

# المدخل العام للدراسة

## 1./ إشكالية:

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

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

ويعد النشاط الرياضي من الأنشطة البدنية التربوية الأكثر انتشاراً في أوساط الشباب خاصة في المؤسسات والمدارس التربوية والمراكز الطبية البيداغوجية المتكفلة بتربية ورعاية المعوقين ، ومما ساعد على ذلك أن النشاط الرياضي يعد عاملاً من عوامل الراحة الإيجابية النشطة التي تشكل مجالاً هاماً في استثمار وقت الفراغ بالإضافة إلى ذلك يعتبر من الأعمال التي تؤدي للارتقاء بالمستوى الصحي و البدني للفرد المعاق إذ يكسبه القوام الجيد ، ويمنح له الفرح والسرور، ويخلصه من التعب والكره، وتجعله فرداً قادراً على العمل والإنتاج.

لذا رأينا دراسة المشكلة ووضع الحلول المناسبة للوصول إلى إنجازات أفضل وعليه نطرح التساؤلات

التالية.

### التساؤل العام:

- ما دوافع المعاقين حركياً لممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف ؟

### 2./ الفرضيات:

#### الفرضية العامة:

- هناك دوافع نفسية اجتماعية لممارسة النشاط الرياضي لدى المعاقين حركياً.

#### الفرضيات الفرعية:

1. الراحة النفسية كدوافع لممارسة النشاط البدني المكيف لدى المعاقين حركياً.
2. تحقيق علاقات اجتماعية كدوافع لممارسة النشاط البدني المكيف لدى المعاقين حركياً.
3. معرفة قدرة النشاط البدني لدى المعاقين حركياً في التكيف والتأقلم الاجتماعي (حل المشكلات).

### 3./ أهداف البحث:

- تهدف من خلال هذا الدراسة إلى تحقيق عدة أهداف نلخصها فيما يلي:
- معرفة أهمية الممارسة الرياضية وانعكاساتها الايجابية على العلاقات الاجتماعية للفرد المعوق حركيا.
- الكشف عن أسباب عدم ممارسة النشاط الحركي لفئة المعوقين غير الممارسين.
- إعطاء صورة على تأثير النشاط البدني الايجابي على المعوق حركيا من كل الجوانب (البدنية، النفسية، الاجتماعية والتربوية).

### 4./ أهمية البحث:

- يعد العمل مع المعوقين حركيا قضية إنسانية وخدمة تحتاج إلى وعي دقيق، حيث يتم من خلالها توجيههم، وتقديم العون لهم والمساعدة من أجل الانتفاع من مواهبهم وقدراتهم المختلفة، وهنا يبرز دور التأهيل الحركي لتحسين لياقتهم البدنية، وتغلبهم على الآثار النفسية التي تتركها الإعاقة، كما يزيد من راحتهم النفسية، وتوافقهم النفسي والاجتماعي.
- كما تعد دراسة النشاط البدني المكيف من الموضوعات الهامة التي مازالت تنصدر المراكز الأولى في البحوث النفسية والشخصية، قصد التأكد من الدور الفعال التي تلعبه ممارسة الأنشطة الحركية في تنمية السمات الايجابية للمعوق حركيا نقترح هذه الدراسة لإبراز مكانة الممارسة في حياة المعوقين حركيا.

### 5./ أسباب اختيار الموضوع:

- من خلال الاطلاع على الدراسات والأبحاث والرسائل والأطروحات في مجال النشاط الرياضي المكيف ، فقد لاحظنا إن الاهتمام الأكبر في هذه الدراسات كان منصب على طلاب المدارس وممارسي الألعاب المختلفة ، في حين هناك نقص كبير في الدراسات التي تهتم بالتأهيل الحركي للإفراد المعاقين وخاصة المعاقين حركيا .
- أ- أسباب ذاتية:

- الميل الشخصي لكل ما تقدمه هذه الدراسة.
- إلقاء الضوء على فئة خاصة من المجتمع.
- إثراء المكتبة الجامعية بمرجع جديد يدلي بنفعه لطلبتنا، طلبة معهد التربية البدنية.

