



معلومات البحث

تاريخ الاستلام: 2022/02/23

تاريخ القبول: 2022/06/18

Printed ISSN: 2352-989X

Online ISSN: 2602-6856

فعالية الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة في تنمية سمات الشخصية عند
المعاقين ذهنيا

*The effectiveness of adapted sports physical
activities in developing personality traits for the
mentally handicapped*

دردون كتنزة^{1*} ، لمتيوي فاطمة الزهر ايمان²

¹ جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف (الجزائر)، [k.darredoune@univ-](mailto:k.darredoune@univ-chlef.dz)

[chlef.dz](mailto:k.darredoune@univ-chlef.dz)

² جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف (الجزائر)، f.lamtioui@univ-chlef.dz

الملخص:

تهدف الدراسة الى معرفة مدى فاعلية الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة في تنمية سمات الشخصية عند المعاقين ذهنيا، و بلغت العينة 22 مربي من مركز المعاقين ذهنيا قسمت عليهم استبيان، كما تم الاستعانة بالمنهج الوصفي الملائم لهذه الدراسة.

ومن اهم النتائج المتوصل اليها وجود فعالية للأنشطة البدنية الرياضية المكيفة في تنمية سمات الشخصية عند المعاقين ذهنيا

الكلمات المفتاحية: الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة؛ سمات الشخصية؛ الاعاقة الذهنية؛ المعاق.

ABSTRACT

The study aims to find out the effectiveness of adapted sports physical activities in developing personality traits for the mentally handicapped.

The sample was 22 educators from the Center for the Mentally Handicapped, who were divided into a questionnaire, and the appropriate descriptive approach was used for this study.

Among the most important findings, is the effectiveness of adapted sports physical activities in developing personality traits for the mentally handicapped

Keywords: sports physical activities conditioned; Personality traits; intellectual disability; handicapped.

1. مقدمة:

إن النشاط الرياضي المكيف من الوسائل الفعالة التي تهدف إلى إنشاء الفرد الصالح في المجتمع من خلال التنمية الشاملة لجميع جوانب الشخصية، سواء النفسية، الاجتماعية، الحركية، المعرفية، البدنية والصحية، ويتجسد ذلك في أبعاد النشاط عبر مراحل نمو الفرد لاسيما طفولته التي تعد مرحلة بناء الشخصية واكتساب المهارات الاجتماعية التي تصون توافقه النفسي واندماجه الاجتماعي.

و تبادر الحكومات لوضع لوائح وقوانين تحمي أفرادها من إصابات العمل وتوفير وسائل الأمن الصناعي من خلال القيام بمجموعة من الإجراءات للوقاية من حدوث الإعاقة كالتوعية بأساليب التغذية السليمة وخدمات رعاية الحوامل والتلقيح ضد الأمراض المعدية ، وتوفير الأمن والحماية الاجتماعية ، والقيام بالتشخيص والعلاج المبكرين لكثير من الأمراض لتفادي أي عجز ينتج عنها ، من خلال سن لوائح وتشريعات ، بهدف منع حدوث العوامل المسببة للإعاقة بقدر الإمكان والتخفيف من الآثار السلبية المتعددة بعد حدوث الإعاقة مباشرة وتقديم برامج للتأهيل والعلاج التي يجب تقديمها للمعاقين في المجتمع . لقد عرفت التشريعات في مجال المعوقين تطورات مذهلة خاصة في السنوات الأخيرة وظهرت هيأت دولية حكومية وغير حكومية في مجال الرعاية والتكفل بالمعوقين ، من اجل اندماجهم في المجتمع وتكوينهم من النواحي الاجتماعية، البدنية ، والنفسية ليكون أفرادا قادرين على العمل والإنتاج ، وقد تباينت التشريعات للمعوقين من بلد إلى آخر ، إذ أصبح يقاس تقدم الأمم بمدى اهتمامها بالمعوقين (صالح، 1999)

والجزائر كبقية دول العالم أولت اهتماما بالغاً منذ الاستقلال للمعوقين من خلال القوانين والمراسيم والمنشورات والمقررات واللوائح والتعليمات حرصاً منها على رعاية هذه الفئة واندماجها في المجتمع. 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 و حاولنا من خلال هذه الدراسة تسليط الضوء على دور النشاط البدني المكيف في تطوير سمات شخصية المعاق ذهني

2. الاشكالية:

ان النشاط البدني الرياضي المكيف يمثل فضاء واسعاً في العناية بفئة المعاقين ذهني ، خصوصاً وان هذه الفئة يشكون من معوقات في التعامل مع الآخرين و عدم القدرة على تسيير حياتهم و بالتالي لا يتمكنون من تكوين شخصية سليمة تأهلهم في الاندماج داخل المجتمع.

