

الفصل الثاني

تحليل ومناقشة نتائج الدراسة

تحليل نتائج المحور الأول: الراحة النفسية

السؤال الأول: هل النشاط البدني المكيف يساعد في تنمية المهارات الحركية لدى أفراد النادي؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير الرياضة على المهارات الحركية.
الجدول رقم (01): يوضح مدى تأثير الرياضة على المهارات الحركية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	24	80%	10.8	3.84	01	0.05	دال
لا	06	20%					
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال عرضنا لنتائج الجدول رقم (01) يتبين لنا أن 24 تكرار من مجموع التكرارات أي ما يمثل نسبة 80% من مجموع الرياضيين يعتبرون بأن النشاط البدني المكيف يؤثر على المهارات الحركية ، بينما ينفي 06 تكرارات أي ما يمثل نسبة 20% من مجموع الرياضيين تأثير النشاط البدني المكيف.

الاستنتاج:

نستنتج من مناقشة نتائج الجدول (01) أن للنشاط البدني المكيف تأثير ايجابي على الجانب البدني و المهارات الحركية للاعبين حيث أن إجراء عدد كبير من النشاطات يؤثر سلبا على الحالة النفسية مما يؤدي الى ممارسة النشاط البدني المكيف.

السؤال الثاني: هل في رأيك يساعد النشاط البدني المكيف على التخلص من اليأس عند أفراد النادي؟
الغرض من السؤال: معرفة هل يتخلص الرياضي من اليأس بالرياضة.
الجدول رقم (02): يوضح هل يتخلص الرياضي من اليأس بالرياضة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	27	90%	19.2	3.84	01	0.05	دال
لا	03	10%					
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

يتبين لنا من خلال تحليل ومناقشة نتائج الجدول (02) أن 27 تكرار من مجموع التكرارات وهو ما يمثل نسبة 90% من الرياضيين يشعرون باليأس و لكن النشاط البدني المكيف يخلصهم منه، يرى 03 تكرارات أي نسبة 10% من الرياضيين لا يؤكدون ان من الرياضة يمكن ان يتخلص من اليأس.

الاستنتاج:

من مناقشة وتحليل نتائج الجدول نستنتج أن النشاط البدني المكيف يساعد أفراد النادي على التخلص من اليأس.

السؤال الثالث: هل النشاط البدني المكيف يحقق السعادة عند فئة أفراد النادي؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير الرياضة على تحقيق السعادة لدى هذه الفئة.
الجدول رقم (03): مدى تأثير الرياضة على تحقيق السعادة لدى هذه الفئة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	28	93.3%	22.53	3.84	01	0.05	دال
لا	02	6.66%					
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (03) يتبين لنا أن لآراء الرياضيين كانت بنسب متفاوتة حيث أن 28 تكرر من مجموع التكرارات وهو ما يمثل نسبة 93.3% من الرياضيين يرون أن النشاط البدني المكيف يحقق السعادة عند فئة أفراد النادي في حين أشار 02 تكرر أي نسبة 20% أن النشاط البدني المكيف لا يؤثر في يحقق السعادة عند فئة أفراد النادي.

الإستنتاج:

نستنتج من مناقشة وتحليل النتائج أن أغلب الرياضيين يؤثر عليهم النشاط البدني المكيف نسبياً أثناء ممارسته بدرجات متفاوتة ربما يعود إل التربصات التي يقومون بها قبل بداية الموسم.

السؤال الرابع: أثناء ممارسة حصة النشاط البدني المكيف ، كيف تكون الحالة النفسية لأفراد النادي ؟
الغرض من السؤال: معرفة كل قدرة كل لاعب على إثبات وجوده بدنيا على الميدان في كل المباريات.
الجدول رقم (04): يوضح قدرة كل لاعب على إثبات وجوده بدنيا على الميدان في كل المباريات.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
فرح	19	64.33%	26.2	3.84	01	0.05	دال
عادي	11	36.66%					
غضب	00	00%					
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال تحليل ومناقشة نتائج الجدول (04) يتبين لنا أن 19 تكرر من مجموع التكرارات وهو ما يمثل نسبة 64.66% من الرياضيين يرون أنهم قادرون على إثبات وجودهم بدنيا على الميدان في كل المباريات أما نسبة 36.66% يعتبرون أنهم فعلا قادرون على إثبات وجودهم بدنيا على الميدان في كل المباريات.

الإستنتاج:

نستنتج من تحليل ومناقشة نتائج الجدول تبين المواقف حول قدرة كل لاعب على إثبات وجوده بدنيا على الميدان في كل المباريات.

