

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم النشاط الحركي المكيف



بحث مقدم ضمن متطلبات لنيل شهادة الماستر

البدني والحركي المكيف

عنوان:

أهمية ممارسة النشاط البدني والرياضي المكيف لذوي الإحتياجات الخاصة
من وجهة نظر طلبة السنة الثانية ماستر نشاط بدني وحركي مكيف

تحت اشراف:

* د/ دويلي منصورية

من إعداد الطلبة :

- ميلودي خالد

- فراق حمدوش

السنة الجامعية : 2016 / 2017

الإهداء

من صميم قلبي وينبوع عواطفي ابعث

اجمل الاهداءات الى من ينفطر قلبها ويتألم إذا

آلم بنا الم ، وتسهر معنا اذا عنينا سقم الى اقرب الناس

لنا في افراح واقراح إلى من عاشت من اجلنا في الدنيا إلى أمي الغالية

إلى أسمى معاني الحب والاحترام الى روح والدي

الطاهرة

إلى من ترعرعت معهم في حضن بريء و لا تكتمل سعادة إلا بهم أخوة الأعزاء

إلى كل الأصدقاء من قريب أو بعيد .

الى طلبة السنة الثانية ماستر 2016 .

الى كل اساتذة التربية البدنية .

الى الأستاذة المشرفة **الدكتورة دويلي** .

خالد

الإهداء

أهدي هذا البحث إلى الهدية التي أهداني إياها الله .

إلى الروح التي أستنشق هواها بدعواتها قرّة العين التي يعجز اللسان عن إيجاد

عبارات

تليق بمقامها ولا تكفيني مذكرتي لأعلن أفضلها إمي العزيزة .

إلى أعظم رجل أنهكته الحياة من أجل الوصول إلى ما أنا عليه أبي

الغالي .

إلى أعز الناس إلى قلبي إخوتي و أخواتي

و الى كل اصدقائي من قريب أو من بعيد

الى الأستاذة المشرفة **الدكتورة دويلي . م**

حمدوش



كلمة شكر

* الشكر و الحمد لله الرحيم الغفار ، الكريم ، القهار
الذي أعننا و قدرنا على إنجاز هذا العمل .

* كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذة **دويلي م.**
التي لم تبخل علينا بنصائحها و توجيهاتها

* و نتوجه بالشكر أيضا إلى كل اساتذة معهد التربية
البدنية و الرياضية الذين كانوا سندا دائما في
توجيهنا و تعليمنا .

* كما لا يفوتنا أن نتقدم بكلمة شكر و عرفان إلى كل
طلبة السنة الثانية ماستر ، ونشكر من ساعدنا من
قريب أو بعيد على إنجاز هذا العمل المتواضع و لو
بكلمة طيبة



ملخص البحث :

لقد أدرج بحثنا تحت عنوان أهمية ممارسة النشاط البدني و الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة النظر طلبة السنة الثانية ماستر نشاط بدني و حركي مكيف ، دراسة مسحية أجريه بمعهد التربية البدنية و الرياضية لجامعة مستغانم على طلبة السنة الثانية ماستر نشاط حركي و بدني مكيف لمعرفة أهمية ممارسة النشاط البدني و الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة و الغرض من هذه الدراسة هو معرفة الأهمية البالغة في ممارسة النشاط البدني و الرياضي المكيف ، حيث تم توزيع الاستمارات على طلبة السنة الثانية ماستر نشاط بدني و حركي مكيف و كان اختيار العينة عشوائيا حيث بلغ عدد أفراد العينة 50 طالب اشتملت على 4 جوانب :

- الجانب النفسي الاجتماعي . - الجانب البدني الحركي . - الجانب الفيزيولوجي . - الجانب الفسيولوجي .

حيث اعتمدنا في بحثنا هذا على منهج الوصف و ذلك لملائمته مع طبيعة بحثنا و حل المشكلة المطلوب دراستها و ذلك بتوزيع مجموعة من الاستمارات على طلبة السنة الثانية ماستر نشاط بدني و حركي مكيف تحتوي على مجموعة من الأسئلة في مختلف الجوانب و بعد ذلك جمع البيانات و الآراء و تحليلها منطقيا .

وقد توصلنا إلى أهم استنتاج هو أن ممارسة النشاط البدني المكيف له أهمية كبيرة في حياة ذوي الاحتياجات الخاصة سواء من الناحية الاجتماعية ، بيولوجية ، الاقتصادية ، التربوية ، العلاجية لأنه يشعرهم بالسعادة و السرور و الاندماج في المجتمع كغيره من الأفراد الأسوياء .

و من خلال تطرقنا إلى هذا الموضوع خرجنا في الأخير بأهم التوصيات ضرورة الاهتمام بهذه الفئة ذوي الاحتياجات الخاصة من خلال ممارسة النشاط البدني و الرياضي المكيف و الأنشطة الترويحية الترفيهية مع مراعاة طبيعة الإعاقة من خلال بناء منشآت رياضية خاصة بالنشاط البدني و الرياضي و توفير مختلف الوسائل الضرورية و تزويد المراكز بمختصين في هذا المجال و تكثيف من الأنشطة الترويحية الترفيهية .

Résumé de la recherche:

Nous avons inclus notre recherche sous le titre de l'importance de l'activité physique et sportive adaptée aux personnes ayant des besoins particuliers du point de vue des étudiants de la deuxième année de Master activité physique et climatiseur cinétique, une enquête chiots à l'Institut d'éducation physique et de l'Université des sports de Mostaganem sur les étudiants de la deuxième année l'activité principale du conditionneur cinétique physique et de connaître l'importance de Activité physique et sportive adaptée aux personnes ayant des besoins particuliers Le but de cette étude est de connaître la grande importance dans l'exercice de l'activité physique et sportive: le questionnaire a été distribué aux étudiants de deuxième année d'activité physique et motrice. Échantillon D 50 membres étudiants comprenait quatre aspects:

-Côté psychologique. Côté physico-physique, côté physiologique. Côté physiologique.

Dans cette recherche, nous avons adopté une approche descriptive en fonction de la nature de notre recherche et résolvons le problème à étudier en distribuant un certain nombre de formes aux étudiants de deuxième année: une activité physique et motrice comportant un ensemble de questions sous différents aspects, Et leur analyse logique.

Nous sommes arrivés à la conclusion la plus importante est que la pratique du conditionneur d'activité physique est d'une grande importance dans la vie des personnes ayant des besoins spéciaux, sur les plans social, biologique, économique, éducatif, thérapeutique, car ils se sentent heureux et le plaisir et l'intégration dans la société, comme d'autres individus normaux.

A travers nous avons abordé ce sujet, nous sommes allés dans le dernier des recommandations les plus importantes ont besoin de prêter attention à cette catégorie ayant des besoins particuliers par l'exercice de l'activité physique et des sports adaptés et activités de loisirs de loisirs, en tenant compte de la nature du handicap en créant une activité physique particulière et des sports et de fournir divers moyens d'installations sportives nécessaires Fournir aux centres des spécialistes dans ce domaine et intensifier les activités récréatives de loisir.

Summary of the research:

We included our research under the title of the importance of physical activity and sports adapted to people with special needs from the point of view of students in the second year of Master's degree physical activity and kinetic air conditioner, an investigation pups to the Institute of Physical Education and Sports University of Mostaganem on the second year students the main activity of physical kinetic conditioner and to know the importance of physical activity and sports adapted to people with special needs The purpose of this study is to know the great importance in the exercise of the physical activity and sport: the questionnaire was distributed to the students of second year of physical activity and motor. Sample D 50 student members included four aspects:

- Psychological side. Physico-physical side, physiological side. Physiological side.

In this research, we have adopted a descriptive approach according to the nature of our research and solve the problem to be studied by distributing a number of forms to second-year students: a physical and motor activity comprising a set of questions in different aspects , And their logical analysis.

We came to the most important conclusion that the practice of the conditioner of physical activity is of great importance in the lives of people with special needs, on the social, biological, economic, educational, therapeutic, because they feel happy and enjoyment and integration into society, like other normal individuals.

Throughout this topic we went in the last of the most important recommendations need to pay attention to this category with special needs through the exercise of physical activity and adapted sports and leisure activities , taking into account the nature of the disability by creating a particular physical activity and sports and providing various means of sports facilities necessary Provide the centers with specialists in this field and intensify leisure recreational activities.

قائمة الجداول

الرقم	الجدول	الصفحة
01	جدول إحصاء الطلبة المسجلين السنة الأولى ل م د 2016/2015	15
02	جدول خاص بإحصاء طلبة المعهد حسب التخصصات	16
03	جدول خاص بإحصاء الأساتذة حسب الرتب	18
04	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب النفسي الاجتماعي.	73
05	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص شعور بالحيوية أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.	74
06	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص الخشية من الإصابة أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.	75
07	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص شعور بالخوف أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.	77
08	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص استخدام تلميذ من فئة ذوي الاحتياجات الخاصة لغة الجسد للتواصل مع الآخرين.	78
09	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص للنشاط البدني المكيف دور في تنمية عملية الاتصال والتواصل مقارنة بمواد الأخرى.	80
10	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف يوفر جو استمرار عملية الاتصال والتواصل لهذه الفئة	81

	مع الأسوياء.	
83	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم $كا^2$ للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في تعزيز الثقة مع الآخرين.	11
84	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم $كا^2$ للطلبة فيما يخص النشاط البدني دور في دمج هذه الفئة اجتماعيا.	12
86	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم $كا^2$ للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في أحداث تغيرات فيزيولوجية مرغوب فيها.	13
87	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم $كا^2$ للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف لا يشبع بطريقة مباشرة الحاجات الفيزيولوجية.	14
89	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم $كا^2$ للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في تقليل من ضغط الدم.	15
90	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم $كا^2$ للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في تقليل من الدهون في الجسم ويساهم احتراق الدهون.	16
92	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم $كا^2$ للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في توفير الطاقة للجسم من خلال التفاعلات الداخلية الناتجة عنه.	17
93	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم $كا^2$ للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في اكتساب المهارات والقدرات البدنية والحركية.	18
95	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم $كا^2$ للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في زيادة قدرة على التحمل.	19
96	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم $كا^2$ للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في اكتساب مهارات جديدة.	20

98	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف يساعد الجسم على قيام ببعض الحركات الرياضية بشكل جيد.	21
99	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في زيادة صلابة العظام ومحاوية هشاشتها.	22
101	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في تحسين المهارات الحركية الأساسية.	23
102	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص معاناة الطفل من ضيق في التنفس أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.	24
104	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص معاناة الطفل من ضيق في التنفس بعد انتهاء ممارسة النشاط البدني المكيف.	25
105	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص معاناة الطفل من انخفاض أو ارتفاع الضغط الدموي أثناء ممارسة النشاط البدني	26
107	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص محافظة النشاط البدني المكيف على قوام جسم سليم.	27
108	يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للطلبة فيما يخص ممارسة النشاط البدني المكيف يساعد على تجنب الإصابة من بعض الأمراض.	28
108	النسب المئوية للطلبة فيما يخص ممارسة النشاط البدني المكيف يساعد على تجنب الإصابة من بعض الأمراض.	29

قائمة الأشكال

الصفحة	الشكل	الرقم
74	النسب المئوية للطلبة فيما يخص تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب النفسي الاجتماعي	01
75	النسب المئوية للطلبة فيما يخص شعور بالحيوية أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.	02
76	النسب المئوية للطلبة فيما يخص شعور بالخشية من الإصابة أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.	03
78	النسب المئوية للطلبة فيما يخص شعور بالخوف أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.	04
79	النسب المئوية للطلبة فيما يخص استخدام التلميذ لغة الجسد للتواصل مع الآخرين.	05
81	النسب المئوية للطلبة فيما يخص للنشاط البدني المكيف دور في تنمية عملية الاتصال والتواصل مقارنة بمواد الأخرى.	06
82	النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف يوفر جو استمرار عملية الاتصال والتواصل لهذه الفئة مع الأسوياء.	07
83	النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في تعزيز الثقة مع الآخرين.	08
84	يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف دور في دمج هذه الفئة اجتماعيا.	09
87	يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف دور في أحداث تغيرات فيزيولوجية مرغوب فيها.	10
88	يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف لا يشبع بطريقة مباشرة الحاجات الفيزيولوجية.	11
90	النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف دور في تقليل من ضغط	12

	الدم.	
91	النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف دور في تقليل من الدهون في الجسم ويساهم احتراق الدهون.	13
93	النسب المئوية للطلبة فيما يخص للنشاط البدني المكيف دور في توفير الطاقة للجسم من خلال التفاعلات الداخلية الناتجة عنه.	14
94	النسب المئوية للطلبة فيما يخص للنشاط البدني المكيف دور في اكتساب المهارات والقدرات البدنية والحركية.	15
96	النسب المئوية للطلبة فيما يخص للنشاط البدني المكيف دور في زيادة قدرة على التحمل.	16
97	النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في اكتساب مهارات جديدة.	17
99	النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف يساعد الجسم على قيام ببعض الحركات الرياضية بشكل جيد.	18
100	النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في زيادة صلابة العظام ومحاربة هشاشتها.	19
102	النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في تحسين المهارات الحركية الأساسية.	20
103	النسب المئوية للطلبة فيما يخص معاناة الطفل من ضيق في التنفس أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.	21
105	النسب المئوية للطلبة فيما يخص معاناة الطفل من ضيق في التنفس بعد انتهاء من ممارسة النشاط البدني المكيف.	22
106	يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص معاناة الطفل من انخفاض أو ارتفاع الضغط الدموي أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.	23

108	النسب المئوية للطلبة فيما يخص محافظة النشاط البدني المكيف على قوام جسم سليم.	24
109	النسب المئوية للطلبة فيما يخص ممارسة النشاط البدني المكيف يساعد على تجنب الإصابة من بعض الأمراض.	25
111	النسب المئوية للطلبة فيما يخص ممارسة النشاط البدني المكيف ضروري في تحسين كفاءة الجسم العضوية.	26

التعريف بالبحث

- مقدمة
- مشكلة البحث .
- الفرضيات البحث .
- أهداف البحث .
- أهمية البحث .
- مصطلحات البحث .

مقدمة

مقدمة :

لقد تأثر النشاط البدني الرياضي المكيف والصحة تأثيرا كبيرا واضحا بالأفكار الحديثة في المجال التربوي وتعددت الصياغات والأهداف والمناهج والبرامج كما تحسنت طرق التدريس والتعليم وهذا راجع إلى أفكار المشرفين على العملية التدريسية عبر العصور وطبيعة المعرفة ذاتها, يرجع ذلك إلى ما توصل إليه المربين في مجال التعليم حيث يعتبر النشاط البدني الرياضي المكيف جزءا كبيرا من التربية العامة وهي اساسية وهامة في رعاية هذه الفئة من ذوي الاحتياجات الخاصة لما فيه من اهمية كبيرة في حياتهم أثناء ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف في تطوير اللياقة البدنية والصحية في محاربة الأمراض المزمنة وكذا تنمية المهارات الحركية الأساسية مثل الجري والوثب والمشي خاصة عند فئة الأطفال وتطوير المهارات الأخرى بالأنشطة الرياضية كالركل, الرمي وتنمية الصحي والنفسي وذلك من خلال التقليل من التوتر والقلق والقضاء على الاكتئاب والاضطرابات النفسية, كما يساهم هذا النوع من النشاط في تقوية العلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي وإدماجهم بشكل فعال في المجتمع من خلال بعض النشاطات البدنية الرياضية الترويحية كما يساعد على التواصل بين هذه الفئة في ما بينهم ومع الأسوياء أيضا واكتساب خبرات معرفية ومعلومات مختلفة, ويسعى أيضا إلى محاربة العزلة والانطواء وتنمية روح الانتماء إلى الوطن

وذلك من خلال المشاركة هذه الفئة في مختلف البطولات القارية والعالمية (سعد علي

ودكتور أحمد أبو الليل 2005 ص 05).

وبما أن النشاط البدني الرياضي المكيف جزءا لا يتجزأ من علوم تقنيات الممارسة

الرياضة فإنه أصبح ضرورة حتمية للدراسات والتخصصات على مستوى المعهد التربوية

البدنية والرياضة بجامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم , حيث تم اعتمادنا في بحثنا

هذا على المنهج الوصفي وذلك من خلال توزيع الاستمارات على الطلبة المعهد السنة

ثانية ماستر نشاط بدني ورياضي مكيف حيث أشتمل بحثنا على بابين الباب الأول فيه

فصلين الفصل الأول لمحة تاريخية على المعهد والفصل الثاني تناولنا فيه التعريف

بالبحث المشكلة أهداف البحث فرضيات البحث ومصطلحات البحث المجتمع وعينة

البحث أما الباب الثاني أشتمل على ثلاثة فصول الفصل الأول منهجية البحث

والدراسة الإحصائية والفصل الثاني الوسائل الإحصائية وتحليل لبيانات لنختم بالباب

الثاني آخر فصل الذي يتضمن استنتاجات والتوصيات .

مشكلة البحث

يرى الكثير من العلماء والباحثين في مجال النشاط البدني الرياضي المكيف على ضرورة الاهتمام بالنشاط البدني الرياضي المكيف لما له من فوائد لهذه الفئة حيث يعتبر النشاط البدني جزءا هاما للفرد بصفة عامة وبالنسبة لذوي الاحتياجات الخاصة بصفة خاصة, فهي تعود عليه من جراء ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية التي لا تتوقف على الجانب البدني فقط وإنما تمتد مزاياها الإيجابية على الجوانب الاجتماعية والنفسية والمعرفية والحركية و المهارية لذوي الاحتياجات الخاصة .

ولهذا ازداد اهتمام الكثير من المجتمعات في عصرنا الحاضر بذوي الاحتياجات الخاصة ,وتجلى هذا الاهتمام بالتطور في البرامج التربوية و التأهيلية لهذه الفئة من خلال ممارستها للنشاط البدني الرياضي المكيف والذي تضمن تطوير بعض المهارات الحركية الاساسية وإتقانها بشكل سليم وصحيح أثناء المشاركة في الانشطة البدنية الرياضية ,كما تساهم في الارتقاء بالصحة واللياقة البدنية لهذه الفئة ,واعتماده على النشاط البدني الرياضي المكيف كوسيلة للتواصل المطر عبد المجيد 2002 ص02.

ونظرا لما يتميز به النشاط البدني الرياضي المكيف من مرونة في المناهج وسهولة في تعديل الانشطة ومن هذا المنطلق يمكن طرح عدة تساؤلات :

السؤال الرئيسي:

معرفة ما مدى أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف على فئة ذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربوية البدنية والرياضة بجامعة مستغانم .

الأسئلة الفرعية :

1- ما مدى أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربوية البدنية والرياضة بجامعة مستغانم من جانب النفسي الاجتماعي ؟

2- ما مدى أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربوية البدنية والرياضة بجامعة مستغانم من جانب الفيزيولوجي ؟

3- ما مدى أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربوية البدنية والرياضة بجامعة مستغانم من جانب البدني؟

أهداف البحث:

النشاط البدني الرياضي المكيف يحتل أهمية كبيرة على جميع الجوانب من حيث ممارسة على فئة ذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربوية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم.

أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربوية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم على الجانب النفسي الاجتماعي في حياتهم.

-- أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربوية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم على الجانب الفيزيولوجي و معرفة التغيرات التي تطرق عليهم.

- أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربوية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم على الجانب البدني من خلال اكتساب اللياقة البدنية الجيدة.

- أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربوية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم على الجانب الصحي يساعد في محاربة الامراض المزمنة.

الفرضيات البحث :

1- يرى الطلبة ان ممارسة النشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة له أهمية من وجهة نظر طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم.

2- يرى الطلبة ان ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف له أهمية لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم من جانب النفسي الاجتماعي.

3- يرى الطلبة ان ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف له أهمية لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم من جانب الفيزيولوجي.

4- يرى الطلبة ان ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة له أهمية من وجهة نظر طلبة المعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم من جانب البدني.

الباب الأول

الفصل الأول:

لمحة تاريخية على المعهد

❖ لمحة تاريخية عن المعهد:

لقد مر المعهد بعدة مراحل انطلاقا من قسم حتى معهد ت.ب.ر. بعد تنقل لقسم من جامعة وهران إلى مركز الجامعي بمستغانم كان قسما تابع لمعهد البيولوجيا و تم تحويل هذا القسم في نهاية السنة الدراسية 87/86م، إلى المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية و الرياضية بالمرسوم الرئاسي رقم 64-88 المؤرخ في 22 مارس 1988م.

و بعد هذا و بمقتضى المرسوم الرئاسي 98-220 المؤرخ في 1998/07/07، تم حل المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية الرياضية و انشاء جامعة مستغانم و ضمها إلى جامعة لتصبح معهد التربية البدنية و الرياضية من بين سبع (7) معاهد لهذه الجامعة، و في مدة لا تتعدى ستة أشهر (6) ثم إنشاء كليات داخل الجامعة ليتغير اسم المعهد إلى كلية العلوم الاجتماعية و التربية البدنية و الرياضية و الذي كان قسم التربية البدنية و الرياضية، و التدريب الرياضي و النشاط الحركي المكيف من الأقسام المكونة له، و هذا بمقتضى المرسوم الرئاسي 398/98 و المؤرخ في 1998/12/02م و في سنة 2004م بمقتضى المرسوم الرئاسي 256/04 و المؤرخ في 2004/08/29م ثم إنشاء معهد التربية البدنية و الرياضية مستقلا عن كلية العلوم الاجتماعية و التربية البدنية و الرياضية. و هو بهذه الصفة إلى حد الآن.

أسماء المديرين الذين تداولوا على إدارة المعهد

د- طايري عبد الرزاق : مدير المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية الرياضية (من سنة 1989م إلى غاية 1991م).

د- لحر عبد الحق : مدير المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية الرياضية (من سنة 1991م إلى غاية 1998م).

د- بن قوة علي : عميد كلية العلوم الاجتماعية التربية البدنية الرياضية (من سنة 1998م إلى غاية 2004م).

د- رمعون محمد : مدير معهد التربية البدنية الرياضية (من سنة 2004 إلى غاية 2007م).

د- سعيد عيسى خليفة : مدير معهد التربية البدنية الرياضية (من سنة 2007 إلى غاية 2009م).

د- بن قاصد علي الحاج محمد : مدير معهد التربية البدنية الرياضية (من شهر جويلية 2009م إلى يومنا هذا).

❖ إستراتيجية التكوين بمعهد التربية البدنية و الرياضية :

معهد التربية البدنية و الرياضية مؤسسة تعليمية تابعة لوزارة التعليم العالي و البحث العلمي، تسهر على التكوين في ميدان النشاطات البدنية و الرياضية للطلبة الحاصلين على البكالوريا، في مرحلة التدرج، ماجيستير أو دكتوراه من خلال تقديم برامج و مقررات ذات صلة بأهداف التكوين و خصوصياته. و يهدف المعهد إلى نشر و تطبيق و تطوير المعرفة من أجل إعداد الاطارات ذات المستوى العلمي عالي الجودة بقاييس علمية معترف بها في مجالات التعليم و التدريب، للقيام بدور فعال في خدمة المجتمع و البحث العلمي. و هذا من خلال ما يلي:

1- الأهداف التعليمية و التربوية :

إثراء البيئة الأكاديمية و الفكرية لتحسين العملية التعليمية. من أجل مساعدة الطلبة في مجالات التكوين المفتوحة ليكونوا أعضاء فاعلين في المجتمع.