إن الأطفال المتخلفون عقلياً في الجزائر في أمس الحاجة إلى مثل هذا النشاط الرياضي المكيفة التي تقوم على الأسس العلمية والمنهجية التي تلائم قدراتهم واستعداداتهم وخصائصهم ، إلا أن العملية التربوية التي تتم في المراكز الطبية البيداغوجية ما زالت تقوم على أساس الاجتهادات الشخصية للقائمين على هذه الفئة من الأطفال وهي نفس النتيجة التي توصلت إليها معظم الدراسات على المستوى العربي حيث أوضحت دراسة محمد عبد المؤمن: " انه وعلى الرغم من أن تلك الفئة

من الأطفال المعوقين عقليا في أمس الحاجة إلى منهج خاص أو برنامج دراسي يلائم قدراتهم المحدودة على الفهم والتفكير ويتناسب مع قدراتهم و الشخصية (فرحات، 1992)، فان العملية التعليمية في تلك المدارس (مدارس التربية الفكرية) لازالت تقوم على أساس الفهم والاجتهاد الشخصي للقائمين على تربية الأطفال المتخلفين عقليا. (فرحات، 1992، صفحة 81)

كما يعتبر النشاط البدني الرياضي لهذه الفئة وسيلة لتقليل من ما يعانيه من معوقات بدنية ، اجتماعية ، نفسية ، معرفية ، دفعنا هذا لتسليط الضوء على هذه الفئة من خلال معرفة أهمية السمات السوية في الشخصية عند الفرد فالإنسان الذي يتمتع بسمات سوية كالانبساطية و الاتزان الانفعالي على سبيل المثال هو من الأشخاص الأكثر اندماجا في المجتمع و يستطيع التغلب على المشاكل و المعوقات التي تصادفه في الحياة كما تجده من أكثر الأشخاص تفاؤلا نحو الحياة و بالتالي ينبغي على المشرفين على فئة المعاقين ذهنيا الاهتمام بتطوير هذه السمات في شخصية المعاق من خلال استخدام العديد من الوسائل و الطرق وانطلاقا مما سبق فان دراستنا تبحث في الإجابة عن التساؤلات الآتية:

- التساؤل العام:

هل للأنشطة البدنية الرياضية المكيفة فاعلية في تنمية سمات الشخصية عند المعاقين ذهنيا ؟

- التساؤلات الفرعية :

هل للأنشطة البدنية الرياضية المكيفة فاعلية في تنمية سمات الانبساطية عند المعاقين ذهنيا ؟

هل للأنشطة البدنية الرياضية المكيفة فاعلية في تنمية سمات الاتزان الانفعالي عند المعاقين ذهنيا ؟

3. فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

للأنشطة البدنية الرياضية المكيفة فاعلية في تنمية سمات الشخصية عند المعاقين ذهنيا.

الفرضيات الفرعية :

للأنشطة البدنية الرياضية المكيفة فاعلية في تنمية سمات الانبساطية عند المعاقين ذهنيا.

للأنشطة البدنية الرياضية المكيفة فاعلية في تنمية سمات الاتزان الانفعالي عند المعاقين ذهنيا.

4. أهمية الدراسة :

- تبين أهمية الأنشطة الرياضية المكيفة كوسيلة تربية ، علاجية وقائية.

- تبين دور النشاط البدني المكيف في التخفيف من المظاهر السلبية التي يعاني منها المتخلف عقليا .

- إبراز دور الأنشطة البدنية المكيفة في تطوير و بناء شخصية المعاق ذهنيا.

- تبين دور نمو سماته الشخصية والمهارات الاجتماعية عند المعاقين ذهنيا في القدرة على التواصل مع الآخرين و كيفية مواجهة الحياة.

5. أهداف البحث:

- تبين فعالية الانشطة البدنية و الرياضية المكيف في تنمية سمات الشخصية عند المعاقين ذهنيا.

- ابراز فاعلية الانشطة الرياضة المكيفة في تطوير سمات الانبساطية عند المعاقين ذهنيا.