السؤال الخامس: ما هو اقتراح الحجم الساعي المخصص لتنفيذ برنامج رياضي مكيفة؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى شعور اللاعب بتدني مستواه البدني من مباراة لأخرى.
الجدول رقم (05): يمثل مدى شعور اللاعب بتدني مستواه من مباراة لأخرى.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
أقل من 30 دقيقة	06	20%	10.8	3.84	01	0.05	دال
أكثر من 30 دقيقة	24	80%					
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال عرضنا لنتائج الجدول رقم (05) يتبين لنا أن 24 تكرار من مجموع التكرارات أي نسبة 80% من مجموع الرياضيين يعتبرون ان حجم النشاط البدني المكيف يجب ان يكون أكثر من 30 دقيقة في الحصة بينما يعتبر 06 تكرارات من مجموع التكرارات وذلك مايمثل نسبة 20% يقولون أنهم يكفي نصف ساعة في الحصة.

الاستنتاج:

نستنتج من مناقشة وتحليل نتائج الجدول (05) أن الحجم الساعي المخصص لتنفيذ برنامج رياضي مكيفة يجب ان يكون كافي لإيصال الفكرة.

السؤال السادس: ما هي الفترة التي تراها مناسبة هل هي ؟
الغرض من السؤال: معرفة تقييم الرياضيين لمستوى أدائهم بعد إجراء سلسلة من المباريات.
الجدول رقم (06): يوضح تقييم الرياضيين لمستوى أدائهم بعد إجراء سلسلة من المباريات.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
الفترة الصباحية	20	66.66%	3.33	3.84	01	0.05	غير دال
الفترة المسائية	10	33.33%					
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال تحليل ومناقشة نتائج الجدول (06) يتبين لنا أن 20 تكرار من مجموع التكرارات أي بنسبة 66.66% من الرياضيين يرون أن الفترة الصباحية هي أفضل توقيت في حين أشار 10 تكرارات بنسبة 33.33% يرون أن الفترة المسائية يكون فيها ممارسة النشاط الرياضي المكيف أفضل.

الاستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من مناقشة وتحليل النتائج أن أغلب الرياضيين يجمعون أن الفترة الصباحية هي الفترة التي يراها الرياضيين نادي الأمل أفضل.

السؤال السابع: هل في رأيك النشاط البدني المكيف يساعد على الراحة النفسية ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير الرياضة على الراحة النفسية.
الجدول رقم (07): يوضح معرفة تأثير الرياضة على الراحة النفسية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	30	%100	-	-	-	-	-
لا	00	%00	-	-	-	-	-
المجموع	30	%100	-	-	-	-	-

تحليل ومناقشة النتائج:

يتضح لنا جلياً من خلال تحليل نتائج الجدول (07) أن 30 تكرار من مجموع التكرارات أي بنسبة 100% من الرياضيين يعتبرون أن النشاط البدني المكيف يساعد على الراحة النفسية و يحسن من أدائهم.

الإستنتاج:

نستنتج من خلال مناقشة نتائج الجدول 07 لعب عدد كبير من المباريات يعود بالأثر الإيجابي على الأداء العام للاعبين بحيث أن للمنافسة دور في تحسن أداء الرياضيين خلال المباريات بالأخذ بعين الإعتبار أن تكون هذه المنافسة منتظمة أي غير مكثفة.

استنتاج المحور الأول:

من خلال عرض النتائج للمحور الأول الذي يخدم لنا الفرضية الأولى والتي صيغت دوافع الراحة النفسية في النشاط البدني المكيف لدى المعاقين حركيا وكان عنوان المحور الراحة النفسية وجاءت أسئلته من السؤال الأول إلى السؤال السابع، من معرفة التأثير بالمستوى البدني بعد إجراء عدد كبير من الأنشطة الرياضية إلى معرفة تحسن الأداء النفسي ومن خلال النتائج المحصل عليها من الجداول مايلي:

- للنشاط الرياضي المكيف تأثير ايجابي على الجانب النفسي لرياضيين.
- مدى حرص الرياضيين على الظهور بمستوى أداء مقبول.
- التأثير السلبي الذي قد ينجم عن إجراء سلسلة من النشاطات الرياضية.

