويخضع للقوانين و قواعد هويتهم تحت إشراف المدرسين، و هذا النوع يتم في الأندية الرياضية و الفرق المدرسية.

5.2 أقسام الأنشطة البدنية و الرياضية المكيفة :

تنقسم النشاطات البدنية والرياضية إلى قسمين رئيسيين وهما النشاطات البدنية والرياضية الفردية والنشاطات الجماعية وكل قسم يتضمن العديد من الاختصاصات الرياضية ولدى المعاقين يختلف أنواعها ودرجة إعاقتهم ولكن بعد تكييفها من حيث الوسائل والقوانين.

الأنشطة الفردية :

من بين الأنشطة الحركية الفردية التي يمارسها المعاقون نجد ألعاب القوى (جري،رمي،قفز)، السباحة، سباق الدراجات، الجيدو، رفع الأثقال، تنس الطاولة المسابقة، الهوكي، الرمي بالقوس،التزحلق على الثلج،الرمي بالسلاح وغيرها من الأنواع الرياضية الفردية و تختلف بعض الأسباب باختلاف الثقافات أو المناخ من بلد لآخر.

الأنشطة الجماعية:

من بين الأنشطة الجماعية التي يمارسها المعاقين نجد ما يلي: كرة السلة، كرة الطائرة، كرة اليد، كرة الجرس، التجديف، كرة القدم ب 5 أو 7 لاعبين وغيرها من الرياضات.

6.2 تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف :

لقد تعددت الانشطة الرياضية وتنوعت اشكالها فمنها التربوية والتنافسية ، ومنها العلاجية والترويحية او الفردية والجماعية .

على اية حال فاننا سنتعرض الى اهم التقسيمات , فقد قسمه احد الباحثين الى :

النشاط الرياضي الترويحي :

هو نشاط يقوم به الفرد من تلقاء نفسه بغرض تحقيق السعادة الشخصية التي يشعر بها قبل، اثناء او بعد الممارسة وتلبية حاجاته النفسية والاجتماعية، وهي سمات في حاجة كبيرة الى تنميتها وتعزيزها للمعاقين.

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

إن مزولة النشاط الترويحي سواء كان بغرض استغلال وقت الفراغ او كان بغرض التدريب للوصول الى المستويات العالية ، يعتبر طريقا سليما نحو تحقيق الصحة العامة، حيث انه خلال مزولة ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية بالاضافة الى تحسين عمل كفاءة اجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي. (رحمة، 1998، صفحة 09).

كما أكد "مروان عبد المجيد" أن النشاط الترويحي يشكل جانبا هاما في نفس المعاق إذ يمكنه من استرجاع العناصر الواقعية للذات والصبر ، الرغبة في اكتساب الخبرة، التمتع بالحياة ويساهم بدور ايجابي كبير في اعادة التوازن النفسي للمعاق والتغلب على الحياة الرتيبة والمملة ما بعد الاصابة، وتهدف الرياضة الترويحية إلى غرس الاعتماد على النفس والانضباط وروح المنافسة والصدقة لدى الطفل المعاق

وبالتالي تدعيم الجانب النفسي و العصبي لاجراج المعاق من عزلته التي فرضها على نفسه في المجتمع . (ابراهيم، 1997، الصفحات 111-112).

ويمكن تقسيم الترويح الرياضي كما يلي :

الالعاب الصغيرة الترويحية :

هي عبارة عن مجموعة متعددة من العاب الجري، والالعاب الكرات الصغيرة والالعاب الرشاقة وما الى ذلك من الالعاب التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة ادواتها وسهولة ممارستها .

الالعاب الرياضية الكبيرة :

وهي الأنشطة الحركية التي تمارس باستخدام الكرة ويمكن تقسيمها طبقا لوجهات نظر مختلفة ألعاب فردية أو زوجية أو جماعية، وبالنسبة لموسم اللعبة العاب شتوية أو صيفية أو تمارس طوال العام.

الرياضات المائية :

وهي أنشطة ترويحية تمارس في الماء مثل السباحة، كرة الماء، او التجديف، اليخوت والزوارق، وتعتبر هذه الانشطة وخاصة السباحة من أحب ألوان الترويح خاصة في بلادنا.

النشاط الرياضي العلاجي :

عرفت الجمعية الاهلية للترويح العلاجي ، بأنه خدمة خاصة داخل المجال الواسع للخدمات الترويحية التي تستخدم للتدخل الايجابي في بعض نواحي السلوك البدني او الانفعالي أو الاجتماعي لأحداث تاتير مطلوب في السلوك ولتنشيط ونمو وتطور الشخصية وله قيمة وقائية وعلاجية لا ينكرها الاطباء . (خطاب، 1998، صفحة 65).

النشاط الرياضي التنافسي :

ويسمى أيضا بالرياضة النخبة أو رياضة المستويات العالية، هي النشاطات الرياضية المرتبطة باللياقة والكفاءة البدنية بدرجة كبيرة نسبيا، هدفه الأساسي الارتقاء

بمستوى اللياقة والكفاءة البدنية واسترجاع أقصى حد ممكن للوظائف والعضلات المختلفة للجسم . (تركي، 2004، صفحة 61).

7.2 أهمية و أهداف ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية المكيفة للمعاقين:

تعد الممارسة الرياضية ذات أهمية قصوى للمعاقين بما يفوق أهميتها للأصحاء فضلا عن كونها ذات أهداف علاجية وبدنية واجتماعية تأهيلية، وفيما يلي سنتناول أهميتها أهدافها لدى فئة المعاقين :

1.7.2 الأهمية :

يمكن تلخيص الفوائد الناجمة عن الممارسة الرياضية لدى فئة المعاقين في النقاط التالية :

تساهم التربية البدنية في تطوير اللياقة والصحة البدنية، و خاصة فيما يتعلق بوظائف الأجهزة والأعضاء الحيوية كالقلب والرئتين .

تنمية وتطوير المهارات الحركية الأساسية كالمشي والجري والوثبإلخ

تنمية وتطوير المهارات الحركية الخاصة بالأنشطة الرياضية كالركل والرمي واللقف إلخ .

تنمية وتطوير اللياقة الصحية والنفسية فيما يتعلق بالتوتر والقلق والإكتئاب والإضطرابات النفسية .

تنمية وتطوير العلاقات الاجتماعية والتفاعل الإجتماعي، وزيادة القدرة على التواصل مع المجتمع، وإمكانية التأثير والتأثر بالمجتمع المحيط به من خلال الإشتراك في المباريات والتدريبات مع الزملاء في الفريق، ومع الفرق الأخرى.

زيادة النواحي المعرفية وإكتساب خبرات ومعلومات رياضية من خلال ممارساتهم لمختلف الأنشطة الرياضية وذلك عن طريق :

معرفة تاريخ اللعبة - معرفة مهارات اللعبة - معرفة النواحي القانونية - معرفة عناصر اللياقة البدنية المرتبطة باللعبة .

تنمية روح الإنتماء للوطن والفريق والمجتمع وذلك من خلال المشاركة في البطولات العالمية والقارية المختلفة .

الإستثمار الفعال لوقت الفراغ والإبتعاد عن الأنشطة السلبية التي تضر بالفرد والمجتمع .

تنمية روح الكفاح وبذل الجهد، والإعتماد على النفس في قضاء متطلبات الحياة وعدم الإعتماد على الغير في الأمور الحياتية .

الخروج من العزلة والإنطواء وزيادة القدرات والعلاقات الإجتماعية التي تعود بالنفع للفرد المعاق والمجتمع الذي يعيش فيه. (علي و احمد، 2005، الصفحات 30-31)

2.7.2 الأهداف :

تكمّن اهداف النشاط الحركي المكيف فيما يلي:

- تنمية المهارات الحركية الأساسية لمواجهة متطلبات الحياة، كالمشي والجري وتغيير الإتجاه وحفظ التوازن والمتوافقات التي تساعد على المشاركة في أنشطة الحياة المتعددة.
- تنمية التوافق العصبي و ذلك بإستخدام أجهزة الجسم السليمة لأداء النمط الحركي المناسب و النغمة العضلية للعضلات السليمة، و الإتزان لأجهزة الجسم الوظيفية.
- تنمية اللياقة البدنية و المهنية الشاملة بما يتناسب مع نوع الإعاقة و درجتها ، وذلك لعودة الجسم إلى أقرب ما يكون طبيعياً بزيادة قدرته على العمل و كفاءتها في مواجهة متطلبات الحياة .
- العمل على تقوية أجهزة الجسم الحيوية و الإتزان لجميع أجهزة الجسم المختلفة، كالجهاز العضلي والدوري التنفسي وغيرها من الأجهزة .

- تصحيح الإنحرافات القوامية والحد منها، وعلاج بعض الإنحرافات التي توجد نتيجة للإعاقة، حتى تتاح لأجهزة الجسم حيوية العمل على أكمل وجه .
- تنمية الإحساس بأوضاع الجسم المختلفة، كالإحساس بالمكان ومعرفة الحجم والمساحة التي يتحرك فيها الجسم وإمكانية حركته في البيئة المحيطة به.
- زيادة قدرات المعاق للممارسة الترويحية وإستغلال وقت الفراغ في أنشطة ترويحية تعود عليه بالفائدة، مما يساعده على إكتساب السلوك السوي التعاوني، وتنمية حب الجماعة وحب الوطن ورفع الروح المعنوية .
- إكتساب مهارات حركية تساعد على زيادة الإنتباه وحسن التصرف والتفكير في ممارسة الأنشطة الرياضية .
- تنمية الإتجاهات السلمية نحو الشخصية السوية والحساسية الزائدة، وزيادة الثقة بالنفس وبالغير، وتنمية قدراته و تكييف نزاعاته ميوله بطريقة تساعد على إكتساب المهارات. الإعتماد على النفس في قضاء الحاجيات وعدم الإعتماد على الغير، مع إمكانية العيش مستقلا معتمدا على الذات فقط . (ابراهيم و ليلي، 1998، صفحة 50)

خلاصة:

استنتجنا من خلال العرض التحليلي لهذا الفصل أن الإعاقة بصفة عامة والحركية بصفة خاصة تكون حاجزا أمام الشخص، بغض النظر عن أصلها، فتحد من إمكانيته العملية وخاصة العلاقات الاجتماعية، وتؤثر سلبا على سماته الشخصية، فنظرة المجتمع إليه والتركيز على إعاقته، كل هذا يحد من اندماجه في المجتمع الذي أصبح مادي في تفكيره، كذلك فإن مشاعر النقص والعجز التي تنتاب المعاق من حين لآخر قد تؤثر على مستوى تكيفه النفسي، فالإعاقة التي تفرض حدا للنشاط، لها آثار سلبية على تطور الشخصية الإنسانية التي تتصف بالاتزان والتكامل، ومما سبق ذكره نتفق أيضا أنه بواسطة النشاط البدني والرياضي يتمكن المعاق حركيا من الاحتكاك بأكثر قدر ممكن من الأفراد الآخرين، والتعامل معهم بطريقة عادية وجيدة والخروج من عزلته متناسيا لآمته، وتحقيق راحته النفسية وإعادة ثقته بنفسه من خلال ما يقدمه من نشاطات وأعمال تبين مسؤوليته وقدرته على العطاء والتعبير عن شعوره وقدراته الشخصية، وهذا كله بعيدا عن العزلة المفرطة، إذ انه عاملا أساسيا ينمي من خلاله المعاق مقومات الشخصية ويلازمه في بنائها بناءا صلبا وقويا، ليتمكن من الابتعاد عن الاضطرابات والمشاكل النفسية التي تواجهه يوميا.

الفصل الثاني

المهارات الاجتماعية

تمهيد:

المهارات الاجتماعية من شأنها أن تساعد الفرد كي يتحرك نحو الآخرين فيقيم معهم العلاقات المختلفة من خلال تفاعله معهم ، وعدم انسحابه من المواقف والتفاعلات الاجتماعية المختلفة والمتنوعة وهو الأمر الذي يؤدي به إلى أن يحيا حياة سوية ، وأن يحقق قدرا معقولا من الصحة النفسية يساعده على أن يتكيف مع بيئته ، وأن يحقق التوافق الشخصي والاجتماعي (فرحات، 2008، الصفحات 104-105)

تناولنا في موضوع المهارات الاجتماعية النقاط التالية:

1 مفهوم المهارة :

في اللغة يرجع مصطلح المهارة إلى الفعل " مهر " والاسم منه " ماهر " أي حاذق وبارع، ويقال فلان مهر في العلم" أي كان حاذقا عالما به متقنا له.

كذلك تعريف المهارة يتخذ اتجاهات ثلاثة كمايلي :

- يركز على أن المهارة هي القدرة على قيام الفرد بأداء أعمال مختلفة قد تكون عقلية أو حركية أو انفعالية.
- يرى أن المهارة هي أداة الفرد لعمل ما، ويتسم هذا الأداء بالسرعة والدقة والإتقان والفعالية، ويتم اكتساب كل هذه الصفات من خلال التدريب والممارسة والتكرار.
- وفيه تعرف المهارة على أنها نشاط أو فعل حركي هادف ، ويغلب على هذا الاتجاه الجانب الحركي الذي يستخدم فيه العضلات (هاشم، 2004، الصفحات 14-18).

عرفتها (أسماء عبد العالي الجباري، 1998، صفحة 76) على أنها: " نظام متناسق من النشاط الذي يستهدف تحقيق هدف معين ، وتصبح هذه المهارة اجتماعية عندما يتفاعل فرد مع آخر ويقوم بنشاط اجتماعي ، يتطلب مهارة ليوائم بين ما يقوم به الفرد الآخر وبين ما يفعله هو وليصبح مسار نشاط ليحقق بذلك هذه الموائمة" .

2 تعريف المهارات الاجتماعية:

للمهارات الاجتماعية تعريفات كثيرة نظرا لاتساع هذا المفهوم من جهة، وما يطرأ على هذا المفهوم من تغير بسبب التغير العلمي المستمر في هذا المجال من جهة أخرى، كما تتباين هذه التعاريف من عالم إلى آخر، ويرجع هذا الاختلاف إلى التباين في المواقف الاجتماعية، وما يحدث فيها من تفاعل لتحقيق الهدف المنشود بناء على إدراك الفرد للموقف الذي يواجهه، ونظرا لهذا الاتساع تعددت المفاهيم والتعريفات حيث يتصف بعضها بالعمومية ويتصف بعضها بالخصوصية. (أمانى، 2000، صفحة 1).

ويمكن تصنيف تعريفات المهارات الاجتماعية إلى تعريفات ذات طابع سلوكي وأخرى ذات طابع معرفي، وتعريفات ذات طابع تكاملي (معرفية - سلوكية).

1.2 التعريفات ذات الطابع السلوكي للمهارات الاجتماعية:

يرى أصحاب هذا الاتجاه أن النماذج السلوكية ترتبط بالسلوك الاجتماعي الذي يمكن ملاحظته، والذي له مدلولات اجتماعية في مواقف محددة. وتأثرت هذه التعريفات بوجهة نظر كوران (1979) القائلة: بوجوب استبعاد العوامل المعرفية من تعريف المهارة بحيث تصبح قاصرة على الجوانب السلوكية (Bellack, 1983)، والتي يسهل ملاحظتها وقياسها، وبالفعل ظهرت تعريفات متعددة يحكمها هذا التصور من بينها: تعرف لبييت ولينسون (Libet & Lewinsohn ، 1972) للمهارة الاجتماعية: بأنها القدرة على تكوين السلوكيات التي تكون معززات موجبة وعدم تكوين السلوكيات التي تطفأ أو يعاقب عليها، والأفراد الذين يميلون إلى إظهار السلوك الأخير يكونون في الغالب غير مؤهلين اجتماعيا. ويعرف ماسيود وآخرون (Masud , et al 1988) المهارة الاجتماعية على أنها أشكال متعلمة من التفاعل الناجح مع البيئة والذي يحقق للفرد ما يهدف إليه بدون آثار سلبية على الآخرين. (أمانى، 2000، صفحة 3).

أما أرجيراس (agyras1997) يعرفها على نحو مشابه فهي تعني لديه " السلوكيات التي تسهم في جعل الفرد فعالا كجزء من جماعة أكبر "، وتشمل هذه السلوكيات كما يشير ويز (Weiss) التواصل مع الآخرين، و التفهم، و إظهار

الاهتمام بالطرف الآخر، و التعاطف معه (Hersen 1997) . (فرج، 2002،
صفحة 42) .

2.2 التعريفات ذات الطابع المعرفي للمهارات الاجتماعية:

يؤكد الباحثون ذوي التوجه المعرفي ومنهم ماكفال (Mcfal, 1982) وأرجيل (Argyle, 1978) وياردلي (Yardly, 1979) إلى تحديد المهارات الاجتماعية على العمليات المعرفية التي تظهر في السياق الاجتماعي، وقد ظهر هذا التوجه في التعريفات التي طرحها الباحثون في بداية الثمانينات بعد ذبوع المنحى المعرفي في علم النفس العام ، و في علم النفس الاجتماعي بصورة خاصة، وثمة شواهد متعددة على ذلك، ومن التعريفات التي تتبنى هذا الاتجاه ما يلي : تعريف فيرنهام (Furnham,1983) حيث عرفها بأنها : سلسلة من السلوكيات تبدأ بالإدراك الدقيق للمهارة في العلاقات الشخصية، وتتحرك نحو المعالجة المرنة لتوليد الاستجابات المحتملة البديلة، وتقويمه. ثم إصدار البديل المناسب (فرج، 2002، الصفحات 43-44).

أما فؤاد البهى السيد (1981)، فيشير إلى المهارة باعتبارها نظام متناسق من النشاط الذي يتطلب تحقيق هدف معين . هذا وتصبح المهارة اجتماعية عندما يتفاعل الفرد مع فرد آخر ويقوم بنشاط اجتماعي يتطلب منه مهارة ليوائم بينه وبين الآخرين الذين يتفاعل معهم، حيث يصبح مسار نشاطه من أجل تحقيق هذه الموائمة المطلوبة (أمانى، 2000، الصفحات 1-2) .

ويركز "هوب ومندل" على هذا العنصر حين يعرفان المهارات الاجتماعية بأنها تعنى قدرة الفرد على أن يتفاعل مع الآخرين بسلاسة، وفعالية، وأن الماهر اجتماعيا يعرف عادة ما يقول، ومتى، أو متى يمتنع عن قوله، ويتصرف بطريقة تجعل الآخر يشعر بالارتياح (Hope & Mendell, 1994) ويشير "برستيل وزملاؤه" (Priestile et, al)، أنها تتضمن التعبير عن الذات وإدراكها، ومعالجة المواقف الاجتماعية، والمشكلات التي يواجهها الفرد بصورة ناجحة. (فرج، 2002، صفحة 45).

3.2 التعريفات ذات الطابع التكاملي للمهارات الاجتماعية (معرفية سلوكية):

المنظور تكاملي ينظر إلى المهارات الاجتماعية باعتبارها عملية تفاعلية بين الجوانب السلوكي اللفظية وغير اللفظية والجوانب المعرفية، والانفعالية الوجدانية في سياق التفاعل الاجتماعي. ومن التعريفات التي تؤكد وجهة النظر التكاملية في تحديد مفهوم دقيق للمهارات الاجتماعية مايلي : تعريف جاري (Gary) للمهارة الاجتماعية بأنها القدرة على تنظيم المعارف والسلوكيات بشكل متكامل من الأفعال الموجهة نحو تحقيق الأهداف الاجتماعية أو الشخصية المقبولة. (المقصود، 2005، صفحة 253).

تعريف لادد ومايز (Laad & Mize 1983), للمهارات الاجتماعية بوصفها القدرة على تنظيم المكونات المعرفية والعناصر السلوكية ودمجها في سياق فعل يوجه نحو تحقيق الأهداف الاجتماعية بأساليب تتسق مع المعايير الاجتماعية والميل المستمر إلى التقييم والتعديل لتوجيه ذلك الفعل نحو هدف ما مما يزيد من احتمالات تحقيقه . (المطوع، 2001، صفحة 15).

يعرف دفيد (David,1979) المهارة الاجتماعية بأنها الكفاءة السلوكية في المواقف الاجتماعية. أما فرانسيس وفيليبس (Philips & Francis, 1982) فيرون أن المهارات الاجتماعية هي الأساليب التي يرتبط أو يتفاعل الفرد من خلالها مع الآخرين، وتعد ضرورة للتعامل والتوافق مع الآخرين مثل احترام حقوق ومشاعر الآخرين، والقدرة على مساعدتهم، و التعاون و المشاركة بينهم ويشير شومكر و دونالد (Schumaker 1995,Donald &) إلى أن المهارات الاجتماعية هي السلوكيات التي يستخدمها الفرد في تفاعلاته مع الآخرين والتي قد تكون سلوكيات غير لفظية كالتماس البصري وإيماءات الرأس وقد تكون سلوكيات بسيطة أو معقدة كتنظيم حائل ترضي حاجات الجميع. (السميري، 2002، الصفحات 22-23) .

