



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة زيان عاشور الجلفة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم النشاط الرياضي المكيف



مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص : إعادة التأهيل بواسطة النشاطات البدنية المكيفة

العنوان :

## دور الألعاب الترويحية في رفع دافعية الانجاز لدى أطفال متلازمات داون

دراسة ميدانية بالمركز البيداغوجي النفسي بعين وسارة

إشراف الأستاذ:  
د / مسعودي الطاهر

إعداد الطلبة:  
• حمورث محمد  
• عدام راجح

السنة الجامعية : 2017/2016

# الفهرس

صفحة	العنوان
	كلمة شكر
	إهداء
	الفهرس
	مقدمة
<b>الجانب التمهيدي</b>	
05	الإشكالية
06	الفرضيات
06	أهمية البحث
07	أهداف الدراسة
07	صعوبات البحث
07	أسباب اختيار الموضوع
08	تحديد المصطلحات
11	الدراسات السابقة
<b>الخلفية المعرفية النظرية</b>	
<b>الفصل الأول: الألعاب الترويحية</b>	
16	تمهيد:
17	تعريف اللعب
17	نظريات اللعب
18	دور الألعاب
20	مفهوم الترويح
21	أنواع الترويح
25	أهمية الترويح
29	نظريات الترويح
32	العوامل المؤثرة في الترويح
35	خلاصة
<b>الفصل الثاني دافعية الانجاز</b>	
37	تمهيد
38	مفهوم الدافعية
38	وظائف الدوافع
39	تصنيف وتقسيم الدوافع
40	تقسيم الدوافع
41	الدوافع والحاجات النفسية
42	مصدر الدافعية في الميدان الرياضي
43	ماذا تعني الدافعية في النشاط الرياضي

44	دافع الانجاز ( التفوق ) في المنافسة الرياضية
45	أنواع الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي
46	تطور دوافع النشاط الرياضي
47	نماذج عن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي
48	أهمية الدافعية في المجال الرياضي
51	خلاصة
<b>الفصل الثالث متلازمة داون</b>	
53	تمهيد
54	لمحة تاريخية داون متلازمة
54	متلازمة داون
55	تاريخ المرض
55	أنواع متلازمة داون
56	الصفات والمميزات
57	النمو المعرفي
58	أهمية الرياضة بشكل عام للأطفال ممن لديهم متلازمة داون
58	كيفية توجيه أطفال متلازمة داون إلى الرياضة المناسبة
59	علاج متلازمة داون
61	خلاصة
<b>الخلفية المعرفية التطبيقية</b>	
<b>الفصل الأول منهجية البحث</b>	
64	تمهيد
65	الدراسة الاستطلاعية
65	المجال الزماني و المكاني
65	المنهج المستخدم
66	أدوات الدراسة
67	عينة البحث وكيفية اختياره
67	تحديد متغيرات الدراسة
68	أسلوب التحليل الإحصائي
<b>الفصل الثاني تحليل و مناقشة النتائج</b>	
70	عرض ومناقشة نتائج الاستبيان
71	المحور الأول: التحفيز
79	مناقشة نتائج المحور الأول
80	المحور الثاني: الإرشاد
87	مناقشة نتائج المحور الثاني
88	خاتمة
	الاقتراحات
	مراجع
	ملاحق

## قائمة الجداول

الصفحة	العنوان
74	جدول رقم (01) يمثل إجابات الاخصائيين على الأسئلة 2.1 من المعلومات الشخصية
75	الجدول رقم (03) يبين: رأي المعاقين متلازمات داون في أفضلية الألعاب الرياضية
76	الجدول رقم (04) يبين: أفضلية الألعاب الرياضية عند متلازمات داون
77	الجدول رقم (05) يبين اللعبة المحفزة لدى الأطفال متلازمات داون من بين الألعاب الرياضية
78	الجدول رقم (06) يبين: مدى اهتمام فئة متلازمات داون بالألعاب الرياضية الترويحية
79	الجدول رقم (07) يبين: الألعاب الرياضية الأكثر غيابا من طرف الطلبة
80	الجدول رقم (08) يبين: مدى حرص الأطفال متلازمات داون على ممارسة الألعاب الترويحية
81	الجدول رقم (09) يبين: معرفة الألعاب الرياضية المريحة نفسيا
82	جدول رقم (10) : يبين شعور فئة متلازمات داون عند ممارسة الألعاب الرياضية الترويحية
84	الجدول رقم (11) يبين: الألعاب الرياضية التي يحبها الأطفال متلازمات داون لاكتساب ثقافة معرفية و مهارية معا
85	الجدول رقم (12) يبين: رأي المربين من حيث رأيهم في مستقبل المعاقين متلازمات داون
86	الجدول رقم (13) يبين: ميول الأطفال متلازمات داون للألعاب الرياضية
87	الجدول رقم (14) يبين: اللعبة الجماعية التي يرغب فيها طلبة القسم
88	الجدول رقم (15) يبين: الصعوبة التي يتلقاه المرابي عند إجراء حصة رياضية
89	الجدول رقم (16) يبين: الثقافية و الاجتماعية لها دور في جعل المعاقين بمارسون الرياضة
90	الجدول رقم (17) يبين: إن كانت مكانة الألعاب الترويحية أفضل من الألعاب الجماعية

## قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان
75	الشكل رقم (01) يمثل معرفة أي الألعاب الرياضية مفضلة عند المعاقين
76	الشكل رقم (02) يمثل الألعاب الرياضية المفضلة لدى الأطفال متلازمات داون
77	الشكل رقم (03) يبين: يمثل معرفة اللعبة المحفزة لدى الأطفال متلازمات داون من بين الألعاب الرياضية الجماعية
78	الشكل رقم (04) يمثل معرفة اهتمام الطلبة فئة متلازمات داون بالألعاب الرياضية الترويجية
79	الشكل رقم (05) يمثل معرفة أي الألعاب الرياضية يكون فيها الغياب أكثر
80	الشكل رقم (06) يمثل معرفة حرص الطلبة على ممارسة الألعاب الرياضية الترويجية حتى في غياب الأستاذ
81	الشكل رقم (07) يمثل معرفة أي الألعاب الرياضية المريحة نفسيا
82	الشكل رقم (08) يمثل شعور فئة متلازمات داون عند ممارسة الألعاب الجماعية
84	الشكل رقم (09) يمثل معرفة أي الألعاب الرياضية التي يحبها الأطفال متلازمات داون لاكتساب ثقافة معرفية و مهارية معا .
85	جدول رقم (10) : يمثل معرفة المربين رأيهم في مستقبل المعاقين متلازمات داون
86	الشكل رقم (11) يمثل معرفة الألعاب الرياضية التي يميل إليها الأطفال متلازمات داون
87	الشكل رقم (12) يمثل معرفة رغبة المعاقين في لعبة من الألعاب الرياضية الترويجية
88	الشكل رقم (13) يمثل معرفة الصعوبة التي يتلقاها المرابي عند إجراء حصة رياضية
89	الشكل رقم (14) يمثل معرفة إذا كانت الخبرة الثقافية و الإجتماعية لهم دور في حياة المرابي
90	الشكل رقم (15) يمثل معرفة مكانة الألعاب الرياضية الترويجية إن كانت أفضل من الألعاب الجماعية.

# ملخص الدراسة

عنوان الدراسة :

دور الألعاب الترويحية في دافعية الانجاز لدى أطفال متلازمات داون

مشكلة الدراسة:

- هل للألعاب الترويحية دور في الرفع من دافعية الانجاز لدى أطفال متلازمات داون؟

فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة :

للألعاب الترويحية دور في الرفع من دافعية الانجاز لدى أطفال متلازمات داون.

الفرضيات الجزئية:

➤ توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تحفيز المختص و مستوى دافعية الإنجاز لدى أطفال متلازمات داون.

➤ هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الألعاب الترويحية بالإرشاد و مستوى دافعية الإنجاز لدى أطفال

متلازمات داون.

الهدف من الدراسة :

- إبراز دور الدافعية في ممارسة الألعاب الترويحية لدى متلازمات داون.

- إبراز العلاقة بين تحفيز المختص و مستوى دافعية الانجاز لدى أطفال متلازمات داون

- تبين العلاقة بين الألعاب الترويحية بالإرشاد و مستوى دافعية الانجاز لدى أطفال متلازمات داون

إجراءات الدراسة الميدانية :

العينة : وتمثلت عينة بحثنا في مربين ومختصين ومشرفين وكان عددها 30مربي

المجال الزمني والمكاني : لقد تمت المدة الزمنية للجانب التطبيقي حوالي شهر (01) وذلك من نهاية شهر أفريل

إلى بداية شهر ماي . حيث قمنا بإختيارفريقيين

-المركز البيداغوجي النفسي للمعاقين بعين وسارة -ولاية الجلفة -

المنهج و الأدوات المستعملة في الدراسة :

توجب علينا إتباع المنهج الوصفي وفيه يقوم الباحث بجمع الحقائق عن الوظائف العقلية والسلوكية وهذا قصد التوصل

إلى صورة دقيقة متماسكة عن تلك الظواهر المدروسة.ولقد اعتمدنا في دراستنا هذه على أداة الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات

إستخلاصات واقتراحات:

✓ ضرورة دمج الألعاب الترويحية في مراكز التأهيل الوظيفي ومراكز معالجة ذوي الاحتياجات الخاصة وتوفير الوسائل

الضرورية لذلك.

✓ حث فئة ذوي الاحتياجات الخاصة على ممارسة الألعاب الرياضية.

✓ توفير الوسائل و الأجهزة الخاصة بالرياضات.

✓ إجراء منافسات و دورات خاصة بالرياضات ذوي الاحتياجات الخاصة.

## مقدمة:

لقد تطورت الرياضة منذ قديم الأزل تطورا مذهلا و خاصة في القرن المنصرم و الحالي ، حيث أصبحت من أهم الركائز التي تستند عليها الدول في جميع المجالات الاقتصادية و الاجتماعية و التجارية و الثقافية و السياسية ، لما لها من أهمية بالغة و تأثير مباشر في حياة الشعوب .

حيث أصبحت الرياضة في السنوات الأخيرة عاملا مهما في الحياة اليومية و تستقطب إليها عدد كبير من الممارسين في شتى التخصصات ، وكما ان دافعية الانجاز تحظى بأهمية بالغة في مجال علم النفس بصفة عامة، و في المجال الرياضي بصفة خاصة، لما لها من أهمية في بناء و تكامل الشخصية و تحديد أنواع السلوك الإنساني، و من المعروف ان الاهتمام بالرياضي لم يكن ظاهرة جيدة، و نما هو موقف عرفته الجماعات القديمة، و تضمنته أولى الفلسفات الرياضية التي اتخذت من الإنسان هدفا لأي عملية تدريبية او تربوية، أو نشاط تعليمي أو الألعاب الترويحية، و قد كان نصيب الاهتمام بموضوع الدافعية في مجال علم النفس الرياضة لم يقل أهمية، و قد يتساءل المختص الرياضي عن معرفة دوافع ممارسة الأفراد المعاقين للرياضة حتى يتسنى له ان يستغلها في تحفيزهم و في تطوير أدائهم على النحو الأفضل، و هو بذلك أيضا يتساءل عن الدوافع و طرق استغلالها تطبيقيا، الأمر الذي يزيد من أهمية دور المتخصص الرياضي في معرفة حاجات و دوافع الممارسة لدى الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة و مدى أهمية كل منهما لتحقيق التفوق الرياضي.

وتعتبر الألعاب الترويحية أحد أحدث الوسائل لتنمية المعاق، لماله من تأثير في مختلف الجوانب سواء في تنمية القدرات والاستعدادات البدنية والذهنية أو في تنشيط المعاق والترويح عنه.

وباعتبار الألعاب الترويحية أحد أهم أعمدة رياضة المعاقين فالنشاط البدني والرياضي الترويحي المكيف أهم منشط ومبدع في حياة المعاق، لما له من جوانب ايجابية منها الخروج من حالة الانطواء والعزلة، وتمكينه من الاندماج في المجتمع بطريقة فعالة، ناهيك عن الجانب من النشاط و الترفيه.

ويعتبر الجانب النفسي عند المعاقين خاصة المعاقين متلازمة داون من أهم الجوانب التي أضحت الاهتمام بها يتزايد من سنة إلى أخرى، هذا بالنظر لتساوي الجوانب الأخرى، من الناحية التقنية والتكثيكية والبدنية، ومنه أصبح المعاق الأكثر تحضيرا نفسيا هو الأكثر قبول في الاندماج في المجتمع .

وتعد الألعاب الترويحية المساهم في الدافع و توجيه سلوك المعاقين متلازمة داون وتنشيطه في إدراكه للموقف، فضلا عن مساعدته في فهم وتفسير سلوكه، وسلوك المحيطين به، كما يعتبر هذا الأخير مكونا أساسيا في الرفع الرياضي عند المعاق في تحقيق ذاته وتقديرها.

ولقد قسمنا هذا البحث إلى بابين خصصنا الباب الأول للجانب النظري الذي يحتوي على ثلاثة فصول:

الجانب التمهيدي: ويحتوي على الإطار العام للدراسة

الخلفية المعرفية النظرية : تحتوي ثلاث فصول

الفصل الأول: الألعاب الترويحية

الفصل الثاني: دافعية الانجاز

الفصل الثالث: المعاقين متلازمة داون

الخلفية المعرفية التطبيقية: تحتوي فصلين

الفصل الأول: المنهجية المتبعة و الإجراءات الميدانية.

الفصل الثاني: عرض و تحليل و مناقشة النتائج.

اقتراحات وتوصيات

خاتمة

## 1./ الإشكالية:

تعتبر الألعاب من الأنشطة الهامة التي يمارسها الفرد في حياته، وللعب دور رئيس في بناء شخصيته من جهة؛ وتأکید تراث الجماعة أحياناً، ويعد اللعب ظاهرة سلوكية تسود عالم الكائنات الحية - ولاسيما الإنسان - وتمتاز بها الفعريات العليا عن غيرها، ومما تجدر الإشارة إليه أن اللعب باعتباره ظاهرة سلوكية لم يأخذ ما يستحقه من الاهتمامات والدراسات والبحث المتعمق في الدراسات النفسية والسلوكية.

وقد يعزى السبب في قصور مثل تلك الدراسات تناول هذا الموضوع إلى وضوح الظاهرة وعموميتها، أو صعوبة الدراسة الجادة لهذه الظاهرة السلوكية أو كلا الاعتبارين معاً.

يبدأ الطفل في إشباع حاجاته عن طريق اللعب حيث تفتح أمامه أبعاد العلاقات الاجتماعية القائمة بينه والناس، ويدرك أن الإسهام في أي نشاط يتطلب من الشخص معرفة حقوقه وواجباته فيه ومما يعكسه في نشاط لعبه، ويتعلم الطفل عن طريق اللعب والتنظيم الذاتي وتمشياً مع الجماعة وتنسيقاً لسلوكه والأدوار المتبادلة.

إن ممارسة الألعاب الترويحية تعد من أحد الأنشطة الإنسانية المهمة بحيث أصبحت جزء هاماً من البرامج التي تهدف إلى دمج المعاقين في المجتمع أكثر صلاحية ذلك لكونها تستهدف نمو المعاقين متزناً متكاملًا في كل النواحي الصحية والعقلية والاجتماعية والخلقية، ناهيك عن إسهاماتها في مجال الخدمة الاجتماعية بحيث تستفيد هذه الأخيرة من الألعاب و برامج الرياضات كوسائل وقائية وعلاجية للتوجيه الاجتماعي للمعاقين في الجماعات والمجتمعات في أن واحد فعن طريق نشاط الرياضي نستطيع ملاحظة وإتباع أنواع السلوك والعلاقات الاجتماعية التي تظهر خلال هذه النشاطات والرياضات الجماعية إذن أساس وطيد لصحة الأجسام وسلامة العقول وقوة النفوس بل إن مكانها في ميدان رعاية فئة متلازمات داون في المجتمع و ترتيبهم يجب أن يكون إلى جانب حركة التعليم تسير معه في كل مرحلة و تصاحبه في جميع مستوياته ، و لعل أهم مرحلة من مراحل الدمج هي مرحلة الممارسة الرياضة التي تعتبر مرحلة حاسمة يمر بها المعاق خلال نموه الاجتماعي والجسماني والعقلي والنفسي والوجداني حيث تفتح فيها القدرات الاستعدادية والميول والرغبات المحددة لشخصيته التي يحاول من خلالها أن يبرهن و يثبت مدى نضجه الاجتماعي ، إذ يكون في بدايتها معرضاً للانجازات الانفعالية و تذبذب في العلاقات الاجتماعية . و يعتبر التحفيز عاملاً مهماً و له علاقة بدافعية الانجاز و رفع مستويات الأداء المعاقين متلازمات داون على ممارسة الألعاب الترويحية و التي سبق ذكرها جعلنا نقوم بهذه الدراسة قصد إثبات أو نفي هذا التأثير و بناء على ذلك تم صياغة إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي :

- هل للألعاب الترويحية دور في الرفع من دافعية الانجاز لدى أطفال متلازمات داون؟

التساؤلات الجزئية:

هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تحفيز المختص و مستوى دافعية الإنجاز لدى متلازمات داون ؟  
هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الألعاب الترويحية بالإرشاد و مستوى دافعية الإنجاز لدى أطفال متلازمات داون ؟

2./ الفرضية العامة :

- للألعاب الترويحية دور في الرفع من دافعية الانجاز لدى أطفال متلازمات داون.

الفرضيات الجزئية:

➤ توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تحفيز المختص و مستوى دافعية الإنجاز لدى أطفال متلازمات داون.

➤ هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الألعاب الترويحية بالإرشاد و مستوى دافعية الإنجاز لدى أطفال متلازمات داون.

3./ أهمية البحث:

علمية

- تزايد اهتمام الدارسات، العلمية للسلوك الإنساني في الرياضة
- تحقيق الهدف الأقصى لممارسي الرياضة او بما يعرف بمجال علم النفس الرياضي.
- التعريف بسمة سمات الشخصية و كذلك دافعية الانجاز و موضوعاتها الهامة في الرياضة و العلاقة الموجودة بينهما.

عملية

- إبراز تأثير الانفعالات فهي لا تنحصر في الناحية النفسية فحسب بل يتعدى إلى النواحي الجسمية.
- محاولة معرفة أهم الحالات النفسية و الانفعالية للمعاقين عند ممارسة الأنشطة الترويحية (الألعاب الترويحية).

## 4./ أهداف الدراسة:

- لعل لكل بحث أهدافه الخاصة به ، فبحثنا هذا تتجلى أهدافه فيما يلي :
- ❖ إبراز دور الدافعية في ممارسة الألعاب الترويحية لدى متلازمات داون.
  - ❖ إبراز العلاقة بين تحفيز المختص ومستوى دافعية الانجاز لدى أطفال متلازمات داون
  - ❖ تبين العلاقة بين الألعاب الترويحية بالارشاد ومستوى دافعية الانجاز لدى أطفال متلازمات داون
- 5./ صعوبات البحث :

البحث هو ثمرة جهد شاق ، وذلك لمواجهةنا لعدة مشاكل وصعوبات من بينها:

- تعتبر قلة المراجع مشكلة كبرى عارضتنا خلال بحثنا هذا و خصوصا التي تتناول موضوع الألعاب الترويحية في الرفع من دافعية الانجاز.
- صعوبة الترجمة في بعض الكتب .
- صعوبات استرجاع بعض الاستمارات .
- صد أبواب المكتبات الأخرى في وجوهنا بداعي عدم حصولنا على رخصة الدخول .

## 6./ أسباب اختيار الموضوع: ومن بين الأسباب التي دفعتنا إلى اختيار هذا الموضوع هي:

ذاتية :

- الرغبة الكبيرة في إنجاز هذا الموضوع.
- كون هذا الموضوع جيد ولم يتم التطرق إليه كثيرا.
- ميلنا لهذا الموضوع وحب الاطلاع والفضول الزائد، لمعرفة مايزال يشوب هذا الموضوع من غموض

موضوعية:

- الرغبة في دراسة أي مشكل يعيق ممارسة الأطفال المعاقين متلازمات داون للألعاب الترويحية أو الأنشطة الرياضية.
- نقص الرعاية النفسية للمعاقين الذين يعانون من حالات القلق.
- التعرف على دافعية الانجاز التي تميز الأطفال المعاقين متلازمات داون.

## 7/. تحديد المصطلحات :

## 1/7. الألعاب الترويحية :

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 . تعتبر الألعاب الترويحية من الأركان الأساسية في برامج الترويح لما تتميز به من أهمية كبرى في المتعة الشاملة للفرد ، بالإضافة إلى أهميته في التنمية الشاملة الشخصية من النواحي البدنية والعقلية والاجتماعية . إن مزاوله النشاط البدني سواء كان بغرض استغلال وقت الفراغ أو كان بغرض التدريب للوصول إلى المستويات العالية ، يعتبر طريقا سليما نحو تحقيق الصحة العامة ، حيث أنه خلال مزاوله ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية بالإضافة إلى تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي. يرى رملي عباس أن الألعاب الترويحية 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 وتمد الأغلبية بالترويح الهادف بدنيا وعقلياً.... والغرض الأساسي هو تعزيز وظائف الجسم من اجل لياقة مقبولة وشعور بالسعادة والرفاهية.<sup>1</sup>

كما أكد "مروان ع المجيد" أن الألعاب الترويحية تشكل جانبا هاما في نفس المعاق إذ يمكنه من استرجاع العناصر الواقعية للذات والصبر ، الرغبة في اكتساب الخبرة ، التمتع بالحياة وتساهم بدور إيجابي كبير في إعادة التوازن النفسي للمعاق والتغلب على الحياة الرتيبة والمملة، وتهدف الألعاب 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.<sup>1</sup>

## 2.7. مفهوم الدافع :

- لغة : " من فعل دفع ، دفعا بمعنى أبعد شخصا أو شيئا و أزاله عن مكانه ، جعل يتقدم بواسطة دافع بمعنى محرك يدفع قاربا شرعيا وبدافع كذا بمعنى بداعي كذا و الدافع : المحرض على فعل شيء ما "<sup>2</sup>.

- اصطلاحا : تعددت مفاهيم الدافع كغيره من المفاهيم النفسية الأساسية .

إذ يعرف بأنه : " مجموعة الظروف الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد من أجل إعادة التوازن "<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> - عبس ع الفتاح رملي ، محمد إبراهيم شحاتة :اللياقة والصحة ،دار الفكر العربي ،القاهرة ، 1991 ، ص 79.

<sup>2</sup> - مروان ع المجيد إبراهيم : الألعاب الرياضية للمعوقين، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع،عمان،الأردن،1997،ص111-112

<sup>2</sup> - صبحي حموي وآخرون ، المنجد في اللغة العربية المعاصرة ، ص 120

<sup>3</sup> - خليل المعاينة ، علم النفس التربوي ، دار الفكر للطباعة والنشر ، ط1، بيروت، 2000 ، ص 22

بينما هناك من يعرفه على أنه: "مثير فعال داخلي يسبب التوتر ويدفع الفرد إلى السلوك بطريقة تخفيض ذلك التوتر".<sup>1</sup>

### 3.7. مفهوم الدافعية :

"هي الطاقات التي ترسم للكائن الحي أهدافه وغاياته لتحقيق التوازن الداخلي، أو تهيئ له أفضل قدر ممكن من التكيف مع البيئة الخارجية".<sup>2</sup>

### مفهوم دافعية الانجاز:

تعتبر كتابات "هنري ميوارى" من الكتابات الباكورة في دافعية الانجاز والتي قدمها في كتابته "استكشافات في الشخصية" ضمن قائمة كبيرة من الحاجات و أشار هول و لنرى الى ان دافعية الانجاز يقصد بها طبقا لمفهوم "ميوارى" تحقيق شيء صعب و التحكم في الموضوعات الحيادية و الكائنات البشرية او الافكار و تناولها او تنظيمها و اداء ذلك بأكبر قدر ممكن من السرعة و الاستقلالية و التغلب على العقبات و تحقيق مستوى مرتفع و التفوق على الذات و منافسة الآخرين و التفوق عليهم...

و في ضوء ما تقدم يمكن تعريف دافعية انجاز بصفة عامة بانها استعداد الفرد للتنافس في موقف ما من مواقف الانجاز في ضوء معيار او مستوى من المعايير او مستويات الامتياز.

**المفهوم الإجرائي:** ونقصد بالتحفيز في دراستنا بأنه عبارة عن مجموعة الدوافع (علوات ، بدلات أو سمة، شهادات، كلمات الشكر والثناء) التي تدفع بالمعاق لعمل شيء ما وتنمية الرغبة في بذل مستوى أعلى من الجهود نحو تحقيق أهداف الألعاب الترويحية على أن تؤدي هذه الألعاب إلى إشباع بعض الاحتياجات لدى فئة متلازمة داون

### 4.7. تعريف الإعاقة :

للإعاقة مفاهيم متعددة حيث تضارب العلماء في تحديد معنى مشترك، ومن بين هذه التعاريف نذكر ما يلي:

**الإعاقة لغة:** تعني (إعاقة الشيء يعوقه عوقا، و التعويق يعني المنع ويطلق التعويق على كل ما يقف أمام المرء، أي يمنعه من أداء نشاطه بكيفية عادية سواء كان هذا(العائق عاديا أو حسيا) .<sup>3</sup>

### 5.7. ذوي الاحتياجات الخاصة:

<sup>1</sup> - فوزي محمد جبل ، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية ، المكتبة الجامعية ، الإسكندرية ،2000، ص 363

<sup>2</sup> - صالح محمد علي أبو جادو ، علم النفس التربوي ، دار الميسرة ، ط1 ، الأردن ، بدون سنة نشر ، ص 22

<sup>1</sup> - ابن منصور جمال الدين : مرجع سابق : سنة 1993 ،ص 25 .