ومن كل هذا نستنتج مدى صحة الفرضية الأولى التي تقول:

(دوافع الراحة النفسية في النشاط البدني المكيف لدى المعاقين حركيا)

المحور الثاني: علاقات اجتماعية

السؤال الثامن: ما هو الجانب الذي تؤثر فيه الأنشطة الحركية بشكل أكبر؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية التحضير البدني في تحسين أداء الرياضيين.
الجدول رقم (08): يوضح أهمية التحضير البدني على تحسين أداء الرياضيين.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
الجانب الحسي الحركي	20	66.66%	3.33	3.84	02	0.05	غير دال
الجانب الاجتماعي العاطفي	05	16.5%					
الجانب المعرفي	05	16.5%					
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول يتبين لنا أن 20 تكرار من مجموع التكرارات وهو ما يمثل نسبة 66.66% من الرياضيين يؤكدون على ان الأنشطة الحركية تحسّن الجانب الحسي الحركي. يتبين لنا أن 05 تكرار من مجموع التكرارات وهو ما يمثل نسبة 16.5% من الرياضيين يؤكدون على ان الأنشطة الحركية تحسّن الجانب الاجتماعي العاطفي. يتبين لنا أن 05 تكرار من مجموع التكرارات وهو ما يمثل نسبة 16.5% من الرياضيين يؤكدون على ان الأنشطة الحركية تحسّن الجانب المعرفي.

الاستنتاج:

نستنتج من مناقشة وتحليل نتائج الجدول مدى وعي الرياضيين وإدراكهم بأهمية الأنشطة الحركية بشكل أكبر الجيد لماله الأثر الإيجابي في تحسّن دورهم في جميع الجوانب.

السؤال التاسع: هل النشاط البدني المكيف دور في تحقيق جو الاحتكاك بين أفراد النادي؟
الغرض من السؤال: معرفة العلاقة بين تأثير مستوى اللاعب والحالة البدنية التي يكون عليها.
الجدول رقم (09): يوضح العلاقة بين مستوى اللاعب والحالة البدنية التي يكون عليها.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	23	76.66%	3.33	3.84	01	0.05	غير دال
لا	07	23.33%					
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

إن نتائج التحليل تبين أن هناك 76.66% من الرياضيين يتأثر مستواهم بالحالة البدنية التي يكونون عليها بينما يرى 23.33% ما يتأثر مستواهم البدني بالحالة البدنية التي يكونون عليها.

الاستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من خلال تحليل نتائج الجدول أن مستوى الرياضيين يتأثر بالحالة البدنية التي يكونون عليها وهذا ما يبرز أهمية التحضير البدني ودوره الكبير في تحسين مستوى أداء الرياضيين أثناء المباريات .

السؤال العاشر: هل يكتسب أفراد النادي صفات اجتماعية جديدة عند ممارسة النشاط البدني المكيف ؟
الغرض من السؤال: معرفة الأهمية التي يوليها النشاط البدني المكيف في برنامج عمله.
الجدول رقم (10): يوضح الأهمية التي يوليها النشاط البدني المكيف في برنامج عمله.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	27	90%	19.2	3.84	01	0.05	دال
لا	03	10%					
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول (10) أن أغلب الرياضيين 27 تكرر من مجموع التكرارات 90% من الرياضيين يرون أن النشاط البدني المكيف يكتسب أفراد النادي صفات اجتماعية جديدة بينما ينفي 03 تكرارات بنسبة 10% من الرياضيين أن النشاط البدني المكيف يكتسب أفراد النادي صفات اجتماعية جديدة.

الاستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من خلال تحليل ومناقشة نتائج الجدول أن أغلب المدربين يولون اهتماما النشاط البدني المكيف يكتسب في برنامج عملهم في حين بعض الرياضيين لا يولون النشاط البدني المكيف أهمية وهذا ما يظهر قيمته حيث يهدف النشاط البدني المكيف في الصفات الاجتماعية إلى إعداد الرياضيين بدنيا وظيفيا ونفسيا بما يتماشى مع مواقف الإعداد في الرياضة الحديثة وهذا حسب حسن السيد أبو عبده .

السؤال الحادي عشر : هل للأنشطة الحركية أساهم في اكتساب أفراد النادي سلوكيات التوافق الاجتماعي ؟
الغرض من السؤال: معرفة هل للأنشطة الحركية دور في التوافق الاجتماعي.

الجدول رقم (11): يوضح هل للأنشطة الحركية دور في التوافق الاجتماعي.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
لا	08	%26.66	23.4	3.84	01	0.05	دال
نعم	22	%73.33					
المجموع	30	%100					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال ملاحظة النتائج المبينة في الجدول نجد أغلب الرياضيين 22 تكرر من مجموع التكرارات وهو ما يمثل نسبة %73.33 يكون للأنشطة الحركية دور في التوافق الاجتماعي في حين أشار 08 تكرر أي بنسبة %26.33 يفقدون الثقة بالنفس عندما لا يكونون في كامل لياقتهم.

الاستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من خلال مناقشتنا لنتائج الجدول للأنشطة الحركية أساهم في اكتساب أفراد النادي سلوكيات التوافق الاجتماعي. وهذا ما نجده في الجانب النظري في عنصر التحضير النفسي للاعب كرة القدم في الشق النفسي التربوي ص(36).

