



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



مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر تخصص رياضة و صحة

العنوان:

فاعلية النشاط البدني الرياضي المكيف للأطفال المعاقين ذهنيا في مراكز إعادة
التأهيل
(من وجهة نظر الأولياء و المربين)

بحث مسحي إجري على فئة المعوقين ذهنيا إقل من 13 سنة بمراكز التأهيل لولاية مستغانم.

إشراف الأستاذ:

عتوتي نور الدين

من إعداد الطلبة:

بن معزيز محجوبة

مختاري مختار

السنة الجامعية: 2017/2016



إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله الذي وفقنا لإتمام هذا العمل ونشكره على نعمه الظاهرة وباطنة اهدي ثمرة

عملي إلى:

- من علمني النجاح والصبر

و إلى من تتسابق الكلمات لتخرج معبرة عن مكنون ذاتها

من علمتني وعانت الصعاب لأصل إلى ما أنا فيه

وعندما تكسوني الهموم أسبح في بحر حنانها ليخفف من آلمي....أمي .

إلى جميع الأخوة والأخوات

إلى أصدقاء الدرب في الدراسة " غنية، خليفة، بختة، منال، حسيبة، وسيلة، سهام ،

راقية، وحيدة، وفاء، سهام، رونق، كلثوم، سعاد، حاجة، مختار، أمينة ، خديجة ،

بهيجة "

إلى أساتذة معهد التربية البدنية والرياضة وخاصة الدكتور " ميم مخطار وكوتشوك

سيدي محمد و المقراني " والأستاذ المشرف " عتوتي نور الدين " أطل الله عمره

وفي الأخير اهدي ثمرة جهدي هذا

حتى لو بكلمة طيبة .

واسأل الله السداد والتوفيق في طريقن/

"محبوبة"





"إهداء"

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله الذي وفقنا لإتمام هذا العمل ونشكره على نعمه الظاهرة وباطنة اهدي ثمرة

عملي إلى:

-منيع الحنان الذي لا ينفذ إلى من غمرتني يدها وحضن الأمان إلى الغالية والعزيزة أُمي

حفظها الله وأطال في عمرها.

-إلى من كان حافزي ومرشدي و سرنجاعي وقودتي في حياتي أبي رحمه الله .

-إلى كل أفراد عائلتي.

-إلى كل من يحمل لقب مختاري "

-إلى من كان عوناً وسنداً لي في مذكري و إلى كل طلبة دفعة "2017" لمعهد التربية البدنية

و الرياضة إلى تاج رؤوسنا دكاترتنا وأساتذتنا الأجلاء وعلى رأسهم الأستاذ المشرف " عوتي نور

الدين "

وفي الأخير اهدي ثمرة جهدي هذا إلى من ساعدني من قريب أو من بعيد حتى لو بكلمة طيبة .

Hواسأل الله السداد والتوفيق في طريقن

" مختار "





الشكر والتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم

"...رَبِّ أَوْزَعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ

وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ"

سورة النحل: الآية 19

بعد حمد الله وشكره الذي وهبنا القوة والإرادة والصبر لإنجاز هذا العمل المتواضع، لانملك إلا أن نتوجه بخالص الشكر والتقدير لكل يد أسهمت في انجازه ، ولكل صاحب فكر أو رأي فتح أمامنا.

أفاق نرحب و مجالات أوسع للمعرفة .

و يسعدنا كثيرا أن نتقدم بأسمى معاني الشكر والتقدير والاحترام.

لأستاذنا القدير "عتوتي نور الدين" لتفضل سيادته على هذا البحث و لما قدمه لما سيادته.

من توجيهات ونصائح وإرشادات منهجية . ندعوا الله أن يمتعته بالصحة والهناء.

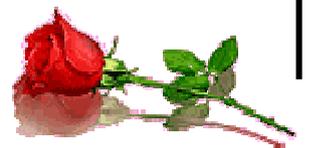
لما قدمه و يقدمه للبحث العلمي .

كما نتقدم بموفور الشكر والعرفان لأساتذة و دكاترة معهد التربية البدنية

و الرياضية.الذين أعطوا بغير حدود من وقتهم و عملوا بروح لا تعرف الكل و حماسة لا

تعرف

وشكرا



تعتبر الرياضة من بين الأساليب العلاجية المتبعة حاليا و التي تساهم في حل المشاكل الحركية للمعاقين عامة و للمتخلفين عقليا على وجه الخصوص حيث أن أهدافها منظمة و محددة سواء كان للأسياء أو للمعاقين لكن الهدف العام من ممارسة هذه الأنشطة الرياضية يكمن في إعداد و تهيئة الفرد من الناحية الجسمية . النفسية و العقلية حيث أن تربية و رعاية المعاقين تتطلب جهودا جبارة خاصة إن تعلق الأمر بفئة التخلف العقلي هذه الفئة التي تتطلب العناية و الالهام بثتى جوانب إعاقته كل هذه المسؤولية واقعة على عاتق المرسلين و دعم المشرفين و الأولياء على النشاط الحركي داخل المراكز خاصة مع عدم وجود برامج خاصة بهذه الفئة في هذا المجال .

وعليه إرتأينا القيام بهذا البحث قصد معرفة مدى فاعلية النشاط البدني المكيف في مراكز اعادة التأهيل للأطفال المعاقين ذهنيا .

وفي الأخير نأمل أن يكون بحثنا هذا نقطة انطلاق لدراسات أخرى معمقة و اعتبارها منطلقا للدراسات المقبلة في هذا المجال الواسع.

Résumer :

Le sport est parmi les approches thérapeutiques utilisées actuellement qui continuent à résoudre les problèmes démotivés pour les personnes handicapées en général et mentalement retardées en particulier ou les objectifs de l'organisation et spécifique que ce soient pour hétérogène désactive mais l'objectif global de l'exercice de ces activités réside dans la préparation et la création d'un individu en termes de physique, émotionnelle et mentale depuis l'élevage et les soins des personnes handicapées exigent un effort immense, surtout celle est liée à la catégorie de l'arriération mentale, cette catégorie qui a besoin de soins et la connaissance des différents aspects de la vie tout cette responsabilité et est suite sur la responsabilité des éducateurs et les superviseurs sur l'activité sportive, dans les centres, surtout avec le manque de programmes spéciaux dans cette catégorie dans ce domaine.

Pour conséquent, nous avons décidé de faire cette recherche afin de connaître la réalité de l'activité physique dans les centres d'enfants handicapés mentaux, et de regarder les lacunes accidentellement couvertes soulignant l'importance et le rôle de l'activité physique pour les handicapés mentaux.

Dans le dernier espoir que ce sera notre point de départ pour d'autres études en profondeur et considéré comme une première étape pour de futures études dans ce domaine.

قائمة الجداول:

الصفحة	العنوان	الرقم
55	إجابات المربين	01
59	إجابات الأولياء	02

قائمة الأشكال:

الصفحة	العنوان	الرقم
58	يمثل أعمدة بيانية لإجابات المربين (نعم)	01
58	يمثل أعمدة بيانية لإجابات المربين (لا)	02
62	يمثل أعمدة بيانية لإجابات الأولياء (نعم)	01
62	يمثل أعمدة بيانية لإجابات الأولياء (لا)	02

إهداء

إهداء

شكر وتقدير

ملخص البحث: باللغة العربية/ الفرنسية

قائمة الجداول

قائمة الأشكال

التعريف بالبحث

- | | |
|----|---------------------------|
| 01 | 1- مقدمة |
| 02 | 2- مشكلة البحث |
| 03 | 3- الفرضيات البحث |
| 04 | 4- اهداف البحث |
| 04 | 5- التعريف بمصطلحات البحث |
| 05 | 6- الدراسات المشابهة |

الباب الأول: الجانب النظري

الفصل الاول: النشاط البدني الرياضي المكيف

14	تمهيد
15	مفهوم نشاط البدني المكيف
16	التطور التاريخي لنشاط البدني المكيف
17	النشاط البدني و الرياضي المكيف
20	أسس النشاط البدني و الرياضي المكيف
22	تصنيفات النشاط البدني و الرياضي المكيف
24	النشاط البدني العلاجي
25	النشاط البدني التنافسي
25	أهمية النشاط البدني و الرياضي المكيف
27	النظريات المرتبطة بالنشاط البدني المكيف
29	معوقات النشاط البدني الرياضي المكيف
31	خلاصة

الفصل الثاني: النشاط البدني و المخلفون عقليا

33	تمهيد
34	مفهوم الإعاقة الذهنية
34	أهداف النشاط البدني و الرياضي المكيف للمعاقين ذهنيا
37	أغراض النشاط البدني الرياضي المكيف
38	الألعاب الرياضية التي تتنافس مع المتخلفين عقليا
44	خلاصة

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

الفصل الأول : منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

47	تمهيد
48	منهج البحث
48	مجتمع و عينة البحث
48	مجالات البحث
49	الاستبيان
49	الأسس العلمية
50	دراسات الإحصائية

الفصل الثاني: عرض ومناقشة النتائج

53	تمهيد
54	عرض وتحليل النتائج
62	الاستنتاجات
63	مناقشة الفرضيات
64	توصيات و اقتراحات
67	خاتمة عامة
	المصادر والمراجع
	ملاحق

التعريف بالبحث

1- مقدمة

2- مشكلة البحث

3- الفرضيات البحث

4- اهداف البحث

5- مصطلحات البحث

6- الدراسات المشابهة

1- مقدمة:

إنه لمن المؤكد أن النشاط الرياضي المكيف قطع أشواطاً كبيرة خلال القرنين الأخيرين و شهدت مختلف جوانبه ووسائله تطوراً معتبراً ، خاصة فيما يتعلق بطرق و مناهج التعليم و التدريب.

وفي وقتنا الحاضر فتى الخبراء و الباحثون في ميدان الرياضة و الترويح و غيرهم ، يمدوننا بأحدث الطرق و المناهج التربوية ، مستندين في ذلك إلى جملة من العلوم و الأبحاث الميدانية التي جعلت الفرد الممارس لنشاطاته موضوعاً لها ، و هو ما جعل الدول المتقدمة تشهد تطوراً مذهلاً في مجال تربية و رعاية المعوقين و بلغت المستويات العالية ، و أصبح يمكننا الآن التعرف على حضارة المجتمعات من خلال التعرف على الأدوات و الوسائل التي تستخدمها في هذا المجال .

و يعد النشاط الرياضي من الأنشطة البدنية التربوية الأكثر انتشاراً في أوساط الشباب خاصة في المؤسسات و المدارس التربوية و مراكز إعادة التأهيل المتعلقة بتربية و رعاية المعوقين ، و مما ساعد ذلك أن النشاط الرياضي يعد عاملاً من عوامل الراحة الإيجابية النشيطة التي تشكل مجالاً هاماً في استثمار وقت الفراغ، بالإضافة إلى ذلك تعتبر من الأعمال التي تؤدي للارتقاء بالمستوى الصحي و البدني للفرد المعاق إذ

يكسبه القوام الجيد ، و يمنح له الفرح و السرور ، و يخلصه من التعب و الكره ،

و يجعله فردا قادرا على العمل و الإنتاج (المومن، 1986)

2- مشكلة البحث:

أخذت المجتمعات في عالمنا المعاصر بالعناية بذوي الإعاقة الذهنية و مساعدتهم في

الأخذ بيدهم لتخفيف من المعانات التي يعانون منها و بذلك أخذت الهيئات و

المنظمات الإنسانية جهود مكثفة في سبيل الحد من الإعاقة و توفير الضر و ف الأكثر

صحة و مما لاشك فيه بأن المعاق قد انتقل من الحالة إلى حالة و قد أبت الدول

المتطورة على تطوير هذا الاتجاه شيئا فشيئا بالهدف الحد من مشكلة المعاق ذهنيا حيث

أن الأسرة و المدرسة يقدمان العون للمعاق للتخلص من هذه المشكلة كالانتفاخ كل

الأوقات حتى لا يصبح حاملا أو يحيد عن الطريق السوي فيفسد المجتمع الناهضة في

هذا الاتجاه فتهم الأوقات الحرة و إلحاقها بالترويج إذ يساهم في تنمية المهارات و القيم

التربوية و المعرفية لدى الفرد للممارسة النشاط الحركي المكيف ومن خلال هذه

النظرية وسعيا منا محاولة مدى فاعلية النشاط البدني الرياضي المكيف للأطفال

المعاقين ذهنيا في مراكز إعادة التأهيل من وجهة نظر الأولياء و الآباء .