نظرا لتعدد المفاهيم التي قدمت من العلماء أو من الباحثين لتعريف المهارات الاجتماعية ، نجد صعوبة في تحديد المفهوم الأدق ويرجع ذلك إلى اختلاف المهارات الاجتماعية المطلوبة باختلاف الموقف وما يحدث فيه من تفاعلات وإدراك الفرد لذلك

الموقف وطريقة أدائه واستجابته ، مما يتطلب مستوى معيناً من التنظيم العقلي والانفعالي والمعرفي والدافعي، وعلى الرغم من الاختلافات والفروق في الآراء والتعاريف الموضوعية لهذا المصطلح إلا أنه يمكن استخلاص عدة نقاط أساسية تتمثل في:

- المهارات الاجتماعية تتضمن سلوكيات محددة لفظية وغير لفظية.
- المهارات الاجتماعية مهارات بين شخصية تفاعلية ، حيث تؤكد التعاريف المختلفة للمهارات الاجتماعية على التفاعل الشخصي الموجب الذي يحقق للفرد أهدافه باستخدام الأساليب المقبولة اجتماعياً دون ترك آثار سلبية أو إلحاق الأذى بالآخرين ، مما يؤدي إلى زيادة احتمالات حدوث الاستجابات وردود الأفعال الإيجابية .
- تؤكد هذه التعاريف على أن أهمية عملية التعلم في اكتساب المهارات الاجتماعية .
- تهتم تلك التعريفات بالنتائج المترتبة على اكتساب المهارات الاجتماعية سواء بالنسبة للفرد نفسه أو لجميع أطراف التفاعل.
- تضيف هذه التعاريف أهمية كبيرة على المعايير الاجتماعية والثقافية للسلوكيات المقبولة وغير المقبولة اجتماعياً باعتبارها من أهم مكونات وعناصر المهارات الاجتماعية .

من هذا تمكنا من وضع تعريف إجرائي للمهارات الاجتماعية ، حيث عرفها بأنها: " مجموع درجات القدرات التي تحصل عليها المعاقين حركياً على بنود مقياس المهارات الاجتماعية المستخدمة في الدراسة الحالية ، والتي تتمثل في (مهارات التواصل - مهارات التأييد والمساندة - مهارة المشاركة والتعاطف - مهارات الضبط والمرونة) " .

3 تصنيف العلماء والباحثين لأنواع المهارات الاجتماعية :

فقد قدم (عادل محمد محمود عدل، 1998) تصنيف لأهم المهارات الاجتماعية على النحو التالي:

مهارات المشاركة: فبينما نجد بعض الأشخاص ذوي مهارات اجتماعية ، قد يكون الآخرون على استعداد أو غير قادرين على المشاركة ، وأحيانا يكون المعاقين الذين يتجنبون العمل الجماعي خجولين ، وكثيرا ما يكون الخجولون أدكيااء جدا، ولكنهم قد يعملون بمفردهم أو مع شخص آخر ، وعلى أية حال فإنهم يجدون من الصعب جدا المشاركة في نشاط جماعي ، وأخيرا هناك الشخص النمطي الذي يختار لسبب أو للآخر لأن يعمل بمفرده ، ويرفض المشاركة في المشروعات الجماعية التعاونية

المهارة الجماعية: تتوافر لدى معظم الناس خيارات في العمل في جماعات كان أعضاؤها مريحين ، ولديهم مهارات اجتماعية جيدة ، ومع ذلك فإن المجموعة ككل لم تعمل عملها على نحو جيد ، فقد يعمل الأعضاء كل في اتجاه مختلف ، وبالتالي العمل لا يتم القيام به ، وكما أن الأفراد ينبغي أن يتعلموا المهارات الاجتماعية والعمليات إذا أرادت أن تكون فعالة وقبل أن يستطيع التلاميذ العمل بفاعلية في جماعات تعلم تعاوني ، ينبغي أن يتعلموا أيضا الواحد من الآخر وأن يحترم الواحد اختلاف الآخر عنه.

مهارات التعاون: يعد التعاون أسلوبا من أساليب السلوك الاجتماعي ، وتقتضي طبيعته التفاعل مابين الأفراد لتحقيق هدف مشترك ، وينتج عن ذلك الاهتمامات المشتركة بينهم وروح الصداقة ، ومشاعر السعادة ، وزيادة الاتصال ، وتبادل المساعدة ، وتنسيق جهود الأفراد ، وتقاسم العمل بينهم ، وزيادة تقبلهم للآراء والمقترحات المتبادلة بينهم ، والاتفاق في الآراء ، وانخفاض معدل القلق في الجماعة ، وارتفاع الثقة بالنفس ، والتمركز حول العمل ، وتحقيق الهدف ، والشعور بالانتماء للآخرين . (هاشم، 2004، صفحة 150) .

بينما استعرض (طريف شوقي، 2003) تصنيفه لأهم المهارات الاجتماعية ،
والمتمثلة فيما يلي :

مهارات توكيد الذات : وتتعلق بمهارات التعبير عن المشاعر والآراء ، والدفاع عن
الحقوق ، وتحديد الهوية ، وحمايتها ، ومواجهة ضغوط الآخرين .

مهارات وجدانية: تسهم في تيسير إقامة علاقات وثيقة وودية مع الآخرين، وإدارة التفاعل
معهم على نحو يساعد على الاقتراب منهم والتقرب إليهم ليصبح الشخص أكثر قبولا
لديهم، ومن المهارات الرئيسية في هذا السياق التعاطف، والمشاركة الوجدانية.

مهارات اتصالية : وتنقسم بدورها إلى قسمين :

• مهارات الإرسال: وتعبر عن قدرة الفرد على توصيل المعلومات التي يرغب في
نقلها للآخرين لفظيا أو غير لفظي من خلال عمليات نوعية كالتحدث،
والحوار، والإشارات الاجتماعية.

• مهارات الاستقبال : وتعني مهارة الفرد في الانتباه إلى تلقي الرسائل ، والهدايا
اللفظية وغير اللفظية من الآخرين ، وإدراكها ، وفهم مغزاها ، والتعامل معهم في
ضوئها .

مهارات الضبط والمرونة الاجتماعية والانفعالية : وتشير إلى قدرة الفرد على التحكم
بصورة مرنة في سلوكه الانفعالي اللفظي وغير اللفظي ، وخاصة في مواقف
التفاعل الاجتماعي مع الآخرين ، وتعديله بما يتناسب مع ما يطرأ على تلك
المواقف من مستجدات لتحقيق أهداف الفرد ، وبطبيعة الحال فإن المرونة
الاجتماعية يجب أن توجه ببوصلة معرفة الفرد بالسلوك الاجتماعي الملائم للموقف
، و اختيار التوقيت المناسب لإصداره فيه.

ويؤدي إخفاق الفرد في هذه المهارات الاجتماعية إلى الشعور بالحساسية الزائدة
وضعف القدرة على التعبير اللفظي وغير اللفظي ، كما تقل قدرته على تكوين علاقات
اجتماعية ناجحة مع الآخرين ، و يكون اقل مكانة بين رفاقه وأقل تعاونا وتوصلا
معهم (شوقي، 2003، الصفحات 50-51).

ومن خلال ذلك لوحظ أن لكل تصنيف أنواعه المحددة للمهارات الاجتماعية ، حيث لا يوجد اتفاق فيما بينهما ، ذلك ربما يرجع إلى اختلاف المنطلقات النظرية لكل منهما ، ففي حين اتجه التصنيف الأول إلى العوامل الخارجية فقط للفرد ، والتي تمثلت في نطاق التعامل مع الآخرين من مشاركة ، وتعاون ، والمهارات الاجتماعية ، نجد أن التصنيف الثاني اتجه للجوانب الداخلية والخارجية معا للفرد والتي تمثلت في المهارات الوجدانية ، وتوكيد الذات ، والاتصال بشقيه من حيث الإرسال والاستقبال ، ومهارات الضبط والمرونة الاجتماعية والانفعالية . ومن هنا تحديدا رأى الطالبان أن يعرضا في هذا الجزء تصنيفهما لأنواع المهارات الاجتماعية ومفهومها الإجرائي لكل نوع:

مهارات التواصل: وتشمل قدرة الفرد على توصيل المعلومات التي يرغب في نقلها للآخرين لفظيا أو غير لفظي من خلال التحدث والحوار والإشارات الاجتماعية، وكذلك قدرته على الانتباه إلى المتحدث وتلقي الرسائل اللفظية من الآخرين وإدراكها وفهم مغزاها والتعامل معهم في ضوءها.

مهارات التأييد والمساندة: وتشمل إعطاء الاهتمام الكافي للشخص الآخر وتشجيعه عندما يذكر شيئا ذا قيمة، والمداعبة المرحية، وتقديم المساعدة أو الاقتراحات عندما تطلب منه.

مهارة المشاركة والتعاطف: وتشمل تيسير إقامة علاقات وثيقة وودية مع الآخرين وإدارة التفاعل معهم على النحو يساعد على الاقتراب منهم والتقرب إليهم ليصبح الشخص أكثر قبولا لديهم.

مهارات الضبط والمرونة : وتشمل قدرة الفرد على التحكم بصورة مرنة في سلوكه اللفظي والانفعالي خاصة في مواقف التفاعل الاجتماعي مع الآخرين ، وتعديله بما يتناسب مع ما يطرأ على تلك المواقف من مستجدات لتحقيق أهداف الفرد ، بالإضافة إلى معرفة السلوك الاجتماعي الملائم للموقف.

4 مكونات المهارات الاجتماعية:

تناول العلماء مكونات المهارات الاجتماعية من زوايا مختلفة وفقا للخلفيات النظرية التي يعتقونها ومن ذلك ما يلي:

1.4 نموذج موريسون (Morrison, G, 1981):

الذي يرى أن المهارات الاجتماعية تتضمن ثلاثة مكونات رئيسية وهي:

1.1.4 المكونات التعبيرية :

- محتوى الحديث .
- المهارات اللغوية، ومن ذلك: حجم الصوت، سرعة الصوت، نغمة الصوت، طبقة الصوت.
- المهارات الغير اللفظية: ومن ذلك: الحركة الجسمية ، الاتصال بالعين التعبيرات بالوجه .

2.1.4 العناصر الاستقبالية :

- الانتباه
- الفهم اللفظي وغير اللفظي لمحتوى الحديث .
- إدراك المعايير الثقافية أثناء الحديث مع الآخرين .

3.1.4 الاتزان التفاعلي:

- توقيت الاستجابة.
- نمط الحديث بالدور .
- التدعيم الاجتماعي (Morrison, G, 1981, pp. 193-194)

2.4 نموذج ريجيو (Riggio, R, 1990):

الذي يرى أن المهارات الاجتماعية تتضمن المكونات التالية وهي :

1.2.4 الاتصال غير اللفظي:

- التعبير الانفعالي: ومن ذلك، تعبيرات الوجه وخصائص الصوت وإيماءات الجسم.

- الحساسية الانفعالية: ويشمل مهارة الفرد في استقبال وفهم أشكال الاتصال غير اللفظي الصادر عن الآخرين سواء أكانت تعكس انفعالاتهم ومشاعرهم أم تعبر عن اتجاهاتهم أم عن مكانتهم الاجتماعية.
- الضبط الانفعالي: ويشمل قدرة الفرد على ضبط جوانب التعبير عن الانفعالات الداخلية التي لا تتلاءم مع الموقف الاجتماعي .

2.2.4 الاتصال اللفظي:

- التعبير الاجتماعي: ويتضمن، الطلاقة اللفظية، التفاعل مع الآخرين بطريقة مناسبة في المحادثات الاجتماعية .
- الحساسية الاجتماعية: وتتضمن قدرة الإنسان على فهم رموز الاتصال اللفظي مع الآخرين، ومعرفة عادات ومعايير السلوك الاجتماعي المناسبة للمواقف الاجتماعية.
- الضبط الاجتماعي: ويشير إلى قدرة الفرد على التحدث بثقة أثناء المشاركة الاجتماعية مع الآخرين وقدرته من جهة أخرى على إبراز قدر مقبول من اللباقة بما يتفق والموقف الاجتماعي (Riggio, R, 1990, p. 651).

3.4 نموذج ميرل (Merrell, W, 1998):

يشير هذا النموذج إلى أن المهارات الاجتماعية تتضمن المكونات التالية :

1.3.4 التفاعل الاجتماعي:

ومن ذلك مهارة الطفل في التعبير عن نفسه والاتصال الشخصي مع الآخرين، ومهارته في تكوين صداقات دائمة تسودها المودة والثقة.

2.3.4 الاستقلال الاجتماعي:

ومن ذلك مهارة الطفل في أداء الواجبات المختلفة الموكلة به وقدرته على المحافظة على أغراضه الخاصة، وقدرته على الدفاع عن حقوقه.

3.3.4 التعاون الاجتماعي:

ويتضمن مهارة الطفل في مساعدة زملائه في مواقف الحياة الاجتماعية المختلفة مثل : الاشتراك معهم في الأنشطة الجماعية المدرسية لإتمام عمل ما .

4.3.4 الضبط الذاتي:

ومن ذلك انصياع الطفل وامتثاله للتعليمات وإتباع القواعد الاجتماعية في الأسرة والمدرسة على حد سواء.

5.3.4 المهارات البين شخصية:

وتتضمن قدرة الفرد على تكوين علاقات إيجابية مع الآخرين مثل المشاركة في الأنشطة ، والتقبل الاجتماعي من الأقران والإحساس بمشاعرهم .

6.3.4 المهارات الاجتماعية المدرسية:

وتتضمن المهارات ذات العلاقة بأداء الواجبات مع الأقران في الأنشطة المنهجية وغير المنهجية (Merrell, W, 1998)

4.4 نموذج هاني (عتريس هاني، 1997):

الذي لخص ما توصل إليه بعض علماء النفس بخصوص مكونات المهارات الاجتماعية في إطار الاتصال الاجتماعي على النحو التالي :

1.4.4 مهارات الاتصال اللفظي:

ويقصد بها مهارات الحوار مع الآخرين وتتضمن المهارات التالية:

- المودة : وتتضمن قبول طرف التفاعل الآخر ومشاعر الدفء تجاهه والحرص على جعل اللقاء ممتعاً .
- الحفاظ على تقدير ذات الطرف الآخر أثناء التفاعل الاجتماعي : والمقصود بها حرص الفرد على تجنب ما قد يؤدي إلى الإضرار بتقدير طرف التفاعل الآخر لذاته .
- تجنب صيغة الإلزام: والمقصود بها التخفيف من استخدام صيغة الأمر والمطالب المباشرة والكثيرة.
- معرفة كيفية الاعتراض أو قول (لا) بطريقة مناسبة .

2.4.4 مهارات الاتصال غير اللفظي:

- الحيز البين شخصي : ويقصد به المسافة التي تفصل بين طرفي التفاعل ويتخذ أربعة أشكال :
- حيز العلاقات شديدة الخصوصية: يتراوح من الالتصاق البدني الكامل على مسافة 6-18 بوصة ويستخدم في النشاطات الأكثر خصوصية .
- حيز العلاقات الشخصية: ويتراوح مدى قطره من 11/2 إلى 4 قدم وهي أكثر المسافات التي يستخدمها الناس في الحوار مدعاة للراحة.
- الحيز الاجتماعي: وتتراوح مسافته بين 4-12 قدم وهي تفصل بين اثنين يعملان معاً أو يعقدان صفقة مالية أو بين الأشخاص في المواقف الاجتماعية.
- الحيز العام: ويبدأ من 12 قدم فأكثر ويستخدمه المعلمون أو المتحدثون في التجمعات العامة
- خصائص الصوت: وتتضمن : نغمة الصوت ونبراته ومداه ومعدل الكلام وسرعة تتابع الكلمات وكلها مكونات صوتية هامة للرسالة التي نريد نقلها والتي يمكن بسهولة أن تؤكد أو تدحض ما نقول .
- لغة البدن: ومن ذلك: حركات الجسم وإيماءاته المختلفة كحركات الذراع

أو اليد أو الأرجل والتي تكون كافية لتحديد ما قد نقوله أو لا نقوله من كلمات والجلوس في مواجهة الآخر مباشرة، هز الرأس في موافقة أو رفض وهز الأرجل، اللعب بنهايات الشعر، فرك الأصابع

- لغة العيون : ومنها : شدة التقاء النظرات والتي تعكس إشارات غير لفظية هامة في تحديد كيف نشعر تجاه شخصى ما في موقف ما ، وكيف يشعر تجاهنا هذا الشخص.
- تعبيرات الوجه. لكل وجه رسائله الفريدة التي هي مؤشرات انفعالية تعكس بوضوح الحالة الداخلية للشخصي: كالغضب ، الحزن ، السعادة ، الدهشة الاشمئزاز ، الخوف (هاني، 1997، الصفحات 15-28).

5 - المهارات الاجتماعية لدى المعاقين حركيا:

يؤكد كل من (كفاي، علاء الدين؛ ماسية، أحمد النيال، 1995) أن صورة الجسم عبارة عن تصور عقلي أو صورة ذهنية يكونها الفرد ، وتسهم في تكوينها خبرات الفرد من خلال ما يتعرض له من أحداث ومواقف ، كما أن صورة الجسم تؤثر تأثيرا كبيرا في نمو الشخصية وتطورها ، وما يكونه الفرد من اتجاهات نحو جسمه ، قد تكون سلبية أو ايجابية وهذه الاتجاهات المتعلقة بصورة الجسم بشقيها الايجابي أو السلبي ، إما أن تكون ميسرة أو معوقة لتفاعلات الإنسان مع ذاته ومع الآخرين (كفاي و ماسية، 1995، صفحة 21)

ومن ثم فالقصور في المهارات الاجتماعية يؤدي إلى توقع الرفض من قبل الآخرين ، ويحدث الشعور بالوحدة النفسية (علي ع.، 2001، صفحة 16).

أما بالنسبة للمعاقين حركيا فتواجه أعدادا كبيرة منهم مشكلات اجتماعية وانفعالية متنوعة، تمكن ورائها أسباب مختلفة من أهمها:

- افتقارهم إلى المهارات الاجتماعية اللازمة والكفاءات الاجتماعية المناسبة .
- تخوف المعاقين من التفاعل الاجتماعي مع الآخرين بسبب خبرات الفشل السابقة.
- تردد الأفراد العاديين في التفاعل مع المعاقين بسبب وجود خصائص جسمية مختلفة لديهم.

- افتقار الأشخاص العاديين إلى المعلومات الصحيحة عن الإعاقة و المعاقين .
- لجوء بعض أولياء الأمور إلى حماية الشخص المعاق بشكل مبالغ فيه مما يحد من الفرص المتاحة لهم لتطوير مهارات التفاعل الاجتماعي.

وبناء على ذلك يجب أن تحتم البرامج المقدمة لهم بتطوير وتقوية المهارات الاجتماعية والانفعالية المناسبة ، وإضعاف أو إيقاف السلوكيات الاجتماعية والانفعالية غير التكيفية (الخطيب و منى، 2005، صفحة 57)

حيث تكمن أهمية المهارات الاجتماعية من خلال ما تهدف إليه في تعليم الطفل كيف ينسجم مع الآخرين ويتفاعل معهم من خلال توفير الفرص للأطفال كي يلعبوا ويتعلموا بشكل تعاوني ، ومساعدة الطفل الخجول في التفاعل مع الآخرين بعيدا عن عوامل الضغط والقسر ، وتوفير الخبرات التي من شأنها مساعدة الأطفال على احترام حقوق الآخرين و تقدير مشاعرهم (صبحي، 2003، صفحة 57)

يرى فرانك وآخرون (Frank, Bonnie، 2001) بأن تصنيف القصور في المهارات الاجتماعية إلى:

- قصور في اكتساب المهارة: ويرجع إما لغياب المعرفة بتنفيذ مهارة اجتماعية معينة تحت ظروف مثلي أو الإخفاق في تمييز أي سلوك اجتماعي مناسب في مواقف معينة.

- نقص في الأداء الاجتماعي: ويتمثل في حضور المهارات الاجتماعية في مستودع الطالب السلوكي، لكنه يخفق في القيام بها على مستويات مقبولة في مواقف معينة.

- نقص في الطلاق : ويأتي من قلة تعرض الشخص لنماذج مهارية كافية للسلوك الاجتماعي ، وتدريب غير كاف على المهارة أو تقديرات منخفضة بالنسبة لتعزيز الأداء المهاري (شعبان، 2004، الصفحات 77-78)

6 طرق واستراتيجيات اكتساب المهارات الاجتماعية:

حددت (عمران, تغريد; رجاء, الشناوي; عفاف, صبحي, 2001) أن الطرق التي تساعد على اكتساب المهارات هي : الطريقة الكلية - الطريقة الجزئية - الطريقة التجميعية .

أما استراتيجيات اكتساب المهارات فقد رأى (Orielly; F) أن استراتيجيات اكتساب المهارات الاجتماعية تتمثل في : تقديم وصف للسلوك المرغوب فيه ، النموذج ، يليه القيام بلعب الدور ، فالتغذية المرتدة للأداء .

أما (سمير محمد سلامة، 2001) فقد رأت أن أهم الاستراتيجيات المستخدمة في التدريب على المهارات الاجتماعية هي : التغذية المرتدة ، التدعيم الايجابي ، التلقين، التشكيل، لعب الدور ، البروفات السلوكية ، التدريب على السلوك التوكيدي .

وقد رأى (Dam-Baggen V Karaimaat) أن إستراتيجية اكتساب المهارات الاجتماعية تتمثل في : النمذجة ، البروفة السلوكية ، التقريب المتتابع ، الواجبات المنزلية.