2- البحث العلمي :

الرقى بمستوى البحث، في صفوف الطلبة و الأساتذة على حد سواء و هذا من خلال تدعيم البحوث الأصلية و المبتكرة في ميدان الأنشطة البدنية و الرياضية. و التشجيع على النوعية في البحث، و تدعيم عرضها في المؤتمرات العلمية، الوطنية و الدولية.

3- خدمة المجتمع :

القيام بدور فعال في خدمة المجتمع، و هذا من خلال المساهمة في الرقى بالصحة العمومية من خلال ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية، و كذا إجراء الدراسات و البحوث التي من خلالها نحل المشكلات الاجتماعية. كما يسعى المعهد إلى إعداد برامج شاملة للتنمية و التطوير و رفع مستوى الكفاءة المهنية.

✓ الشهادات التي يقدمها المعهد بمصلحة التدرج:

أ- شهادة الليسانس: التحضر لهذه الشهادة يتطلب النجاح في ستة سداسيات بمجموع 180 قرضا بمعدل 30 قرضا في كل سداسي، منها سداسيان جدد مشترك و أربعة سداسيات تخصص إما تربية بدنية و رياضية أو تدريب رياضي أو نشاط حركي مكيف.

ب- شهادة الماستر : كل طالب متحصل على شهادة الليسانس ل.م.د. تخصص من بين التخصصات سابقة الذكر له الحق في طلب التسجيل في الماستر وفق قدرة استيعاب المعهد و بشروط معينة تحددها اللجنة.

ج- شهادة الدكتوراه: يمكن لكل متحصل على شهادة الماستر تخصص من بين التخصصات سابقة الذكر في الليسانس أن يسجل في الدكتوراة بعد موافقة اللجنة البيداغوجية المكلفة بالدكتوراه و بشروط معينة تحددها اللجنة.

✓ شهادات ماجيستر نظام كلاسيكي :

أ- شهادة ماجيستر: إن التسجيل في مسابقة الدخول شهادة الماجيستير مفتوح لكل حامل لشهادة الليسانس نظام كلاسيكي في جميع العلوم و ذلك بعد دراسة الملفات من طرف لجنة مخصصة لذلك. مع إجراء امتحان المسابقة.

ب- شهادة الدكتوراه: يمكن لكل متحصل على شهادة الماجيستر في مختلف التخصصات أن يسجل في الدكتوراة بعج موافقة المجلس العلمي للمعهد.

❖ شروط الالتحاق :

- الحصول على شهادة البكالوريا (التسجيل مفتوح لكل الشعب).

إجراء إختبارات صحية للطالب من طرف طبيب المعهد لتثبيت أن باستطاعته ممارسة جميع الرياضات و ذلك يكون للقبول المبدئي بعد ذلك يجر الطالب اختبارات الكفاءة البدنية و حدد تاريخها من طرف مدير مكلف بالتدرج و تحتوي الاختبارات مايلي :
اختبار السرعة 100 متر ذكور و 80 متر إناث - اختبار القفز العريض - اختبار التحمل 800 متر ذكور و 600 متر إناث - اختبار المرونة - اختبار الرشاقة - اختبار القوة - السباحة - اختبار شفهي (لقاء مع أساتذة و دكاترة المعهد).

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

Université Abdelhamid Ibn Badis

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

Mostaganem

Istitut d'Education Physique

معهد التربية البدنية و الرياضية

et Sportive

جدول إحصاء الطلبة المسجلين السنة الأولى ل م د

2016/2015

العدد الإجمالي	ذكور	إناث
361	338	23

معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم خروية

ع.ب 002 مستغانم - 27000 الجزائر

الهاتف : +213 45 10 33/36/35 (0) الفاكس : +213 45 30 10 28

البريد الإلكتروني : ieps@univ-mosta.dz ou istaps@univ-mosta.dz

جدول خاص بإحصاء طلبة المعهد حسب التخصصات

التخصصات	الذكور	إناث	المجموع
1 ^{en} LMD	339	19	358
2 ^{en} LMD – APSE	60	12	72
– APSE	72	03	75
– ES	70	02	72
3 ^{en} LMD – APSE	99	04	103
– APSE	30	02	32
– ES	91	03	94
1 ^{en} MASTER – MHM	105	13	118

– EPPH	149	03	152
– PAPAS	127	03	130
– S.S 3 ^{en} Ag	102	08	110
2 ^{en} MASTER – MHM	91	10	101
– EPPH	99	04	103
– PAPAS	115	08	123
– S.S 3 ^{en} Ag	92	04	96
المجموع	1641	98	1739

جدول خاص بإحصاء الأساتذة حسب الرتب

أستاذ مساعد قسم "ب"	أستاذ مساعد قسم "أ"	أستاذ محاضر قسم "ب"	أستاذ محاضر قسم "أ"	أستاذ تعليم العالي
06	10	11	20	13

قرار رقم 712 مؤرخ في 03 نوفمبر 2011

يتضمن كفايات التقييم والتدرج والتوجيه في طوري الدراسات

لنيل شهادتي الليسانس و الماستر

2-1-الباب الثاني:التقييم والانتقال

2-1-1-الفصل الأول:مراقبة المعارف و المؤهلات

المادة 18:يتم في كل سداسي تقييم المؤهلات و اكتساب المعارف لكل وحدة تعليمية

إما عن طريق مراقبة المستمرة و المنظمة او عن طريق امتحان نهائي او كلاهما معا

تعطى الأولوية قدر الإمكان لتطبيق طريقة المراقبة المستمرة والمنظمة.

المادة 19:ينشر رئيس القسم بالتشاور مع فريق التكوين في بداية كل سداسي عدد

الاختبارات وطبيعتها ومدتها وكذا طريقة او طرق المراقبة المعتمدة والموازنة المطبقة.

المادة 20:يشتمل تقييم الطالب حسب مسلك التكوين على ما يلي :

- الدروس - الأعمال التطبيقية - الأعمال الموجهة - الخرجات الميدانية -

التريصات التطبيقية - الملتقيات - العمل الشخصي

المادة 21: يحسب معدل علامات العمال الموجهة كلما اقتضى الأمر من علامات تقييم الطالب يمكن تنظيم هذه التقييمات في شكل عروض وأسئلة كتابية وفروض منزلية وعمل فردي ..الخ تترك عملية الموازنة لهذه العناصر لتقدير الفرقة البيداغوجية.

المادة 22: تحسب علامة الأعمال التطبيقية على أساس معدل علامات الاختبارات وعلامات التقارير وفق موازنة تقدرها الفرقة البيداغوجية.

المادة 23:تنظم في كل سداسي دورتين لمراقبة المعارف والمؤهلات وتعتبر الدورة الثانية بمثابة دورة استدرائية.

تنظم الدورات الاستدرائية لكل سداسي لنفس السنة الجامعية في اجل أقصاه شهر سبتمبر .

المادة 24: تكتسب الوحدة التعليمية نهائيا من طرف كل طالب تحصل على كل المواد المكونة لهذه الوحدة.

تعتبر المادة المكتسبة إذا كانت العلامة المحصل عليها في هذه المادة تساوي او تفوق 20/10 تكتسب الوحدة التعليمية أيضا عن طريق التعويض،إذا كان معدل مجموع العلامات المحصل عليها في المواد المكونة لهذه الوحدة وموزونة بالعلامات الخاصة بها يساوي او يفوق 20/10 .

تكتسب الوحدة التعليمية ايضا عن طريق التعويض اذا كان معدل مجموع العلامات

المحصل عليها في المواد المكونة لها موزونة بعلاماتها يساوي او يفوق 20/10

ينجم عن اكتساب الوحدة التعليمية ايضا اكتساب الارصدة المسندة لها في هذه الحالة

تعتبر الارصدة المحصل عليها قابلة للاحتفاظ في نفس مسلك التكوين وقابلة للتحويل

في اي مسلك تكوين اخر يتضمن هذه الوحدة.

لا يسمح الاقصاء من المادة مكونة للوحدة التعليمية باكتساب هذه الوحدة من خلال

حساب معدل العلامات المحصل عليها في المواد الخرى المكونة لذات الوحدة.

المادة 25: يعتبر السداسي مكتسبا بالنسبة لكل طالب تحصل على مجموع الوحدات

التعليمية المكونة له وفقا لشروط المحددة في المادة 24 اعلاه.

يعتبر السداسي مكتسبا ايضا عن طريق التعويض ما بين مختلف الوحدات التعليمية

على النحو الاتي: يحسب معدل العام للسداسي على اساس معدلات الوحدات التعليمية

المكونة للسداسي موزونة بالمعاملات الخاصة بها وعندئذ يعتبر السداسي مكتسبا اذا

كان هذا المعدل يساوي او يفوق 20/10.

ينجم عن اكتساب السداسي ارصدة المسندة له والبالغ عددها 30 رصيда

لا يسمح للطالب المقصى من مادة او من وحدة تعليمية الاستفادة من التعويض.

المادة 26: في حالة الاخفاق في الدورة الاولى يتقدم الطالب للمشاركة في الدورة الاستدراكية بالنسبة للاختبارات المتعلقة بالوحدات التعليمية غير مكتسبة في هذه الحالة يحتفظ الطالب بالمواد المكتسبة طبقا للمادة 24 المذكورة اعلاه ويتقدم فقط للاختبارات المتعلقة بالمواد غير المكتسبة.

في حالة اكتساب وحدة تعليمية عن طريق التعويض المقرر في المادة 25 اعلاه يمكن السماح للطالب المشاركة في الدورة الاستدراكية بالنسبة للاختبارات المتعلقة بالمواد غير مكتسبة لهذه الوحدة

المادة 27: خلال الدورة الاستدراكية تحدد العلامة الخاصة بكل مادة معنية على اساس العلامة المحصل عليها في الدورة الاستدراكية وفق كفيات مراقبة المعارف والمؤهلات المحددة طبقا لاحكام المادة 19 اعلاه

يعتمد المعدل الافضل المحصل عليه بين الدورة الاولى والدورة الاستدراكية علامة نهائية

المادة 28: اثر الدورة الاستدراكية تعتبر الوحدة التعليمية وكذا السداسي محصل عليهما وهو نفس احكام المادتين 25 و25 والمذكورتين اعلاه

في حالة عدم اكتساب وحدة تعليمية طبقا لاحكام المادة 24 المذكورة اعلاه فان ارصدة المسندة للمواد المكتسبة والمكونة لها يتم الاحتفاظ بها.

الماجة 29: يطبق التعويض على:

- **الوحدة التعليمية:** يسمح التعويض باكتساب الوحدة التعليمية من خلال

حساب معدل نقاط المواد المشكلة لها والموزونة بمعاملاتها.

تحتفظ الوحدة التعليمية المكتسبة بالتعويض بالارصدة المسندة اليها.

- **السداسي:** يسمح التعويض باكتساب السداسي من خلال حساب معدل

علامات الوحدات التعليمية المشكلة للسداسي والموزونة بمعاملاتها. يحتفظ

السداسي المكتسب بالتعويض الثلاثون 30 رصيда المسندة اليه.

- **السنة:** (ل1، ل2، ل3) يسمح التعويض باكتساب السنة (ل1، ل2، ل3) من

خلال حساب معدل علامات الوحدات التعليمية المشكلة لها والموزونة

بمعاملاتها.

تحتفظ السنة المكتسبة بالتعويض بالستين 60 رصيда المسندة اليها

2-1-2- الفصل الثاني: التدرج في الدراسات

المادة 30: يعتبر الانتقال من السداسي الاول الى السداسي الثاني لنفس السنة

الجامعية ونفس المسلك التكوين حقا لكل طالب مسجل بصفة منتظمة.

2-1-2-1- الفرع الاول: التدرج في دراسات الليسانس

المادة 31: يعتبر الانتقال من السنة الاولى الى السنة الثانية ليسانس مكتسبا للطالب

الذي تحصل على السداسين الاولين لمسار التكوين بالتعويض او بدون تعويض

يسمح للطالب بالانتقال من السنة الاولى الى السنة الثانية ليسانس اذا تحصل على

ثلاثين 30 رصيда على الاقل في السداسي و 3/2 في السداسي الاخر

المادة 32: يعتبر الانتقال من السنة الثانية الى السنة الثالثة ليسانس اذا تحصل على

تسعين 90 رصيда على الاقل واكتسب الوحدات التعليمية الاساسية المطلوبة مسبقا

لمواصلة الدراسات في التخصص.

المادة 33: يمكن للطالب المسموح له بالانتقال من مسلك التكوين وفق شروط الانتقال

الواردتين في المادتين 31 و 32 المذكورتين اعلاه الاحتفاظ بالمواد المكتسبة وفي هذه

الحالة يعتبر اجبار او اعفاء الطالب من متابعة الدروس والاعمال الموجهة والاعمال

التطبيقية بالنسبة للمواد غير المكتسبة من من صلاحيات فريق التكوين.

المادة 34: يمكن حسب الحالة السماح للطالب الراسب في السنة الثانية او السنة الثالثة

في مسلك التكوين باعادة التسجيل في نفس المسلك او التوجيهه نحو مسلك تكوين

اخر من طرف فريق التكوين.

تعطى قدر المستطاع الاولوية لعملية توجيه الطلبة الذين هم في حالة اخفاق ضمن مسلك التكوين الاولي.

ينبغي ان تؤدي هذه العملية عن طريق المعابر الى بناء مسلك يتوافق وقدرات الطالب التي من شأنها ان تسمح له بتدرج افضل في مساره الدراسي.

في كل الحالات لا يمكن للطالب المسجل في الليسانس البقاء اكثر من خمس 5 سنوات حتى في حالة اعادة توجيهه بينما يمكن السماح للطالب الذي تحصل على 120رصيدا او اكثر باعادة التسجيل لسنة اضافية استثنائيا.

2-2-1-2- الفرع الثاني التدرج في دراسات الماستر

المادة 35: يعتبر الانتقال من السنة الاولى الى السنة الثانية ماستر مكسبا للطالب الذي تحصل على السداسيين الاولين لمسار التكوين

يسمح للطالب بالانتقال من السنة الاولى الى السنة الثانية ماستر اذا تحصل على خمسة و أربعين 45 رصيда على الاقل وتحصل ايضا على الوحدات التعليمية المشروطة لمواصلة الدراسات في التخصص.

المادة 36: يسمح للطالب بالتدرج في مسلكه التكويني وفق شروط الانتقال الواردة في المادة 35 المذكورة اعلاه والاحتفاظ بالمواد المكتسبة وفي هذه الحالة فان إجبار

الطالب او اعفاءه من متابعة الدروس والاعمال الموجهة والاعمال التطبيقية بالنسبة للمواد غير مكتسبة من صلاحيات فريق التكوين.

المادة 37: يمكن لفريق التكوين حسب الحالة السماح للطالب الذي لم يتمكن من الانتقال في السنة الثانية في مسلك تكوين باعادة التسجيل في نفس المسلك او بتوجيهه نحو مسلك تكوين اخر من طرف فريق التكوين.

تعطى الاولوية قدر المستطاع لعملية التوجيه الطلبة الذين هم في حالة اخفاق ضمن مسلك التكوين.

ينبغي ان تؤدي هذه العملية عن طريق المعابر الى بناء مسلك يتوافق وقدرات الطالب التي من شأنها ان تسمح له بالتدرج افضل في مساره الدراسي.

في كل الحالات لا يمكن للطالب المسجل في الماستر البقاء اكثر من ثلاث 3 سنوات.

الجانب النظري

الفصل الثاني:

النشاط البدني الرياضي المكيف

تمهيد .

- 1- مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف .
- 2- التطور التاريخي للنشاط البدني الرياضي المكيف
- 3- النشاط البدني الرياضي المكيف في الجزائر
- 4- أسس النشاط البدني الرياضي المكيف
- 5- أنواع النشاط البدني الرياضي المكيف .
- 6- نظريات الترويح للخواص
- 7- أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف .
- 8- العوامل المؤثرة في النشاط البدني الرياضي المكيف.

خلاصة .

. تمهيد :

انه لمن المؤكد أن النشاط الرياضي المكيف قطع أشواطاً كبيرة خلال القرنين الأخيرين وشهدت مختلف جوانبه ووسائله تطوراً معتبراً ، خاصة فيما يتعلق بطرق ومناهج التعليم والتدريب .

وفي وقتنا الحاضر ما فتئ الخبراء والباحثون في ميدان الرياضة والترويح وغيرهم ، يمدوننا بأحدث الطرق والمناهج التربوية ، مستندين في ذلك إلى جملة من العلوم والأبحاث الميدانية التي جعلت الفرد الممارس لنشاطاته موضوعاً لها ، وهو ما جعل الدول المتقدمة تشهد تطوراً مذهلاً في مجال تربية ورعاية المعوقين وبلغت المستويات العالية ، وأصبح الآن يمكننا التعرف على حضارة المجتمعات من خلال التعرف على الأدوات والوسائل التي تستخدمها في هذا المجال .

وبعد النشاط الرياضي من الأنشطة البدنية التربوية الأكثر انتشاراً في أوساط الشباب خاصة في المؤسسات والمدارس التربوية والمراكز الطبية البيداغوجية المتكفلة بتربية ورعاية المعوقين ، ومما ساعد على ذلك أن النشاط الرياضي يعد عاملاً من عوامل الراحة الإيجابية النشطة التي تشكل مجالاً هاماً في استثمار وقت الفراغ ، بالإضافة إلى ذلك يعتبر من الأعمال التي تؤدي للارتقاء بالمستوى الصحي و البدني للفرد

المعاق، إذ يكسبه القوام الجيد ، ويمنح له الفرح والسرور ، ويخلصه من التعب والكره ،
وتجعله فردا قادرا على العمل والإنتاج .

وعليه فقد خصصنا هذا الفصل للقيام بدراسة النشاط البدني الرياضي المكيف دراسة
تحليلية .

أولاً: سنقوم بتحديد مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف في ضوء التعاريف المختلفة
للمربين، ثم نتبع ذلك بدراسة تطوره عبر التاريخ وفي الجزائر على وجه التحديد، ثم
نتطرق إلى أنواعه (تربوي تنافسي، علاجي تروبيحي) وأهميته للمعاقين من النواحي
(البيولوجية .

ثانياً : سنقوم بتحليل نظرياته وخصائصه، وأخيرا العوامل المؤثرة عليه وأثناء معالجة
هذه المواضيع سنحاول تدعيم مختلف المفاهيم بالشرح بما أمكن من دراسات
وإحصائيات وآراء مختلف الباحثين في هذا المضمار وذلك في محاولة منها لإظهار
دور وأهمية النشاط البدني الرياضي المكيف في حياة المعاقين التي أصبحت
تستخدمه الهيآت والمراكز التربوية كوسيلة من الوسائل التربوية الفعالة في تنمية الفرد
المعاق من جميع النواحي البدنية، الاجتماعية، النفسية.

1. مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف:

إن الباحث في مجال النشاط البدني الرياضي المكيف يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي تداولها المختصون والعاملون في الميدان, واستخدامهم المصطلح الواحد بمعان مختلفة, فقد استخدم بعض الباحثون مصطلحات النشاط الحركي المكيف أو النشاط الحركي المعدل أو التربية الرياضية المعدلة أو التربية الرياضية المكيفة أو التربية الرياضية الخاصة, في حين استخدم البعض الأخر مصطلحات الأنشطة الرياضية العلاجية أو أنشطة إعادة التكييف, فبالرغم من اختلاف التسميات من الناحية الشكلية يبقى الجوهر واحداً, أي أنها أنشطة رياضية وحركية تفيد الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة سواء كانوا معاقين متأخرين دراسياً أو موهوبين أو مضطربين نفسياً ونافعالين.

نذكر من هذه التعاريف ما يلي:

تعريف حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات : يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقاً لنوعها وشدتها, ويتم ذلك وفقاً لاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود قدراتهم **حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات** ، التربية الرياضية والترويح للمعاقين ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة ، 1998 ، ص : 223.

تعريف ستور (stor): نعني به كل الحركات والتمارين وكل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محدودين في قدراتهم من الناحية البدنية, النفسية, العقلية, وذلك بسبب أو بفعل تلف أو إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى

A.stor:U.C.L:ET Outer activité physique et sportives adaptées pour personne handicapés mentale :print marketing sprl : belgique :1993:p10...

- تعريف الرابطة الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح والرقص والتربية الرياضية الخاصة: هي البرامج المتنوعة للنمو من خلال الألعاب والأنشطة الرياضية والأنشطة الإيقاعية لتناسب ميول وقدرات وحدود الأطفال الذين لديهم نقص في القدرات أو الاستطلاعات ، ليشاركوا بنجاح وأمان في أنشطة البرامج العامة للتربية .

- محمد عبد الحليم البوايز: هي تلك البرامج المتنوعة من النشاطات الإنمائية والألعاب التي تتسجم وميول وقدرات الطفل المعاق والقيود التي تفرضها عليه الإعاقة .

ومن خلال هذا العرض لمختلف التعاريف فالمقصود بالنشاط الرياضي المكيف هو إحداث تعديل في الأنشطة الرياضية المبرمجة لتتماشى مع الغايات التي وجدت

لأجلها ، فمثلا في الرياضات التنافسية هو تكييف الأنشطة الرياضية حسب الفئة وتدريبها للوصول إلى المستويات العالية ، أما في حالة الأمراض المزمنة كالربو والسكري فهو تكييف الأنشطة الرياضية لتساعد على التقليل من هذه الأمراض ، وبالنسبة لحالات الإصابات الرياضية فان اللاعب الذي يتعرض للإصابة يحتاج إلى برنامج حركي تأهيلي خاص حسب نوع ودرجة الإصابة، أما تكييف الأنشطة الرياضية للمعاقين جعلها تتماشى مع حالة ودرجة ونوع الإعاقة ، وبالتالي فالمقصود بالنشاط البدني الرياضي المكيف في هذه الدراسة هو مجموع الأنشطة الرياضية المختلفة والمتعددة والتي تشمل التمارين والألعاب الرياضية التي يتم تعديلها وتكييفها مع حالات الإعاقة ونوعها وشدها ، بحيث تتماشى مع قدراتها البدنية والاجتماعية والعقلية .

2- التطور التاريخي للنشاط البدني الرياضي المكيف:

تعتبر التربية والرياضية في العصر الحديث كأحد المتطلبات العصرية بالنسبة لكل شرائح المجتمع ولها مكانة وموقع معتبر في قيم واهتمامات الشباب خاصة . ويعود الفضل في بعث فكرة ممارسة النشاط البدني الرياضي من طرف المعوقين إلى الطبيب الإنجليزي لدويج جوتمان (LEDWIG GEUTTMAN) وهو طبيب في مستشفى (استول مانديفل) بانجلترا .

وبدأت هذه النشاطات في الظهور عن طريق المعاقين حركيا , وقد نادى هذا الطبيب بالاستعانة بالنشاطات الرياضية لإعادة التكيف الوظيفي للمعاقين والمصابين بالشلل في الأطراف السفلية (PARAPLIGIQUE) واعتبر هذه النشاطات كعامل رئيسي لإعادة التأهيل البدني والنفسي لأنها تسمح للفرد المعوق لإعادة الثقة بالنفس واستعمال الذكاء والروح التنافسية والتعاونية وقد نظم أول دورة في مدينة استول مانديفل شارك فيها 18 معوق وكانوا من المشلولين الذين تعرضوا لحادث طارئا ثناء حياتهم وضحايا الحرب العالمية الثانية الذين فقدوا أطرافهم السفلية ولقد ادخل الدكتور لوديج جوتمان هذه الرياضة ببعض الكلمات التي كتبها في أول رسالة وعلقها في القاعة الرئيسية في ملعب استول مانديفل في انجلترا والتي لازالت لحد الآن وجاء فيها " إن هدف ألعاب استول مانديفل هو تنظيم المعوقين من رجال ونساء في جميع أنحاء العالم في حركة رياضية عالمية وان سيادة الروح الرياضية العالمية سوف تزجي الأمل والعطاء والإلهام للمعوقين ولم يكن هناك اجل خدمة وأعظم عون يمكن تديمه للمعاقين أكثر من مساعدتهم من خلال المجال الرياضي لتحقيق التفاهم والصدقة بين الأمم " .