ارتأينا إلى طرح التساؤل التالي:

ما مدى فاعلية النشاط البدني الرياضي المكيف للأطفال المعاقين ذهنيا في مراكز

إعادة التأهيل من وجهة نظر الأولياء و المربين ؟

التساؤل العام :

-هل للنشاط البدني و الرياضي المكيف للأطفال المعاقين ذهنيا فعالية في مراكز

إعادة التأهيل ؟

التساؤلات الفرعية:

-هل يؤثر النشاط البدني و الرياضي المكيف على الأطفال المعاقين ذهنيا بشكل

إيجابي من وجهة نظر الأولياء؟

-هل يساهم المربي في مساعدة الطفل المعاق ذهنيا على ممارسة النشاط البدني

المكيف بشكل منتظم ؟

3- فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

-للنشاط البدني و الرياضي المكيف للأطفال المعاقين ذهنيا فعالية في مراكز إعادة

التأهيل .

الفرضيات الجزئية:

-يؤثر النشاط البدني و الرياضي المكيف على الأطفال المعاقين ذهنيا بشكل إيجابي

من وجهة نظر الأولياء.

-يساهم المربي في مساعدة المعاق ذهنيا على ممارسة النشاط البدني و الرياضي المكيف بشكل منتظم.

4- أهداف البحث:

-معرفة تأثير النشاط البدني و الرياضي المكيف على الأطفال المعاقين ذهنيا بشكل إيجابي من وجهة نظر الأولياء.

- معرفة مدى إسهام المربي في مساعدة المعاق ذهنيا على ممارسة النشاط البدني و الرياضي المكيف بشكل منتظم.

5- التعريف بمصطلحات البحث:

النشاط البدني المكيف: يعني الرياضات و الألعاب و البرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها و شدتها ، و يتم ذلك وفقا لاهتمامات الأشخاص غير القادرين و في حدود قدراتهم (نجيب، 1989)

التعريف الإجرائي: هو مجموع الأنشطة الرياضية المختلفة و المتعددة و التي تشمل التمارين و الألعاب الرياضية التي يتم تعديلها و تكييفها مع حالات الإعاقة و نوعها

و شدتها، بحيث تتماشى مع قدراتهم لبدنية و الاجتماعية و العقلية.

الطفل المعوق: هو الطفل الغير مكتمل في النمو العقلي يجعله لا يستطيع أن يكيف

نفسه مع مطالب البيئة التي يعيش فيها ، و يحتاج إلى مساعدة الآخرين. (القريطي،

2001، صفحة 263)

التعريف الإجرائي: هو شذوذ عام في الوظائف العقلية ، تلك التي تظهر في أثناء مراحل

النمو و يصاحبها عجز في التعلم و التكيف الاجتماعي للمريض.

6- الدراسات المشابهة :

الدراسة الأولى:

اسم الباحث: عفيف مفيد إبراهيم .

تاريخ الدراسة: 1998

عنوان الدراسة: مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة للمعوقين عقليا

هدف الدراسة : هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى اللياقة البدنية المرتبطة

بالصحة للمعوقين عقليا إعاقة بسيطة و إعاقة متوسطة في المراكز الأردنية الخاصة و

الحكومية .

عينة البحث: تكونت من 410 طفلا معوقا إعاقة بسيطة و إعاقة متوسطة تم إختيارهم

بطريقة عشوائية ينتمون إلى ثمانية مراكز مقسمة بين المراكز الخاصة و الحكومية .

منهج البحث:

منهج تجريبي

أداة البحث: إستخدم الباحث بطارية إختبار الأفضل بدنيا و التي تشتمل على إختبارات

(جري سمشي مسافة ميل واحد لقياس التحمل الدوري التنفسي-إختبار سمك "الدهن"

أهم نتيجة: تفوق المراكز الخاصة على المراكز الحكومية في جميع متغيرات الدراسة .

و من جهة أخرى تفوق ذوي الإعاقة البسيطة على ذوي الإعاقات المتوسطة

أهم توصية: ضرورة تكوين و تعيين مدرس تربية رياضية في كل المدارس الحكومية.

الدراسة الثانية:

اسم الباحث: كاستنجو

عنوان الدراسة: أثر برنامج أسبوعي للتربية الرياضية على مفهوم الذات على مفهوم

الذات لدى الأطفال المعاقين عقليا في المدارس المتوسطة -فئة القابلين للتعليم.

تاريخ الدراسة: 1991

هدف الدراسة: هدفت إلى تقصي أثر برنامج أسبوعي للتربية الرياضية على مفهوم

الذات لدى الأطفال المعاقين عقليا في المدارس المتوسطة -فئة القابلين للتعليم-

عينة الدراسة : أجريت على 75 طالب منهم 18 طالب معاق و 17 غير معاق

منهج البحث: منهج تجريبي .

أدوات البحث: إستخدم الباحث على مقياس ماترينك -زوايسكي لمفهوم الذات، و مقياس

كراتلي لمفهوم الذات

أهم نتيجة: أظهرت النتائج حدوث تحسن في مفهوم الذات الإيجابي للمجموعتين

(المعاقين و الأسوياء).

الدراسة الثالثة:

إسم الباحث: أحمد بوسكرة

عنوان الدراسة : النشاط الرياضي الترويحي لدى الأطفال المتخلفون عقليا بالمراكز

النفسية التربوية -دراسة عن الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط 09-12 سنة-

تاريخ الدراسة : 2002/2001

هدف الدراسة : التعرف على أثر النشاط الرياضي الترويحي لدى الأطفال المتخلفون

عقليا تخلفا بسيطا بالمراكز النفسية التربوية السن(09-12)

عينة البحث: أجريت على 40 طفل متخلف عقليا تخلفا بسيطا تتراوح أعمارهم ما بين

12-09 سنة منقسمة إلى مجموعتين (مجموعة تمارس و مجموعة لا تمارس النشاط

الرياضي الترويحي بالمراكز)

منهج البحث: منهج الوصفي.

أدوات البحث : مقياس السلوك التكيفي واستمارتين استبيانيتين موجهتين إلى كل من

المربين و الأولياء.

أهم نتيجة: هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الخاصة بمستوى دلالة مقياس السلوك

التكيفي بين المجموعة الممارسة و المجموعة الغير ممارسة للنشاط الترويحي في نمو

المجال الإجتماعي العاطفي لصالح المجموعة الممارسة.

الدراسة الرابعة :

اسم الباحث : حمادة محمد حسيني محمد الطوخي .

عنوان الدراسة : تأثير برنامج ترويحي رياضي على التكيف العام للمعاقين عقليا

تاريخ الدراسة: 2003

هدف الدراسة : هدفت على تصميم برنامج ترويحي رياضي لمعرفة مدى تأثيره على

التكيف العام للمعاقين ذهنيا و الذين تتراوح أعمارهم ما بين "12-09"

عينة البحث : أجريت الدراسة على 32 تلميذة و تلميذ (16 تلميذ) و (16 تلميذة).

منهج البحث: منهج تجريبي

أدوات البحث : إحتبار التكيف العام – إحتبار الذكاء – إستمارة البيانات العامة –

البرنامج التروحي المقترح.

أهم نتيجة : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاه عينة البحث الذكور و الإناث

-ممارسة البرنامج التروحي الرياضي له تأثير إيجابي على تنمية التكيف العام

أهم توصية : ضرورة تطبيق البرنامج التروحي في مدارس التربية الفكرية لما له تأثير

إيجابي على تنمية التكيف العام للأطفال المعاقين ذهنيا.

التعليق على الدراسات السابقة:

بعد أن تم عرض الدراسات السابقة لاحظنا جوانب عدة من تلك الدراسات وما تناولته

من موضوعات وما استخدمته من أدوات وعينات وما توصلت إليه من نتائج والتي

يمكن إيجازها في:

-بالنسبة للهدف: اختلفت معظم الدراسات السابقة في الهدف.

-بالنسبة للمنهج: الدراسات السابقة استخدمت التجريبي

-بالنسبة للأداة: لا تتفق مع معظم الدراسات السابقة في استخدام الاستبيان كأداة

للدراسة مع اختلاف في محاور و مجالات.

-بالنسبة للعينة: اختلفت دراسات من حيث العينة (أطفال)

إستفدنا من الدراسات :

استفدنا من الدراسات السابقة فيما يلي:

-إثراء وتدعيم الإطار النظري، وتوجيه إلى بعض المصادر من خلال قوائم و مراجعها

-معرفة الأساليب والأدوات الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات.

نقد الدراسات :

جديد في دراستنا بالمقارنة مع الدراسة المشابهة:

- من حيث الموضوع: فموضوع دراستنا هو مدى فعالية النشاط البدني و الرياضي

المكيف للأطفال المعاقين ذهنيا في مراكز إعادة التأهيل. و هو موضوع جديد لم يسبق

تناوله سابقا حسب علمنا .

-من حيث الهدف: وهدف الدراسة هو معرفة مدى فاعلية النشاط البدني و الرياضي

المكيف للأطفال المعاقين ذهنيا في مراكز إعادة التأهيل من و جهة نظر المربين و

الأولياء .

- من حيث المنهج: فقد تم استخدام المنهج الوصفي

العينة : العينة التي نستهدفها في دراستنا تختلف عن العينات التي عولجت في

الدراسات السابقة .

-من حيث الأداة: استخدمنا استبيان ، كما أن استخدامنا الاستبيان كأداة لم يتم بنائها بالطريقة التي سوف نقوم بها بالإضافة إلى محاورها التي تختلف تماما عن ما تم جرده في الدراسات السابقة .

الباب الأول: الجانب النظري

الفصل الأول:
النشاط البدني
و الرياضي المكيف

تمهيد:

إنه لمن المؤكد أن النشاط الرياضي المكيف قطع أشواطاً كبيرة خلال القرنين الأخيرين و شهدت مختلف جوانبه ووسائله تطوراً معتبراً ، خاصة فيما يتعلق بطرق و مناهج التعليم و التدريب .

1- مفهوم النشاط البدني المكيف :

إن الباحثون في مجال النشاط المكيف يواجهون مشكلة تعدد المفاهيم التي تداولها المختصون و العاملون في الميدان و استخدامهم لمصطلح الواحد بمعان مختلفة. نذكر من هذه التعاريف ما يلي:

تعريف حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات : يعني الرياضيات و الألعاب و البرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها و شدتها ، و يتم ذلك وفقا للاهتمامات الأشخاص غير القادرين و في حدود قدراتهم. (إبراهيم، 1998)

تعريف ستور (Stor): نعني به كل الحركات و التمرينات و كل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محدودين في قدراتهم من الناحية البدنية ، النفسية، العقلية ، و ذلك بسبب أو بفعل تلف أو إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى (stor, 1993)

و بالتالي فالمقصود بالنشاط البدني الرياضي المكيف في هذه الدراسة هو مجموع الأنشطة الرياضية المختلفة و المتعددة و التي تشمل التمارين و الألعاب الرياضية التي يتم تعديلها و تكييفها مع حالات الإعاقة و نوعها و شدتها ، بحيث تتماشى مع قدراتها البدنية و الاجتماعية و العقلية .