- إبراز دور الانشطة البدنية و الرياضية المكيفة في تطوير سمات الاتزان الانفعالي عند المعاقين ذهنيًا .

6. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

- التخلف العقلي:

التعريف الإجرائي: نقصد بالتخلف العقلي في بحثنا هذا ، هو انخفاض ملحوظ في الأداء العقلي العام للشخص يصاحبه عجز في التوافق الحسي الحركي وفي السلوك التكيفي، مما يؤثر سلبا على الأداء الحركي والتربوي للطفل.

- المعوق:

التعريف الإجرائي: هو ذلك الطفل الذي يعاني من عاهة جسمية أو عقلية تجعله في حالة نقص أو ضعف مقارنة مع أغلبية الأطفال من نفس السن .

- النشاط البدني الرياضي المكيف:

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 .

-سمات الشخصية :

السمة هي صفة للشخص تتضمن بعض الوحدة في سلوكه، فهي ليست عارضة ولكنها نمط يتميز بالاستمرار النسبي، وإنها صفة للشخص ككل، كما أنها تتضمن معيارا اجتماعيا، حينما نقول هذا الشخص عدواني، ونقول...إلخ.

- عرفها ريموند كاتل بأنها: "مجموعة ردود الأفعال والاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة تسمح لهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد ومعالجتها بنفس الطريقة في معظم الأحيان"

- جون ألبورت عرف السمة بأنها : "نظام نفسي عصبي مركزي عام يخص بالفرد ويعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفيا ، كما يعمل على إصدار وتوجيه أشكال متساوية من السلوك التكيفي والتعبيري" (احمدفرج، 1992).

-التعريف الإجرائي : و يقصد بها كل من الانبساطية و الاتزان الانفعالي.

7.الدراسات السابقة و المشابهة:

- دراسة كاستانجو (1991) بعنوان : اثر برنامج أسبوعي للتربية الرياضية على مفهوم الشخصية لدى الأطفال المعاقين عقليا في المدارس المتوسطة (فئة القابلين للتعليم) هدفت هذه الدراسة إلى تقصي اثر برنامج أسبوعي للتربية الرياضية على مفهوم الشخصية لدى الأطفال المعاقين عقليا في المدارس المتوسطة فئة القابلين للتعليم وبحثت هذه الدراسة في الإجابة عن التساؤل الرئيسي التالي:

- هل هناك اثر للنشاط الرياضي على مفهوم الشخصية لدى الأفراد المعاقين عقليا ؟
فرضية الدراسة:

- هناك اثر ايجابي للنشاط الرياضي على مفهوم الشخصية لدى الأفراد المعاقين عقليا.

أجريت الدراسة على عينة قوامها 75 طالبا تتكون من مجموعتين (تجريبية وضابطة).

المجموعة التجريبية تتكون من 35 طالبا منهم 18 طالبا معاقا و 17 طالبا من غير المعاقين.

المجموعة الضابطة تتكون من 40 طالب منهم 20 طالبا معاقا و20 طالبا من غير المعاقين وللتحقق من أهداف الدراسة اعتمد الباحث على برنامج رياضي أسبوعي استمر 12 أسبوعا طبق على المجموعة التجريبية ، استخدم الباحث مقياس ماترينك - زوايسكي لمفهوم الشخصية ، ومقياس كراتلي لمفهوم الذات على المجموعتين ، لقياس التطور الحاصل.

أظهرت نتائج الدراسة حدوث تحسن في مفهوم الشخصية الايجابي للمجموعتين (المعاقين والأسوياء) الذين خضعوا للبرنامج التدريبي مقارنة بالمجموعة الضابطة من خلال وجود فروق دالة إحصائية في مفهوم الشخصية بين الطلبة المعاقين الممارسين وغير الممارسين للبرنامج الرياضي المطبق لصالح المجموعة الممارسة ، وهذا ما يدل على الأثر الايجابي للنشاط الرياضي على مفهوم الشخصية لدى الأفراد المعاقين عقليا.