ب- أسباب موضوعية:

- تعود في مجملها إلى قلة الدراسات الأكاديمية والبحوث العلمية حول هذه الظاهرة، والمسببات الرئيسية لها خاصة في المجال الرياضي المكيف.

- نقص الاهتمام بدراسة مواضيع تخص الصحة النفسية بصفة عامة و عند المعاقين بصفة خاصة.

- فتح المجال للبحث في هذا الموضوع وما ينجم عنه من إشكاليات ممهدة لبحوث مستقبلية.

6./ تحديد المفاهيم والمصطلحات:

لقد وردت في بحثنا هذا مصطلحات عديدة تفرض على الباحث أن يوضحها كي يستطيع القارئ أن

يتصفح ويستوعب ما جاء فيه دون عناء أو غموض أهمها:

1-6. النشاط البدني الرياضي:

**تعريف لغة:** ميدان من ميادين التربية والتربية الرياضية خصوصا، ويعد عنصرا فعالا في إعداد الفرد من خلال تزويده بمهارات وخبرات حركية تؤدي إلى توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي، الوجهة الايجابية لخدمة الفرد نفسه من خلال خدمة المجتمع.<sup>1</sup>

**تعريف اصطلاح:** احد أوجه النشاط عموما، وهو فعل شعوري لتحقيق هدف الوصول إلى تغييرات نموذجية واقعية للمحيط حسب النتائج التربوية المعينة، ويتميز بأنه يتناول جسم الفرد بنفسه والأدوات الرياضية والخصم القيم الفكرية ومعايير المجتمع والمعلومات العلمية أغراضا له، فهو يخدم الأهداف الصحية إذا ما تمت الممارسة من اجل ذلك، كما يدرس الترويح عن النفس، ويخدم المستوى الرياضي العالي إذا ما كان متخصصا، والأهداف التربوية إذا ما تمت ممارسته في الإطار التربوي المدرسي.<sup>2</sup>

**تعريف أمين أنور الخولي:** " تعبير شامل لكل ألوان النشاطات البدنية والرياضية التي يقوم بها الإنسان، والتي يستخدم فيها البدن بشكل عام، وهو مفهوم انثروبولوجي أكثر منه اجتماعي لأنه جزء مكمل، ومظهر رئيسي لمختلف الجوانب الثقافية والنفسية والاجتماعية لبني الإنسان".<sup>3</sup>

**التعريف الإجرائي:** النشاط البدني الرياضي هو مجموعة من التمرينات والألعاب والمباريات والمسابقات التي يؤديها الفرد داخل المدرسة أو خارجها، قصد تنمية مهاراته الحركية والبدنية، أو قصد الترفيه والترويح عن النفس في أوقات الفراغ.

<sup>1</sup> - قاسم حسن حسين: علم النفس الرياضي، مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب، الجزء الثاني، جامعة الموصل، العراق، 1990، ص: 65

<sup>2</sup> - أبو العلاء احمد ع الفتاح، احسن نصر الدين سيف: فيزيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة 1993، ص: 48

<sup>3</sup> - أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني الثقافي الأدب والفنون، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، 1990، ص:

## 5- . النشاط البدني الرياضي المكيف :

- **تعريف لغة :** يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدتها, ويتم ذلك وفقا لاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود قدراتهم.
- **تعريف اصطلاح :** نعني به كل الحركات والتمرينات وكل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محدودين في قدراتهم من الناحية البدنية, النفسية, العقلية, وذلك بسبب أو بفعل تلف أو إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى.<sup>1</sup>
- **التعريف الإجرائي :** النشاط البدني الرياضي المكيف هو مجموع الأنشطة الرياضية المختلفة والمتعددة والتي تشمل التمارين والألعاب الرياضية التي يتم تعديلها وتكييفها مع حالات الإعاقة ونوعها وشدتها, بحيث تتماشى مع قدراتهم البدنية والاجتماعية والعقلية .