1-2 التطور التاريخي للنشاط البدني المكيف:

تعتبر التربية الرياضية في العصر الحديث كأحد المتطلبات العصرية بالنسبة لكل شرائح المجتمع و لها مكانة و موقع معتبر في قيم واهتمامات الشباب خاصة ، و يعود الفضل في بعث فكرة ممارسة النشاط البدني الرياضي من طرف المعوقين إلى الطبيب الإنجليزي لوديججوتمان (LADWIG GEUTTMAN) و هو طبيب في مستشفى (أستول مانديفل) بإنجلترا .

و بدأت هذه النشاطات في الظهور عن طريق المعاقين حركيا ، و قد أدى هذا الطبيب بالاستعانة لاعادة التكيف الوظيفي للمعاقين و المصابين بالشلل في الأطراف السفلية (PARAPLIGIQUE) وأعتبر هذه النشاطات كعامل رئيسي لإعادة التأهيل البدني و النفسي لأنها تسمح للفرد المعوق لإعادة الثقة بالنفس و استعمال الذكاء و الروح التنافسية و التعاونية و قد نظم أول دورة في مدينة "أستول مانديفل" شارك فيها 18 معوق وكانوا من المشلولين الذين تعرضوا لحادث طارئ أثناء حياتهم و ضحايا الحرب العالمية الثانية الذين فقدوا أطرافهم السفلية و لقد ادخل الدكتور "لوديججوتمان" هذه الرياضة ببعض الكلمات التي كتبها في أول رسالة و عقلاها في القاعة الرئيسية في ملعب "أستول مانديفل" في إنجلترا و التي لازالت لحد الآن و جاء فيها " إن هدف ألعاب "أستول مانديفل" هو تنظيم المعوقين من نساء و رجال في جميع أنحاء العالم

في حركة رياضية عالمية وإن سيادة الروح الرياضية العالمية سوف تزجي الأمل و العطاء و الإلهام للمعوقين و لم يكن هناك أجل و أعظم عون يمكن تديمه للمعاقين أكثر من مساعدتهم من خلال المجال الرياضي لتحقيق التفاهم و الصداقة بين الأمم".

1-3 النشاط البدني و الرياضي المكيف :

تم تأسيس الفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين و ذوي العاهات في 19 فيفري 1979 و تم إعتماها رسميا بعد ثلاثة سنوات من تأسيسها في فيفري 1981 و عرفت هذه الفيدرالية عدة صعوبات بعد تأسيسها خاصة في الجانب المالي و كذا من إنعدام الإطارات المتخصصة في هذا النوع من الرياضة و كانت التجارب الأولى لنشاط في الفيدرالية (CHU) تقصرين و كذلك في مدرسة المكفوفين في العاشور و كذلك (CMPP) في بوسماعيل و تم في نفس تنظيم الألعاب الوطنية و هذا بإمكانيات محدودة جدا ، و في سنة 1981 انضمت الإتحادية الجزائرية لرياضة المعوقين للاتحادية الدولية و كذلك للفيدرالية الدولية للمكفوفين كليا و جزئيا و في سنة 1983 تم تنظيم الألعاب الوطنية في وهران من (24 إلى 30) سبتمبر حيث تبعتها

عدة ألعاب وطنية أخرى في السنوات التي تلتها في مختلف أنحاء الوطن .
و شاركت الجزائر في أول ألعاب إفريقية سنة 1991 في مصر ، و تمارس حوالي
10 اختصاصات رياضية مكيفة من طرف المعوقين كل حسب نوع إعاقته و درجتها
و هذه الاختصاصات هي نوع الإعاقة :

*المعوقين ذهنيا	*المعوقين حركيا	*المعوقين ذهنيا
-ألعاب قوى	-ألعاب قوى	-ألعاب قوى
-كرة القدم بلاعبين	-كرة السلة فوق الكراسي المتحركة	-كرة المرمى
-السباحة	-رفع الأثقال	-السباحة
-تنس الطاولة	-السباحة	-الجيدو
-كرة الطائرة	-تنس الطاولة	-التندام (الإستعراضى)

و قدت سطرت الفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين و ذوي العاهات عدة أهداف
متكاملة في بينها و على رأسها :

- تطوير النشاطات البدنية و الرياضية المكيفة لكل أنواع الإعاقات بإختلافها و يتم
تحقيق هذا الهدف عن طريق :

*العمل التحسيبي و الأعلام الموجه

-للسلطات العمومية

-لمختلف الشرائح الشعبية و في كل أنحاء الوطن و خاصة منهم الأشخاص المعوقين

-العمل غلى تكوين إطارات متخصصة في هذا الميدان (ميدان النشاط البدني و

الرياضي المكيف) و هذا بالتعاون مع مختلف المعاهد الوطنية و الوزارات .

و الفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين منخرطة في عدة فيدراليات دولية و عالمية منها

-اللجنة الدولية للتنسيق و التنظيم العالمي للرياضات المكيفة (I.C.C)

-اللجنة الدولية للتنظيم العالمي لرياضة المعوقين ذهنيا (iPC)

-الجمعية الدواية لرياضة المتخلفين و المعوقين ذهنيا (INAS-FMH)

-الفيدرالية الدولية لرياضات الكراسي المتحركة (ISMW)

-الفيدرالية الدولية لكرة السلة فوق الكراسي المتحركة (IWPF)

-الجمعية الدولية للرياضات الخاصة للأشخاص ذوي إعاقات حركية (CP-ISRA)

مخية و فيها من الفيدراليات و الجمعيات و اللجان الدولية العالمية.

و قد كان للمشاركة الجزائرية في مختلف الألعاب على المستوى العالمي و على رأسها

الألعاب الأولمبية سنة 1992 في برشلونة و سنة 1996 في " أطلنطا" نجاحا كبيرا و

ظهور قوي للرياضيين المعوقين الجزائريين و خاصة في اختصاص

(100-200-400) متر و كذلك بوجليطية في صنف (معوق بصري) و في نفس

الاختصاصات و بلال فوزي في اختصاص (5000متر - 800و1500متر)

(الخولي، 1990)

1-4 أسس النشاط البدني و الرياضي المكيف:

إن أهداف النشاط البدني و الرياضي للمعاقين ينبع اساسا من الأهداف العامة للنشاط

الرياضي من حيث تحقيق النمو العضوي و العصبي و البدني و النفسي و الاجتماعي

، حيث أوضحت الدراسات أن احتياجات الفرد العادي ، فهو كذلك يريد أن يسبح ،

يرمي بقفز (الخولي، 1990)

يرتكز النشاط البدني الرياضي للمعاقين على وضع برنامج خاض يتكون من ألعاب

و أنشطة رياضية و حركات إيقاعية و توقيتية تتناسب مع ميول و قدرات و حدود

المعاقين الذين لا يستطيعون المشاركة في برنامج النشاط البدني الرياضي العام ،

و قد تبرمج مثل هذه البرامج في المستشفيات أو المراكز الخاصة بالمعاقين ، و يكون

الهدف الأسمى لها هو تنمية أقصى قدرة ممكنة للمعاق و تقبله لذاته و اعتماده على

نفسه ، بالإضافة إلى اندماج في الأنشطة الرياضية المختلفة .

- و يرمى عند وضع أسس النشاط البدني المكيف ما يلي :
- العمل على تحقيق الهداف العامة للنشاط البدني الرياضي
 - إتاحة الفرصة لجميع الأفراد للتمتع بالنشاط البدني و تنمية المهارات الحركية الأساسية و القدرات البدنية
 - أن يهدف البرنامج إلى التقدم الحركي للمعاق و التأهيل و العلاج
 - أن ينفذ البرنامج في المدارس الخاصة أو في المستشفيات و المؤسسات العلاجية
 - أن يمكن البرنامج المعاق من التعرف على قدراته و إمكانياته ، و حدود إعاقته حتى يستطيع تنمية القدرات الباقية لديه و اكتشاف ما لديه من قدرات
 - أن يمكن البرنامج المعاق من تنمية الثقة بالنفس و احترام الذات و إحساسه بالقبول من المجتمع الذي يعيش فيه ، و ذلك من خلال الممارسة الرياضية للأنشطة الرياضية المكيفة

و بشكل عام يمكن تكيف الأنشطة البدنية و الرياضية للمعاقين من خلال الطرق

التالية :

- تغيير قواعد الألعاب (التقليل من مدة النشاط ، تعديل مساحة الملعب ، تعديل ارتفاع الشبكة أو هدف السلة ، تصغير أو تكبير أداة اللعب ، زيادة مساحة التهديد .
- تقليل الأنشطة ذات الإحتكاك البدني إلى حدا ما .

- الحد من نمط الألعاب التي تتضمن عزل أو إخراج اللاعب
 - الاستعانة بالشريك من الأسوياء أو مجموعة من الوسائل البيداغوجية ، كالأطواق و
 الحبال

- إتاحة الفرصة لمشاركة كل الأفراد في اللعبة عن طريق السماع بالتغيير المستمر و
 الخروج في حالة التعب .

- تقسيم النشاط على اللاعبين تبعا للفروق الفردية و إمكانيات كل فرد (ابراهيم،
 1998)

1-5 تصنيفات النشاط البدني و الرياضي المكيف:

1-5-1 النشاط الرياضي الترويحي : هو نشاط يقوم به الفرد من تلقائي نفسه بغرض
 تحقيق السعادة الشخصية التي يشعر بها قبل أثناء أو بعد الممارسة و تلبية حاجاته
 النفسية و الاجتماعية ، و هي سمات في حاجة كبيرة إلى تنميتها و تعزيزها للمعاقين .
 يعتبر الترويحي الرياضي من الأركان الأساسية في برامج الترويحي لما يتميز به من
 أهمية كبرى في المتعة الشاملة للفرد ، بالإضافة إلى أهميته في التنمية الشاملة
 الشخصية من النواحي البدنية و العقلية و الاجتماعية .

إن مزاوله النشاط البدني سواء كان بغرض استغلال وقت الفراغ أو كان بغرض
 التدريب للوصول إلى المستويات العالية ، يعتبر طريقا سليما نحو تحقيق الصحة

العامة ، حيث أنه خلال مزاوله ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية و النفسية و الاجتماعية بالإضافة إلى تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري و التنفسي و العضلي العصبي (رحمة، 1998)

كما أكد "مروان عبد المجيد" أن النشاط البدني الرياضي الترويحي يشكل جانبا هاما في نفس المعاق إذ يمكنه من استرجاع العناصر الواقعية للذات و الصبر ، الرغبة في اكتساب الخبرة ، التمتع بالحياة و يساهم بدور ايجابي كبير في إعادة التوازن النفسي للمعاق و التغلب على الحياة الرتيبة و المملة ما بعد الإصابة ، و تهدف الرياضة الترويحية إلى غرس الاعتماد على النفس و الانضباط و روح المنافسة و الصداقة لدى الطفل المعوق و بالتالي تدعيم الجانب النفسي و العصبي لإخراج المعوق من عزلته التي فرضها على نفسه في المجتمع (إبراهيم، 1997)

و يمكن تقسيم الترويح الرياضي كما يلي:

أ-الألعاب الصغيرة الترويحية : هي عبارة عن مجموعة متعددة من الألعاب الجري ، و ألعاب الكرات الصغيرة و ألعاب الرشاقة ، و ما إلى غير ذلك من الألعاب التي تتميز بطابع السرور و المرح و التنافس مع مرونة قواعدها و قلة أدواتها و سهولة ممارستها

ب-العاب الرياضية الكبيرة: و هي الأنشطة الحركية التي تمارس باستخدام الكرة و يمكن

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

ج- الرياضات المائية: و هي أنشطة ترويحية تمارس في الماء مثل السباحة ، كرة الماء ، أو التجديف ، و تعتبر هذه الأنشطة و خاصة السباحة من أحب ألوان الترويح خاصة في بلادنا .