وبما تحمله من تعاليم المحبة و التسامح والإخاء بين البشر فكانت نبرات تضيء بهداية البشر , مما أدى إلى نشر أنظمة الإحسان كنظام الوقف في مصر و العراق.<sup>1</sup>

واستمر هذا النظام عاملاً أساسياً في رعاية المرضى و المعوقين عن طريق مساعدتهم مادياً واسترداد مكائبتهم في المجتمع .

### 6.7. متلازمات داون:

تسمية متلازمة داون تعود إلى الطبيب البريطاني جون لا نغدون داون الذي كان أول من وصف هذه المتلازمة في عام 1862 والذي سماها في البداية باسم "المنغولية" أو "البلاهة المنغولية" ووصفها كحالة من الإعاقة العقلية بشكل موسع في تقرير نشر عام 1866<sup>2</sup> وذلك بسبب رأيه بأن الأطفال المولودين بمتلازمة داون لهم ملامح وجهية (خاصة من ناحية زاوية العين) تشبه العرق المنغولي بحسب وصف جون فريدريك بلومينباخ، ولهذا سماه "منغولية" اعتماداً على النظرية العرقية التي كانت سائدة حينها، وبقيت المعتقدات حول ربط متلازمة داون بالعرق حتى أواخر سبعينات القرن العشرين.

في عام 1959 اكتشف جيروم لوجين Jérôme Lejeune أنها بسبب النسخة الإضافية من الكروموسوم 21.

**7.7. التعريف بالمرحلة العمرية (09-12) :** أ. لغتا: ((البلوغ هي كلمة لاتينية الأصل (puberté)، أو (mubilité)، ومعناها الوصول إلى البلوغ والإدراك، و سن البلوغ هو سن التأهل إلى الزواج)).<sup>3</sup>

ب. اصطلاحاً : مرحلة النضج هي من 08-12 سنة بالنسبة للبنات، ومن 12-13 سنة بالنسبة للذكور، وهي المرحلة الممتدة بين مرحلة السن المدرسي المتأخر، ومرحلة البلوغ المتأخرة (pubertaire) للذكور من 14-15 سنة، أما الإناث من 13-14 سنة وهي مرحلة بطيئة النمو تستقر فيها الانفعالات، يظهر فيها الطفل طاقة كبيرة وسرعة في النشاط الحركي، ويظهر ضعف القدرة على المثابرة و الجهد والانفرادية، حيث هي مرحلة إتقان للخبرة والمهارات العقلية والحركات، وبذلك ينتقل من الكسب إلى مرحلة الإتقان، ويزداد ميله لحب المغامرة و المنافسة القوية، حيث يظهر اختلافات ملحوظة من الناحية الجنسية بين الذكور و الإناث، وهذا ما ينجر عنه توجه الذكور إلى الألعاب العضلية العنيفة، والبنات إلى الألعاب الأقل عنفاً .

<sup>1</sup> - مروان عبد المجيد إبراهيم - الألعاب الرياضية للمعاقين، سنة 1998- ص (9-23)

<sup>2</sup> - Down, J.L.H. (1866). "Observations on an ethnic classification of idiots". Clinical Lecture Reports, London Hospital. 3: 259-262. 2006-07-14 اطلع عليه بتاريخ

<sup>3</sup> - نور حافظ: المراهق، دار الفارس للنشر، ط2، بيروت، لبنان، 1990، ص48.

و خصائص هذه المرحلة العمرية تنطبق مع فئة المعاقين صم بكم من ناحية النمو الجسمي ،يكون الاختلاف في الحالة النفسية المعاق يشعر بنقص.

8./الدراسات السابقة:

-الدراسة الأولى: كوثر عبد المجيد سيد أحمد 1995م:

عنوان الرسالة: تأثير برنامج مقترح للألعاب الصغيرة والقصة الحركية على الوعي الحس حركي للأطفال من 4 - 5 سنوات

هدف الدراسة: التعرف على تأثير البرنامج المقترح على الوعي الحس حركي.

المنهج المستخدم: المنهج التجريبي.

العينة: 90 طفل من الجنسين.

وسائل جمع البيانات: مقياس دايتون للادراك الحس حركي.

أهم النتائج: إن برنامج الألعاب الصغيرة والقصة الحركية المعد من قبل الباحثة له تأثير إيجابي على تحسين الوعي الحس حركي للأطفال وهذا يتفق مع فرص البحث.

-الدراسة الثانية: هاني الرضي وحسن الحيازي 1990.<sup>(1)</sup>

موضوع الدراسة : " اثر برنامج تدريب مقترح لتحسين الدوافع تطوير الأداء المهاري في كرة السلة لدى تلاميذ فئة الصم البكم "

هدفت الدراسة إلى التعرف على اثر تنمية التوافق على بعض مهارات كرة السلة للمعاقين عقليا ذوي الإعاقة المخففة ,حيث بحثت الدراسة في الايجابية عن التساؤلات الآتية :

- هل البرنامج المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة إحصائية على التوافق لدى عينة البحث ؟
- هل البرنامج المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة إحصائية على تحسين الأداء المهاري في كرة السلة لدى عينة البحث ؟

فرضيات الدراسة : تم صياغة فرضيات الدراسة على النحو الآتي :

- البرنامج المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة إحصائية على التوافق لدى عينة البحث

<sup>(1)</sup> هاني الرضي، حسين الحيازي : أثر برنامج تدريبي مقترح لتحسين التوافق على تطوير الأداء المهاري في كرة السلة لدى المعاقين عقليا ، ذوي الإعاقة المخففة ، منشورات جامعة اليرموك ، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد السادس، العدد الأول ، الأردن ، 1990.

- البرنامج المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة إحصائية على تحسين الغداء المهاري في كرة السلة لدى عينة البحث ؟

أجريت الدراسة على عينة قوامها 15 طفلا متخلفا عقليا منهم 10 حالات إعاقة منذ الولادة و 05 حالات إعاقة نتيجة مرضية متوسط عمرهم 14.5 سنة ومتوسط طولهم 159.40 سم ومتوسط وزنهم 62.52 كغ واعتمد الباحث على المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة .

وللتحقق من أهداف الدراسة اعتمد الباحث على تطبيق برنامج مقترح لمدة 08 أسابيع موزعة على 15 وحدة تجريبية بواقع ثلاث وحدات في كل أسبوع , كل وحدة تدريبية تستغرق 60 دقيقة على المجموعة التجريبية , وللتأكد من صحة الفرضيات المقترحة استخدم الباحث أدوات القياس الآتية :

- القياسات الجسمية ( الطول والوزن ) تم من طرف طبيب خاص بهم .
- الاختبارات البدنية ( اختبارات التوافق , تمرير الكرة على الحائط لمدة عشرة ثواني ).
- تقويم مستوى الأداء المهاري في كرة السلة ( التصويب نحو السلة , التصوية السلمية , التمير , المحاورة )
- قام الباحثان بإجراء تعديل على المهارات وعلى الاختبارات البدنية المستخدمة بما يتماشى وقدرات العينة , واجريا لها المعاملات العلمية اللازمة من ثبات وصدق وموضوعية .
- أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين القياس الأول والقياس الثاني في اختبار التوافق مما يؤكد صدق البرنامج المقترح وبالتالي تحقق الفرضية الأولى .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين القياس الأول والقياس الثاني في اختبار الأداء المهاري لكرة السلة مما يؤكد صلاحية البرنامج المقترح في تحسين الأداء المهاري لكرة السلة وبالتالي تحقق الفرضية الثانية للبحث.

الدراسة الثالثة : دراسة حماده محمد حسيني محمد الطوخي "2003" <sup>(1)</sup>

"تأثير برنامج ترويجي رياضي على التكيف العام للمعاقين فئة الصم البكم "

هدفت الدراسة إلى تصميم برنامج ترويجي رياضي لمعرفة مدى تأثيره على التكيف العام لفئة الصم البكم والذين تتراوح أعمارهم ما بين 09-12 سنة ونسبة ذكائهم (50-70) ، وذلك من خلال الإجابة على التساؤلات الآتية :

<sup>(1)</sup> دراسة حماده محمد حسيني محمد الطوخي : تأثير برنامج ترويجي رياضي على التكيف العام للمعاقين عقليا ، بحث ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير ، قسم الترويج الرياضي ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، 2003 .

1. هل توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لعينة البحث الكلية في نمية التكيف العام في اتجاه القياس البعدي؟

2. هل توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في تنمية التكيف العام في اتجاه الذكور؟

### فرضيات الدراسة :

توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لعينة البحث الكلية في نمية التكيف العام في اتجاه القياس البعدي .

توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في تنمية التكيف العام في اتجاه الذكور.

أجريت الدراسة قوامها 32 تلميذ وتلميذة بواقع 16 تلميذا و 16 تلميذة ، تم اختيارهم بالطريقة العمدية من تلاميذ مدرسة التربية الفكرية بشبين الكوم في العام الدراسي 2003/2002 ، حيث تم تطبيق برنامج ترويجي رياضي على أفراد العينة من اقتراح الباحث نفسه لمدة ثلاث أشهر بمعدل 03 وحدات في الأسبوع، زمن كل وحدة تدريبية 45 دقيقة .

استخدم الباحث المنهج التجريبي تصميم المجموعة الواحدة القياسين ( القبلي - البعدي ) ، واعتمد على

### أدوات البحث الآتية :

- اختبار التكيف العام ( الشخصية ) الذي أعده الدكتور عطيات محمود هنا .
- اختبار الذكاء ( استانفورد - بينيه ) .
- استمارة البيانات العامة لكل تلميذ .
- استمارة استطلاع رأي الخبراء على البرنامج الترويجي .
- البرنامج الترويجي المقترح .

وبعد جمع البيانات والمعلومات وإجراء المعالجة الإحصائية توصل الباحث الى :

وجود فروق دالة إحصائية في اتجاه القياسات البعدية عن القياسات القبلية لعينة البحث الكلية في متغيرات ومجموع التكيف الشخصي والتكيف الاجتماعي وكذلك في مجموع التكيف العام للاختبار.

وجود فروق دالة إحصائية في اتجاه القياسات البعدية عن القياسات القبلية لعينة البحث من الذكور في متغيرات ومجموع التكيف الشخصي والتكيف الاجتماعي وكذلك في مجموع التكيف العام للاختبار.

وجود فروق دالة إحصائية في اتجاه القياسات البعدية عن القياسات القبلية لعينة البحث من الإناث في متغيرات ومجموع التكيف الشخصي والتكيف الاجتماعي وكذلك في المجموع الكلي للاختبار (التكيف العام) .

توجد فروق دالة إحصائية في اتجاه عينة البحث من الذكور عن الإناث في اتجاه القياسات البعدية في متغيرات ( اعتماد الطفل على نفسه، علاقاته في أسرة ، علاقاته في المدرسة، علاقاته في البيئة المحلية ) وفي مجموع التكيف الاجتماعي وكذلك في المجموع الكلي للاختبار (التكيف العام).

ممارسة البرنامج الترويحي الرياضي له تأثير ايجابي على تنمية التكيف العام للأطفال المعاقين ذهنيا . وبذلك أوصى الباحث بضرورة تطبيق البرنامج الترويحي في مدارس التربية الفكرية لما له تأثير ايجابي على تنمية التكيف العام للأطفال المعاقين ذهنيا.

#### التعليق على الدراسات السابقة:

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

- أهمية النشاط الرياضي بشكليه الترويحي والتأهيل في تحقيق التوازن الانفعالي و تطوير مفهوم الذات والثقة بالنفس والرغبة في الحياة.

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

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

و قد تناولنا هذه الدراسات ما لها من أهمية تدفع الموضوع المراد دراسته و الاستعانة ببعض نتائج هذه الدراسات في ظل الأفكار النظرية المتعلقة بموضوع الدراسة، ومقارنة نتائج هذه الدراسات بالنتائج المتوصل إليها من خلال هذا البحث .

## تمهيد:

إن اللعب معضلة في غاية الصعوبة فهو يمثل تحديا للكتاب والباحثين في هذا المجال وقد يكون هناك تشابه بينه و بين مفهوم الحب تحس و تشعر به، كما لو أن بعض المهتمين بهذا المجال أن الإنسان الذي لا يلعب لا يمكن أن يكون إنسانا وهذه مقولة صحيحة، بل هي تبدو حقيقة ملحة لا يمكن تجاهلها.

أما بالنسبة للنشاط الرياضي الجماعي فهو أساس من الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية، و تعتبر الألعاب الجماعية وسيلة مهمة من أجل تحسين القدرات النفسية عند الفرد، والتي تحدم بالدرجة الأولى العلاقات مع الآخرين كذلك التفاعل الجماعي، و من واجب المربين الاهتمام أكثر بهذه النشاطات الرياضية، الجماعية و ذلك لأهمية البالغة والنتائج الإيجابية لهذه الأنشطة.

ويعتد النشاط الرياضي الترويحي من الأنشطة البدنية التربوية الأكثر انتشارا في أوساط المعاقين خاصة في المؤسسات الخاصة برعاية المعاقين والمراكز الطبية البيداغوجية المتكفلة بتربية ورعاية المعوقين ، ومما ساعد على ذلك أن النشاط الرياضي الترويحي يعد عاملا من عوامل الراحة الإيجابية النشطة التي تشكل مجالا هاما 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 .

## 1. تعريف اللعب :

يعد موضوع اللعب من الموضوعات التربوية و النفسية التي تتميز بالبساطة والجاذبية وقد أولاه التربويون والمهتمون به اهتماما واسعا لأهميته التنموية إلا أنه عندما يتعرضون يواجهون العديد من إشكاليات لتوضيح مفهوم أبعاده، واللعب ظاهرة طبيعية وفطرية لها أبعادها النفسية و الاجتماعية المهمة فقد اعتبرها زميل Simmel "وظيفة إعداد الأطفال لأدوار الكبار"، بينما أشار فيبر Weber "إلى انتشارها عبر التاريخ كله" و أكد كل منهما على أن اللعب كمجموعة أهداف أكثر ما يقودها هو الحس، و من المنظور الاجتماعي تناول الهولندي هو زينجا Huizinga مفهوم اللعب وعرفه بأنه كل ألوان نشاط الحر الذي يؤدي بوعي تام خارج الحياة العادية باعتبارها نشاطا مختصرا على حدود الملائمة وينفذ وفق قواعد مضبوطة.<sup>1</sup>

## 1-1 - شروط وصف اللعب:

- أن يكون الفرد حرا مستقلا.
- أن يكون غير ملتزم.
- أن يكون غير منتج.
- أن يكون مدعيا (متظاهرا).
- أن يكون غير محكوم بقواعد معلومة سلفا.<sup>2</sup>

## 2. نظريات اللعب:

لقد بحث العديد من علماء الاجتماع عن السبب في الميل للعب ودوافعه، و وضعوا عدة نظريات حاول أن تفسر اللعب بأشكاله المتعددة، و من أبرز تلك النظريات:

## 1-2 - نظرية الطاقة الزائدة:

لقد عبر الفيلسوف الألماني "فريدريك شيلدا" عن فكرته عن اللعب "بأنه البذل الغير الهادف للطاقة الزائدة " و كنتيجة كذلك يوجد لدى الإنسان قوة معطلة لفترات طويلة و أثناء فترات التعطيل تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السلمية النشطة و يزداد تراكمها حتى تصل إلى درجة يتحتم فيها وجود منفذ، و اللعب وسيلة ممتازة لاستنفاد هذه الطاقة الزائدة المتراكمة.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> - مروان عبد الحميد إبراهيم: "الرياضة للجميع"، دار الثقافة، عمان، 2004، ص 101.

<sup>2</sup> - مروان عبد الحميد إبراهيم: "الرياضة للجميع"، مرجع سابق، ص 101.

<sup>3</sup> - تشارلز بيركر: "أسس التربية البدنية"، ترجمة د. حسن معوض، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1964، ص 146.

## 2-2- نظرية الترويح:

يوضح "جونس موتس" القيمة الترويحية للعب حيث تفترض نظريته أن "الفرد يحتاج إلى اللعب كوسيلة لاستعادة نشاط الجسم وحيويته بعد ساعات العمل المجهدة ويعمل على إزالة التوتر العصبي والإجهاد العقلي وقلق النفس.

## 2-3- نظرية المثبرات:

يؤكد "ستنالي هول" أن اللعب جزء لا يتجزأ من مثبرات كل فرد، فالألعاب تنتقل من جيل إلى جيل، و الألعاب الحديثة ما هي إلى صورة متطورة لتلك الألعاب القديمة.<sup>1</sup>

## 3. دور الألعاب :

### 3-1- دور الألعاب في تكوين الطفل:

تعتبر الألعاب والأنشطة العامة في مجال التربية البدنية و الرياضية لجميع الأعمار و لكلا الجنسين و على سواء، و هي إحدى المقومات الرئيسية لأي برنامج للتربية البدنية و يفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد و ميوله، وبالإضافة إلى دورها الهام في النمو البدني، الحركي، العقلي و الانفعالي والاجتماعي الذي يعود على الفرد من ممارستها لها وهي جديرة باهتمام كل طالب لمهمة التربية البدنية و الرياضية.<sup>(2)</sup>

### 3-2- دور الألعاب في النمو البدني:

تساعد الألعاب الطفل على النمو البدني فيه تنمي قدرة الجسم على التكيف للمجهود وقدرته على مقاومة التعب و العودة إلى حالته الطبيعية، وتتضمن الألعاب العديد من الحركات مثل الجري، الرمي، القفز، الوثب، وكلها حركات تساعد على تحسين الأجهزة العضوية المختلفة كالجسم (هضمي، دوري، تنفسي، عصبي).

### 3-3- دور الألعاب في النمو الحركي:

يعمل اللعب على جعل الجسم قادرا على الحركة مع بذل أقل قدر ممكن من الطاقة كما تجعل حركات الطفل رشيقة وجميلة و تعتمد الحركة الفعالة على العمل المنسق، بين الجهاز العضلي، و الجهاز العصبي و تنمو هذه الحركات في الألعاب التي تتضمن مهارات مثل الجري، الوثب....

<sup>1</sup> - تشارلز بيكر: "أسس التربية البدنية"، مرجع سابق، ص147.

<sup>3</sup> - علاوي حسن: "علم النفس الرياضي"، الطبعة 6، القاهرة، مصر، 1985، ص 123.

كما للعب دور في تنمية التوافق العضلي العصبي وذلك لوجود ألعاب تتسم بالإيقاع في الحركات بين الأعضاء السفلية و العضوية.<sup>1</sup>

### 3-4- دور الألعاب في النمو النفسي والانفعالي:

اللعبة هو نشاط الذي يقبل عليه الفرد برغبة تلقائية دون أن يكون له هدف، معين وهو بذلك إحدى الأساليب الطبيعية التي يعبر بها الفرد على نفسه و يعتبره علماء النفس بأنه أحد الميول الفطرية العامة التي تنطلق فيها المشاعر النفسية و الطاقات الغريزية فيما يقوم به نشاط حر، إذ يساعد اللعب في دراسة و تشخيص وعلاج المشكلات النفسية خصوصا في الأطفال، حيث يغلب اللعب على حياتهم، أن اللعب يعتبر عاملا للترفيه عن النفس ولهذا يخصص في العيادات النفسية حجرات خاصة باللعب مزودة بالوسائل التي يستمتع بها المريض سواء كانت ألعاب فردية أو جماعية.<sup>2</sup>

### 3-5- دور الألعاب في النمو العقلي:

كما يحتاج الطفل إلى الغذاء لنموه الجسمي فهو يحتاج للعب لتنميته حركيا و روحيا وعقليا ويبرزه دور الألعاب من الناحية العقلية في تنمية قدرة الطفل على التركيز و عن طريق اللعب يمكن تطوير الإبداع عند الطفل وتوسيع بديهيته لتمكين من اكتشاف محيطه، و يمكن عن طريق اللعب فهم الخطط المتضمنة في الألعاب المختلفة و تساعد على تحليل المواقف المفاجئة الانفعال القدرة على اتخاذ القرار بسرعة تحت ضغط الظروف.<sup>3</sup>

### 3-6- دور الألعاب في النمو الاجتماعي:

يساهم اللعب في نشئة الطفل اجتماعيا، فالطفل أثناء اللعب يكتشف مسؤوليته نحو الجماعة و الحاجة للتبعية و القيادة و إلى ممارسة النجاح و الشعور بالانتماء، كما يتعلم كيف يواجه مواقف الرضا و المواقف الضيقة و الهزيمة ويتخفف في أثناء اللعب و الحب و الإيحاء وتحقيق الذات واحترام حقوق الآخرين. والطفل يتعلم من خلال اللعب مع الآخرين للإثارة و الآخذ والعطاء كما يؤدي إلى اللعب دور في تكوين النظام الأخلاقي، و الاجتماعي للطفل من خلال الاندماج والتعايش مع زملائه، فالجانب الاجتماعي للعب هو

<sup>1</sup> - سعد مرسي أحمد، و كورتر كوجك: "تربية الطفل المدرسية"، عالم الكتب، القاهرة، 1983، ص47.

<sup>2</sup> - علاوي حسن: "علم النفس الرياضي"، مرجع سابق، ص123.

<sup>3</sup> - سعد مرسي أحمد، و كورتر كوجك: "تربية الطفل المدرسية"، مرجع سابق، ص 123.

الجانب الذي يبحث عنه بكثرة في النشاط الرياضي فمن خلاله يتعلم الطفل الصدق و الأمانة والمشاركة و احترام الغير و ملاحظة القوانين وتطبيقها كلها تساعد الطفل في تنمية روح الجماعة لديه.<sup>1</sup>

#### 4. مفهوم الترويح:

إن مصطلح الترويح بلفظها العربي لم تستخدم إلا قليلا، في الكتابات الاجتماعية العربية بل استخدمت في مكانها ألفاظا أخرى مثل الفراغ، اللهو واللعب، وهي في اللغة العربية مشتقة من فعل "راح" ومعناها السرور والفرح.<sup>2</sup>

إن مصطلح الترويح (Recreation) يعني إعادة (Re) الخلق (création) ويفهم أيضا من مصطلح الترويح على أنه التجديد أو الانتعاش.

ويرى رومني Rommey أن الترويح هو نشاط ومشاعر ورد فعل عاطفي وأنه سلوك وطريقة لتفهم الحياة . بينما يوضح ناش nash أن وقت الفراغ تلك الأوجه من النشاط التي تجلب للفرد السعادة وتتيح له الفرصة للتعبير عن الذات وتتوافر فيها حرية الاختيار .

ويشير دي جرازيا De Geazzia إلى الترويح بأنه النشاط الذي يسهم في توفير الراحة للفرد من عناء العمل ويوفر له سبل استعادة حيويته.

بينما يرى كراوس Kraus أن الترويح هو تلك الأوجه من النشاط أو الخبرات التي تنتج عن وقت الفراغ، والتي يتم اختيارها وفقا لإرادة الفرد وذلك بغرض تحقيق السرور والمتعة لذاته واكتساب العديد من القيم الشخصية والاجتماعية.<sup>3</sup>

أما بول فولكي P. Foulquie يرى أن الترويح هو زمن نكون في غرضه غير مجبرين على عمل مهني محدد، ويستطيع كل واحد منا أن يقضيه كما يشاء أو كما يرغب.<sup>4</sup>

1- علاوي حسن: "علم النفس الرياضي"، نفس المرجع السابق، ص 124.

2 - R .Md Casablanca, sociabilité et loisirs chez enfants, de la chaux et nestle, Paris,1968 ,p 42

3- محمد الجماعي: رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة 1997، ص29.

4 - Paul foul quie, 1978,p203

ومن أهم التعاريف المستخدمة كثيرا في الدراسات المختلفة تعرف يبتلر "Pettler" أن الترويح يعد نوعا من أوجه النشاطات التي تمارس في وقت الفراغ و التي يختارها الفرد بدافع شخصي لممارستها والتي يكون من نواتجها اكتسابه للعديد من القيم البدنية والحلقية والاجتماعية والمعرفية.

**5. أنواع الترويح:** لقد تعددت الأنشطة الترويحية وتنوعت أشكالها فمنه الفكرية والعاطفية أو الفردية والجماعية أو المقيده والعابرة ذلك لأن النشاط الإنساني المبدع يتحدد باستمرار.

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

- **نشاط ترويجي فعال "Loisir Actif":** ويدل على النشاطات الترويحية المبدعة كالرياضة و الغناء والرسم... الخ.

- **نشاط ترويجي غير فعال "Loisir Passif":** وهو نشاط غير فعال يقف صاحبه موقف المتفرج أو المستمع<sup>1</sup>.

كما قسمه البعض الآخر إلى تراويح فردية وتراويح جماعية فالتراويح الجماعية غالبا ما تقوم بها جماعة من الأفراد مجتمعين، والذين يرغبون في قضاء جانب حياتهم في علاقات اجتماعية عديدة وتكوين صداقات مع آخرين، في حين تعبر الترويح الفردية وهي الأكثر انتشارا عن رغبة الفرد في العزلة عن الظروف العامة للمجتمع، وإنجاز إبداعات شخصية معبرة عن الذات الإنسانية.

أما "ربلتز" فإنه يقسم الأنشطة الترويحية إلى ما يلي:

أ - **الأنشطة الإيجابية:** وهي تتمثل في الأنشطة التي يشرك فيها الفرد ويمارسها بصورة إيجابية، مثل ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة أو الرسم أو العزف على الآلات الموسيقية.