وبدأت المنافسة عن طريق الألعاب في المراكز (المستشفى) ثم تطورت إلى منافسة بين المراكز ثم بعدها أنشأت بطولة المعوقين وعند توسيع النشاطات البدنية والرياضية المكيفة صنفتم المنافسة حسب نوع الإعاقة الحركية

وفي بداية الستينيات النشاط الرياضي بوجه عام عرف تطورا كبيرا و معتبرا وكذا كان النشاط البدني والرياضي المكيف نفس المسار ونفس الاتجاه حيث أدمجت في النشاطات في المشاريع التربوية والبيداغوجية في مدارس خاصة وكان ظهور النشاطات الرياضية المكيفة للإعاقات العقلية تأخر نوعا ما بالنسبة للإعاقات الحركية وهذه العشرية عرفت تنظيم أولي للألعاب خاصة في 1968 في شيكاغو (الولايات المتحدة الأمريكية) ما بين 19 و 20 جويلية وعرفت مشاركة ألف رياضي مثلوا كل من الولايات المتحدة الأمريكية وكندا وفرنسا ثم تلتها عدة دورات أخرى لسنة 1970 - 72-75... الخ، وقد عرفت هذه الدورات تزايد مستمر

في عدد الرياضيين المشاركين وبالتالي توسيع هذه النشاطات الرياضية في أوساط المعوقين لمختلف أنواع الإعاقات وقد عرفت العشرية الأخيرة في هذا القرن تطورا كبيرا في جميع المجالات وهناك اكتشاف عام للجسم وأهميته في التكيف وإعادة التكيف مع العالم وقيمه الاتصالية ودوره الوسيط في تخصيص وامتلاك المعلومات المختلفة مهما كانت معرفية او انفعالية و كان لغزو الرياضة من خلال الملاعب والإعلام والاشهارات التي تظهر الأجسام الأنيفة العضلية وكل الأفكار المتعلقة الرياضة جعلت الأفراد ومنهم المعاقين يعتقدون بالأهمية البالغة للنشاط الرياضي على المستوى العلاجي ويلعب دورا كبيرا في النمو البدني النفسي والاجتماعي للأفراد الممارسين له .

3-النشاط البدني والرياضي المكيف في الجزائر :

تم تأسيس الفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين وذوي العاهات في 19 فيفري 1979 وتم اعتمادها رسميا بعد ثلاثة سنوات من تأسيسها في فيفري 1981 وعرفت هذه الفيدرالية عدة صعوبات بعد تأسيسها خاصة في الجانب المالي وكذا من انعدام الإطارات المتخصصة في هذا النوع من الرياضة وكانت التجارب الأولى لنشاط الفيدرالية في (CHU) في تقصرين وكذلك في مدرسة المكفوفين في العاشور وكذلك في (CMPP) في بوسماعيل وتم في نفس السنة تنظيم الألعاب الوطنية وهذا بإمكانيات محدودة جدا , وفي سنة 1981 انضمت الاتحادية الجزائرية لرياضة المعوقين للاتحادية الدولية (ISMGF) وكذلك للفيدرالية الدولية للمكفوفين كليا وجزئيا (IBSA) وفي سنة 1983 تم تنظيم الألعاب الوطنية في وهران (من 24 الى 30) سبتمبر حيث تبعتها عدة ألعاب وطنية أخرى في السنوات التي تلتها في مختلف أنحاء الوطن .

وشاركت الجزائر في أول ألعاب افريقية سنة 1991 في مصر .

وكانت أول مشاركة للجزائر في الألعاب الاولمبية الخاصة بالمعوقين سنة 1992 في برشلونة بفوجين أو فريقين يمثلان ألعاب القوى وكرة المرمى وكان لظهور عدائين ذوي المستوى العالمي دفعا قويا لرياضة المعوقين في بلادنا وهناك 36 رابطة ولائية تمثل

مختلف الجمعيات تظم أكثر من 2000 رياضي لهم إجازات وتتراوح أعمارهم بين (16 -35) سنة .

وتمارس حوالي 10 اختصاصات رياضية مكيفة من طرف المعوقين كل حسب نوع إعاقة ودرجتها وهذه الاختصاصات هي نوع الإعاقة :

* المعوقين المكفوفين

* المعوقين الحركيين

* المعوقين الذهنيين

- ألعاب القوى

- كرة المرمى

- كرة السلة فوق الكراسي المتحركة

- كرة القدم بلاعبين

- السباحة

- رفع الأثقال

- الجيدو

- تنس الطاولة

- التندام (الاستعراضى)

- كرة الطائرة

وقد سطرت الفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين وذوي العاهات عدة أهداف متكاملة في ما بينها وعلى رأسها تطوير النشاطات البدنية و الرياضية المكيفة الموجهة لكل أنواع الإعاقات باختلافها ويتم تحقيق هذا الهدف عن طريق :

- العمل التحسيسى والإعلام الموجه

- للسلطات العمومية

- لمختلف الشرائح الشعبية وفي كل أنحاء الوطن وخاصة منهم الأشخاص المعوقين

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

والرياضي المكيف) وهذا بالتعاون مع مختلف المعاهد الوطنية والوزارات .

والفيدرالية الجزائرية لرياضة المعوقين منخرطة في عدة فيدراليات دولية وعالمية منها :

- اللجنة الدولية للتنسيق والتنظيم العالمى للرياضات المكيفة (I.C.C)

- اللجنة الدولية للتنظيم العالمى لرياضة المعوقين ذهنيا (IPC)

- الجمعية الدولية لرياضة المتخلفين والمعوقين 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 مزية (CP -

(ISRA

وفيها من الفيدراليات والجمعيات واللجان الدولية العالمية .

وقد كان للمشاركة الجزائرية في مختلف الألعاب على المستوى العالمي وعلى رأسها

الألعاب الاولمبية سنة 1992 في برشلونة وسنة 1996 في اطلنطا نجاحا كبيرا

وظهور قوي للرياضيين المعوقين الجزائريين وخاصة في اختصاص ألعاب القوى ومنهم

علاق محمد في اختصاص (100-200-400) متر وكذلك بوجليطية يوسف في

صنف B3 (معوق بصري) وفي نفس الاختصاصات وبلال فوزي في اختصاص(

5000 متر و 800 و 1500) متر .

4-أسس النشاط البدني الرياضي المكيف

إن أهداف النشاط البدني الرياضي للمعاقين ينبع أساسا من الأهداف العامة للنشاط

الرياضي من حيث تحقيق النمو العضوي والعصبي والبدني والنفسي والاجتماعي ،

حيث أوضحت الدراسات إن احتياجات الفرد المعاق لا تختلف عن احتياجات الفرد العادي ، فهو كذلك يريد أن يسبح ، يرمي بقفز ..

يشير انارينو وآخرون "إن كل ما يحتويه البرنامج العادي ملائم للفرد المعاق ، ولكن يجب وضع حدود معينة لمستويات الممارسة والمشاركة في البرنامج تلائم إصابة أو نقاط ضعف الفرد المعاق" محمد الحماحي ، امين انور الخولي : اسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1990 ، ص : 194

يرتكز النشاط البدني الرياضي للمعاقين على وضع برنامج خاص يتكون من ألعاب وأنشطة رياضية وحركات إيقاعية وتوقيتية تتناسب مع ميول وقدرات وحدود المعاقين الذين لا يستطيعون المشاركة في برنامج النشاط البدني الرياضي العام ، وقد تبرمج مثل هذه البرامج في المستشفيات أو في المراكز الخاصة بالمعاقين ، ويكون الهدف الأسمى لها هو تنمية أقصى قدرة ممكنة للمعاق وتقبله لذاته واعتماده على نفسه ، بالإضافة إلى الاندماج في الأنشطة الرياضية المختلفة .

ويرعى عند وضع أسس النشاط البدني الرياضي المكيف ما يلي :

- العمل على تحقيق الأهداف العامة للنشاط البدني الرياضي
- إتاحة الفرصة لجميع الأفراد للتمتع بالنشاط البدني وتنمية المهارات

الحركية الأساسية والقدرات البدنية

- إن يهدف البرنامج إلى التقدم الحركي للمعاق والتأهيل والعلاج
- أن ينفذ البرنامج في المدارس الخاصة أو في المستشفيات والمؤسسات العلاجية .

- أن يمكن البرنامج المعاق من التعرف على قدراته و إمكانياته ، وحدود إعاقته حتى يستطيع تنمية القدرات الباقية لديه واكتشاف ما لديه من قدرات
- أن يمكن البرنامج المعاق من تنمية الثقة بالنفس واحترام الذات وإحساسه بالقبول من المجتمع الذي يعيش فيه ، وذلك من خلال الممارسة الرياضية للأنشطة الرياضية المكيفة .

وبشكل عام يمكن تكيف الأنشطة البدنية والرياضية 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 التهديف

- تقليل الأنشطة ذات الاحتكاك البدني الى حد ما
- الحد من نمط الألعاب التي تتضمن عزل أو إخراج اللاعب

- الاستعانة بالشريك من الأسوياء أو مجموعة من الوسائل البيداغوجية ،

كالأطواق والحبال ...

- إتاحة الفرصة لمشاركة كل الأفراد في اللعبة عن طريق السماع بالتغيير

المستمر والخروج في حالة التعب

تقسيم النشاط على اللاعبين تبعا للفروق الفردية وإمكانيات كل فرد . حلمي ابراهيم ، ليلي

السيد فرحات : التربية الرياضية والترويح للمعاقين ، مرجع سابق ، ص : 47 ، 49 ، 50 .

5. تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف :

لقد تعددت الأنشطة الرياضية وتنوعت أشكالها فمنها التربوية و التنافسية ، ومنها

العلاجية والترويحية أو الفردية والجماعية .

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

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 وتلبية حاجاته

النفسية والاجتماعية ، وهي سمات في حاجة كبيرة إلى تنميتها وتعزيزها للمعاقين .

يعتبر الترويح الرياضي من الأركان الأساسية في برامج الترويح لما يتميز به من

أهمية كبرى في المتعة الشاملة للفرد ، بالإضافة إلى أهميته في التنمية الشاملة

الشخصية من النواحي البدنية والعقلية والاجتماعية .

إن مزاولة 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 مزاولة ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية بالإضافة إلى تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي إبراهيم رحمة : تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي ، دار الفكر للطباعة والنشر ، الطبعة الأولى ، عمان ، 1998 ، ص :

.. 09

يرى رملي عباس أن النشاط البدني الرياضي يخدم عدة وظائف نافعة ، إذ أن النشاط العضلي الحر يمنح الأطفال إشباعا عاطفيا كما يزودهم بوسائل التعبير عن النفس ، والخلق والابتكار والإحساس بالثقة والقدرة على الإنجاز وتمتد الأغلبية بالترويج الهادف بدنيا وعقليا.... والغرض الأساسي هو تعزيز وظائف الجسم من أجل لياقة مقبولة وشعور بالسعادة والرفاهية عبس ع الفتاح رملي ، محمد إبراهيم شحاتة : اللياقة والصحة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1991 ، ص : 79.

كما أكد "مروان ع المجيد " أن النشاط البدني الرياضي الترويحي يشكل جانبا هاما في نفس المعاق اذ يمكنه من استرجاع العناصر الواقعية للذات والصبر ، الرغبة في اكتساب الخبرة ، التمتع بالحياة ويساهم بدور ايجابي كبير في إعادة التوازن النفسي للمعاق والتغلب على الحياة الرتيبة والمملة ما بعد الإصابة ، وتهدف الرياضة

الترويحية إلى غرس الاعتماد على النفس والانضباط وروح المنافسة والصدقة لدى
الطفل المعوق وبالتالي تدعيم الجانب النفسي والعصبي لإخراج المعوق من عزلته
التي فرضها على نفسه في المجتمع مروان ع المجيد إبراهيم : الألعاب الرياضية للمعوقين
، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن ، 1997 ، ص : 111 - 112 .

ويمكن تقسيم الترويح الرياضي كما يلي :

أ- **الألعاب الصغيرة الترويحية** : هي عبارة عن مجموعة متعددة من
الألعاب الجري ، وألعاب الكرات الصغيرة وألعاب الرشاقة ، وما إلى غير ذلك
من الألعاب التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة
أدواتها وسهولة ممارستها .

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

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

5-2. النشاط الرياضي العلاجي :

عرفت الجمعية الأهلية للترويج 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 ولتنشيط ونمو وتطور الشخصية وله قيمة وقائية وعلاجية لا ينكرها الأطباء عطيات محمد خطاب : أوقات الفراغ والترويج ، مرجع سابق ، ص: 64-65-66 .

فالنشاط الرياضي من الناحية العلاجية يساعد مرضى الأمراض النفسية والمعاقين على التخلص من الانقباضات النفسية ، وبالتالي استعادة الثقة بالنفس وتقبل الآخرين له ، ويجعلهم أكثر سعادة وتعاوناً ، ويسهم بمساعدة الوسائل العلاجية الأخرى على تحقيق سرعة الشفاء ، كالسباحة العلاجية التي تستعمل في علاج بعض الأمراض كالربو وشلل الأطفال وحركات إعادة التأهيل .

كما أصبح النشاط الرياضي يمارس في معظم المستشفيات والمصحات العمومية والخاصة وفي مراكز إعادة التأهيل والمراكز الطبية البيداغوجية وخاصة في الدول المتقدمة ، ويراعى في ذلك نوع النشاط الرياضي ، وطبيعة ونوع الإصابة ، فقد تستخدم حركات موجهة ودقيقة هدفها اكتساب الشخص المعوق تحكماً في الحركة واستخدام عضلات أو أطراف مقصودة .

Roi Randain: sur le chemin de sport avec les personnes handicapées physique , plint marketing sport , 1993 , p 5-6

3-5. 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 لظفي بركات أحمد : الرعاية التربوية

للمعوقين عقليا ، دار المريخ للنشر، الطبعة 1 ، الرياض، 1984 ، ص:61 .

6. أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف :

قررت الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح في اجتماعها السنوي عام

1978 ، بأن حقوق الإنسان تشمل حقه في الترويح الذي يتضمن الرياضة إلى جانب

الأنشطة الترويحية الأخرى، ومع مرور الوقت بدأت المجتمعات المختلفة في عدة

قارات مختلفة تعمل على أن يشمل هذا الحق الخواص، وقد اجتمع العلماء على

مختلف تخصصاتهم في علم البيولوجيا والنفس والاجتماع بأن الأنشطة الرياضية

والترويحية هامة عموما وللخواص بالذات وذلك لأهمية هذه الأنشطة بيولوجيا،

اجتماعيا، نفسيا، تربويا، اقتصاديا وسياسيا .

6-1. 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، أو الشخص الخاص، برغم اختلاف المشكلات التي قد يعاني منها الخواص لأسباب عضوية واجتماعية وعقلية فان أهميته البيولوجية للخواص هو ضرورة التأكيد على الحركة لطفي برحات أحمد : الرعاية التربوية للمعوقين عقليا ، دار المريخ للنشر، الطبعة 1 ، الرياض، 1984 ، ص:61

يؤثر التدريب وخاصة المنظم على التركيب الجسمي، حيث تزداد نحافة الجسم وثقل سمته دون تغيرات تذكر على وزنه وقد فحص ويلز وزملائه تأثير خمسة شهور من التدريب البدني اليومي على34 مراهقة وأظهرت النتائج تغيرات واضحة في التركيب الجسمي، حيث تزداد نمو الأنسجة النشطة ونحافة كتلة الجسم في مقابل تناقص في نمو الأنسجة الذهنية أمين أنور الخولي ، أسامة كمال راتب : التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربي ، الطبعة II، القاهرة 1992 ، ص : 150 .

6-2. الأهمية الاجتماعية :

إن مجال الإعاقة يمكن للنشاط الرياضي أن يشجع على تنمية العلاقة الاجتماعية بين الأفراد ويخفف من العزلة والانغلاق (أو الانطواء) على الذات، ويستطيع أن يحقق

انسجاما وتوافقا بين الأفراد، فالجلوس جماعة في مركز أو ملعب أو في نادي أو مع أفراد الأسرة وتبادل الآراء والأحاديث من شأنه أن يقوي العلاقات الجيدة بين الأفراد .

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

فقد بين قبلن Veblen في كتاباته عن الترويح في مجتمع القرن التاسع عشر بأوروبا أن ممارسة الرياضة كانت تعبر عن انتماءات الفرد الطبقية، أو بمثابة رمز لطبقة اجتماعية خصوصا للطبقة البورجوازية، إذ يتمتع أفرادها بقدر أوفر من الوقت الحر يستغرقونه في اللهو واللعب منفقون أموالا طائلة وبذخا مسرفا متنافسون على أنهم أكثر

لهوا وإسرافا.. R . sue : Le loisir . O P . cit , P : 63

وقد استعرض كوكيلي الجوانب والقيم الاجتماعية للرياضة و الترويح فيما يلي : الروح الرياضية التعاون تقبل الآخرين بغض النظر عن الآخرين، التنمية الاجتماعية، المتعة والبهجة، اكتساب المواطنة الصالحة، التعود على القيادة والتبعية، الارتقاء والتكيف الاجتماعي لظفي بركات أحمد : الرعاية التربوية للمعوقين عقليا ، مرجع سابق ، ص : 65 .

كما أكد " محمد عوض بسيوني " أن أهمية النشاط الرياضي تكمن في مساعدة الشخص المعوق على التكيف مع الأفراد والجماعات التي يعيش فيها ، حيث أن هذه الممارسة تسمح له بالتكيف والاتصال بالمجتمع.

وهو ما أكده كذلك "عبد المجيد مروان" من أن الممارسة الرياضية تنمي في الشخص المعوق الثقة بالنفس والتعاون والشجاعة ، فضلا عن شعوره باللذة والسرور، كما أن للبيئة والمجتمع والأصدقاء الأثر الكبير على نفسية الفرد المعاق .

3-6. الأهمية النفسية :

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

النفسية ومدرسة التحليل النفسي (سيجموند فرويد)، وتقع أهمية هذه النظرية بالنسبة للرياضة والترويح أنها تؤكد مبدئين هامين :

1. السماح لصغار السن للتعبير عن أنفسهم خصوصا خلال اللعب .

2. أهمية الاتصالات في تطوير السلوك، حيث من الواضح أن الأنشطة الترويحية تعطي فرصا هائلة للاتصالات بين المشترك والرائد، والمشارك الآخر .

أما مدرسة الجشطالت حيث تؤكد على أهمية الحواس الخمس : اللمس - الشم - التذوق - النظر السمع في التنمية البشرية . وتبرز أهمية الترويح في هذه النظرية في أن الأنشطة الترويحية تساهم مساهمة فعالة في اللمس والنظر والسمع إذ وافقنا على أنه هناك أنشطة ترويحوية مثل هواية الطبخ، فهناك احتمال لتقوية ما سمي التذوق والشم، لذلك فان الخبرة الرياضية والترويحية هامة عند تطبيق مبادئ المدرسة الجشطالتية .

أما نظرية ماسلو تقوم على أساس إشباع الحاجات النفسية ، كالحاجة إلى الأمن والسلامة ، وإشباع الحاجة إلى الانتماء وتحقيق الذات وإثباتها، والمقصود بإثبات الذات أن يصل الشخص إلى مستوى عال من الرضا النفسي والشعور بالأمن والانتماء ، ومما لاشك فيه أن الأنشطة الترويحية تمثل مجالا هاما يمكن للشخص تحقيق ذاته

من خلاله حزام محمد رضا القزوني : التربية الترويحية ، دار العربية للطباعة ، بغداد ،
1978 ، ص : 20 .

6-4. الأهمية الاقتصادية: لا شك أن الإنتاج يرتبط بمدى كفاءة العامل ومثابرتة على العمل واستعداده النفسي والبدني، وهذا لا يأتي إلا بقضاء أوقات فراغ جيدة في راحة مسلية ، وان الاهتمام بالطبقة العاملة في ترويحها وتكوينها تكويننا سليما قد يتمكن من الإنتاجية العامة للمجتمع فيزيد كميتها ويحسن نوعيتها، لقد بين "فرنارد" في هذا المجال أن تخفيض ساعات العمل من 96 ساعة إلى 55 ساعة في الأسبوع قد يرفع الإنتاج بمقدار 15 % في الأسبوع محمد نجيب توفيق : الخدمات العمالية بين التطبيق والتشريع ، مكتبة القاهرة الحديثة ، الطبعة الأولى ، 1967 ، ص 560 .

فالترويح إذا نتاج الاقتصادي المعاصر، يرتبط به أشد الارتباط ومن هنا تبدو أهميته الاقتصادية في حياة المجتمع، لكن مفكرين آخرين يرون أهمية الترويح نتجت من ظروف العمل نفسه، أي من آثاره السيئة على الإنسان، كالاغتراب والتعب والإرهاق العصبي، مؤكدين على أن الترويح يزيل تلك الآثار ويعوضها بالراحة النفسية والتسلية

R . sue : Le loisir : O P . cit , P : 49 – 50

6-5. الأهمية التربوية :

بالرغم من ان الرياضة والترويح يشملان الأنشطة التلقائية فقد اجمع العلماء على ان هناك فوائد تربوية تعود على المشترك، فمن بينها ما يلي :

- **تعلم مهارات وسلوك جديدين :** هناك مهارات جديدة يكتسبها الأفراد من خلال الأنشطة الرياضية على سبيل المثال مداعبة الكرة كنشاط تروحي تكسب الشخص مهارة جديدة لغوية ونحوية، يمكن استخدامها في المحادثة والمكاتبة مستقبلا .
- **تقوية الذاكرة :** هناك نقاط معينة يتعلمها الشخص أثناء نشاطه الرياضي والتروحي يكون لها اثر فعال على الذاكرة، على سبيل المثال إذا اشترك الشخص في ألعاب تمثيلية فان حفظ الدور يساعد كثيرا على تقوية الذاكرة حيث أن الكثير من المعلومات التي ترداد أثناء الإلقاء تجد مكان في « مخازن » المخ ويتم استرجاع المعلومة من « مخازنها » في المخ عند الحاجة إليها عند الانتهاء من الدور التمثيلي وأثناء مسار الحياة العادية .
- **تعلم حقائق المعلومات :** هناك معلومات حقيقية يحتاج الشخص الى التمكن منها، مثلا المسافة بين نقطتين أثناء رحلة ما، وإذا اشتمل البرنامج التروحي رحلة بالطريق الصحراوي من القاهرة الى الإسكندرية فان المعلومة تتعلم هنا هي الوقت الذي تستغرقه هذه الرحلة .