1-6 النشاط الرياضي العلاجي:

عرفت الجمعية الأهلية للترويح العلاجي ، بأنه خدمة خاصة داخل المجال الواسع للخدمات الترويحية التي تستخدم للتدخل الإيجابي في بعض نواحي السلوك البدني أو الانفعالي أو الاجتماعي لإحداث تأثير مطلوب في السلوك و لتنشيط و نمو و تطور الشخصية و له قيمة وقائية و علاجية لا ينكرها الأطباء (خطاب، 1996)

فالنشاط الرياضي من الناحية العلاجية يساعد مرضى الأمراض النفسية و المعاقين على التخلص من الانقباضات النفسية ، و بالتالي استعادة الثقة بالنفس و تقبل الآخرين له ، و يجعلهم أكثر سعادة و تعاونا ، و يسهم بمساعدة الوسائل العلاجية الأخرى على تحقيق سرعة الشفاء كالسباحة العلاجية التي تستعمل في علاج بعض الأمراض كالربو و شلل الأطفال و حركات إعادة التأهيل .

كما أصبح النشاط الرياضي يمارس في معظم المستشفيات و المصحات العمومية و الخاصة و في مراكز إعادة التأهيل و المراكز الطبية البيداغوجية و خاصة في الدول

المتقدمة ، و يراعي في ذلك نوع النشاط الرياضي ، و طبيعة و نوع الإصابة

(Randain, 1993)

1-7 النشاط الرياضي التنافسي:

و يسمى أيضا بالرياضة النخبة أو رياضة المستويات العالية ، و هي النشاطات الرياضية المرتبطة باللياقة و الكفاءة لبدنية بدرجة كبيرة نسبيا ، هدفها الأساسي الارتقاء بمستوى اللياقة و الكفاءة البدنية و استرجاع أقصى حد ممكن للوظائف و العضلات المختلفة للجسم.

1-8 أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف:

أ- الأهمية البيولوجية:

إن البناء البيولوجي للجسم البشري يحتم ضرورة الحركة حيث اجمع علماء البيولوجيا المتخصصين في دراسة الجسم البشري على أهميتها في الاحتفاظ بسلامة الأداء اليومي المطلوب من الشخص العادي .

ب- الأهمية الاقتصادية :

لاشك أن الإنتاج يرتبط بمدى كفاءة العامل و مثابرتة على العمل و استعداده النفسي و البدني ، و هذا لا يأتي إلا بقضاء أوقات فراغ جيدة في راحة مسلية، فالترويح إذا نتاج الاقتصادي المعاصر ، يرتبط به أشد الارتباط و من هنا تبدو أهميته الاقتصادية في حياة المجتمع ، لكن مفكرين آخرين يرون أهمية الترويح نتجت من ظروف العمل

نفسه ،أي من أثاره السيئة على الإنسان ، كالاغتراب و التعب و الإرهاق العصبي ،

مؤكدين على أن الترويح يزيل تلك الآثار و يعوضها بالراحة النفسية و التسلية

(توفيق، 1967)

ج- الأهمية التربوية:

بالرغم من أن الرياضة و الترويح يشملان النشطة التلقائية فقد اجمع العلماء على أن

هناك فوائد تربوية تعود على المشترك ، فمن بينهما مايلي:

-تعلم مهارات و سلوك جديدين: هناك مهارات جديدة يكتسبها الأفراد من خلال الأنشطة

الرياضية على سبيل المثال مداعبة الكرة كمنشأ تروحي تكسب الشخص مهارة

جديدة لغوية نحوية ، يمكن استخدامها في المحادثة و المكاتبة مستقبلا .

-تقوية الذاكرة: هناك نقاط معينة يتعلمها الشخص أثناء نشاطه الرياضي و التروحي

يكون لها أثر فعال على الذاكرة ، على سبيل المثال إذا إشتراك الشخص في ألعاب

تمثيلية فإن حفظ الدور يساعد كثيرا على تقوية الذاكرة حيث أن كثير من المعلومات

التي تردد أثناء الإلقاء تجد مكان في "مخازن" المخ و يتم إسترجاع المعلومة من

"مخازنها" في المخ عند الحاجة إليها عند الإنتهاء من الدور التمثيلي و أثناء مسار

الحياة العادية.

-تعلم حقائق المعلومات: هناك معلومات حقيقية يحتاج الشخص إلى التمكن منها ، مثلا المسافة بين النقطتين أثناء رحلة ما ، و إذا إشتهل البرنامج الترويحي رحلة بالطريق الصحراوي من القاهرة إلى الإسكندرية فإن المعلومة تتعلم هنا هي الوقت الذي تستغرقه هذه الرحلة .

-اكتساب القيم: إن اكتساب معلومات جديدة و خبرات عن طريق الرياضة و الترويح يساعد الشخص على اكتساب قيم جديدة ايجابية ،مثلا تساعد رحلة على اكتساب معلومات عن هذا النهر في الحياة اليومية ، القيمة الاقتصادية ، القيمة الاجتماعية كذا القيمة السياسية (توفيق، 1967)

د-الأهمية العلاجية: يرى بعض المختصين في الصحة العقلية ، أن الرياضة الترويحي يكاد يكون المجال الوحيد الذي فيه عملية "التوازن النفسي" حينما تستخدم أوقات فراغنا استخدمنا جيدا في الترويح (تلفزيون ، موسيقى، سينمان رياضة، سياحة) (Domart, 1986).

1-9 النظريات المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي المكيف:

أ-نظرية الطاقة الفائضة (نظرية سينسر و شيلر):

تقول هذه النظرية أن للأجسام النشيطة الصحيحة ، و خاصة للأطفال ، تختزن أثناء أدائها لوظائفها المختلفة بعض الطاقة العضلية و العصبية التي تتطلب التنفيس الذي ينجم عنه اللعب .

و تشير هذه النظرية إلى أن الكائنات البشرية قد وصلت إلى قدرات عديدة ، و لكنها لا تستخدم كلها في وقت واحد ، و كنتيجة لهذه الظاهرة توجد قوة فائضة و وقت فائض ، لا يستخدمان في تزويد احتياجات معينة ، فاللاعب يخلص الفرد من تعب المتراكم على جسده ، و من تأثيراته العصبية المشحونة من ممارسة واجباته المهنية و الاجتماعية ، و يعتبر وسيلة ضرورية للتوازن الإنساني النفسي و موافقة مع البيئة (Seraemoyenca, 1982)

ب- نظرية الإعداد للحياة:

يرى "كارلوس جروس " الذي نادى بهذه النظرية بأن اللعب هو الدافع العام لتمارين الغرائز الضرورية للبقاء في حياة البالغين ، و بهذا يكون قد نظر إلى اللعب على أنه شيء له غاية كبرى ، حيث يقولان الطفل في لعبة يعد نفسه للحياة المستقبلية ، فالبنات عندما تلعب بدميتها تتدرب على الأمومة ، و الولد عندما يلعب بمسدسه يتدرب على الصيد كمظهر للرجولة.

ج- نظرية الترويح :

يؤكد " جنسيمونس " القيمة الترويحية في هذه النظرية و يفترض أن الجسم البشري يحتاج إلى اللعب كوسيلة لاستعادته حيويته فهو وسيلة لتنشيط الجسم بعد ساعات

العمل الطويلة . و الراحة معناها إزالة الإرهاق التعب البدني و العصبي و تتمثل في عملية الإستراحة ، الإسترخاء في البيت أو في الحديقة أو في المساحات الخضراء أو على الشاطئإلخ (الخولي أ.، 1990)

د- نظرية الإستجمام:

هذه النظرية تحت الأشخاص على الخروج إلى الخلاء و ممارسة أوجه النشاطات القديمة مثل: الصيد و السباحة و المعسكرات ، و مثل هذا النشاط يكسب الإنسان راحة و استجماما يساعده على الإستمرار في عمله بروح طيبة.

1-10 معوقات النشاط البدني الرياضي المكيف:

تمة عوامل إجتماعية و إقتصادية مؤثرة في النشاط الرياضي للمعوقين ، فهو مجتمع يتأثر و يؤثر في الظروف الاجتماعية و تكفي الملاحظة العلمية للحياة اليومية أن تكشف عن متغيرات السوسولوجية و النفسية و السوسولوجية الاقتصادية (الخولي أ، 1990) و تشير هذه الدراسات التي جرت في بعض الدول الأوربية لتقدير الوقت الذي يقضيه الأفراد في العديد من نشاطات الرياضة الترويحية إلا أن كل من حجم الوقت و الترويح و نشاطاته يتأثر بالعديد من المتغيرات أهمها:

أ- الوسيط الاجتماعي

-المستوى الاقتصادي

-السن

-الجنس

-درجة العلم

-الجانب التشريحي.

خلاصة:

كان هذا الفصل أداة فعالة لتحليل مفهوم النشاط البدني الرياضي و علاقته بالمعاقين ، و قد أجرينا محاولة لشرح النشاط البدني الرياضي المكيف من كافة جوانبه و إظهار الدراسات التربوية و السوسولوجية حوله و ما ساهمت هذه الدراسات في مضمار فهم ماهيته.

و ما يمكن استخلاصه من خلال ما أشرنا إليه أن النشاط البدني و الرياضي الموجهة للمعاقين مستمد من النشاط البدني و الرياضي الذي يمارسه الأفراد العاديين لكنه يكيف حسب نوع الإعاقة ، و يعد هذا النشاط الرياضي حديث النشأة مقارنة بالنشاط الرياضي عند العاديين و له جوانب عديدة تعود بالفائدة على الأفراد ، هذه القيمة للنشاط البدني و الرياضي المكيف تفتح لنا إمكانية دراسته على المستوى الأطفال المتخلفون عقليا و الأفاق التي يمكن تسطيرها في هذا المجال ، و هو ما نتطرق إليه بنوع من التفصيل في الفصل القادم.

الفصل الثاني:

النشاط البدني

والرياضي للمتخلفون

عقليا

تمهيد:

إن الأطفال المعاقين ذهنيا يحتاجون أكثر من غيرهم إلى فرص اللعب و الترويح إذ يحتاجون إلى مكان يلعبون فيه ، و إشراف راشد عطف يقوم بتربيتهم و رعايتهم و تعتبر التربية الرياضية النشاط الإيجابي المناسب لقدراتهم خاصة بعد تنظيمه إلى ما يسمى الآن بالتربية الرياضية المكيفة (المعدلة) لذلك كانت له أهمية كبيرة في الحياة الاجتماعية لهذه الفئة.

1- مفهوم الإعاقة الذهنية:

حاول العديد من المختصين تعريف الإعاقة الذهنية فنظر كل منهم للإعاقة بشكل

كبير من وجهة نظر مختلفة نذكر منها ما يلي:

التعريفات الطبية : من المعروف أن الأطباء أول مجموعة من المهنيين ممن تعاملوا

مع الإعاقة العقلية ، فعرفوا الإعاقة العقلية في الغالب الأعم إعتقادا على مظاهر

النمو العضوي للجهاز العصبي الناشئة أثناء و قائل الميلاد أو في مرحلة الطفولة...