السؤال الثاني عشر: هل في رأيك يساعد النشاط البدني المكيف على اكتساب مهارات اجتماعية مساعدة على التفاعل الاجتماعي؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى وعي الرياضيين بفعالية للتفاعل الاجتماعي. الجدول رقم (12): يوضح مدى وعي الرياضيين بفعالية للتفاعل الاجتماعي.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	22	73.33%	6.53	3.84	01	0.05	دال
لا	08	26.66%					
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول يتضح لنا جليا أن 22 تكرار من مجموع التكرارات أي بنسبة 73.33% من الرياضيين يعتبرون التحضير البدني فعال من خلا قدرتهم على إتمام المباريات، بينما ينفي 08 تكرارات ما يمثل نسبة 26.33% بعدم فاعلية النشاط البدني المكيف في القدرة على أتمام التفاعل الاجتماعي.

الاستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من خلال مناقشة نتائج الجدول مدى وعي الرياضيين بفعالية و يساعد النشاط البدني المكيف على اكتساب مهارات اجتماعية مساعدة على التفاعل الاجتماعي.

السؤال الثالث عشر: هل تساعد الراحة النفسية لد أفراد النادي في الاندماج مع الآخرين ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى مصادفة اللاعب لمشاكل بدنية تؤثر على أدائه خلال المنافسة.
الجدول رقم (13): يوضح معرفة مدى مصادفة اللاعب لمشاكل بدنية تؤثر على أدائه خلال المنافسة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	25	%83.33	13.33	3.84	01	0.05	دال
لا	05	%16.66					
المجموع	30	%100					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال ملاحظة نتائج الجدول 13 يتبين لنا أن 25 تكرار من مجموع التكرارات أي ما يمثل نسبة %83.33 من مجموع الرياضيين يعترفون الراحة النفسية تساعد على الاندماج مع الآخرين بينما ينفي 05 تكرارات أي بنسبة %16.66 يروى عكس ذلك.

الاستنتاج:

نستنتج من خلال مناقشة وتحليل نتائج الجدول 13 أن أغلب الرياضيين يميلون على ان الراحة النفسية تساعد على الاندماج مع الآخرين.

السؤال الرابع عشر: هل الأنشطة الحركية المطبقة داخل المركز تدخل الفرح و السرور على أفراد النادي؟
الغرض من السؤال: تقييم الرياضيين بمدى فاعلية الأنشطة الرياضية.
الجدول رقم(14): يوضح تقييم الرياضيين لفعالية الأنشطة الرياضية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	29	96.66%	26.33	3.84	01	0.05	دال
لا	01	3.33%					
المجموع	60	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول(14) نلاحظ أن أغلب الرياضيين يرون أن الأنشطة الحركية المطبقة داخل المركز تدخل الفرح و السرور حيث يرى 29 تكرر من مجموع التكرارات بنسبة 96.66% من الرياضيين بإيجابية تدخل الفرح و السرور في حين أشار 03 تكرر ما يمثل نسبة 3.33% من الرياضيين بان الأنشطة الحركية المطبقة داخل المركز لا تدخل الفرح و السرور.

الإستنتاج:

نستنتج من مناقشة وتحليل نتائج الجدول (14) مدى فعالية التحضير البدني الذي يقوم به اللاعبون قبل المنافسة وهذا يوضح الدور الكبير الذي توليه الفرق للجانب البدني.

السؤال الخامس عشر: هل في رأيك توجد رابط بين التأهيل الحركي و الاجتماعية ؟
 الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية رابط بين التأهيل الحركي و الاجتماعية.
 الجدول رقم (15): يوضح أهمية رابط بين التأهيل الحركي و الاجتماعية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	30	%100	-	-	-	-	-
لا	00	%00	-	-	-	-	-
المجموع	30	%100	-	-	-	-	-

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول تبين لنا أن 30 تكرار من مجموع التكرارات وهو ما يمثل نسبة 100% من الرياضيين توجد رابط بين التأهيل الحركي و الاجتماعية.

الاستنتاج:

من تحليل ومناقشة نتائج الجدول (15) نستنتج مدى وعي الرياضيين وإدراكهم بأهمية توجد رابط بين التأهيل الحركي و الاجتماعية.

إستنتاج المحور الثاني:

من خلال عرض النتائج للمحور الثاني الذي يخدم لنا الفرضية الثانية والتي صيغت بان تحقيق علاقات اجتماعية في ممارسة النشاط البدني المكيف لدى المعاقين حركيا وجاءت أسئلته من السؤال الثامن إلى السؤال الخامس عشر ، من معرفة أهمية علاقات اجتماعية في تحسن أداء الرياضيين أثناء المباريات إلى معرفة أهمية ممارسة النشاط البدني المكيف.