ب - **الأنشطة الاستقبالية:** ويقصد بها استقبال الفرد لنشاط خارجي عن طريق الحواس، كما هو الحال في القراءة أو مشاهدة التلفزيون أو مشاهدة المباريات الرياضية في الملاعب.

ت - **الأنشطة السلبية:** ويقصد بها أن الفرد يقوم بنشاط لا يبذل جهد مثل النوم أو الاسترخاء.

أما التقسيم الذي سنستخدمه هو تقسيم الأنشطة الترويحية طبقا لأنواعها وأهدافها.

1 - Alain Touraine, 1996, p 265

**5-1. الترويح الثقافي:** يشمل الترويح الثقافي على أوجه متعددة من النشاط الذي يلعب دوراً أساسياً في تنمية الشخصية الإنسانية وفتحها، وضروري لمعرفة الفرد لوسطه، ويساهم في إدماج الإنسان في بيئته الاجتماعية نذكر منه:<sup>1</sup>

أ - **القراءة:** مثل قراءة القصص والروايات والمجلات، وغير ذلك من الوسائل المطبوعة.

ب - **الكتابة:** تعتبر الكتابة وسيلة هامة من وسائل التثقيف والتعبير ويمكن تشجيعها بالوسائل التالية:

- إصدار نشرة أو صحيفة مطبوعة للمؤسسة الترويحية وتشجيع إصدار صحف الحائط.

- محاولة توجيه الأعضاء نحو الكتابة في موضوعات يميلون إليها ولديهم القدرة على أدائها ومراسلة الأصدقاء داخل الوطن وخارجه.

ت - المحاضرات والندوات والمناظرات وحلقات البحث.

ث - **الراديو والتلفزيون:** تمثل التلفزة والراديو، أهم الوسائل الثقافية المستخدمة في عصرنا الحاضر، إلى أنها تستهلك الجزء الأكبر من حياة الإنسان الترويحية أي أنها تشغل وقتنا أطول من أوقات فراغنا.

**5-2. الترويح الفني:** يطلق البعض على الأنشطة الترويحية الفنية مصطلح الهوايات الفنية وهي أنشطة ترويحية تمنح الفرد الإحساس بالجمال والإبداع و الابتكار والتذوق، وتعمل على إكسابه القدرات والمهارات وتنمي المعلومات وهناك أنواع متعددة من الهوايات الفنية، ويهتم الفرد غالباً بأكثر من هواية والتي من شروطها أن لا تكون باهظة التكاليف أو تؤدي إلى اندماج الفرد لدرجة تستغرق وقت عمله وإنتاجه ويعرف "كورين" الهوايات بأنها الميول والرغبات المفضلة التي يمارسها الفرد بغرض الاستمتاع لممارستها دون اعتبار للكسب المادي، كما يقسم أنواع الهوايات إلى المستويات التالية:

1. هوايات الجمع: مثل جمع العملات والطوابع، الأشياء الأثرية القديمة، التوقيعات، الأزرار ... الخ.<sup>2</sup>

2. هوايات التعلم: مثل التصوير، علم النبات، الفلسفة، التاريخ، فن الديكور، التدبير المنزلي، علم الطيور ... الخ.

1 - Edouard, Limbos, 1981, p53

<sup>2</sup> - عطيات محمد خطاب: أوقات الفراغ والترويح، دار المعارف، ط3، القاهرة 1982، ص، 46، 46، 192

3. هوايات الابتكار: مثل فن الخزف، النحت، الرسم، الزخرفة، الفخار، الأشغال اليدوية والحياكة... الخ.

4. الفنون التشكيلية والتمثيل بأنواعه المختلفة.

3-5. الترويح الاجتماعي: يضم هذا الصنف كل النشاطات التي تتضمن المعاملات والعلاقات الاجتماعية

،عبارة أخرى النشاطات المشتركة بين مجموعة من الأفراد بهدف الراحة أو التسلية أو تحسين المعاملات الاجتماعية كالمشاركة في جمعيات ثقافية، الجلوس مع أفراد الأسرة، زيارة الأقارب والأصدقاء، الجلوس في المقهى أو النوادي... الخ.

كما يساهم الترويح الاجتماعي في إيجاد فرص التفاعل بين الأفراد والجماعات وتوثيق العلاقات الروابط بينهم في جو يتميز بالمرح والسرور، والبعد عن التشكيلات والرسميات.

الأنشطة الترويحية الاجتماعية متعددة ومتنوعة و قسمها كورين كما يلي:

أ - الحفلات: مثل أعياد الميلاد، حفلات التخرج، حفلات الأزياء، الأعياد، حفلات التدشين، الأعياد الاجتماعية.

ب - الحفلات الترفيهية: الألعاب البهلوانية سهرة المرحة، سهرة الغناء والموسيقى.

ت - حفلات الأكل: الولائم، العزائم والمآدب، وحفلات الشاي.

ث - متنوعات: كالبحت عن الكنز، ويؤخذ على هذا التقسيم بعض الأنشطة التي يمكن أن تدرج تحت أكثر من مجال مثل الألعاب الاجتماعية التي لا تحتاج إلى إمكانيات كثيرة منها: ألعاب اجتماعية حركية، سباقات التتابع، ألعاب غنائية اجتماعية.

- الترويح الخلوي: يقصد به قضاء وقت الفراغ في الخلاء وبين أحضان الطبيعة ويعتبر من الأركان الهامة في الترويح، حيث يساهم في إشباع ميل الفرد للمغامرة والتغيير والبحث عن المعرفة والتمتع بجمال الطبيعة وإكساب الفرد الاعتماد على النفس والعمل مع الجماعة. ويمكن تقسيم الأنشطة الخلوية إلى:<sup>1</sup>

1-النهوات والرحلات: ويقصد بها الذهاب إلى مكان خلوي، كالحدايق والمتنزهات العامة

للاستمتاع بالطبيعة أو ممارسة بعض الأنشطة الترويحية الأخرى.

<sup>1</sup> - عطيات محمد خطاب: أوقات الفراغ والترويح، مرجع سابق، ص، 46، 46، 192.

2-التجوال والترحال (السياحة الترويحية:ويقصد بالتجوال خروج الأفراد أو الجماعات في رحلات قصيرة لمناطق طبيعية معينة مثل المناطق الأثرية أو الريفية أو الغابات، ويكون يوم واحد في الغالب ويتطلب القدرة على المشي لساعات طويلة.

ويعتبر التجوال رياضة خلوية لا تتطلب تكاليف باهظة، وقد تمارس فرديا أو جما عيا.

3-الصيد:يعتبر الصيد من النشاط الترويحي الخلوي مثل صيد الأسماك والطيور، وهو مجال من مجالات الترويحية الهامة في بلدنا لما تتميز به من مسطحات مائية كثيرة، بالإضافة إلى الأهمية الترويحية للصيد، فإنه مورد للأطعمة التي تتميز بقيمتها الغذائية العالية.

4-المعسكرات:تعتبر وليدة الأنظمة العسكرية، التي كانت تحتم إقامة المعسكرات للجنود سواء للتدريب أو الاستعداد للحرب، وبمرور الوقت انتشرت فكرة المعسكرات على مختلف ألوانها في مجتمعاتنا مثل معسكر الكشافة، معسكرات الهيئات والمؤسسات والشركات والمصانع.

- الترويح الرياضي:يعتبر الترويح الرياضي من الأركان الأساسية في برامج الترويحية 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 و الاجتماعية بالإضافة إلى تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي.<sup>1</sup>

ويمكن تقسيم الترويح الرياضي:

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

<sup>1</sup>- إبراهيم رحمة: تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي ،دار الفكر للطباعة والنشر،ط1،عمان 1998، ص 09

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.

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

**4-5. الترويح العلاجي:** الواسع للخدمات، 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.

فالترويح من الناحية العلاجية يساعد مرضى الأمراض النفسية على التخلص من الانقباضات النفسية، وبالتالي استعادة ثقته بنفسه وتقبل الآخرين له، ويجعله أكثر سعادة وتعاوناً، ويسهم بمساعدة الوسائل العلاجية الأخرى على تحقيق سرعة الشفاء.

كالسباحة العلاجية التي تستعمل في علاج بعض الأمراض كالربو وشلل الأطفال وحركات إعادة التأهيل، وأصبح الترويح العلاجي معترف به في معظم المستشفيات وخاصة في الدول المتقدمة.

**5-5. الترويح التجاري:** الترويح التجاري هو مجموعة الأنشطة الترويحية التي يتمتع بها

الفرد نظير مقابل مادي ويرى البعض أن الترويح التجاري يدخل في نطاقه السينما المسرح والإذاعة والتلفزيون والصحف والجرائد<sup>1</sup> وغيرها من المؤسسات الترويحية التجارية الأخرى، وهو يعتبر تجارة رابحة لأصحاب رأس المال في المجتمعات الاشتراكية تعتبر العديد من المؤسسات الترويحية التجارية السابق ذكرها ، مؤسسة لخدمة ورعاية جميع أفراد الشعب للمساعدة في تنميتهم تنمية شاملة ، وهي ملك للدولة وتستغلها لصالح الشعب وليس لصالح رأس المال.

**6. أهمية الترويح:** قررت الجمعية الأمريكية للصحة و التربية 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 ، بأن الأنشطة

<sup>1</sup> - عطيات محمد خطاب، مرجع سابق، ص64، 65، 66

الرياضية والترويحية هامة عموما وللخواص بالذات وذلك لأهمية هذه الأنشطة، اجتماعيا، نفسيا، تربويا، اقتصاديا وسياسيا.

**6-1. الأهمية البيولوجية:** إن البناء البيولوجي للجسم البشري يحتك ضرورة الحركة حيث أجمع علماء البيولوجيا المتخصصين في دراسة الجسم البشري على أهميتها في الاحتفاظ بسلامة الأداء اليومي المطلوب من الشخص العادي، أو الشخص الخاص، برغم اختلاف المشكلات التي قد يعاني منها الخواص لأسباب عضوية واجتماعية و فعلية فإن الأهمية البيولوجية للترويح للخواص هو ضرورة التأكيد على الحركة.<sup>1</sup> يؤثر التدريب وخاصة المنظم على التركيب الجسمي، حيث تزداد نحافة الجسم وثقل سمته دون تغيرات تذكر على وزنه.

وقد فحص ويلز وزملائه تأثير خمسة شهور من التدريب البدني اليومي على 34 مراهق وأظهرت النتائج تغيرات واضحة في التركيب الجسمي، حيث تزداد نمو الأنسجة النشطة نحافة كتلة الجسم في مقابل تناقص في نمو الأنسجة الدهنية.<sup>2</sup>

**6-2. الأهمية الاجتماعية:** إن مجال الترويح يمكن أن يشجع على تنمية العلاقة الاجتماعية من الأفراد ويخفف من العزلة والانغلاق أو (الانطواء على الذات، ويستطيع أن يحقق انسجاما وتوافقا بين الأفراد، فالجلوس جماعة في مقهى أو في نادي أو مع أفراد الأسرة وتبادل الآراء والأحاديث من شأنه أن يقوي العلاقات الجيدة بين الأفراد.

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

وقد استعرض كوكلي Coakly الجوانب والقيم الاجتماعية للترويح فيما يلي: الروح

الرياضية ، التعاون، تقبل الآخرين بغض النظر عن الآخرين ، التنمية الاجتماعية ، المتعة والبهجة ، اكتساب المواطنة الصالحة ، التعود على القيادة والتبعية ، الارتقاء الاجتماعي والتكيف الاجتماعي.

<sup>1</sup> - لظفي بركات احمد: تربية المعوقين في الوطن العربي، دار المريخ للنشر، الطبعة الأولى، الرياض 1981 ، سنة 1984 ، ص 61.

<sup>2</sup> - أمين الخولي: أصول الترويح وأوقات الفراغ، دار الفكر العربي، ط1، 1990، ص150.

**6-3. الأهمية النفسية:** بدأ الاهتمام بالدراسات النفسية منذ وقت قصير، ومع ذلك حقق علم النفس نجاحا كبيرا في فهم السلوك الإنساني، وكان التأكيد في بداية الدراسات النفسية على التأثير البيولوجي في السلوك وكان الاتفاق حينذاك أن هناك دافع فطري يؤثر على سلوك الفرد، واختار هؤلاء لفظ الغريزة على الدافع الأساسي للسلوك البشري، وقد أثبتت التجارب التي أجريت بعد استخدام كلمة الغريزة في تفسير السلوك أن هذا الأخير قابل للتغير، تحت ظروف معينة إذ أن هناك 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 بأن هناك دوافع مكتسبة على خلاف الغرائز الموروثة، لهذا يمكن أن نقول أن هناك مدرستين أساسيتين في الدراسات النفسية ومدرس التحليل النفسي "سيجموند فرويد" وتقع أهمية هذه النظرية بالنسبة للرياضة والترويح أنها تؤكد مبدئين هامين:<sup>1</sup>

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 النظرة في أن الأنشطة الترويحية تساهم مساهمة فعالة في اللمس والنظر والسمع، إذا وافقنا على أنه هناك أنشطة ترويحية مثل هواية الطبخ، فهناك احتمال لتقوية ما سمي التذوق والشم، لذلك فإن 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 لا شك فيه أن الأنشطة الترويحية تمثل مجالا هاما يمكن للشخص تحقيق ذاته من خلالها.<sup>(2)</sup>

**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 وإن الاهتمام بالطبقة العاملة في

<sup>1</sup> - لطفى بركات احمد: مرجع سابق، ص 65.

<sup>2</sup> - حزام محمد رضا القزويني: التربية الترويحية، دار العربية للطباعة، بغداد 1978، ص 43.

ترويحتها وتكوينها تكويننا سليما قد يتمكن من الإنتاجية العامة للمجتمع فيزيد كميته ويحسن نوعيتها، لقد بين "فرنارد" في هذا مجال أن تخفيض ساعات العمل من 96 ساعة إلى 55 ساعة في الأسبوع قد يرفع الإنتاج بمقدار 15%<sup>1</sup>.

فالترويح إذا نتاج الاقتصاد المعاصر، يرتبط به أشد الارتباط ومن هنا تبدو أهميته الاقتصادية في حياة المجتمع، لكن مفكرين آخرين يرون أهمية الترويح نتجت من ظروف العمل نفسه، أي من آثاره السيئة على الإنسان، كالاغتراب والتعب والإرهاق العصبي، مؤكداً على أن الترويح يزيل تلك الآثار ويعوضها بالراحة النفسية والتسلية.<sup>2</sup>

**5-6. الأهمية التربوية:** بالرغم من أن الرياضة والترويح يشتملان الأنشطة التلقائية فقد اجمع العلماء على أن

هناك فوائد تربوية تعود على المشترك، فمن بينها ما يلي:

**تعلم مهارات وسلوك جديدين:** هناك مهارات جديدة يكتسبها الأفراد من خلال الأنشطة

الترويحية على سبيل المثال القراءة كنشاط ترويجي تكسب الشخص مهارة جديدة لغوية ونحوية، يمكن استخدامها في المحادثة والمكاتبة مستقبلاً.

**تقوية الذاكرة:** هناك نقاط معينة يتعلمها الشخص أثناء نشاطه الرياضي والترويجي يكون لها أثر فعال على الذاكرة، على سبيل المثال إذا اشترك الشخص في أدوار تمثيلية فإن

حفظ الدور يساعد كثيراً على تقوية الذاكرة حيث أن الكثير من المعلومات التي ترداد أثناء الإلقاء تجدد مكاناً 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 المعلومات الحقيقية يحتاج الشخص إلى التمكن منها ، مثلاً المسافة بين نقطتين أثناء رحلة ما، وإذا اشتمل البرنامج الترويجي رحلة بالطريق الصحراوي من العاصمة إلى وهران فإن المعلومة التي تتعلم هنا هي الوقت الذي تستغرقه هذه الرحلة.

<sup>1</sup> - محمد نجيب توفيق ، سنة 1967، ص56

<sup>2</sup> - Sue, p49

• **اكتساب القيم:** إن اكتساب معلومات وخبرات عن طريق الرياضة والترويح ساعد الشخص على اكتساب قيم جديدة إيجابية ، مثلا تساعد رحلة على اكتساب معلومات عن هذا النهر ، وهنا اكتساب لقيمة هذا النهر في الحياة اليومية ، القيمة الاقتصادية ، القيمة الاجتماعية كذا القيم السياسية.<sup>1</sup>

**6-6. الأهمية العلاجية:** يرى بعض المختصين في الصحة العقلية أن الترويح يكاد يكون المجال الوحيد الذي تتم فيه عملية " التوازن النفسي " حينما تستخدم أوقات فراغنا استخداما جيدا في الترويح : (تلفزيون، رياضة، سياحة شريطة ألا يكون الهدف منها تمضية وقت الفراغ، كل هذا من شأنه أن يجعل الإنسان أكثر توافقا مع البيئة وقادرا على الخلق 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 البيئة الخضراء والهواء الطلق، والحمامات المعدنية وسيلة هامة للتخلص من هذه الأمراض العصبية ، وربما تكون خير وسيلة لعلاج بعض الاضطرابات العصبية.<sup>(2)</sup>

**7. نظريات الترويح:** من الصعب حصر كل الآراء حول مفهوم الترويح بسبب تعدد العوامل المؤثرة عليه والمتأثرة به في الحياة الاجتماعية المعقدة، إلا أنه يمكن تحديد أهم مفاهيمه حسب ما جاء في التعاريف السابقة خاصة تلك التي قدمها سيجموند فرويد SegMund 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 النشطة الصحيحة ، وخاصة الأطفال، تحتزن 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 فإن لدى الإنسان قوى معطلة لفترات طويلة، وأثناء فترات التعطيل هذه تتراكم الطاقة في مراكز

<sup>1</sup> - حزام محمد القر ويني، مرجع سابق، ص31، 32

<sup>2</sup> - A, pomarart al, 1986, p 589

الأعصاب السليمة النشطة ويزداد تراكمها وبالتالي ضغطها حتى يصل إلى درجة يتحتم فيها وجود منفذ للطاقة واللعب وسيلة ممتازة لاستنفاد هذه الطاقة الزائدة المتراكمة.<sup>1</sup>

ومن جهة ثانية أن اللعب يخلص الفرد من تعب المتراكم على جسده، ومن توتراته العصبية المشحونة من ممارسة واجباته المهنية والاجتماعية و يعتبر وسيلة ضرورية للتوازن الإنساني النفسي وموافق مع البيئة التي يعيش فيها.<sup>2</sup>

**7-2. نظرية الإعداد للحياة:** يرى كارل جروس الذي ناد بهذه النظرية بأن اللعب هو الدافع العام لتمارين الغرائز الضرورية للبقاء في حياة البالغين وبهذا يكون قد نظر إلى اللعب على أنه شيء له غاية كبرى، حيث يقول أن الطفل في لعبه

يعد نفسه للحياة المستقبلية ، فالبنت عندما تلعب بدميتها تتدرب على الأمومة، والولد عندما يلعب بمسدسه يتدرب على مقاتلة الأعداء كمظهر للنخوة.

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

أما في المجتمعات الصناعية يقول ميللز "R. Mills" يعوض الترويح 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 أنه يشجع على ممارسة الهوايات المختلف الرياضية، الفنية أو العلمية ويجد الهاوي من ممارسة هواياته، فرصة للتعبير عن طاقاته الفكرية وتنميتها يصاحبه في ذلك نوع من الارتياح الداخلي، بعكس الحياة المهنية التي تضمن نمو المواهب والإبداعات عامة وخاصة في مجال العمل الصناعي.

**7-3. 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 من جيل إلى آخر منذ أقدم العصور.

من خلال هذه النظرية يكون ستانلي هول قد اعترض لرأي كارول جروس ويبرر ذلك بأن الطفل خلال تطوره يستعيد مراحل تطور الجنس البشري، إذ يرى أن الأطفال الذين يتسلقون الأشجار هم في الواقع يستعيدون المرحلة الفردية من مراحل تطور الإنسان.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> - محمد عادل خطاب، مرجع سابق، ص56، 57

<sup>2</sup> - moyncs, 1982, p163

<sup>3</sup> - كمال درويش، أمين الخولي: أصول الترويح و أوقات الفراغ، دار الفكر العربي، ط1، 1990، ص227

**7-4. نظرية الترويح:** يؤكد "جتسيمونس" القيمة الترويحية للعب في هذه النظرية ويفترض في نظريته أن الجسم

البشري يحتاج إلى اللعب كوسيلة لاستعادة حيويته فهو وسيلة لتنشيط الجسم بعد ساعات العمل الطويلة.

والراحة معناها إزالة الإرهاق أو التعب البدني والعصبي وتمثل في عملية الاستراحة، الاسترخاء في البيت

أو الحديقة أو في المساحات الخضراء أو على الشاطئ .. الخ.

كل هذه تقوم بإزالة التعب عن الفرد، وخاصة العالم النفسي، لهذا نجد السفر والرحلات والألعاب الرياضية

خير علاج للتخلص من العمل النفسي والضجر الناتجين عن الأماكن الضيقة والمناطق الضيقة.<sup>1</sup>

**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 العضلات الدقيقة للعين واليد، وهذا الأسلوب من

العمل يؤدي إلى اضطرابات عصبية إذا لم تتوفر للجهاز البشري وسائل استجمام 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 واستجماماً يساعده على الاستمرار في عمله بروح

طبية.

**7-6. نظرية الغريزة:** تفيد هذه النظرية بأن البشر غريزيًا نحو النشاط في عديده متيحها ، فالطفل يتنفس

ويضحك ويزحف وتنصب قامته و يقف ويمشي ويجري ويرمي في فترات متعددة من نموه وهذه أمور غريزية

وتظهر طبيعة خلال مراحل نموه.

فالطفل لا يستطيع أن يمنع نفسه من الجري وراء الكرة وهي تتحرك أمامه شأنه شأن القطعة التي تندفع وراء

الكرة وهي تجري ، ومن ثم فاللعب غريزي، وجزء من وسائل التكوين العام للإنسان، وظاهرة طبيعة تبدو

خلال مراحل نموه.

**8. العوامل المؤثرة في الترويح:** ثمة عوامل اجتماعية واقتصادية مؤثرة في الترويح، فهو نتاج مجتمع يتأثر ويؤثر

في الظروف واجتماعية، وتكفي الملاحظة العملية للحياة اليومية من أن تكشف عن متغيراته السوسولوجية

والنفسية والبيولوجية واقتصادية.

<sup>1</sup> - A.POMART, AL,NOUVEAU LAROUSSE MEDICAL, LIBRAIRIELAROUSSE, PARIS1986, p221

وتشير كل الدراسات التي جرت في بعض الدول الأوروبية لتقدير الوقت الذي يقضيه الأفراد في العديد من نشاطات الترويح إلا أن كل من حجم الوقت والترويح ونشاطاته يتأثر بالعديد من المتغيرات أهمها:<sup>(1)</sup>

**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" أن كثيرا من سكان المناطق الريفية لا يشاهدون السينما إلا قليلا، لأن عادات هؤلاء الريفيين تمقت السينما.<sup>(2)</sup>

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.

وتختلف أشكال اللهو واللعب في ممارسة الأفراد لهذا النوع من التسلية أو كرههم لها، بحسب ثقافة المجتمع ونظمه المؤثرة، فقد بين لوسن "Lushen" في دراسته للنشاط الرياضي وعلاقته بالنظام الديني، في دراسة على عينة بلغت 1880 شخصا في ألمانيا الغربية تمارس ديانات مختلفة، على أن النشاط الترويحي يتأثر بعوامل ثقافية ودينية والوسط الاجتماعي عموما.<sup>(3)</sup>

**8-2. المستوى الاقتصادي:** تعالج هذه النقطة من حيث استطاعة دخل العمل لإشباع حاجاتهم الترويحية في حياة اجتماعية يسيطر عليها الإنتاج المتنامي لوسائل الراحة والتسلية والترفيه.

يبدو من خلال كثير من الدراسات أن دخل العامل يحدد بدرجة كبيرة استهلاكه للسلع واختياراته لكيفية قضاء وقت الفراغ عند الموظفين أو التجار أو الإطارات السامية.<sup>(4)</sup>

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

1 - THOMS.O : the classroom behavior of teachers during, compevin story ,reading instruction, 1975, p93

2 - Dumazaider, 1982, p 26

3 - Norbert sillamy, 1978, P168

4 - J. Dumaze Deir,1982, P 260

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. والذي يمكن استنتاجه من خلال ما سبق أن اختيار الفرد لكيفية قضاء أوقاته الحرة أو أسلوب نشاطه الترويحي ونمطه يتأثر بمستوى مدا خيل الأفراد وقدرتهم المادية لذلك.<sup>1</sup>

**3-8. السن:** تشير الدراسات العلمية إلى أن ألعاب الأطفال تختلف عن ألعاب الكبار وأن الطفل كلما نما وكبر في السن قل نشاطه في اللعب.

يشير سول نيچر "Sullenger" إلى أن الأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة المراهقة تأخذ نشاطاتهم أشكالاً أخرى غير التي كانوا يمارسونها من قبل، وذلك كالتالي: مشاهدة التلفزيون والاستماع للموسيقى والقراءة وممارسة النشاط الرياضي. مريم بها الإنسان بما سلوكاته الترويحية الخاصة بالطفل يرحم والشيخ يرتاح، في حين أن الشباب يتعاطون أنشطة حسب أذواقهم ففي دراسة بفرنسا " 1967 " وجد أن مزاولة الرياضة تقل تدريجياً مع التقدم في العمر حتى تكاد تنعدم في عمر 60 عاماً.<sup>2</sup>

**4-8. الجنس:** تشير الدراسات العلمية إلى أن أوجه النشاط التي يمارسها الذكور تختلف عن تلك التي يمارسها البنات، فالبنات في مرحلة الطفولة تفضل اللعب بالدمى والألعاب المرتبطة بالتدبير المنزلي، بينما يفضل البنون اللعب باللعب المتحركة وباللعب الآلية وألعاب المطاردة.

