

تأثير ممارسة النشاط الرياضي الترويحي على تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً (9-12) سنة ؟

تمار محمد

مخبر علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والإيقاعية، جامعة الجزائر 3

الملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مدى الدور الذي تلعبه الأنشطة الرياضية الترويحية في الرفع من مستوى تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً من خلال ممارسة هذه الأنشطة داخل المدرسة.

وفي ضوء هذه الدراسة استعملنا المنهج الوصفي التحليلي الذي يعد الأنسب إلى هذه الدراسة، كما استعملنا مقياس تقدير الذات المصمم من طرف الدكتور عبد الرحمان صالح الأزرق، حيث شملت العينة على 94 تلميذ من مدرسة الشبان المكفوفين بالعاشور وقد قسمت العينة إلى مجموعتين واحدة ممارسة وأخرى غير ممارسة لهذه الأنشطة وكل واحدة مكونة من 47 تلميذ.

في ختام هذه الدراسة توصلنا أن للأنشطة الرياضية الترويحية دور هام وفعال في الرفع من مستوى تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً كما توصلنا إلى انه هناك علاقة طردية بين ممارسة هذه الأنشطة ومستوى تقدير الذات.

الكلمات الدالة: النشاط الرياضي الترويحي - تقدير الذات - الاعاقة البصرية

Résumé :

Cette étude vise à déterminer le rôle joué par les activités sportives et de loisirs à élever le niveau d'estime de soi chez les enfants ayant une déficience visuelle à travers l'exercice de ces activités au sein de l'école.

À la lumière de cette étude, nous avons utilisé une méthode descriptive analytique qui convient le mieux à cette étude, nous avons utilisé une mesure de l'estime de soi conceptée par le Dr Abdu Rahman Saleh alazrak, où l'échantillon comprenait des 94 étudiants de l'École de Al Ashour de jeunes aveugles L'échantillon a été divisé en deux groupes l'un exerce et l'autres n'exerce pas ces activités sportives et comprenant chacun 47 élèves.

A l'issue de cette étude, nous avons constaté que les activités sportives et les loisirs, un rôle important et efficace pour élever le niveau de l'estime de soi chez les enfants ayant une déficience visuelle, nous avons conclu qu'il existe une corrélation directe entre ces activités et le niveau d'estime de soi.

Mots clés: activité sportive de loisir – estime de soi – déficience visuelle

مقدمة:

تمثل حاسة البصر أهمية خاصة لكل فرد، حيث أنها تساعد على التفاعل الواقعي مع بيئته سواءً كانت طبيعية أو اجتماعية، إذ أن حوالي ثلثي معلومات الفرد عن العالم المحيط به تأتي عن طريق حاسة البصر (مدحت محمد أبو النصر، 2009: 27).

فالإنسان الذي يفقد بصره معناه يفقد قناة رئيسية من قنوات تواصله مع العالم من حوله، ويصبح مرغماً على الاعتماد على الحواس الأخرى وخاصة حاستي السمع واللمس، ولكن هاتين الحاستين وغيرهما من الحواس الأخرى لا تعوضه بما يكفي ليكسب المعلومات مما يجعل خبرته محدودة كماً ونوعاً (مدحت محمد أبو النصر، 2009: 27).

ويكتسب الفرد من خلال حاسة الإبصار أكثر من 80% من معلوماته ومن ثم فإن أي خلل في الجهاز البصري قد يؤثر على تطوره العقلي والحسي والنفسي لأن بيئته تصبح محصورة بما يمكنه لمسه أو سماعه أو شمّه وينعكس ذلك على كافة نواحي حياته (السيد رمضان، 1984: 15).

وقد سارعت المجتمعات الحديثة إلى الاهتمام بهاته الشريحة المناسبة ومحاولة مساعدتها ورعايتها لكي تصبح فئة عادية ومترنة، واستعانت هذه المجتمعات بما توصل إليه العلم الحديث من معلومات حول أنواع الإعاقة البصرية، أسباب حدوثها، آثار فقدانها على الفرد والمجتمع، فتغيرت نظرات المجتمعات تجاههم (المعاقين بصرياً) وبدأ الاهتمام بضرورة توفير الخدمات اللازمة لإدماجهم وتكثيفهم في المجتمعات وظهر هذا الاهتمام من خلال البحث على توفير سبل الراحة للمعاقين بصرياً خاصة في سن الطفولة (حلمي إبراهيم وليلى السيد، 1998: 61).