ومن خلال النتائج المحصل عليها من الجداول مايلي:

- وعي الرياضيين وإدراكهم بأهمية وفعالية التحضير البدني الجيد لما له الأثر الإيجابي في تحسين أداء الرياضيين أثناء المنافسة.

- القيمة التي يعيها ويوليها بممارسة النشاط البدني المكيف في برنامج عمله.

- التأثير السلبي الذي قد ينجم عندما لا يكون اللاعبون في كامل حالتهم النفسية عن بعض الحالات

الانفعالية والمتمثلة في القلق مما ينعكس سلبا على أداء ومردود الفريق. ومن كل هذا نستنتج مدى صحة

الفرضية الثانية التي تقول: (تحقيق علاقات اجتماعية في ممارسة النشاط البدني المكيف لدى المعاقين حركيا)

المحور الثالث: التنظيم السلوكي.

السؤال السادس عشر: هل المنطوي حول ذاته يصبح اجتماعيا بفضل الأنشطة الحركية ؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى الاهتمام الذي يوليه المدرب على حالات الانطواء.

الجدول رقم (16): يوضح الاهتمام الذي يوليه المدرب على حالات الانطواء.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	26	86.66%	16.13	3.84	01	0.05	دال
لا	04	13.33%					
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

يتبين لنا من خلال تحليل ومناقشة نتائج الجدول (16) تبين لنا أن 26 تكرر من مجموع التكرارات أي بنسبة

86.66% من الرياضيين يقرون على الإهتمام الكبير الذي يبديه مدربهم بتنمية الصفات النفسية للاعبين

بينما ينفي 04 تكرارات أي بنسبة 13.33% إهتمام مدربهم لا بتنمية الصفات النفسية.

الإستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا لنتائج الجدول أن أغلب المدربين يولون إهتماما كبيرا لتنمية الصفات الاجتماعية

في حين بعض المدربين لا يعيرون إهتماما لتنمية الصفات النفسية

السؤال السابع عشر: هل تساعد الألعاب الحركية على تقويم وتعديل السلوك الانفعالي أثناء ممارسته لها ؟
الغرض من السؤال: معرفة الصفة البدنية التي يعمل الرياضيين على تطويرها بصفة مستمرة.
الجدول رقم (17): يوضح معرفة الصفة البدنية التي يعمل الرياضيين على تطويرها بصفة مستمرة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	28	93.33%	22.53	3.84	01	0.05	دال
لا	02	6.66%					
المجموع	30	100					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول (17) نلاحظ أن أغلب الرياضيين يعتبرون أن صفة السلوك الانفعالي على ان الألعاب الحركية على تقويم وتعديل هي الصفة التي يعملون على تطويرها بصفة مستمرة حيث يرى 02 تكرار من مجموع التكرارات أي بنسبة 6.66% بينما عكس نظرة الاخري في تعديل السلوك.

الاستنتاج:

نستنتج من خلال مناقشة نتائج الجدول (17) أن الرياضيين يعملون على تعديل السلوك الانفعالي وبصورة مستمرة حيث يلعب النشاط البدني المكيف دورا هاما في مختلف الفعاليات الرياضية من حيث إعداد الرياضي بدنيا، كما يعمل أيضا على تنمية الجانب النفسي للرياضي.

السؤال الثامن عشر: هل تؤثر الأنشطة الحركية في سلوكك ؟
الغرض من السؤال: معرفة تأثير الأنشطة الحركية.
الجدول رقم (18): يوضح تأثير الأنشطة الحركية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	19	%64.33	2.13	3.84	01	0.05	غير دال
لا	11	%36.66					
المجموع	30	%100					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال تحليل ومناقشة نتائج الجدول (18) يتبين لنا أن 19 تكرار من مجموع التكرارات وهم وما يمثل نسبة %64.33 يروى إن للأنشطة الحركية تأثير على سلوكهم بينما يرى نسبة %36.66 أنهم لا تأثير سلوكهم بالأنشطة الحركية.

الاستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من تحليل ومناقشة الجدول أن النسب متفاوتة فيما يخص للأنشطة الحركية تأثير على سلوك الرياضيين ف النادي .

السؤال التاسع عشر: هل يغير سلوكك باحتكاكه مع زملائه؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى قدرة و استعدادات اللاعب ومستواه البدني من خلال إثبات وجوده في المباريات.