هذا وقد درجت بعض الدراسات على استخدام الاستراتيجيات لتعني بها الفنيات الإرشادية ، وطبيعة الأمر أن الفنية تكنيك ضمن إستراتيجية (سيف، 2005، صفحة 55)

خلاصة:

تناولنا في هذا الفصل مختلف الجوانب المتعلقة بالمهارات الاجتماعية إنطلاقاً من مختلف التعريفات التي صنفت إلى تعريفات ذات طابع معرفي وتعريفات ذات طابع سلوكي وتعريفات ذات طابع تكلمي ثم تناولنا بعض المفاهيم التي لها علاقة بالمهارات الاجتماعية إذ تعد واحدة من النكونات المهمة للصحة النفسية الجيدة وعاملاً مهماً في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى المعاقين داخل الجماعات التي ينتمون إليها .

الباب الثاني
الجانب التطبيقي

الفصل الاول
منهجية البحث والاجراءات الميدانية

تمهيد:

يعتبر البحث العلمي عملية فكرية منظمة يقوم بها شخص يسمى الباحث، من أجل تقصي الحقائق بشأن مسألة أو مشكلة معينة تسمى موضوع البحث، بإتباع طريقة علمية منظمة تسمى منهج البحث بغية الوصول إلى حلول ملائمة أو إلى نتائج صالحة للتعميم على المشكلات، وهو مرتكز محوري للوصول إلى الحقائق العلمية ووضعتها في إطار قواعد أو قوانين، أو نظريات علمية كجوهر العلوم خاصة وأن العلم مدركات يقينية ومؤكدة ومبرهن عليها كتصديق مطلق، و يتم التوصل إلى الحقائق عن طريق البحث وفق مناهج علمية هادفة و دقيقة ومنظمة واستخدام أدوات ووسائل بحثية.

فالبحث العلمي والاستخدام المنظم لعدد من الأساليب والإجراءات للحصول على حل أكثر كفاية لمشكلة ما، عما يمكننا الحصول عليه بطرق أخرى، وهو يفترض الوصول إلى نتائج و معلومات أو علاقات جديدة لزيادة المعرفة للناس أو التحقق منها.

1 منهج البحث:

يعتبر المنهج المستخدم في أي دراسة علمية من الأساسيات التي يعتمد عليها الباحث في بحثه عن الحقيقة، بحيث يرتكز استخدام الباحث لمنهج ما دون غيره من المناهج على طبيعة الموضوع الذي يود دراسته ، ونظرا لطبيعة موضوعنا المقترح تبين انه من المناسب استخدام المنهج الوصفي وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة والذي يعتبر من أكثر مناهج البحث استخداما، وخاصة في البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية، ويهتم البحث الوصفي بجمع أوصاف علمية دقيقة للظواهر المدروسة، ووصف الوضع الراهن و تفسيره، وكذلك تحديد الممارسات الشائعة والتعرف على الآراء والمعتقدات والاتجاهات عند الأفراد، وطرائقها في النمو والتطور، كما يهدف إلى دراسة العلاقات القائمة بين الظواهر المختلفة. (إخلاص و مصطفى، 2000، صفحة 84).

2 مجتمع وعينة البحث:

1.2 مجتمع البحث:

تتمحور الدراسة على فئة المعاقين حركيا:

من حيث السن : يقع أفراد مجتمع البحث في المرحلة العمرية من (23_40) سنة.

من حيث الجنس: فان جميع أفراد المجتمع ذكور.

العدد الإجمالي: 25 فردا

2.2 عينة البحث:

تكونت العينة من مجموعة من المعاقين حركيا، تم اختيار العينة بطريقة مقصودة

من حيث طبيعة الإعاقة (المعاقين حركيا)، و عشوائية من حيث الخصائص الفردية

للمعوق حركيا (الجنس، السن، المستوى التعليمي، الحالة الاجتماعية، الحالة

المهنية، أصل الإعاقة)، و قد تم تطبيق أداة الدراسة على مجموعة من العينة

المدروسة (الممارسين لرياضة السباحة لذوي الإعاقة) يقدر عددهم ب **13 معاق** ،

و يرجع اختيار المعاقين حركيا لتماشيها مع خصائص العينة الممارسة لرياضة

السباحة لذوي الإعاقة .

كما يعود اختيار رياضة السباحة لذوي الإعاقة نظرا للمكانة و السمعة الطيبة التي

تحضا بها سواء على المستوى الوطني أو حتى على المستوى الإفريقي و العربي و

العالمي بصفة عامة، و هذا ما يدعوا إلى الاهتمام بهذه الرياضة، و دعم كل ما من

شأنه تطويرها.

3 متغيرات البحث:

استنادا إلى فرضيات البحث تبين لنا جليا أن هناك متغيرين اثنين أحدهما مستقلا

والآخر تابعا

المتغير المستقل: وهو عبارة عن النشاط الحركي المكيف

المتغير التابع: وهي المهارات الاجتماعية

4 مجالات البحث:

1.4 المجال البشري:

يتمثل في 13 رياضيين معاقين

2.4 المجال الزمني:

تم إجراء بحثنا هذا بشقيه النظري والتطبيقي ، خصصنا للجانب النظري فترة امتدت من بداية شهر أكتوبر إلى غاية شهر فيفري فقمنا في هذه الفترة بجمع المصادر والمعلومات الخاصة بموضوع بحثنا ، أما الجانب التطبيقي فشرعنا فيه في شهر مارس حتى بداية شهر ماي فقمنا بتوزيع الاستبيان على أفراد العينة وفرغنا النتائج المتوصل إليها حيث عرضنا هذه النتائج بطرق إحصائية

3.4 المجال المكاني:

قاعة السباحة بمعهد التربية البدنية والرياضة جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم .

5 أدوات البحث :

استخدمنا في بحثنا هذا تقنية الإستبيان للحصول على نتائج دقيقة وواضحة ، فقمنا بإعداد استبيان يضم (27) سؤالاً ، مقسماً إلى محورين كالتالي:

المحور الأول : يتمثل في النشاط الحركي المكيف و تأثيره على المعاق سواء من الناحية البدنية أو النفسية أو الشخصية .

المحور الثاني: المهارات الاجتماعية لدى المعاقين حركياً.

فيعرف الاستبيان على انه أحد وسائل البحث العلمي المستعمل على نطاق واسع من أجل الحصول على بيانات أو معلومات تتعلق بأحوال الناس أو ميولهم أو اتجاهاتهم ، ودوافعهم أو معتقداتهم ، وتأتي أهمية الاستبيان كأداة لجمع المعلومات بالرغم مما يتعرض له من انتقادات من انه اقتصادي في الجهد والوقت . كما يعرف انه

أداة عملية تعتبر من بين وسائل الاستقصاء ، لجمع المعلومات ، الأكثر فعالية لخدمة البحث ، يحتوي هذا الأخير على مجموعة من الأسئلة ، تمت صياغتها لاختبار صحة فروض هذه الدراسة وأهداف البحث .

اعتمدنا في طريقة الاستبيان على الأسئلة المغلقة وفيه تكون الإجابة مقيدة ، بحيث يحتوي على أسئلة تليها إجابات محددة ، وما على المفحوص أو المشاركة إلا أن يختار واحدة منها بوضع دائرة حولها أو أية إشارة يطلبها الفاحص ، كما هو الحال في الأسئلة الموضوعية ، ومن مزايا هذا النوع من الاستبيانات انه يشجع على الإجابة عليه ، لأنه لا يتطلب وقتا وجهدا كبيرين ، ومن عيوبه أن الفحوص قد لا يجد بين الإجابات الجاهزة ما يريده. (سامي عريف واخون، 1999، الصفحات 97-98)

6 الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة :

1.6 صدق الاستبيان:

إن صدق الأداة المستخدمة في البحث مهما اختلف أسلوب القياس تعني قدرته على قياس ما وضعت من اجله أو الصفة المراد قياسها. واستخدمنا في بحثنا نوعين من الصدق :

صدق المحكمين وذلك للوقوف على مدى تناسب أسئلة الاستبيان مع أهداف البحث قمنا بعرضها على مجموعة من الأساتذة بمعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد بن باديس مستغنام ممن لهم الخبرة في ميدان البحث العلمي بغرض موافقتهم والاتفاق بينهم على صدق الاستبيان وبعد إبداء آرائهم وتقديمهم للملاحظات تم استبعاد وحذف عدد من الملاحظات وإدراج عبارات أخرى من تم تعديل الاستبيان وإخراجه بصورته النهائية ليتم توزيعه على العينة .

واستخدمنا كذلك الصدق الذاتي وذلك عن طريق حسابه بالجذر التربيعي للثبات

كما هو موضح بالجدول.

2.6 الثبات:

يقصد بالثبات "مدى الدقة والاتساق أو استقرار نتائج الاختبار فيما لو طبق على عينة من الأفراد مناسبتين مختلفتين على أن نصل إلى نفس النتائج تقريبا ". (مقدم، 1993) واستخدمنا الثبات بطريقة إعادة الاختبار (الاستبيان) على عينة البحث وقمنا بمقارنة النتائج القبليّة والبعديّة بحساب معامل الارتباط برسون كما هو موضح في الجدول

الجدول 1 يوضح نتائج الصدق والثبات

الصدق	الثبات	القيمة ج	مستوى الدلالة	درجة الحرية	العينة	
0.96	0.93	0.88	0,05	5	6	المحور 1
0.97	0.94					المحور 2
0.95	0.91					الاستبيان

3.6 الموضوعية :

من العوامل المهمة التي يجب أن تتوفر في الاختبار الجيد شرط الموضوعية والذي يعني التحرر من التحيز أو التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية للمختبر كأرائه وأهوائه الذاتية وميوله الشخصي وحتى تحيزه أو تعصبه ، فالموضوعية تعني أن تصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا تريدها ان تكون . (مروان، 1999).

7 الدراسات الإحصائية :

بعد مراجعة الاستثمارات قمنا بعملية تفرغ الأسئلة وحساب النسب المئوية لنتائج إجابات أفراد العينة ثم استخدام الدالة الإحصائية كا2.

اختبار كا2:

يعتبر اختبار كا2 من أفضل الاختبارات الإحصائية التي تستخدم في حساب دلالة الفروق بين تكرارات النسبة التكرارات .

و يستخدم كا2 لحساب دلالة فرق البيانات العددية التي يمكن تحويلها إلى تكرار أو نسب مئوية وتقوم فكرتها الأساسية على قياس مدى اختلاف التكرارات المشاهدة والتكرارات المتوقعة والمحتملة الحدوث (عبد المنعم الدريبر ، 2006 ، صفحة 130) كما يمكن حسابه بالمعادلة التالية:

تكرار المشاهد ← ت م

تكرار المتوقع ← ت ن

$$\text{و منه كا} 2 = \frac{\text{مج(ت م-ت ن)} 2}{\text{ت ن}}$$

النسبة المئوية:

يستخدم هذا النوع من الإحصاء لمعرفة نسبة النتيجة المتحصل عليها بنسبة لكل العينة ويرمز له ب %

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{100 \times \text{التكرار}}{\text{المجموع}}$$

الخلاصة:

لقد تمحور مضمون هذا الفصل حول منهجية البحث والإجراءات الميدانية التي أنجزها الطالبان خلال الدراسة الإحصائية والأساسية تماشياً مع طبيعة البحث العلمي ومتطلباته العلمية والعملية حيث تطرق الطالبان في بداية هذا الفصل إلى منهجية البحث المستخدمة والتي استهلكت بالمنهج المستخدم ومتغيراته، العينة، مجالات البحث، أدوات مستخدمة، الأسس العلمية للاختبارات ، ثم الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث.

الفصل الثاني

عرض وتحليل النتائج

1 - عرض و تحليل نتائج الاستبيان:

1.1 عرض و تحليل نتائج المحور الاول: الانشطة الحركية المكيفة

السؤال الاول: هل غير النشاط الحركي المكيف نضرتك الى مفهوم الاعاقة؟

جدول رقم 02 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بتغير نظرة النشاط

الحركي المكيف لمفهوم الاعاقة

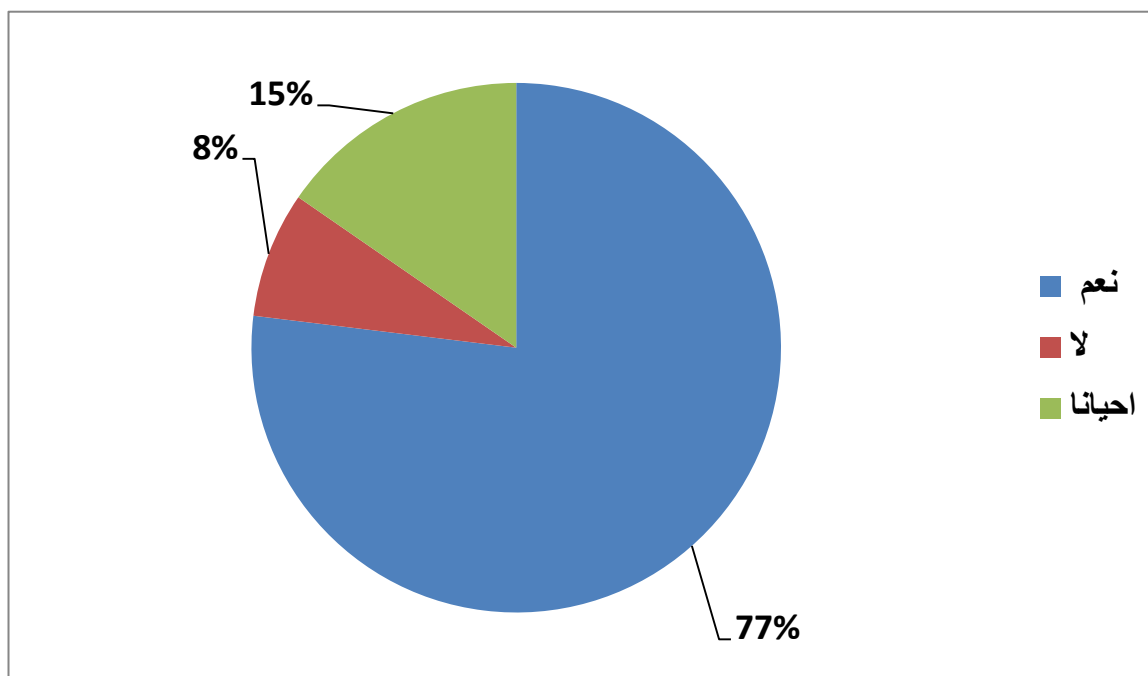
الجدول 2 يوضح نتائج السؤال الأول

الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	11.23	76.92	10	نعم
		7.69	1	لا
		15.38	2	احيانا

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 02 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق ب تغير نظرة النشاط الحركي المكيف لمفهوم الاعاقة، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 10 ممثل بنسبة 76.92%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا ب 1 ممثل بنسبة 7.69%، اما تكرار الاجابات لاحيانا فقد حدد ب 2 ممثل بنسبة 15.38%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 11.23 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 01 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بتغير نظرة النشاط الحركي المكيف لمفهوم الاعاقة



رسم توضيحي 1 يمثل نتائج السؤال الأول

السؤال الثاني: هل ترى ان النشاط الرياضي مهم لجميع افراد الاسرة؟

جدول رقم 03 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق برؤية النشاط الرياضي ذو اهمية لجميع افراد الاسرة

الدلالة الاحصائية	ك2 المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	15.38	84.61	11	نعم
		7.69	1	لا
		7.69	1	احيانا

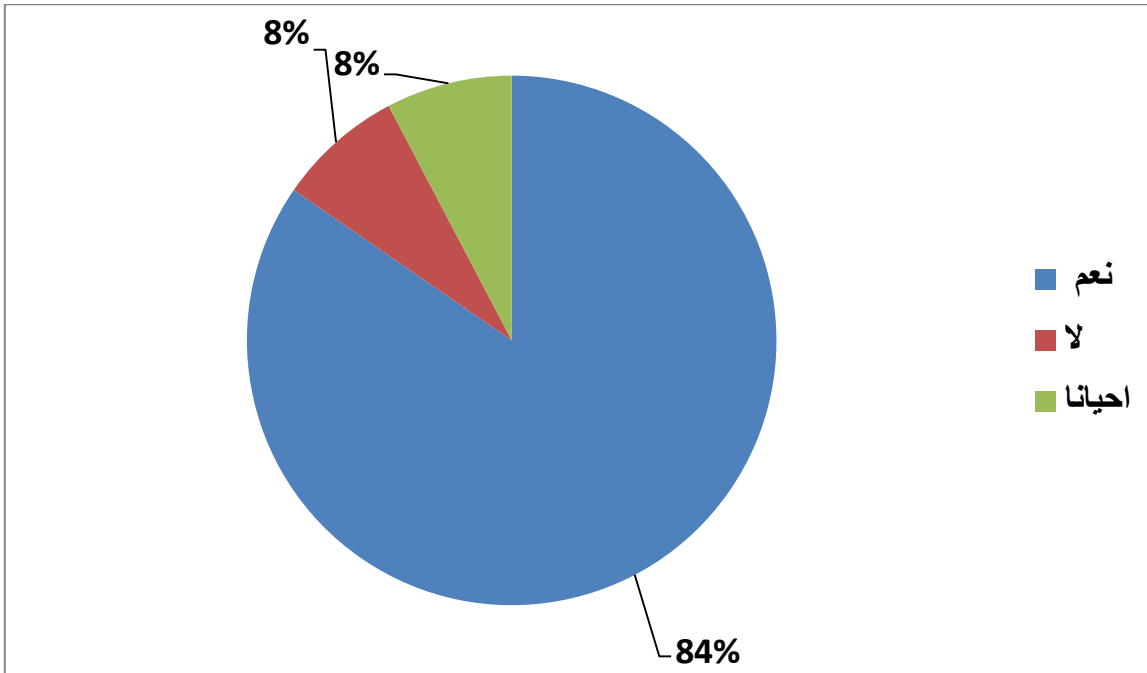
الجدول 3 يوضح نتائج السؤال الثاني

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة ك2 الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 03 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق برؤية النشاط الرياضي ذواهمية لجميع افراد الاسرة، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 11 ممثل بنسبة 84.61%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك بلا ب 1 ممثل بنسبة 7.69%، اما تكرار الاجابات لاجابانا فقد حدد ب 1 ممثل بنسبة 7.69%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 15.38 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 02 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق برؤية

النشاط الرياضي ذواهمية لجميع افراد الاسرة



رسم توضيحي 2 يمثل نتائج السؤال الثاني

السؤال الثالث: هل جعل النشاط الرياضي منك شخصا نشيطا و مفيدا للمجتمع؟

جدول رقم 04 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بجعل النشاط الرياضي منك شخصا نشيطا ومفيدا للمجتمع

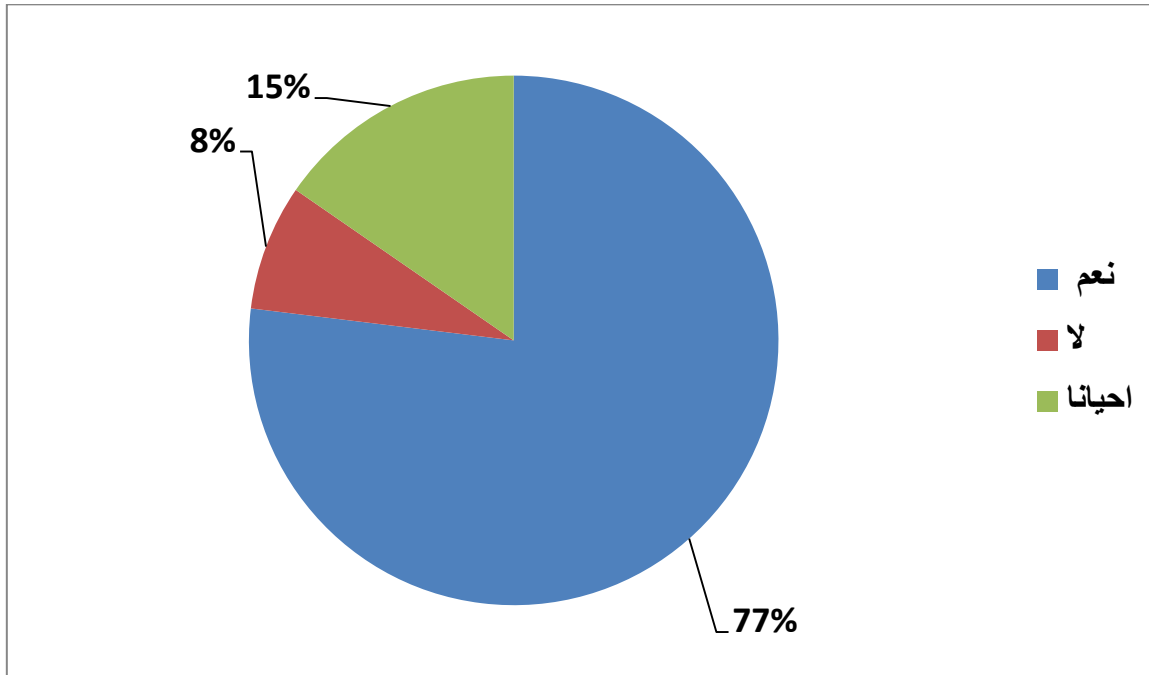
الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	11.23	76.92	10	نعم
		7.69	1	لا
		15.38	2	احيانا