ومن بين هذه الوسائل التي تساعد في إدماج المعاقين بصرياً نجد النشاط الرياضي عامة والترويحي الأكثر انتشاراً في أوساط الشباب خاصة في المؤسسات والمدارس التربوية ومما يساعد على ذلك أن النشاط الرياضي الترويحي يعدّ عاملاً من عوامل الراحة الإيجابية النشطة التي تشكل مجالا هاما من وقت الفراغ، بالإضافة إلى ذلك يعتبر من الأعمال التي تؤدي للارتقاء بالمستوى الصحي والبدني للفرد وتكسبه القوام الجيد، وتمنح له الفرح والسرور، وتخلصه من التعب والكره، وتجعله قادراً على العمل والإنتاج (حلمي إبراهيم وليلى السيد، 1998: 23).

وإذا كان النشاط الرياضي الترويحي يشكل محوراً جوهرياً من حياة الأطفال العاديين فإنه أجدراً بأن يكون مجالا هاما في تربية ورعاية الأطفال المكفوفين، إذ نجد جميع العمليات التربوية والأساليب المستخدمة في تربية هذه الفئة تقوم أساساً على اللعب والنشاط والحركة لأجل الترويح والتخلص من المكروبات وخاصة في المراكز الخاصة التي نادى معظم الدراسات التي تناولت الإعاقة والأنشطة الترويحية بأهميتها لذوي العاهات ومن بينهم الأطفال المعاقين بصرياً من أجل تنمية قدراتهم البدنية والعقلية وحتى الاجتماعية (حلمي إبراهيم وليلى السيد، 1998: 23).

وانطلاقاً من أن النشاط الرياضي الترويحي له فائدة على تقوية العضلات والنمو الجسمي والحركي وزيادة التوافق العصبي وإيماناً منا بأن له أثر إيجابي في النمو الاجتماعي للطفل وخاصة في مرحلة الطفولة المتأخرة، التي يعد النمو الاجتماعي كأهم مظهر من مظاهر النمو فيها لدى الأطفال، وكذا يحتاج النجاح في حياة الفرد إلى تقدير كل واحد منا قيمة ذاته، لأن ثقة الفرد في ذاته تمنحه تقديراً إيجابياً لذاته.

ويساهم تقدير الذات العام الجيد في الإحساس بالفعالية أو الاعتقاد أن الفرد يستطيع أن ينجز عمله وهو عامل هام في النجاح في عمله، كما يساهم في نمو هوية الذات ووجهات النظر المختلفة للأشخاص عن أنفسهم يشمل ذلك الشخصية والأدوار والعلاقات والخصائص الجسمية.

وقد أوضح جرونو وأوجيست أن " الكفاءة البدنية تزيد من إيجابية تقييم مفهوم الذات البدني من جهة وتؤدي إلى تقدير ذات عام إيجابي من جهة أخرى لدى المعاقين بصرياً" (حلمي إبراهيم وليلى السيد، 1998: 23).

وبناءً على ما سبق فإنه يمكن القول أن المعاق بصرياً يواجه مشكلة ناتجة عن هذه الإعاقة والتي بدورها تفقده الثقة في نفسه ولو بالقليل وكذا تؤثر على تقديره لذاته (حلمي إبراهيم وليلى السيد، 1998: 56).

من كل هذا يتبادر إلى اذهاننا الإشكال التالي وهو معرفة مدى تأثير ممارسة النشاط الرياضي الترويحي على تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً فئة (9-12 سنة) وحتى نتمكن من الوصول إلى الإجابة على هذه الإشكالية بصورة موضوعية، ينبغي أن نعود إلى الطفل في حد ذاته لبحث واقعه من جهة خصائصه البدنية والاجتماعية ومدى تفاعله مع هذه الأنشطة من جهة أخرى.