اكتساب القيم : ان اكتساب معلومات وخبرات عن طريق الرياضة والترويح يساعد الشخص على اكتساب قيم جديدة ايجابية، مثلا تساعد رحلة على اكتساب معلومات عن هذا النهر، وهنا اكتساب لقيمة هذا النهر في الحياة اليومية، القيمة الاقتصادية، القيمة الاجتماعية كذا القيمة السياسية **حزام محمد رضا القزوني : التربية الترويحية . مرجع سابق . ص : 31 - 32 .**

6-6. الأهمية العلاجية : يرى بعض المختصين في الصحة العقلية، أن الرياضة الترويح يكاد يكون المجال الوحيد الذي تتم فيه عملية "التوازن النفسي" حينما تستخدم أوقات فراغنا استخداما جيدا في الترويح : (تلفزيون، موسيقى، سينمان رياضة، سياحة) شريطة ألا يكون الهدف منها تمضية وقت الفراغ، كل هذا من شأنه أن يجعل الإنسان أكثر توافقا مع البيئة وقادرا على الخلق والإبداع .

وقد تعيد الألعاب الرياضية والحركات الحرة توازن الجسم، فهي تخلصه من التوترات العصبية ومن العمل الآلي، وتجعله كائنا أكثر مرحا وارتياحا فالبيئة الصناعية وتعقد الحياة قد يؤديان إلى انحرافات كثيرة، كالإفراط في شرب الكحول والعنف، وفي هذه الحالة يكون اللجوء إلى ممارسة الرياضة و البيئة الخضراء والهواء الطلق والحمامات المعدنية وسيلة هامة للتخلص من هذه الأمراض العصبية، وربما تكون خير وسيلة لعلاج بعض الاضطرابات العصبية

A . Domart & al : Nouveau Larousse Médical , Librairie Larousse , Paris , 1986 , P : 589 .

7- . النظريات المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي المكيف :

من الصعب حصر كل الآراء حول مفهوم الترويح بسبب تعدد العوامل المؤثرة عليه والمتأثرة به في الحياة الاجتماعية المعقدة، إلا انه يمكن تحديد أهم مفاهيمه حسب ما جاء في التعاريف السابقة، خاصة تلك التي قدمها سيجموند فرويد Seg Mund Freud وجان بياجيه Gean Piaget وكارول جروس Karl Gros هذه التعاريف نابعة من نظريات مختلفة نذكر منها :

7-1. نظرية الطاقة الفائضة (نظرية سينسر وشيلر):

تقول هذه النظرية أن الأجسام النشيطة الصحيحة، وخاصة للأطفال، تختزن أثناء أدائها لوظائفها المختلفة بعض الطاقة العضلية والعصبية التي تتطلب التنفيس الذي ينجم عنه اللعب .

وتشير هذه النظرية إلى أن الكائنات البشرية قد وصلت إلى قدرات عديدة، ولكنها لا تستخدم كلها في وقت واحد، وكنتيجة لهذه الظاهرة توجد قوة فائضة ووقت فائض، لا يستخدمان في تزويد احتياجات معينة، ومع هذا فان لدى الإنسان قوى معطلة لفترات طويلة، وأثناء فترات التعطيل هذه تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السليمة النشطة

ويزداد تراكمها وبالتالي ضغطها حتى يصل الى درجة يتحتم فيها وجود منفذ للطاقة
واللعب وسيلة ممتازة لاستنفاد هذه الطاقة الزائدة المتراكمة محمد عادل خطاب : النشاط
الترويحي وبرامجه ، ملتزم الطبع والنشر ، مكتبة القاهرة الحديثة ، ص: 56 - 57 .
ومن جهة ثانية ان اللعب يخلص الفرد من تعب المتراكم على جسده، ومن تأثيراته
العصبية المشحونة من ممارسة واجباته المهنية والاجتماعية، ويعتبر وسيلة ضرورية
للتوازن الإنساني النفسي وموافقة مع البيئة التي يعيش فيها .

**Serae moyenca : Sociologie et action sociale , Editions labor , Bruxelles
, 1982 , P : 163 .**

7-2. نظرية الإعداد للحياة :

يرى كارل جروس " Karl Gros " الذي نادى بهذه النظرية بان اللعب هو الدافع العام
لتمرير الغرائز الضرورية للبقاء في حياة البالغين، وبهذا يكون قد نظر إلى اللعب على
انه شيء له غاية كبرى، حيث يقول أن الطفل في لعبه يعد نفسه للحياة المستقبلية،
فالبنات عندما تلعب بدميتها تتدرب على الأمومة، والولد عندما يلعب بمسدسه يتدرب
على الصيد كمظهر للرجولة .

وهنا يجب أن ننوه بما قدمه كارل جروس خاصة في العلاقة بين الأطفال في
مجتمعات ما قبل الصناعة .

أما في المجتمعات الصناعية يقول رايت ميلز " R . Mills "يعوض الترويج للفرد ما لم يستطع تحقيقه في مجال عمله، فهو مجال لتنمية مواهبه والإبداعات الكامنة لديه منذ طفولته الأولى والتي يتوقف نموها لسبب الظروف المهنية، كما انه يشجع على ممارسة الهوايات المختلفة الرياضية، الفنية أو العلمية ويجد الهوي من ممارسة هواياته، فرصة للتعبير عن طاقاته الفكرية وتنميتها يصاحبه في ذلك نوع من الارتياح الداخلي، بعكس الحياة المهنية التي تضرر نمو المواهب والإبداعات عامة وخاصة في مجال العمل الصناعي .

3-7. نظرية الإعادة والتخليص :

يرى ستانلي هول " Stanley Hool " الذي وضع هذه النظرية أن اللعب ما هو إلا تمثيل لخبرات وتكرار للمراحل المعروفة التي اجتازها الجنس البشري من الوحشية إلى الحضارة، فاللعب كما تشير هذه النظرية هو تخليص وإعادة لما مر به الإنسان في تطوره على الأرض، فلقد تم انتقال اللعب من جيل إلى آخر منذ اقدم العصور .

من خلال هذه النظرية يكون ستانلي هول قد اعترض لرأي كارول جروس ويبرر ذلك بان الطفل خلال تطوره يستعيد مراحل تطور الجنس البشري، اذ يرى أن الأطفال الذين يتسلقون الأشجار هم في الواقع يستعيدون المرحلة القردية من مراحل تطور الإنسان

د / كمال درويش ، أمين الخولي : أصول الترويح وأوقات الفراغ ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، 1990 ، ص : 227 .

7-4. نظرية الترويح : يؤكد "جتسي مونس" القيمة الترويحية للعب في هذه النظرية ويفترض في نظريته أن الجسم البشري يحتاج إلى اللعب كوسيلة لاستعادته حيويته فهو وسيلة لتنشيط الجسم بعد ساعات العمل الطويلة .

والراحة معناها إزالة الإرهاق أو التعب البدني والعصبي وتتمثل في عملية الاستراحة، الاسترخاء في البيت أو في الحديقة أو في المساحات الخضراء أو على الشاطئ الخ .

كل هذه تقوم بإزالة التعب عن الفرد، وخاصة العامل النفسي، لهذا نجد السفر والرحلات والألعاب الرياضية خير علاج للتخلص من العمل النفسي والضجر الناتجين عن الأماكن الضيقة والمناطق الضيقة ومزعجاتها

F . Balle & al : Eyclopédie de la sociologie , Librairie Larousse , Paris , 1975 , P : 221 .

7-5. نظرية الاستجمام :

تشبه هذه النظرية إلى حد كبير نظرية الترويح، فهي تذهب إلى أن أسلوب العمل في أيامنا هذه أسلوب شاق وممل، لكثرة استخدام الفضلات الدقيقة للعين واليد، وهذا

الأسلوب من العمل يؤدي إلى اضطرابات عصبية إذا لم تتوفر للجهاز البشري وسائل الاستجمام واللعب لتحقيق ذلك .

هذه النظرية تحث الأشخاص على الخروج إلى الخلاء وممارسة أوجه نشاطات قديمة مثل : الصيد والسباحة والمعسكرات، ومثل هذا النشاط يكسب الإنسان راحة واستجماما يساعده على الاستمرار في عمله بروح طيبة .

7-6. نظرية الغريزة : تفيد هذه النظرية بان البشر اتجاها غريزيا نحو النشاط في فترات عديدة من حياتهم، فالطفل يتنفس ويضحك ويصرخ ويزحف وتتصب قامته ويقف ويمشي ويجري ويرمي في فترات متعددة من نموه وهذه أمور غريزية وتظهر طبيعية خلال مراحل نموه .

فالطفل لا يستطيع أن يمنع نفسه من الجري وراء الكرة وهي تتحرك أمامه شأنه شأن القطة التي تندفع وراء الكرة وهي تجري، ومن ثم فاللعب غريزي، وجزء من وسائل التكوين العام للإنسان، وظاهرة طبيعية تبدو خلال مراحل نموه .

8. معوقات النشاط البدني الرياضي المكيف : ثمة عوامل اجتماعية واقتصادية مؤثرة في النشاط الرياضي للمعوقين، فهو نتاج مجتمع يتأثر ويؤثر في الظروف الاجتماعية وتكفي الملاحظة العلمية للحياة اليومية من ان تكشف عن متغيراته السوسولوجية والنفسية والبيولوجية والاقتصادية

Marie – Chorlotte Busch : La Sociologie Du Temps Libre Mouton , Paris , 1975 , P : 93 .

وتشير كل الدراسات التي جرت في بعض الدول الأوروبية لتقدير الوقت الذي يقضيه الأفراد في العديد من نشاطات الرياضة الترويحي إلا أن كل من حجم الوقت والترويحي ونشاطاته يتأثر بالعديد من المتغيرات أهمها :

8-1. الوسط الاجتماعي :

إن العادات والتقاليد تعتبر عاملا في انتشار كثير من نشاطات اللهو والتسلية واللعب، وقد تكون حاجزا أمام بعض العوامل الأخرى .

يرى "دومازودين " ان كثير من سكان المناطق الريفية لا يشاهدون السينما الا قليلا، لان عادات هؤلاء الريفيين تمقت السينما

J . Dumazadier : Vers une civilisation du loisir ? , Editions du seuil , Paris , 1982 , P : 26 .

وقد جاء في استقصاء جزائري ، أن شباب المدينة أكثر ممارسة للأنشطة الرياضية من شباب الأرياف، وتزيد الفروق أكثر من ناحية الجنس، ومن أسباب ذلك أن تقاليد الريف لا تشجع على هذا النشاط وخاصة عند الفتيات

Ministère de la jeunesse et des sport : Enquête nationale sur les besoins et aspiration de la jeunesse en matiere de loisirs de culture et animation éducative et sportive .

وتختلف أشكال اللهو واللعب في ممارسة الأفراد لهذا النوع من التسلية أو كرههم لها، بحسب ثقافة المجتمع ونظمه المؤثرة، فقد بين لوشن "Luschen" في دراسته للنشاط الرياضي وعلاقته بالنظام الديني، في دراسته على عينة بلغت 1880 شخص في ألمانيا الغربية تمارس ديانات مختلفة، إلى أن النشاط الترويحي يتأثر بعوامل ثقافية ودينية والوسط الاجتماعي عموماً

**Norber sillamy : Dictionnaire de psychologie , Larousse , Paris , 1978 ,
Art « Loisirs » , P : 168 .**

8-2. المستوى الاقتصادي :

تعالج هذه النقطة من حيث استطاعة دخل العمال لإشباع حاجاتهم الترويحية في حياة اجتماعية يسيطر عليها الإنتاج المتنامي لوسائل الراحة والتسلية والترفيه .

يبدو من خلال كثير من الدراسات ان دخل العامل يحدد بدرجة كبيرة استهلاكه للسلع واختياراته لكيفية قضاء وقت الفراغ عند الموظفين أو التجار او الإطارات السامية

J . Dumaze Dier : Vers une civilisation du loisir ? OP. Cit , P 260 .

كما لاحظ " سوتش " أن هناك بعض الأنواع من الترويح ترتبط بكمية الدخل فكما ارتفعت زادت المصاريف الخاصة بالترويح ، كالمخرج إلى المطاعم ومصروفات العطل والسياحية، أو تزايد الطلب على الحاجات الترويحية .

وجاء في دراسة مصرية أن نسبة كبيرة من العمال يفضلون قضاء وقت فراغهم في بيوتهم على الذهاب إلى السينما وذلك لتفادي مصاريف لا طائل منها في نظر العمال حسن الساعاتي : التطبيع والعمران ، دار النهضة العربية ، الطبعة الثالثة ، بيروت ، 1980 ، ص : 319 .

والذي يمكن استنتاجه من خلال ما سبق أن اختيار الفرد لكيفية قضاء أوقاته الحرة أو أسلوب نشاطه الترويحي ونمطه يتأثر بمستوى مداخل الأفراد وقدرتهم المادية لذلك .

3-8. السن :

تشير الدراسات العلمية إلى أن العاب الأطفال تختلف عن العاب الكبار وأن الطفل كلما نمت وكبر في السن قل نشاطه في اللعب .

يشير سولينجر " Sullenger " إلى أن الأطفال في نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة المراهقة تأخذ نشاطاتهم أشكالاً أخرى غير التي كانوا يمارسونها من قبل ، وذلك كالقيام بمشاهدة التلفزيون والاستماع للموسيقى والقراءة وممارسة النشاط الرياضي .

أن كل مرحلة عمر يمر بها الإنسان بها سلوكاً ته الترويحية الخاصة ، فالطفل يمرح والشباب يرتاح ، في حين ان الشباب يتعاطون أنشطة حسب أذواقهم، ففي دراسة بفرنسا

" 1967 " وجد ان مزاوله الرياضة تقل تدريجيا مع التقدم في العمر حتى تكاد تنعدم

في عمر 60 عاما

**Roymond . Tomas : Psychologie du sport , P.U . F , 1er Edition , Paris ,
1983 , P : 71 – 72**

4-8. الجنس :

تشير الدراسات العلمية إلى أن أوجه النشاط التي يمارسها الذكور تختلف عن تلك التي تمارسها البنات فالبنات في مرحلة الطفولة تفضل اللعب بالدمى والألعاب المرتبطة بالتدبير المنزلي ، بينما يفضل البنين اللعب باللعب المتحركة وباللعب الآلية والعاب المطاردة .

ولقد أوضحت دراسات هونزيك " Honzik " أن البنين يميلون إلى اللعب العنيف أكثر من البنات وان الفروق بين الجنسين تبدو واضحة فيما يرتبط بالقراءة والاستماع إلى برامج الإذاعة ومشاهدة برامج التلفزيون

كما أوضحت دراسة اليزابيث تشايلد " Child. E " إن البنات والبنين في مرحلة الطفولة من سن 3-12 سنة يميلون إلى النشاطات البدنية والإبداعية والتخيلية .

إلا أن ترتيب تلك النشاطات لدى البنين تختلف حيث تأتي ممارسة النشاطات البدنية لدى البنات في الترتيب الأخير د/كمال درويش ، محمد الحماحي : رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، 1997 ، ص : 63 .

5-8. درجة التعلم :

لقد أكدت كثير من الدراسات الاجتماعية إن مستوى التعليم يؤثر على أذواق الأفراد نحو تسليةهم وهواياتهم ، منها ما جاء بها "دوما زودبي" إذ بين أن التربية والتعليم توجه نشاط الفرد عموما في اختياره لتروичه ... ، خاصة وأن إنسان اليوم يتلقى كثيرا من التدريبات في مجال الترويح أثناء حياته الدراسية ، مما قد يربي أذواقا معينة لهوايات ربما قد تبقى مدى الحياة .

كما أوضحت دراسة بلجيكية إن اختيار الأفراد لأنواع البرامج الإذاعية المقدمة تتنوع حسب المستوى التعليمي (ابتدائي ، ثانوي ، جامعي ...) .

وان الجامعيون يفضلون الموسيقى والحصص العلمية والأدبية بينما ذوي المستوى الابتدائي أكثر ولعا بالمنوعات الغنائية والألعاب المختلفة

J – Cozcheuve : Sociologie de la Radio – Télévision , P.U.F , 5em Edition , Paris , 1980 , P : 87 .

والذي يمكن استنتاجه من خلال نتائج الدراسات أن هناك اختلاف واضح في كفيات قضاء الوقت الحر وممارسة الترويح بحسب مستوى تعليم الأفراد .

6-8 . الجانب التشريعي :

بمعنى أن معظم المجتمعات ليس لديها تشريعات كافية في رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة والتكفل بهم خاصة منها الحق في ممارسة الأنشطة الرياضية بمختلف ألوانها خصوصا في الدول العربية وتوفير الخدمات الرياضية والترفيهية للحواس، مما يشكل عائقا في تقديم الخدمات الضرورية لهذه الفئة.

خلاصة :

كان هذا الفصل أداة فعالة لتحليل مفهوم النشاط البدني الرياضي وعلاقته بالمعاقين ، وقد أجرينا محاولة لشرح النشاط البدني الرياضي المكيف من كافة جوانبه وإظهار الدراسات التربوية والسوسولوجية حوله وما ساهمت هذه الدراسات في مضمار فهم ماهيته .

وما يمكن استخلاصه من خلال ما أشرنا إليه أن النشاط البدني والرياضي الموجهة للمعاقين مستمد من النشاط البدني والرياضي الذي يمارسه الأفراد العاديين لكنه يكيف حسب نوع ودرجة الإعاقة وطبيعة الفرد المعاق من حيث القوانين والوسائل المستعملة ، ويعد هذه النشاط الرياضي حديث النشأة مقارنة بالنشاط الرياضي عند العاديين وله جوانب عديدة تعود بالفائدة على الأفراد، فهو يعتبر وسيلة تربوية وعلاجية ووقائية إذا تم استغلالها بصفة منتظمة ومستمرة ، إذ يسهم في تكوين شخصية الأفراد من جميع الجوانب ، الجانب الصحي ، الجانب النفسي ، الجانب الخلقى والاجتماعي ، وبالتالي تكوين شخصية متزنة تتميز بالتفاعل الاجتماعي والاستقرار العاطفي والنظرة المتفائلة للحياة . خاصة للأطفال المعاقين والذين تضيق دائرة نشاطهم بسبب مرض أو عجز جسمي أو عقلي ، وقد أوضح العلماء أن الهدف الأساسي الذي يجب تحقيقه للمعوقين هو تعليمهم الاشتراك بفعالية في نشاطات الرياضة والترويح من خلال برنامج تربوي

يشجع على ممارسة كل ألوان النشاط البدني الرياضي واستغلال أوقات الفراغ والذي يجني من خلاله المعوقون ، فوائد جسمية ، اجتماعية ، تربوية ، نفسية ومعرفية .

كما أن للنشاط الرياضي تأثير ايجابي على اندماج وإعادة تأهيل المعاق وتقبله في المجتمع من خلال تحسيس الجمهور بان المعاق يستطيع ممارسة النشاط الرياضي بمزات الرياضي العادي من الدقة والتركيز والتحكم في النفس ، و بمتعة واندفاع كبيرين دون إي عقدة ، وانه بواسطة الإرادة والرغبة والتدريب المستمر يستطيع المعاقين تحقيق نتائج مذهلة في مختلف الاختصاصات تجلب الفرح والسرور والسعادة للآخرين

هذه القيمة للنشاط البدني والرياضي المكيف تفتح لنا إمكانية دراسته على مستوى الأطفال المتخلفون عقليا والآفاق التي يمكن تسطيرها في هذا المجال ، وهو ما نتطرق إليه بنوع من التفصيل في الفصل القادم .

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

الفصل الأول:

منهجية البحث

تمهيد :

يعتبر هذا الفصل أساسيا للبحث حيث يتم فيه معالجة المشكلة المطروحة مسبقا في عينة البحث ، حيث يعتمد هذا البحث على طرق منهجية البحث و وسائل تساعد العملية على كشف جوانب الموضوع و الوصول إلى نتيجة عامة تخدم هدف البحث و محاولة تحقيقه و لو نسبيا .

منهج البحث :

في مجال البحث العلمي إختيار المنهج الصحيح لحل مشكلة يعتمد على طبيعة المشكلة نفسها و هذا جعلنا نستعين بالمنهج الوصفي و ذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة.

مجتمع و عينة البحث :

عدد أفراد العينة : 140 طالب .

العينة الضابطة : 50 طالب .

مجالات البحث :

لقد شملت عينة البحث على 50 طالب السنة الثانية ماستر نشاط بدني مكيف .

المجال المكاني : لقد تم تطبيق التجربة الإستطلاعية و ذلك بمعهد التربية البدنية .

المجال الزمني : بتاريخ 2016/04/15 تم توزيع الإستمارات على طلبة معهد التربية

البدنية و الرياضية السنة الثانية ماستر نشاط بدني و رياضي مكيف .

بتاريخ 2016/04/25 تم جمع الإستمارات .

الأدوات : توزيع الإستمارات على الطلبة حيث اشتملت اربع محاور :

1. الجانب النفسي الاجتماعي

2. الجانب البدني الحركي.

3. الجانب الفيسيولوجي

4. الجانب الفيزيولوجي

المتغير المستقل : النشاط البدني و الرياضي المكيف .

- المتغير التابع : ذوي الإحتياجات الخاصة

1- الوسائل الإحصائية :

المتوسط الحسابي : $\frac{\text{القيم مجموع}}{n}$

النسبة المئوية %100 ← المجموع الكلي

س ← عدد الإجابات

- (K₂)

الفصل الثاني:

عرض و تحليل النتائج

تمهيد:

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

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

2-2-1. عرض نتائج الاستبيان الخاص بطلبة سنة ثانية ماستر تخصص نشاط بدني مكيف:

على ضوء أهداف البحث و فروضه يعرض الطالبان الباحثان نتائج البحث في جداول وجاءت على نحو الآتي:

*المحور الأول: تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب النفسي الاجتماعي.

1- هل يشعر بالارتياح عند ممارسته لنشاط البدني المكيف ؟

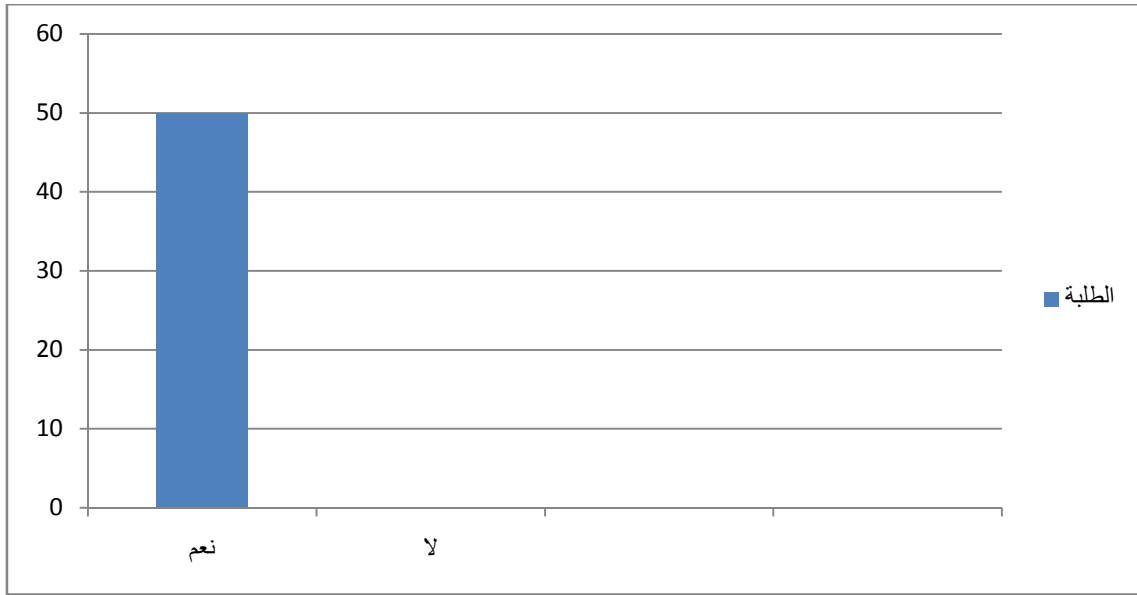
الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	50	0	50
النسبة المئوية	%100	%00	%100
كا ² المحسوبة	50		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (1): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص تأثير

ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب النفسي الاجتماعي.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 1 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا²المحسوبة أكبر من كا²الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن ممارسة النشاط البدني المكيف له تأثير على الجانب النفسي الاجتماعي.