الجدول 4 يوضح نتائج السؤال الثالث

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 04 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بجعل النشاط الرياضي منك شخصا نشيطا ومفيدا للمجتمع، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 10 ممثل بنسبة 76.92%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا ب 1 ممثل بنسبة 7.69%، اما تكرار الاجابات لاحيانا فقد حدد ب 2 ممثل بنسبة 15.38%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 11.23 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 03 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بجعل النشاط الرياضي منك شخصا نشيطا ومفيدا للمجتمع



رسم توضيحي 3 يمثل نتائج السؤال الثالث

السؤال الرابع: هل ساهم النشاط الرياضي في تقبلك للإعاقة؟

جدول رقم 05 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بمساهمة النشاط الرياضي في تقبل الإعاقة

الدلالة الاحصائية	ك2 المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	8	69.23	9	نعم
		7.69	1	لا
		23.07	3	احيانا

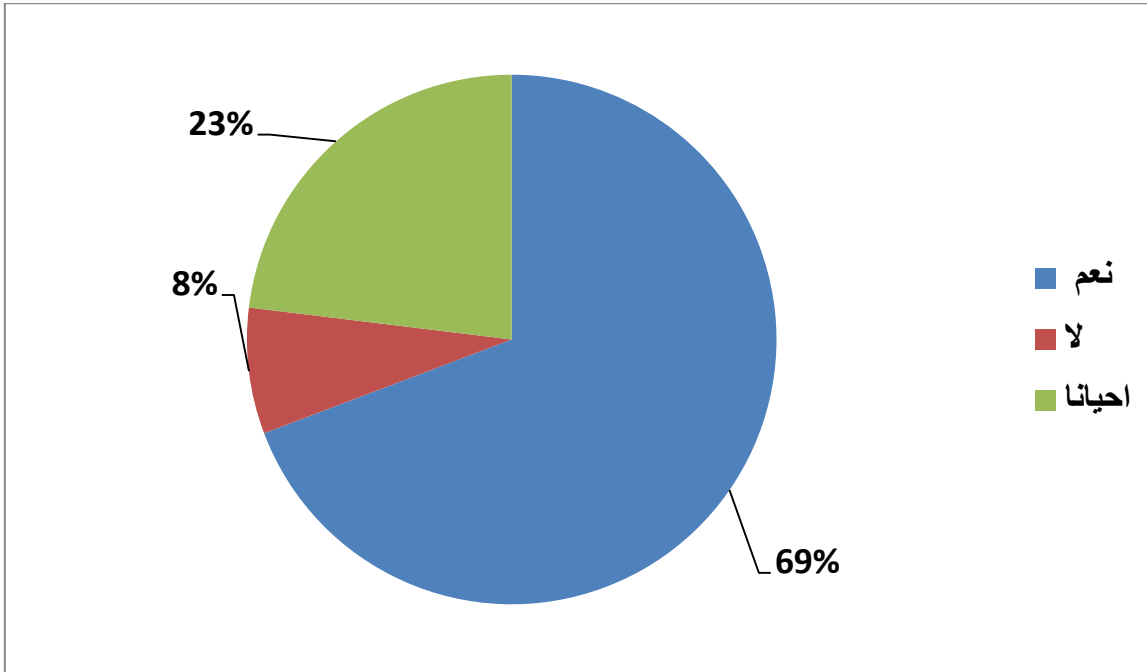
الجدول 5 يوضح نتائج السؤال الرابع

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة ك2 الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 05 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق ب مساهمة النشاط الرياضي في تقبل الإعاقة، حيث حدد تكرار

الاجابات حول ذلك بنعم ب 9 ممثل بنسبة 69.23%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا ب 1 ممثل بنسبة 7.69%، اما تكرار الاجابات لاجابانا فقد حدد ب 3 ممثل بنسبة 23.07%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 8 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 04 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بمساهمة النشاط الرياضي في تقبل الاعاقة



رسم توضيحي 4 يمثل نتائج السؤال الرابع

السؤال الخامس: هل الانشطة الرياضية تساعد على التخفيف من التوتر؟

جدول رقم 06 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بالانشطة الرياضية و مساعدتها على التخفيف من التوتر

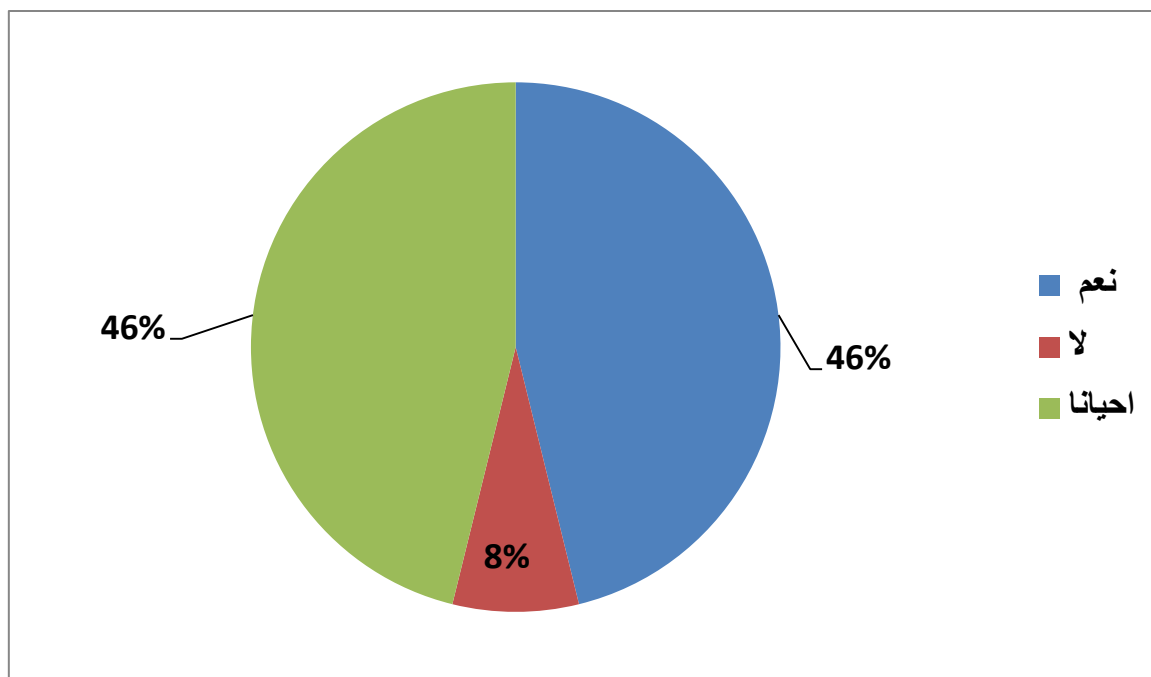
الدلالة الاحصائية	ك ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
غير دال	3.84	46.15	6	نعم
		7.69	1	لا
		46.15	6	احيانا

الجدول 6 يوضح نتائج السؤال الخامس

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة ك² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 06 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بـ الانشطة الرياضية ومساعدتها على التخفيف من التوتر، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم بـ 6 ممثل بنسبة 46.15%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك لـ لا بـ 1 ممثل بنسبة 7.69%، اما تكرار الاجابات لـ احيانا فقد حدد بـ 6 ممثل بنسبة 46.15%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لك² المحسوبة 3.84 و التي جاءت اصغر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث كانت محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 05 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بالانشطة الرياضية ومساعدتها على التخفيف من التوتر



رسم توضيحي 5 يمثل نتائج السؤال الخامس

السؤال السادس: هل تحب ممارسة الرياضة لتعويض قلة الحركة الناتجة عن الاصابة؟

جدول رقم 07 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بحب ممارسة الرياضة لتعويض قلة الحركة الناتجة عن الاصابة

الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
غير دال	1.07	46.15	6	نعم
		30.76	4	لا
		23.07	3	احيانا

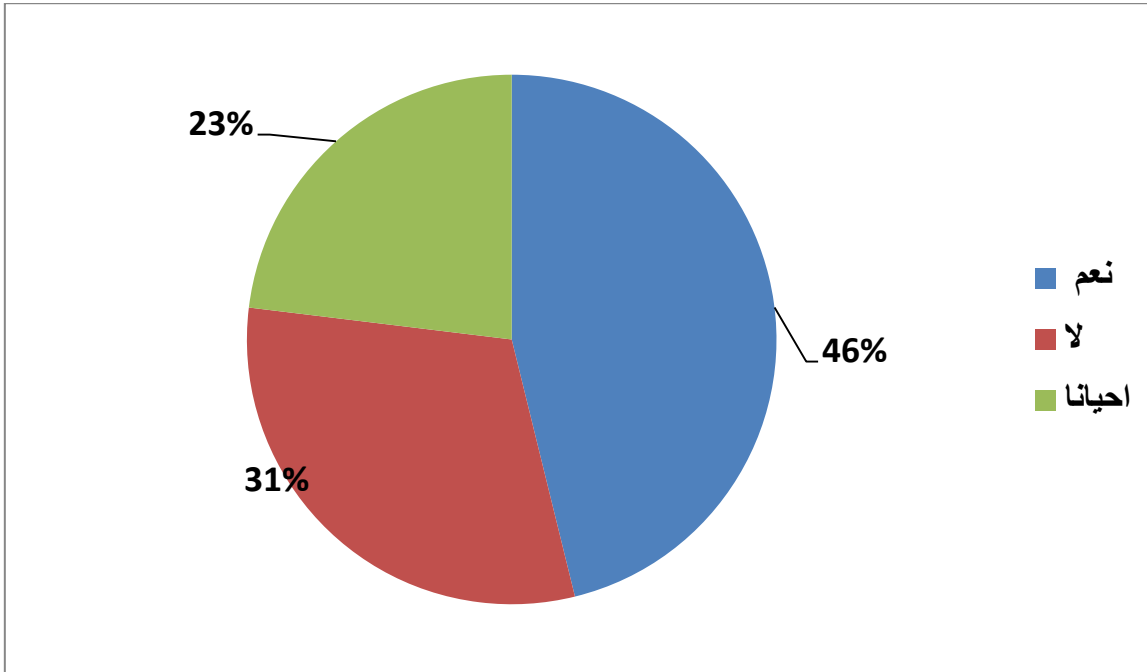
الجدول 7 يوضح نتائج السؤال السادس

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 07 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بحب ممارسة الرياضة لتعويض قلة الحركة الناتجة عن

الإصابة، حيث حدد تكرار الإجابات حول ذلك بنعم بـ 6 ممثل بنسبة 46.15%، في حين حدد تكرار الإجابات حول ذلك لـ لا بـ 4 ممثل بنسبة 30.76%، أما تكرار الإجابات لـ أحيانا فقد حدد بـ 3 ممثل بنسبة 23.07%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لـ χ^2 المحسوبة 1.07 و التي جاءت اصغر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث كانت محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 06 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بحب ممارسة الرياضة لتعويض قلة الحركة الناتجة عن الإصابة



رسم توضيحي 6 يمثل نتائج السؤال السادس

السؤال السابع : هل يساعد النشاط الرياضي المكيف في اكتساب الصحة الجيدة؟

جدول رقم 08 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بمساعدة النشاط الرياضي المكيف يكتساب الصحة الجيدة

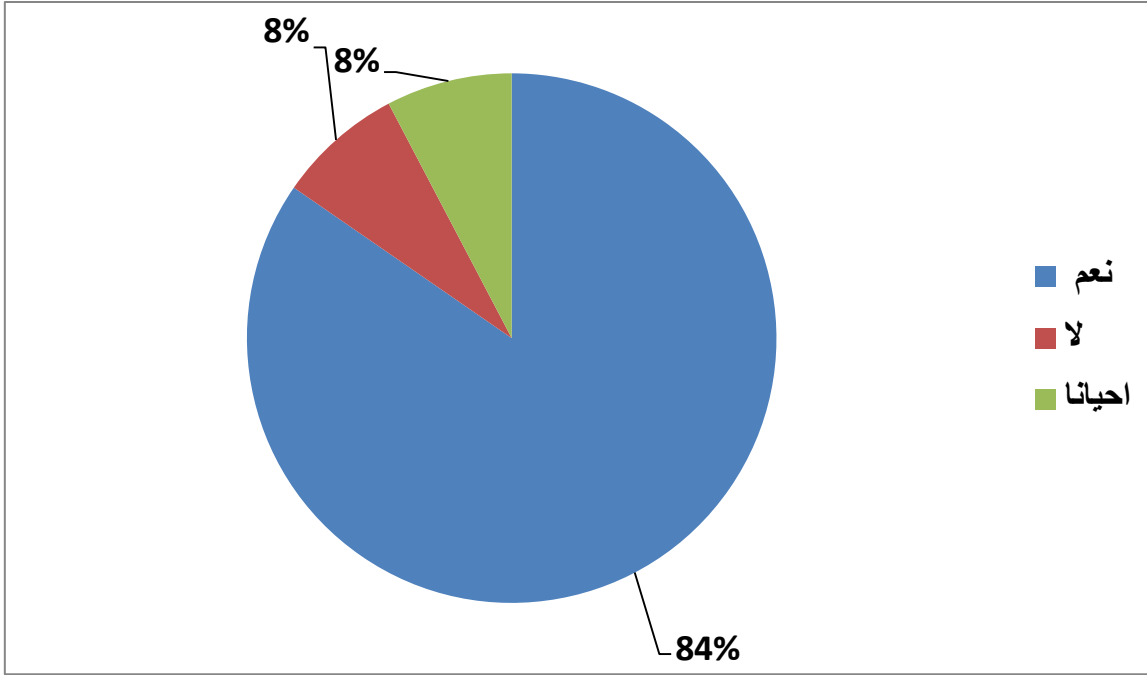
الدلالة الاحصائية	ك ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	15.38	84.61	11	نعم
		7.69	1	لا
		7.69	1	احيانا

الجدول 8 يوضح نتائج السؤال السابع

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة ك² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 08 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بمساعدة النشاط الرياضي المكيف في اكتساب الصحة الجيدة، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 11 ممثل بنسبة 84.61%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك ل لا ب 1 ممثل بنسبة 7.69%، اما تكرار الاجابات لاحيانا فقد حدد ب 1 ممثل بنسبة 7.69%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لك² المحسوبة 15.38 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 07 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بمساعدة النشاط الرياضي المكيف في اكتساب الصحة الجيدة



رسم توضيحي 7 يمثل نتائج السؤال السابع

السؤال الثامن: هل تفضل المشاركة في الانشطة الرياضية للتخلص من العزلة و الوحدة؟

جدول رقم 09 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بتفضيل المشاركة في الانشطة الرياضية للتخلص من العزلة والوحدة

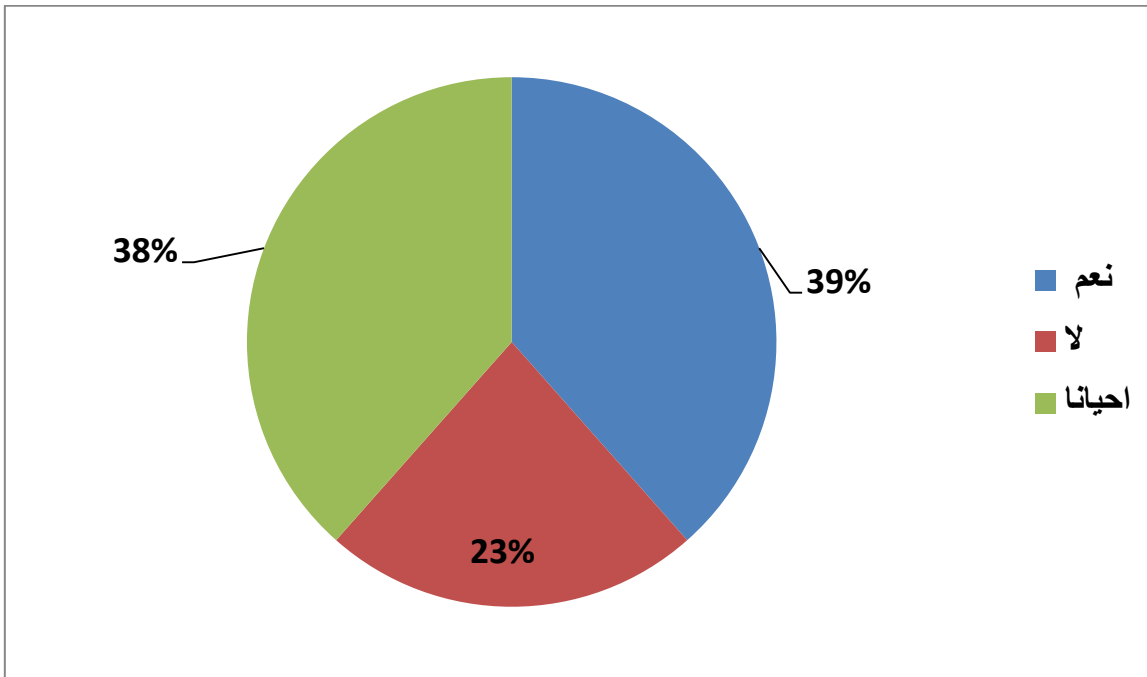
الدلالة الاحصائية	كاف المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
غير دال	0.61	38.46	5	نعم
		23.07	3	لا
		38.46	5	احيانا

الجدول 9 يوضح نتائج السؤال الثامن

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كافي الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 09 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بتفضيل المشاركة في الانشطة الرياضية للتخلص من العزلة والوحدة ،حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 5 ممثـل بنسبة 38.46% ،في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك لـلا ب 3 ممثـل بنسبة 23.07% ،اما تكرار الاجابات لـاحيانا فقد حدد ب 5 ممثـل بنسبة 38.46% ،لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لـكا² المحسوبة 0.61 و التي جاءت اصغر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث كانت محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 08 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بتفضيل المشاركة في الانشطة الرياضية للتخلص من العزلة و الوحدة



رسم توضيحي 8 يمثل نتائج السؤال الثامن

السؤال التاسع: هل تمارس الانشطة الرياضية لانها تعمل على اثبات الذات؟

جدول رقم 10 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بممارسة الانشطة الرياضية لانها تعم لعلى اثبات الذات

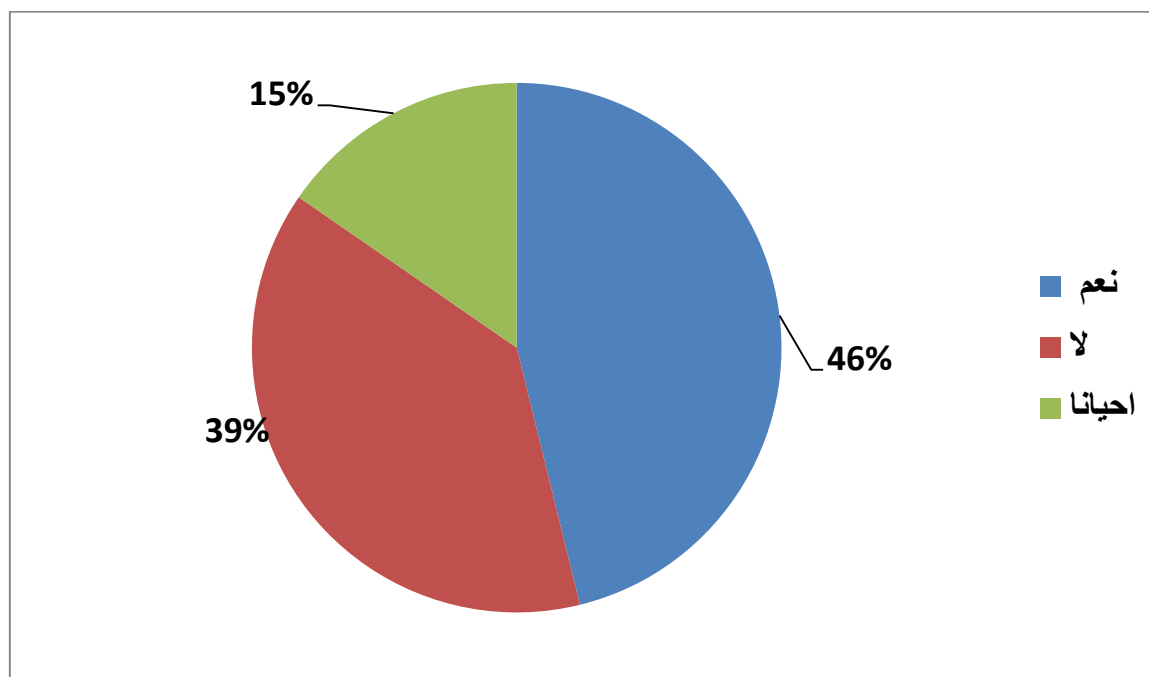
الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
غير دال	2	46.15	6	نعم
		38.46	5	لا
		15.38	2	احيانا

الجدول 10 يوضح نتائج السؤال التاسع

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 10 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق ب ممارسة الانشطة الرياضية لانها تعمل على اثبات الذات، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 6 ممثل بنسبة 46.15%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا ب 5 ممثل بنسبة 38.46%، اما تكرار الاجابات لاحيانا فقد حدد ب 2 ممثل بنسبة 15.38%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 2 و التي جاءت اصغر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث كانت محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 09 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بممارسة الانشطة الرياضية لانها تعمل على اثبات الذات