وإيماناً منا بمدى تأثير ممارسة النشاط الرياضي الترويحي على تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً فئة (9-12 سنة)، تطرقنا إلى تقديم دراسة عن هذا الموضوع انطلاقاً من التساؤل العام التالي:

هل تؤثر ممارسة النشاط الرياضي الترويحي على تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً (9-12 سنة)؟

إندرجت تحت هذا التساؤل العام عدة تساؤلات فرعية كالتالي:

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذات الاجتماعي والترويحي بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية وأمثالهم من غير الممارسين لها؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذات المظهري بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية وأمثالهم من غير الممارسين لها ؟

1- الفرضيات:

1-1- الفرضية العامة:

للسياط الرياضي الترويحي تأثير إيجابي على تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية، فالممارسين لهم مستوى مرتفع لتقدير الذات مقارنة بغير الممارسين.

وانطوت عن هذه الفرضية العامة عدة فرضيات جزئية جاءت كما يلي:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذات الاجتماعي والترويحي بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية وغير الممارسين لها ولصالح الفئة الممارسة.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذات المظهري بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية وغير ممارسين لها ولصالح الفئة الممارسة.

2- أسباب اختيار الموضوع:

- التعرف على مدى قيام مركز المكفوفين بواجبه الإدماجي تجاه هذه الفئة.

- إبراز أهمية الترويج داخل مراكز المكفوفين وأثره على تقدير الذات لدى هذه الفئة.

- لفت الانتباه إلى ضرورة الاهتمام ورعاية الأطفال المعاقين بصرياً بما أنهم جزء لا يتجزأ من المجتمع.

3- أهداف البحث:

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الأثر الذي يمكن أن تحدثه ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية، وكذا رفع مستوى تقدير الذات لدى عينة من الأطفال المعاقين بصرياً.

التعرف على العلاقة بين تقدير الذات والأنشطة الرياضية الترويحية لدى الأطفال المعاقين بصرياً، وكذا التعرف على الفروق الفردية بينهم وذوو تقدير الذات الإيجابي

والسلبي، ودور كل من الأسرة والمراكز الخاصة وكذا جماعة الرفاق (الأصدقاء) في التأثير على تقدير الذات.

4- المنهج المتبع:

انطلاقاً من طبيعة الدراسة والبيانات المراد الحصول عليها لمعرفة مدى تأثير ممارسة النشاط الرياضي الترويحي على تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً (9-12 سنة) فقد استخدمنا "المنهج الوصفي" الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ويسهم بوصفها وصفها دقيقاً، ويوضح خصائصها عن طريق جمع المعلومات وتحليلها وتفسيرها، ومن ثم تقديم النتائج في ضوءها". (عبيدات، 1997: 188).

وانطلاقاً من هذه الدراسة قمنا بدراسة استطلاعية لمدرسة الشبان المكفوفين بالعاشور (الجزائر العاصمة) من أجل تعيين مجتمع الدراسة الذي هو الفئة المراد تطبيق هذه الدراسة عليها من خلال المنهج المختار والمناسب لهذه الدراسة، فكان اختيار هذا المجتمع المكون من تلاميذ هذه المدرسة الممارسين والغير ممارسين للأنشطة الرياضية. وبالتالي تم استخراج عينة البحث الممثلة للمجتمع الأصلي للبحث بطريقة عشوائية وضمت 47 تلميذ ممارس و47 تلميذ غير ممارس للأنشطة الرياضية الترويحية داخل المدرسة

5- ضبط المتغيرات لأفراد العينة:

لكي تكون نتائجها مستقلة عن أي متغيرات أخرى، أخذنا بعين الاعتبار ضبط المتغيرات بين أفراد المجموعتين لتحقيق التوازن بينهما من حيث السن، عدد السنوات داخل المدرسة، طبيعة الإصابة (مكتسبة، وراثية) والجدول التالي يبين الفروق بين مجموعتين.