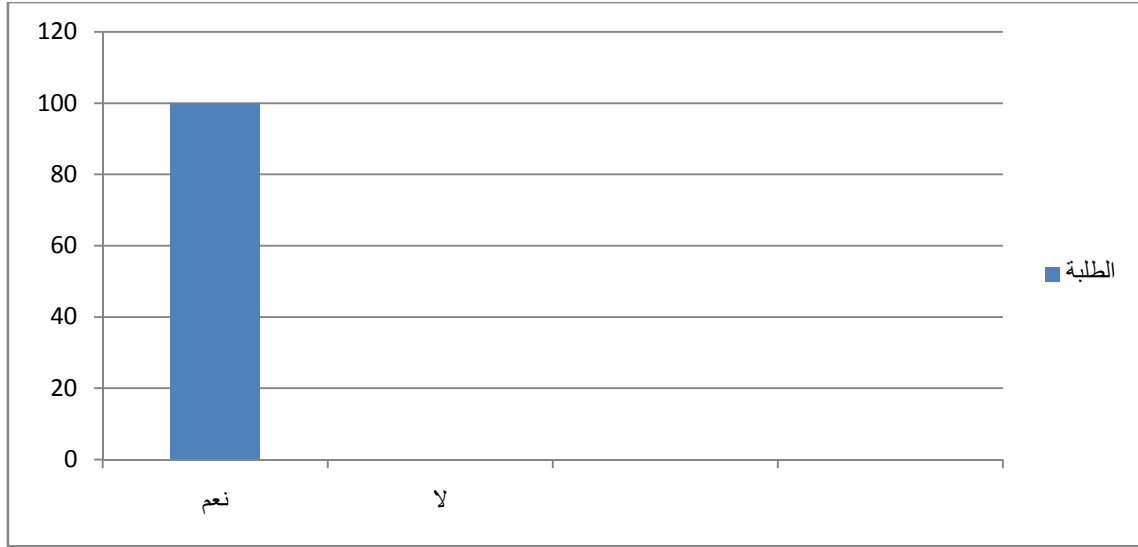
الشكل (01): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب النفسي الاجتماعي.

س2- هل يشعر بالحيوية أثناء ممارسته للنشاط البدني المكيف؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	50	0	50
النسبة المئوية	%100	%00	%100
كا ² المحسوبة	50		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (2): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص شعور بالحيوية أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 2 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن التلميذ يشعر بالحيوية أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.



الشكل (02): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص شعور بالحيوية أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.

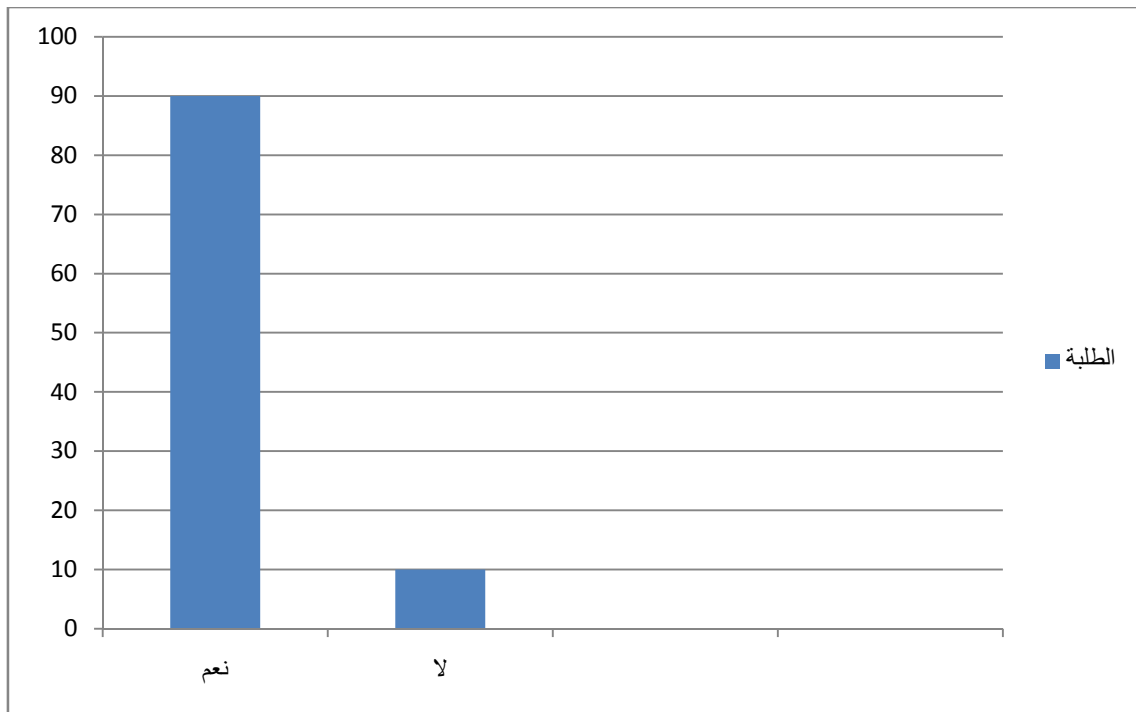
س3: هل يخشى الإصابة عند ممارسته للنشاط البدني المكيف؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	45	5	50
النسبة المئوية	%90	%10	%100
χ^2 المحسوبة	32		
χ^2 الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (3): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم χ^2 للطلبة فيما يخص الخشية من الإصابة أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 3 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن التلميذ يشعر بالخشية من الإصابة أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.



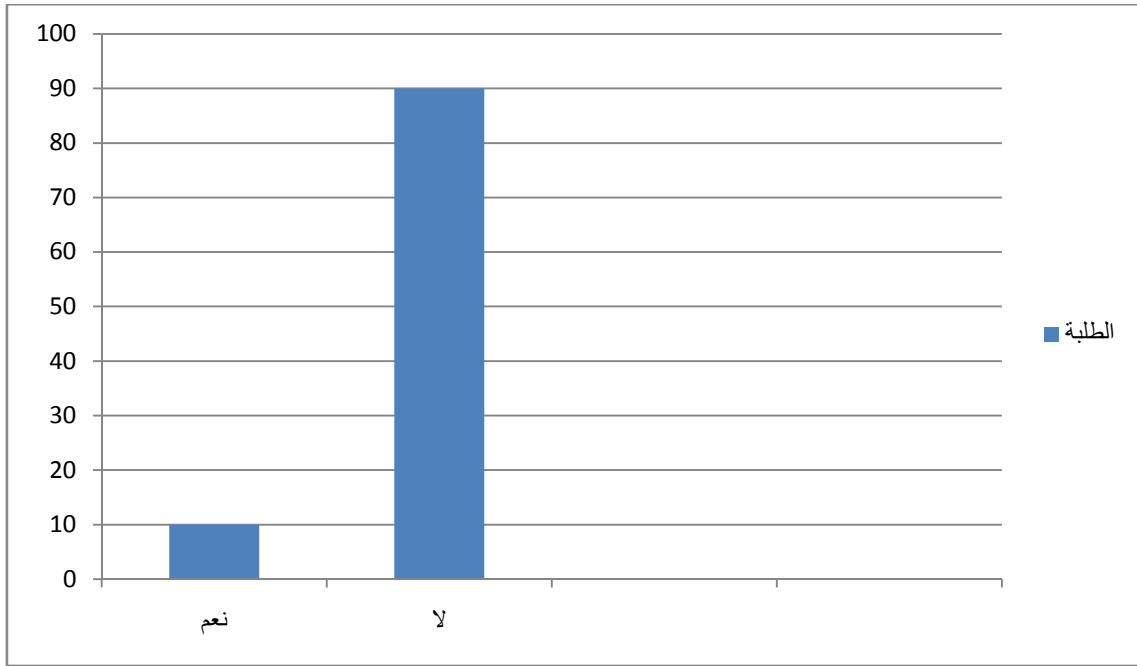
الشكل (03): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص شعور بالخشية من الإصابة أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.

س4: هل يشعر بالخوف عند ممارسته للنشاط البدني المكيف؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	5	45	50
النسبة المئوية	%10	%90	%100
كا ² المحسوبة	32		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (4): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص شعور بالخوف أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 4 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا²المحسوبة أكبر من كا²الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن التلميذ لا يشعر بالخوف أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.



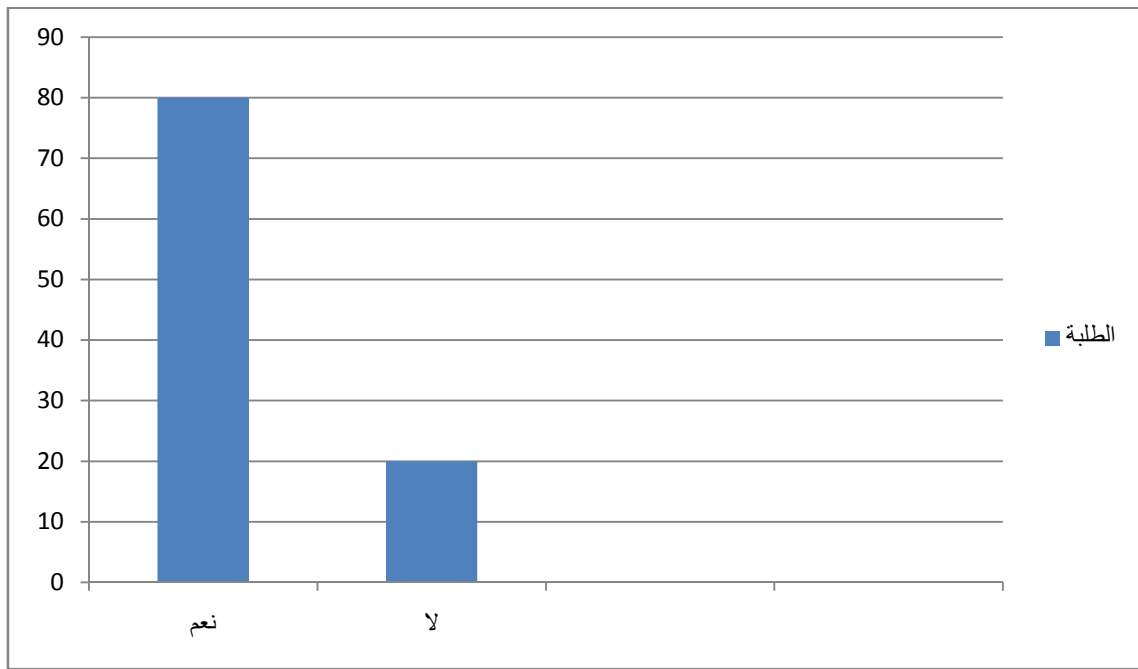
الشكل (04): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص شعور بالخوف أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.

س5: هل يستخدم تلميذ من فئة ذوي الاحتياجات الخاصة لغة الجسد للتواصل مع الآخرين؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	40	10	50
النسبة المئوية	%80	%20	%100
كا ² المحسوبة	18		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (5): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص استخدام تلميذ من فئة ذوي الاحتياجات الخاصة لغة الجسد للتواصل مع الآخرين.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 5 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن تلميذ يستخدم لغة الجسد للتواصل مع الآخرين.

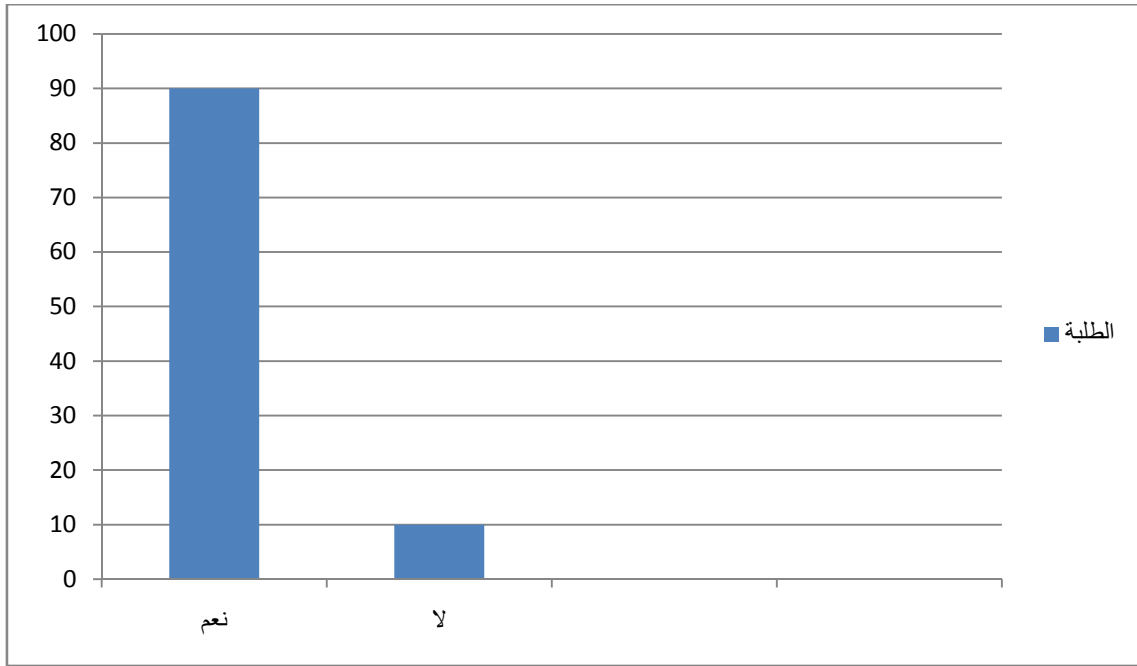


الشكل (05): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص استخدام التلميذ لغة الجسد للتواصل مع الآخرين.

س6: هل للنشاط البدني المكيف دور في تنمية عملية الاتصال والتواصل مقارنة بمواد الأخرى؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	45	5	50
النسبة المئوية	%90	%10	%100
كا ² المحسوبة	32		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (6): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص للنشاط البدني المكيف دور في تنمية عملية الاتصال والتواصل مقارنة بمواد الأخرى. حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 6 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا²المحسوبة أكبر من كا²الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن للنشاط البدني المكيف دور في تنمية عملية الاتصال والتواصل مقارنة بمواد الأخرى.



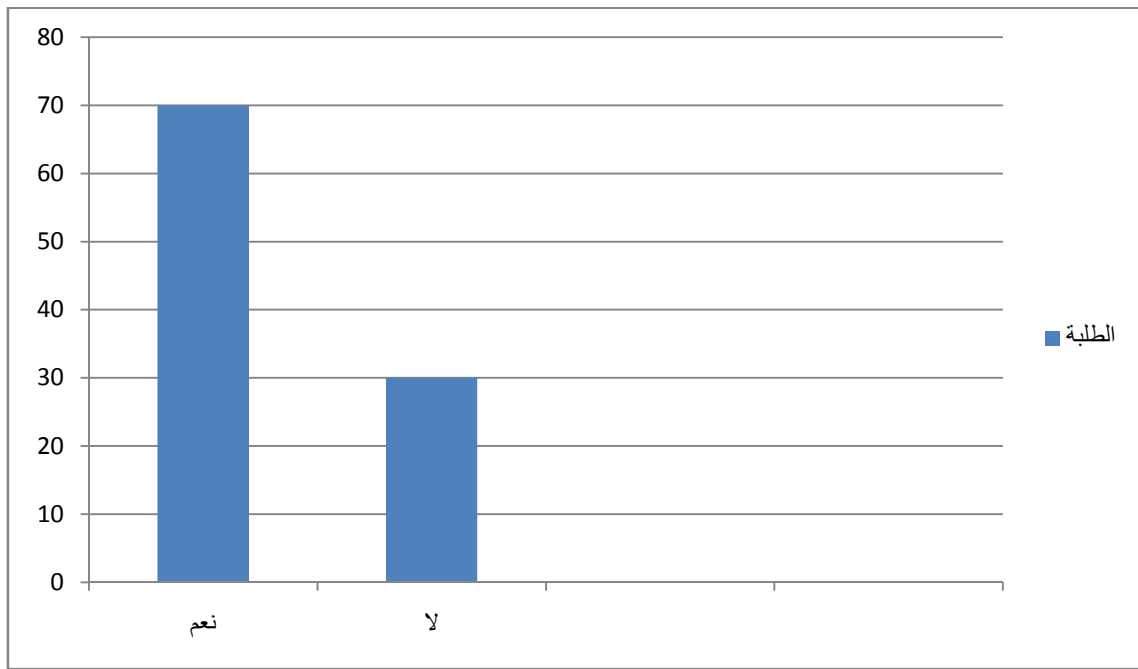
الشكل (06): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص للنشاط البدني المكيف دور في تنمية عملية الاتصال والتواصل مقارنة ب مواد الأخرى.

س7: للنشاط البدني المكيف يوفر جو استمرار عملية الاتصال والتواصل لهذه الفئة مع الأسوياء؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	35	15	50
النسبة المئوية	%70	%30	%100
كا ² المحسوبة	8		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (7): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف يوفر جو استمرار عملية الاتصال والتواصل لهذه الفئة مع الأسوياء.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 7 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني المكيف يوفر جو استمرار عملية الاتصال والتواصل لهذه الفئة مع الأسوياء.



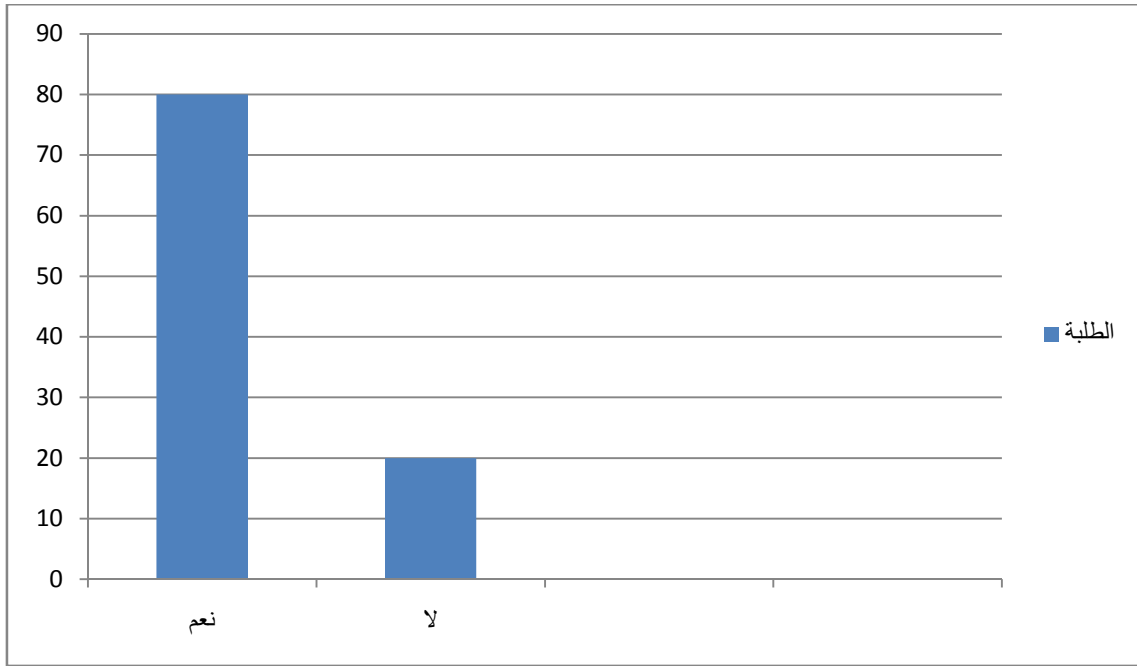
الشكل (07): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف يوفر جو استمرار عملية الاتصال والتواصل لهذه الفئة مع الأسوياء.

س8: هل للنشاط البدني المكيف دور في تعزيز الثقة مع الآخرين؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	40	10	50
النسبة المئوية	%80	%20	%100
كا ² المحسوبة	18		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (8): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في تعزيز الثقة مع الآخرين.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 8 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا²المحسوبة أكبر من كا²الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني المكيف له دور في تعزيز الثقة مع الآخرين.



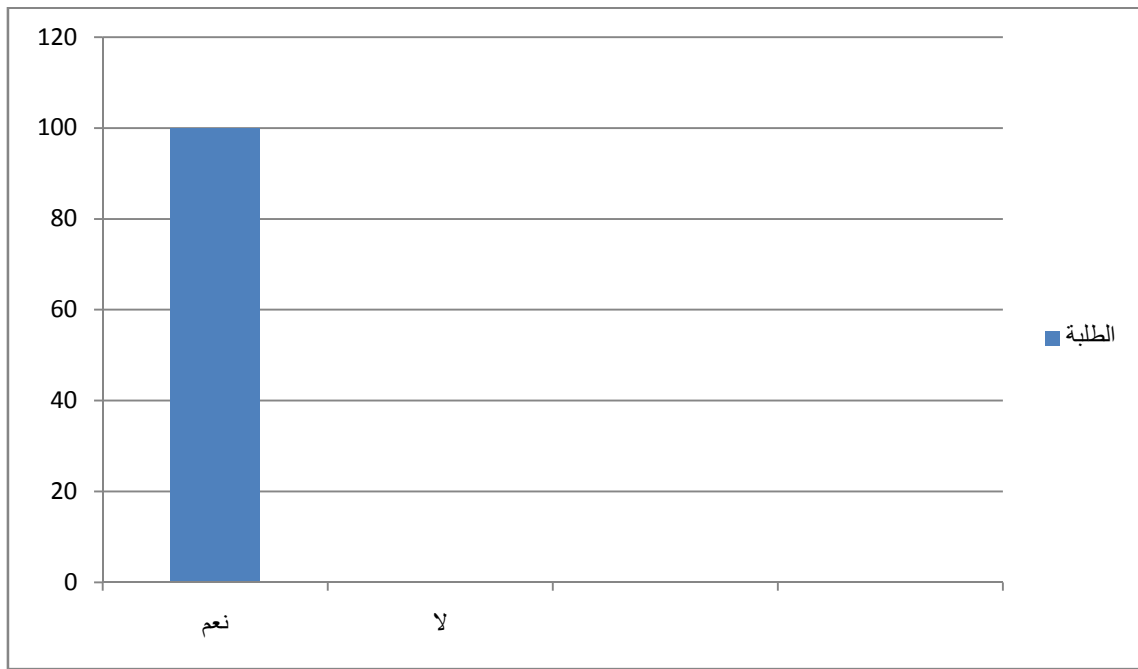
الشكل (08): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في تعزيز الثقة مع الآخرين.

س9: هل النشاط البدني دور في دمج هذه الفئة اجتماعيا؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	50	00	50
النسبة المئوية	%100	%00	%100
كا ² المحسوبة	50		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (9): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني دور في دمج هذه الفئة اجتماعيا.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 9 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني دور في دمج هذه الفئة اجتماعيا.