رسم توضيحي 9 يمثل نتائج السؤال التاسع

السؤال العاشر: هل تقوم باختيار ممارسة النشاط الرياضي المكيف بمساعدة الاهل؟

جدول رقم 11 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق باختيار ممارسة النشاط الرياضي المكيف بمساعدة الاهل

الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
غير دال	3.84	46.15	6	نعم
		46.15	6	لا
		7.69	1	احيانا

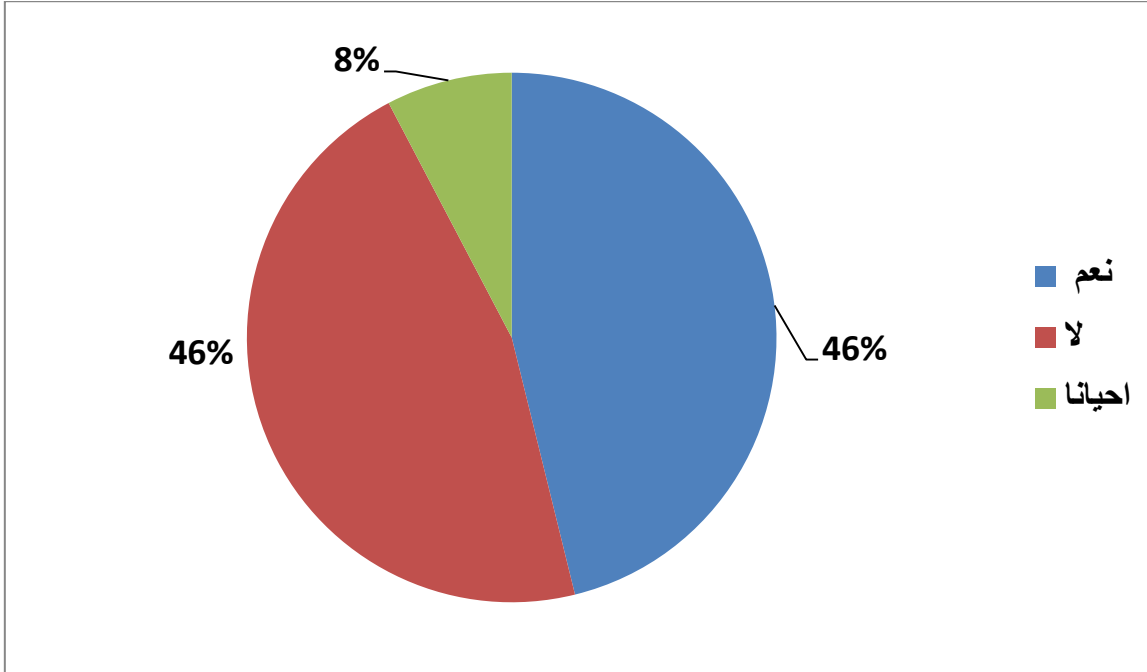
الجدول 11 يوضح نتائج السؤال العاشر

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 11 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق ب اختيار ممارسة النشاط الرياضي المكيف بمساعدة الاهل، حيث

حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم بـ 6 ممثل بنسبة 46.15%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا بـ 6 ممثل بنسبة 46.15%، اما تكرار الاجابات لاجابانا فقد حدد بـ 1 ممثل بنسبة 7.69%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 3.84 و التي جاءت اصغر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث كانت محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 10 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق باختيار ممارسة النشاطا لرياضي المكيف بمساعدة الاهل



رسم توضيحي 10 يمثل نتائج السؤال العاشر

السؤال الحادي عشر: هل تساعد ممارسة النشاط الرياضي المكيف على التكيف مع المجتمع؟

جدول رقم 12 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بمساعدة الممارسة للنشاط الرياضي المكيف على التكيف مع المجتمع

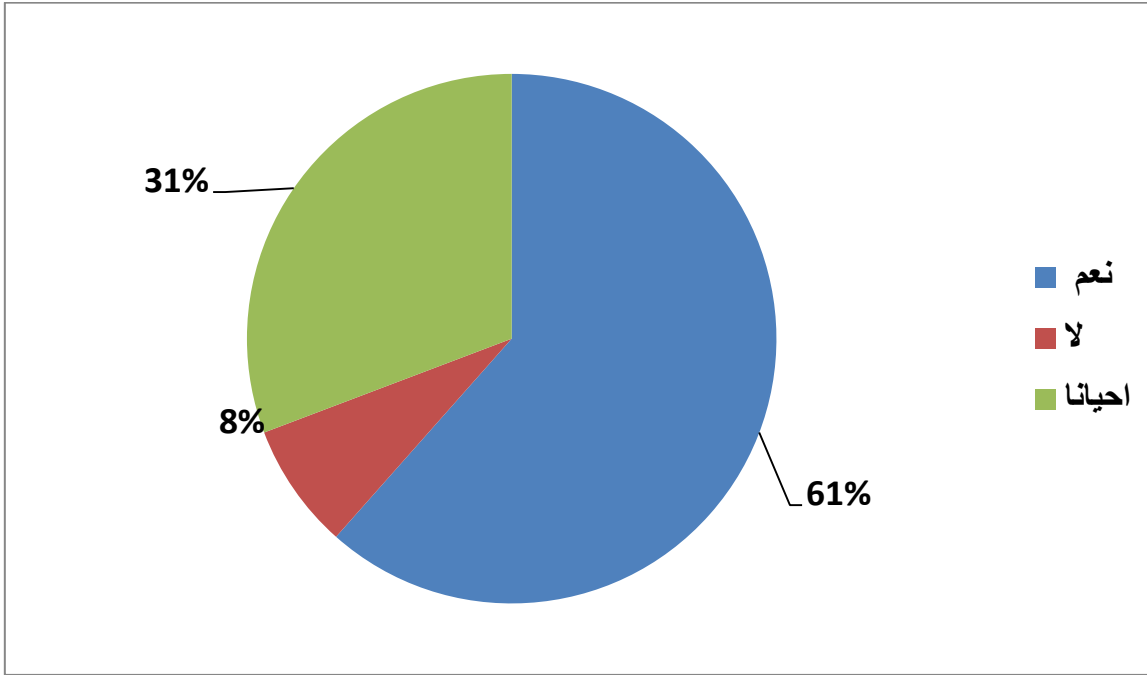
الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
غير دال	5.69	61.53	8	نعم
		7.69	1	لا
		30.76	4	احيانا

الجدول 12 يوضح نتائج السؤال الحادي عشر

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 12 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بمساعدة الممارسة للنشاط الرياضي المكيف على التكيف مع المجتمع، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 8 ممثل بنسبة 61.53%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا ب 1 ممثل بنسبة 7.69%، اما تكرار الاجابات لاحيانا فقد حدد ب 4 ممثل بنسبة 30.76%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 5.69 و التي جاءت اصغر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث كانت محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 11 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بمساعدة الممارسة للنشاط الرياضي المكيف على التكيف مع المجتمع



رسم توضيحي 11 يمثل نتائج السؤال الحادي عشر

السؤال الثاني عشر: هل ترى ان الانشطة الرياضية تزيد الثقة بالنفس؟

جدول رقم 12 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بالرؤية ان الانشطة الرياضية تزيد الثقة بالنفس

الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	11.23	76.92	10	نعم
		15.38	2	لا
		7.69	1	احيانا

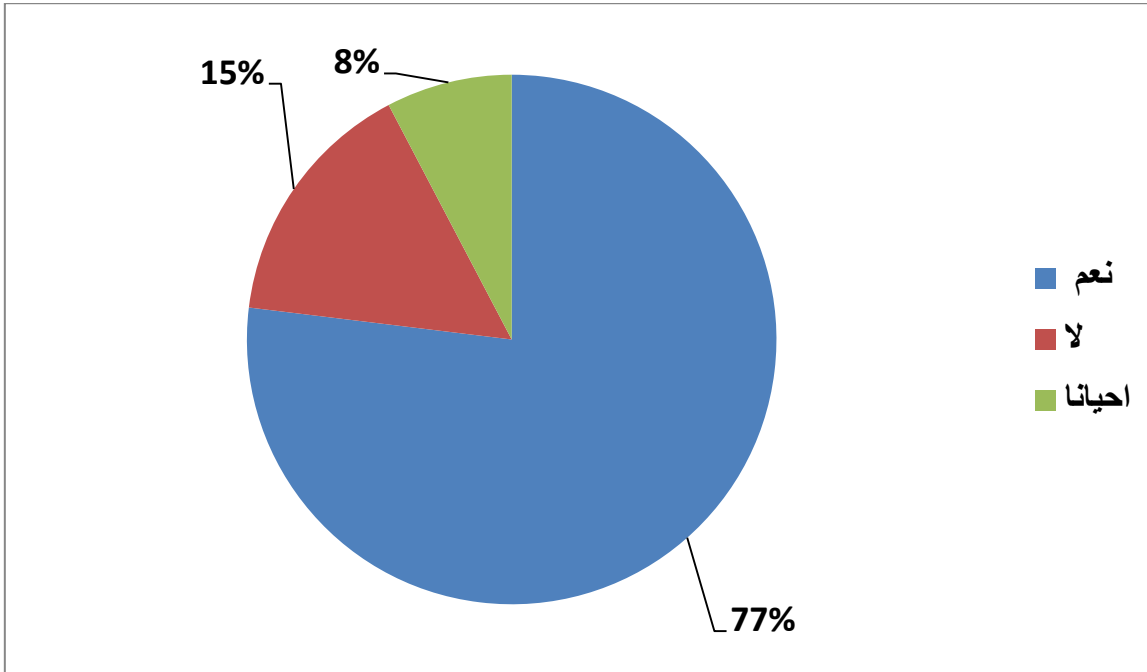
الجدول 13 يوضح نتائج السؤال الثاني عشر

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 12 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بالرؤية ان الانشطة الرياضية تزيد الثقة بالنفس، حيث حدد تكرار

الاجابات حول ذلك بنعم بـ 10 ممثل بنسبة 76.92%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا بـ 2 ممثل بنسبة 15.38%، اما تكرار الاجابات لاجابانا فقد حدد بـ 1 ممثل بنسبة 7.69%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 1.23 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 12 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بالرؤية ان الانشطة الرياضية تزيد الثقة بالنفس



رسم توضيحي 12 يمثل نتائج السؤال الثاني عشر

السؤال الثالث عشر: هل ترى ان الانشطة الرياضية تساعد في تطوير الشخصية؟

جدول رقم 14 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بالرؤية ان الانشطة الرياضية تساعد في تطويرالشخصية

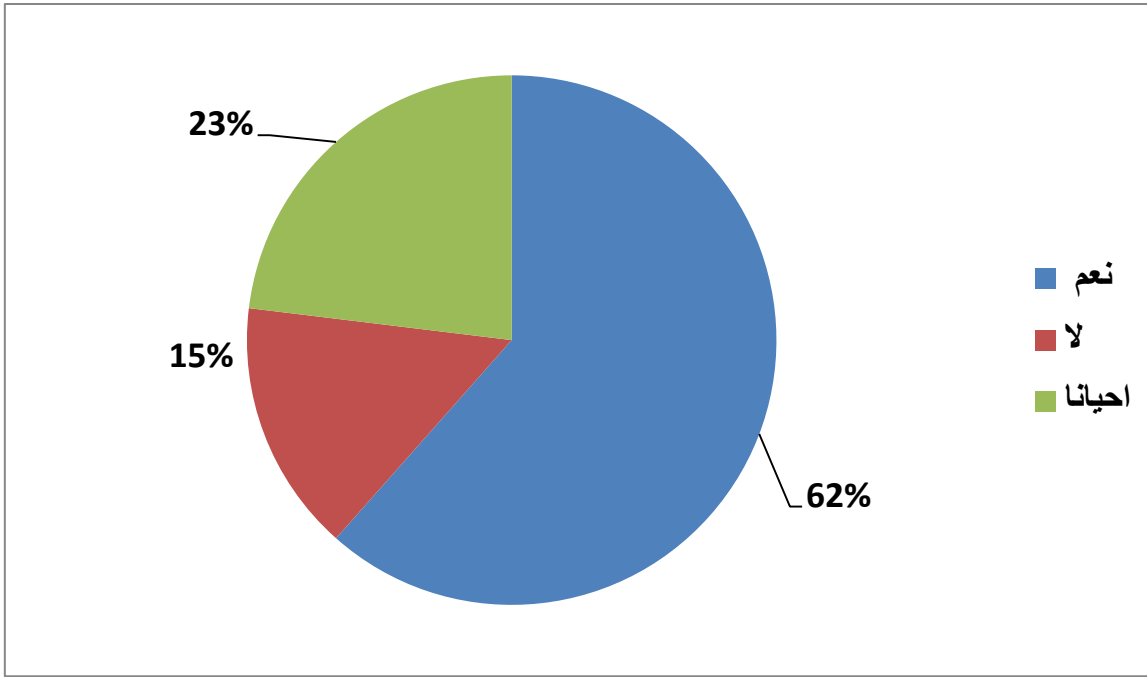
الدلالة الاحصائية	ك ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
غير دال	4.76	61.53	8	نعم
		15.38	2	لا
		23.07	3	احيانا

الجدول 14 يوضح نتائج السؤال الثالث عشر

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة ك² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 14 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق ب الرؤية ان الانشطة الرياضية تساعد في تطويرالشخصية ،حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 8 ممثل بنسبة 61.53% ،في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا ب 2 ممثل بنسبة 15.38% ،اما تكرار الاجابات لاحيانا فقد حدد ب 3 ممثل بنسبة 23.07% ،لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لك² المحسوبة 4.76 و التي جاءت اصغر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث كانت محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 13 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بالرؤية ان الانشطة الرياضية تساعد في تطوير الشخصية



رسم توضيحي 13 يمثل نتائج السؤال الثالث عشر

2.1 عرض و تحليل نتائج المحور الثاني: المهارات الاجتماعية

السؤال الاول: هل تتناسب الرياضة الممارسة مع العادات و التقاليد؟

جدول رقم 15 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بمناسبة الرياضة الممارسة مع العادات والتقاليد

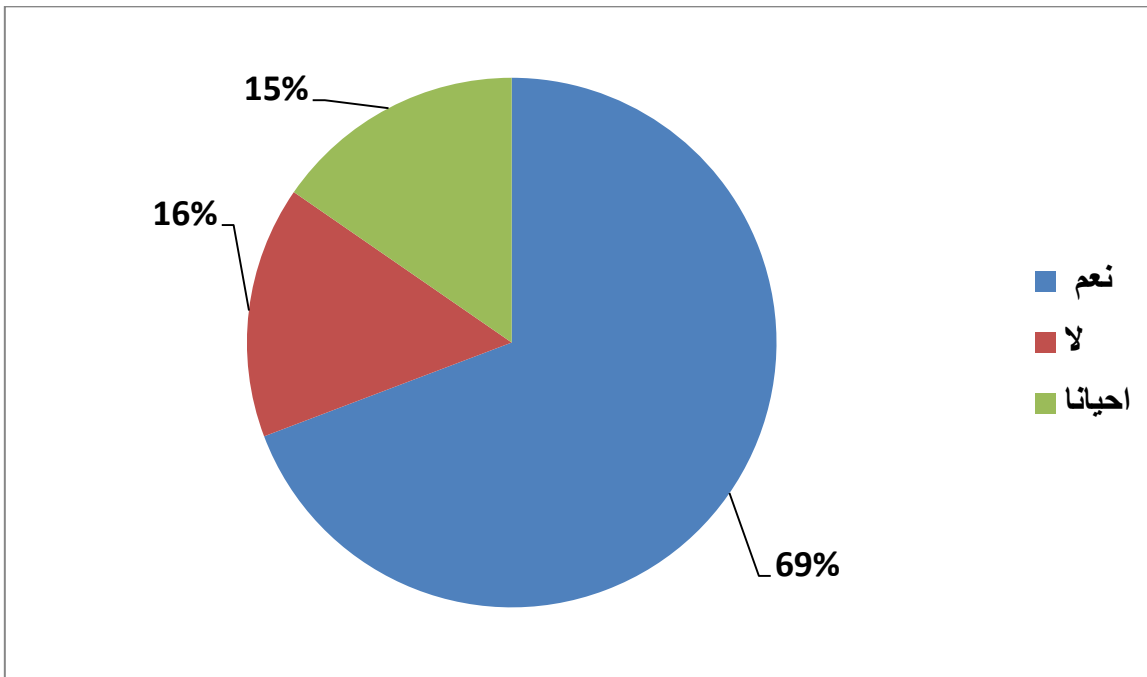
الدلالة الاحصائية	كاف المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	7.53	69.23	9	نعم
		15.38	2	لا
		15.38	2	احيانا

الجدول 15 يوضح نتائج السؤال الأول

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كاف الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 15 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بـ مناسبة الرياضة الممارسة مع العادات والتقاليد ،حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم بـ 9 ممثل بنسبة 69.23% ،في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك لـ لا بـ 2 ممثل بنسبة 15.38% ،اما تكرار الاجابات لـ احيانا فقد حدد بـ 2 ممثل بنسبة 15.38% ،للتأكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 7.53 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 14 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بمناسبة الرياضة الممارسة مع العادات والتقاليد



رسم توضيحي 14 يمثل نتائج السؤال الأول

السؤال الثاني: هل تشارك المجتمع في اللعب للأنشطة الرياضية المختلفة؟

جدول رقم 16 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بمشاركة المجتمع في اللعب للأنشطة الرياضية المختلفة

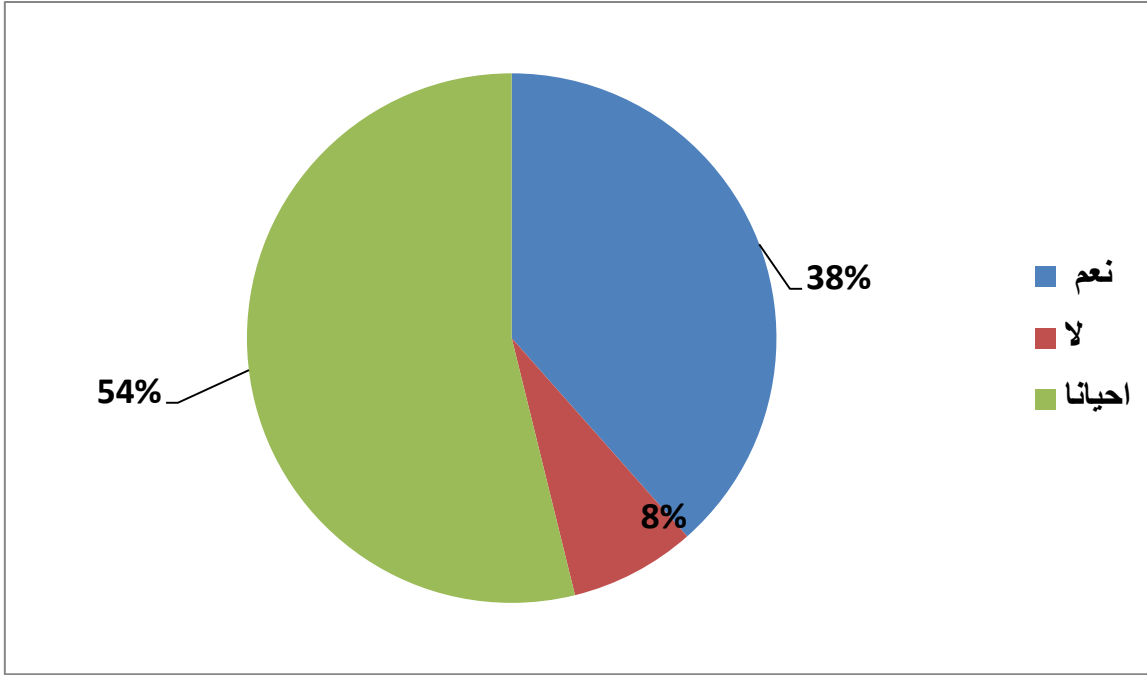
الدلالة الاحصائية	ك ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
غير دال	4.30	38.46	5	نعم
		7.69	1	لا
		53.84	7	احيانا

الجدول 16 يوضح نتائج السؤال الثاني

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة ك² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 16 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بـ مشاركة المجتمع في اللعب للأنشطة الرياضية المختلفة، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم بـ 5 ممثل بنسبة 38.46%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا بـ 1 ممثل بنسبة 7.69%، اما تكرار الاجابات لـ احيانا فقد حدد بـ 7 ممثل بنسبة 53.84%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لك² المحسوبة 4.30 و التي جاءت اصغر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث كانت محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 15 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بمشاركة المجتمع في اللعب للأنشطة الرياضية المختلفة



رسم توضيحي 15 يمثل نتائج السؤال الثاني

السؤال الثالث: هل يسهل اقامة علاقات مع اقرانك في المجتمع؟

جدول رقم 17 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بسهولة اقامة علاقات مع اقرانك في المجتمع

الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
غير دال	2.93	53.84	7	نعم
		15.38	2	لا
		30.76	4	احيانا