- دراسة ليبوك هيبي (2001) بعنوان : اثر النشاطات الإيقاعية على السلوك الانفعالي للأطفال المتخلفون عقليا تهدف هذه الدراسة اثر النشاطات الإيقاعية على السلوك الانفعالي للأطفال المتخلفون عقليا من خلال الايجابية عن التساؤلات الآتية :هل هناك اثر للأنشطة الإيقاعية على السلوك العدواني لدى الأطفال المتخلفون عقليا ؟ أجريت الدراسة على عينة قوامها 27 طفلا متخلفا عقليا تتكون من مجموعة تجريبية عددها 16 طفل معوق ، ومجموعة ضابطة 11 طفل معوق.

وللتحقق من أهداف الدراسة اعتمد الباحث على تطبيق برنامج رياضي إيقاعي لمدة 08 أشهر بمعدل مرة واحدة في كل أسبوع ، يستغرق 90 دقيقة على المجموعة التجريبية ، استخدم الباحث مقياس شيك لست لقياس السلوك الانفعالي قبل وبعد تنفيذ البرنامج.

أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك الانفعالي للمجموعة التي طبق عليها برنامج النشاطات الإيقاعية.

برنامج النشاطات الإيقاعية المقترح اظهر فروق واضحة في الدافعية والرغبة والإحباط والطابع الاجتماعي والسلوك العدواني ، وغياب الإحساس بالواقع.

أظهرت نتائج الدراسة اثر الأنشطة الإيقاعية أحسن عند الذكور من الإناث.

وبصفة عامة فان النشاطات الإيقاعية أعطت تأثير ايجابي على الأطفال المتخلفون عقليا.

- دراسة سبأ نجيب محمود أبو عزيزة ، 2001 بعنوان : اثر الأنشطة الرياضية المعدلة على البعد النفسي للمعوقين حركيا تهدف هذه الدراسة التعرف على واقع البعد النفسي عند المعوقين حركيا وبالتالي التعرف على اثر ممارسة الأنشطة الرياضية المعدلة تبعا لعدد المتغيرات المستقلة وذلك من خلال البحث في الإجابة عن التساؤلات الآتية: بما يتصف المعوقين حركيا في مجال البعد النفسي ؟

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

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية للممارسة الأنشطة الرياضية المعدلة على مجال الإكتئاب عند المعوقين حركيا ؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لممارسة الأنشطة الرياضية المعدلة على العدوان عند المعوقين حركيا ؟

فرضيات الدراسة: تم صياغة فرضيات الدراسة كما يلي: يتصف المعوقين حركيا بمظاهر خاصة في مجالات البعد النفسي قيد الدراسة.

أجريت الدراسة على عينة تتكون من 96 طفلا معوقا حركيا متوسط عمرهم 22 سنة مقسمة إلى مجموعتين وقامت الباحثة باختبار 36 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 ، أظهرت نتائج الدراسة حدوث تطور في البعد النفسي كان مرتبطا إلى 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

- دراسة مشعان بن زين الحري (2001) بعنوان : مستويات النشاط البدني واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى الأطفال المتخلفين عقليا مقارنة بالعاديين"