الجدول رقم (01): يبين الجدول الفروق بين المجموعة الممارسة والغير الممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية:

المتغيرات		المجموعة الممارسة	المجموعة الغير ممارسة
السن		10.80	10.91
طبيعة الإصابة	مكتسبة	18	20
	وراثية	29	27
عدد السنوات في المدرسة		6 سنوات و4 أشهر	6 سنوات و8 أشهر

نلاحظ من خلال الجدول التالي أن متوسط السن للمجموعتين كان تقريبا متعادلا قدرة نسبته بـ 10,80 بالنسبة للعينة الممارسة و 10,91 للعينة الغير ممارسة، بينما جاءت طبيعة الإصابة بين المكتسبة والوراثية حيث جاء العدد 18 تلميذ لطبيعة الإصابة المكتسبة و 29 تلميذ للوراثية وهذا بالنسبة للعينة الممارسة، أما فيما يخص العينة الغير ممارسة فقد جاءت كما يلي 20 للمكتسبة و 27 للوراثية، أما عدد السنوات في المدرسة فتراوحت بين 6 سنوات و 4 أشهر بالنسبة للعينة الممارسة و 6 سنوات و 8 أشهر للعينة الغير ممارسة.

6- أدوات البحث:

إن أداة البحث وسيلة أو طريقة تستطيع من خلالها حل أو الإجابة عن مشكلة بحثنا بالاعتماد عليها وبالنسبة لبحثنا استخدمنا مقياس تقدير الذات.

1-6- وصف مقياس تقدير الذات:

مقياس تقدير الذات عبارة عن مقياس موضوعي لقياس درجة تقدير الذات حيث اعتمده العديد من الباحثين في مجال علم النفس وذلك في مختلف البيئات العربية والعالمية، ولكون فقرات المقياس ذات طبيعة موجبة وأخرى سالبة كان لزاماً على المفحوص قراءتها بتمعن، حيث يمكن تطبيق المقياس فردياً أو جماعياً، وعلى المجيب أن يجيب على كل عبارة بوضع علامة (×) في الخانة الموجودة أمام كل عبارة التي يراها تنطبق عليه أو لا تنطبق. (فاروق عبد الفتاح، محمد دسوقي، 1987: 79)

إجراءات الدراسة:

الثبات:

يعتبر ثبات الاختيار صفة أساسية، يجب أن يتمتع بها الاختيار الجيد إذ يعرفه مقدم عبد الحفيظ (1993) "بأنه مدى الدقة والاتساق واستقرار النتائج عند تطبيق أدوات جمع المعلومات على عتبة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين". (مقدم عبد الحفيظ، 1993: 152)

أما في هذه الدراسة أعيد حساب ثبات مقياس تقدير الذات الذي أعده الدكتور "عبد الرحمن صالح الأزرق" والمطبق في بحثنا للتأكد من سلامته وملائمته لموضوع الدراسة، وذلك عن طريق تطبيق معامل α كرومباخ.

تم حساب معامل الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار (Test.Retest) لأننا بصدد دراسة عينتين مختلفتين (ممارسة وغير ممارسة) وكانت المدة بين التطبيق الأول والثاني 20 يوم بين الدرجات الأولى والثانية لإيجاد الارتباط بين درجات المقياس ثم طبقنا علاقة معامل الثبات (α كرومباخ) من أهم مقاييس الاتساق الداخلي للاختبار المكون من درجات مركبة.

قمنا بتطبيق الخطوات السابقة مرة على العينة الممارسة (10) تلاميذ حيث بلغت قيمة (α كرومباخ) 0.98 وهي درجة دالة إحصائياً، ومرة على العينة الغير الممارسة (10) تلاميذ فكانت (α كرومباخ) 0.98 وهي كذلك درجة دالة إحصائياً على العينة الكلية (20) تلميذ حيث بلغت قيمة (α كرومباخ) الإجمالية 0,98 كذلك هي درجة دالة إحصائياً على معامل ثبات مرتفع يطمئن ثبات المقياس ككل.

7- الأساليب الإحصائية المستعملة:

احتكم الباحث في بحثه هذا على الأدوات الإحصائية المتمثلة في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية وكذا معامل الارتباط البسيط لبيرسون مع اللجوء إلى استخدام برنامج حزمة الأدوات الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss من أجل تحديد قيمة "ت".