ولقد أوضحت دراسات " هونزيك "Honzik" أن البنين يميلون إلى اللعب العنيف أكثر من البنات وأن " الفروق بين الجنسين تبدو واضحة فيما يرتبط بالقراءة والاستماع إلى برامج الإذاعة ومشاهدة برامج التلفزيون. كما أوضحت دراسة إليزابيث تشايلد "E. Child" أن البنات و البنين 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.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> - حسن الساعاتي : التطبع والعمران، دار النهضة العربية، ط3، بيروت 1980، ص.319

<sup>2</sup> - Raymond Tomas, 1983, P71

<sup>3</sup> - كمال درويش، محمد الحماحي: رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة 1997، ص.63.

**5-8. درجة التعلم:** لقد أكدت كثير من الدراسات أن مستوى التعليم يؤثر على أذواق الأفراد نحو تسيلاهم وهواياهم ، منها ما جاء بما " دوما زودي " إذ بين أن التربية والتعليم توجه نشاط الفرد عموما في اختياره لترويجه ، خاصة إنسان اليوم يتلقى كثيرا من التدريبات في مجال الترويحي أثناء حياته الدراسية، مما قد يربي أذواقا معينة لهوايات ربما قد تبقى مدى الحياة.

كما أوضحت دراسة بلجيكية أن اختيار الأفراد لأنواع البرامج الإذاعية المقدمة تتنوع حسب المستوى التعليمي (ابتدائي، ثانوي، جامعي... وإن الجامعيين يفضلون الموسيقى والحصص العلمية والأدبية بينما ذوي المستوى الابتدائي أكثر ولعا بالمنوعات الغنائية والألعاب المختلفة.<sup>1</sup>

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

#### خلاصة:

كان هذا الفصل أداة فعالة لتحليل المفهوم المركزي للترويح وعلاقته بالمجتمع البشري ، وقد أجرينا محاولة لشرح الترويح من كافة جوانبه و إظهار الدراسات التربوية والسيكولوجيا حوله وما ساهمت هذه الدراسات في مضمار فهم ماهيته.

<sup>1</sup> - J-Conzcheuve, 1980, p87

وما يمكن استخلاصه من خلال ما أشرنا إليه حول النشاط الرياضي الترويحي يتمثل في فائدته التي تعود على الأفراد، فهو يعتبر وسيلة تربية وعلاجية إذا تم استغلالها بصفة منتظمة ومستمرة، فهو يساهم في تكوين شخصية الأفراد من جميع الجوانب، الجانب الصحي، الجانب النفسي، الجانب الخلقى و الاجتماعي، وبالتالي تكوين شخصية متزنة تتميز بالتفاعل الاجتماعي والاستقرار العاطفي والنظرة المتفائلة للحياة.

كما أن قيمة النشاط الرياضي الترويحي لا تقتصر على الأفراد العاديين، بل أن النشاط الرياضي الترويحي قيمة خاصة للأطفال ذوي العاهات والذين تضيق دائرة نشاطهم بسبب مرض أو عجز جسمي أو عقلي، وقد أوضح العلماء أن الهدف الأساسي الذي يجب تحقيقه للمعوقين فعليا هو تعليمهم الاشتراك بفعالية في نشاطات الترويحي من خلال برنامج تربوي يشجع على الترويحي و استغلال أوقات الفراغ والذي يجني من خلاله المعوقون بشكل عام والمعوقون فعليا بشكل خاص، فوائد جسمية، اجتماعية، تربية.

### تمهيد:

يعد موضوع الدافعية من أهم موضوعات علم النفس نظرا لتواجده في قلب العديد من المشكلات الرياضية العامة و ذلك بسبب كل من حصيلة نمو البيئات الاجتماعية مثل : التنافس الرياضي ، و سلوكيات المدربين ، أيضا زيادة تأثيرها على متغيرات السلوك مثل :الإصرار ، التعلم و الأداء .

إن القول المأثور ' انك تستطيع إن تقود الحصان إلى النهر و لكنك لا تستطيع ان تجبره أن يشرب الماء ' لأنه يشرب من تلقاء نفسه عندما يكون لديه الدافعية للشرب و هذا يعبر بوضوح عن دور الدافعية في ميدان التعلم و التدريب الرياضي و هذا ما سنتناوله بالتدقيق في هذا الفصل .

## 1. مفهوم الدافعية :

لقد حظي موضوع الدافعية باهتمام عدد من علماء النفس ، وبالتالي تعددت محاولات تعريفها ومن هذه التعاريف نذكر :

التعريف الذي يرى أن الدافعية هي " المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد والحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك ، وهذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة وبمتغيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى " .<sup>1</sup>

ونجد الدافع عند مصطفى عشوي " أنه حالة من التوتر النفسي والفيزيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال ونشاطات وسلوكات لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر وإعادة التوازن للسلوك والنفس عامة " .<sup>2</sup>

ويرى Thomas.r " أنها عبارة عن كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك لإشباع الحاجات والبحث عن الأهداف " .<sup>3</sup>

ويرى أحمد أمين فوزي " الدافع هو حالة توترية داخلية ناتجة عن حاجة نفسية أو فسيولوجية تجعل الفرد في حالة عدم اتزان وهذه الحالة تثير السلوك و توجهه وتستمر به إلى هدف معين حتى يزول هذا التوتر ويستعيد الفرد توازنه النفسي و الفسيولوجي " .<sup>4</sup>

أما عند اليكسون " الدافعية مجرد الرغبة في النجاح أو أنه النشاط الذي يقوم به الفرد ويتوقع أن يتم بصورة ممتازة " .<sup>5</sup>

ونستخلص أن تعريف الدافع قد تعدد وتتنوع واختلف في مفاهيم ومهما كان هذا الاختلاف إلا أنها تبقى المحرك لسلوك الإنسان الجسم في حالة نشاط .

## 2. وظائف الدوافع :

إن أي رد فعل عن أي سلوك لا يمكن أن يحدث تلقائيا وإنما يحدث كنتيجة لما يدور في نفسية الفرد ومنه فالسلوك له أغراض تتجه نحو تحقيق نقاط معينة بها هذا الفرد حاجياته وغرائزه ومنه نستخلص أن للدوافع عدة وظائف تقوم بها لتنشيط السلوك وهي ثلاثة :

1- صالح محمد علي أبو جادو : " علم النفس التربوي " دار المسيرة ط1، الأردن ، ب س ، ص 22 .

2- مصطفى عشوي : " مدخل إلى علم النفس " ديوان المطبوعات الجامعية ، ب ط ، الجزائر ، 1990 ، ص 83 .

3- Thomas . " préparation psychologique du sportif " ed vigot . 1991 p 32

4- أحمد أمين فوزي : " مبادئ علم النفس الرياضي " ، المرجع السابق ، ص 81 .

5- رومي جميل : " كرة القدم " ، دار النقااض ، ط1 بيروت ، لبنان ، 1986 ، ص 50

## 2-1- السلوك بالطاقة :

ومعنى ذلك أن الدوافع تستثير النشاط الذي يقوم به الفرد ويؤدي التوتر الذي يصحب إحباط الدافع لدى الكائن الحي إلى قيامه بالنشاط لتحقيق هدفه وإعادة توازنه وتدلل الملاحظة على أن الإنسان والحيوان من خلال التجارب في الحياة اليومية كلاهما خاملا طالما حاجاته مشبعة أما إذا تعرض للحرمان فإنه ينشط من أجل إشباع هذه الحاجات والرغبات فالدافع يمد السلوك بالطاقة فمثلا يمنح للاعب جائزة مكافأة له على تحسين قدراته وتكليلها بالنجاح ، لكن سرعان ما تفتقد هاته المكافأة جاذبيتها إذا أدرك المراهق أن الرياضة أخلاق قبل أن تكون من أجل المكافأة ففي هذه النقطة تصبح المكافأة غير ضرورية .

## 2-2- أداء وظيفة الاختيار :

ويتجلى ذلك في أن الدوافع تختار نوع النشاط أو الرياضة التي يستجيب ويتفاعل معها المراهق و يهمل الأنشطة الأخرى ، كالذي يهوى كرة القدم نجده يكره كرة السلة مثلا ، كما أنها تحدد الحد كبير الطريقة التي يستجيب بها لمواقف أخرى ، فقد أقر جوردن ألبرت " أنه عندما تكون اتجاه عام للمواقف والميول فإنه لا يخلق فقط حالة التوتر يسهل استشارتها فتؤدي إلى نشاط ظاهر يشبع الموقف أو الميل بل يعمل كوسيلة خفية لانتشار واختيار كل سلوك متصل به وتوجيهه " .

## 2-3- توجيه السلوك نحو الهدف :

إن مجرد عدم الرضا على حالة المراهق لا يؤدي ولا يكفي لإحداث التحسين والنمو عنده بل يجب توجيه طاقاته نحو أهداف معينة يمكن الوصول إليها وتحقيقها فالدكتور حلمي المليجي يلخص وظائف الدوافع فيما يلي :

- أ- إثارة الآليات والأجهزة الداخلية أي أنها تمثل المصادر الداخلية للعمل
- ب- السلوك بالطاقة اللازمة وبمساعدة المثيرات الخارجية التي تثير السلوك .
- ج- اختيار نوع النشاط وتحديدته .
- د- تأخير ظهور التعب تحول دون الملل مما يزيد من يقظة الفرد وقدرته على الانتباه ومقاومة التشتت .

## 3- تصنيف وتقسيم الدوافع :

### 3-1- تصنيف الدوافع :

يوضح " ساج " ( Sage ) عام 1977 أن أحد الطرق المفيدة لفهم موضوع الدافعية هو تصنيفها إلى فئتين عرضيتين هما : الدوافع الداخلية والدوافع الخارجية ، ويتعلق العديد من المهتمين بالكتابة في مجال علم النفس الرياضي مع التطبيق السابق في متناولهم لموضوع الدافعية وعلاقتها بالأداء الرياضي ومنهم على سبيل المثال لا

1- حلمي المليجي : " علم النفس المعاصر " ، دار العربية ، ط6 ، لبنان ، 1984 ، ص 94 ، 95 .

الحصر " فوس" (Fousse) و "تروپمان" ( Troppmanet ) عام 1981 " ليون " ( Liewelin )  
و " بلوكر " ( Bluker ) عام 1982 " محمد علاوي " عام 1983 " سنجر ( Singer ) عام 1984  
" دروش " ( Harris ) و " هارس " ( Drothy ) عام 1984

### 3-1-1- الدافع الداخلي :

يعني الدافع الداخلي أنه مكافأة داخلية أثناء الأداء ، ويعبر عن هذا المعنى " مارتتر " عام 1980 عندما يقر  
أن الدافع الداخلي يعتبر جزءاً مكملاً لموقف التعلم وخاصة إذا كان الفرد يسعى للتعلم مستمتعا بالحصول على  
المعرفة وليس هدفه من التعلم الحصول على المكافأة الخارجية ، ويتضح الدافع الداخلي في النشاط الرياضي عندما  
نلاحظ إقبال بعض النشء على ممارسة نشاط رياضي معين أو الانضمام لفريق رياضي بدافع الرغبة والحب في  
الممارسة ، وقد تستمر هذه الرغبة ما دام النشاط أو الأداء الرياضي يمثل له خبرة جيدة وليس هناك ما يهدده أو  
يعاقبه ويمنع استمراره فدافع الاستمرار في ممارسة النشاط الرياضي يشعر بالسعادة لأنه يمارس النشاط إن الدافع  
الداخلي ينبع من داخل الفرد ، ويحدث أثناء الأداء . (1)

### 3-1-2- الدافع الخارجي :

يقصد بالدافع الخارجي حصول اللاعب على مكافأة خارجية جراء الأداء والممارسة وإن السبب الرئيسي  
بالاستمرار والإقبال على الأداء الرياضي هو المكافأة الخارجية المنتظر أن يتحصل عليها .  
فالدافع الخارجي على النحو السابق ينشأ من خارج اللاعب وتحركه قيمة المكافأة الخارجية التي ينتظرها الدافعية  
الخارجية فالشخص المحفز داخليا يتصرف حتى يتحصل على المكافأة مرتبطة بالفعل ذاته ، فاهتمامه إذن مركز  
على تأدية الدور بمعنى البحث عن اللذة التي قد يشعر أثناء القيام بالفعل الرياضي .  
أما الشخص المحفز خارجيا فهو يتصرف حتى يتحصل على مكافأة خارجية عن فعله فاهتمامه إذن يتركز في  
هذه الحالة على الحصول على المكافأة مرتبطة بالفعل لا على الدور في حد ذاته .

### 3-2- تقسيم الدوافع :

ونقسمها إلى قسمين هما : الدوافع الأولية ، الدوافع الثانوية .

### 3-2-1- الدوافع الأولية :

وتسمى أيضا بالدوافع الفسيولوجية أو الجسمانية وهي عبارة عن دوافع أو حاجات جسمانية تفرضها طبيعة  
تكوين جسم الإنسان ووظائف أعضائه ومن أمثلتها :  
الحاجة إلى الطعام ، الحاجة إلى الشراب ، الحاجة إلى الراحة ، الحاجة الجنسية ، الحاجة إلى اللعب ( عند  
الأطفال ) والحاجة إلى الحركة والنشاط .... الخ .

<sup>1</sup> - أسامة كامل راتب : " دوافع التفوق الرياضي " دار الفكر العربي ، ب ط ، القاهرة ، 1990 ، ص 38 .

وقديما كانت تسمى هذه الدوافع بـ " الغرائز " إلا أن الكثير من علماء النفس في الوقت الحالي لا يستخدمون لفظ الغرائز لتفسير سلوك الحيوان .

### 3-2-2- الدوافع الثانوية :

تسمى أيضا الدوافع أو الحاجات المكتسبة أو الاجتماعية إذ يكتسبها الفرد نتيجة تفاعل مع البيئة ، وتقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الأولية ،<sup>1</sup> غير أنها تستغل عنها وتصبح لها قوتها التي تؤثر في السلوك كنتيجة لتأثير العوامل الاجتماعية المتعددة ، وأمثلة الدوافع الثانوية ، الحاجة إلى التفوق والمركز أو المكانة ، السيطرة و القوة والأمن والتقدير ، والانتماء والحاجة إلى إثبات الذات .... إلخ .

### 4 - الدوافع والحاجات النفسية :

يرى " مصطفى عشوي : أنه " ينبغي أن نعرف أن وراء كل سلوك دافع فإذا رأينا شخصا منطويا على نفسه ينبغي أن لا تصدر الأحكام ضده ، بل يجب أن نسأل عن الدافع وراء ذلك إن كان متكبيرا أو يثير المشاكل في العمل أو في الممارسة ، نفس الشيء ينبغي أن نسأل عن الدافع وراء كل سلوك يمكننا ملاحظته ونريد دراسته ، فالدافع حالة من التوتر النفسي والفيزيولوجي الذي قد يكون شعوريا أو لا شعوريا ، تدفع الفرد للقيام بأعمال ونشاطات وسلوكات لإشباع حاجات معينة للتحقيق من التوتر والإعادة التوازن للسلوك أو للنفس بصفة عامة " ومن هنا نذكر بعض الحاجات النفسية وهي كالاتي :

. الحاجة إلى الاطمئنان .

. حاجة التفوق

. حاجة التبعية

. حاجة التعلم والمعرفة.<sup>2</sup>

### 4-1- الدوافع النفسية :

هناك ارتباط كبير بين الدوافع سواء كانت فسيولوجية على شكل حاجات أساسية فطرية أو حاجات مكتسبة متعلمة ، أو دوافع نفسية اجتماعية .  
نعني بالدوافع النفسية مثلا الحاجة إلى الأمن ، الحاجة إلى الحب الحاجة إلى احترام وتقدير الذات والحاجة إلى تأكيد الذات .<sup>3</sup>

1- محمد حسن علاوي : " سيكولوجية التدريب والمنافسة " المعارف ، ط1 ، مصر ، 1987 ، ص 205 .

2- مصطفى عشوي : " مدخل إلى علم النفس " المرجع السابق ، ص 34 .

3- مصطفى عشوي " مدخل علم النفس " ، مرجع سابق ، ص 87،90 .

#### 4-2- خصائص الدوافع النفسية :

يشير مصطفى عشوي أنه " لا يبدو أن لهذه الدوافع أسسا فطرية واضحة ولا عوامل بيولوجية ظاهرة . للثقافة والتربية دور هام في أنماط ونماذج ظهور هذه الدوافع حسب ترتيب معين وفي أنماط إشباع هذه الدوافع. لا يمكن فصل هذه الدوافع الفيزيولوجية عن الدوافع الاجتماعية كالتملك والسيطرة وغير ذلك إلا من الناحية الفطرية إذ ينبغي النظر إلى الذات الإنسانية نظرة تكاملية تراعي الأبعاد العضوية والنفسية والاجتماعية ومما ينبغي التأكيد عليه هو ضرورة مراعاة دوافع الناس وحاجاتهم أثناء الاتصال بهم والتعامل معهم ، وكل ذلك انطلاقا من إدراكه قاعدة هامة تسيير وتقييد سلوك الأشخاص ، وهي أن وراء كل سلوك دافع ، إلا أن نوع الدافع الذي يحدد سلوكه هو الذي يختلف من شخص إلى آخر ، كما أنه يختلف من موقف إلى ، وعليه فإن إدراك الموقف بأبعاده الزمانية والمكانية والانفعالية هو العامل الأساسي للمساعدة على معرفة الدافع أو الدوافع المحركة لسلوك شخص أو أشخاص ما .

#### 5 - مصدر الدافعية في الميدان الرياضي :

يعتبر Gros . G أن " الحاجة تولد الدافعية وتعطي لطاقتها سلوك عقلي وهي موجهة نحو هدف معين يحقق الإشباع " يظهر أن دافعية الرياضي المدروسة من مختلف الزوايا ، هي من أصل فيزيولوجي ( لذة الحركة ) واجتماعي ( الحاجة للفوز ) والبحث عن العيش في جماعة.<sup>1</sup>

#### 6 - الدافعية والأداء أو النتيجة الرياضية :

يشير " Macolin " إلى أنه " من العوامل الأساسية التي تساهم وتلعب دورا مهما في الأداء الفردي أو أداء الفريق ، نذكر القامة الفيزيائية ، مستوى القدرة ، درجة من الشروط الفيزيائية ، الشخصية وأخيرا الدافعية التي تعتبر من أهمها في التأثير على أداء اللاعب " ويبرز المختصون في علم النفس الرياضي هذه الأهمية في العلاقة التالية :

الدافعية + التعلم = النتيجة ( الأداء ) الرياضية .

تبين هذه المعادلة المختصرة ، شرطا ضروريا ولكن غير كافي ، فالدافعية بدون تجارب ماضية تؤدي إلى نقص النشاط الرياضي واللاعب بدون دافعية فهو دون النتيجة أو المستوى الرياضي.<sup>2</sup>

1- Gerand , bet gros.g " lentrqie;ent de basket – ball " ed ,vigat , paris 1985,p223.

2- Macolin (Revue ) des cteurs qui cantribuent a la peformanuce indirudelle ou d'une equipe.N° 2 SPOD . , 1998.P12 .

**7 - ماذا تعني الدافعية في النشاط الرياضي :**

تعني الدافعية في النشاط الرياضي ببساطة اتجاه وشدة الجهد الذي يبذله الناشئ في التدريب والمنافسة .

**7-1- شدة الجهد :**

يعني مقدار الجهد الذي يبذله الناشئ أثناء التدريب أو المنافسة ، فعلى سبيل المثال : فعن اللاعبين أحمد ومحمد يحضران جميع جرعات التدريب في الأسبوع ، لكن من حيث شدة الجهد نلاحظ أن أحمد يبذل جهدا أكبر من محمد .

**7-2- اتجاه الجهد :**

يعني اختيار الناشئ لنوع معين من النشاط يمارسه ، أو اختياره مدرب معين يفضل أن يتدرب معه أو نادي معين يمارس فيه رياضته المحببة .... إلخ .

**7-3- العلاقة بين الاتجاه وشدة الجهد :**

يلاحظ وجود علاقة وثيقة بين اتجاه وشدة الجهد على المثال الناشئ ، الذي يواظب على حضور جميع جرعات التدريب ( اتجاه الجهد ) يبذل جهدا كبيرا في جرعات التدريب المختلفة التي يحضرها ( شدة الجهد ) وفي المقابل فإن الناشئ الذي كثيرا ما يتأخر أو يتغيب عن جرعات التدريب يظهر جهدا قليلا عندما يشارك في التدريب .<sup>1</sup>

**8 - بعض الأبعاد في مجال السمات الدافعية الرياضية :****8-1- الحاجة للانجاز :**

وهي الحاجة لتحقيق النجاح والفوز في المنافسات الرياضية ومحاولة بذل قصارى الجهد في المنافسة الرياضية و مواجهة تحدي المنافسين والتدريب الشاق المتواصل للوصول للتفوق الرياضي .

**8-2- ضبط النفس :**

اللاعب الرياضي الذي يتميز بسمة ضبط النفس يستطيع التحكم في انفعالاته بصورة واضحة في العديد من المواقف المثيرة بلا انفعالات في أثناء المنافسات الرياضية ولا يفقد أعصابه بسهولة في أوقات الشدة أو الضغوط

**8-3- التدريبية :**

اللاعب الرياضي الذي يتسم بسمة التدريبية ينفذ بدقة تعليمات المدرب ويحترم كل من قام بتدريبه ويستشير مدربه عندما يواجه بعض المشكلات كما يشعر بأن مدربه يفهمه جيدا ولا يتحيز للاعبين معينين.<sup>1</sup>

1- أسامة كامل راتب " الإعداد النفسي لتدريب الناشئين وأولياء الأمور " ، دار الفكر العربي ، ط1 ، بدون بلد ، 1997، ص42 .

1- محمد حسن علاوي : " موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين " مركز الكتاب للنشر ، ط1 ، مصر ، 1998 ، ص 27،28 .

### 9 - دافع الانجاز ( التفوق ) في المنافسة الرياضية :

يعني دافع الانجاز في المنافسة الرياضية الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في انجاز الواجبات والمهام التي يكلف بها .

#### 9-1- أهمية دافع الانجاز والمنافسة الرياضية للنشء ( المراهق ) :

##### 9-1-1- اختيار النشاط :

يتضح في اختيار النشاط لمنافس متقارب في قدراته أو اختيار منافس أقل أو أكثر من قدراته يلعب معه .

##### 9-1-2- الجهد من أجل تحقيق الأهداف :

ويعني مقدار أو كم الممارسة مثل حضور 90% من جرعات التدريب في الأسبوع .

##### 9-1-3- المثابرة :

ويعني مقدرة الرياضي على مواجهة خبرات الفشل وبذل المزيد من الجهد من أجل النجاح وبلوغ الهدف ومثال عن ذلك عندما يشترك الناشئ في بعض المسابقات ولا يحقق مراكز متقدمة وبالرغم من ذلك يستمر في التدريب من أجل تحسين مستواه في المسابقات الموالية .<sup>2</sup>

#### 9-2- مكونات دافع الانجاز نحو النشاط الرياضي :

• تعبر عن العلاقة بين : - مفهوم القدرة

- صعوبة الواجب .

- الجهد المبذول .

وعلى نحو خاص أوضح " نيكولز " أنه يوجد هدفان أساسيان للانجاز يشتملان مفهومين مختلفين هما :

- هدف الاتجاه نحو الأداء .

- هدف الاتجاه نحو الذات .<sup>(1)</sup>

من خلال ما تم التكلم عنه عن دافعية الانجاز أو التفوق نحو النشاط الرياضي نستنتج أنها عبارة عن إرادة ومثابرة الفرد من أجل تجاوز العقبات ( تمرين صعب - واجب معقد ) بقدر كبير من الفعالية والسرعة ، أي ببساطة الرغبة في النجاح والفوز .

#### 9-3- وظيفة الدافعية في المجال الرياضي :

وتتضمن الإجابة على ثلاثة تساؤلات هي :

ماذا تقرر أن تفعل ؟ اختيار نوع الرياضة .

ما مقدار تكرار العمل ؟ كمية الوقت والجهد أثناء التدريب .

2- أسامة كامل راتب : " الإعداد النفسي لتدريب الناشئين وأولياء الأمور " مرجع سابق ، ص 47 .

1- صدقي نورالدين محمد : " المشاركة الرياضية والنمو النفسي للأطفال ، دار الفكر العربي ، ط1 ، مصر ، 1998 ، ص 11 .

كيفية إجادة العمل ؟ المستوى الأمثل للدافعية في المنافسة .

فيما يتعلق بالإجابة عن السؤالين الأول والثاني ، فإنهما يتضمنان اختيار اللاعب لنوع النشاط الرياضي وفترة ومقدار الممارسة ، وليس ثمة شك ، فإن الدافعية عندما تكون مرتفعة نحو رياضة معينة ، فإن ذلك يعكس مدى الاهتمام لهذه الرياضة والاستمرار في الممارسة ، أي تؤدي إلى المثابرة في التدريب بالإضافة إلى العمل الجاد بما يضمن تعلم واكتساب وصقل المهارات الحركية الخاصة بهذه الرياضة .