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والنشاط البدني لدى الأطفال الذكور المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة دوان وغير المصابين بها ومقارنتها مع أقرانهم العاديين . وتكونت عينة الدراسة من ثلاث فئات هي : فئة المصابين بمتلازمة دوان (ن=14، العمر = 11.1+1.1) وفئة غير المصابين بمتلازمة دوان من المتخلفين عقليا القابلين للتعلم (ن=20، العمر = 11.3 + 0.97)، وفئة العاديين (ن = 20 ، العمر = 11.1 + 1.1) . وقد تم قياس الطول والوزن وتقدير نسبة الشحوم بالجسم من خلال قياس سمك طيات الجلد في ثلاث مناطق بالجسم ، وكذلك تم قياس عناصر اللياقة المرتبطة بالصحة (القوة العضلية بواسطة قوة القبضة وقوة عضلات الفخذين ، المرونة بواسطة صندوق المرونة ، التحمل العضلي - من خلال اختبار الجلوس من الرقود - ، والتحمل الدوري التنفسي بواسطة جرى / مشى 600 متر) . كما تم أيضا قياس مستوى النشاط البدني عن طريق رصد معدل ضربات القلب خلال 12 ساعة متواصلة مرتين في الأسبوع أحدهما في وسط الأسبوع والأخرى في نهاية وقد أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة الأطفال البدناء من المتخلفين عقليا تجاوزت 50% (مقارنة مع 25% لدى العاديين) . كما أشارت النتائج إلى انخفاض (دال عند مستوى 0.05) في القوة العضلية والتحمل الدوري التنفسي والتحمل العضلي لدى الأطفال المتخلفين عقليا مقارنة بالأطفال العاديين ، إلا أن الأطفال المصابين بمتلازمة دوان أظهروا مرونة زائدة مقارنة بالأطفال العاديين ، وذلك ناتج عن لين في الأربطة وفي العضلات لدى الأطفال المصابين بمتلازمة دوان . كما أشارت النتائج إلى انخفاض ضربات القلب القصوى لدى الأطفال المصابين بمتلازمة دوان (172.7 + 3.2) . كما ظهر أيضا أن مستوى النشاط البدني منخفض لدى الأطفال المتخلفين عقليا سواء المصابين بمتلازمة دوان أو غير المصابين بها مقارنة بالعاديين، حيث كانت هناك فروقا دالة في متوسط ضربات القلب خلال 12 ساعة بين الأطفال العاديين والأطفال المتخلفين عقليا . أخيراً أظهرت نتائج تحليل الارتباط بين نسبة الشحوم ومؤشرات مستوى النشاط البدني علاقات تراوحت من ضعيفة إلى معتدلة وغير دالة إحصائيا لدى مجموعات الدراسة الثلاث ، كما أن العلاقات الارتباطية بين مستوى النشاط البدني واللياقة القلبية التنفسية كانت أعلى لدى الأطفال المتخلفين عقليا مقارنة بالأطفال العاديين . من نتائج هذه الدراسة يتبين ضرورة الاهتمام بزيادة مستويات النشاط البدني لدى الأطفال المتخلفين عقليا .

- دراسة احمد بوسكرة، 2002 بعنوان: النشاط الرياضي الترويحي لدى الأطفال المتخلفون عقليا بالمراكز النفسية التربوية دراسة عن الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط 09-12 سنة "هدفت هذه الدراسة التعرف على اثر النشاط الرياضي الترويحي لدى الأطفال المتخلفون عقليا تخلفا بسيطا بالمراكز النفسية التربوية السن 09-12 سنة، وبحثت في الاجابة عن التساؤلات التالية : ما هي الأنشطة الرياضية التي يفضلها الأطفال المتخلفون عقليا ؟

- ما مكانة النشاط الرياضي الترويحي من بين الأنشطة الترويحية الأخرى ؟

- هل توجد فروق بين الأطفال الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي من حيث النمو في المجال الحسي الحركي ؟

- هل توجد فروق بين الأطفال الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي من حيث النمو في المجال الاجتماعي العاطفي ؟

فرضيات الدراسة:

- تعتبر الألعاب الرياضية الجماعية من الأنشطة الرياضية الترويحية المفضلة لدى الأطفال المتخلفون عقليا تخلفا بسيطا أكثر من الألعاب الفردية.

- لنشاط الرياضي الترويحي مكانة عالية ومرموقة من بين الأنشطة الترويحية الأخرى ، لدى الأطفال المتخلفون عقليا تخلفا بسيطا.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي في نمو المجال الحسي الحركي لصالح المجموعة الممارسة.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي في نمو المجال الاجتماعي العاطفي لصالح المجموعة الممارسة.

أجريت الدراسة على عينة تتكون من 40 طفلا متخلفا عقليا تخلفا بسيطا تتراوح أعمارهم ما بين 09-12 سنة مقسمة إلى مجموعتين (مجموعة تمارس النشاط الرياضي الترويحي بالمركز ، مجموعة لا تمارس النشاط الرياضي الترويحي بالمركز) 20 طفلا في كل مجموعة ، استخدم الباحث المنهج الوصفي معتمدا على الدراسة السببية المقارنة بتوظيف القسم الأول من مقياس السلوك التكيفي ، بالإضافة إلى استخدام استمارتين استبيان موجّهتين إلى كل من المربين والأولياء.

وبعد جمع المعلومات والبيانات أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

اعتماد المراكز النفسية التربوية في رعاية الأطفال المتخلفين عقليا على مربين ذوي مستوى نهائي ، حيث نجد معظم هؤلاء المربين ليس لديهم فكرة واضحة في كثير من المسائل المتعلقة بجوهر ومضمون تعليم وتدريب هؤلاء الأطفال على التصرفات الاستقلالية والتأهيل المهني ،

- كل المراكز النفسية التربوية لا تعتمد في تعليم أطفالها على برنامج علمي مسطر من طرف أخصائيين اجتماعيين وفسانيين يستمد مبادئه وأسسها من العلوم المتصلة بالتربية الخاصة كعلم النفس الإكلينيكي سيكولوجيا الأطفال غير العاديين ... الخ.