10- استعراض نتائج الدراسة:

الجدول رقم (02): يبين المقارنة بين المتوسط الحسابي الحقيقي والنموذجي للفقرات الخاصة بالفرضية الأولى لدى الفئتين الممارسين والغير ممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية:

مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية رقم 04 (2013/2)

الفقرات مع الترتيب	درجات المعاقين بصرياً الممارسين	درجات المعاقين بصرياً الغير ممارسين
02- أعتقد أن الآخرين يحبوني	82	63
06- أنا خجول من شكلي	94	58
10- قدراتي البدنية ليست أقل من زملائي	120	52
14- أستطيع أن أركز داخل القسم	82	55
18- أشعر بالتعب من أقل عمل أعمله	80	52
22- أشعر أنني أقل تفوقاً من بقية زملائي	96	55
26- أعرّف أنني عندي بعض العيوب الجسمية وأقبلها	101	58
29- أنا فخور بأدائي المدرسي	80	59
33- أسعد كثيراً عندما أتواجد مع الآخرين ممن هم في مثل سني	116	76
37- أستطيع أن أحمل الأشياء وأمشي بمفردي	101	63
المتوسط الحسابي الحقيقي للغة الممارسة	$X_{20.25} = 1$	
المتوسط الحسابي الحقيقي للغة الغير ممارسة	$X_{12.57} = 2$	
المتوسط الحسابي النموذجي	$X_{18} =$	
المقارنة بينهما	$X_1 X > X < 2$	

من خلال الجدول يتبين لنا أن درجات المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية تراوحت بين [80-120] بينما جاءت درجات الفئة الغير ممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية تراوحت بين [52-76]، في حين نجد المتوسط الحسابي الحقيقي لفقرات هذا البعد قدر بـ (20.25) للفئة الممارسة و (12.57) بينما المتوسط الحسابي النموذجي قدر بـ (18) أي (18 < 20.25 < 12.57).

ومن خلال مقارنة المتوسط الحسابي الحقيقي بين العيّنتين يتبين لنا أن المتوسط الحسابي الحقيقي للمعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية كان أكبر من قيمة المتوسط الحسابي الحقيقي لدى الفئة الغير ممارسة أي (12.57 < 20.25) وهذا على مستوى بعد الذات الاجتماعي والترويحي، مما بين أن ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية تساهم في إخراج المعاق بصرياً من دائرة احتقاره لنفسه، وكذا قدراته العقلية والفكرية وحتى الجسمية والتي تدفعه إلى محاولة الرفع من درجة ثقته بنفسه وتقييمه الايجابي لإمكانياته الذاتية وصقلها، وكذلك إثبات وجوده اجتماعياً.

دراسة دلالة الفروق في مستوى تقدير الذات الاجتماعي والترويحي بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية.

الجدول رقم (03) : يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T فيما يخص بعد تقدير الذات الاجتماعي والترويحي.

المعاملات الإحصائية	المعاقين بصرياً الممارسين		المعاقين بصرياً الغير ممارسين		اختبار (T)		درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
	X_1	S_1	X_2	S_2	T محسوبة	T مجدولة			
بعد تقدير الذات الاجتماعي والترويحي	95,2	14,63	59,1	7,09	8,63	2	45	0,05	دال

نلاحظ من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول رقم (03) أن المتوسط الحسابي لدرجات المعاقين بصرياً على مستوى بعد تقدير الذات الاجتماعي والترويحي عند فئة المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية قد بلغ (95,20) وذلك بانحراف معياري قدر بـ (14,63) بينما بلغ المتوسط الحسابي عند الفئة الغير ممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية (59,10) وهذا بانحراف معياري قد بلغ (7,09).

عند مقارنة المتوسطات الحسابية للعينتين يتبين أن درجات فئة المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية كانت أكبر من درجات الفئة الغير ممارسة أي

مخبر علوم وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والإيقاعية SPAPSA

(59,10<95,20) كما جاءت قيمة الانحراف المعياري كبيرة للفئة الممارسة مقارنة بالفئة الغير ممارسة أي (7,09<14,63)، ومن جهة أخرى جاءت قيمة T المحسوبة أكبر من قيمة T المجدولة أي (8,63<2.00) وهذا عند مستوى الدلالة (0.05).

عرض وتحليل نتائج بعد تقدير الذات المظهري

الجدول رقم (04): يبين المقارنة بين المتوسط الحسابي الحقيقي والنموذجي لل فقرات الخاص بالفرضية الثانية لدى الفئتين الممارسين والغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية.