تعريف جيرفيسي: عرفها على أنها حالة توقف أو عدم استكمال للنمو العقلي نتيجة

لمرض أو إصابة قبل سن المراهقة ، أو أن يكون نتيجة لعوامل جنسية.... و قد ركز

(gervisse, 1952, p. 23) هذا التعريف أيضا على الجانب العضوي العصبي

1-2 أهداف النشاط البدني و الرياضي المكيف للمعاقين ذهنيا:

لقد أوضح العلماء أن الهدف الأساسي في تربية المتخلفين عقليا هو تعليمهم الاشتراك

بفعالية في نشاطات أوقات الفراغ و تشجيعهم على الترويح و استغلال أوقات الفراغ ،

وهو ما يعود عليهم بفوائد حسية حركية ، تربية محضة.

1-2-1 تنمية المهارات الإجتماعية العاطفية:

من بين الخصائص الاجتماعية المعروفة و التي يتميز بها الأطفال المتخلفون عقليا

ضعف القدرة على التكيف الاجتماعي و نقص الميول و الدوافع و الاهتمامات و عدم تحمل المسؤولية و الانسحاب من المواقف و العدوانية أحيانا.

أما من حيث الخصائص العاطفية و الانفعالية ، فيتميزون بعدم الاتزان الانفعالي و عدم الاستقرار النفسي و الهدوء و أحيانا سرعة و بطئ الانفعال و مستوياته ، و التربية الرياضية هي مسألة حيوية للمعوقين من حيث إعادة تكيف هؤلاء مع المجتمع و تهدف التربية الحركية إلى تحقيق التنمية في المهارات الاجتماعية العاطفية عقليا منها:

- مساعدة الفرد على تكيف سلوكه ، و محاولة إعادة تربيته اجتماعيا.
 - تكسب الطفل مهارات اجتماعية تساعده على التفاعل مع الجماعات و اللعب مع الأفراد ، كما تتي الجرأة و التعاون و التحكم في النفس (روبي، 1995، صفحة 153)
- 1-2-2 تنمية المهارات المهنية :**

إن إعداد الشخص المعوق عقليا لتحمل المسؤولية و العيش يتطلب تخطيط و تنفيذ برامج التدريب المهني المناسبة و الذي يشمل التعريف بعالم العمل و المهن و متطلباتها ، و اكتساب الأنماط السلوكية المناسبة . و تلعب الأنشطة الرياضية دورا أساسيا في إعداد الطفل المتخلف عقليا للحياة و دمج اجتماعيا و مهنيا و ذلك عن طريق تنمية قدراته في حدود إمكانياته و استعداداته للتأهيل المهني ، و استغلال

هذه القدرات و التركيز عليها و بالتالي تأهيلهم و دمجهم مع المجتمع ، و إتاحة الفرصة أمامهم للإبداع و الإنتاج (روبي، 1995)

1-2-3 تنمية مهارات التواصل:

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

-تنمية مهارات التواصل الشفوي أثناء أداء الألعاب المختلفة و التي تتطلب إشراك الأطفال في أدائها عن طريق تبادل الألفاظ المختلفة.

-تنمية الحواس التي يتلقى الطفل عن طريقها تأثير المحيط و المعلومات عن البيئة و تبادل الخبرات مع المشاركين في اللعب. (ابراهيم ح.، 1964)

-تصحيح الانحرافات الميكانيكية حتى لا تتاح أجهزة الجسم فرصا لأداء و وظائفها كاملة.

-تنمية الاتجاهات السليمة نحو الصحة الشخصية و النشاط البدني المكيف و تكوين

عادات خاصة بذلك. (محمود، 1982)

1-3 أضرار النشاط البدني الرياضي المكيف:

إن للتربية الرياضية أغراض عديدة منها النمو العقلي و النمو الحركي و النمو البدني و النمو الاجتماعي العاطفي ، حيث أن ممارسة المعوق للفعاليات و الأنشطة

الرياضية تحقق له هذه الأغراض. (ابراهيم ح، 1964)

1-3-1 غرض النمو البدني:

إن ممارسة الأنشطة و الفعاليات الرياضية للمعوقين تساعد على بناء الكفاءة البدنية عن طريق تقوية و بناء الجسم بواسطة هذه الفعاليات و تمكن الفرد المعوق من تحمل المجهود البدني و مقاومة التعب. لذا فإن ممارسة المعوق للأنشطة الرياضية ستعمل على محاربة هذه العيوب و التشوهات ، و تساعد على النمو الطبيعي و ما ينتج عنه من تكوين الجسم القوي المتناسق و بذلك فإن التربية الرياضية كفيلة بالنمو و بناء الشخص المعوق و تأهيله تأهيلا سليما ، كي يصبح قادرا على العمل و الإبداع (دواشين، 1996)

1-3-2 غرض النمو الحسي حركي:

يقصد بالنمو الحركي ، أداء الحركات و الفعاليات بأقل جهد ممكن و برشاقة و كفاءة عالية و هذا يعتمد على العمل المتناسق الذي يقوم به الجهازان العصبي و العضلي

للشخص المعوق ، و هي بذلك تسعى إلى مساعدة الفرد في عمله اليومي بكفاءة و اقتدار و تعمل على مساعدته في السيطرة على درجة أدائها للمهارات الحركية و لذلك كان لزاما على الفرد المعوق أن يمارس الأنشطة الرياضية و المهارات البدنية لكي يكتسب التوافق اللازم لإداء الحركة. (الخولي أ، 1982)

1-3-3 عرض النمو العقلي:

إن الفرد المعوق إذا أراد أن يتعلم مهارة رياضية معينة أو لعبة ما فإنه يجب أن يستعمل تفكيره الخاص و نتيجة لهذا الاستعمال تحدث المعرفة لتلك المهارة أو الفعالية ، كما أن ذلك يقوده إلى استعمال التوافق العضلي العصبي ، خير مثال على سبيل التفكير فاللاعب المعوق إضافة إلى المجهود البدني الذي يستعمله فإنه بحاجة إلى المجهود العقلي والتصرف في اللحظات الحاسمة و استعمال تفكيره و ذلك من أجل أن يكون دقيقا في إصابة الهدف أو في تمرير الكرة و التخلص من الخصم. (ابراهيم م، 1982)

1-4 الألعاب الرياضية التي تتناسب مع المتخلفين عقليا:

إن الأنشطة الرياضية المعدلة لهذخ الفئة تعتمد بدرجة رئيسية على درجة الإعاقة ، و الصفات الحركية للمعاق ، و التي يمكنها من ممارسة جميع أنواع الأنشطة الرياضية و التمرينات ولكن أقل من العاديين ، و تهدف هذه الأنشطة إلى تنمية الإدراك الحسي

و المحافظة على النواحي الجسمية ، و تنمية اللياقة البدنية لهم .(خطاب م.، 1993)

أ-ألعاب للتحضير البدني العام:

يفضل أن تكون على شكل الألعاب و لا تحتاج إلى التفكير في الأداء ، حيث تعتمد

تلك الفئة على التقليد للحركات ، كتقليد الطيور أو الحيوانات ، كذلك تتوع التمرينات

بين فردية و زوجية و جماعية ، باستخدام أدوات أو بدونها.

و يفضل أن تكون الكرات المستخدمة ذات أحجام و ألوان مختلفة لتنمية التمييز بين

الأدوات و الأحجام ، خاصة الكرات التي تستخدم في تعليم الألعاب الجماعية لتعويدهم

على التفاعل مع الغير مثل كرة السلة ، كرة اليد، كرة القدم و الكرة الطائرة ، كما يمكن

استخدام مكعبات من المطاط أو الفلين أو أكياس الرمل و الحبوب المتعددة الألوان

لتنمية الملكات الذهنية لهم .(الزعيبي، 2000)

ب-ألعاب في تنمية الحواس :

سنحاول عرض بعض الألعاب التي تساعد في تربية الحواس و تنميتها عند الأطفال

المتخلفين عقليا و التركيز على الحواس باعتبارها المنافذ و الوسائل الأساسية في

توريد المعلومات إلى دماغ الطفل ، و قد صنفت هذه الألعاب إلى خمس مجموعات:

-ألعاب في تربية حاسة البصر:

يحتاج أي معوق لفرص النظر من خلال حاجاته لمرافق من خلالها انطباعات بصرية

، فالمعاق سمعيا يجب أن يشجع على الملاحظة و النظر لتعويض إعاقته السمعية و بطئ التعلم يجب أن يشجع على استخدام عينيه ، و يمكن تلخيص هذه الألعاب فيما يلي:

* لعبة اكتشاف الشيء المخفي أو المضاف ، الهدف منها هو تدريب و تنمية الانتباه البصري و الهدف الخاص أن يكتشف الطفل الشيء المخفي.

* لعبة اليدين و القدمين منها على الألوان و الأشكال .

* أهم وسائل تربية للمعوقين هي الجولات و الرحلات .(ليلي، 1992)

-ألعاب في تنمية حاسة السمع:

إن كل الأطفال بحاجة إلى أن يتعلموا كيفية الإصغاء من أجل لأن يتذكروا الأصوات و يتعلموا بالتالي الكلام إن السمع مهم لدى المعوقين خاصة أولئك الذين يستخدمون

حاسة السمع ، كتعويض عن حاسة مفقودة و الجدير بالذكر أن الأطفال يحبون

عمل الأصوات ، و يشعرون بالرضا إذا ضبطوا الأصوات ، و ربطوها حسب تتابع

الحوادث و هو ما يساعدهم في التركيز و التأزر السمعي.و يمكن تلخيص هذه

الألعاب فيما يلي: (الخولي م.، 1990)

مثلا: يقول المعلم أحمر يجلس الأطفال، يقول أصفر يقف الأطفال.

* لعبة دولبة الحصان ، الهدف العام تدريب الطفل على التركيز و الاستماع ، الهدف

الخاص أن يسمع الطفل أن يركز سمعه ، أن يربط بين ما يسمع و بين سلوك معين.

-ألعاب في تنمية حاسة اللمس:

يمكن أن تكون ألعاب اللمس ذات أهمية خاصة للمكفوفين و المعاقين جسميا ، كما ان

الطفل البطيء التعلم بحاجة للتشجيع عل اللمس مع إعطائهم تعزيزات ، أما الطفل

العدواني فالمشكلة هنا ليست على اللمس إنما كيف نساعده على ذلك بأقل الأضرار.

من هنا فالأصابع تصبح مدخلا هاما للمعلومات من خلال الخبرة اللمسية و يأخذ

المعوق عن طريقها في التمييز بين حار و بارد خفيف و ثقيل ،كبير و صغير ،ناعم

و خشن...الخ

مثلا:يجلس الطالب بجانب الطاولة الموضوع فوقها عدة أشياء (قلم،مسطرة،كأس..الخ)

و يغمض الطالب عينيه و يضع يده على الأشياء فوق الطاولة يسمى الشيء يلمسه

دون النظر إليه.

-ألعاب في تنمية حاسة الذوق:

يبدأ الطفل في أول مراحل حياته باستخدام فمه لاستمتاع بالأشياء ، ومع نمو الحواس

الأخرى لديه إلا أن الفم يبقى له دور كبير في الاكتشاف و الاستمتاع و تبقى حاسة

الذوق مع الحواس الأخرى تساعد في غناء حياته اليومية، و هذا يحتاج المعوقين إلى

تدريب حاسة الذوق لديهم من منطلق أن بعض المعوقين خاصة منهم بدرجة شديدة ،

يستخدمون ألسنتهم كأفضل وسيلة أو حتى الوسيلة الوحيدة في إكتشاف أفضل لبيئتهم و التمتع بها.

و من بين هذه الألعاب المختارة في تربية حاسة الذوق ما يلي:

*لعبة الصحن المسحور (لعبة التخمين).

*لعبة التمييز بين أنواع الطعام.