## 6-2. المعاقين حركيا:

المعوق حركيا بصفة عامة هو الشخص الذي لديه سبب يعوق حركته, ونشاطه الحيوي نتيجة لخلل أو عاهة, كما يعرف على أنه الشخص الذي لديه عضلات أو مفاصل أو عظام بطريقة تحد من حركتها, ووظيفتها العادية وبالتالي تؤثر على تعليمه وحالته النفسية.<sup>2</sup>

ومن خلال بحثنا هذا فان المعوق حركيا هو الشخص الذي لديه عائق جسدي يمنعه من القيام بوظائفه الحركية بشكل طبيعي نتيجة مرض أو إصابة أدت إلى ضمور في العضلات أو فقدان في القدرة الحركية أو الحسية أو كليهما معا في الأطراف السفلية, فأصبح لديه نقص من حيث إقامة العلاقات الاجتماعية فيجد صعوبات في القيام بنشاطاته اليومية منها ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف, ويحتاج إلى وسائل للتنقل منها الكراسي والعربات... الخ, كما يحتاج أيضا إلى برامج طبية ونفسية واجتماعية وتربوية ورياضية ومهنية لمساعدته في تحقيق أهدافه الحياتية والعيش بأكبر قدر من الاستقلالية.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> - A.stor:U.C.L:ET Outer activité physique et sportives adaptées pour personne handicapés mentale :prient marketing sprl : Belgique :1993:p10...

<sup>2</sup> - منال منصور بوحيد: المعوقين, مؤسسة الكويت للتقدم, الكويت, سنة 1985, ص45.

<sup>3</sup> - ماجد السيد عبيد : الإعاقات الحسية الحركية , دار الصفاء للنشر عمان ط1, سنة 1999, ص215.

#### 6-4. المرحلة العمرية:

6-4-1. لغتنا: ((البلوغ هي كلمة لاتينية الأصل (puberté)، أو (mubilite)، ومعناها الوصول إلى

البلوغ والإدراك، و سن البلوغ هو سن التأهل إلى الزواج))<sup>1</sup>.

6-4-2. اصطلاحا : مرحلة النضج هي من 11-12 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 عنفا .

((والسن الأفضل للتعلم الحركي يسمح باكتساب التقنيات الرياضية القاعدية على شكل عناصر و احتمال أكبر معالجة ( الانحراف العقلاي الموجه) وتعدد التوسعات للمؤشرات الحركية، وتمتاز قدرات التعليم في هذه المرحلة بكونها مستعملة دفعة واحدة من أجل استيعاب الحركات الدقيقة كل مرة، يجب العمل بجذر في النهاية كي لا نجعل الحركات الغير مكيفة آلية(أخطاء حركية) وتجنب الاستمرار في التعلم مع التقوية))<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> - نور حافظ: المراهق ، دار الفارس للنشر ، ط2، بيروت ، لبنان ، 1990، ص 48.

1 - Jurgen weineck. Biologie de sport. Edition vigot. Paris. France .1997.p 324.

## 7/. الدراسات السابقة والمرتبطة:

بعد إطلاعنا على الكثير من المواضيع في مختلف المعاهد خاصة في الرياضة وجدنا بعض الدراسات المشابهة ومن بينها:

### 1- الدراسة الأولى: تركي أحمد "2004"

#### دور النشاط الرياضي التنافسي المكيف في الإدماج الاجتماعي للمعاقين حركيا

مذكرة ماجستير، قسم التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر. <sup>1</sup>

هدف الدراسة: تناول الباحث موضوع الإدماج الاجتماعي للمعوقين حركيا كمتغير يتأثر إيجابا بممارسة

النشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف

المنهج المتبع: استخدم الباحث المنهج الوصفي

حجم العينة: 20 معاق حركيا

نتائج الدراسة: وجود ارتباط بين ممارسة النشاط البدني التنافسي المكيف وتقبل الإعاقة، وذلك من خلال إثبات الفروق بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي كذلك وجود علاقة بين الخصائص الفردية للفرد المعوق حركيا واندماجه الاجتماعي ووجود فروق في السلوك الاجتماعي الايجابي بين الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين للنشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف. <sup>2</sup>

وبعد تطبيق أدوات البحث المتمثلة في مقياس تقبل الإعاقة والاستبيان على مجموعتين، مجموعة ممارسة تثلت في الأندية الرياضية لألعاب القوى، وأخرى غير ممارسة للنشاط البدني الرياضي، تثلت في طلبة مراكز التكوين المهني .