الفقرات مع الترتيم	درجات المعاقين بصرياً الممارسين	درجات المعاقين بصرياً الغير ممارسين
03- أقل كثيراً من مظهري	88	58
07- أخجل من إبداء رأي أمام الناس	80	53
11- أشعر أن قدراتي الدراسية أقل من الآخرين	82	55
15- أنا محبوب من زملائي من نفس سني	88	55
19- أشعر بالخزي من جسمي	86	58
23- أشعر أن أسأتني غير راضون عن أدائي في القسم	96	53
27- أستطيع تكوين الصداقات بسهولة	88	59
30- أسعى للمظهر المثالي	94	58
34- أنا أقل ذكاء من زملائي	101	52
38- أنا واثق من قدراتي الجسمية	106	63
41- أشعر بأنني أقل من معظم الناس الذين أعرفهم	86	55
44- يقول الآخرون أنني مرح جداً	88	55
45- أشك كثيراً في قدراتي البدنية	80	75
47- أعتقد أن الآخرين لا يحترموني	82	53
المتوسط الحسابي الحقيقي للفئة الممارسة	$X_{26.49} = 1$	
المتوسط الحسابي الحقيقي للفئة الغير ممارسة	$X_{17.06} = 2$	
المتوسط الحسابي النموذجي	$X_{20} =$	
المقارنة بينهما	$X_1.X > X < 2$	

يوضح لنا الجدول رقم (04) أن درجات المعاقين بصرياً الممارسين والغير ممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية قد تفاوتت من حيث الدرجات، وهذا على مستوى بعد تقدير الذات المظهري، حيث انحصرت بين [80-106] للفئة الممارسة و [52-75] للفئة الغير ممارسة.

أما في ما يخص نتائج المتوسطات الحسابية نجد أن المتوسط الحسابي الحقيقي لدرجات المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية قدر بـ (26,49) بينما لفئة الغير ممارسة فقدر بـ (17.06) أما المتوسط الحسابي النموذجي قدر بـ (20) وعند مقارنة نجد (26,49<20<17.06) وهذا على مستوى نفس البعد.

دراسة دلالة الفروق في مستوى تقدير الذات المظهري يبين المعاقين بصرياً الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية.

الجدول رقم (05): يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T فيما يخص بعد الذات المظهري.

المعاملات الإحصائية	المعاقين بصرياً		المعاقين بصرياً		اختبار (T)		درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
	X ₁	S ₁	X ₂	S ₂	T محسوبة	T مجدولة			
أبعاد تقدير الذات	88,92	7,79	57,28	5,91	11,55	2	45	0,05	دال
بعد تقدير الذات الاجتماعي والترويحي									

تبين لنا نتائج الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لدرجات المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية قد بلغ على مستوى بعد تقدير الذات المظهري (88,92) وذلك بانحراف معياري قدر بـ (7,79) بينما نجد المتوسط الحسابي لعينة المعاقين بصرياً الغير ممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية قد بلغ (57,28) وهذا بانحراف معياري قد بلغ (5,91).

عند مقارنة نتائج المتوسطات الحسابية نجد أن المتوسط الحسابي للعينة الممارسة أكبر منه عند العينة الغير ممارسة أي (88,92 < 57,28)، كما نجد الانحراف المعياري للعينة الممارسة أكبر منه عند العينة الغير ممارسة (5,91 < 7,79).
أما فيما يخص اختبار (T) نجد أن قيمة T المحسوبة على هذا البعد والمقدرة بـ (11,55) فقد جاءت أكبر من قيمة T المجدولة المقدرة بـ (2,00) وهذا عند مستوى الدلالة (0,05)..
تفسير ومناقشة النتائج

1- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

من أجل التحقيق من درجة صحة الفرضية الأولى التي مفادها انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذات الأكاديمي والاجتماعي بين العينتين (الممارسة والغير ممارسة) للأنشطة الرياضية الترويحية وهذا ما أظهرته النتائج المتحصل عليها من تحليلنا لنتائج الاستبيان ومن هذا نستطيع إثبات هذه الفرضية.