-ألعاب في تربية حاسة الشم:

مع إن البعض يعتبر حاسة الشم أقل الحواس في الإفادة ، إلا أنها إذا استعملت و درست فإنها تعطي متعة خاصة لضعاف البصر ، و بطيئ التعلم و المضطربين انفعاليا.

و مع تقدم العمر فكل إنسان يكون خبرات شميه تغني ذاكرته من جهة و تحذره من الإخطار من جهة أخرى لذا فمن المهم عند تقديم الألعاب أن نركز عل تقديم الروائح ، و ليس فقط التركيز على اللون الصوت و اللمس ، و من بين أهم الألعاب المختاروق في تربية حاسة الشم نذكر :

*لعبة التمييز بين الروائح : تقدم أوعية مختلفة مغلقة و بها ثقوب صغيرة تحتوي على

المواد المختلفة مثل: قهوة، زعتر، فلفل ،.....الخ ، يطلب من الطفل أن يشم في

الوعاء و يتعرف عليها .

*لعبة حرز الشيء المختفي عن طريق الشم.

إفراغ ذي الرائحة المختلفة من بين عدة أوعية لها نفس الرائحة. (سلامة، 1996)

خلاصة:

من أهم ما نستخلصه من هذا الفصل حول النشاط الرياضي عند الأطفال المتخلفين عقليا ، تشير أساسا في فائدتها الكبيرة في تنمية المهارات الحركية الأساسية لمواجهة مطالب الحياة الاجتماعية المادية و المعنوية لدى الأطفال المتخلفين عقليا ، و تربيتهم و رعايتهم ، و في تكوين شخصيتهم تكوينا متكاملًا بالإضافة إلى التخفيف من معاناتهم بسبب العجز الجسمي و العقلي و تعليمهم الاشتراك بفعالية في الألعاب الرياضية من خلال برنامج رياضي مكيف حسب إمكانياتهم و قدراتهم الحركية و الاجتماعية ، يأخذ بعين الاعتبار الألعاب التي تتناسب مع قدراتهم و التي تعود عليهم بفوائد جسمية و عقلية و اجتماعية ، و تفتح لهم آفاق كبيرة في هذا المجال التنافسي مع الأفراد المجتمع .

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

الفصل الأول

منهج البحث

وإجراءاته الميدانية

تمهيد :

إن كل باحث من خلال بحثه يسعى إلى التحقق من صحة الفرضيات التي وضعها ويتم ذلك بإخضاعها إلى أسلوب المسح باستخدام مجموعة من المواد العلمية و ذلك بإتباع منهج يتلاءم مع طبيعة الدراسة وكذا القيام بدراسة ميدانية عن طريق توزيع استبيانين الأول موجه للأولياء و الثاني للمربين على العينة.

1-1 منهج البحث:

في المنهج العلمي يعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس البحث على طبيعة المشكلة نفسها وتختلف المناهج لاختلاف الهدف الذي يريد الباحث التوصل إليه في بحثنا هذا استخدامنا المنهج الوصفي بدراسة مسحية وهذا الملائمة لطبيعة المشكلة.

1-2 مجتمع و عينة البحث:

يتمثل مجتمع وعينة البحث في أولياء و مربون لمركز إعادة التأهيل لولاية مستغانم تتراوح عددهم 100 موزع على النحو الآتي:

50 أولياء

50المربون

1-3 مجالات البحث:**1-3-1 المجال الزمني:**

ثم إجراء البحث في فترة ممتدة من شهر فيفري إلى غاية شهر ماي.

1-3-2 المجال المكاني:

قمنا بإجراء الدراسة الميدانية الخاصة بالبحث على أولياء و المربون للمعاقين ذهنيا

في مركز إعادة التأهيل بولاية مستغانم.

1-3-3 المجال البشري:

شمل البحث 50 من الأولياء و 50 مريون .

1-4 إستبيان:

قمنا بإختيار استبيانين الأول للأولياء و الثاني للمريون يسمح لنا بعملية جمع

المعلومات و تحليلها بسهولة .

1-5 الأسس العلمية :

1-5-1 الصدق:

من أجل معرفة مدى التوافق بين أسئلة الاستبائية و اشكالية وفرضيات البحث و

بعينة تجرى الصدق و موضوعية الأداة العلمية قمنا بعرض الاستمارة على بعض

الأساتذة القسم الذين اعتبروا كم حكمين وبعد موافقة الاستاذ المشرف وأخذ بعين

الإعتبار الملاحظات و توجهات الأساتذة المحكمين قمنا بعملية توزيع الاستمارة على

أفراد العينة .

1-5-2 الثبات:

تعتبر صفة الثبات من أهم الصفات التي يتصف بها الاختبار و التأكيد من ثبات

الاختبار قمنا بتوزيع الاستبيان على 15 فرد من الأولياء و 15 من المريون و إعادة

التوزيع مرة ثانية و جدنا أنها نفس تقريبا نفس الإجابات و بذلك تأكدنا من صفة الثبات ولقد تبين لنا بعد الانتهاء من الدراسة الاستطلاعية إلى أن الأداة التي استعملناها في البحث تتمتع بالصلاحيات العلمية أو الصدق و الثبات.

1-6 الدراسة الإحصائية :

الدراسة الإحصائية تعطينا أكثر دقة في النتائج الميدانية و ترجمة هذه النتائج إلى أرقام ثم الاعتماد في إستخدام على:

النسبة المئوية:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{100 \times \text{التكرارات}}{\text{عدد أفراد العينة}}$$

عدد أفراد العينة

بالإضافة إلى اختبار مربع ()

$$= \frac{\text{مج (التكرار الواقعي - التكرار المتوقع)}}{\text{التكرار المتوقع}}$$

التكرار المتوقع

خلاصة :

لقد تمحور مضمون هذا النص حول منهجية البحث و الإجراءات الميدانية التي أنجزها الطالبان من خلال الدراسة الاستطلاعية و الأساسية وذلك تماشياً مع طبيعة البحث العلمي ومتطلباته العلمية قمت خلال الدراسة الاستطلاعية إسناد أبحاثنا إلى عدة خطوات علمية أخرجها تمهيد للدراسة الأساسية و التي اشتمل الباحثان بتوضيح

الفصل الثاني:

عرض ومناقشة النتائج

تمهيد:

قمنا في هذا الفصل بعرض و تحليل النتائج المتحصل عليها بعد توزيع الاستبيان على العينة ومناقشة الفرضيات وعرض الاستنتاجات و أهم الاقتراحات .

1-2 عرض و تحليل النتائج:

1-1-2 عرض و تحليل النتائج الاستبيان الموجه للمربين

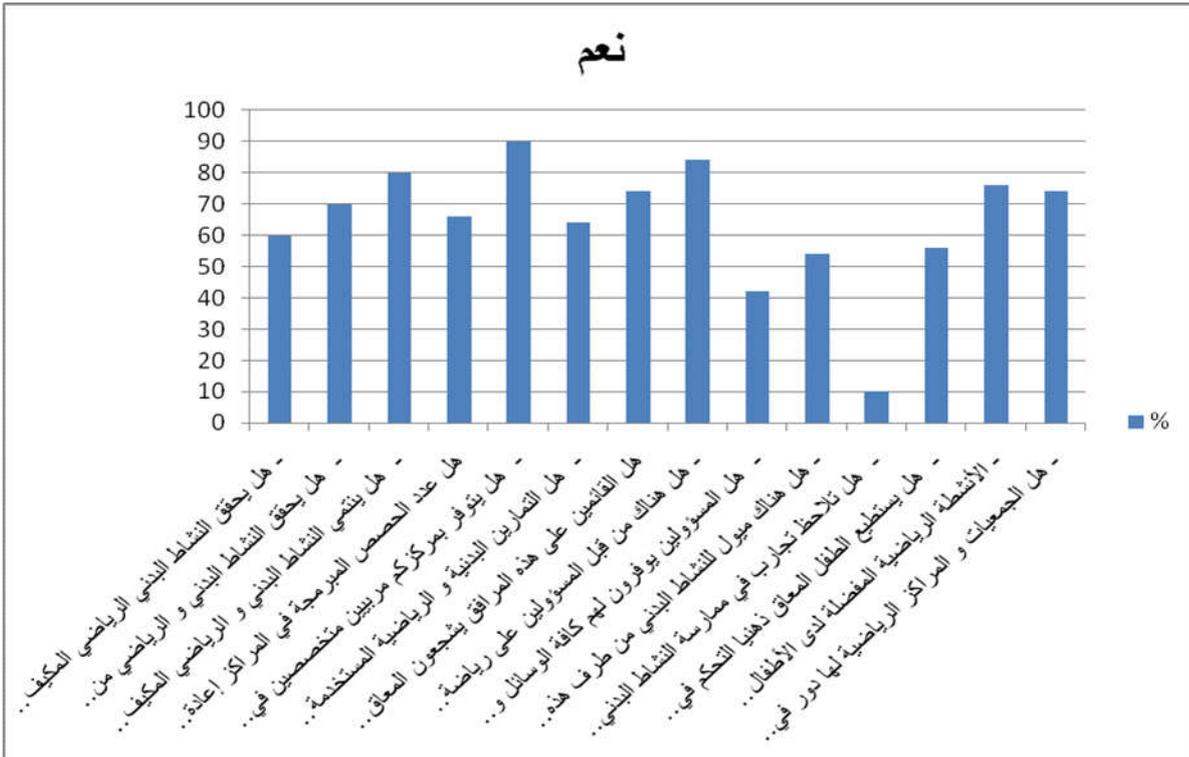
الجدول رقم (1) يوضح إجابات المربين

الأسئلة	نعم	%	لا	%	كا ²
- هل يحقق النشاط البدني الرياضي المكيف التواصل الأطفال المعاقين ذهنيا ؟	30	60	20	40	2
- هل يحقق النشاط البدني و الرياضي من عصبية المعاق ذهنيا ؟	35	70	15	30	5
- هل ينتمي النشاط البدني و الرياضي المكيف القدرات الذهنية للطفل المعاق ذهنيا ؟	40	80	10	20	0.72
- هل عدد الحصص المبرمجة في مراكز إعادة التأهيل كافية الجوانب الاجتماعية المعرفية الحركية؟	33	66	17	34	0.20
- هل يتوفر بمركزكم مربين متخصصين في النشاط البدني و الرياضي ؟	45	90	05	10	1.28
- هل التمارين البدنية و الرياضية المستخدمة مكيفة مع نوع الإقامة ؟	32	64	18	36	0.15