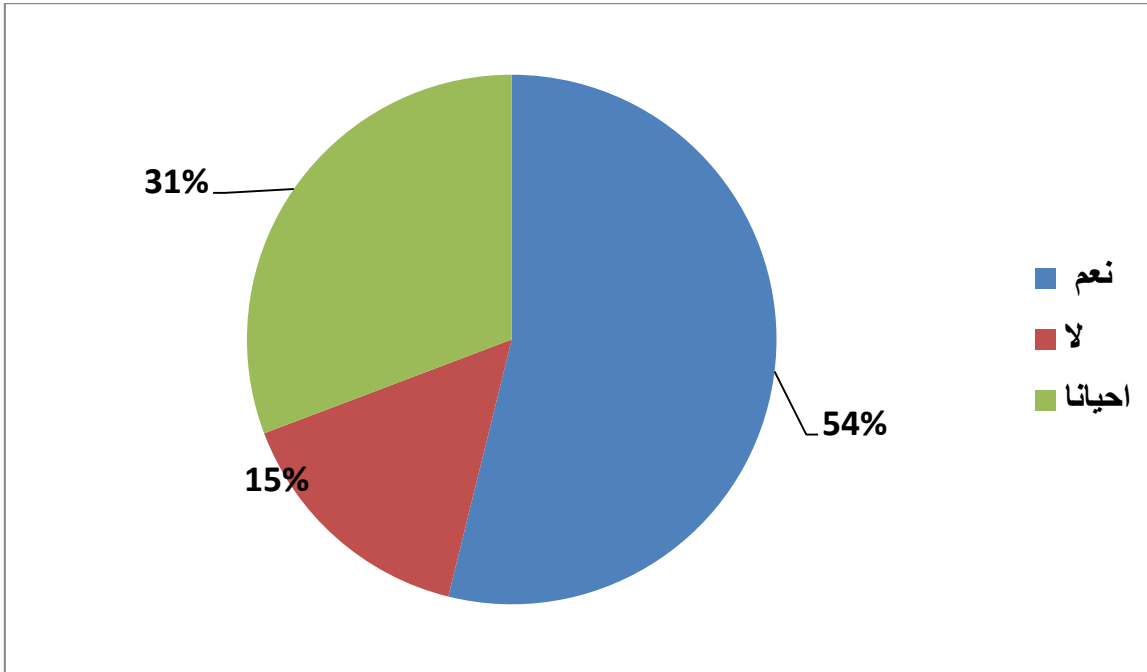
الجدول 17 يوضح نتائج السؤال الثالث

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 17 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بسهولة اقامة علاقات مع اقرانك في المجتمع، حيث حدد تكرار

الاجابات حول ذلك بنعم ب 7 ممثل بنسبة 53.84%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا ب 2 ممثل بنسبة 15.38%، اما تكرار الاجابات لاجابانا فقد حدد ب 4 ممثل بنسبة 30.76%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 2.93 و التي جاءت اصغر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث كانت محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 16 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بسهولة اقامة علاقات مع اقرانك في المجتمع



رسم توضيحي 16 يمثل نتائج السؤال الثالث

السؤال الرابع: هل تتمتع بشعبية كبيرة مع اقرانك؟

جدول رقم 18 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بالتمتع بشعبية كبيرة مع اقرانك

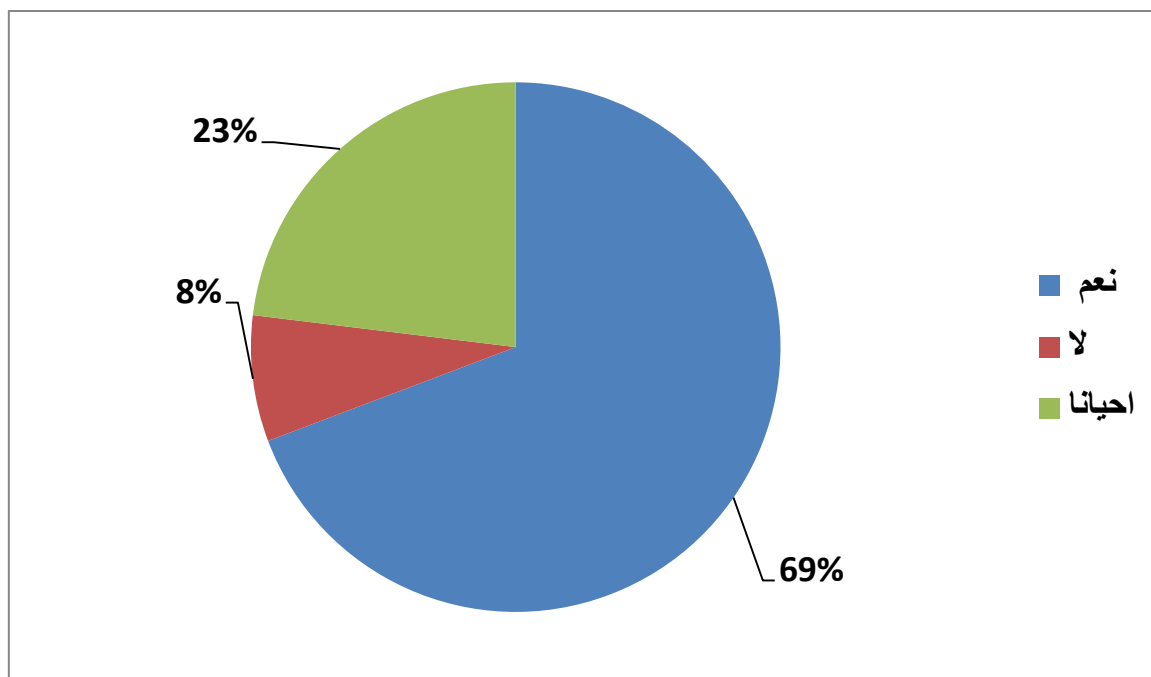
الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	8	69.23	9	نعم
		7.69	1	لا
		23.07	3	احيانا

الجدول 18 يوضح نتائج السؤال الرابع

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 18 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بـ التمتع بشعبية كبيرة مع اقرانك، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم بـ 9 ممثل بنسبة 69.23%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا بـ 1 ممثل بنسبة 7.69%، اما تكرار الاجابات لـ احيانا فقد حدد بـ 3 ممثل بنسبة 23.07%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 8 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 17 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بالتمتع بشعبية كبيرة مع اقربائك



رسم توضيحي 17 يمثل نتائج السؤال الرابع

السؤال الخامس: هل تشجع المجتمع على الممارسة للانشطة الرياضية؟

جدول رقم 19 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بتشجيع المجتمع على الممارسة للانشطة الرياضية

الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	8	69.23	9	نعم
		7.69	1	لا
		23.07	3	احيانا

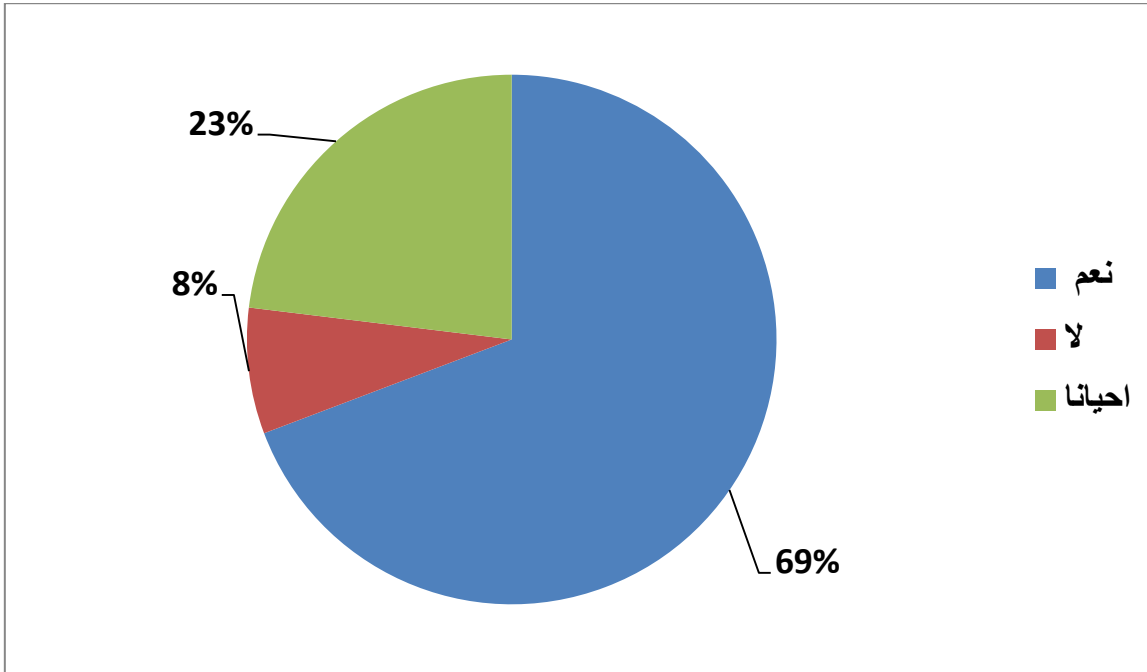
الجدول 19 يوضح نتائج السؤال الخامس

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 19 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بتشجيع المجتمع على الممارسة للانشطة الرياضية، حيث حدد

تكرار الاجابات حول ذلك بنعم بـ 9 ممثل بنسبة 69.23%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا بـ 1 ممثل بنسبة 7.69%، اما تكرار الاجابات لحيانا فقد حدد بـ 3 ممثل بنسبة 23.07%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 8 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 18 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بتشجيع المجتمع على الممارسة للانشطة الرياضية



رسم توضيحي 18 يمثل نتائج السؤال الخامس

السؤال السادس: هل تنظر في عيون من يحدتلك؟

جدول رقم 20 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بالنظر في عيون من يحدتلك

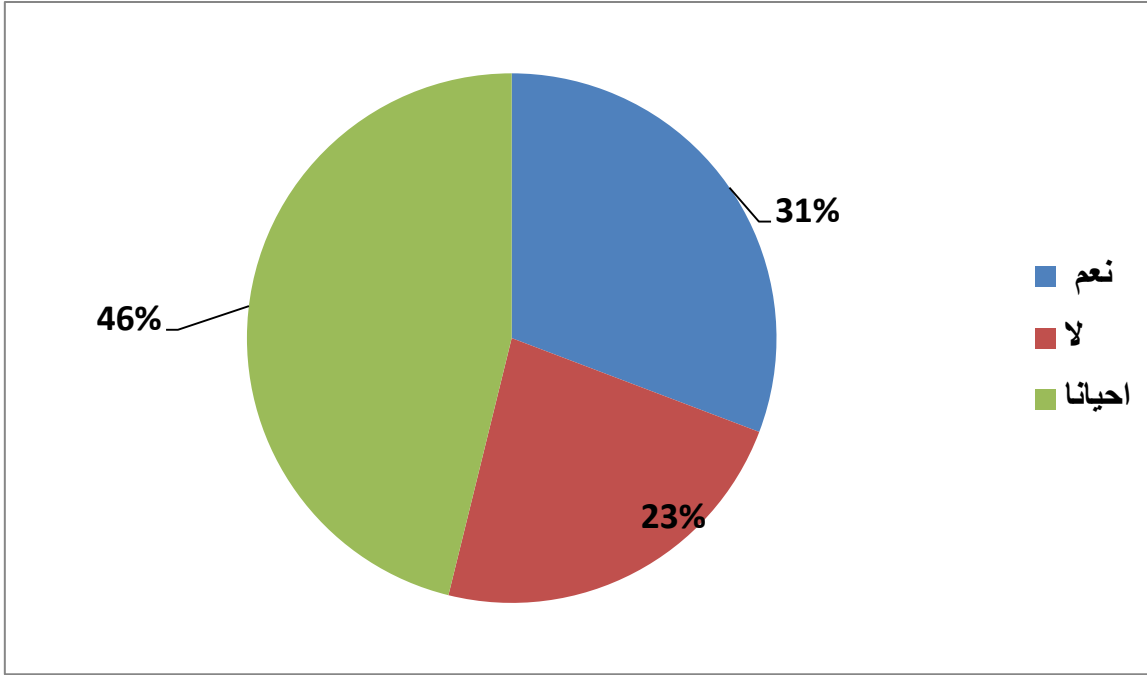
الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
غير دال	1.07	30.76	4	نعم
		23.07	3	لا
		46.15	6	احيانا

الجدول 20 يوضح نتائج السؤال السادس

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 20 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بالنظر في عيون من يحدتلك، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم بـ 4 ممثل بنسبة 30.76%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا بـ 3 ممثل بنسبة 23.07%، اما تكرار الاجابات لحياناً فقد حدد بـ 6 ممثل بنسبة 46.15%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 1.07 و التي جاءت اصغر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث كانت محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 19 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بالنظر في عيون من يحدثك



رسم توضيحي 19 يمثل نتائج السؤال السادس

السؤال السابع : هل تحب العيش مع افراد الاسرة؟

جدول رقم 21 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بحب العيش مع افراد الاسرة

الدلالة الاحصائية	ك2 المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	15.38	84.61	11	نعم
		7.69	1	لا
		7.69	1	احيانا

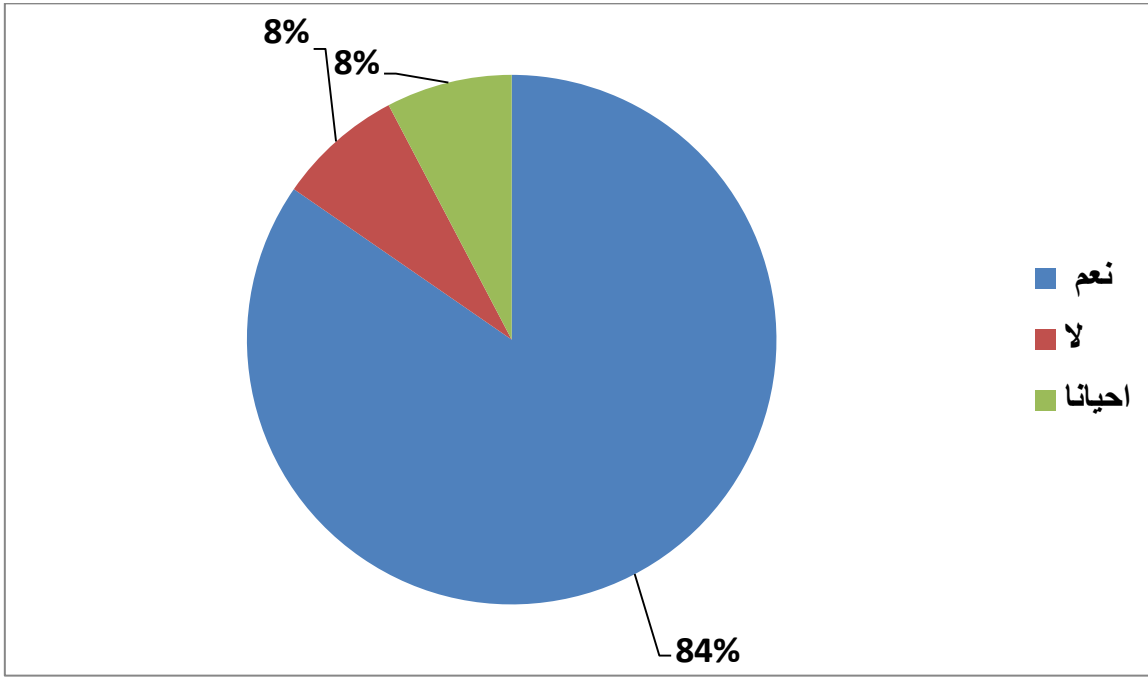
الجدول 21 يوضح نتائج السؤال السابع

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة ك2 الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 21 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بحب العيش مع افراد الاسرة، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 11 ممثل بنسبة 84.61%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا ب 1 ممثل

بنسبة 7.69% ،اما تكرار الاجابات لحيانا فقد حدد ب 1 ممثل بنسبة 7.69% ،لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 15.38 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 00 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بحب العيش مع افراد الاسرة



رسم توضيحي 20 يمثل نتائج السؤال السابع

السؤال الثامن : هل انت راض عن التدريبات المقدمة لك؟

جدول رقم 22 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بالرضى عن التدريبات المقدمة

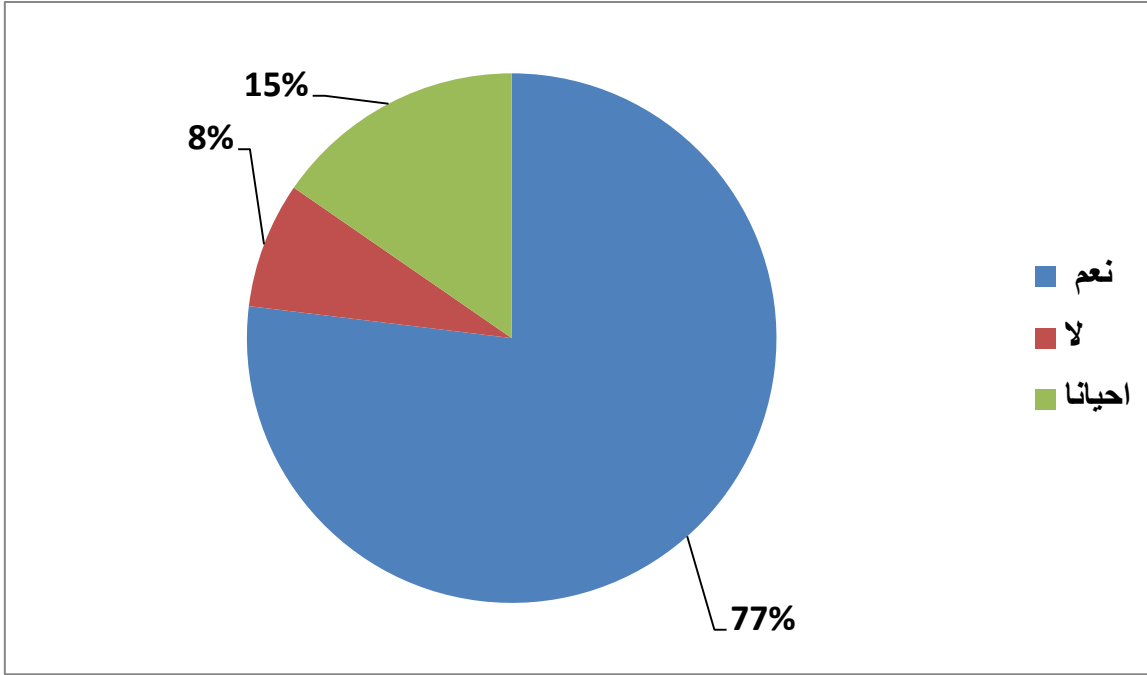
الدلالة الاحصائية	ك ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	11.23	76.92	10	نعم
		7.69	1	لا
		15.38	2	احيانا

الجدول 22 يوضح نتائج السؤال الثامن

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة ك² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 22 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق ب الرضى عن التدريبات المقدمة ،حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 10 ممثل بنسبة 76.92% ،في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا ب 1 ممثل بنسبة 7.69% ،اما تكرار الاجابات لاحيانا فقد حدد ب 2 ممثل بنسبة 15.38% ،لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لك² المحسوبة 11.23 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 21 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بالرضى عن التدريبات المقدمة



رسم توضيحي 21 يمثل نتائج السؤال الثامن

السؤال التاسع: هل تتجنب ترك المنزل ابدا؟

جدول رقم 23 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بتجنب ترك المنزل ابدا

الدلالة الاحصائية	ك ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	7.53	69.23	9	نعم
		15.38	2	لا
		15.38	2	احيانا

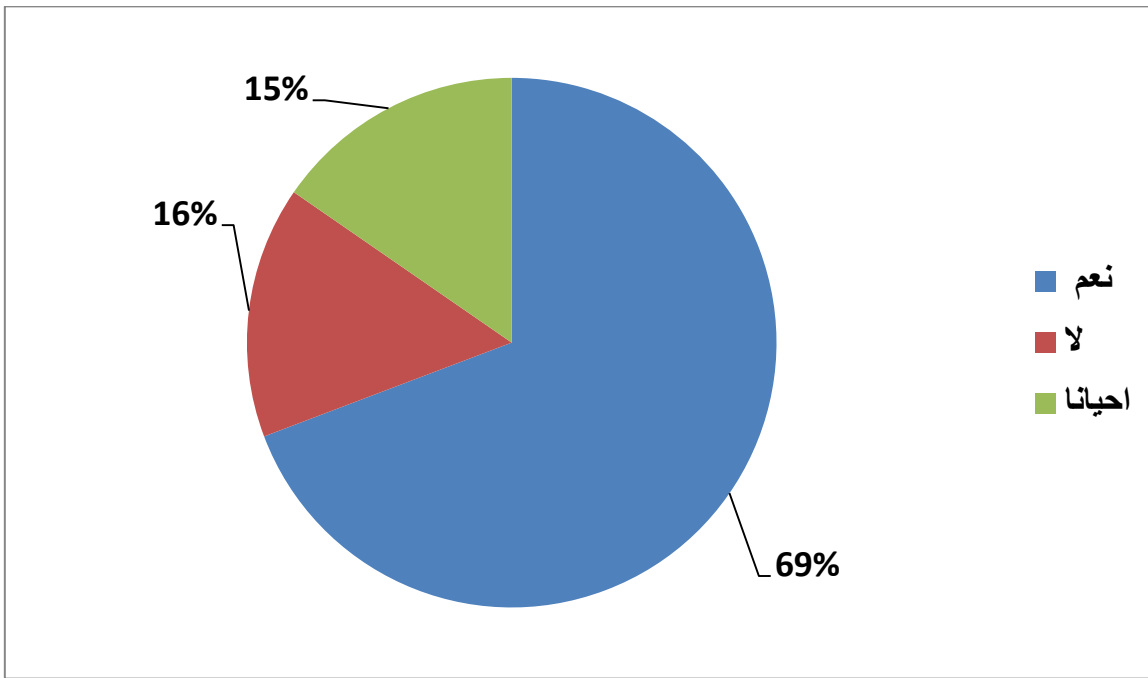
الجدول 23 يوضح نتائج السؤال التاسع

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة ك² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 23 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق ب تجنب ترك المنزل ابدا، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 9 ممثل بنسبة 69.23%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا ب 2