### 2- دراسة الباحثة سبأ نجيب محمود أبو عزيزة 2003 <sup>3</sup>

موضوع الدراسة:

" اثر الأنشطة الرياضية المعدلة على البعد النفسي للمعوقين حركيا "

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية للممارسة الأنشطة الرياضية المعدلة على البعد النفسي للمعوقين

حركيا ؟

<sup>1</sup> - تركي أحمد: دور النشاط الرياضي التنافسي المكيف في الإدماج الاجتماعي للمعاقين حركيا، رسالة ماجستير قسم التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 2004.

<sup>2</sup> - تركي أحمد: مرجع سابق، 2004.

<sup>3</sup> - سبأ نجيب محمود أبو عزيزة: اثر الأنشطة الرياضية المعدلة على البعد النفسي للمعوقين حركيا، رسالة ماجستير، قسم كلية التربية الرياضية، الجامعة الاردنية، عمان، 2003.

فرضيات الدراسة : تم صياغة فرضيات الدراسة كما يلي :<sup>2</sup>

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية للممارسة الأنشطة الرياضية المعدلة على البعد النفسي للمعوقين حركيا .

**هدف الدراسة:** هدفت هذه الدراسة التعرف على واقع البعد النفسي عند المعوقين حركيا.

**حجم العينة:** أجريت الدراسة على عينة تتكون من 96 طفلا معوقا حركيا متوسط عمرهم 22 سنة مقسمة إلى مجموعتين وقامت الباحثة باختبار 38 معوق ضمن المجموعة التجريبية بإتباع المنهج التجريبي للتحقق من صحة الفرضيات , واعتمدت في جمع المعلومات والبيانات على اختبار نفسي تم تصميمه وتطويره من قبل الباحثة يقيس الأبعاد المراد قياسها

**المنهج المتبع:** هو منهج التجريبي

**نتائج الدراسة:** أظهرت نتائج الدراسة حدوث تطور في البعد النفسي كان مرتبطا الى حد كبير بالعمر التدريبي المتراوح بين خمسة وستة أشهر أي في الحالات التي اكتسب فيها المعوق خبرة جديدة , و إن متغيرات سبب ونوع الإعاقة لم يعطي الدلالة المتوقعة والتي تؤكد عليها الكثير من الدراسات , وبالمقابل توصلت الدراسة إلى وجود اثر ذو دلالة إحصائية للممارسة الأنشطة الرياضية المعدلة على البعد النفسي , في حين لم تظهر دلالات إحصائية على باقي متغيرات الدراسة الأخرى وخلصت الدراسة إلى الدور الايجابي الذي تلعبه الأنشطة الرياضية المعدلة في سبيل الحد من المظاهر السلبية لهذه الحالات وتطوير النواحي الايجابية في مشاعر وسلوكيات المعوق وبالتالي تخليصه من المظاهر السلبية المرتبطة بالإعاقة .<sup>2</sup>

### 3- دراسة هشام لوح 2004/2003

موضوع الدراسة :

" اثر النشاط الحركي المكيف في تحسين الاتزان العضلي للمعاقين حركيا "

**هدف الدراسة:** هدفت هذه الدراسة الى معرفة اثر النشاط الحركي المكيف في تحسين الاتزان العضلي للمعاقين حركيا حيث بحثت في الإجابة عن التساؤلات التالية :

-هل ان التمارينات البدنية المستهدفة ضمن وحدات النشاط الحركي المكيف لها اثر في تحسين الاتزان

العضلي الناتجة عن الإعاقة لعينات البحث (إعاقة متوسطة ، بسيطة ، شديدة)؟

<sup>1</sup> - سبأ نجيب محمود أبو عزيزة: مرجع سابق، 2003

<sup>2</sup> - هشام لوح : اثر النشاط الحركي المكيف في تحسين الاتزان العضلي للمعاقين حركيا، رسالة ماجستير ، قسم النشاط الحركي المكيف ، كلية العلوم الاجتماعية و التربية البدنية والرياضية ، جامعة مستغانم ، الجزائر ، السنة الجامعية 2003/2004 .