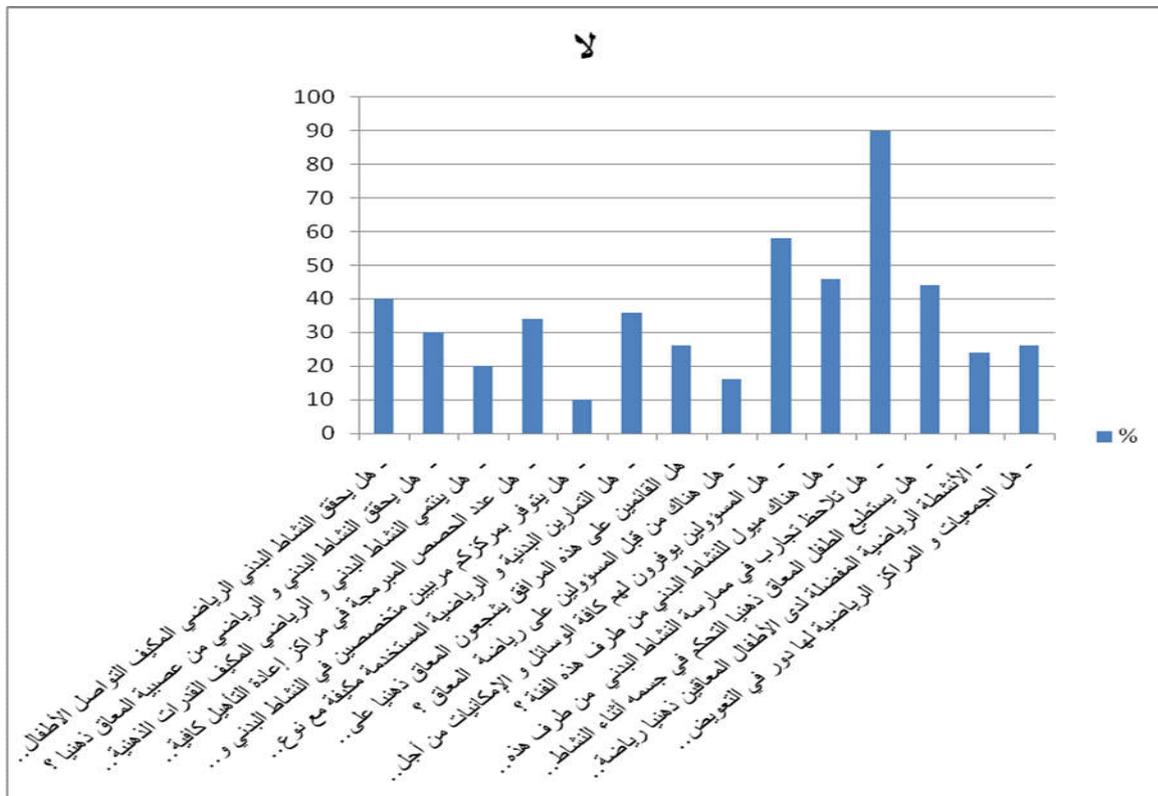
0.46	26	13	74	37	هل القائمين على هذه المرافق يشجعون المعاق ذهنيا على ممارسة النشاط البدني المكيف ؟
0.92	16	08	84	42	- هل هناك من قبل المسؤولين على رياضة المعاق ؟
0.55	58	29	42	21	- هل المسؤولين يوفرون لهم كافة الوسائل و الإمكانيات من أجل ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف ؟
0.01	46	23	54	27	- هل هناك ميول للنشاط البدني من طرف هذه الفئة ؟
1.28	90	45	10	05	- هل تلاحظ تجارب في ممارسة النشاط البدني من طرف هذه الفئة ؟
0.02	44	22	56	28	- هل يستطيع الطفل المعاق ذهنيا التحكم في جسمه أثناء النشاط البدني المكيف ؟
0.54	24	12	76	38	- الأنشطة الرياضية المفضلة لدى الأطفال المعاقين ذهنيا رياضة فردية ؟
0.46	26	13	74	37	- هل الجمعيات و المراكز الرياضية لها دور في التعويض النفسي و الإجتماعي ؟
مستوى الدلالة		1		3.84	كاج ²

العرض و التحليل:

من خلال الجدول رقم 1 يتضح لنا نسبة إجابات المربين على الأسئلة الاستبيان فكانت تتراوح ما بين 10 إلى 90 % بالنسبة للإقتراح الأول (نعم) أما بالنسبة للإقتراح الثاني (لا) فكانت تتراوح ما بين 5 إلى 45% ولدلالة الفروق في اجابات ما بين المدربين استخدمنا اختيار حسب المطابقة بحيث لاحظنا القيم كا² المحسوبة محصورة ما بين (100% إلى 2) أصغر من كا² الجدولية (3.84) عند درجة الحرية و مستوى الدلالة 0.05 مما يدل على أن لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية و منه نستنتج أن المربون لا يساعدون المعاق ذهنيا على ممارسة نشاط البدني و الرياضي المكيف بشكل منتظم بالنسبة للمراكز إعادة التأهيل بولاية مستغانم.



الشكل رقم 01: يمثل أعمدة بيانية لإجابات المربين (نعم)



الشكل رقم 02: يمثل أعمدة بيانية لإجابات المربين (لا)

2-1-2 عرض و تحليل النتائج الاستبيان الموجهة للأولياء.

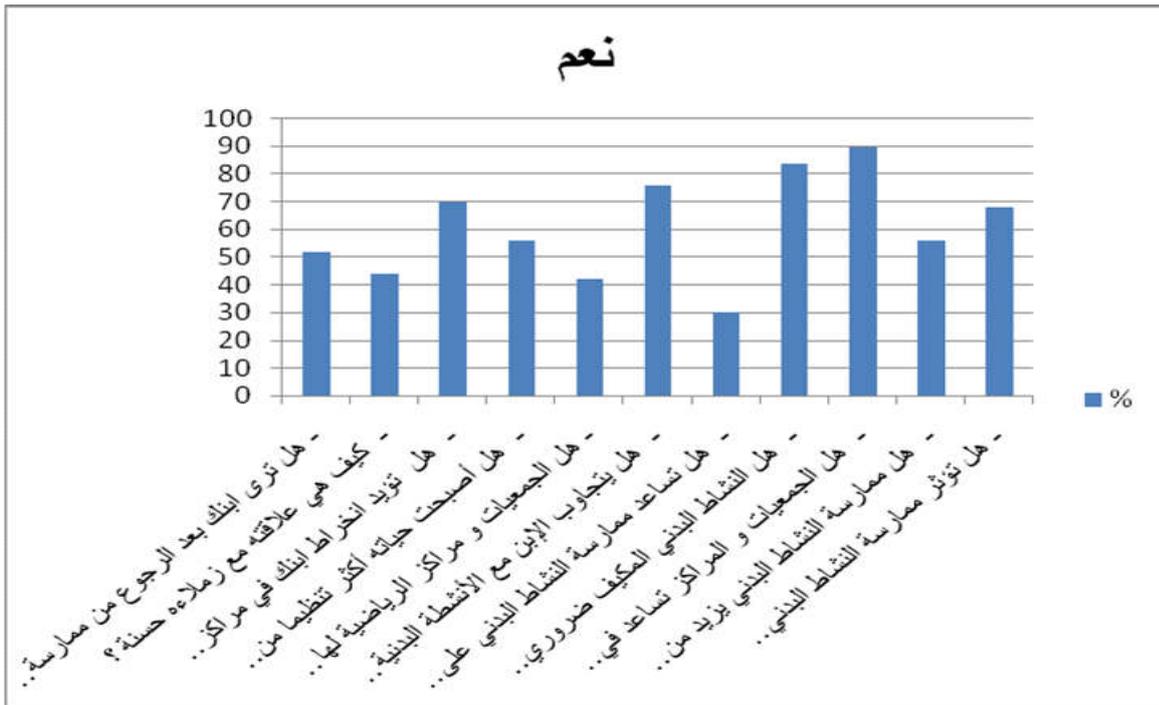
جدول رقم (2) يوضح ايجابيات الأولياء على الاستبيان

الأسئلة	نعم	%	لا	%	كا ² م
- هل ترى ابنك بعد الرجوع من ممارسة النشاط البدني الرياضي داخل مركز التأهيل الحسنة ؟	26	52	24	48	0.003
- كيف هي علاقته مع زملاءه حسنة ؟	22	44	28	56	0.002
- هل تؤيد انخراط ابنك في مراكز إعادة التأهيل و الجمعيات ؟	35	70	15	30	5
- هل أصبحت حياته أكثر تنظيماً من خلال تواجده داخل مراكز إعادة التأهيل ؟	28	56	22	44	0.02
- هل الجمعيات و مراكز الرياضية لها دور في التعويض النفسي و إجتماعي ؟	21	42	29	58	0.05
- هل يتجاوب الابن مع الأنشطة البدنية و الرياضية ؟	38	76	12	24	0.54
- هل تساعد ممارسة النشاط البدني على تعويض الإعاقة في نظرك ؟	15	30	35	70	5

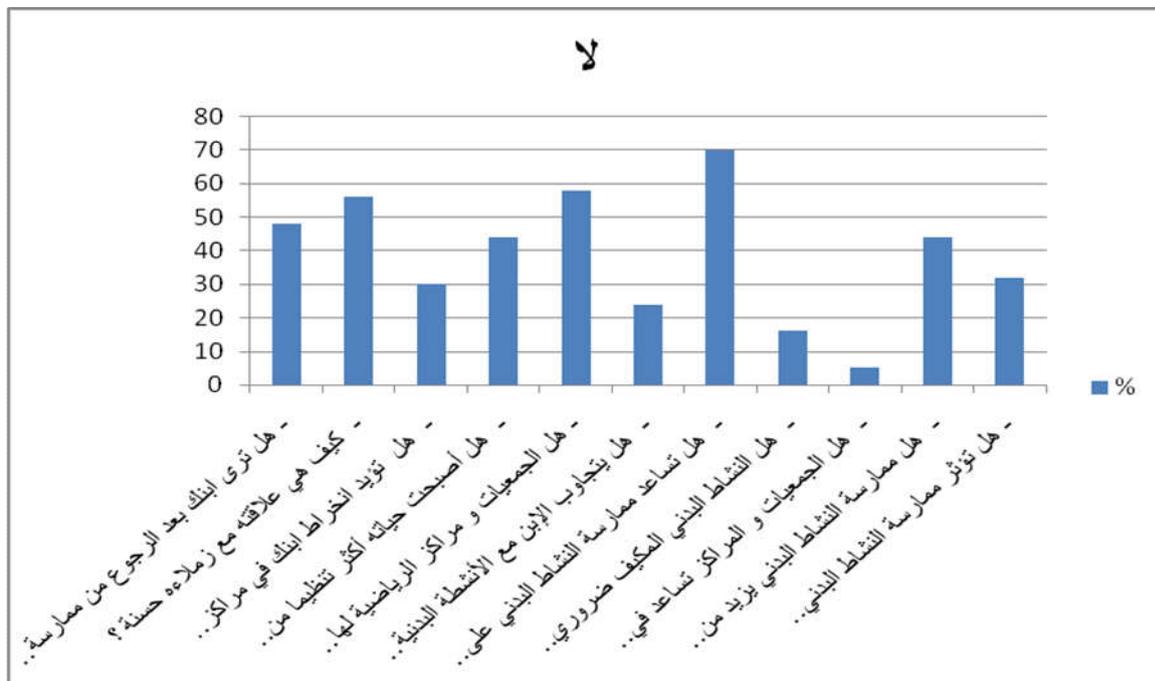
0.92	16	08	84	42	- هل النشاط البدني المكيف ضروري في مساعدة على اندماج ابنك مع أفراد المجتمع ؟
1.28	5	05	90	45	- هل الجمعيات و المراكز تساعد في تنمية القيم الاجتماعي (التعاون و التواصل)
0.02	44	22	56	28	- هل ممارسة النشاط البدني يزيد من راحة الطفل ذهنيا و نفسيا ؟
0.25	32	16	68	34	- هل تؤثر ممارسة النشاط البدني المكيف على علاقة الطفل بمحيط احيادي ؟
درجة الحرية 1			مستوى الدلالة 0.05		كا ² ج (3.48)

عرض و تحليل:

الجدول رقم 02 يوضح ايجابات الأولياء على الأسئلة فكانت النسب المئوية تتراوح ما بين (30 % إلى 90%) بالنسبة للاقتراح (نعم) و (5% إلى 70%) بالنسبة للاقتراح (لا) و لدلالة الفروق في الاجابات ما بين الأولياء استخدمنا اختبار حسن المطابقة بحيث لاحظنا القيم χ^2 أصغر من $\chi^2_{(3.48)}$ عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05 مما يدل أن لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ومنه تقبل القرض الصفري يآثر نشاط الحركي المكيف على الأطفال المعاقين ذهنيا من وجهة نظر الأولياء.