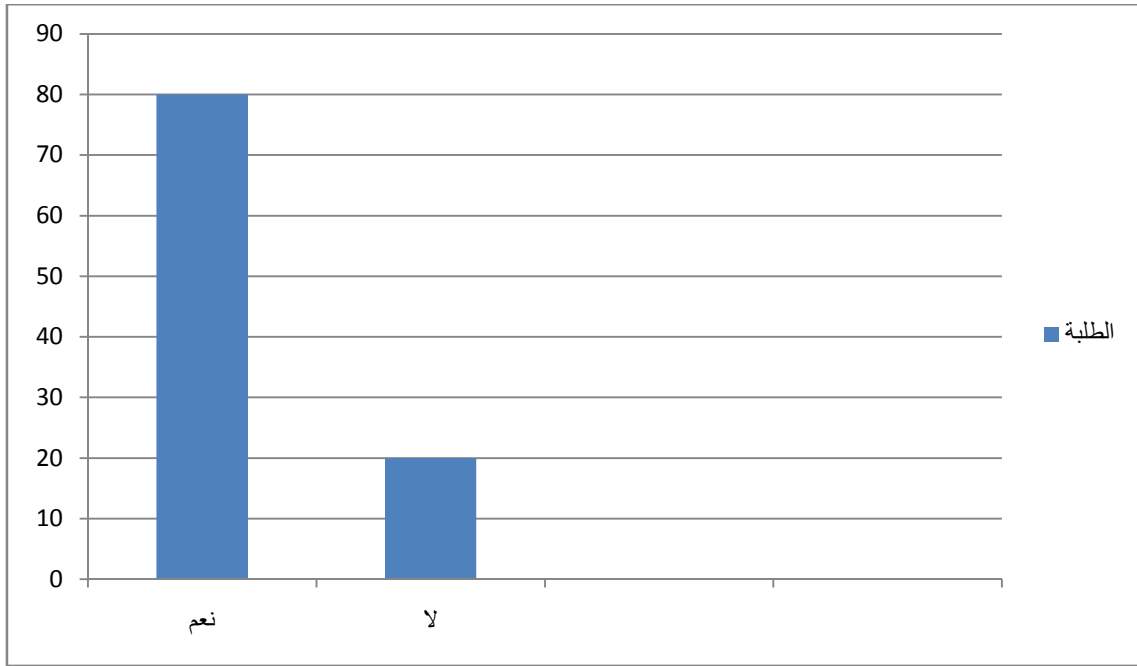
الشكل (09): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف دور في دمج هذه الفئة اجتماعيا.

المحور الثاني: تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب الفيزيولوجي.

س1- هل للنشاط البدني المكيف دور في أحداث تغيرات فيزيولوجية مرغوب فيها؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	40	10	50
النسبة المئوية	%80	%20	%100
كا ² المحسوبة	18		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (10): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في أحداث تغيرات فيزيولوجية مرغوب فيها. حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 10 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني المكيف له دور في أحداث تغيرات فيزيولوجية مرغوب فيها.



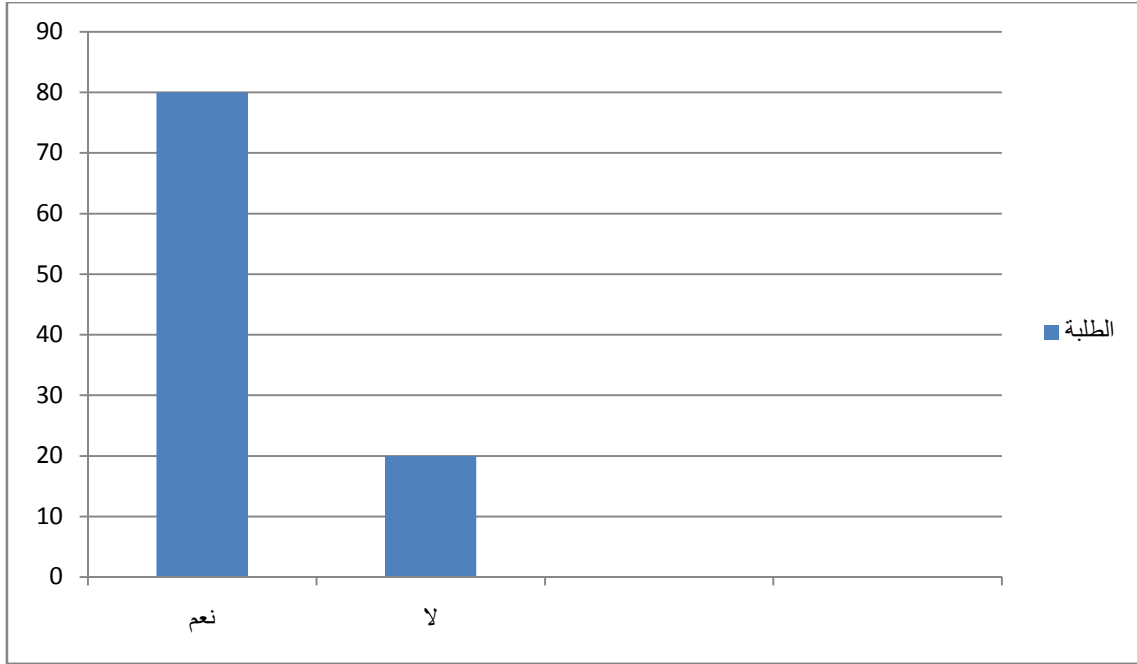
الشكل (10): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف دور في أحداث تغيرات فيزيولوجية مرغوب فيها.

س2: هل النشاط البدني المكيف لا يشبع بطريقة مباشرة الحاجات الفيزيولوجية؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	40	10	50
النسبة المئوية	%80	%20	%100
كا ² المحسوبة	18		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (11): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف لا يشبع بطريقة مباشرة الحاجات الفيزيولوجية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 11 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني المكيف لا يشبع بطريقة مباشرة الحاجات الفيزيولوجية.



الشكل (11): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف لا يشبع بطريقة مباشرة الحاجات الفيزيولوجية.

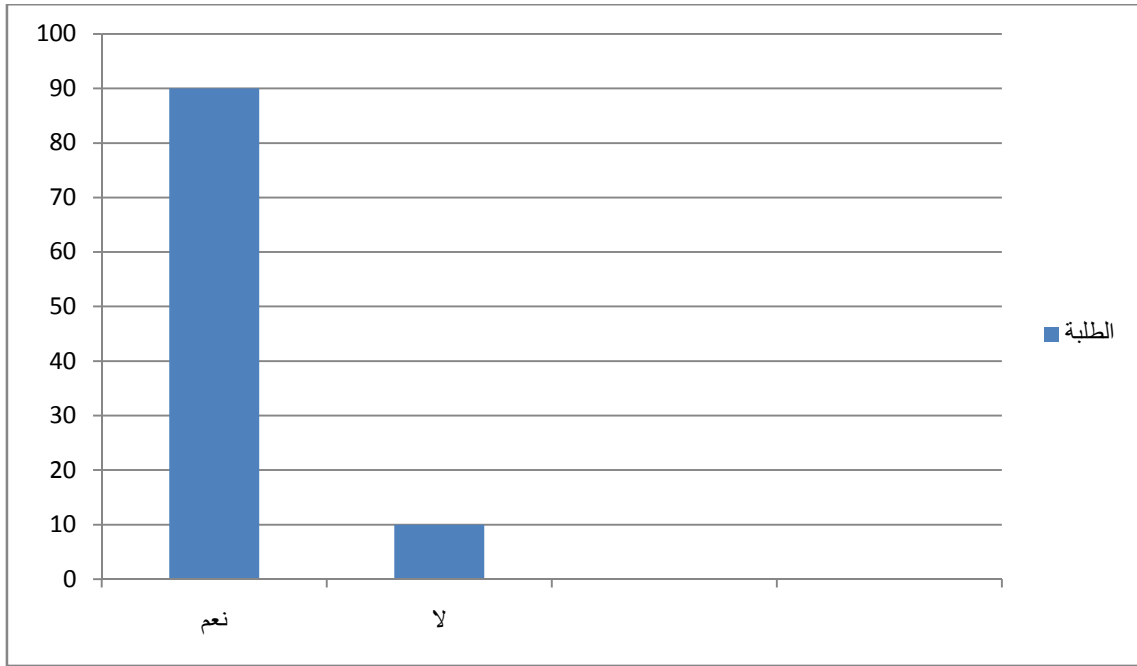
س3: هل النشاط البدني المكيف دور في تقليل من ضغط الدم؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	45	5	50
النسبة المئوية	%90	%10	%100
كا ² المحسوبة	32		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (12): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في تقليل من ضغط الدم.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 12 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني المكيف له دور في تقليل من ضغط الدم.



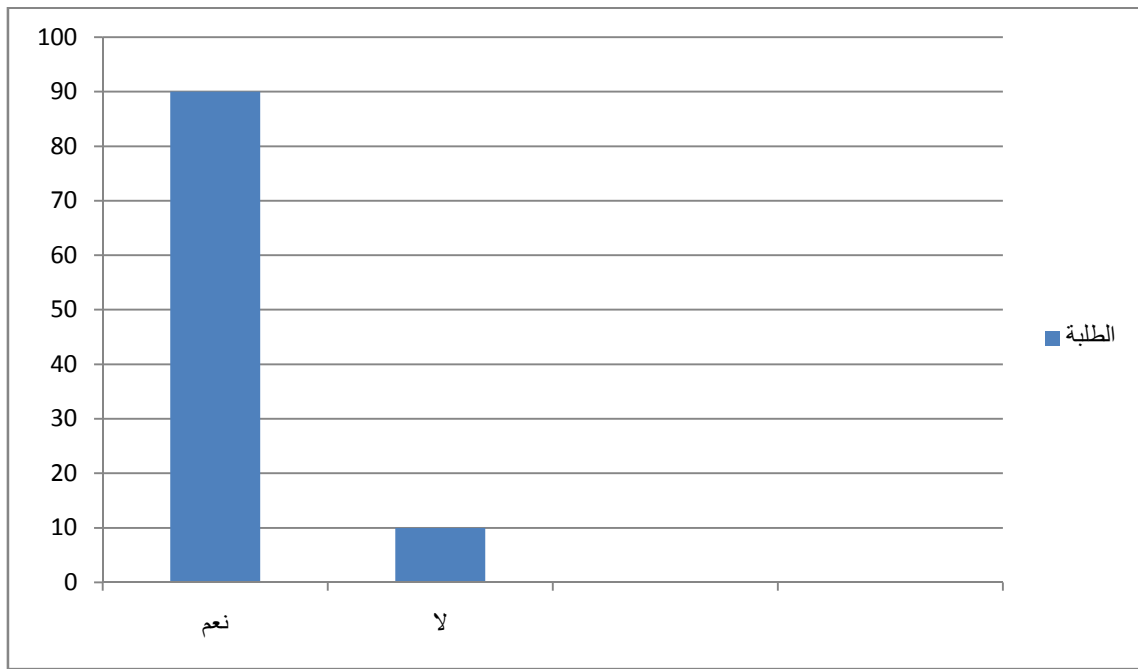
الشكل (12): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف دور في تقليل من ضغط الدم.

س4: هل النشاط البدني المكيف له دور في التقليل من الدهون في الجسم ويساهم احتراق الذهني؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	45	5	50
النسبة المئوية	%90	%10	%100
كا ² المحسوبة	32		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (13): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في تقليل من الدهون في الجسم ويساهم احتراق الذهني.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 13 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني المكيف له دور في تقليل من الدهون في الجسم ويساهم احتراق الدهون.



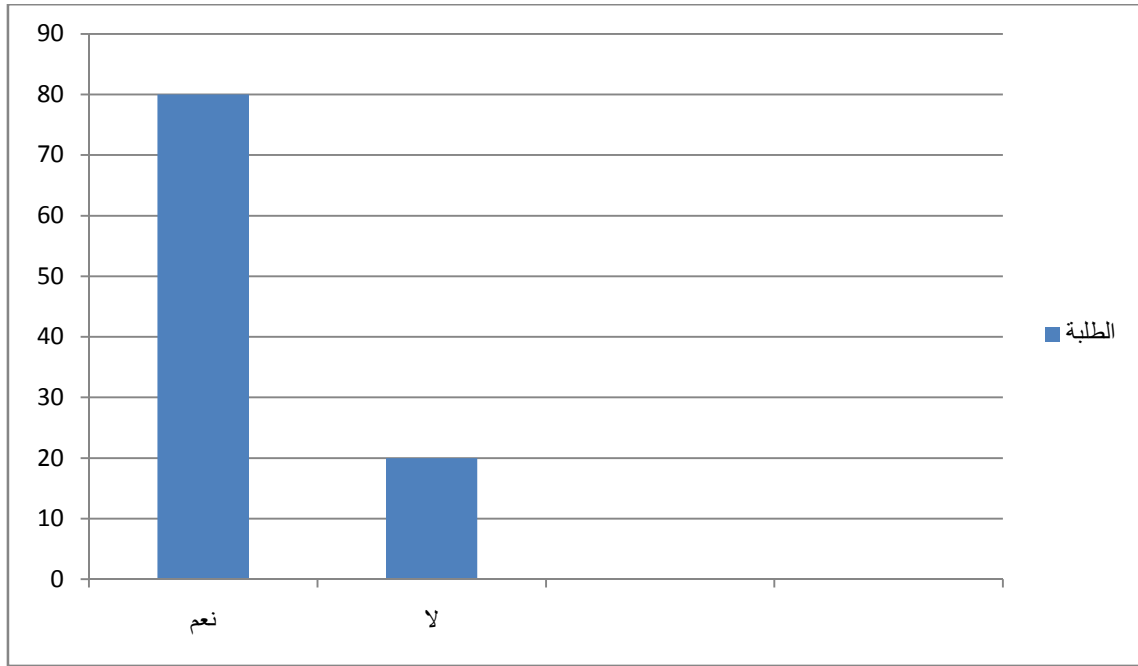
الشكل (13): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف دور في تقليل من الدهون في الجسم ويساهم احتراق الدهون.

س5: هل للنشاط البدني المكيف دور في توفير الطاقة للجسم من خلال التفاعلات الداخلية الناتجة عنه؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	40	10	50
النسبة المئوية	%80	%20	%100
كا ² المحسوبة	18		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (14): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في توفير الطاقة للجسم من خلال التفاعلات الداخلية الناتجة عنه.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 14 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن للنشاط البدني المكيف دور في توفير الطاقة للجسم من خلال التفاعلات الداخلية الناتجة عنه.



الشكل (14): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص للنشاط البدني المكيف دور في توفير الطاقة للجسم من خلال التفاعلات الداخلية الناتجة عنه.

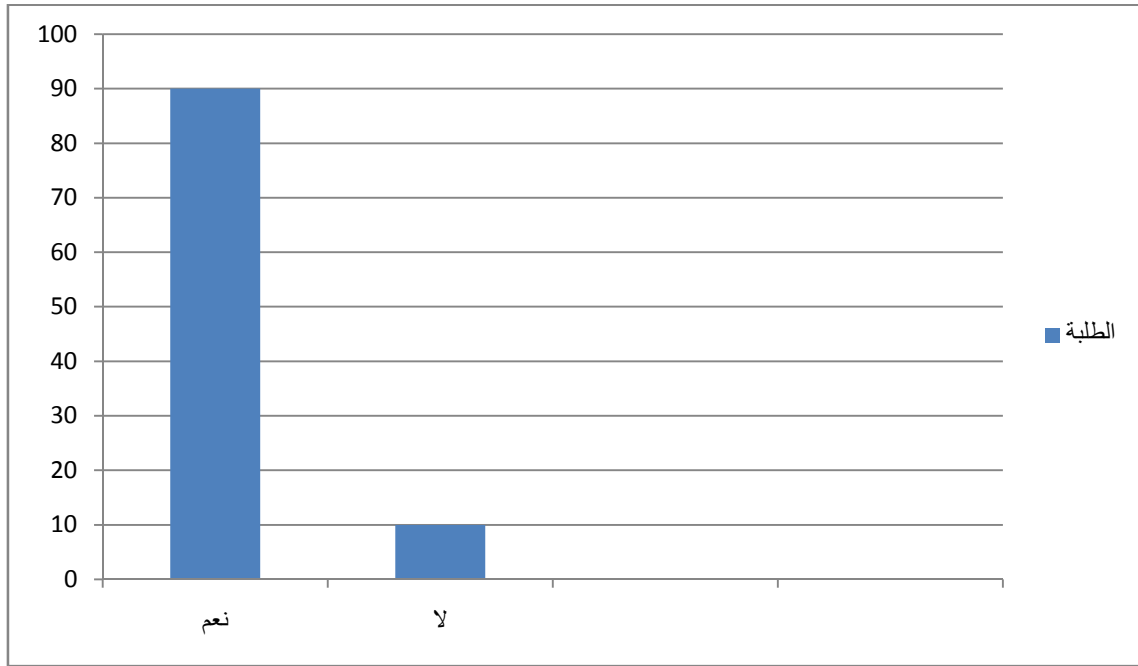
*المحور الثالث : تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب البدني والحركي.

1- هل للنشاط البدني المكيف دور في اكتساب المهارات والقدرات البدنية والحركية؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	45	5	50
النسبة المئوية	%90	%10	%100
كا ² المحسوبة	32		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (15): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في اكتساب المهارات والقدرات البدنية والحركية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 15 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني المكيف له دور في اكتساب المهارات والقدرات البدنية والحركية.



الشكل (15): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص للنشاط البدني المكيف دور في اكتساب المهارات والقدرات البدنية والحركية.

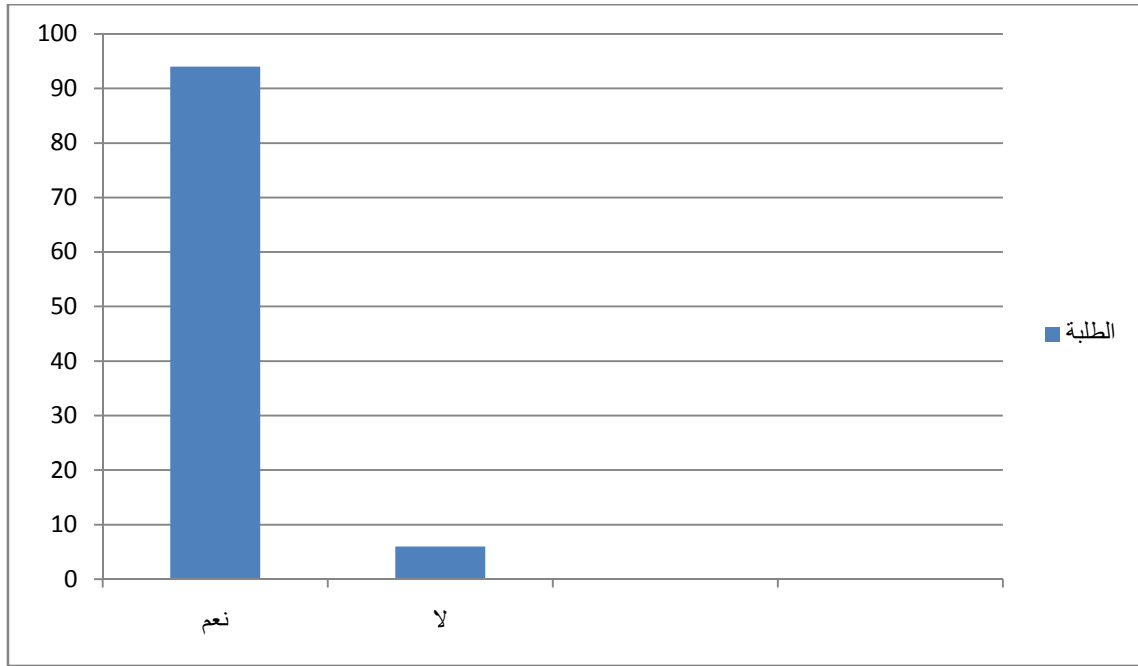
س2: هل للنشاط البدني المكيف دور في زيادة قدرة على التحمل؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	47	3	50
النسبة المئوية	%94	%6	%100
كا ² المحسوبة	38,72		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (16): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في زيادة قدرة على التحمل.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 16 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني المكيف له دور في زيادة قدرة على التحمل.



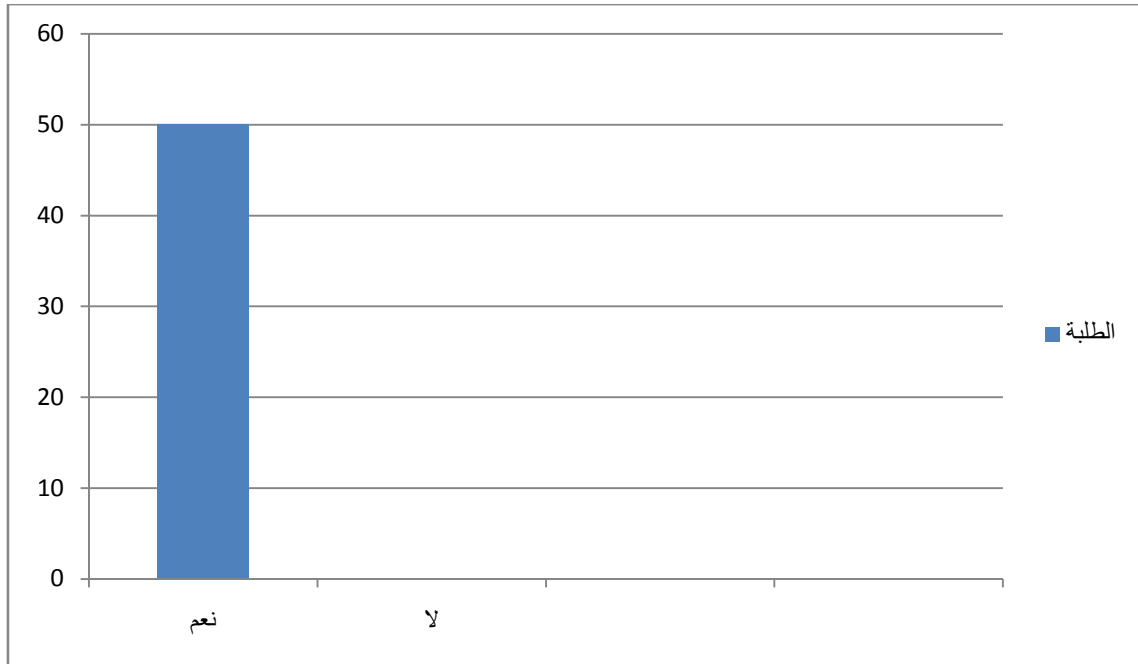
الشكل (16): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص للنشاط البدني المكيف دور في زيادة قدرة على التحمل.

س3: هل للنشاط البدني المكيف دور في اكتساب مهارات جديدة؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	50	0	50
النسبة المئوية	%100	%00	%100
كا ² المحسوبة	50		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (17): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في اكتساب مهارات جديدة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 17 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني المكيف له دور في اكتساب مهارات جديدة.