أما بخصوص الإجابة عن السؤال الثالث عن كيفية إجادة العمل ، فإن وظيفة الدافعية في مضمون هذا السؤال تتضح في مستوى ملائم في الحالة التنشيطية ( الاستثارة ) حيث كل لاعب المستوى الملائم من الاستثارة حتى يحقق أفضل أداء في وقت المنافسة .<sup>1</sup>

### 10 - أنواع الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي :

يقسم " روديك " الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي إلى :

#### 10-1- الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي : ومن أهمها :

- الإحساس بالرضا والإشباع كنتيجة للنشاط الرياضي .
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد ، ونذكر على سبيل المثال الجمباز ، الترحلق على الثلج ، وغيرها من الرياضات التي تميز برشاقة الأداء والحركات .
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة .
- الاشتراك في المنافسات ( المباريات ) الرياضية التي تعتبر ركنا هاما من أركان النشاط الرياضي وما يرتبط بها من خبرات انفعالية متعددة .
- تسجيل الأرقام والبطولات واثبات التفوق وإحراز الفوز .

#### 10-2- الدوافع غير المباشرة للنشاط الرياضي :

ومن أهمها :

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي ، فإذا سالت الفرد عن أسباب ممارسة النشاط الرياضي فإنه قد يجيب أمارس الرياضة لأنها تكسبني الصحة وتجعلني قويا .
- ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى الفرد من قدرات على العمل والإنتاج فقد يمارس الفرد النشاط الرياضي لأنه يساهم في زيادة قدرته على أداء عمله ورفع مستوى إنتاجه في العمل .
- الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي في حالة السمنة حتى يخفف من وزنه .

1- أسامة كامل راتب : " علم النفس الرياضية ، مفاهيم ، التطبيقات " مرجع سابق ، ص 25 .

■ الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم عليه الرياضة إذ يرى الفرد أن عليه أن يكون رياضياً مشتركاً في الأندية والفرق الرياضية وليس للانتماء إلى جماعة معينة وتمثيلها رياضياً<sup>(1)</sup>.  
كما قامت وداد الحامي ، بإجراء بحث للتعرف على دوافع ممارسة النشاط الرياضي عند فتيات الثانوية في وقت الفراغ ، واختارت عينة عشوائية من الأعضاء المشتركة في الأندية بالقاهرة والجيزة ، وشبهت هذه الدوافع مع التي ذكرها روديك مع بعض الدوافع الإضافية وهي :

- الميل الرياضي ، أي أن الفرد له ميل نحو ممارسة النشاط الرياضي .
  - الترويج ، فبممارسة النشاط الرياضي يكون لتحقيق المتعة والراحة .
  - اكتساب نواحي عقلية ونفسية ، بما أن سلامة العقل مرتبطة بسلامة الجسد فالفرد يمارس النشاط الرياضي لتحقيق نمو عقلي ونفسي سليمين .
- حيث قام محمد صالح علوي في سنة 1970 ، بإجراء بحث ليتعرف على دوافع النشاط الرياضي للمستويات الرياضية العالية للبنين والبنات ، واختيرت عينة عشوائية من لاعبي ولاعبات المستويات الرياضية العليا في مصر وتم تصنيف إجابات أفراد العينة إلى :

- المكاسب الشخصية
- التمثيل الدولي
- تحسين المستوى
- التشجيع الخارجي
- اكتساب نواحي اجتماعية
- اكتساب نواحي عقلية ونفسية وبدنية
- اكتساب سمات خلقية
- الميول الرياضية

بهذا فإن دوافع اكتساب النشاط الرياضي تتشابه على حد كبير عند جميع الأفراد باختلاف أعمارهم<sup>2</sup> .

## 11 - تطور دوافع النشاط الرياضي :

إن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي لا تستمر ثابتة أبداً الدهر ، بل تتناوّلها بالتبديل في غضون الفترة الطويلة التي يمارس فيها الفرد النشاط الرياضي .

1- محمد حسن علاوي : " سيكولوجية التدريب والمنافسة " مرجع سابق ، ص 208 .

2- محمد حسن علاوي : " علم النفس الرياضي " ، دار المعارف ، ب ط ، مصر ، 1987 ، ص 162 .

إذ تتغير دوافع النشاط الرياضي في كل مرحلة سنوية حتى تحقق مطالب واختيار المرحلة السنوية التي يمر بها الفرد كما تختلف دوافع الفرد طبقاً لمستواه الرياضي ، إذ تختلف دوافع التلميذ في المرحلة الأساسية عن الدوافع تلميذ المرحلة الثانوية والتي تختلف بدورها عن دوافع اللاعب ذو المستوى العالي نظراً لأن كل مستوى دوافعه التي يتميز بها <sup>1</sup> . يقسم " جوني " الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي طبقاً للمراحل الرياضية الأساسية التي يمر بها الفرد، إذ يرى الفرد أن لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة بها وهذه المراحل هي :

- مرحلة الممارسة الأولية للنشاط الرياضي : وتكون في مدة 6 سنوات إلى 14 سنة .
- مرحلة الممارسة التخصصية للنشاط الرياضي : وتكون من 15 سنة إلى 18 سنة .
- مرحلة المستويات الرياضية العالية : وتكون من 18 سنة فما فوق .

وبما أن المرحلتين الأولى والثالثة هي التي تهتمنا ، اقتصرنا على توضيح دوافعها دون التطرق إلى المرحلتين الأولى والثالثة .

وهذه المرحلة ترتبط دوافع المراهق بالتخصص في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية ، إذ يرغب المراهق في أن يكون لاعباً في كرة السلة أو في كرة القدم أو جمبازياً مثلاً . ومن أهم الدوافع في هذه المرحلة:

- ميل خاص نحو نشاط معين .
- اكتساب معرف خاصة .
- الاشتراك في المنافسات
- اكتساب نواحي عقلية ونفسية
- اكتساب قدرات خاصة .
- اكتساب سمات خلقية وإرادية .

## 12 - نماذج عن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي :

### 12-1- نموذج الدافعية لتغيير انسحاب الناشئ من الرياضة :

( الانسحاب أو عدم الميل والرغبة في المشاركة ) ، ويحتوي على ثلاثة بنائات نظرية تفسر أسباب انسحاب الناشئ من الرياضة .

### 12-1-1- التفسير المعرفي للأهداف المنجزة :

ويذهب هذا البناء النظري إلى أن قرار الانسحاب الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء درجة إنجاز الأهداف ومدى إدراكه لنجاح تحقيقها . (2)

1- أسامة كامل راتب " علم نفس الرياضة ( مفاهيم وتطبيقات ) " ، مرجع سابق ، ص 27 .

2- أسامة كامل راتب " علم نفس الرياضة ( مفاهيم وتطبيقات ) " ، مرجع سابق ، ص 27 .

**12-1-2- نظرية دافعية الكفاية :**

ويشير إلى أن قرار الانسحاب الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء مدى إدراك الناشئ للنواحي البدنية والاجتماعية والمعرفية.

**12-1-3- النموذج المعرفي الانفعالي للتوتر :**

ويعني أن قرار الانسحاب يمكن أن يكون سبب التوتر الناتج عن عدم التوازن بين متطلبات الأداء ومقدرة الناشئ على مواجهة هذه المتطلبات أو نتيجة لافتقاده القدرة على التواتر الناتج عن المنافسة .

**12-2- نموذج الدافعية لتفسير ممارسة ( الرغبة أو الميل ) الناشئ للرياضة :**

ويوضح أن هناك أسباب شخصية وأخرى موقفية ، وتصنف الأسباب الشخصية إلى نفسية وبدنية ، ويأتي في مقدمة الأسباب النفسية دوافع اشتراك الناشئ في الرياضة : الشعور بالمتعة ، تكوين الأصدقاء ، خبرة التحدي والإثارة لتحقيق النجاح والفوز .

أما الأسباب البدنية ، فيأتي في مقدمتها : تعلم مهارات وقوانين اللعب أما الأسباب الموقفية التي تمثل اشتراك الناشئ في الرياضة ، مقدار المشاركة في اللعب روح الفريق ، الاستمتاع باستخدام الإمكانيات والأدوات والأجهزة المختلفة ، بالإضافة إلى هذا النموذج يحتوي على نفس البناءات النظرية الثلاث التي أشرنا إليها مسبقا .

**13 - أهمية الدافعية في المجال الرياضي :**

يعد موضوع الدافعية من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة لاهتمام الناس جميعا .

في سنة 1908م ، اقترح " وود ورت " ( Wood worth ) في كتابه : علم النفس الديناميكي ميدانا حيويا للدراسة أطلق عليه علم النفس الدافعي " Molivation al psychology " أو علم الدافعية " Molivology " وفي سنة 1960م ، تنبأ " فاينكي " ( Foyniki ) بأن الحقبة التالية من تطور علم النفس سوف تعرف بعصر الدافعية .

وفي سنة 1982م ، أشار كل من " ليولن وبلوكر " ( Liewelln and Blucker ) في كتابيهما : <sup>1</sup>

سيكولوجية التدريب بين النظرية والتطبيق ، إلى أن البحوث الخاصة بموضوع الدافعية تمثل حوالي 30% من إجمالي البحوث التي أجريت في مجال علم النفس الرياضي خلال العقدين الآخرين .

وفي سنة 1983 أشار " وليام وارن " ( William ) في كتابه التدريب والدافعية ، أن استشارة الدافع للرياضي يمثل في 70% - 90% من اكتساب اللاعب للجوانب المهارية والخططية ثم يأتي دور الدافعية ليحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين لتعلم تلك المهارات ، وللتدريب عليها بفرض صقله وإتقانها وللدافعية أهمية

1- أسامة كامل راتب " علم نفس الرياضة ( مفاهيم وتطبيقات ) " ، مرجع سابق ، ص 27 .

رئيسية في كل ما قدمه علم النفس الرياضي حتى الآن من نظم تطبيقات سيكولوجية ، ويرجع ذلك إلى الحقيقة التالية :<sup>1</sup>

### 1-13. مكونات دافع الانجاز نحو النشاط الرياضي:

تعبّر عن العلاقة بين:

- مفهوم القدرة

- صعوبة الواجب.

- الجهد المبذول .

وعلى نحو خاص أوضح " نيكولز " أنه يوجد هدفان أساسيان للانجاز يشملان مفهومين مختلفين هما:

- هدف الاتجاه نحو الأداء .

- هدف الاتجاه نحو الذات.(2)

من خلال ما تم التكلم عنه عن دافعية الانجاز أو التفوق نحو النشاط الرياضي نستنتج أنها عبارة عن إرادة ومثابرة الفرد من أجل تجاوز العقبات ( تمرين صعب - واجب معقد ) بقدر كبير من الفعالية والسرعة ، أي ببساطة الرغبة في النجاح والفوز.

### 13-2-وظيفة الدافعية في المجال الرياضي:

وتتضمن الإجابة على ثلاثة تساؤلات هي:

- ماذا تقرر أن تفعل ؟ اختيار نوع الرياضة .

- ما مقدار تكرار العمل ؟ كمية الوقت والجهد أثناء التدريب .

- كيفية إجادة العمل ؟ المستوى الأمثل للدافعية في المنافسة .

فيما يتعلق بالإجابة عن السؤالين الأول والثاني ، فإنهما يتضمنان اختيار اللاعب لنوع النشاط الرياضي وفترة ومقدار الممارسة ، وليس ثمة شك ، فإن الدافعية عندما تكون مرتفعة نحو رياضة معينة ، فإن ذلك يعكس مدى الاهتمام لهذه الرياضة والاستمرار في الممارسة ، أي تؤدي إلى المثابرة في التدريب بالإضافة إلى العمل الجاد بما يضمن تعلم واكتساب وصقل المهارات الحركية الخاصة بهذه الرياضة .

أما بخصوص الإجابة عن السؤال الثالث عن كيفية إجادة العمل ، فإن وظيفة الدافعية في مضمون هذا السؤال تتضح في مستوى ملائم في الحالة التنشيطية ( الاستثارة ) حيث كل لاعب المستوى الملائم من الاستثارة حتى يحقق أفضل أداء في وقت المنافسة.(3)

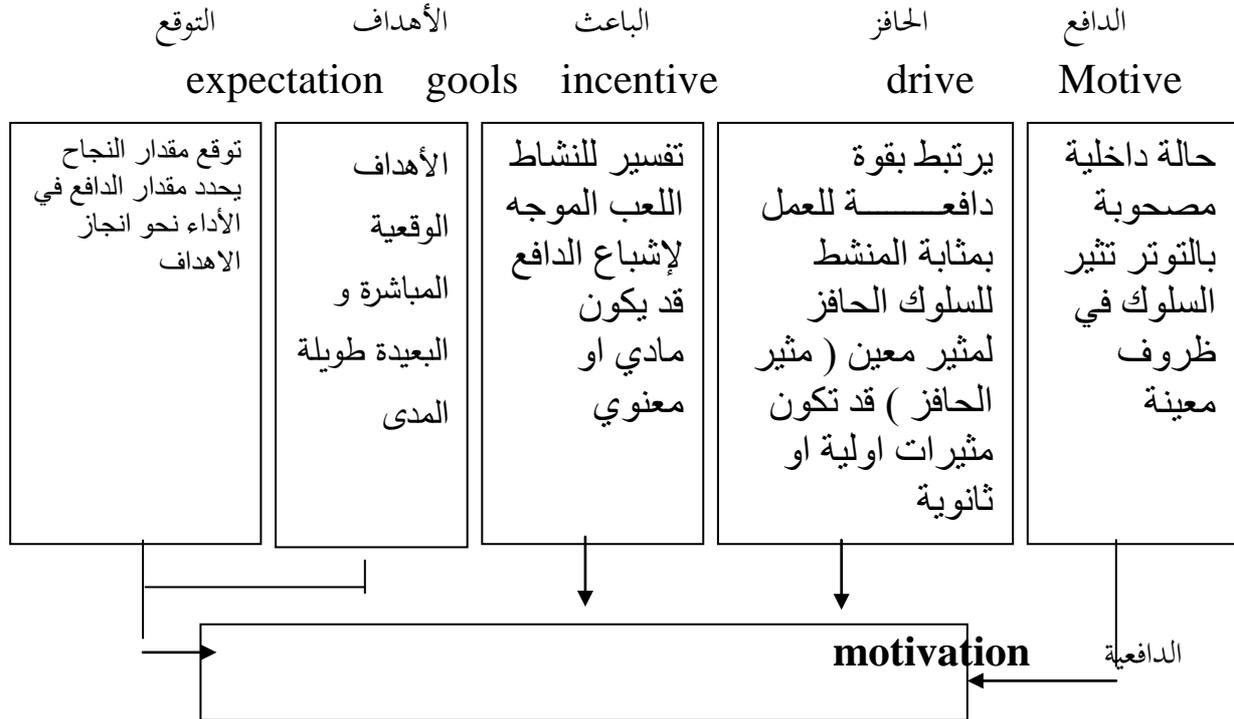
إن كل سلوك وراءه دافع ، أي وراءه قوى دافعية معينة.

2- WWW.ELAZAYEM.COM /(40) htm-15/03/2008 .

(2) - صدقي نور الدين:المشاركة الرياضية والنمو النفسي للأطفال،دار الفكر العربي،ط1،مصر،1998،ص11.

(3) أسامة كامل راتب :علم النفس الرياضة،مفاهيم وتطبيقات،مرجع سابق،ص25 .

وحتى يتسنى لنا فهم هذه التعاريف تجدر بنا الاشارة الى العناصر المتمثلة في الشكل (1) :



عناصر تشكل الدافعية الرياضية عن محمود عنان 1994 (سيكولوجية المنافسات الرياضية) للمجلس الأعلى للشباب و الرياضة قطاع إعداد القادة .

## خلاصة :

من خلال ما قد منا ه نستطيع القول أن الدافعية موضوع عميق وواسع ولا نستطيع حصره في عرض بسيط لكننا حاولنا عرض ما أمكن عرضه لنحاول أن نقرب أو نعطي ولو فكرة بسيطة عن الدوافع والدافعية حتى تساهم هذه الفكرة البسيطة في فهم أعمق وأدق لموضوع دراستنا و بحثنا هذا.

تمهيد:

خلق الله الإنسان بطريقة إبداعية فريدة من نوعها ومنحه الكثير من الصفات التي تميزه عن غيره من المخلوقات وأنعم عليه نعماً لا تعد ولا تحصى ومن أبسطها قدرته على قضاء حاجاته الأساسية بنفسه لكن مشيئته حرمت البعض منها وخاصة الأطفال الذين يتخذون من الأم معلماً ومن الأسرة جليساً..... هؤلاء الأطفال هم المصابين بالمرض المنغولي أو ما يدعى بمتلازمة داون . ماذا تعني متلازمة داون؟ ماهي أسباب الإصابة والأعراض التي تظهر على الطفل المصاب؟ ماهي طرق الوقاية والرعاية.....

## 1. لمحة تاريخية داون متلازمة:

ميز العالم الإنجليزي جون داون متلازمة داون كنوع خاص من أسباب الإعاقة الذهنية عام 1862، ونشر ذلك في تقرير عام 1866. وأطلق على الأطفال المصابين به وصف " منغولي " ملاحظته السمات الوجهية المشتركة بين المصابين وبين الأشخاص من العرق المنغولي .. بحلول القرن العشرين أصبحت متلازمة داون أكثر أنواع الإعاقات الذهنية ظهورا. عزل معظم المصابين في معاهد خاصة مع معالجة بعض الأمراض الباطنية المصاحبة لكن الكثير منهم كانوا يموتون في سن الرضاعة أو مرحلة الطفولة المبكرة. مع انتشار حركات تحسين النسل بدأت 33 ولاية من الولايات المتحدة الأمريكية وعدد من الدول الأخرى برامج التعقيم الإجباري (سلب القدرة على الإنجاب) للأشخاص المصابين بمتلازمة داون أو بإعاقات ذهنية مشابهة. ويعتبر التعبير النهائي لهذا النوع من السياسات العامة من أعمال النازية الألمانية ضمن برنامج للقتل المنهجي. أدى الرفض العام من المجتمع والتطور العلمي والمحاكمات إلى وقف هذه البرامج بعد الحرب العالمية الثانية. ظل سبب متلازمة داون مجهولا حتى منتصف القرن العشرين مع ملاحظة ظهوره في جميع الأعراق وارتباطه بعمر الأم وندرته بشكل عام. بعض الكتب الطبية ذكرت أنه بسبب عوامل وراثية لم تعرف بعد، وتذكر أخرى أنه بسبب حادث إيذاء أثناء ولادة الطفل. مع اكتشاف تقنيات دراسة النمط النووي أصبح من الممكن معرفة التغييرات الحاصلة في عدد الكروموسومات أو شكلها. اكتشف العالم جيروم ليجين عام 1959م أن متلازمة داون تنتج عن وجود كروموسوم إضافي. عرف بعد ذلك أن الكروموسوم الإضافي هو كروموسوم 21 وسمي المرض بتثالث 21<sup>1</sup>. عام 1961 اجتمع 18 عالم جينات على أن مسمى الطفل المنغولي مضلل ويجب تغييره والاعتماد على مسمى متلازمة داون. منعت منظمة الصحة العالمية استخدام المصطلح رسميا عام 1965 بعد طلب قدمه مندوب عن المنغوليين. بالرغم من ذلك استخدم المصطلح مجددا بعد 40 سنة في كتب طبية أساسية مثل " General and Systematic Pathology, 4th Edition, 2004" الذي كتبه البروفيسور جيمس أندروود. عام 1957م، أقام المعهد الوطني للصحة بالولايات المتحدة الأمريكية مؤتمرا لتوحيد المصطلحات المستخدمة في وصف التشوهات، واقتروا إلغاء التسمية الملكية للمرض على اسم الشخص مادام لم يصب به ولم يمتلكه. لكن ما زالت الصيغة الملكية وغير الملكية مستخدمة بين العامة وما زال مسمى متلازمة داون مقبولا عند المتخصصين في كندا وأمريكا والمملكة المتحدة ودول أخرى.<sup>2</sup>

## 2. متلازمة داون:

متلازمة داون أو تناذر داون أو الثلاث الصبغي 21 أو الثلاث الصبغي G متلازمة صبغوية تنتج عن تغير في الكروموسومات حيث توجد نسخة إضافية من كروموسوم 21 أو جزء منه مما يسبب تغيرا في المورثات. تتسم الحالة بوجود تغييرات كبيرة أو صغيرة في بنية الجسم. يصاحب المتلازمة غالباً ضعف في القدرات الذهنية والنمو البدني، وبمظاهر وجهية مميزة. يمكن الكشف عن المتلازمة أثناء الحمل عن طريق بزل السلى. كما يمكن أيضا

<sup>1</sup>-بسيوني، سعاد. سليمان، عبد الرحمن. النحاس، محمد. 2001 م، بحوث ودراسات في سيكولوجية الإعاقة، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة. ص43

<sup>2</sup>-بسيوني، سعاد. سليمان، عبد الرحمن. النحاس، محمد. مرجع سابق. ص43

الكشف عن هذه المتلازمة بفحص الكروموسومات الجينية في دم الأم دون الحاجة لبزل السلي. كما تساعد الأشعة الصوتية التفصيلية على عمر 14-11 أسبوعاً وعلى عمر 18-22 أسبوعاً في تقدير احتمال إصابة الجنين بمتلازمة داون. يمكن أن تجد الكثير من الصفات المميزة لمتلازمة داون في أشخاص طبيعيين كصغر الذقن وكبير حجم اللسان واستدارة الوجه وغير ذلك. تزيد احتمالية إصابة أطفال متلازمة داون بعدة أمراض كأمراض الغدة الدرقية، وارتجاع المريء، والتهاب الأذن. يوصى بالتدخل المبكر منذ الطفولة والكشف القبلي عن أكثر الأمراض شيوعاً والعلاج الطبي وتوفير جو عائلي متعاون والتدريب المهني حتى تساهم في تطوير النمو الكلي للطفل ذو متلازمة داون. وبالرغم من أن بعض المشاكل الجينية التي تحد من قدرات طفل متلازمة داون لن تتغير إلا أن التعليم والرعاية المناسبين قد يحسنان من جودة الحياة<sup>1</sup>.

### 3. تاريخ المرض:

تسمية متلازمة داون تعود إلى الطبيب البريطاني جون لا نغدون داون الذي كان أول من وصف هذه المتلازمة في عام 1862 والذي سماها في البداية باسم "المنغولية" أو "البلاهة المنغولية" ووصفها كحالة من الإعاقة العقلية بشكل موسع في تقرير نشر عام 1866 وذلك بسبب رأيه بأن الأطفال المولودين بمتلازمة داون لهم ملامح وجهية (خاصة من ناحية زاوية العين) تشبه العرق المنغولي بحسب وصف جون فريدريك بلومينباخ، ولهذا سماه "منغولية" اعتماداً على النظرية العرقية التي كانت سائدة حينها، وقيمت المعتقدات حول ربط متلازمة داون بالعرق حتى أواخر سبعينات القرن العشرين.

في عام 1959 اكتشف جيروم لوجين Jérôme Lejeune أنها بسبب النسخة الإضافية من الكروموسوم 21.<sup>2</sup>

### 4. أنواع متلازمة داون:

توجد ثلاث أنواع من متلازمة داون:

1. الثلث الحادي والعشرين: وفيه يتكرر الصبغي 21 ثلاث مرات بدلا من مرتين ليكون عدد الصبغيات 47 بدلا من 46 صبغي في كل خلية، ويشكل هذا النوع النسبة الأعلى من مجموع المصابين بهذه المتلازمة حيث تبلغ نسبة الإصابة به حوالي 95% من حالات متلازمة داون.
2. الانتقال الصبغي: وفيه ينفصل الصبغي رقم 21 ويلتصق بصبغي آخر وعادة ما يكون الصبغي الآخر من الأصباغ 13، 14، 15، 21، 22 ويشكل هذا النوع حوالي 4 بالمائة من حالات متلازمة داون.
3. النوع الفسيفسائي: وفي هذا النوع يوجد نوعين من الخلايا في جسم الطفل المصاب، بعضها يحتوي على العدد الطبيعي من الصبغيات أي 46 والبعض الآخر يحتوي على العدد الموجود في متلازمة داون أي 47 صبغي، ويمثل هذا النوع حوالي 1 بالمائة من المصابين بمتلازمة داون<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>-الملق ، سعود عيسى ناصر. 2001، متلازمة داون، مطابع بورصة، الرياض.ص73.

<sup>2</sup>-السويد، عبد الرحمن فايز. 2002م، متلازمة داون، الشجاعة ، غزة.ص157.

## 5./الصفات والمميزات:

يتصف الأشخاص المصابون بمتلازمة داون بهذه الصفات الجسدية أو بعضها: صغر غير طبيعي في الذقن , وميلان عرضي في شق العين مع جلد زائد في الزاوية الداخلية لها يسمى طية علوية الموق وتعرف أيضا بالطية المغولية , وضعف في تناغم العضلات, وتسطح في جسر الأنف, وطية واحدة فقط في راحة الكف , وبروز في اللسان وذلك بسبب صغر تجويف الفم وتضخم اللسان مما يجعله قريب من اللوزتين في الحلق, وقصر في الرقبة, ووجود بقع بيضاء في قرحية العين تعرف ببقع برشفيلد , وارتحاء وتهاون مفرط في المفاصل يتضمن ارتحاء وعدم استقرار في المفصل القهقي المحوري , وعيوب خلقية في تكوين القلب, وكبر في المسافة بين إصبع القدم الكبير والذي يليه, وشق وتقلص وحيد في الأصبع الخامس, وعدد أكبر من تعرجات البصمة في اليد. أغلبية الأشخاص المصابين بمتلازمة داون لديهم تأخر عقلي ويتراوح بين الخفيف بمعدل ذكاء (IQ 50-70) والمتوسط (IQ 35-50). عادة ما يزيد معدل ذكاء الأفراد الذين يعانون من المغولية الفسفيسائية بين 10-30 نقطة أعلى . إضافة على ذلك فإن الأشخاص الذين يعانون من المغولية قد يحدث لهم تغيرات خطيرة وغير طبيعية تؤثر على أجهزة الجسم, كما قد يكون لديهم رأس واسعة ووجه مستدير جدا. أو يتميزون بالصعل. طيبا؛ فإن النتائج المترتبة للزيادة غير الطبيعية في الجينات (المادة الوراثية) في متلازمة داون كبيرة ومختلفة جدا وقد تؤثر على أي وظائف الجسم وأجهزته أو طريقة عمله.