الجدول رقم (19): يوضح معرفة مدى قدرة و استعدادات اللاعب ومستواه البدني من خلال إثبات وجوده في المباريات.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	25	%83.33	13.33	3.84	01	0.05	دال
لا	05	%16.66					
المجموع	30	%100					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال تحليل ومناقشة نتائج الجدول (19) يتبين لنا أن 25 تكرار من مجموع التكرارات أي بنسبة 83.33% من الرياضيين يعتبرون بلن احتكاكه مع زملائه يغير في سلوكهم بينما ينفي 05 تكرارات أي بنسبة 16.66% أنهم يروى عكس ذلك.

الاستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا لنتائج الجدول 19 إدراك الرياضيين لأهمية الاحتكاك مع زملائهم في النادي و مدى إيجابية ذلك على الجوانب النفسية لهذه الفئة.

السؤال العشرين: هل الأنشطة المطبقة داخل المركز تساعد على التخلص من الضغوط النفسية؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى المستوى ضغوط النفسية للاعبين.

الجدول رقم (20): يوضح مدى المستوى ضغوط النفسية للاعبين.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	27	90%	19.2	3.84	01	0.05	دال
لا	03	10%					
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال ملاحظتنا لنتائج الجدول (20) يتضح لنا جليا أن أغلب الرياضيين 27 تكرر من مجموع التكرارات وهو ما يمثل نسبة 90% من الرياضيين قادرين على التخلص من الضغوط النفسية وهذا ما يوضح مستواهم النشاط الرياضي بينما ينفي 03 تكرارات أي بنسبة 10% يروى عكس ذلك .

الاستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا لنتائج الجدول 20 أن أغلب الرياضيين لديهم مستوى ضغط النفسي و لكن هناك قابلية على التعامل مع المواقف المختلفة.

السؤال الواحد والعشرون: هل الأنشطة المطبقة داخل النادي تساعدكم على التوازن الانفعالي؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى تطور الصفات البدنية عند الرياضيين.
الجدول رقم (21): يوضح مدى تطور الصفات البدنية عند الرياضيين.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	23	%76.66	8.53	3.84	01	0.05	دال
لا	07	%23.33					
المجموع	30	%100					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال عرضنا لنتائج الجدول رقم (21) يتبين لنا أن 23 تكرر من مجموع التكرارات أي ما يمثل نسبة %76.66 من الرياضيين يروى ان الأنشطة المطبقة داخل النادي تساعدكم على التوازن الانفعالي بينما ينفي 07 تكرارات بنسبة %23.33 يروى عكس ذلك..

الإستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا وتحليلنا لنتائج الجدول أن أغلبية الرياضيين يتمتعون بمستوى متطور من الصفات البدنية خاصة صفة البدنية على أداء عدة حركات معينة وفي الأنشطة المطبقة داخل النادي تساعد على التوازن الانفعالي للرياضيين في النادي.

السؤال الثاني والعشرون: هل تلاحظ بأن النشاط البدني المكيف يمتص الطاقة الزائدة لديكم ويخفف من حدته الانفعالية خلال ممارسته لها ؟

الغرض من السؤال: معرفة هل النشاط البدني المكيف يمتص الطاقة الزائدة.

الجدول رقم (22): يوضح هل النشاط البدني المكيف يمتص الطاقة الزائدة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	20	66.66%					
لا	10	33.33%	3.33	3.84	01	0.05	غير دال
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

من تحليل ومناقشة نتائج الجدول (22) يتبين لنا أن 20 تكرار من مجموع التكرارات أي نسبة 66.66% من الإجابات تلاحظ بأن النشاط البدني المكيف يمتص الطاقة الزائدة بينما يعتبر 33.33% أن ليس لديهم صعوبات مع التعامل مع الطاقة الزائدة.

الاستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من مناقشة وتحليل نتائج الجدول أن الرياضيين الذين يلاحظون ان النشاط البدني المكيف يمتص الطاقة الزائدة لديكم ويخفف من حدته الانفعالية خلال ممارسته لها .

السؤال الثالثة والعشرون: هل النشاط البدني المكيف يهاعدكم من تفادي حالة الاكتئاب ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى تطور الصفات النفسية عند الرياضيين.
الجدول رقم (21): يوضح مدى تطور الصفات النفسية عند الرياضيين.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	23	%76.66	8.53	3.84	01	0.05	غير دال
لا	07	%23.33					
المجموع	30	%100					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال عرضنا لنتائج الجدول رقم (21) يتبين لنا أن 23 تكرر من مجموع التكرارات أي ما يمثل نسبة %76.66 من الرياضيين قادرين على القيام بعدة حركات بدنية في مدة ومدة قصيرة وهذا ما يدل مستوى تطور الصفات النفسية و تخلص من الاكتئاب بينما ينفي 07 تكرارات بنسبة %23.33 يروى عكس ذلك.

الاستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا وتحليلنا لنتائج الجدول أن أغلبية الرياضيين يتمتعون بمستوى متطور من الصفات النفسية خاصة و للنشاط البدني المكيف دور يهاعدهم من تفادي حالة الاكتئاب .

السؤال الرابعة والعشرون: ما هو الهدف من ممارسة الأنشطة الحركية المبرجة في النادي؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى إتقان اللاعب للمبادئ الأساسية لكرة القدم.
الجدول رقم (22): يوضح مدى إتقان اللاعب للمبادئ الأساسية لكرة القدم.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
06.66%	02	ترويحي
00%	00	حسي حركي
26.66%	08	اجتماعي وجداني
00%	00	علاجي
66.66%	20	تنافسي
100%	30	المجموع

تحليل ومناقشة النتائج:

من تحليل ومناقشة نتائج الجدول (22) يتبين لنا أن 20 تكرار من مجموع التكرارات أي نسبة 66.66% من الرياضيين لديهم دافع التنافس بينما يعتبر 26.66% أن ليس لديهم ميل اجتماعي وجداني، بينما يعتبر 06.66% هم من اجل التروييح.

الإستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من مناقشة وتحليل نتائج الجدول أن الرياضيين الذين لديهم الهدف من ممارسة الأنشطة الحركية المبرجة في النادي.

السؤال الخامسة والعشرون: هل تشارك في الأنشطة الحركية الجماعية تلقائياً و بحماس ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى دافعية ممارسة الأنشطة الرياضية.
الجدول رقم (23): يوضح مدى دافعية ممارسة الأنشطة الرياضية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة إحصائية
نعم	25	83.33%	13.33	3.84	01	0.05	غير دال
لا	05	16.66%					
المجموع	30	100%					

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال عرضنا لنتائج الجدول رقم (23) يتبين لنا أن 25 تكرر من مجموع التكرارات أي ما يمثل نسبة 83.33% من الرياضيين يشاركون في الأنشطة الحركية الجماعية تلقائياً و بحماس بينما ينفي 05 تكرارات بنسبة 16.66% يروى عكس ذلك.

الاستنتاج:

يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا وتحليلنا لنتائج الجدول أن أغلبية الرياضيين يتمتعون بمستوى متطور من الصفات البدنية ،مقدرة اللاعب على أداء عدة حركات معينة وفي مدة زمنية قصيرة. يشاركون في الأنشطة الحركية الجماعية تلقائياً و بحماس.

استنتاج المحور الثالث

من خلال عرض نتائج المحور الثالث الذي يخدم الفرضية الثالثة والتي صيغت على النحو التالي يتأثر تحسن أداء الرياضيين خلال فترة النشاط الرياضي المكيف إلى الإعداد البدني والتطوير الجيد للصفات الاجتماعية و النفسية وكان عنوان المحور معرفة قدرة النشاط البدني في التأهيل الحركي لدى المعاقين حركيا في التكيف والتأقلم الاجتماعي (حل المشكلات) وجاءت أسئلته من السؤال السادس عشر إلى السؤال الأخير من معرفة إلمام الرياضيين واهتمامه بتطوير الصفات الاجتماعية و النفسية إلى معرفة قدرة اللاعب التعامل مع الكرات العالية. ومن خلال النتائج المحصل عليها نستنتج مايلي:

- اهتمام الرياضيين بتنمية الصفات البدنية في برنامج عملهم.
 - حرص الرياضيين على تنمية الصفات الاجتماعية و النفسية المختلفة وبصفة مستمرة.
 - أدراك الرياضيين بأهمية ودور الصفات البدنية في تحسين أدائهم خلال المنافسة.
 - حرص الرياضيين على الظهور بمستوى متطور من الصفات البدنية ومستوى تكتيكي ومهاري عال.
 - سعي الرياضيين من أجل إتقان المبادئ الأساسية في النشاط البدني المكيف.
- من كل هذا نستنتج مدى صحة الفرضية الثالثة التي تقول:
- (معرفة قدرة النشاط البدني في التأهيل الحركي لدى المعاقين حركيا في التكيف والتأقلم الاجتماعي (حل المشكلات))

الاستنتاج العام:

من خلال ملاحظة وتحليل النتائج للإستبيانات وانطلاقاً من استنتاجات المحاور الثلاثة يتبين لنا بوضوح أن دوافع لممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف حيث:

يعتبر التحضير من أهم العوامل المساعدة في أداء الرياضيين وعلى الاهتمام بالنشاط البدني المكيف، والهدف الحقيقي من التحضير البدني هو تطوير لياقة اللاعب لأنها من أهم العناصر المؤثرة على أداء اللاعب والتغلب على الانفعال والتوتر خلال النشاط الرياضي المكيف وإتباع الطرق اللازمة لتنميتها وتطويرها وهذا ضمان للأداء الجيد للاعبين والتغلب على الآثار الناجمة عن آثار الإعاقة.