ممثـل بنسبة 15.38% ،اما تكرار الاجابات لـاحيانا فقد حدد بـ 2 ممثـل بنسبة 15.38% ،لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لـكـا² المحسوبة 7.53 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 22 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بتجنب ترك المنزل ابدا



رسم توضيحي 22 يمثل نتائج السؤال التاسع

السؤال العاشر: هل تراعي العائلة مشاعرك؟

جدول رقم 24 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بمراعاة العائلة مشاعرك

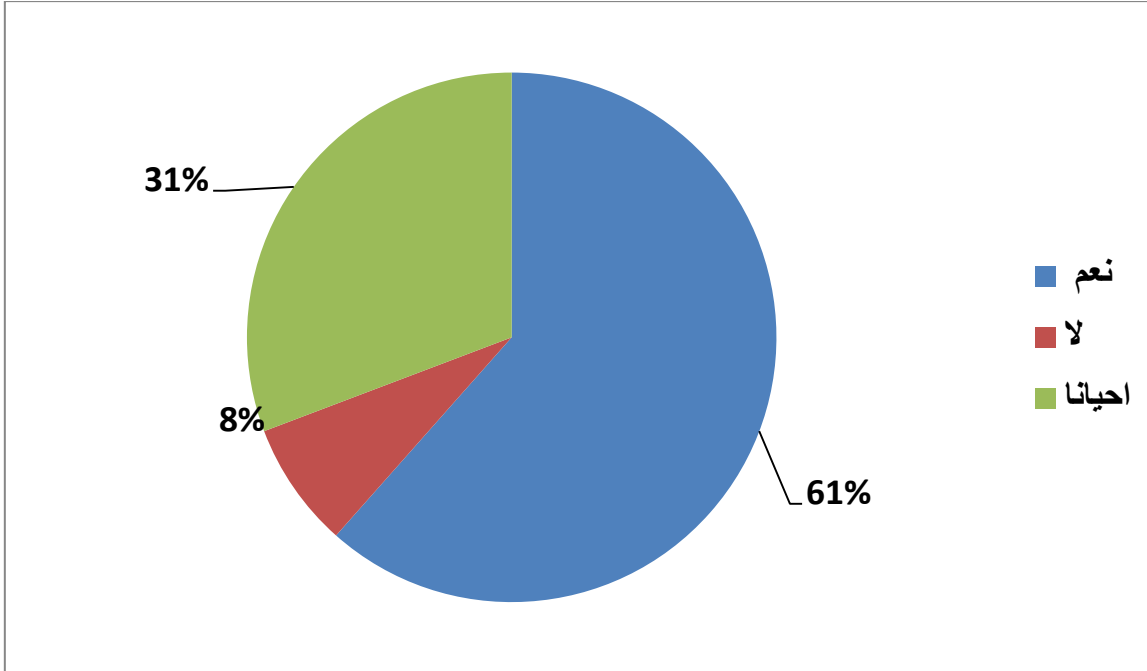
الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
غير دال	5.69	61.53	8	نعم
		7.69	1	لا
		30.76	4	احيانا

الجدول 24 يوضح نتائج السؤال العاشر

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 24 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بـ مراعاة العائلة مشاعرك، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم بـ 8 ممثل بنسبة 61.53%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا بـ 1 ممثل بنسبة 7.69%، اما تكرار الاجابات لـ احيانا فقد حدد بـ 4 ممثل بنسبة 30.76%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 5.69 و التي جاءت اصغر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث كانت محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 23 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بمراعاة العائلة
مشاعرك



رسم توضيحي 23 يمثل نتائج السؤال العاشر

السؤال الحادي عشر: هل تتلقى تشجيع من طرف الاسرة و الاصدقاء على ممارسة
الانشطة الرياضية؟

جدول رقم 25 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بتلقي تشجيع من طرف الاسرة
والاصدقاء على ممارسة الانشطة الرياضية

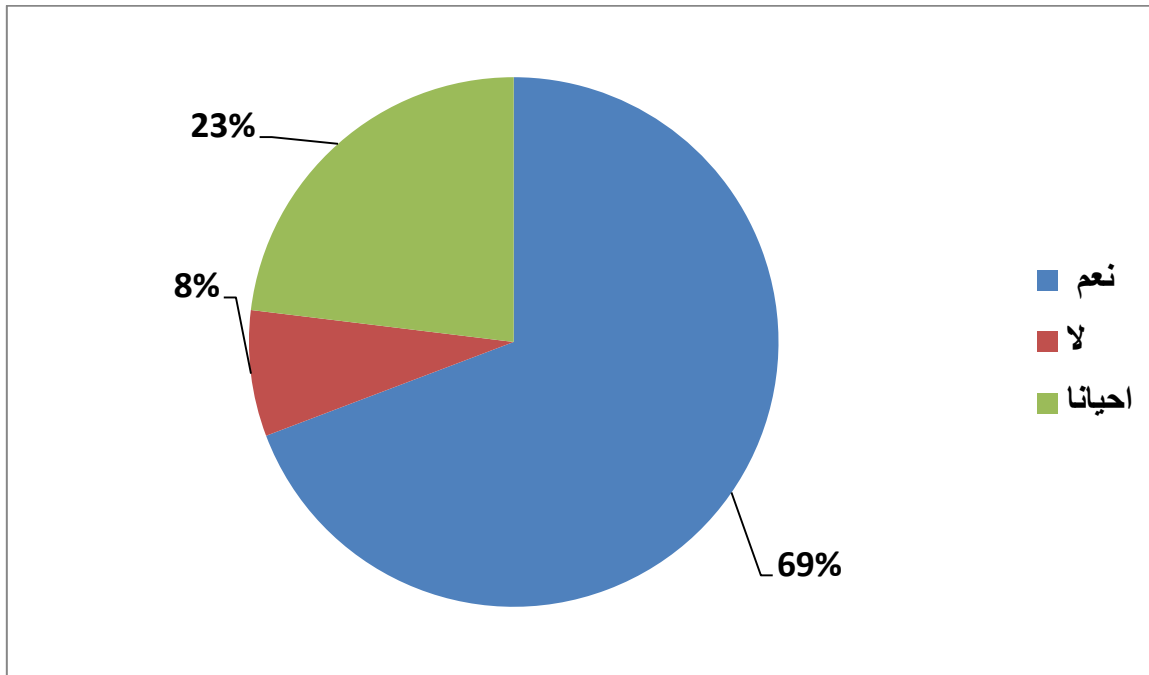
الدلالة الاحصائية	ك2 المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	8	69.23	9	نعم
		7.69	1	لا
		23.07	3	احيانا

الجدول 25 يوضح نتائج السؤال الحادي عشر

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة ك2 الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 25 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بتلقى تشجيع من طرف الاسرة والاصدقاء على ممارسة الانشطة الرياضية، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 9 ممثل بنسبة 69.23%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا ب 1 ممثل بنسبة 7.69%، اما تكرار الاجابات لحيانا فقد حدد ب 3 ممثل بنسبة 23.07%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 8 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 24 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بتلقى تشجيع من طرف الاسرة والاصدقاء على ممارسة الانشطة الرياضية



رسم توضيحي 24 يمثل نتائج السؤال الحادي عشر

السؤال الثاني عشر: هل تجد المتعة في الاختلاط بالآخرين داخل المجتمع؟

جدول رقم 26 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بايجاد المتعة في الاختلاط بالآخرين داخل المجتمع

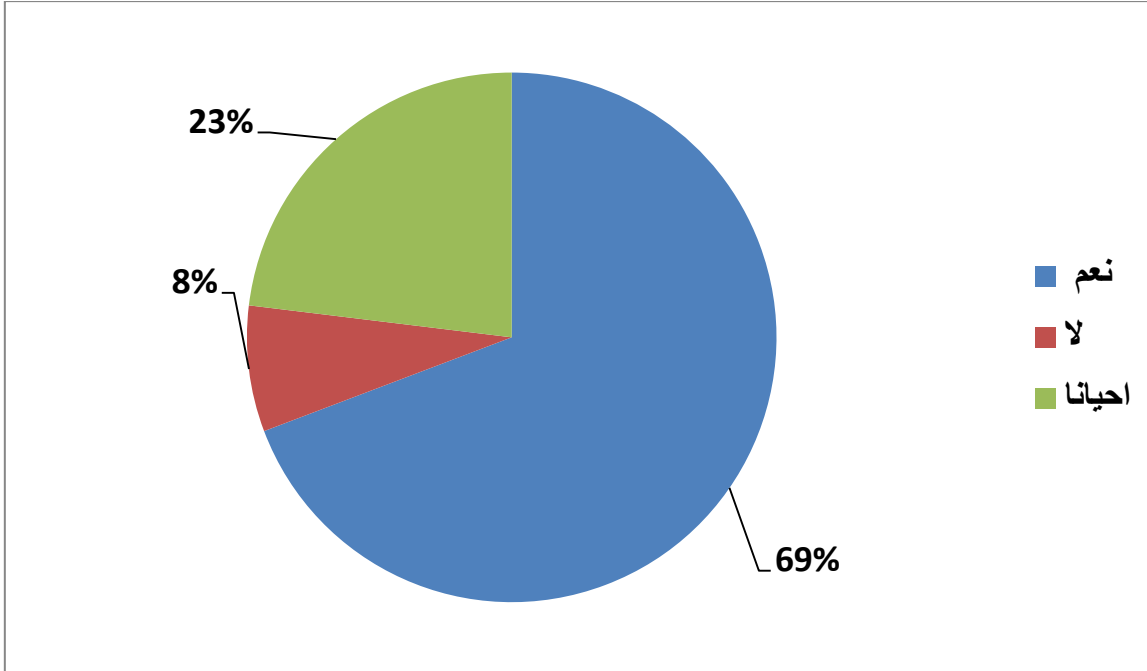
الدلالة الاحصائية	ك ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	8	69.23	9	نعم
		7.69	1	لا
		23.07	3	احيانا

الجدول 26 يوضح نتائج السؤال الثاني عشر

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة ك² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 26 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بايجاد المتعة في الاختلاط بالآخرين داخل المجتمع، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم بـ 9 ممثل بنسبة 69.23%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا بـ 1 ممثل بنسبة 7.69%، اما تكرار الاجابات لحياننا فقد حدد بـ 3 ممثل بنسبة 23.07%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لك² المحسوبة 8 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 25 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بايجاد المتعة في الاختلاط بالآخرين داخل المجتمع



رسم توضيحي 25 يمثل نتائج السؤال الثاني عشر

السؤال الثالث عشر: لا توجد صعوبات في حضورك للمناسبات الاجتماعية؟

جدول رقم 27 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بعدم وجود صعوبات في حضورك للمناسبات الاجتماعية

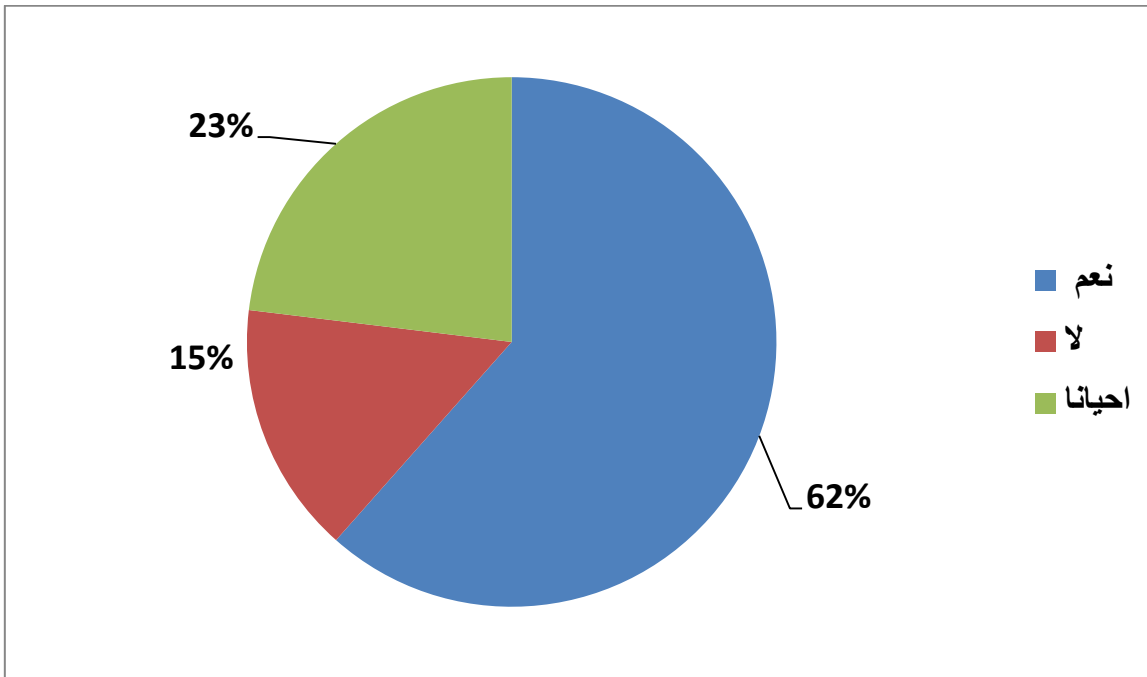
الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
غير دال	4.76	61.53	8	نعم
		15.38	2	لا
		23.07	3	احيانا

الجدول 27 يوضح نتائج السؤال الثالث عشر

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 27 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بعدم وجود صعوبات في حضورك للمناسبات الاجتماعية، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 8 ممثل بنسبة 61.53%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك ل لا ب 2 ممثل بنسبة 15.38%، اما تكرار الاجابات ل احيانا فقد حدد ب 3 ممثل بنسبة 23.07%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 4.76 و التي جاءت اصغر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث كانت محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 26 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بعدم وجود صعوبات في حضورك للمناسبات الاجتماعية



رسم توضيحي 26 يمثل نتائج السؤال الثالث عشر

السؤال الرابع عشر: هل تحب المشاركة في الأنشطة الاجتماعية مع التغلب على مانع الإعاقة؟

جدول رقم 28 يوضح نتائج تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بحب المشاركة في الأنشطة الاجتماعية مع التغلب على مانع الاعاقة

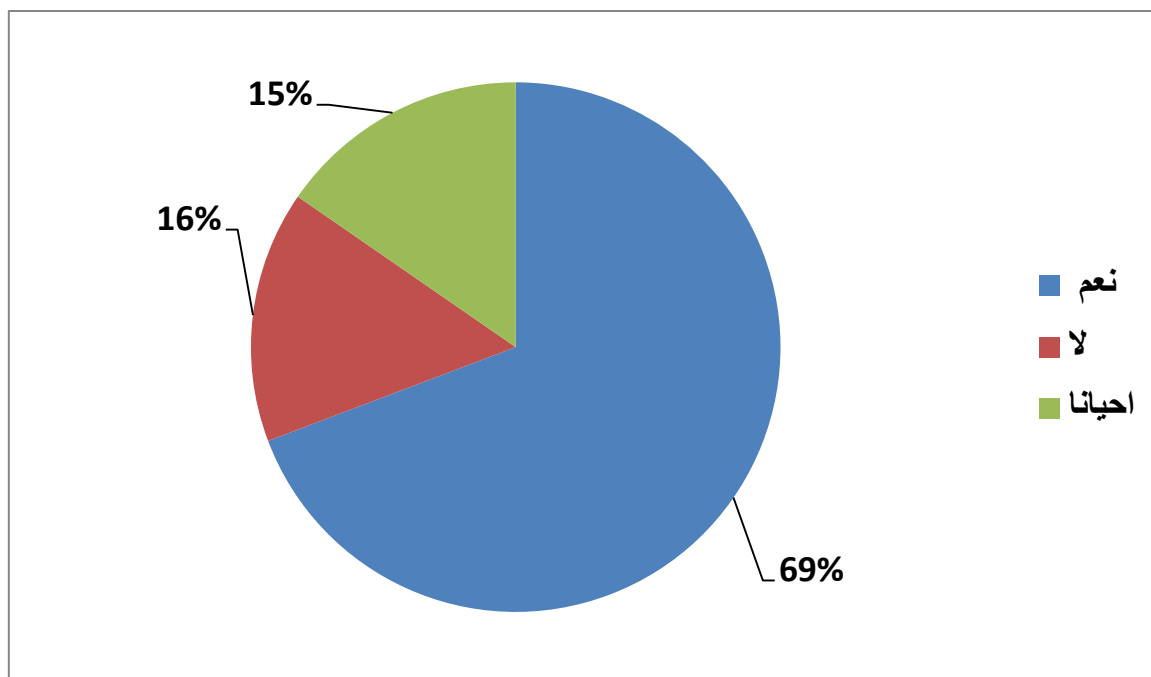
الدلالة الاحصائية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	
دال	7.53	69.23	9	نعم
		15.38	2	لا
		15.38	2	احيانا

الجدول 28 يوضح نتائج السؤال الرابع عشر

مستوى الدلالة 0.05، درجة الحرية 2، قيمة كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم 28 اعلاه الموضح لنتائج تكرار اجابات عينة البحث حول السؤال المتعلق بحب المشاركة في الأنشطة الاجتماعية مع التغلب على مانع الاعاقة، حيث حدد تكرار الاجابات حول ذلك بنعم ب 9 ممثل بنسبة 69.23%، في حين حدد تكرار الاجابات حول ذلك للا ب 2 ممثل بنسبة 15.38%، اما تكرار الاجابات لاحيانا فقد حدد ب 2 ممثل بنسبة 15.38%، لتؤكد نتائج اختبار حسن المطابقة لكا² المحسوبة 7.53 و التي جاءت اكبر منها لقيمتها الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 على ان اجابات عينة البحث لم تكن محل صدفة، و الشكل البياني الموالي يبين فارق نسب تكرار الاجابات حول ذلك.

شكل بياني رقم 27 يبين نسب تكرار الاجابات حول السؤال المتعلق بحب المشاركة في الانشطة الاجتماعية مع التغلب على مانع الاعاقة



رسم توضيحي 27 يمثل نتائج السؤال الرابع عشر

الاستنتاجات:

- غير النشاط الحركي المكيف نظرت عينة البحث لمفهوم الإعاقة
- للنشاط الرياضي أهمية كبيرة لجميع افراد الأسرة
- النشاط الرياضي يجعل من الفرد المعاق شخصا نشيطا و مفيدا للمجتمع
- ساهم النشاط الرياضي في تقبل الفرد المعاق لإعاقته
- تساعد الانشطة الرياضية على التخفيف من التوتر عند بعض عينة البحث
- جل عينة البحث تحب ممارسة الرياضة لتعويض قلة الحركة الناتجة عن الإصابة

- يساعد النشاط الرياضي المكيف في اكتساب الصحة الجيدة
- تختلف اراء عينة البحث بين تفضيل و عدم تفضيل المشاركة في الانشطة الرياضية للتخلص من العزلة و الوحدة
- جل عينة البحث تمارس الانشطة الرياضية لأنها تعمل على اثبات الذات
- يقوم بعض عينة البحث باختيار ممارسة النشاط الرياضي بمساعدة الاهل
- تساعد ممارسة الانشطة المكيفة على التكيف مع المجتمع بنسبة متوسطة
- ترى عينة البحث ان الانشطة الرياضية تزيد من الثقة بالنفس
- ترى بعض عينة البحث ان الانشطة الرياضية تساعد في تطوير الشخصية
- تتناسب الرياضة الممارسة مع العادات و التقاليد في المجتمع
- تختلف عينة البحث في المشاركة المجتمع في العاب الانشطة الرياضية
- تختلف درجات السهولة لدى عينة البحث في إقامة علاقات مع الاقران في المجتمع

- تتمتع جل عينة البحث بالشعبية بين افراد مجتمعها
- تشجع عينة البحث الممارسة للأنشطة الرياضية

- تتفادى عينة البحث في كثير من الاحيان النظر في عيون محدثيها
- تحبب افراد عينة البحث مع افراد اسرتها
- تتجنب عينة البحث ترك المنزل ابدا
- ترعى جل عائلات عينة البحث مشاعر ابنائها المعاقين حركيا
- تتلقى عينة البحث التشجيع من الاسرة و الاصدقاء على الممارسة الانشطة الرياضية

- تجد عينة البحث المتعة في الاختلاط بين افراد المجتمع و داخله
- لا تجد جل عينة البحث صعوبات في حضور المناسبات الاجتماعية
- تحبب عينة البحث المشاركة في الانشطة الاجتماعية مع التغلب على مانع الاعاقة

مناقشة نتائج الفرضيات:

مناقشة الفرضية الأولى :

في سبيل تحقيق الفرضية الأولى التي مفادها أن للأنشطة الحركية المكيفة دور ايجابي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية وضحت الجداول (9 و 12 و 13) إثباتا أن نسبة كبيرة من المعاقين الذين أجابوا بان الأنشطة الرياضية تعمل على إثبات الذات بنسبة 46,15%، و تعمل على إعادة الثقة بالنفس قدرت بـ 76,92%، كما يرون أن الأنشطة الرياضية تساعد في تطوير الشخصية قدرت بـ 61,53%، مما يستدعي منا الادراك الفعال للنشاط الحركي المكيف ودوره في تحسين نفسية المعاق وزيادة قدراتهم على التنفيس عن مشاعرهم واحاسيسهم بحيث اصبحوا اكثر جرأة في التعبير بحرية عن مشاعرهم الإنسانية وهذه الأنشطة عملت على زيادة قدرتهم على التعايش مع ذواتهم ، بحيث استمتعوا بما لديهم من إمكانيات وخصائص بدنية أمكن توظيفها في المنافسات وتفاعلات إجتماعية في أوساط أقرانهم ، عن طريق ممارسة الأنشطة الحركية المكيفة التي تمكنت من مساعدتهم على تخطي صعوباتهم في التعامل مع الآخرين و التخفيف من مشكلاتهم التي يواجهونها من خلال اللعب،

والتشجيع الدائم للمعاقين حركيا على تدريبهم على المهارات اللمعاقين حركيا على تدريبهم على المهارات الإجتماعية لمساعدتهم على تخطي إعاقاتهم والقيام بأدوار إيجابية مع أقرانهم ومن ثم مع مجتمعهم ، وكذا إمدادهم بالخبرات والمعلومات التي تساعدهم على تنمية المهارات الإجتماعية بالمقارنة مع الاخرين وبالاستناد إلى ما يقوله" عبد الجيد مروان الخولي "بان النشاط البدني الرياضي المكيف ينمي في الشخص المعاق الثقة بالنفس والتعاون فضلا عن شعوره بالسرور وكذلك شعوره بالانتماء للجماعة و التواصل معهم، و تنمية بعض المهارات الاجتماعية نصل بذلك إلى تحقيق فرضيتنا الأولى.