والتعامل الصحيح مع المرض يتضمن الإحاطة والاستعداد لمنع أي تأثير سلبي, كما يتضمن الإدراك لكل المشاكل والتعقيدات التي تنتج من الاضطراب الجيني, والتحكم والقدرة على إدارة الأعراض المصاحبة, ومساعدة الشخص المصاب وعائلته للتأقلم والنجاح في تخطي كل الصعوبات المتعلقة بالعجز المرافق للحالة الصحية .<sup>2</sup> والاختلاف الكبير في أعراض هذا المرض التي تظهر على الأشخاص ما هو إلا نتيجة تفاعل معقد بين البيئة والجينات حيث تنتج متلازمة داون من عدة مشاكل مختلفة في الجينات. ولا يمكننا الكشف أو توقع الأعراض المصاحبة للأشخاص المصابون بالمغولية قبل ولادتهم.

بعض الأعراض قد تظهر عند الولادة مثل التشوهات الخلقية في تكوين القلب, والبعض الآخر يظهر مع مرور الوقت مثل داء الصرع. أكثر العلامات ظهورا في الأشخاص المصابين بالمغولية: الخصائص الوجهية المميزة, وضعف الإدراك, وأمراض القلب الخلقية وفي الغالب عيب في الحاجز البطني للقلب , وضعف السمع (وقد يكون ذلك بسبب عوامل عصبية حسية, أو التهاب حاد ومزمن في الأذن الوسطى والمعروف أيضا بالأذن الصمغية), وقصر في القوام, واضطراب في الغدة الدرقية, ومرض الزهايمر (النسيان). والأمراض الأخرى الخطيرة والأقل حدوثا تتضمن اللوكيميا وضعف جهاز المناعة والصرع. وبكل الأحوال؛ هنالك فوائد صحية لمتلازمة داون كإخفاض خطر الإصابة بالأمراض السرطانية الخبيثة باستثناء سرطان الدم (اللوكيميا) وسرطان الخصية .برغم أنه إلى الآن, لم يتم معرفة إذا

<sup>1</sup>-وشاحي, سماح نور محمد. 2003م التدخل المبكر وعلاقته بتحسين أداء مجالات النمو المختلفة للأطفال المصابين بأعراض متلازمة داون. رسالة ماجستير , جامعة القاهرة.ص.55.

<sup>2</sup>-وشاحي, سماح نور محمد. 2003م مرجع سابق. ص. 57

كان السبب من انخفاض معدل معدل الوفيات بمرض السرطان لدى المغوليين نتيجة ضغط الورم الجيني على كروموسوم رقم 21 (مثل Ets2)، أو بسبب انخفاض التعرض للعوامل البيئية المساهمة في الإصابة بالأمراض السرطانية أو أسباب أخرى غير محددة حتى الآن. بالإضافة إلى ذلك فإن الأشخاص المصابين بمتلازمة داون يكونوا أقل عرضة للإصابة بأمراض تصلب الشرايين واعتلال شبكية العين الناتجة من داء السكري<sup>1</sup>.

## 6./النمو المعرفي:

يختلف النمو المعرفي بين المصابين بمتلازمة داون من شخص لآخر. لا يمكن التنبؤ بمستوى قدرات المصاب عند ولادته بشكل يعتمد عليه كما لا يمكن أن يتوقع نموه المعرفي بناء على سماته الجسدية الخاصة بالمرض. تتم تحديد طريقة التعليم المناسبة لكل فرد مصاب بعد ولادته بعد إجراء تجارب تدخلية. نجاح الأطفال المصابين في المدرسة يختلف أيضا بشكل كبير ومن هنا تتبع أهمية تقويم كل حالة على حدة. بعض التأخر المعرفي الذي يصيب أطفال متلازمة داون قد يصيب أطفالا عاديين وقد يستخدم معها آباؤهم برامج عامة تقدم من خلال المدارس وما إلى ذلك.

تنقسم القدرات اللغوية إلى قسمين: فهم اللغة والتعبير بواسطة اللغة. يعاني معظم أطفال متلازمة داون تأخرا في الكلام يستلزم علاج لغة ونطق خاص لتحسين القدرة على التعبير اللغوي. المهارات الحركية الدقيقة تتأخر خاصة عن الحركات العيانية الكبيرة وقد يعزى هذا إلى تأخر النمو المعرفي. تبعات هذه المشكلات الحركية تختلف من شخص لآخر فبعض المصابين يبدؤون بالمشي في سن الثانية بينما لا يبدأ بعضهم بذلك حتى السنة الرابعة. قد يساهم العلاج الطبيعي والمشاركة في برامج خاصة للتعليم الجسدي في تعزيز التقدم في النشاطات الحركية العيانية الواضحة. يختلف المصابون في قدرتهم على التواصل الاجتماعي.

ويتم الكشف روتينيا على مشاكل الأذن الوسطى وفقدان السمع فقد تساعد الوسائل المساعدة على السمع أو مكبرات الصوت في تعلم اللغة. تقييم القدرات اللغوية يساعد على تحديد نقاط التفوق ونقاط الضعف. والعلاج اللغوي الفردي يستهدف مشاكل لغوية محددة قد تكون زيادة القدرة على الاستيعاب أو قد تصل إلى تطوير قدرات لغوية متقدمة.

تستخدم طرق الاتصال المعززة والبديلة كإشارة للأشياء ولغة الجسد واستخدام الصور لتساعد على التواصل. ما تزال البحوث حول فعالية وسائل التواصل المختلفة ضئيلة. في التعليم، أصبح انتقال الأطفال المصابين بمتلازمة داون إلى التعليم العام أقل جدلا في عدد من الدول. فهناك محاولا للتعميم في المملكة المتحدة. ويعني التعميم دمج أطفال بقدرات مختلفة مع زملائهم من نفس العمر. ليس لأطفال المتلازمة العمر العاطفي والاجتماعي والذكائي ذاته لدى غيرهم من الأطفال الطبيعيين وقد تتسع الفجوة في الفرق بينهم مع الزمن. التفكير المركب الذي تحتاجه العلوم وربما التاريخ والفنون وغيرهم من المواد قد تكون بعيدة عن قدرات الأطفال المصابين أو بشكل آخر سيحقق

<sup>1</sup>-وشاحي, سماح نور محمد. 2003م مرجع سابق. ص 58

فيها الأطفال الطبيعيون أفضل. ولهذا الأسباب فإن المصابين سيستفيدون من هذا الدمج في حال حصلت بعض التعديلات على المناهج.<sup>1</sup>

بعض الدول في أوروبا كألمانيا والدنمارك تتبنى نظام وجود معلمين في الفصل بحيث يتولى المعلم إلى الاهتمام بالأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. التعاون بين المدارس العامة والمدارس الخاصة هو أحد البدائل المطروحة ويعني أن تقدم الدروس الخاصة بالمناهج في فصول منفصلة بحيث لا تفوق المواد المقدمة قدرات أطفال متلازمة داون ولا يتأخر تعليم بقية الأطفال ويتم الدمج بين الأطفال المصابين مع غيرهم في النشاطات الأخرى كالرياضة والنشاطات الفنية والاجتماعية وتناول الوجبات.

#### 7./ أهمية الرياضة بشكل عام للأطفال ممن لديهم متلازمة داون:

1. زيادة المهارات الإجتماعية.
2. حرية التفاعل في مواقف اللعب مع الآخرين.
3. المساعدة في تنمية مهارات رعاية الذات.
4. توظيف الطاقة الزائدة بشكل إيجابي.
5. تنمية القدرة على إدراك الذات (فأطفال متلازمة داون غير مدركين بما يكفي بما يفعله جسدهم وكيف يتحرك).
6. زيادة القدرة على الإنتباه فترات طويلة.
7. زيادة سرعة رد الفعل العكسي.
8. زيادة القدرة على التخطيط والتنظيم.
9. تنمية المهارات اللغوية.<sup>2</sup>

#### أهداف بدنية عامة:

- إكتساب المهارات الأساسية للحركة حسب مراحل النمو.
- زيادة القدرة البدنية من خلال تنمية الصفات البدنية.
- إكتساب مهارات اللعب الأساسية.
- التدرج في التدريب لتعلم مهارات الألعاب.

كيفية توجيه أطفال متلازمة داون إلى الرياضة المناسبة.

#### أ - نقاط أساسية في عملية التقييم.

- فهم إمكانيات الطفل الإدراكية (مفاهيم - إتجاهات ... إلخ).
- جمع معلومات عن سلوكيات الطفل.

<sup>1</sup> - وشاحي, سماح نور محمد. 2003م مرجع سابق. ص 59

<sup>2</sup> - العسرج, عبد الله بن عبد العزيز بن فهد. 1427هـ فاعلية استخدام أسلوب التعزيز الرمزي في ضبط المشكلات السلوكية لدى ذوي متلازمة داون في جمعية النهضة النسائية الخيرية بالرياض, رسالة ماجستير, جامعة نايف العربية. ص72

- المثبرات الحسية التي تؤثر في إداؤه.
- معرفة الوقت المناسب من اليوم الذي يؤدي فيه التقييم.
- معرفة مدى قدره الطفل في رعاية ذاته.
- معرفة مدى وجود إختلاف في إداؤه بالمنزل عن التدريب.

#### ب - قواعد أساسية في عملية التقييم.

- أهم خطوة في أداء التقييم هو عمل ملاحظة للطفل لفترة طويلة ولأكثر من مرة أثناء أدائه للنشاط الحركي في الفراغ مع التركيز على:
  1. كيف يمكن أن يتكيف الطفل مع المساحات المفتوحة.
  2. ما هي الأدوات التي يميل إلى إختيارها واللعب بها.
  3. ما هي أهم أنواع المعززات والإحباطات له.
  4. ما هي أنسب طريقة للتواصل معه.
  5. هل الطفل قادر على التوجه بإستقلالية والتوجه لحل المشكلات.
  6. ما هي مهارات اللعب المميز بها.
  7. ما هي المهارات الإجتماعية المميز بها أثناء اللعب مع الآخرين.
  8. هل يكون لدى الطفل ضغوط أثناء أداء المهارات الحركية.

#### وضع البرنامج

- بعد الحصول على نتائج عملية التقييم وتحديد التوصيات اللازمة نبدأ في وضع الأهداف المناسبة: ويجب أن يراعى في الأهداف الفردية ما يلي:

1. وضع أهداف وظيفية.
2. وضع أهداف مستخدمة في اليوم العملي<sup>1</sup>.
- (مهارات هدفها تنمية القدرة على الدمج والتفاعل والمشاركة).
3. وضع أهداف بعيدة المدى وأهداف قصيرة المدى.
4. التدرج في مستوى الأهداف.
5. تحديد مستوى التفاعل المشاركة.

#### 8./ علاج متلازمة داون:

إذا كان المولود يعاني من متلازمة داون، تتم المباشرة في إجراء الفحوصات الطبية حال ولادته (بعد الإنجاب مباشرة) للكشف عما إذا كان يعاني من مشاكل طبية إضافية. مثلاً، الكثيرون ممن يعانون من متلازمة داون يعانون، أيضاً، من مشاكل في الرؤية، السمع أو في الغدة الدرقية. (Thyroid gland) كلما تم تشخيص

<sup>1</sup>-العسج, عبد الله بن عبد العزيز بن فهد. مرجع سابق. ص72

المشاكل الطبية الأخرى بصورة مبكرة أكثر، ازدادت فرص معالجتها بنجاحة أكبر. كما تساعد الزيارات المتكررة والمتواصلة إلى طبيب العائلة في الحفاظ على صحة الطفل المصاب بمتلازمة داون.

يستطيع طبيب الأعصاب الذي يشرف على معالجة الطفل المصاب بمتلازمة داون أن ينصح الأهل بتبني برنامج معالجة ملائم لطفلهم، يتناسب مع وتيرة تطور الطفل، نموه واحتياجاته. فكثيرون من الأطفال المصابين بمتلازمة داون يستفيدون، مثلاً، من برامج معالجة النطق واللغة (Speech - language therapy) والعلاج الطبيعي (العلاج الفيزيائي). كلما تقدم الولد المصاب بمتلازمة داون في السن، أصبحت المعالجة المهنية (المعالجة الوظيفية Occupational therapy - ) ذات تأثير أكثر وإيجابية أكبر، إذ تساعد المصاب بمتلازمة داون في تقبل مكان عمله والحفاظة عليه وفي العيش حياة مستقلة، قدر الإمكان. أما معالجات الاستشارة فيمكن أن تساعد في تجاوز محن اجتماعية وعاطفية. هنالك الكثير من المهنيين والاختصاصيين الذين بإمكانهم مد يد العون وتقديم المساعدة، سواء للطفل المصاب بمتلازمة داون أو لوالديه وأفراد عائلته. لكن، ليس ثمة خلاف على أنه منذ لحظة ولادة الطفل المصاب يصبح دور الأهل هو الدور الأكثر أهمية ومركزية في تقرير مدى نجاح الطفل في مواجهة المرض والتعايش معه.

لكي يقوم الأهل بالخطوات الصحيحة الأنسب لطفلهم، يتوجب عليهم أن:

- أن يتعلموا كل ما يخص متلازمة داون. فذلك سيساعدهم على ملاءمة توقعاتهم للواقع، كما يفيدهم في كيفية تقديم المساعدة لطفلهم.
- التحري حول حقهم في الحصول على أي دعم مادي.
- التحري حول وسائل الدعم في المنطقة السكنية التي يقطنون فيها. مثلاً: في الكثير من الأماكن تتوفر برامج مساعدة وعلاج للأطفال دون سن الثالثة، لكي تؤمن لهم المساعدة في بداية طريقهم وتساهم في دفعهم قدماً<sup>1</sup>.
- التحري حول مؤسسات ثقافية ملائمة لإيجاد إطار تعليمي مناسب.

إن تربية طفل مصاب بمتلازمة داون هو تحدٍ صعب لكنه يأتي بثواب كبير. يجب على الأهل أن يكرسوا لأنفسهم بعض الوقت، وإن احتاجوا مساعدة فعليهم ألا يترددوا في طلبها.

إن تبادل الأحاديث والتجارب مع أهال آخرين لديهم طفل مصاب بمتلازمة داون من شأنه أن يشكل عاملاً مساعداً في علاج متلازمة داون. لذلك يمكن الاستفسار من الطبيب أو من مؤسسة صحية عن مجموعات الدعم لأهال الأطفال الذين يعانون من متلازمة داون<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>-العسرج, عبد الله بن عبد العزيز بن فهد. مرجع سابق. ص.74

<sup>2</sup>-العسرج, عبد الله بن عبد العزيز بن فهد. مرجع سابق. ص.74

## خلاصة:

يقول سبحانه وتعالى في كتابه العزيز «هُوَ الَّذِي يُصَوِّرُكُمْ فِي الْأَرْحَامِ كَيْفَ يَشَاءُ لَآ إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ» -آل عمران، يتبين لنا من الآية الشريفة السابقة، أن الله سبحانه وتعالى هو وحده القادر على التحكم في صفات خلقه وأجناسهم، فبمشيئته يجعل الإنسان سليماً مُعافى، وبمشيئته أيضاً يُظهر النقص في فئات بشرية أخرى. ومن ضمن الفئات التي تحتاج لاهتمامات خاصة «فئة متلازمة داون»، وهي فئةٌ يمتزج فيها النقص الذهني مع النقص الجسدي بدرجات مُتفاوتة.. وذلك حسب طبيعة الحالة . كان لدينا كُفٌّ من الاستفهامات.. تدور حول استجابة هذه الفئة للمهارات التعليمية، وقدرتهم على الانخراط في ميادين العمل المختلفة مع عامة الناس استفهامات عدة.. أجاب عليها باستفاضة الدكتور محمد عبد الكريم المناعي مدير مركز العناية بالجمعية البحرينية لمتلازمة داون في الحوار التالي : حسب ما هو معروف أن درجات الإعاقة الذهنية والجسدية لفئة متلازمة داون متفاوتة..

## تمهيد:

يمكن وصف البحث العلمي على أنه مغامرة شاقة مليئة بالنشاط و المجازفات من أجل قابلية الموضوعية و الثبات، وهذه المغامرة تكون على شكل الصبر و الجهد المتواصل والتنظيم بما فيها الألفاظ الحادة و غيرها من العناصر الضرورية للنجاح.

وفي هذا الفصل سنحاول أن توضح الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في هذه الدراسة من أجل الحصول على نتائج علمية يمكن الوثوق بها و اعتبارها موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى، ومدى قابلية الموضوعية العلمية و هذا لا يمكن أن يتحقق إلا إذا اتبع صاحب الدراسة منهجية علمية دقيقة و موضوعية.

## 1- الدراسة الاستطلاعية:

للقيام بدراسة استطلاعية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية والتأكد من صلاحية الأداة المستخدمة والصعوبات التي قد تعترضنا وعليه فقد قمنا بإجراء دراسة استطلاعية بالمركز البيداغوجي النفسي للمعاقين ذهنيا والتي كان الغرض منها ما يلي وتم من خلال هذه الدراسة تقديم مقابلة الطاقم الإداري وهذا من أجل تخصيص وجمع المعلومات والأفكار والتحقق من تناسب العنوان و مكان الدراسة .

## 2- مجالات الدراسة:

### 1-2- المجال المكاني:

أجريت الدراسة الميدانية في المركز النفسي البداغوجي والذي يقع في دائرة عين وسارة - الجلفة - ، ، طاقة استيعابه 80 مقعد بيداغوجي .

### - أما طاقمه الإداري:

- عدد الموظفين والعمال: 52 عامل

### 2-2- المجال الزمني:

يتمثل المجال الزمني في المدة الزمنية التي استغرقتها الدراسة الميدانية، حيث انطلقت الدراسة في المدة الممتدة من شهر افريل حتى نهاية شهر ماي، وتمت دراستنا على مرحلتين، المرحلة الأولى تمثلت في الدراسة الاستطلاعية التي تم من خلالها الاطلاع على ميدان الدراسة واكتشاف خصوصياته والتعرف عليه أكثر بغرض جمع البيانات والحصول على المعطيات اللازمة للدراسة.

أما المرحلة الثانية تم وضع استمارة وتوزيعها وبعد ملء الاستمارة من طرف المبحوثين وإعادة تم تفرغها للتحليل والمناقشة .

### 2-3- المجال البشري:

يتمثل المجال البشري في عينة البحث التي تضم 30مربي مزاول العمل بالمركز، تم اختيارهم من مجتمع بحث، بمختلف المستويات.

**3- المنهج المستخدم:** إن الخطوة الأولى نحو تمكن الباحث من إنجاز بحثه و نحو تمكنه من الخروج بنتائج علمية دقيقة موثوق منها هي اختياره للمنهج المناسب لدراسة إشكالية بحثه، و في دراستنا الحالية وتبعاً للمشكلة المطروحة نرى أن المنهج الوصفي هو المنهج الأكثر ملائمة لطبيعة البحث.

يعرفه عمار بوحوش على أنه "طريقة لوصف الظاهرة المدروسة"، ولتصويرها كميًا و هذا عن طريق جمع المعلومات المقننة من المشكلة و من ثمة القيام بتصنيفها وتحليل إخضاعها للدراسة العميقة.<sup>1</sup> أما رابع تركي فيعرفه على أنه "عبارة عن استقصاء ينصب في ظاهره من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر قصد تشخيصها و كشف جوانبها و تحديد العلاقة بين عناصرها.<sup>2</sup>

**المنهج الوصفي:**

المنهج هو الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى النتائج.<sup>3</sup>

وقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي التحليلي وهذا الاختبار لم يحدث اعتبارًا بل نتيجة حتمية لطبيعة الموضوع، ومن ثم فالمنهج الوصفي هو: "طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أعراض محددة لوضعية اجتماعية أو مشكلة اجتماعية أو سكان معينين.<sup>4</sup>

#### 4- أدوات الدراسة:

من أجل المادة العلمية المتعلقة بالجزء التطبيقي لدراسة الجانب الميداني ثم الاعتماد على مجموعة من الأدوات تمثلت أساسًا في:

#### - الاستبيان:

وهو أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات فتم جمع هذه البيانات عن طريق الاستبيان من خلال وضع استمارة الأسئلة و من بين وسائل هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهة والوقت كما أنها تساهم الحصول على عينات من البيانات في أقل وقت بتوفير شروط التقنين من صدق وثبات وموضوعية وبناءً على هذا قمنا بإعداد استمارة أسئلة مشكلة من 15 سؤالًا تسبق الأسئلة فقرة تمهيدية توضح موضوع الدراسة والهدف منه يشير إلى سرية المعلومات الواردة في الاستمارة قد قدمنا بتوزيع ما يقارب 30 استمارة وعليه استلامنا لهذه الاستمارات تحصلنا على 30 استمارة وكانت المدة ما بين التوزيع والاستلام أكثر من أسبوع.

قسمنا الاستبان الى محورين كل محور يخدم بعد من فرضيات الدراسة كما هو مبين في الجدول

08-07-06-05-04-03-02-01 الأسئلة	الفرضية الأولى: التحفيز
15-14-13-12-11-10-09 الأسئلة	الفرضية الثانية: الإرشاد

1- عمار بوحوش: "مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحث"، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر، 1995، ص. 129.

2- رابع تركي: "مناهج البحث في علوم التربية و علم النفس"، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، 1984، ص. 23.

3- محمد أزهر السماك وآخرون: "الأصول في البحث العلمي"، دار الحكمة للطباعة والنشر، بدون طبعة، الموصل، العراق، 1980، ص. 42.

4- عمار بوحوش، محمد محمود ذنبيات: "مناهج البحث العلمي وطريقة إعداد البحوث"، ديوان المطبوعات الجامعية، بدون طبعة، الجزائر، 1995، ص. 129، 130.

## 6- عينة البحث وكيفية اختياره:

ينظر إلى العينة على أنها جزء من الكل أو البعض من الجميع وتتلخص فكرة دراستنا في محاولة الوصول إلى تعميمات لظاهرة معينة.

"يقوم الباحث في النموذج من العينات بتصنيف مجتمع البحث إلى مجموعات وفقا للفئات التي يتضمنها متغير معين أو عدد متغير، ثم يختار وحدات عينة البحث اختيارا عشوائيا من كل مجموعة".<sup>2</sup>

### 6-1. مجتمع الدراسة:

يعرفه " Grawitz " على انه ( مجموعة منتهية او غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي تتركز عليها الملاحظات )<sup>3</sup> وهم مربي المركز البيداغوجي .

**6-2. العينة قصدية :** وهي التي يتم اختيارها بناء على حكم شخصي أو تقدير ذاتي بهدف التخلص من المتغيرات الدخيلة لإلغاء مصادر التعريف المتوقعة لكن لا بد من الوقوع في التحريف الناتج إما بسبب التحيز الشخصي أو بسبب الجهل في بعض صفات المجتمع بخصوصية وجود<sup>4</sup> ارتباط غير مكتشف بين طريقة المعاينة أو المتغير الذي يسعى الباحث لدراسته مثل اختيار مجموعة متخصصة في الإعلام وأخذ رأيهم حول إعلام الدولة واعتبار رأيهم هو الرأي العام.

حرصنا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع إذ تمثلت عينة البحث في مجموعة من المتخصصين (المتمثلة في 30 مربي).

### 7- تحديد متغيرات الدراسة :

تكتسي مرحلة تحديد متغيرات البحث، أهمية كبيرة لهذا يمكن القول أنه كي تكون فرضية البحث قابلة للتحقيق ميدانيا، أنه لا بد من العمل على صياغة وتجميع كل متغيرات البحث بشكل سليم ودقيق إذ أنه لا بد أن يحرص كل باحث حرصا شديدا على التمييز بين متغيرات بحثه وبين بعض العوامل الأخرى التي من شأنها أن تؤثر سلبا على مسار إجراء دراسته .

### 7-1 المتغير :

هو ذلك العامل الذي يحصل فيه تعديل أي تغير لعلاقته بمتغير آخر وهو نوعان :

#### أ - المتغير المستقل :

هو عبارة عن تلك العوامل التي تؤثر على متغير تابع .

#### ب- المتغير التابع :

1 محمد حسين علوي، أسامة كامل راتب: " منهج التربية البدنية"، نفس المرجع السابق، ص134.

2رشيد زرواني: " تدربا على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية "، دار هومة، الجزائر، 2002، ص 195.

3 - موريس انجرس : " منهجية البحث العلمي "، ترجمة بوزيد صحراوي واخرون، دار القصة للنشر، الجزائر، 2004م، ص298.

4 - رشيد زرواني: مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، الجزائر، 2007، ص334.

هي تلك العوامل أو الظواهر التي يسعى الباحث لقياسها، وهي تتأثر لمتغير مستقل. تتمثل متغيرات بحثنا فيما يلي :

- المتغير المستقل يتمثل في: الألعاب الترويحية

- المتغير التابع يتمثل في: دافعية الانجاز

### 8.- أسلوب التحليل الإحصائي:

لكي يتسنى لنا التعليق و التحليل عن نتائج الاستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام على شكل نسب مئوية وهذا عن طريق إتباع القاعدة الثلاثية المعروفة ب:

$$\begin{array}{l} \text{س} \longleftarrow 100 \% \\ \text{ع} \longleftarrow X \\ \text{فإن } X = \frac{100 \times \text{ع}}{\text{س}} \end{array}$$

X : النسبة المئوية.