**حجم العينة:** أي من العينتين التجريبية والضابطة تحقق نتائج أفضل في تحسين الاتزان العضلي.

أجريت الدراسة على عينة تتكون من 34 طفلاً من الأطفال المصابين بالشلل الدماغي مقسمة إلى مجموعات تجريبية وضابطة على حسب شدة الإعاقة . (إعاقة متوسطة ، بسيطة ، شديدة).

**المنهج المتبع:** وبعد إجراء الدراسة الميدانية التجريبية خلصت هذه الدراسة إلى أن وحدات النشاط الحركي المعدل لفئة المعاقين بالشلل الدماغي والتي تتضمن في جوهرها تمارين بدنية مستهدفة قد أسهمت بشكل فعال في تحسين مؤشرات الاتزان العضلي (تحمل القوة العضلية، الإطالة للمجاميع العضلية الرئيسية، التوازن والتوافق) واستخلص الباحث من هذه الدراسة أن التطور الذي حققته العينات التجريبية راجع لفعالية وحدات النشاط الحركي المكيف . 1

**نتائج الدراسة:** فرضيات الدراسة : تم صياغة فرضيات الدراسة على النحو الآتي:

التمارين البدنية المستهدفة ضمن وحدات النشاط الحركي المكيف تؤثر بشكل إيجابي على تنمية مؤشرات الاتزان العضلي (تحمل القوة العضلية، الإطالة للمجاميع العضلية الرئيسية ، التوازن والتوافق ) للمعاقين المابين بالشلل الدماغي . (إعاقة متوسطة ، بسيطة ، شديدة).

- اقتراح ومعايرة بطارية اختبارات خاصة بمعوقى الشلل الدماغي يساعد في حل المشكلة .

- نتائج تأثير وحدات النشاط الحركي المعدل لفئة المعاقين بالشلل الدماغي على تحسين الاتزان العضلي على العينة التجريبية.

اعتمد الباحث في هذه الدراسة على أدوات البحث التالية

الاختبارات البدنية لقياس مؤشرات الاتزان العضلي.

المقابلات الشخصية مع أساتذة وأطباء مختصين .

#### 4- دراسة: الزبيدي والهزاع (1997)

**موضوع الدراسة :** بناء مقياس لقياس الصحة النفسية ومعرفة دلالة الفروق بين الذكور والإناث لمقياس

الصحة النفسية لعينة من طلبة الجامعة

وفي دراسة الزبيدي والهزاع (1997) التي إستهدفت ، وطبق عليهم مقياس الصحة النفسية المعد من قبل

الباحثان .

<sup>1</sup>- هشام لوح : مرجع سابق ، السنة الجامعية 2003/2004 .

### هدف الدراسة:

حجم العينة: لعينتين مستقلتين

المنهج المتبع: المنهج التجريبي من الذكور والإناث.

نتائج الدراسة: وبعد تحليل البيانات إحصائياً باستخدام معامل الارتباط والوسط الحسابي والأختبار التائي، أظهرت النتائج بأن طلبة الجامعة يعانون من ضغوط نفسية التي تشكل لهم أزمات نفسية، ولا يوجد فروق بالصحة النفسية لدى كل من الذكور والإناث.<sup>1</sup>

### تعقيب على الدراسات السابقة:

أوضحت الدراسات السابقة أن هناك مؤشرات إيجابية تدل على ضرورة البرامج الرياضية للمعوقين عامة والمعاقين حركياً خاصة، 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 بشكله الترويحي والتأهيل في تحقيق التوازن الانفعالي وتطوير 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 حركياً على نمو جميع المهارات الرياضية والحركية الأساسية.
- و قد تناولنا هذه الدراسات ما لها من أهمية تدفع الموضوع المراد دراسته والاستعانة ببعض نتائج هذه الدراسات في ظل الأفكار النظرية المتعلقة بموضوع الدراسة، ومقارنة نتائج هذه الدراسات بالنتائج المتوصل إليها من خلال هذا البحث

<sup>1</sup> - الزبيدي والحزاع: بناء مقياس لقياس الصحة النفسية ومعرفة دلالة الفروق بين الذكور والإناث لقياس الصحة النفسية لعينة من طلبة الجامعة جامعة مملكة السعودية سنة 1997.