الشكل رقم 01: يمثل أعمدة بيانية لإجابات الأولياء (نعم)



الشكل رقم 02: يمثل أعمدة بيانية لإجابات الأولياء (لا)

2-3 الاستنتاجات:

من خلال بحثنا هذا أردنا معرفة مدى فعالية النشاط البدني الرياضي المكيف للأطفال المعاقين ذهنيا في مراكز إعادة تأهيل و من خلال التأهيل و من خلال تحليلنا للنتائج المتحصل عليها استنتجنا ما يلي :

- إهمال الجانب الرياضي للمعاق ذهنيا .
- النشاط الحركي المكيف لا يؤثر على المعاقين ذهنيا من وجهة نظر الأولياء و ذلك لعدم اهتمام بالمعاقين ذهنيا من طرف المربين .
- عدم وجود تأثير إيجابي على المعاقين ذهنيا و ذلك لعدم توفير مختصين في التدريب الرياضي في المراكز.

4-2 مناقشة الفرضيات .

لقد كان الهدف من دراستنا هو " تحديد مدى فعالية النشاط الحركي المكيف على الطفل المعاق ذهنيا من وجهة نظر الأولياء و المربون في مراكز إعادة التأهيل " ومنه قمنا باقتراح فرضيتين و بعد الدراسة الميدانية كانت النتائج كالتالي :

✓ الفرضية الأولى :

بالنظر إلى النتائج المتحصل عليها و بعد تحليلها نلاحظ أن النشاط الحركي المكيف لا يؤثر على الأطفال المعاقين ذهنيا بشكل إيجابي من وجهة نظر الأولياء و هذا ما أن الفرضية المتمثلة في " يآثر النشاط الحركي على الأطفال المعاقين ذهنيا بشكل ايجابي من وجهة نظر الأولياء في مراكز إعادة التأهيل " غير محققة .

✓ الفرضية الثانية :

بالنظر إلى النتائج المتحصل عليها و بعد تحليلها نلاحظ أن المربي لا يساهم في مساعدة المعاق ذهنيا على ممارسة النشاط البدني الحركي المكيف بشكل منتظم ، يمكن القول أن الفرضية المتمثل في " يساهم النشاط الحركي في مساعدة المعاق ذهنيا على ممارسة النشاط الحركي المكيف للأطفال المعاقين ذهنيا في مراكز إعادة التأهيل " غير محققة.

التوصيات و الاقتراحات:

من خلال دراستي لمدى فاعلية النشاط البدني المكيف داخل مراكز الأطفال المتخالفين ذهنيا لولاية مستغانم أستطيع القول أن النشاط الحركي المكيف يعتبر وضعية متدهورة لذلك يجب إعطاء صورة أخرى بشكل أحسن لغرض إخراجهم من هذا المأزق ولا يتحقق إلا بتوفير ما يلي:

- ضرورة الاهتمام باستخدام الأنشطة الرياضية المكيفة في مراكز الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة برعاية المعوقين .
- ضرورة توفير المنشآت ، الوسائل ، الأجهزة ، و المعدات الرياضية المكيفة و الخاصة برعاية المعوقين في جميع ولايات الوطن حتى نصل بهذا النشاط إلى أرقى مستوى ممكن .
- عقد مؤتمرات و ملتقيات بدراسة العراقيل التي تواجه النشاط البدني المكيف مع محاولة اقتراح الحلول المناسبة .
- التدعيم المادي و المعنوي مع التكفل من طرف الدولة و الجهات معنية للنهوض بهذا النشاط إلى أرقى مستوى ممكن يساير الركب الحضاري.
- توفير أخصائيين في مجال التدريب الرياضي بالنسبة للمعاق ذهنيا داخل المراكز.

- توفير مساحات و ساحات خاصة للممارسة الرياضية و كذا الوسائل و الأدوات الخاصة التي تسهل من عمل المربين .
- يجب أن تلعب وزارة الصحة دورها بالنسبة لاكتشاف حالات الإعاقة المختلفة خاصة الإعاقة الذهنية .
- إجراء بحوث مماثلة معمقة لبقية المراكز عند التراث الوطني .
- برمجة ملتقيات و ندوات فكرية للمربين و الإطارات تحت إشراف أخصائيين في مجال التدريس الرياضي للمعاقين ذهنيا .
- برمجة تربصات تكوينية دولية في مجال تأهيل المعاق ذهنيا قصد الاحتكاك و كسب الخبرة اللازمة.

خاتمة عامة

تعتبر هذه الدراسة وسيلة و أداة ناجحة في تحليل مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف و عاقتها بالأطفال المتخلفين عقليا ، فقد أجرينا من خلالها محاولة لشرح النشاط البدني الرياضي المكيف للمعوقين بصفة عامة و المتخلفين عقليا بصورة أدق، أهدافه ، أغراضه ، لهذه الفئة من كافة الجوانب و الفوائد المختلفة التي تعود على ممارستها و إظهار بعض الدراسات التربوية و الاجتماعية حولها وما ساهمت هذه الدراسات في جعلها أحسن وسيلة في رعاية هذه الفئة و أهم ما نستخلصه من خلال ما أشرنا اليه في هذه الدراسة حول النشاط البدني عند الأطفال المتخلفين عقليا و كيفية تربيتهم و رعايتهم و في تكوين شخصيتهم تكونا متكاملتا بالإضافة إلى التخفيف من معاناتهم لسبب العجز الجسمي و العقلي و تعليمهم الاشتراك بفعالية في الألعاب الرياضية من خلال برنامج رياضي مكيف حسب امكانتهم و قدراتهم الحركية و الإجتماعية ، بأخذ بعين الاعتبار الألعاب التي تتناسب مع قدراتهم و التي تعود عليهم بفوائد جسمية و عقلية و اجتماعية و تفتح لهم آفاق كبيرة في هذا المجال التنافسي مع أفراد المجتمع الآخرين في حدود امكانتهم.

قائمة المراجع والمصادر

- 01- إبراهيم رحمة : تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، دار الفكر للطباعة و النشر، الطبعة الأولى ، عمان .1998
- 02- أحمد عمر سليمان روبي: القدرات الإدراكية - الحركية للطفل - سلسلة الفكر العربي، الطبعة الثانية ، القاهرة .1995
- 03- أمين أنور الخولي ،، أسامة كامل راتب : التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى ، القاهرة .1982
- 04- حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات : التربية الرياضية و الترويج للمعاقين ، دار الفكر العربي .ط1 ، القاهرة 1998
- 05- د/ كمال درويش ، أمين الخولي: أصول الترويج و أوقات الفراغ ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى ، القاهرة .1990
- 06- زهران ليلي : أسس العلمية و العملية للتمرينات و التمارين الفنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .1992
- 07- صالح عبد الله الزعبي، أحمد سليمان العوامل : التربية الرياضية للحالات الخاصة ، دار الصفاء للنشر و الاشهار ، الطبعة الأولى ، عمان .2000
- 08- عبد الحفيظ سلامة : الوسائل التعليمية في التربية الخاصة ، دار الفكر للطباعة و النشر ، عمان .1999

09- محمد الحماحي ، أمين أنور الخولي: أسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار

الفكر العربي ، القاهرة .1990

10- محمد عادل خطاب : النشاط الترويحي و برامجه ، ملتزم الطبع و النشر ،

مكتبة القاهرة الحديثة .1993

11- مروان ع المجيد إبراهيم : الألعاب الرياضية للمعوقين ، دار الفكر للطباعة و

النشر و اتوزيع ، عمان ، الأردن .1997

12- مروان عبد المجيد ابراهيم : الالعاب الرياضية للمعوقين ، دار الفكر للطباعة و

النشر.الطبعة الأولى ، عمان .1997

13- A stor : U.C.L : ETQuter activité physique et sportives

adaptées pour personne handicapés mentale :print marketing

sprl :Belgique : 1993

14- A Domart& al :Nouveau Larousse Médical , Librairie

Larousse , paris , 1986

15- Seraemoyenca : Sociologie et action sociale, Edition labor

,Bruxelle 1982

16- Roi Randain : surle chemin de sport avec les personnes

handicapés physique , plint marketing sport 1993

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم
قسم النشاط البدني و الرياضي المكيف

استمارة استبائية.

إلى السادة الأساتذة
تحية طيبة.....

في إطار إنجاز مذكرة الماستر تحت عنوان فاعلية النشاط البدني الرياضي المكيف
للأطفال المعاقين ذهنيا في مراكز إعادة التأهيل من وجهة نظر الأولياء و المربين.
ومن خلال تحليلنا للدراسات و البحوث السابقة و خاصة ما جاء فيكتب المعاقين ذهنيا
أردنا الوقوف على أهمية هذه الأداة في قياس الظاهرة المدروسة عنوان البحث نأمل
من سيادتكم إبداء الرأي من أجل معرفة قيمة هذه الأداة في خدمة العنوان الرئيسي

تحت إشراف :

أ/ عتوتي نور الدين

إعداد الطالبان:

بن معزیز محجوبة

مختار مختار

لا	نعم	الأسئلة
		- هل يحقق النشاط البدني الرياضي المكيف التواصل الأطفال المعاقين ذهنيا ؟
		- هل يحقق النشاط البدني و الرياضي من عصبية المعاق ذهنيا ؟
		- هل ينتمي النشاط البدني و الرياضي المكيف القدرات الذهنية للطفل المعاق ذهنيا ؟
		- هل عدد الحصص المبرمجة في مراكز إعادة التأهيل كافية الجوانب الاجتماعية المعرفية الحركية؟
		- هل يتوفر بمركزكم مربين متخصصين في النشاط البدني و الرياضي ؟
		- هل التمارين البدنية و الرياضية المستخدمة كيفية مع نوع الإقامة ؟
		- هل القائمين على هذه المرافق يشجعون المعاق ذهنيا على ممارسة النشاط البدني المكيف ؟
		- هل هناك من قبل المسؤولين على رياضة المعاق ؟
		- هل المسؤولين يوفرون لهم كافة الوسائل و الإمكانيات من أجل ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف ؟
		- هل هناك ميول للنشاط البدني من طرف هذه الفئة ؟
		- هل تلاحظ تجارب في ممارسة النشاط البدني من طرف هذه الفئة ؟
		- هل يستطيع الطفل المعاق ذهنيا التحكم في جسمه أثناء النشاط البدني المكيف ؟
		- الأنشطة الرياضية المفضلة لدى الأطفال المعاقين ذهنيا رياضة فردية ؟
		- هل الجمعيات و المراكز الرياضية لها دور في التعويض النفسي و الإجتماعي ؟

استبيان موجه إلى الأولياء

لا	نعم	الأسئلة
		- هل ترى ابنك بعد الرجوع من ممارسة النشاط البدني الرياضي داخل مركز التأهيل الحسنة ؟
		- كيف هي علاقته مع زملاءه حسنة ؟
		- هل تؤيد انخراط ابنك في مراكز إعادة التأهيل و الجمعيات ؟
		- هل أصبحت حياته أكثر تنظيماً من خلال تواجده داخل مراكز إعادة التأهيل ؟
		- هل الجمعيات و مراكز الرياضية لها دور في التعويض النفسي و إجتماعي ؟
		- هل يتجاوب الابن مع الأنشطة البدنية و الرياضية ؟
		- هل تساعد ممارسة النشاط البدني على تعويض الإعاقة في نظرك ؟
		- هل النشاط البدني المكيف ضروري في مساعدة على اندماج ابنك مع أفراد المجتمع ؟
		- هل الجمعيات و المراكز تساعد في تنمية القيم الاجتماعية (التعاون و التواصل)
		- هل ممارسة النشاط البدني يزيد من راحة الطفل ذهنياً و نفسياً ؟
		- هل تؤثر ممارسة النشاط البدني المكيف على علاقة الطفل بمحيط احيادي ؟