من خلال ما سبق نستنتج أن المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية لهم تقدير ذات ايجابي مقارنة بغير الممارسين وهذا يظهر الأهمية والدور الفعال لممارسة هذه الأنشطة.

هذا ما أكدته دراسة (عندير نو الدين سنة 2004) من خلال تناوله لموضوع اثر ممارسة النشاط الرياضي الترويحي على النمو الاجتماعي للأطفال المتخلفين عقليا تخلف عقلي بسيط (9-12) سنة حيث توصل إلى أهمية النشاط الرياضي الترويحي للعاديين عامة والمتخلفون عقليا خاصة حيث انه يتناسب مع مستواهم وقدراتهم المحدودة وهو الذي لا يتطلب التحديد والدقة والانضباط في القوانين والوقت وليس هدفه الربح وتحقيق النتيجة بخلاف النشاط الرياضي التنافسي.

من خلال النتائج المتحصل عليها وحسب ملاحظتنا للفروق يمكن القول انه قد تحققت نتائج الفرضية الأولى.

تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

هي درجة دالة إحصائية على وجود فروق بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية والغير ممارسين لنفس هذه الأنشطة هذا من جهة، ومن جهة أخرى جاء الفرق بين المتوسطات ذو دلالة إحصائية عند نفس المستوى وهذا لصالح العينة الممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية.

من خلال ما سبق وعند قراءتنا للنتائج المحصل عليها يتضح لنا أن التقدير الايجابي لفئة المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية على مستوى بعد تقدير الذات المظهري كان أكبر من المستوى المسجل لدى فئة الغير ممارسة، هذا يدل على الدور الهام والفعال للأنشطة الرياضية الترويحية. تعد هذه النتيجة منطقية للشخص الأكثر تقدراً لذاته من ناحية لأن تقدير الذات المظهري يتعلق بالذات الجسمانية من حيث

الشكل والحجم والوزن وجاذبية الجسم والكفاءة الرياضية، فتقدير الفرد لذاته يرتبط إيجابياً بتوافقه الصحي والاجتماعي والانفعالي، وهذا ما يجعل الفرد يُقبل على ممارسة الأنشطة الرياضية عموماً بدافعية وإيجابية والترويحوية خصوصاً للاستثمار الفعال لوقت الفراغ والابتعاد عن الآفات السلبية التي تضر بالفرد والمجتمع وكذلك الخروج من العزلة والانطواء وزيادة القدرات والعلاقات الاجتماعية التي تعود بالنفع للفرد المعاق والمجتمع الذي يعيش فيه.

إذاً من خلال كل ما تقدم ذكره وتحليله لنتائج محور بعد تقدير الذات المظهري نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحوية وغير الممارسين لهذه الأنشطة وعلى مستوى هذا البعد، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثالثة التي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى تقدير الذات المظهري بين المعاقين بصرياً الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحوية ولصالح فئة الممارسين.

الاستنتاج العام

يعتبر فقدان حاسة البصر أمر صعب المراس على المجتمع عموماً وعلى الفرد خصوصاً، وذلك من خلال عديد المشكلات والمواقف التي يتعرض لها الفرد المعاق من خلال تفاعلهم مع من حولهم من الأفراد سواء في الأسرة أو المدرسة أو حتى في نطاق المجتمع.

مشكلة فقدان البصر ليست عرضية في حد ذاتها، بل هي ذات طابع نفسي واجتماعي مما يحتم توفير كل السبل التي تتيح الفرص للمعوقين بصرياً، لكي يشقوا طريقهم في الحياة لتأدية وظائفهم ويحققوا ذواتهم داخل هذا المجتمع. لذلك سارعت المجتمعات الحديثة للاهتمام بهذه الشريحة وإدماجها في المجتمع باعتبارها ثروة إنسانية فاعلة يمكن استثمارها وتوجيهها لتكوين مواطنين صالحين وعناصر قوية في المجتمع بالاعتماد على كافة الأجهزة والمؤسسات التربوية والتأهيلية لمساعدة هؤلاء الأطفال.

ومنه جاء موضوع بحثنا الذي نرمي من خلاله إلى مساعده هذه الشريحة على تطويرها ونموها السليم، وكذا فرض أنفسهم كأشخاص أسوياء من خلال اقتراح الأنشطة الرياضية الترويحوية لإثبات والرفع من تقدير ذاتهم.