مناقشة الفرضية الثانية:

تساعد الأنشطة الحركية المعاقين على الاندماج في المجتمع واعتمادا على نتائج الجدول رقم (11) بان نسبة 61,53% من المعاقين أجابوا بالإيجاب على أن ممارسة الأنشطة الحركية المكيفة تساعد على التكيف مع المجتمع ،مما يستدعي منا الإدراك الفعال للأنشطة الحركية المكيفة ودورها في حياة المعاق وهذا بالربط مع ما يراه محمد عوض بسيوني ان من اغراض النشاط البدني المكيف مساعدة المعاق على التكيف مع الأفراد والجماعات ،حيث يسمح له بالتكيف والإتصال مع المجتمع فهو يهدف الى تطوير قدرات الفرد من الناحية النفسية ،اما بالنسبة للجدول رقم (8 و 12) فإن النسبة الكبيرة من المعاقين اجمعت بان المشاركة بالأنشطة الرياضية تتخلص من العزلة والوحدة بنسبة 38,46% ،وواجاد متعة في الإختلاط بالآخرين في المجتمع بنسبة 69,23% ومنه فإن النشاط الحركي المكيف يقلل من نشاط العزلة وهذا تماما يطابق ما اشار إليه امام محمد قزاز بان المعاقين يظهرون زيادة في التفاعل الإجتماعي والتقليل من نشاط العزلة وذلك عندما يشاركون اقرانهم في الأنشطة الرياضية . وانطلاقا من تحليلنا للنتائج تبين لنا الدور الواضح والجلي للنشاط الحركي المكيف في تساعد المعاق على الاندماج في المجتمع ،ومنه نتحقق من الفرضية الثانية.

اقتراحات وتوصيات:

انطلاقاً من النتائج التي توصلنا إليها نأمل ان تكون الدراسة الحالية خطوة أولى لقيام بدراسات مستقبلية بهدف التعرف على اثر العوامل سابقة الذكر على شخصية المعاق حركيا ومن هنا نقدم بعض الاقتراحات الهامة بالنسبة لرياضة المعاقين ومنها:

- ضرورة الإهتمام برياضة المعاقين من طرف أجهزة الإعلام للتحسيس بأهميتها والتعريف بها في اوساط المجتمع .
- تكفل الجهات الوصية بتشجيع الممارسة الرياضية للمعاقين عن طريق تنظيم دورات رياضية .
- ابراز واقع الأنشطة الحركية المكيفة الخاصة بفئة المعاقين ومحاولة الوصول بهذه الأخيرة الى درجة التقدير الإيجابي للذات .
- الزيادة من عدد المراكز والجمعيات الخاصة بالمعاقين وضرورة دعمها بعدد اكبر من المختصين في ميدان التربية الخاصة .
- الكشف عن اهمية التعويض بالممارسة الرياضية لفئة المعاقين حركيا ودور ذلك في تخطي بعض المشاكل التي تتركها الإعاقة على الشخصية ، و إستغلال القدرات والإمكانيات للرفع من درجة هذا الاخير في نفسه .

خلاصة عامة :

وفي الأخير و من خلال نتائج البحث نتوصل إلى أن الممارسة الرياضية المكيفة تساهم في تطوير وتحسين المهارات الاجتماعية للفرد المعاق حركيا بصفة خاصة، وشخصيته بصفة عامة، ذلك أنها تمثل خيارا تربويا موجهها خاليا من القيود النفسية، فتساعد الفرد في تفتحه وحسن تعامله مع الآخرين، وتحسين السلوك الاجتماعي الايجابي وتتميته كالتعاون والتماسك والمشاركة والتنافس الشريف من أجل تحقيق النجاح، كما تزيد من قدرته على إقامة العلاقات الاجتماعية، والصدقات مع الغير، وتكسبه التفاؤل في الحاضر والمستقبل، وتتمى صفة المسؤولية لديه، في مختلف متطلبات الحياة، مما ينعكس إيجابا على تفاعله واندماجه في المجتمع.

ويتيح النشاط البدني الرياضي للفرد فرصا للتحكم في انفعالاته وإخضاعها لسيطرته واستقرارها وتلاؤمها مع مثيراتها، وتحسين درجة الواقعية لديه، وينمي ثقته بنفسه، وقدرته على اتخاذ القرارات السليمة والثابتة في مختلف المواقف التي يمر بها في حياته الاجتماعية، إضافة إلى أنها تساعده على تجاوز مواقف الإحباط والفشل والتوتر واليأس والاستسلام التي تنتاب الفرد من حين لآخر، بسبب الرسوب النفسي والآثار السلبية التي تتركها الإعاقة.

من هذا يعدل النشاط الحركي المكيف المهارات الاجتماعية لدى الفرد وتطور وتنمي الثبات الانفعالي، وبالتالي تكون للفرد المعاق شخصية قوية متزنة متكاملة، تساعده في الاندماج والتكيف النفسي الاجتماعي، مما يمكننا من الاستفادة من طاقاته وقدراته ليصبح عضوا فعالا في المجتمع لا عبئا عليه.

المصادر والمراجع

2 المصادر والمراجع:

1.1.2 المراجع باللغة العربية:

1. القرآن الكريم
2. أسماء عبد العالي الجباري. (1998). محمد مصطفى الديب علم النفس الاجتماعي التربوي سيكولوجية التعاون و التنافس و الفردية. القاهرة: عالم الكتب.
3. السيد محمد أبو هاشم. (2004). سيكولوجية المهارات. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
4. أمينة المطوع. (2001). المهارات الاجتماعية والثبات الانفعالي لدى التلاميذ أبناء الأمهات المكتنبات. جامعة القاهرة: معهد الدراسات التربوية.
5. سيد صبحي. (2003). النمو العقلي والمعرفي، لطفل الروضة. القاهرة: دار المصرية اللبنانية.
6. صالح عبد الله الزغبى واحمد سليمان العولمة. (2000م). تأليف لتربية الرياضية للحالات الخاصة. عمان: دار الصفا.
7. عرفات صالح شعبان. (2004). فعالية العلاج السلوكي في تعديل بعض المهارات الاجتماعية للأطفال ذوي صعوبات التعليم. جامعة عين شمس: معهد الدراسات العليا للطفولة.
8. علي عبد السلام علي. (2001). السلوك التوكيدي و المهارات الاجتماعية و علاقتها بالسلوك الانفعالي للغضب بين العاملين و العاملات. القاهرة: النهضة المصرية العامة للكتاب ، مجلة علم النفس.

9. ابراهيم ، مروان عبد المجيد. (1999). الاسس العلمية الاحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية. عمان الاردن.
10. ابراهيم رحمة. (1998). تأليف تاثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي . دار الفكر ط 1.
11. ابن منصور جمال الدين. (1993م). تأليف لسان العرب (صفحة ص25). بولاق ط1.
12. احمد تركي . (2004). دور النشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف في الادمج الاجتماعي للمعوقين حركيا . الجزائر: الاندية الرياضية للاعب القوى ،مذكرة ماجيستر ،معهد التربية البدنية والرياضة ، جامعة الجزائر .
13. إخلاص محمد عبد الحفيظ ، مصطفى حسين الباهي. (2000). طرق البحث العلمي والتحليل الاحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر .
14. اسامة رياض . (2000). رياضة المعوقين الاسس الطبية والرياضة. القاهرة : ط 1 ،دار الفكر العربي .
15. الخطيب, جمال; منى, الحديدي. (2005). المدخل الى التربية الخاصة. عمان: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.
16. أماني عبد المقصود عبد الوهاب. (2000). مقياس تقدير المهارات الاجتماعية للأطفال. القاهرة: مكتبة الأنجلو مصرية.

17. آمنة سعيد حمدان المطوع. (2001). المهارات الاجتماعية والثبات الانفعالي لدى تلاميذ الأمهات المكتئبات. القاهرة: رسالة ماجستير (غير منشورة).
18. أميرة طه يخش. (2001). فعالية برنامج تدريبي مقترح لأداء بعض الأنشطة المتنوعة على تنمية المهارات الاجتماعية للأطفال المعاقين عقليا قابلين للتعلم. جامعة قطر: مجلة مركز البحوث التربوية.
19. أمين الخولي. (1990). تأليف أصول الترويح و أوقات الفراغ. دار الفكر العربي 1990.
20. امين انور الخولي . (1996). تأليف لرياضة والمجتمع ،المجلس الوطني للثقافة والدب والفنون. مصر .
21. بدر الدين كمال عبده , محمد السيد حلاوة. (2001م). تأليف رعاية المعوقين سمعيا وحركيا (صفحة ص28). القاهرة: المكتب الجامعي الحديث .
22. بوسنة صادق . (1985م). تأليف الافراد المعوقون في العالم النامي (صفحة ص55). مجلة علم النفس وعلوم التربية, رقم 1.
23. تركي رابح . (1982). المعوقين في الجزائر وواجب المجتمع والدولة نحوهم. الجزائر : الشركة الوطنية للنشر والتوزيع .
24. حسن حسين زيتون. (2001). سلسلة أصول التدريس ، الكتاب الثالث "مهارات التدريس ورؤية تنفيذ الدرس ". القاهرة: عالم الكتب.
25. حسنية غليمي عبد المقصود. (2005). دراسات وبحوث في علم النفس الطفل. عالم الكتب.

26. حلمي ابراهيم . (1998). التربية الرياضية والترويح للمعوقين . القاهرة : دار الفكر العربي .
27. حلمي ابراهيم ،ليلى السيد فرحات. (1998). التربية الرياضية والترويح للمعاقين . القاهرة: دار الفكر العربي .
28. حلمي محمد ابراهيم وأخرون. (1998). التربية الرياضية والترويح للمعاقين . القاهرة: دار الفكر العربي ط1.
29. رواب عمار. (2001). تحليل العلاقة بين ممارسة النشاط البدنيالرياضي المكيف وتقبل الاعاقة. الجزائر: رسالة مجيستر في التربية البدنية والرياضة ،جامعة الجزائر.
30. سامي عريف واخون. (1999). مناهج البحث العلمي واساليبه. عمان: دار مجدلاوي للنشر.
31. سعاد مصطفى فرحات. (2008). مدى فاعلية التدريب على المهارات الاجتماعية في تعديل السلوك العدواني لدى الطفل الكفيف بالجمهورية الليبية. جامعة القاهرة: معهد الدراسات التربوية.
32. سمير محمد سلامة. (2001). فعالية برنامج لتنمية بعض المهارات الاجتماعية بنظامي الدمج و العزل و أثره في خفض الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال المتخلفين عقليا. جامعة الزقازيق: كلية التربية.
33. سيد جمعة خميس. (1985م). تأليف دراسة لبعض النواحي البدنية والنفسية للمعاقين جسميا (صفحة ص 86). مصر : جامعة حلوان.

34. صادق عبده سيف. (2005). فعالية برنامج إرشادي في تنمية بعض المهارات الشخصية و الإجتماعية لدى عينة من الأطفال الصم في الجمهورية اليمنية. جامعة عين شمس: كلية التربية.
35. طريف شوقي. (2003). المهارات الاجتماعية والاتصالية. القاهرة: دار غريب.
36. طريف شوقي محمد فرج. (2002). المهارات الاجتماعية والاتصالية (اتصالات وبحوث نفسية). دار غريب.
37. طه سعد علي ،احمد ابو الليل. (2005). التربية البدنية والرياضة لذوي الاحتياجات الخاصة. الكويت: مكتب الفلاح للنشر والتوزيع ،ط1.
38. عادل محمد محمود عدل. (1998). القدرة على حل المشكلات الاجتماعية وعلاقتها بالذكاء الاجتماعي والمسؤولية الاجتماعية ومفهوم الذات الاجتماعي والتحصيل المدرسي. جامعة عين شمس: مجلة كلية التربية.
39. عبد الرحمان سيد سليمان . (2000). إعاقة التوحد مقدمة لذوي الاعاقات النمائية والقضايا ومشكلات عملية. البحرين: جامعة العربية، ط1.
40. عبد المنعم الدردير . (2006). الإحصاء البارومتري و الابارومتري عالم الكتب. القاهرة.
41. عبد المنعم الدردير. (2005). الجوانب الاجتماعية في التعليم المدرسي. عالم الكتب.

42. عتريس هاني. (1997). *المهارات الاجتماعية و تقدير الذات ، الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة*. جامعة الزقازيق كلية الآداب: رسالة ماجستير.
43. عمران, تغريد; رجاء, الشناوي; عفاف, صبحي. (2001). *المهارات الحياتية*. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
44. غريب سيد احمد. *تأليف السلوك الاجتماعي للمعاقين*. القاهرة مصر : المكتبة الجامعية الحديثة.
45. غسان محمد الصادق, اثير محمد صادق صبحي, فيق عبد الحق كمونة . (1989م). *تأليف رياضة المعوقين جامعة بغداد*. بغداد.
46. غسان محمد صادق, فريق عبد الحسن. (1990). *رياضة المعوقين*. مطبعة بغداد.
47. فاروق الروسان . (1998). *تأليف سيكولوجية الاطفال غير العاديين*, مقدمة في التربية الخاصة . عمان الاردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
48. كفاي, علاء الدين; ماسية, أحمد النيال. (1995). *صورة الجسم و بعض متغيرات الشخصية لدى عينة من المراهقات : دراسة ارتقائية ارتباطية غير ثقافية*. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
49. لطيفة صالح السميري. (2002). *فعالية استخدام استراتيجيات التعلم التعاوني في تنمية المهارات الاجتماعية لدى طالبات كلية التربية في جامعة الملك سعود في الرياض*. الرياض: العدد 68.

50. ماجدة السيد عبيد . (1999). *الاعاقة الحسية والحركية*. الاردن: دار الصفاء للنشر والتوزيع عمان.
51. محمد السيد عبد الرحمن. (1998). *دراسات في الصحة النفسية المهارات الاجتماعية، الاستقلال النفسي، الجزء الثاني*. دار قباء للطباعة للنشر والاشهار.
52. محمد السيد فهمي. (1983). *تأليف السلوك الاجتماعي للمعوقين* (صفحة ص44). القاهرة : تقديم المكتب الجامعي الحديث.
53. محمد عادل خطاب. (1998). *النشاط التروحي وبرامجه ،ملتزم*. الطبع والنشر مكتبة القاهرة الحديثة.
54. محمد كامل عفيفي عمر. (1998م). *تأليف التربية البدنية للمعاقين بين النظرية والتطبيق*. دار المراد.
55. محمد عادل عبد الله؛ سليمان , محمد سليمان. (2005). *المهارات الاجتماعية لأطفال الروضة ذوي قصور المهارات قبل الأكاديمية كمؤشر لصعوبات التعليم*. جامعة عين شمس: السنوي الثاني عشر لمركز الإرشاد النفسي.
56. مروان عبد المجيد ابراهيم . (1997). *الالعاب الرياضية للمعوقين* . الاردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع عمان.
57. مقدم عبد الحفيظ . (1993). *الاحصاء والقياس النفسي والتربوي* . الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية .
58. منال منصور بوحמיד . (1985). *المعوقين*. الكويت: مؤسسة الكويت للتقدم.

2.1.2 المراجع الأجنبية:

1. Dam-Baggen V Karaimaat, f .(2000) .*Group Social Skills Training Or choice For Generalized Social Phobi* .Journal of Anxiety Disorders.
2. Frank, Bonnie .(2001) .*self-Esteem “The Gale Encyclopedia Of Psychology 2ND Edition* . "Detroit: Gale Group.
3. Merrell, W .(1998) .*Assessing Social Skills and Peer Ralations:Psychological ASSEssment of children*) .John Wiley (المحرر) ،New York.
4. Morrison, G .(1981) .*Socimetric measurment Methodological Consideration of its use with mildly learning handicapped and nonhandicapped children* .Jornal of Educational Psychology.
5. Orielly; F, Mark; Lancioni; E, Guilo; Odonoghue, Deidre, Lacey, Claire and Edrisinah .(2004) .*Teaching Sicial skills To adults With Intellectual Disabilities,"A Comparaison Of External Control And problem Solving Interventions* . " research in development disabilities.
6. Riggio, R .(1990) .*Social Skills and Self – Esteem. Personality and individual Differences*.

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضة

هذا الاستبيان هو أداة علمية في إطار التكوين الجامعي، وعلى العبارات ثلاثة احتمالا للإجابة: نعم، لا، أحيانا.

احرص على الإجابة على كل الأسئلة مع العلم أنه لا وجود لعبارات صحيحة وأخرى خاطئة، لذا نرجوا منكم الصدق والموضوعية، ومعلوماتكم ستكون لغرض البحث فقط. ضع إشارة (X) على الإجابة التي تنطبق عليك.

وشكرا على المساعدة و التفهم.

المشرف:

د.سنوسي عبد الكريم

الطالبان:

بن صغير سفيان

دهيني محمد سيف الدين

السنة الدراسية

2017-2016

الاسم واللقب :

السن :

الجنس :

نوع الإعاقة :

المحور الأول: الأنشطة الحركية المكيفة

أحيانا	لا	نعم	العبارات	
			النشاط الحركي المكيف غير في نظرتك إلى مفهوم الإعاقة	1
			ترى أن النشاط الرياضي مهم لجميع أفراد الأسرة	2
			جعل النشاط الرياضي جعل منك شخصا نشيطا ومفيدا للمجتمع	3
			ساهم النشاط الرياضي في تقبلك للإعاقة	4
			الأنشطة الرياضية تساعد على التخفيف من التوتر	5
			أحبذ ممارسة الأنشطة الرياضية لأعوض قلة الحركة الناتجة عن إصابتي	6
			النشاط الحركي المكيف يساعدني على اكتساب الصحة الجيدة	7
			أفضل المشاركة بالأنشطة الرياضية للتخلص من العزلة والوحدة	8
			ارغب بممارسة الأنشطة الرياضية لأنها تعمل على إثبات الذات	9
			قمت باختيار النشاط البدني المكيف بمساعدة من الأهل	10
			ممارسة النشاط البدني تساعد على التكيف مع المجتمع	11
			أرى أن الأنشطة الرياضية تعيد الثقة بالنفس	12
			أرى أن الأنشطة الرياضية تساعد في تطوير شخصيتي	13

المحور الثاني: المهارات الاجتماعية

احيانا	لا	نعم	العبارات	
			تتناسب الرياضة التي تمارسها مع العادات والتقاليد	1
			تشارك مع أفراد مجتمعك في اللعب والأنشطة المختلفة	2
			من السهل عليك اقامة علاقات مع أقرانك في المجتمع	3
			تتمتع بشخصية كبيرة بين أقرانك	4
			تشجع أفراد المجتمع على ممارسة النشاط الرياضي البدني	5
			أصبحت انظر في عيون من يتحدث معي	6
			أحب أن أعيش مع أفراد أسرتي	7
			أنت راض عن التدريبات المقدمة لك	8
			لا أود أن اترك المنزل أبدا	9
			تراعي عائلتي مشاعري	10
			هناك تشجيع من قبل أسرتك وأصدقائك اتجاه ممارسة النشاط الرياضي	11
			تجد متعة في الاختلاط بالآخرين في مجتمعك	12
			لا أجد صعوبة في الحضور في المناسبات الاجتماعية	13
			أحب المشاركة في الأنشطة الاجتماعية وإعاقتي لا تمنعني	14