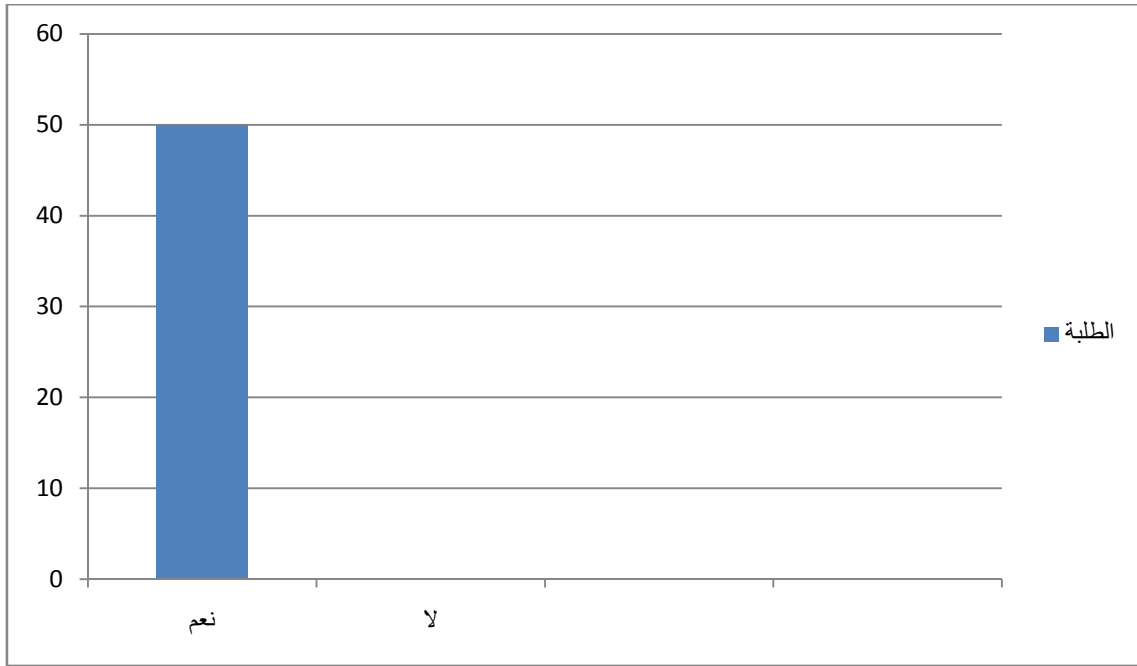


الشكل (17): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في اكتساب مهارات جديدة.

س4: هل للنشاط البدني المكيف يساعد الجسم على قيام ببعض الحركات الرياضية بشكل جيد؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	50	0	50
النسبة المئوية	%100	%00	%100
كا ² المحسوبة	50		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (18): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف يساعد الجسم على قيام ببعض الحركات الرياضية بشكل جيد. حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 18 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني المكيف يساعد الجسم على قيام ببعض الحركات الرياضية بشكل جيد.



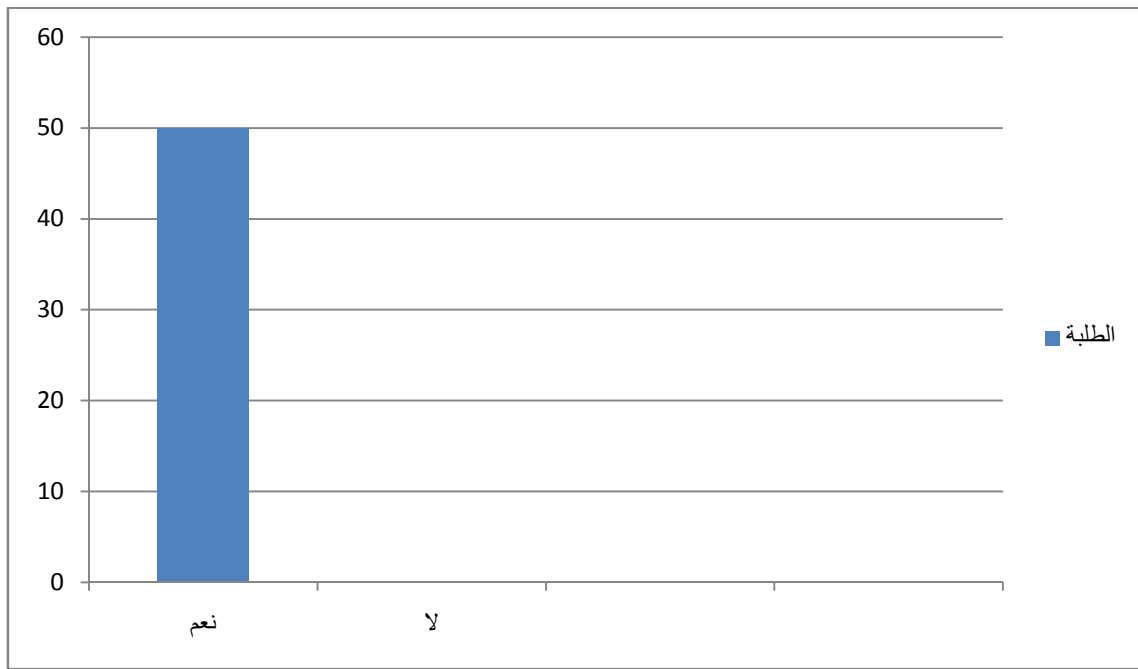
الشكل (18): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف يساعد الجسم على قيام ببعض الحركات الرياضية بشكل جيد.

س5: هل النشاط البدني المكيف دور في زيادة صلابة العظام ومحااربة هشاشتها؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	50	0	50
النسبة المئوية	%100	%00	%100
كا ² المحسوبة	50		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (19): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في زيادة صلابة العظام ومحااربة هشاشتها.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 19 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني المكيف له دور في زيادة صلابة العظام ومحااربة هشاشتها.



الشكل (19): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في زيادة صلابة العظام ومحااربة هشاشتها.

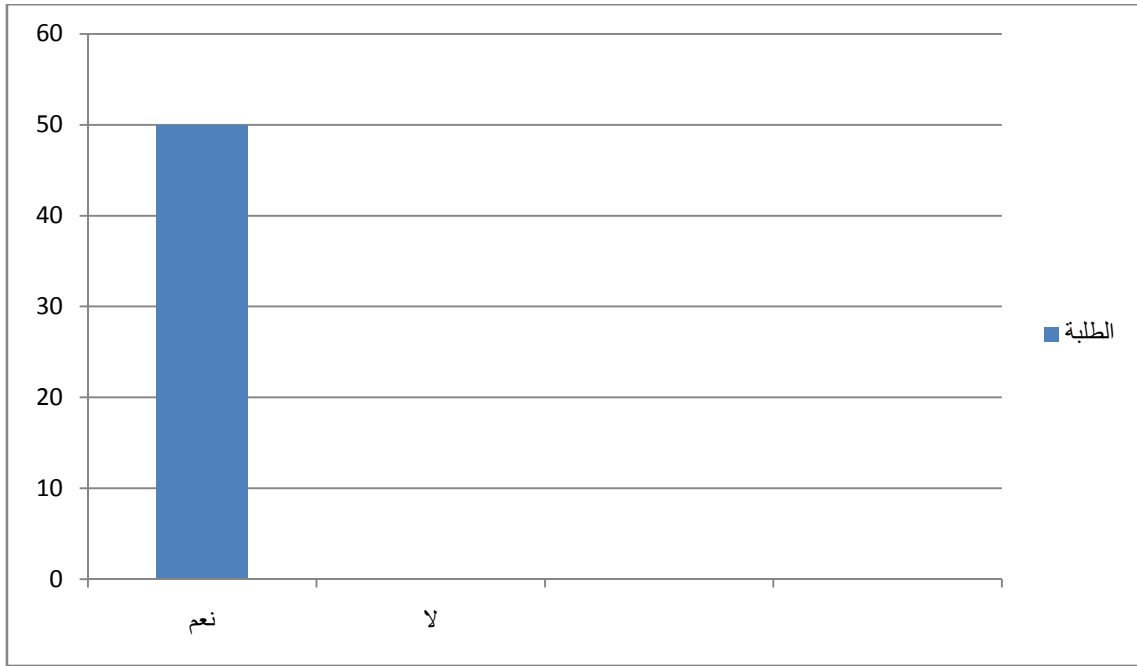
س6: هل للنشاط البدني المكيف دور في تحسين المهارات الحركية الأساسية؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	50	0	50
النسبة المئوية	%100	%00	%100
كا ² المحسوبة	50		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (20): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في تحسين المهارات الحركية الأساسية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 20 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني المكيف له دور في تحسين المهارات الحركية الأساسية.



الشكل (20): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص النشاط البدني المكيف له دور في تحسين المهارات الحركية الأساسية.

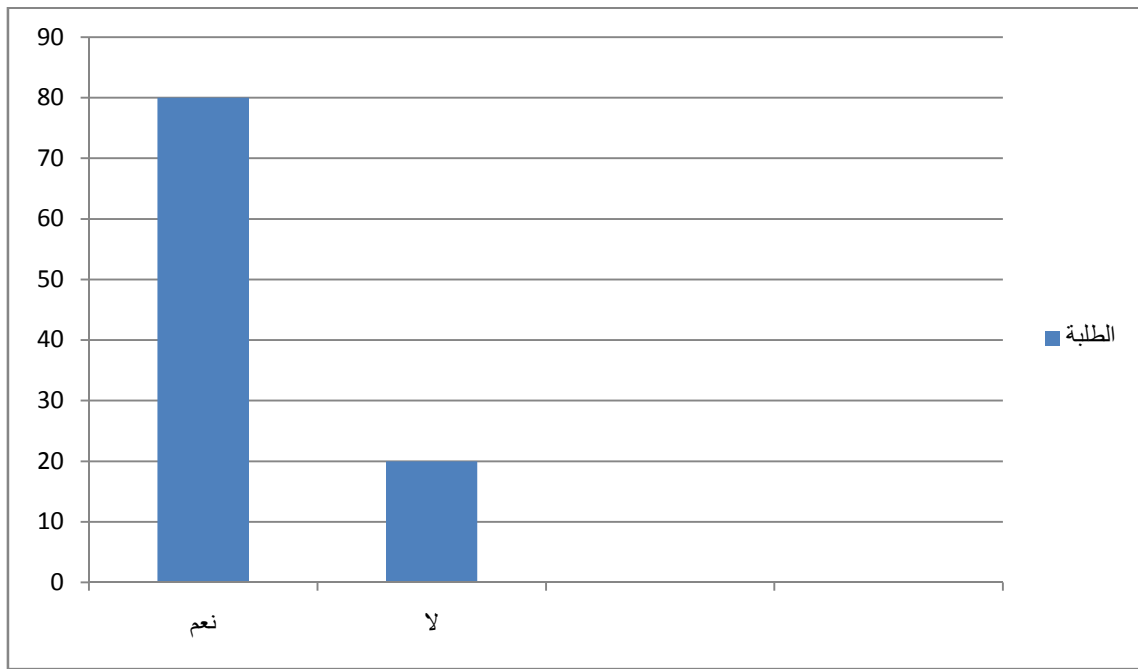
*المحور الرابع : تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب الفسيولوجي.

س1: هل تعاني من ضيق في التنفس أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	40	10	50
النسبة المئوية	%80	%20	%100
كا ² المحسوبة	18		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (21): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص معاناة الطفل من ضيق في التنفس أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 21 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن الطفل يعاني من ضيق في التنفس أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.

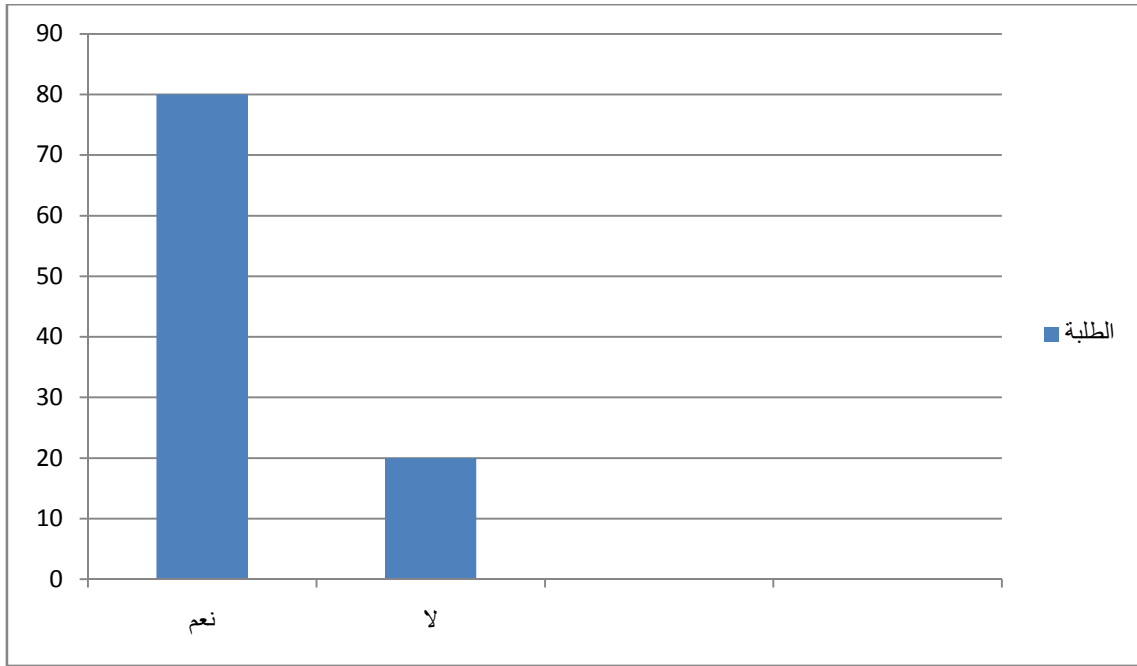


الشكل (21): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص معاناة الطفل من ضيق في التنفس أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.

س2: هل تعاني من ضيق في التنفس بعد الانتهاء من ممارسة النشاط البدني المكيف؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	15	35	50
النسبة المئوية	%30	%70	%100
كا ² المحسوبة	8		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (22): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص معاناة الطفل من ضيق في التنفس بعد انتهاء ممارسة النشاط البدني المكيف. حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 22 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن الطفل لا يعاني من ضيق في التنفس بعد انتهاء ممارسة النشاط البدني المكيف.



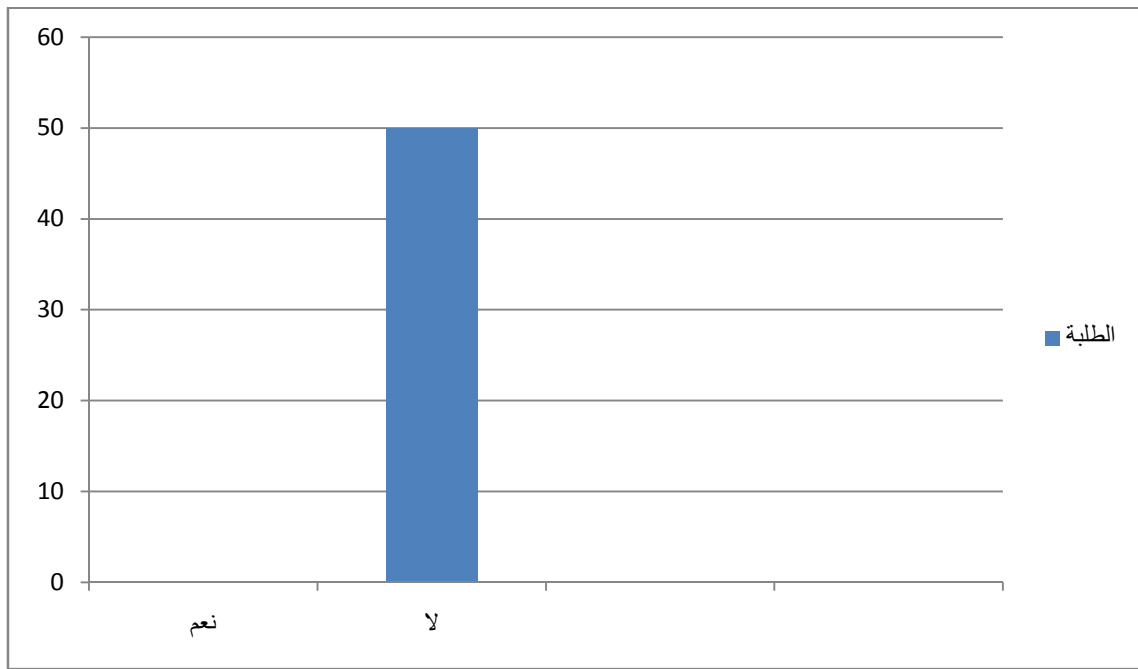
الشكل (22): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص معاناة الطفل من ضيق في التنفس بعد انتهاء من ممارسة النشاط البدني المكيف.

س3: هل تعاني من انخفاض أو ارتفاع الضغط الدموي أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	00	50	50
النسبة المئوية	%00	%100	%100
كا ² المحسوبة	50		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (23): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص معاناة الطفل من انخفاض أو ارتفاع الضغط الدموي أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 23 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن الطفل لا يعاني من انخفاض أو ارتفاع الضغط الدموي أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.



الشكل (23): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص معاناة الطفل من انخفاض أو ارتفاع الضغط الدموي أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف.

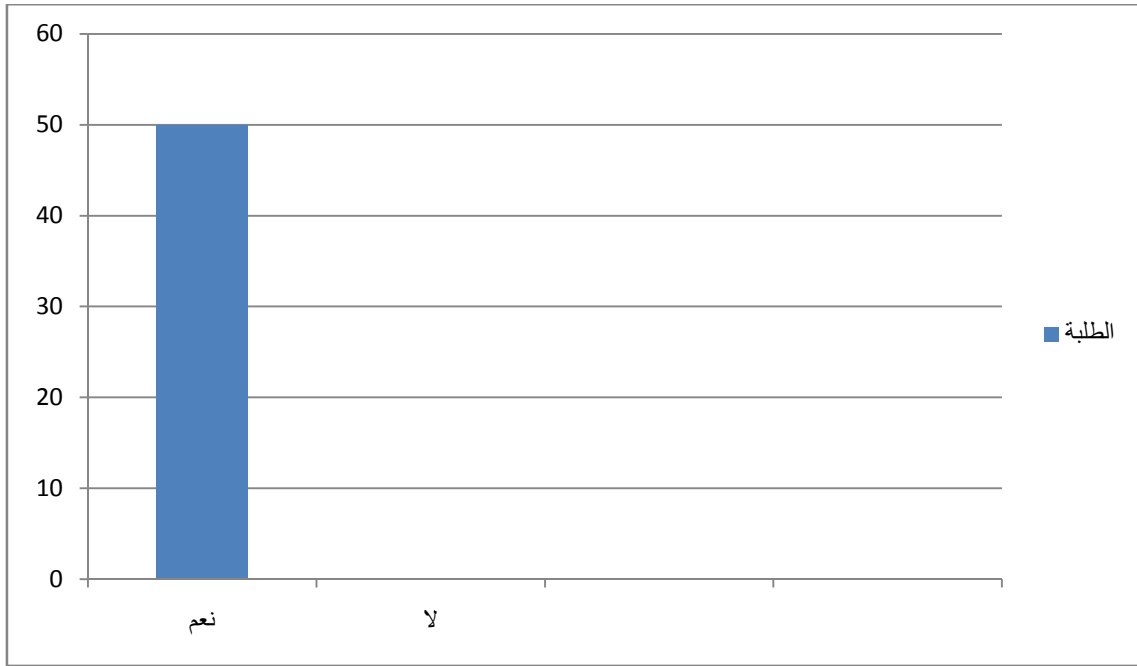
س4: هل النشاط البدني المكيف يحافظ على قوام جسم سليم؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	50	0	50
النسبة المئوية	%100	%00	%100
كا ² المحسوبة	50		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (24): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص محافظة النشاط البدني المكيف على قوام جسم سليم.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 24 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا²المحسوبة أكبر من كا²الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن النشاط البدني المكيف يحافظ على قوام جسم سليم.



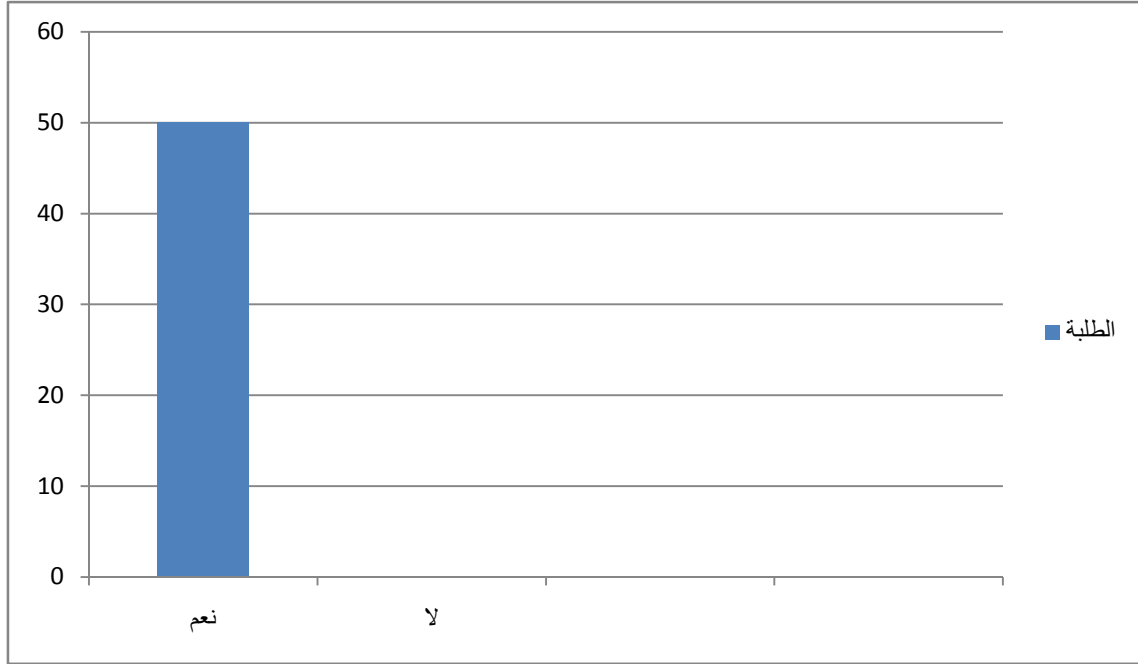
الشكل (24): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص محافظة النشاط البدني المكيف على قوام جسم سليم.

س5: هل ممارسة النشاط البدني المكيف يساعد على تجنب الإصابة من بعض الأمراض؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	50	0	50
النسبة المئوية	%100	%00	%100
كا ² المحسوبة	50		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (25): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص ممارسة النشاط البدني المكيف يساعد على تجنب الإصابة من بعض الأمراض.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 25 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن ممارسة النشاط البدني المكيف يساعد على تجنب الإصابة من بعض الأمراض.