ع: عدد الإجابات (عدد التكرارات).

س: عدد أفراد العينة.

اختبار كاف ترييع" كا<sup>2</sup>:" يسمع لنا هذا الاختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المحصل

$$\text{كا}^2 = \frac{\text{مجموع (ت ح - ت ن)}^2}{\text{ت ن}}$$

عليها من خلال الاستبيان وهي كما يلي:

كا<sup>2</sup>: القيمة المحسوبة من خلال الاختبار.

ت ح = التكرارات الحقيقية (المشاهد)

ت ن = التكرارات النظرية (المتوقعة)

درجة الخطأ المعياري "0.5α"

درجة الحرية ن=ه-1 حيث "ه" تمثل عدد الفئات

الفاكرو نباخ :

هو المعامل الأكثر استخداما في قياس الثبات ، ويعتمد هذا المعامل على علاقة البنود بعضها ببعض ، ويرمز اليه بالرمز (α) .

وقد تمت المعالجة بواسطة برامج الإعلام الآلي spss.

عرض ومناقشة نتائج الاستبيان:

أ- المعلومات الشخصية:

س1: سنوات الخبرة ؟

س2: المؤهل العلمي؟

المؤهل العلمي		عدد سنوات الخبرة		الإجابة العمليات الإحصائية
جامعي	تقني سامي	اقل من 10 سنوات	أكثر من 10 سنوات	
25	05	25	05	عدد العينة
83.33%	16.66%	83.33%	16.66%	النسبة المئوية

جدول رقم (01) يمثل إجابات الأساتذة على الأسئلة 2.1 من المعلومات الشخصية

التعليق على الجدول.

مناقشة النتائج: من خلال الجدول رقم (02) اتضح بأن النتيجة المقدرة بنسبة 83.33% من المرشحين فيما يخص المؤهل

العلمي فهم جامعيين، فأما خبرة فلم تتجاوز 10 سنوات، أما عدد المرشحين والمقدرة نسبتهم 16.66% فالخبرة كانت أكثر من 10

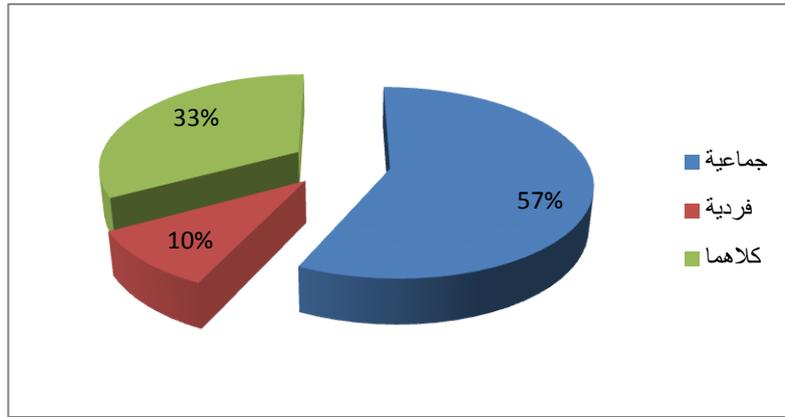
سنوات، أما فيما يخص المؤهل العلمي لدى هذه الفئة من المرشحين لهم مؤهل علمي تقني سامي (خريج المعهد).

المحور الأول: التحفيز

الفرضية الأولى: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تحفيز المختص و مستوى دافعية الإنجاز لدى الأطفال متلازمات داون .

السؤال الأول: ما هي الألعاب التي تراها مفضلة أكثر عند الأطفال متلازمات داون ؟  
 الغرض من السؤال: معرفة أي الألعاب الرياضية مفضلة عند الأطفال متلازمات داون .  
 الجدول رقم (03) يبين: رأي المعاقين متلازمات داون في أفضلية الألعاب الرياضية.

الإجابة	التكرارات	النسبة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة sig	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
ألعاب جماعية	17	57%	11,267	3.84	0,001	2	0.05	دالة
ألعاب فردية	3	10%						
كلاهما	10	33%						
المجموع	30	100%						

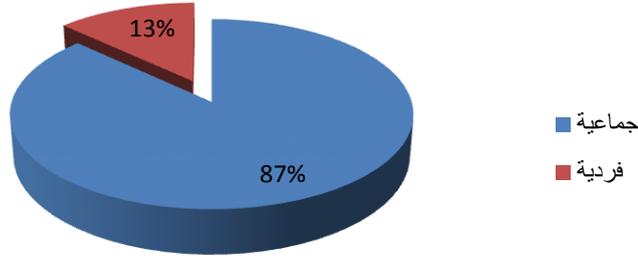


الشكل (1): يمثل معرفة أي الألعاب الرياضية مفضلة عند المعاقين.

تحليل الجدول: نلاحظ من الجدول أن نسبة 57% من المعاقين متلازمات داون يفضلون الألعاب الرياضية أما ما نسبته 10% يفضلون الألعاب الفردية في حين نجد فئة متلازمات داون المقدرة نسبة 33% يفضلون كلا الألعاب. وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في كا<sup>2</sup> المحسوب و كانت النتيجة دالة . ومنه نستنتج إن الألعاب الجماعية هي التي مفضلة أكثر عند الأطفال متلازمات داون

السؤال الثاني: ما هي الرياضة التي تجعل المعاق أكثر إقبال؟  
 الغرض من السؤال: معرفة الرياضة المفضلة لدى المعاقين في النشاط البدني المكيف.  
 الجدول رقم (04) يبين: أفضلية الألعاب الرياضية عند متلازمات داون .

الإجابة	التكرارات	النسبة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة sig	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
ألعاب الترويحية	24	87 %	0,067	3.84	0,005	1	0.05	دالة
ألعاب جماعية	6	13 %						
المجموع	30	100 %						



الشكل (2): يمثل الألعاب الرياضية المفضلة لدى الأطفال متلازمات داون .

تحليل الجدول :: نلاحظ أن معظم المعاقين متلازمات داون يفضلون الألعاب الترويحية الرياضية و ذلك بنسبة 87

% في حين نجد 13 % منهم يفضلون الألعاب الجماعية. وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في كا<sup>2</sup>

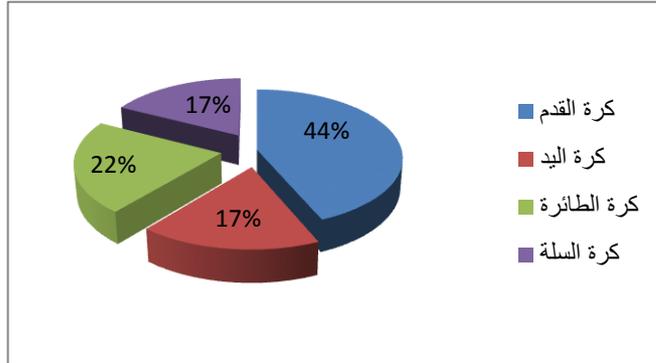
المحسوب أكبر من الجدولة و كانت النتيجة دالة .

ومنه نستنتج إن الألعاب الجماعية تزيد في دافعية الانجاز لدى الأطفال المعاقين متلازمات داون .

السؤال الثالث: ما هي اللعبة لها تحفيز لدى الأطفال المعاقين في الألعاب الرياضية الجماعية؟  
الغرض من السؤال: معرفة اللعبة التي تحفز الأطفال متلازمات داون .

الجدول رقم (05) يبين اللعبة المحفزة لدى الأطفال متلازمات داون من بين الألعاب الرياضية

الإجابة	التكرارات	النسبة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة sig	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
كرة القدم	10	33.33%	8,067		0,005	3	0.05	دالة
كرة اليد	4	13.33%						
كرة الطائرة	5	16.66%						
كرة السلة	4	13.33%						
المجموع	30	100%						



الشكل (3): يمثل معرفة اللعبة المحفزة لدى الأطفال متلازمات داون من بين الألعاب الرياضية الجماعية.

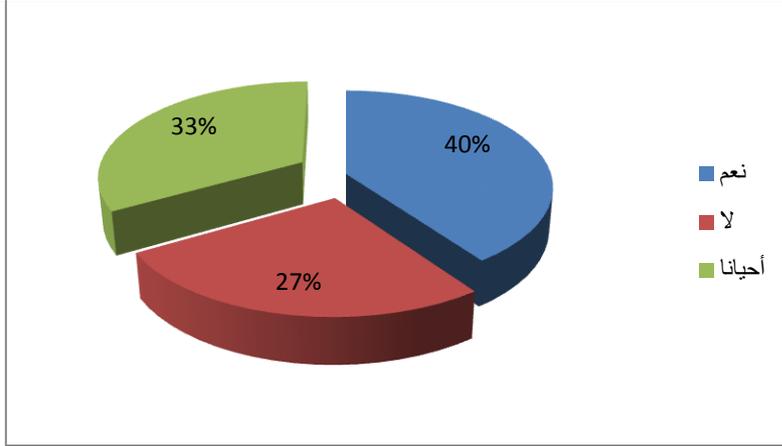
تحليل الجدول :: نلاحظ من خلال الجدول أن الطلبة يرغبون في رياضة كرة القدم بنسبة 33.33% أما ما نسبته 13.33% فيحبون كرة الطائرة و 16.66% يحبون كرة اليد في حين الباقي يرغبون في كرة السلة بنسبة 13.33%. وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في كا<sup>2</sup> المحسوب أكبر من الجدولة و كانت النتيجة دالة .

و منه نستنتج ان لعبة كرة القدم لها تأثير على الأطفال متلازمات داون و تجعلهم متحمزين و مقبلين على الألعاب الرياضية.

السؤال الرابع: هل يعيرون المعاقين متلازمات داون الاهتمام بالألعاب الرياضية الجماعية؟  
الغرض من السؤال: معرفة اهتمام المعاق بالألعاب الرياضية الترويحية.

الجدول رقم (06) يبين: مدى اهتمام فئة متلازمات داون بالألعاب الرياضية الترويحية

الإجابة	التكرارات	النسبة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة sig	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
نعم	12	40%	0,600		0,439	2	0.05	غير دالة
لا	08	26.66%						
أحيانا	10	33.33%						
المجموع	30	100%						



الشكل (4): يمثل معرفة اهتمام الطلبة فئة متلازمات داون بالألعاب الرياضية الترويحية

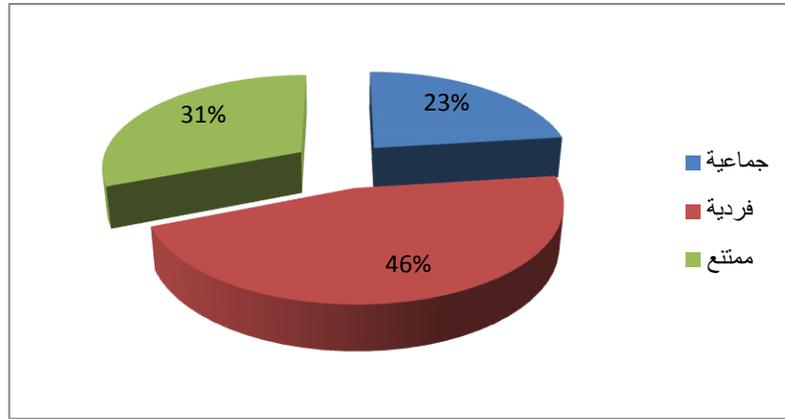
تحليل الجدول: نلاحظ طلبة قسم الإدارة والتسيير الرياضي أكثر اهتماما بالألعاب الترويحية و ذلك بنسبة 77 % ونسبة 18% أقل اهتماما في حين نسبة 05% لا يهتمون إطلاقا بالألعاب الترويحية. وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في كا<sup>2</sup> المحسوب أكبر من الجدولة و كانت النتيجة دالة .  
و منه نستنتج ان المعاقين متلازمات داون يهتمون بالألعاب الرياضية الجماعية بدافع الحب.

السؤال الخامس: في أي الألعاب يكون للمعاق عزوف عليها؟

الغرض من السؤال: معرفة أي الألعاب الرياضية يكون فيها الرغبة عند الطفل المعاق منخفضة.

الجدول رقم (07) يبين: الألعاب الرياضية الأكثر غيابا من طرف الطلبة.

الإجابة	التكرارات	النسبة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة sig	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
ألعاب جماعية	6	23%	5,400	3.84	0,001	2	0.05	دالة
ألعاب فردية	13	46%						
ممتنع	9	31%						
المجموع	30	100%						



الشكل (5) : يمثل معرفة أي الألعاب الرياضية يكون فيها الغياب أكثر

تحليل الجدول : من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة العزوف في الألعاب الرياضية الترويجية قدرة بـ 23% أما نسبة 46% خاصة بالعزوف الأطفال المعاقين في الألعاب الفردية أما فيما يخص نسبة 31% فيفضلون عدم الإجابة لصعوبة معرفة شعور و رغبة المعاق .

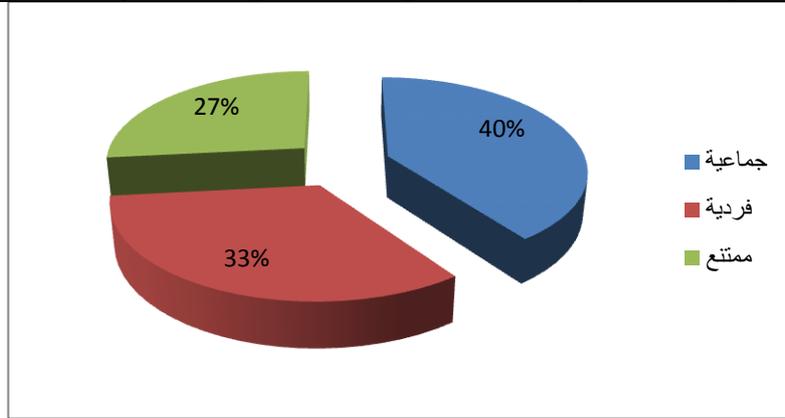
و منه نستنتج ان الأطفال متلازمات داون لا يحبون الألعاب الفردية لأنهم يريدون الاحتكاك و المنافسة فيهم بينهم. وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في كا<sup>2</sup> المحسوب أكبر من الجدولة و كانت النتيجة دالة . و منه نستنتج ان للمعاق بعض الألعاب يكون لهو عدم الرغبة و لهذا يجب تحفيز فئة متلازمات داون على الممارسة هذا النوع من الرياضة.

السؤال السادس: هل حصل و أن مارس الأطفال الألعاب الرياضية الترويجية في غياب المرابي عن الحصة؟

الغرض من السؤال: معرفة حرص الأطفال متلازمات داون على ممارسة الألعاب الترويجية حتى في غياب المشرف.

الجدول رقم (08) يبين: مدى حرص أطفال متلازمات داون على ممارسة الألعاب الترويحية.

الإجابة	التكرارات	النسبة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة sig	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
نعم	12	40%	0,600	3.84	0,001	2	0.05	غير دالة
لا	10	33.33%						
أحيانا	08	26.66%						
المجموع	30	100%						



الشكل (6): يمثل معرفة حرص الأطفال على ممارسة الألعاب الرياضية الترويحية حتى في غياب المرابي .

تحليل الجدول: نلاحظ من خلال الجدول ان 40% من الاطفال متلازمات داون يمارسون الالعاب الترويحية

في غياب المرابي 33.33% في حين نسبة أقل حرصا على الممارسة في غياب المرابي

ونسبة 26.66% اجابو بلا وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في كا<sup>2</sup> المحسوبة اصغر من الجدولة و

كانت النتيجة غير دالة .

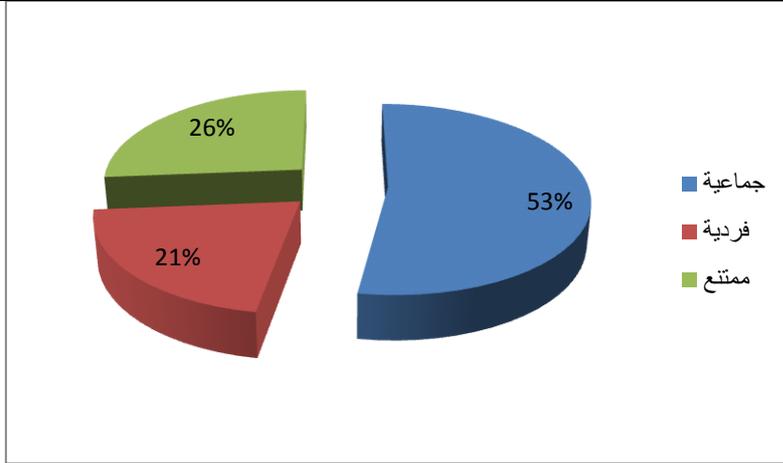
و منه نستنتج ان الألعاب الترويحية تدفع الأطفال متلازمات داون على الإقبال على الرياضة.

السؤال السابع: في أي الألعاب يكون المعاق مرتاحا نفسيا عند ممارستها؟

الغرض من السؤال: معرفة أي الألعاب الرياضية مريحة للمعاقين متلازمات داون .

الجدول رقم (09) يبين: معرفة الألعاب الرياضية المريحة نفسيا.

الإجابة	التكرارات	النسبة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة sig	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
ألعاب جماعية	20	66.66%	11,267	3.84	0,001	2	0.05	دالة
ألعاب فردية	08	26.66%						
كلهما	07	23.33%						
المجموع	30	100%						



الشكل (7) : يمثل معرفة أي الألعاب الرياضية المريحة نفسيا

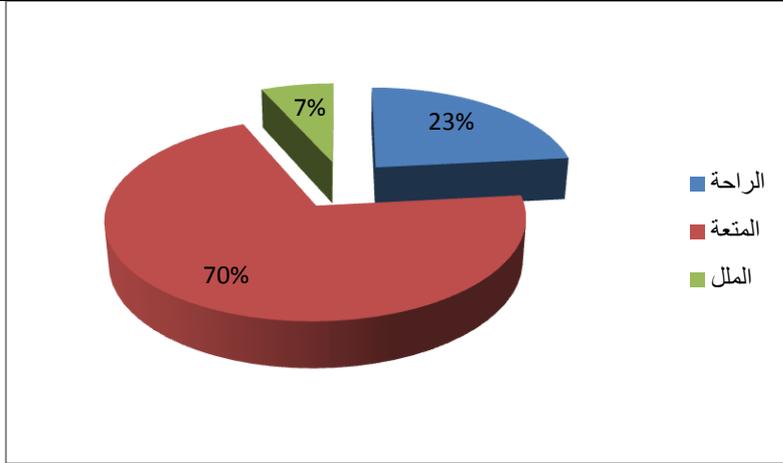
تحليل الجدول: نلاحظ من خلال الجدول أن الألعاب الجماعية تكسب الاطفال راحة نفسية وذلك بنسبة 66.66% أما الألعاب الفردية فهي أقل راحة نفسية للطفل المعاق وذلك بنسبة 26.66% في حين نجد أن بعض الأطفال يكونون مرتاحين نفسيا، عند ممارسة كلا الرياضتين وذلك بنسبة 23.33%. وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في كا<sup>2</sup> المحسوب أكبر من الجدولة و كانت النتيجة دالة .  
و منه نستنتج أن الألعاب التي تحفز الراحة النفسية لدى الأطفال متلازمات داون هي الألعاب الجماعية.

السؤال الثامن: ما هو إحساس المعاق عند ممارسة للألعاب الرياضية الترويحية ؟

الغرض من السؤال : استبيان تأثير الألعاب الرياضية الترويحية على المعاقين متلازمات داون .

جدول رقم (10) : يبين شعور فئة متلازمات داون عند ممارسة الألعاب الرياضية الترويحية.

الإجابة	التكرارات	النسبة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة sig	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
الراحة	07	% 23.33	8,067	3.84	0,001	2	0.05	دالة
المتعة	21	%70						
الملل	02	%6.66						
المجموع	30	100%						



الشكل (8) : يمثل شعور فئة متلازمات داون عند ممارسة الألعاب الجماعية .

تحليل الجدول : نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة 70% من مجموعهم متلازمات داون يشعرون بالمتعة عند ممارسة الألعاب الرياضية الترويحية و نسبة 23% يشعرون بالراحة في حين أن نسبة 07% يشعرون بالملل عند ممارسة الألعاب الرياضية الترويحية. وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في كا<sup>2</sup> المحسوب أكبر من الجدولة و كانت النتيجة دالة .

و منه نستنتج أن الألعاب الترويحية ترفع من دافعية الانجاز لدى فئة متلازمات داون للممارسة النشاطات الرياضية.

#### مناقشة نتائج المحور الأول:

نستنتج من خلال قراءتنا للجدول التي تمثل الأسئلة 01,02,03,04,05,06,07,08 أن الأطفال متلازمات داون يشاركون بفعالية في الألعاب الرياضية الجماعية.

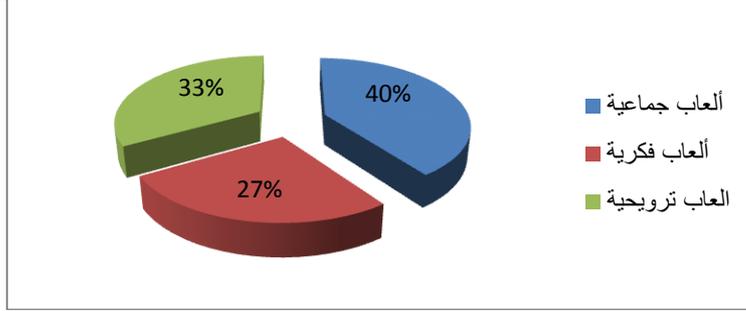
ومنه الفرضية القائلة ' يساهم التحفيز المختص في مستوى دافعية الإنجاز لدى الأطفال متلازمات داون '.  
وذلك لأنه جاءت غالبية القيم المحسوبة ك<sup>2</sup> أكبر من ك<sup>2</sup> الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05.  
و هذا ما يتوافق مع دراسة **مقاق كمال**, سنة 2007 ( إثبات وجود علاقة بين التحفيز بنوعيه المادي والمعنوي وعلاقته بدافعية الانجاز الرياضي، حيث توصل خلال نتائج الدراسة انه كلما كان التحفيز قوي كلما زادت دافعية الانجاز الرياضي للاعب كرة القدم الجزائرية، وذلك بزيادة دافع انجاز النجاح ودافع تجنب الفشل ) . ومنه الرضية الجزئية الأولى قد تحققت .

المحور الثاني: الإرشاد

السؤال التاسع: ما هي الألعاب التي يجبها الأطفال متلازمات داون في اكتساب ثقافة معرفية و مهارية؟

الغرض من السؤال: معرفة أي الألعاب الرياضية التي يجيها الأطفال متلازمات داون لاكتساب ثقافية ومهارية معا  
الجدول رقم (11) يبين: الألعاب الرياضية التي يجيها الأطفال متلازمات داون لاكتساب ثقافة معرفية و مهارية  
معا.

الإجابة	التكرارات	النسبة	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولة	قيمة sig	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
ألعاب	10	33.33%	0,967	3.84	0,796	2	0.05	دالة
ألعاب فكرية	08	26.66%						
العاب	12	40%						
المجموع	20	100%						



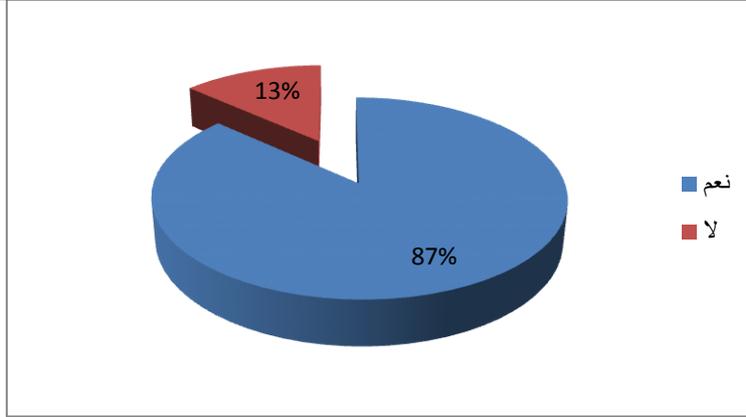
الشكل (9) : يمثل معرفة أي الألعاب الرياضية التي يجيها الأطفال متلازمات داون لاكتساب ثقافة معرفية و  
مهارة معا .

تحليل الجدول : نلاحظ من خلال الجدول أن الأطفال متلازمات داون يجيهاون اكتساب ثقافة معرفية ومهارية في  
الألعاب الجماعية و نسبتهم 40% والألعاب الفردية بنسبة 26.66% في حين 33.33% تمثل نسبة  
للمعاقين الذين يجيهاون اكتساب الثقافة المعرفية في الألعاب الجماعية والفردية. وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما  
أكدناه في ك<sup>2</sup> المحسوب أكبر من الجدولة و كانت النتيجة دالة .  
و منه نستنتج ان الأطفال متلازمات داون يجيهاون الاعاب لانها تساعدهم على اكتساب ثقافة معرفية و مهارية.

السؤال العاشر: هل ترى أن مستقبل المعاقين متعلق مدى تقبل الإعاقة و الاندماج في المجتمع؟  
الغرض من السؤال: معرفة أن مستقبل المعاق مرهون بالاندماج المجتمع.

الجدول رقم (12) يبين: رأي المربين من حيث رأيهم في مستقبل المعاقين متلازمات داون .