ومن خلال جمع الأجوبة والملاحظات المقدمة من طرف الرياضيين حول تأثير النشاط البدني المكيف على اللياقة البدنية للرياضيين وبعد التحليل لا حظنا الصراحة التامة في الأجوبة المتعلقة بموضوعنا وذلك نظراً لمكانة وسمعة الفرق الثلاث والمستوى الحالي الذي ينشطون فيه حيث أجمعوا ان للمعاقين حركيا دوافع لممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف.

اقتراحات:

- على ضوء دراستنا لنتائج الاستبيان الخاص بالرياضيين والدراسة المفصلة في هذا الجانب والتي نعتبرها ما هي إلا دراسة بسيطة ومحصورة في ظل الإمكانيات المتوفرة والموجودة ورغم ذلك فإننا أردنا أن نعطي بداية لإنطلاق بحوث ودراسات أخرى في هذا المجال بتوسع وفهم أكثر.
- وقد بينت النتائج المستخلصة في هذا البحث مدى إهتمام ووعي الرياضيين بأهمية بالنشاط البدني المكيف وذلك بالتباع الطرق التدريبية العلمية.
- وعلى هذا الأساس نتقدم ببعض الاقتراحات التي نتمنى من خلالها أن تكون عاملا مساعدا ومسهلا لكل المشاكل التي يجدها الرياضيين من خلال برامج عملهم.
- عدم إهمال النشاط البدني المكيف باعتباره جزء وعامل مهم لما له الأثر الإيجابي في تحسين أداء الرياضيين وتحقيق النتائج الجيدة.
 - الإهتمام بتنمية الصفات البدنية المختلفة وبصفة مستمرة في برامج العمل التدريبية.
 - اعتبار أن الهدف الحقيقي من النشاط البدني المكيف هو تحسين مستوى أداء الرياضيين.
 - إعتبار النشاط البدني المكيف دني عاملا من عوامل التفوق والنجاح.
 - زيادة فاعلية النشاط البدني المكيف من شدة وحجم لماله دور في الأداء العام للاعبين.
 - إعتبار أن الصفات البدنية ترتبط إرتباطا وثيقا بالأداء الجيد للاعبين.

الختام:

تبين لنا من أثناء الدراسة الميداني لنا أن معظم اهتمامات مربين شملت على الجانب النشاط البدني المكيف بالدرجة الأولى لكونه يمثل قاعدة أساسية لاكتساب وتطوير الصحة النفسية وتحسين السلوك الحسي لدى المعاقين حركيا .

تعد طريقة الأنشطة المكيفة الحركي إحدى أهم الطرق التي أصبح يعول عليها كثيرا في مجال النشاط البدني المكيف وشملت مختلف الأعمار و الجنسين ، وذلك لكونها طريقة نشطة تساعد على سرعة التعلم في مختلف الرياضات خاصة بفئة المعاقين حركيا ، حيث تستدعي وضع المعاقين في ظروف حقيقية مشابهة لما يراه ، وهذا ما تطلب من المربين أن يعملوا على تكييف مجموعة من الألعاب الحركي وتوجيهها لخدمة أهداف الحصة النشاط البدني المكيف سواء كانت هذه الأهداف نفسية أو حسيّة حركية ، عاطفية أو معرفية أو اجتماعي .

بالإضافة إلى أن للألعاب الحركية أهداف تربوية ، فكرية، بدنية ، كتنمية الصفات البدنية وتعليم المهارات الحركية وكذا تنمية روح الجماعة الإحساس بالجسم إلى غير ذلك من الأهداف التي تساعد المعاق في بناء علاقة بصورة سليمة مع نفسه و مع المجتمع، كما أن النشاط البدني المكيف يعتبر من أنجع الطرق والوسائل في عملية تنمية الصحة النفسية ، وذلك لأن الطفل يقوم بإنجاز التمرين المقترح دون الشعور بالتعب أو الملل وذلك لوجوده في جو يسمح له بالعمل أكثر ومجهود بدني متنوع لكامل الجسم مع المحافظة على التوزيع المتوازن للجهد البدني وكذا وقت الراحة وأيضا المتطلبات التنسيقية والمعرفية .