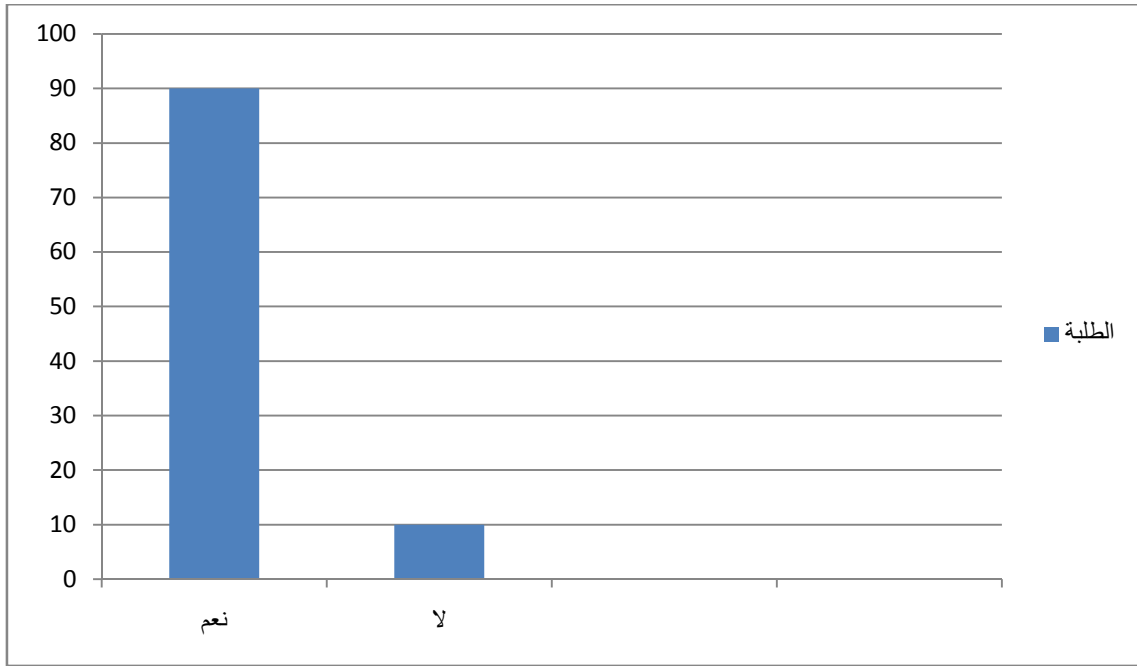


الشكل (25): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص ممارسة النشاط البدني المكيف يساعد على تجنب الإصابة من بعض الأمراض.

س6: هل ممارسة النشاط البدني المكيف ضروري في تحسين كفاءة الجسم العضوية؟

الإجابات	نعم	لا	المجموع
السنة الثانية ماستر	45	5	50
النسبة المئوية	%90	%10	%100
كا ² المحسوبة	32		
كا ² الجدولية	3.84		
درجة الحرية	1		
مستوى الدلالة	0.05		

الجدول رقم (26): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للطلبة فيما يخص ممارسة النشاط البدني المكيف ضروري في تحسين كفاءة الجسم العضوية. حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 26 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب الطلبة يوافقون على أن ممارسة النشاط البدني المكيف ضروري في تحسين كفاءة الجسم العضوية.



الشكل (26): يمثل النسب المئوية للطلبة فيما يخص ممارسة النشاط البدني المكيف ضروري في تحسين كفاءة الجسم العضوية.

خلاصة عالمه

خلاصة عامة

في حدود طبيعة الدراسة ومجالاتها في جانبها النظري والتطبيقي ، وفي ضوء الفرضيات والمنهج المتبع ومن خلال التحليل الإحصائي للبيانات والنتائج المحققة من خلال توزيع استمارات على طلبة المعهد السنة الثانية ماستر نشاط بدني و رياضي مكيف .

- استنتاجات الدراسة النظرية

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

- يعتبر قانون الصحة الجزائري من أهم النصوص التشريعية التي تحدد السياسة العامة للبلاد في مجال الصحة.

- غياب هيئة مختصة بمجال حماية الأمومة والطفولة ، حيث أن العديد من أسباب الإعاقة يرجع إلى عوامل وراثية، وعوامل أثناء الحمل و أثناء الولادة، ووجدنا أن معظم الباحثين غي مجال الإعاقة يشيرون إلى أهمية الإرشاد الجيني ، والتنقيف الصحي ، وإرشاد الأمهات والحوامل وتوعيتهن فيما يتعلق بالحفاظ على صحة الجنين ، والانتباه إلى الأمراض الفيروسية والمعدية وطرق الوقاية منها، وفقا لنتائج المسح الذي قام به الديوان الوطني للإحصائيات حيث صرح 30.8 بالمائة ممن شملهم المسح صرحوا بأن إعاقتهم ناتجة عن مرض وراثي .

- أن القانون الخاص بحماية الأشخاص المعوقين وترقيتهم ، لم يشر بشكل واضح إلى الوقاية من مختلف الأسباب التي تؤدي إلى الإعاقة كحوادث العمل والأمراض المهنية وحوادث الطرق والحوادث الأخرى التي يمكن أن تحدث في المدارس وغيرها.

- إن النشاط البدني والرياضي الموجهة للمعاقين يستمد مبادئه وأسسها من النشاط البدني الرياضي الذي يمارسه الأفراد العاديين .

لكنه كيف حسب نوع ودرجة الإعاقة وطبيعة الفرد المعاق من حيث القوانين والوسائل المستعملة .

- يعد النشاط البدني الرياضي المكيف حديث النشأة مقارنة بالنشاط الرياضي عند العاديين وله جوانب عديدة تعود بالفائدة على الأفراد الممارسين ، فهو يعتبر وسيلة تربوية علاجية ووقائية إذا تم استغلاله بصفة منتظمة ومستمرة ، إذ يسهم في تكوين شخصية الأفراد من جميع الجوانب (البدنية، الاجتماعية، النفسية...).

استنتاجات البحث :

إن النتائج المتحصل عليها من خلال الاستبيان اموزع على الطلبة السنة الثانية ماستر نشاط بدني و رياضي مكيف الذي حصلنا على نتائجه من طرف طلبة المعهد توصل الباحث إلى ما يلي :

1- هناك عراقيل كثيرة تواجه ممارسة النشاط البدني المكيف في المراكز الطبية البيداغوجية نذكر منها :

- المناهج الدراسية المطبقة على مستوى المراكز الطبية البيداغوجية تحضر من طرف المربين والمختصين على مستوى المركز .

- تفتقر المراكز الطبية البيداغوجية للمتخلفين عقليا إلى مربين مختصين في النشاط البدني الرياضي المكيف إذ يشرف على تنفيذه في بعض المراكز مربين ذو مستوى الثالث ثانوي .

- تفتقر المراكز الطبية البيداغوجية للمتخلفين عقليا إلى برنامج خاص بالنشاط البدني المكيف ،

- يمارس الأطفال المتخلفون عقليا في المراكز التي تطبق برنامج النشاط البدني المكيف الألعاب الجماعية (كرة القدم - كرة الشلة) والألعاب الفردية (القفز - الرمي - الجري) والجمباز في حين يمارس أطفال بعض المراكز السباحة .

- أهم أهداف ممارسة المتخلفين عقليا للأنشطة الرياضية , الترويح والتسلية واكتساب اللياقة البدنية والمحافظة على الصحة, وتعلم واكتساب مهارات حركية واكتساب صداقات وإقامة علاقات اجتماعية .

- تحتل كرة القدم المرتبة الأولى من حيث الممارسة لدى المتخلفين عقليا حيث تعتبر رياضتهم الأكثر شعبية .

- تفتقر المراكز الطبية البيداغوجية إلى منشآت رياضية قاعدية ووسائل وتجهيزات رياضية تسمح تنفيذ برنامج النشاط البدني المكيف لهذه الفئة .

- قلة التشجيع الكافي والتدعيم المادي للممارسة الرياضية ، إذ هناك ثلاث هيئات فقط تدعم برامج النشاط الرياضي للمعوقين .

- مديريات الشبيبة والرياضية .

- مديريات النشاط الاجتماعي .

- الجماعات المحلية .

-عدم اطلاع مدراء المراكز الطبية البيداغوجية على القوانين والمبادئ والأهداف والقواعد العامة التي تسيّر وتنظم النشاط البدني الرياضي للمعوقين .

2- إن أهمية ممارسة النشاط البدني و الرياضي المكيف لذوي الإحتياجات الخاصة بسيطة في المراكز الطبية البيداغوجية قد أدى إلى ارتفاع في مستوى نمو المهارات الحركية الأساسية والمهارات الاجتماعية ، ويظهر هذا بوضوح من خلال :

الفرضيات البحث :

1- وجود فروق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم.

2- وجود فروق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم من جانب النفسي الاجتماعي.

3- وجود فروق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم من جانب الفيزيولوجي.

4- وجود فروق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر طلبة المعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم من جانب البدني.

التوصيات :

أوصى الباحثون بما يلي :

- ممارسة النشاط البدني و الرياضي و الأنشطة الترويحية .
- بناء منشآت رياضية خاصة بالنشاط البدني و الرياضي المكيف و توفير مختلف التجهيزات الضرورية .
- تنظيم دورات رياضية لهذه الفئة (ذوي الإحتياجات الخاصة) .
- بناء مراكز جديدة و تزويدها بمختصين في هذا المجال .
- التكثيف من الأنشطة الترويحية الترفيهية و وضع برنامج خاص بالنشاط البدني .

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر و المراجع

المراجع باللغة العربية :

- سعد علي ودكتور أحمد أبو الليل.
- حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات ، التربية الرياضية والترويح للمعاقين ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة .
- محمد الحماحي ، امين انور الخولي : اسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- إبراهيم رحمة : تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي ، دار الفكر للطباعة والنشر ، الطبعة الأولى ، عمان .
- ع الفتح رملي ، محمد إبراهيم شحاتة : اللياقة والصحة ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- مروان ع المجيد إبراهيم : الألعاب الرياضية للمعوقين ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
- عطيات محمد خطاب : اوقات الفراغ و الترويح .
- كمال درويش ، محمد الحماحي : رؤية عصرية للترويح و اوقات الفراغ ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الاولى ، القاهرة .

● لظفي بركات أحمد : الرعاية التربوية للمعوقين عقليا ، دار المريخ للنشر ،
الطبعة I ، الرياض .

● أمين أنور الخولي ، أسامة كمال راتب : التربية الحركية للطفل ، دار الفكر
العربي ، الطبعة II ، القاهرة .

● حزام محمد رضا القزوني : التربية الترويحية ، دار العربية للطباعة ،
بغداد .

● محمد نجيب توفيق : الخدمات العمالية بين التطبيق والتشريع ، مكتبة
القاهرة الحديثة ، الطبعة الأولى .

● محمد عادل خطاب : النشاط الترويحي وبرامجه ، ملتزم الطبع والنشر ،
مكتبة القاهرة الحديثة .

● كمال درويش ، أمين الخولي : أصول الترويح وأوقات الفراغ ، دار الفكر
العربي ، الطبعة الأولى ، القاهرة .

● حسن الساعاتي : التطبيع والعمران ، دار النهضة العربية ، الطبعة الثالثة ،
بيروت .

- + Roi Randain: sur le chemin de sport avec les personnes handicapées physique, plint marketing sport.**
- + A. Domart & al : Nouveau Larousse Médical, Librairie Larousse, Paris .**
- + Serac moyenca : Sociologie et action sociale, Editions labor , Bruxelles .**
- + F. Balle & al : Ecylopédie de la sociologie, Librairie Larousse, Paris.**
- + Marie – Chorlotte Busch : La Sociologie Du Temps Libre Mouton, Paris .**
- + J. Dumazadier : Vers une civilisation du loisir ? , Editions du seuil, Paris.**
- + Ministère de la jeunesse et des sport : Enquête nationale sur les besoins et aspiration de la jeunesse en matiere de loisirs de culture et animation éducative et sportive .**
- + Norber sillamy : Dictionnaire de psychologie , Larousse , Paris , 1978 , Art « Loisirs » .**

- + J . Dumaze Dier : Vers une civilisation du loisir .**
- + Roymond . Tomas : Psychologie du sport , P.U . F ,
1er Edition , Paris .**
- + J – Cozcheuve : Sociologie de la Radio – Télévision ,
P.U.F , 5em Edition , Paris .**
- + A.stor:U.C.L:ET Outer activité physique et
sportives adaptées pour personne handicapes
mentale :print marketing sprl : belgique .**

قائمة اللاحق



مستغانم...: 2017 MARS 4 12

قسم: النشاط البدني المكيف

الرقم: 03/...../2017

إلى السيدة(ة): مدير معهد التربية البدنية و الرياضية

مستغانم -

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

يشرف السيد رئيس قسم النشاط البدني المكيف بمعهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة مستغانم، أن يتقدم إلى

سيادتكم المحترمة بهذا الطلب و المتمثل في السماح للطالبان:

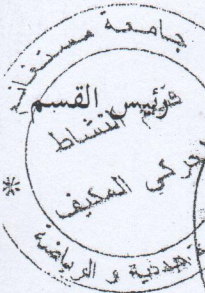
-ميلودي خالد.

-فراق حمدوش.

المسجلان في السنة الثانية ماستر تخصص انجاز نشاط بدني مكيف و صحة بإجراء بحث ميداني و هذا في إطار

إنجاز مذكرة التخرج ليل شهادة الماستر .

تقبلوا سيدي فائق عبارات الشكر و التقدير .



رئيس قسم النشاط البدني المكيف

إمضاء: د/ زيشي نور الدين

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باري

مستغانم

استمارة المحكمين

في اطار انجاز مذكرة لنيل شهادة ماستير في النشاط الحركي مكيف والصحة نضع في أيديكم أيها الأساتذة الكرام مجموعة من الأسئلة المكونة للاستمارة والمنطوية تحت عنوان "معرفة مدى اهمية ممارسة النشاط الرياضي والصحة لفئة نوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر الطلبة المعهد"

راجين منكم مساعدتنا من خلال تحكيم الاسئلة بكل صدق وأمانة لتيسير لنا والوصول الى المعلومات والحقائق التي تفيدنا في دراستنا.

جدول المحكمين :

اللقب	الدرجة العلمية	المؤسسة	التخصص	الامضاء
جورج بن محمد	أ.م.د	م.ج.و.ر	علم النفس	
عبد الوكيل نور الدين	دكتور	ر	APA	
زيدي كززال	دكتور	م.ت.ب.س.غ.م		

من اعداد الطالبان :

الاستاذة المشرفة :

فراق حمادوش

د.ة. دويلي

ميلودي خالد

استمارة استبيانية

يسرنا أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة الإتمام عملنا في إطار نيل شهادة الماجستير في النشاط الحركي المكيف والصحة تحت عنوان "معرفة مدى أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي والصحة لفئة ذوي الاحتياجات الخاصة من وجهة نظر الطلبة المعهد .

ونرجو منكم الاجابة على هذه الاستمارات بصراحة وصدق حسب احساسك وتأثرك مع مراعاة الدقة في الاجابة وعدم التطرق للعبارة الموالية قبل الاجابة على العبارة السابقة بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة .

شكرا على المساعدة المقدمة مع فائق الاحترام والتقدير .

الطلبة :

-فراق حمادوش-

تحت اشراف الدكتورة:

-ميلودي خالد-

دويبي

- الأحوال الشخصية:

- الاسم:

اللقب:

سنة الإلتحاق بالمعهد:

التخصص:

سنة التحصل على شهادة الليسانس:

الجامعة:

المستوى الدراسي:

*المحور الأول: تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب النفسي الاجتماعي.

1- هل تشعر بالارتياح عند ممارستك لنشاط البدني المكيف؟

نعم لا

أ- في حالة الإجابة بلا ، لماذا؟

2- هل يشعر بالحيوية أثناء ممارسته للنشاط البدني المكيف؟ . نعم لا

3- هل يخشى الإصابة عند ممارسته للنشاط البدني المكيف؟ . نعم لا

4- هل يشعر بالخوف عند ممارسته للنشاط البدني المكيف؟ . نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم . كيف؟

ب- في حالة الإجابة بلا . لماذا؟

5- هل يستخدم تلميذ من فئة ذوي الاحتياجات الخاصة لغة الجسد للتواصل مع الآخرين؟.

نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم . كيف؟

ب- في حالة الإجابة بلا . لماذا؟

6- هل للنشاط البدني المكيف دور في تنمية عملية الاتصال والتواصل مقارنة بمواد الأخرى؟

نعم لا

7- هل للنشاط البدني المكيف يوفر جو استمرار عملية الاتصال والتواصل لهذه الفئة مع الأسوياء؟ نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم، كيف ذلك؟

8- هل للنشاط البدني المكيف دور في تنمية روح المسؤولية لهذه الفئة؟

نعم لا

9- هل للنشاط البدني المكيف دور في تعزيز الثقة مع الآخرين؟ نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم، كيف ذلك؟

10- هل النشاط البدني المكيف دور في دمج هذه الفئة اجتماعيا؟ نعم لا

*المحور الثاني: تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب الفيزيولوجي.

1- هل للنشاط البدني المكيف دور في أحداث تغييرات فيزيولوجية مرغوب فيها؟

نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم، ما هي هذه التغييرات؟

2- هل النشاط البدني المكيف لا يشبع بطريقة مباشرة الحاجات الفيزيولوجية؟

نعم لا

أ- في حالة الإجابة بلا، لماذا؟

3- هل النشاط البدني المكيف دور في تقليل من ضغط الدم؟

نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم، اشرح ذلك؟

4- هل النشاط البدني المكيف دور في التقليل من الدهون في الجسم ويساهم احتراق الذهني؟
نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم، أذكر كيف ذلك؟

5- هل للنشاط البدني المكيف دور في توفير الطاقة للجسم من خلال التفاعلات الداخلية الناتجة عنه؟
نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم، كيف ذلك؟

ب- في حالة الإجابة بلا، كيف ذلك؟

*المحور الثالث : تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب البدني والحركي.

1- هل للنشاط البدني المكيف دور في اكتساب المهارات والقدرات البدنية والحركية؟

نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم، اذكر هذه المهارات والقدرات البدنية والحركية.

2- هل للنشاط البدني المكيف دور في زيادة قدرة على التحمل؟

نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم، كيف؟

ب- في حالة الإجابة بلا، لماذا؟

3- هل للنشاط البدني المكيف دور في اكتساب مهارات جديدة؟. نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم، ما هي رأيك؟

4- هل للنشاط البدني المكيف يساعد الجسم على قيام ببعض الحركات الرياضية بشكل جيد؟.
نعم لا

5- هل النشاط البدني المكيف دور في زيادة صلابة العظام ومحاربة هشاشتها؟.
نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم، كيف ذلك؟

6- هل للنشاط البدني المكيف دور في تحسين المهارات الحركية الأساسية؟
*المحور الرابع : تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب الفيسيولوجي.

1- هل تعاني من ضيق في التنفس أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف؟.
نعم لا

2- هل تعاني من ضيق في التنفس بعد الانتهاء من ممارسة النشاط البدني المكيف؟
نعم لا

3- هل تعاني من انخفاض أو ارتفاع الضغط الدموي أثناء ممارسة النشاط البدني المكيف؟
نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم. كيف؟

ب- في حالة الإجابة بلا. لماذا؟

4- هل النشاط البدني المكيف يحافظ على قوام جسم سليم؟

نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم، كيف ذلك؟

5- هل ممارسة النشاط البدني المكيف يساعد على تجنب الإصابة من بعض الأمراض؟

نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم، ما هي هذه الأمراض، كيف ذلك؟

6- هل ممارسة النشاط البدني المكيف ضروري في تحسين كفاءة الجسم العضوية؟

نعم لا

أ- في حالة الإجابة بنعم، اذكر آلية التحسين؟

ب- في حالة الإجابة بلا، لماذا؟



ميدان: علوم و تقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية

تخصص: اللياقة النشاط البدني المكيف و الصحة

قسم: النشاط الحركي المكيف

شعبة: النشاط البدني الرياضي المكيف

وثيقة تسليم

مذكرة التخرج ماستر

السنة الجامعية 2016 - 2017م

- التخصص: منشأ لمركبي مكيف

- رقم المذكرة:

- عنوان المذكرة: أهمية مصادر تنمية المنشأ البدني والرياضي المكيف

لذوي الإحسان جامعة الجزائر من وجهة نظر
الطالبة مريم الترمية واليا بلمية

تاريخ الميلاد:

- أسماء الطلبة:

1- ميلودية خالدة 1983/06/12

2- فؤاد حمروش 1988/02/23

أن الممضي أسفله الأستاذ(ة): جويال منهوري

أوافق على تسليم الطلبة المذكرة للمناقشة

مستغانم يوم: 15/09/2017

إمضاء الأستاذ(ة) المشرف

Doual

الفهرس

Sommaire

إهداء

شكر و تقدير

قائمة الجداول

قائمة الأشكال

أ	مقدمة.....
ت	مشكلة البحث.....
ث	السؤال الرئيسي:.....
ث	الأسئلة الفرعية :
ج	الفرضيات البحث :
ح	أهداف البحث:

الباب الأول

الفصل الأول : لمحة تاريخية عن المعهد

10	لمحة تاريخية عن المعهد:
11	إستراتيجية التكوين بمعهد التربية البدنية و الرياضية :
12	الأهداف التعليمية و التربوية :
12	الشهادات التي يقدمها المعهد بمصلحة التدرج:
13	شهادات ماجيستر نظام كلاسيكي :
13	شروط الالتحاق :
18	1-2-الباب الثاني:التقييم والانتقال
18	1-1-2-الفصل الأول:مراقبة المعارف و المؤهلات.....
22	2-1-2- الفصل الثاني :التدرج في الدراسات
22	1-2-1-2- الفرع الاول: التدرج في دراسات الليسانس

2-2-1-2- الفرع الثاني التدرج في دراسات الماستر 24

الجانب النظري

الفصل الثاني : النشاط البدني الرياضي المكيف

تمهيد : 29

1. مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف: 31

-تعريف الرابطة الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح والرقص والتربية الرياضية الخاصة.....32

2.- التطور التاريخي للنشاط البدني الرياضي المكيف: 33

3-النشاط البدني والرياضي المكيف في الجزائر : 35

4-أسس النشاط البدني الرياضي المكيف..... 39

5. تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف : 42

1-5.النشاط الرياضي الترويحي..... 42

2-5. النشاط الرياضي العلاجي : 44

3-5. النشاط الرياضي التنافسي..... 45

6. أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف : 46

1-6. الأهمية البيولوجية : 47

2-6. الأهمية الاجتماعية : 47

3-6. الأهمية النفسية : 49

4-6. الأهمية الاقتصادية..... 50

5-6. الأهمية التربوية : 52

6-6. الأهمية العلاجية..... 53

7. . النظريات المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي المكيف : 54

1-7. نظرية الطاقة الفائضة (نظرية سينسر وشيلر) : 54

- 55 نظرية الإعداد للحياة : 2-7
- 56 نظرية الإعادة والتخليص : 3-7
- 57 نظرية الترويح 4-7
- 57 نظرية الاستجمام : 5-7
- 58 نظرية الغريزة 6-7
- 58 معوقات النشاط البدني الرياضي المكيف
- 59 الوسط الاجتماعي : 1-8
- 60 المستوى الاقتصادي : 2-8
- 61 السن : 3-8
- 62 الجنس : 4-8
- 62 درجة التعلم : 5-8
- 63 الجانب التشريعي : 6-8
- 64 خلاصة :

الباب الثاني :

الجانب التطبيقي :

الفصل الأول : منهجية البحث

- 68 تمهيد :
- 69 منهج البحث :
- 69 مجتمع و عينة البحث :
- 69 مجالات البحث :

الفصل الثاني : عرض و تحليل النتائج

- 71 تمهيد :

2-2-1. عرض نتائج الاستبيان الخاص بطلبة سنة ثانية ماستر تخصص نشاط بدني

مكيف: 72

*المحور الأول: تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب النفسي

الاجتماعي..... 72

المحور الثاني: تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب الفيزيولوجي.

..... 85

*المحور الثالث : تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب البدني

والحركي. 92

*المحور الرابع : تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على الجانب الفسيولوجي.

..... 101

112 خلاصة عامة

113 - استنتاجات الدراسة النظرية

115 استنتاجات البحث :

117 الفرضيات البحث :

ملخص البحث

ملخص البحث بالعربية

ملخص البحث بالفرنسية

ملخص البحث بالإنجليزية