الإجابة	التكرارات	النسبة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	قيمة sig	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
نعم	26	86.66 %	0,867	3.84	0,796	1	0.05	دالة
لا	04	13.33 %						
المجموع	20	% 100						



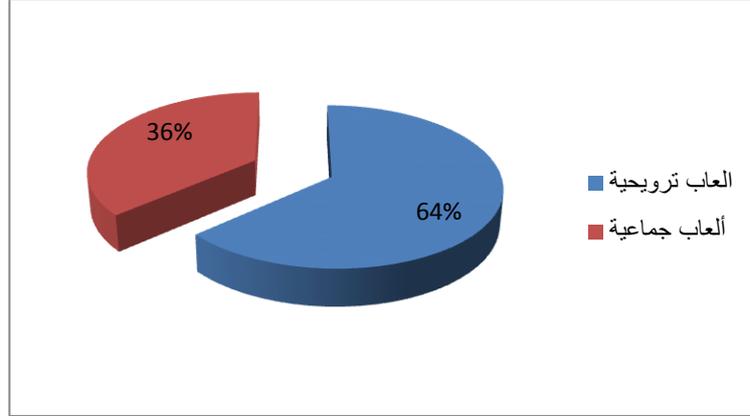
الشكل (10) : يمثل معرفة المربين رأيهم في مستقبل المعاقين متلازمات داون

تحليل الجدول : نلاحظ من خلال الجدول أن الإجابات التي كانت "بنعم" نسبتها 87 % وكان الجواب على الاقتراحين كما يلي: الإجابات كانت بنسبة 86.66 % فيما كانت نسبة النفي بنسبة 13.33 %، وهذا يجب على القائمين اتخاذ جميع التدابير لرفع دافعية الانجاز لدى فئة متلازمات داون . وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في كا<sup>2</sup> المحسوب أكبر من الجدولة وكانت النتيجة دالة . ومنه نستنتج ان مستقبل المعاقين متعلق مدى تقبل الإعاقة و الاندماج في المجتمع.

السؤال الحادي عشر: ما هي الألعاب الرياضية التي يميل إليها الأطفال متلازمات داون ؟  
الغرض من السؤال: معرفة الألعاب الرياضية التي يميل إليها الأطفال متلازمات داون .

الجدول رقم (13) يبين: ميول الأطفال متلازمات داون للألعاب الرياضية.

الإجابة	التكرارات	النسبة	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولة	قيمة sig	درجة الحرية df	مستوى الدلالة $\alpha$	الدلالة
العاب ترويح ية	19	%63.33	0,600	3.84	0,439	1	0.05	دالة
ألعاب جماعية	11	%36.33						
المجموع	20	%100						



الشكل (11): يمثل معرفة الألعاب الرياضية التي يميل إليها الأطفال متلازمات داون .

تحليل الجدول : نلاحظ من خلال الجدول أن الأطفال متلازمات داون يميلون لألعاب الرياضية الترويحية وذلك

بنسبة %63.33 في حين أن نسبة % 63.33 فيميلون للألعاب الجماعية؟

وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في ك<sup>2</sup> المحسوب أكبر من الجدولة و كانت النتيجة دالة .

و منه نستنتج ان الأطفال متلازمات داون يميلون إلى الألعاب الترويحية من اجل الراحة النفسية و الشعور

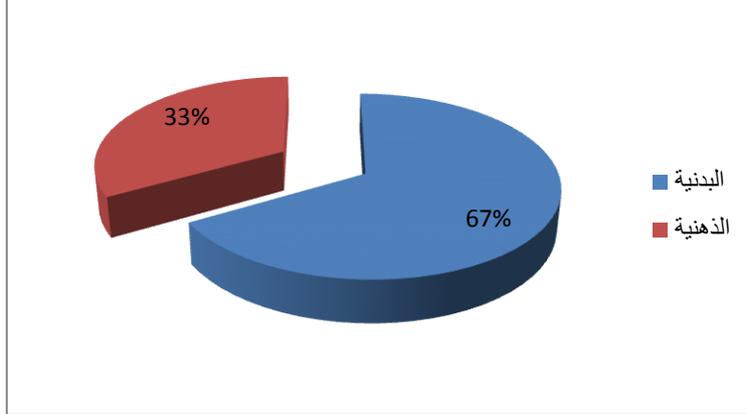
بالمتعة .

السؤال الثاني عشر: ما هي اللعبة الرياضية الترويحية التي يرغب فيها فئة متلازمات داون ؟

الغرض من السؤال: معرفة رغبة المعاقين في اللعبة الرياضية.

الجدول رقم (14) يبين: اللعبة الجماعية التي يرغب فيها طلبة القسم .

الإجابة	التكرارات	النسبة	الحسوبة كا <sup>2</sup>	الجدولة كا <sup>2</sup>	قيمة sig	درجة الحرية df	الدلالة مستوى الدلالة α	الدلالة
البدنية	20	% 66.66	0,600	3.84	0,439	1	0.05	غير دالة
الذهنية	10	% 33.33						
المجموع	20	100%						



الشكل (12): يمثل معرفة رغبة المعاقين في لعبة من الألعاب الرياضية الترويحية.

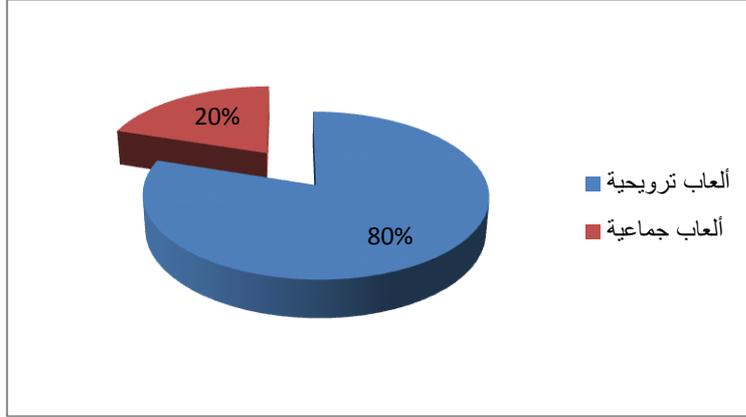
تحليل الجدول: نلاحظ من خلال الجدول أن فئة متلازمات داون يرغبون في رياضة الترويحي البدنية بنسبة 66.66% أما نسبة 33.33% فيرغبون برياضة الترويحية الذهنية . وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في كا<sup>2</sup> المحسوب أكبر من الجدولة و كانت النتيجة دالة .

و منه نستنتج ان المعاقين متلازمات داون لا يختلفون مع الأشخاص الاسوياء من الناحية المنفولوجية للجسم لهذا يجبون النشاطات الترويحية البدنية .

السؤال الثالث عشر: ما هو النشاط الذي ترى فهي عملية الإرشاد و التحفيز عند هذه الفئة؟  
الغرض من السؤال: معرفة هل يوجد اختلاف بين الأنشطة .

الجدول رقم (15) يبين: الصعوبة التي يتلقاه المربي عند إجراء حصة رياضية.

الإجابة	التكرارات	النسبة	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولة	قيمة sig	درجة الحرية df	مستوى الدلالة $\alpha$	الدلالة
ألعاب ترويحية	24	80%	0,600	3.84	0,439	1	0.05	غير دالة
ألعاب جماعية	06	20%						
المجموع	30	100%						



الشكل (13) : يمثل معرفة الصعوبة التي يتلقاه المربي عند إجراء حصة رياضية.

تحليل الجدول : نلاحظ من خلال الجدول ان النشاط الذي نرى فيه عملية الإرشاد و التحفيز هو النشاط

الترويحي بنسبة 80% ، وأما النشاط الجماعي فكانت النسبة 20%

وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في ك<sup>2</sup> المحسوب اكبر من الجدولة و كانت النتيجة دالة .

ومنه نستنتج ان النشاط الترويحي يكون الطفل فيه على حريته و لهذا يجب ان تكون هناك ارشادات و توجيهات

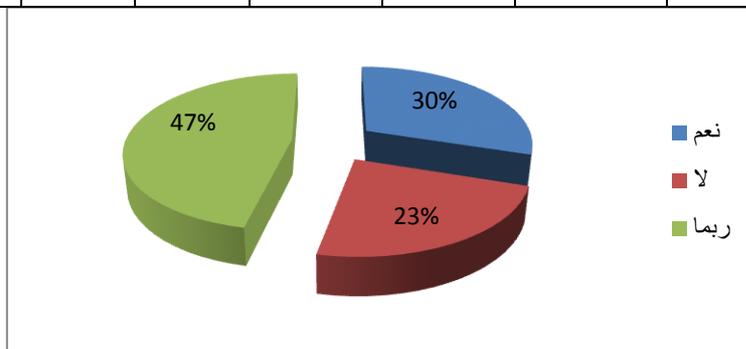
لسيطرة على انفعالاته .عكس النشاط الجماعي فهو تقريبا منظم ذو قوانين و تعليمات .

السؤال الرابع عشر: هل ترى أن خبرتك الثقافية والاجتماعية كانت وراء رفع دافعية الانجاز لدى المعاقين؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا كانت الخبرة الثقافية والاجتماعية هما إحدى الأسباب لجعل المعاقين يمارسون الرياضة.

الجدول رقم (16) يبين: الثقافية و الاجتماعية لها دور في جعل المعاقين يمارسون الرياضة

الإجابة	التكرارات	النسبة	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولة	قيمة sig	df درجة الحرية	مستوى الدلالة α	الدلالة
نعم	09	30%	0,600	3.84	0,439	2	0.05	غير دالة
لا	07	23.33%						
ربما	14	46.66%						
المجموع	30	100%						



الشكل (14) يمثل معرفة إذا كانت الخبرة الثقافية و الاجتماعية لهم دور في حياة المرابي

تحليل الجدول: نلاحظ من خلال الجدول أن المجيبون بـ "نعم" ونسبتهم كانت 30% أما الإجابة بـ "لا" بنسبة

23.33% إلا أن الإجابات التي كانت بالاقتراح "ربما" فنسبتها كانت 46.66%.

وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في ك<sup>2</sup> المحسوبة اصغر من الجدولة و كانت النتيجة غير دالة .

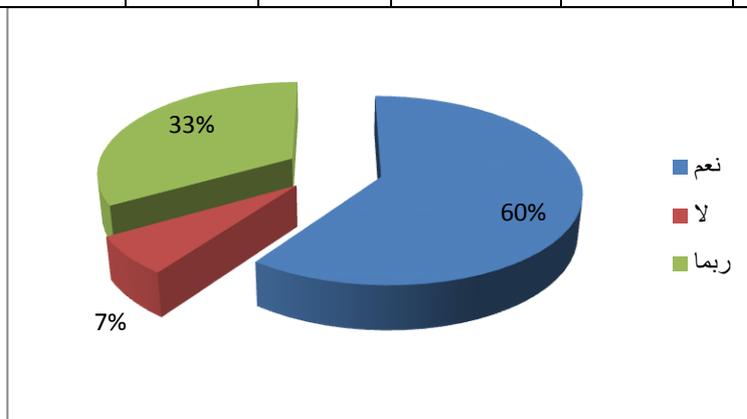
ومنه نستنتج ان الخبرة التي يكتسبها المرابي تساعد على جعل الفرد المعاق متلازمات داون يقبل على النشاط الرياضي بكل سرور و راحة نفسية.

السؤال الخامس عشر: في رأيك هل مكانة الألعاب الرياضية الترويحية أفضل من الألعاب الجماعية من وجهة نظرك؟

الغرض من السؤال: معرفة مكانة الألعاب الرياضية الترويحية إن كانت أفضل من الألعاب الجماعية .

الجدول رقم (17) يبين: إن كانت مكانة الألعاب الترويحية أفضل من الألعاب الجماعية

الدالة	مستوى الدلالة $\alpha$	درجة الحرية df	قيمة Sig	ك <sup>2</sup> الجدولة	ك <sup>2</sup> المحسوبة	النسبة	التكرارات	الإجابة
دالة	0.05	2	0,439	3.84	0,600	% 60	18	نعم
						%6.66	02	لا
						%33.33	10	ربما
						100%	30	المجموع



الشكل (15): يمثل معرفة مكانة الألعاب الرياضية الترويحية إن كانت أفضل من الألعاب الجماعية.

تحليل الجدول: نلاحظ من الجدول أن الألعاب الرياضية الترويحية أفضل وذلك بنسبة و 60% أما نسبة

6.66% فيرون العكس في حين أن نسبة 22% فإجابتهم كانت "ربما".

وهذا ما تشير إليه نتائج الجدول وكما أكدناه في ك<sup>2</sup> المحسوب أكبر من الجدولة و كانت النتيجة دالة .

و منه نستنتج ان الألعاب الترويحية افضل من الالعاب الجماعية بنسبة للمعاقين متلازمات داون .

مناقشة نتائج المحور الثاني:

من خلال الجداول التي تمثل الأسئلة 15,14,13,12,11,10,09 نستنتج أن المعاقين متلازمات داون يميلون إلى الألعاب الرياضية الترويجية أكثر من الألعاب الرياضية الأخرى.

الفرضية الجزئية الثانية التي تقول هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الألعاب الترويجية بالإرشاد و مستوى دافعية الإنجاز لدى الأطفال متلازمات داون ' . وذلك لأنه جاءت غالبية القيم المحسوبة كا<sup>2</sup> اكبر من كا<sup>2</sup> الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ' .

و هذا ما يتوافق مع دراسة العولقي : 2005 ((هي عملية إرشاد الفرد إلى الطرق المختلفة التي يستطيع عن طريقها اكتشاف واستخدام إمكانياته وقدراته، وتعليمه ما يمكنه من أن يعيش في أسعد حال ممكن بالنسبة لنفسه وللمجتمع الذي يعيش فيه)). ومنه الفرضية الجزئية الثانية تحققت .

الاقتراحات:

- بعد إطلاعنا على مكانة الألعاب الترويحية في رفع دافعية الانجاز لدى متلازمات داون ووقوعنا على واقعها الحقيقي عند هذه الفئة من المعاقين والتي حظيت بمكانة أفضل من الألعاب الأخرى تورد هنا بعض التوصيات التي من شأنها الرقي بهذه الأخيرة إلى مستوى أفضل عند الطلبة وارتأينا أن نذكر منها :
- ضرورة دمج الألعاب الترويحية في مراكز التأهيل الوظيفي ومراكز معالجة ذوي الاحتياجات الخاصة وتوفير الوسائل الضرورية لذلك.
  - حث فئة ذوي الاحتياجات الخاصة على ممارسة الألعاب الرياضية.
  - توفير الوسائل و الأجهزة الخاصة بالرياضات.
  - إجراء منافسات و دورات خاصة بالرياضات ذوي الاحتياجات الخاصة.
  - على الأخصائين تدعيم الرياضات المكيفة.
  - ضرورة دعم المراكز بأكبر عدد من المختصين في ميدان التربية الخاصة، وكذا المختصين في ميدان الألعاب الترويحية.
  - عقد ملتقيات وطنية ودولية خاصة بالمعوقين والعاملين معهم بهدف الاتصال وتبادل الخبرات.

## خاتمة:

ما يمكن استخلاصه من تصفح نتائج البحث أن ما مدى مساهمة الألعاب الترويحية في رفع دافعية الانجاز لدى الأطفال المصابين بمتلازمات داون و يجوبونها و هذا الدور الذي تلعبه هذه الأخيرة في تطوير مهارات الاجتماعية و كذا نموهم من الناحية البدنية والنفسية و الحركية والاجتماعية.

كذلك ميلهم إلى ممارسة الألعاب الرياضية الترويحية تتجه احتوائها على قالب أو طابع التنافس الذي يتشكل من خلال الأفواج فيما بينها في إطار الروح الرياضية.

إن الفكرة الرئيسية والهامة التي استوحيناها من خلال بحثنا واستنادا على الدراسة التطبيقية التي قمنا بها وبعد تحليلنا ومناقشتنا للنتائج المتعلقة بموضوع دراساتنا والمتمثلة في مكانة الألعاب الترويحية عند الأطفال متلازمة داون أنتجنا أن للألعاب الرياضية مكانة أفضل عند هذه الفئة من المعاقين متلازمات داون.

وفي الأخير نقول أن النتائج المتوصل إليها في هذا البحث المتواضع عبارة عن معلومات بسيطة قابلة للإثراء والمناقشة, وتتطلب دراسات عميقة قصد التحكم الكلي في متغيرات هذا المجال الحيوي الهام.

وهذا إن دل على شيء إنما يدل على اهتمامهم البالغ بالألعاب الرياضية الترويحية و تفضيلها في رفع دافعية الانجاز نحو ممارسة هذه الفئة للألعاب.

المراجع

## قائمة المراجع باللغة العربية :

1. إبراهيم العمري، الإدارة النظرية، دار النشر للكتاب، عمان.
2. إبراهيم رحمة: تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي ، دار الفكر للطباعة والنشر، ط1، عمان 1998
3. إيميلي وديع فرج: خبرات في الألعاب للصغار و الكبار، منشأة المعارف، الإسكندرية، 2002.
4. بربح تركي: مناهج البحث في علوم التربية و علم النفس، المؤسسة الوطنية للكتابة، الجزائر ، 1984
5. تشارلز بيركر: "أسس التربية البدنية"، ترجمة د . حسن معوض، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1964،
6. جمال الخطيب: سيكولوجية الأطفال الصم , سنة 1992،
7. حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1985.
8. حسن شلتوت معوض: التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، دار الكتاب الحديث، عمان، 1996.
9. حسن سيد معرض: كرة السلة للجميع، ط6، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1994.
10. حسام الدين طلحة، عدلة عيسى مطر: مقدمة في الإدارة الرياضية، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، مصر، 1996.
11. حسن الساعاتي : التطبع والعمران، دار النهضة العربية، ط3، بيروت 1980
12. خليل المعاينة ، علم النفس التربوي ، دار الفكر للطباعة والنشر ، ط1، بيروت، 2000 ،
13. نور حافظ: المراهق ، دار الفارس للنشر ، ط2، بيروت ،لبنان، 1990،
14. منير جرجس إبراهيم: كرة اليد للجميع، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994.
15. مفتي إبراهيم حماد: تطبيقات الإدارة الرياضية ، مركز الكتاب للنشر، مصر، 1992.
16. مروان عبد المجيد إبراهيم: إدارة البطولات والمنافسات الرياضية ، الدار العلمية الدولية، عمان، 2002.
17. مروان عبد المجيد إبراهيم: الرياضة للجميع، دار الثقافة، عمان 2004.
18. محمد قطبار راشد، سمير عباس: الإدارة و التنظيم في مجال ت ب ر دار الكتاب الحديث، مصر، 1997.
19. محمد حسين علوي: أسامة كامل راتب: البحث العلمي في الرياضة وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
20. نجم الدين سهوري: رأي في فلسفة اللعب، دار النشر، مصر، 1998.
21. ناصيف جميل: موسوعة الألعاب الرياضية المفصلة، الدار العلمية، بيروت، لبنان، 1993.
22. كمال درويش ،محمد الحماحي: رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة 1997
23. فيوليت فؤاد ابراهيم . عبد الرحمان سعيد سليمان . وآخرون : بحوث ودراسات في سيكولوجية الإعاقة، السنة 2001
24. عمار بوحوش: مناهج البحث العلمي و طرق إعداد البحث، ديوان المطبوعات الجامعية ، بن عكنون، الجزائر، 1995.
25. علي أحمد الشرفاوي: إدارة الأعمال، الوظائف و الممارسات الوظيفية، النهضة العربية، بيروت، 2000.
26. عصام بدوي: استثمار الوقت في الهيئات الرياضية، مطبعة النهضة ، القاهرة، مصر، 2002.
27. عصام بدوي مروان: موسوعة التنظيم والإدارة البدنية و الرياضية ، دار الفكر العربي، مصر، 2001.
28. عصام الدين الوشامي: المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 1991.

29. عطيات محمد خطاب: أوقات الفراغ والترويح، دار المعارف، ط3، القاهرة 1982
30. عبد الرحمان عيساوي، سيكولوجية النمو - دراسة النمو النفسي الإجتماعي نحو الطفل المراهق، بدون طبعة، دار النهضة العربية، بيروت، 1992
31. شالز بيوكر: أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معرض مكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة، 1964.
32. سعد مرسي أحمد، كوتر كوجك: تربية الطفل المدرسية، عالم الكتب، القاهرة، 1983.
33. سامي الصغار، كرة القدم، دار الكتب للطباعة و النشر، جامعة الموصل، الطرق، 1982.
34. صالح محمد علي أبو جادو ، علم النفس التربوي ، دار الميسرة ، ط1 ، الأردن ، بدون سنة نشر
35. فوزي محمد جبل ، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية ، المكتبة الجامعية ، الإسكندرية ، 2000،
36. الخولي أمين أنور: الرياضة و المجتمع، عالم المعرفة، الكويت، 1996.

#### قائمة المراجع باللغة الأجنبية :

1. A.POMART, AL,NOUVEAU LAROUSSE MEDICAL, LIBRAIRIELAROUSSE, PARIS1986
2. THOMS.O : the classroom behavior of teachers during, compevin story ,reading instruction, 1975
3. R .Md Casablanca, sociabilité et loisirs chez enfants, de la chaux et neestle, Paris,1968
4. Nicole de Chasamame: " Eudication physique et sports collictifs", Edition , Paris.
5. Paul foul quie, 1978
6. Alain Touraine, 1996
7. Edouard, Limbos, 1981
8. L enfant loue B,Brody ,n2000
9. Special activite phesique adapte ,n2000

## قائمة المجالات و المنشورات:

. دليل قسم الإدارة و التسيير الرياضي، 2003.

. وزارة الشباب والرياضة ، المركز الوطني للإعلام و الوثائق الرياضية ، 1995.

## الرسائل والأطروحات :

1. كعواش عبد العزيز وآخرون : مكانة الألعاب الرياضية الجماعية في حصة التربية البدنية والرياضية ، مذكرة تخرج لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية الرياضية ، معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة قسنطينة ، 2004 م.

2. حماده محمد حسيني محمد الطوخي : تأثير برنامج ترويجي رياضي على التكيف العام للمعاقين عقليا ، بحث ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير ، قسم الترويج الرياضي ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، 2003 .

3. هاني الرضي، حسين الحيازي : أثر برنامج تدريبي مقترح لتحسين التوافق على تطوير الأداء المهاري في كرة السلة لدى المعاقين عقليا ، ذوي الإعاقة المخففة ، منشورات جامعة اليرموك ، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد السادس، العدد الأول ، الأردن، 1990.

## القواميس:

صباحي حموي وآخرون ، المنجد في اللغة العربية المعاصرة ،

الملاحق

جامعة زيان عاشور بالجلفة

معهد علوم تقنيات و النشاطات البدنية و الرياضية

## استمارة استبيان

في إطار إنجاز مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص إعادة التأهيل بواسطة الأنشطة البدنية المكيفة والموسومة تحت عنوان:

" دور الالعاب الترويحية في رفع دافعية الانجاز لدى أطفال متلازمات داون "

عزيزي القارئ:

قصد معرفة بعض الدوافع التي تؤدي إلى حب الرياضات الترويحية على غيره من الأنشطة، المطلوب منك الإجابة بكل موضوعية وصراحة على الأسئلة التالية:

ملاحظة:

بوضع علامة (X) أمام العبارات التي تفضلها وتراها صائبة ومناسبة حسب رأيك من أجل التوصل إلى نتائج دقيقة تفيد دراستنا.  
وشكرا لكم على تفهمكم ومساعدتكم.

## معلومات شخصية:

- كم عمرك:

أنثى

ذكر

- الجنس :

## الأسئلة الخاصة بالدراسة:

### المحور الأول: تحفيز

1. ما هي الألعاب التي تراها مفضلة أكثر عند الأطفال متلازمات دون؟

كلاهما

ألعاب فردية

ألعاب جماعية

2. ما هي الرياضة التي تجعل المعاق أكثر إقبالاً؟

ألعاب جماعية

ألعاب الترويحية

3. ما هي اللعبة لها تحفيز لدى الأطفال المعاقين في الألعاب الرياضية الجماعية؟

كرة السلة

كرة الطائرة

كرة اليد

كرة القدم

4. هل يعيرون المعاقين متلازمات دون الاهتمام بالألعاب الرياضية الجماعية؟

أحياناً

نعم

لا

5. في أي الألعاب يكون للمعاق عزوف عليها؟

ممتنع

ألعاب فردية

ألعاب جماعية

6. هل حصل و أن مارس الأطفال الألعاب الرياضية الترويحية في غياب المرابي عن الحصة؟

أحياناً

نعم

لا

7. في أي الألعاب يكون المعاق مرتاحاً نفسياً عند ممارستها؟

ألعاب فردية

ألعاب جماعية

المحور الثاني: الإرشاد

8. ما هو إحساسكم عند ممارسة المعاقين للألعاب الرياضية الترويحية؟

الراحة  المتعة  الملل

9. ما هي الألعاب التي يجيها الأطفال متلازمات دون في اكتساب ثقافة معرفية و مهارية؟

ألعاب جماعية  ألعاب فكرية  ألعاب ترويحية

10. هل ترى أن مستقبل المعاقين متعلق مدى تقبل الإعاقة و الاندماج في المجتمع؟

نعم  لا

11. ما هي الألعاب الرياضية التي يميل إليها الأطفال متلازم  دون؟

ألعاب ترويحية  ألعاب جماعية

12. ما هي اللعبة الرياضية الترويحية التي يرغب فيها فئة متلازمات دون؟

البدنية  الذهنية

13. ما هو النشاط الذي ترى فهي عملية الإرشاد و التحفيز عند هذه الفئة؟

ألعاب ترويحية  ألعاب جماعية

14. هل ترى أن خبرتك الثقافية والاجتماعية كانت وراء رفع دافعية الانجاز لدى المعاقين؟

ربما  لا  نعم

15. في رأيك هل مكانة الألعاب الرياضية الترويحية أفضل من الألعاب الجماعية من وجهة

نظرك؟

ربما  لا  نعم