ومن خلال تحليلنا للنتائج المتحصل عليها نستنتج ما يلي:

- تلعب الأنشطة الرياضية الترويحوية دور هام وفعال في تقدير المعاق بصرياً لذاته.
- تساهم الأنشطة الرياضية الترويحوية في القضاء على الانطواء والعزلة والهروب من الواقع والتخوف منه.
- تساعد هذه الأنشطة المعاق بصرياً من إثبات وجوده وأهميته في المجتمع.
- تساعد هذه الأنشطة المعاق بصرياً في عمل الأجهزة الحيوية بشكل جيد وفعال مثل: دقات القلب والكبد والدورة الدموية وكذا المحافظة على الأعضاء الجسمية مثل: اليد والرجلين. .. من الضمور والنحافة.
- تقوي هذه الأنشطة العلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي والتأثير والتأثر وكذا تقبل الفوز والخسارة.

- تساهم هذه الأنشطة في حصول المعاق بصرياً على درجات عليا في الامتحان من خلال بث فيه روح الجد والعمل والتطلع إلى مستقبل زاهر مثله مثل الأشخاص الأسوياء.

الخاتمة

في ختام هذه الدراسة والتي كان الغرض منها معرفة مدى تأثير الأنشطة الرياضية الترويحية على تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً، وفي حدود هذه الدراسة توصلنا إلى أنه توجد علاقة ارتباطية بين ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية ومستوى تقدير المعاق بصرياً لذاته، فالممارسين لهم مستوى مرتفع مقارنة بغير الممارسين، وهذا من خلال النتائج المتحصل عليها في الدراسة الميدانية والتي اعتمدنا فيها مقياس تقدير الذات للدكتور عبد الرحمان صالح الأزرق، فيما تم تطبيق هذا المقياس على عينتين إحداها ممارسة وأخرى غير ممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية، ومنه تم صياغة فرضيتين جزئيتين وضعت كحلول مؤقتة وهي كمايلي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى الذات الاجتماعي والترويحي بين المعاقين بصرياً الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية ولصالح الفئة الممارسة.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى الذات المظهري (الذات الجسمية) بين المعاقين بصرياً الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية ولصالح الفئة الممارسة.

ومن خلال تحليلنا للنتائج المتحصل عليها في ختام هذه الدراسة والتي أثبتت أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين (الممارسة وغير ممارسة) على مستوى كل من الذات الاجتماعي والترويحي، والذات المظهري (الجسمية)، فقد جاءت النتائج كلها لصالح العينة الممارسة عند نفس مستوى الدلالة (0,05) وهذا ما يثبت صحة الفرضيات الجزئية وبالتالي تقبل صحة الفرضية العامة.

المراجع:

- حلمي إبراهيم، ليلى السيد فرحات (1998): التربية الرياضية والترويح للمعاقين، دار الفكر العربي، القاهرة، الطبعة الأولى.
- السيد رمضان (1984): إسهامات الخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الفئات الخاصة، دار الفكر العربي، القاهرة.
- عادل عبد الله محمد (2004): الإعاقات الحسية، سلسلة ذوي الاحتياجات الخاصة، دار الرشد القاهرة بدون طبعة.
- عبد الفتاح محمد دويدار: (1992) سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات دار النهضة العربية، بيروت، بدون طبعة.
- عمار بوحوش (1995): مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجزائرية، الجزائر.
- فاروق عبد الفتاح، محمد أمين الدسوقي (1987): مناهج البحث في علم النفس، دار المعرفة، مصر، الطبعة الثانية.
- كمال درويش، محمد الحمامي (1997): رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، الطبعة الأولى.
- محمد عادل الخطاب، كامل الدين زكي (1965): التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، القاهرة، الطبعة الأولى.
- مدحت محمد أبو النصر (2009): الإعاقة والمعاق رؤية حديثة، المجموعة العربية للتدريب، القاهرة.
- مقدم عبد الحفيظ (1993): الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، بدون طبعة.
- منى صبحي الحديدي (1997): الإعاقة البصرية، كلية العلوم التربوية الأردن، الطبعة الأولى.