- حيث نجد أن البرنامج المعتمد يحضر على مستوى المركز من طرف المرين والإداريين الذين يفتقرون إلى أنجع الوسائل والطرق العلمية المتبعة في هذا المجال.
- افتقار المراكز النفسية التربوية إلى أخصائيين في علم النشاط الرياضي أو الترويجي بصفة عامة .
 - أجمع المربون على أن الأطفال المتخلفون عقليا (بسيط) يفضلون الاستماع للموسيقى وممارسة الأنشطة الرياضية الترويجية والميل إلى الألعاب الرياضية الجماعية.
 - قلة العتاد والوسائل الترويجية التي تستعمل في تدريب الأطفال على العمليات الذهنية والبدنية والاجتماعية والتي تعتبر أداة فعالة وناجعة في نمو الجوانب الحسية الحركية والاجتماعية العاطفية لهذه الفئة.
 - هناك فروق ذات دلالة إحصائية والخاصة بمستوى دلالة الاستبيان بين المجموعة الممارسة والمجموعة غير الممارسة للنشاط الرياضي الترويجي في نمو المجال الحسي الحركي لصالح المجموعة الممارسة.
 - هناك فروق ذات دلالة إحصائية والخاصة بمستوى دلالة الاستبيان بين أولياء المجموعة الممارسة والمجموعة غير الممارسة للنشاط الرياضي الترويجي في نمو المجال الاجتماعي العاطفي لصالح المجموعة الممارسة.
 - هناك فروق ذات دلالة إحصائية والخاصة بمستوى دلالة مقياس السلوك التكيفي بين المجموعة الممارسة والمجموعة غير الممارسة للنشاط الرياضي الترويجي في نمو المجال الحسي حركي لصالح المجموعة الممارسة.
 - هناك فروق ذات دلالة إحصائية والخاصة بمستوى دلالة مقياس السلوك التكيفي بين المجموعة الممارسة والمجموعة غير الممارسة للنشاط الرياضي الترويجي في نمو المجال الاجتماعي العاطفي لصالح المجموعة الممارسة.

8. الاطار النظري:

1.8. مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف:

إن الباحث في مجال النشاط البدني الرياضي المكيف يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي تداولها المختصون والعاملون في الميدان، واستخدامهم المصطلح الواحد بمعان مختلفة، فقد استخدم بعض الباحثون مصطلحات النشاط الحركي المكيف أو النشاط الحركي المعدل أو التربية الرياضية المعدلة أو التربية الرياضية المكيفة أو التربية الرياضية الخاصة، في حين استخدم البعض الأخر مصطلحات الأنشطة الرياضية العلاجية أو أنشطة إعادة التكييف، فبالرغم من اختلاف التسميات من الناحية الشكلية يبقى الجوهر واحدا، أي أنها أنشطة رياضية وحركية تنفيذ الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة سواء كانوا معاقين متأخرين دراسيا أو موهوبين أو مضطربين نفسيا وانفعالينا ونذكر من هذه التعاريف ما يلي:

تعريف حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات : يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدتها، ويتم ذلك وفقا لاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود قدراتهم (فرحات، 1992، صفحة 147)

تعريف ستور: نعي 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 (Outer, 1993)

2.8. مفهوم الإعاقة الذهنية:

تقع ظاهرة التخلف العقلي ضمن اهتمامات فئات مهنية مختلفة ، لهذا حاول المختصون في ميادين الطب و الاجتماع و التربية و غيرهم تحديد مفهوم للتخلف العقلي، و طرق الوقاية منه، و أفضل السبل لرعاية الأشخاص المتخلفين عقليا. أما الباحثون العرب فقد استخدموا مصطلحات كثيرة، منها القصور العقلي، النقص العقلي، الضعف العقلي، التأخر العقلي، و الإعاقة العقلية.

يقصد بالإعاقة الذهنية : توقف نمو الذهن قبل اكتمال نضوجه، ويحدث قبل سن الثانية عشرة لعوامل فطرية وبيئية، ويصاحبه سلوك توافقي سيئ (حنورة، 1991)

كما يمكن تعريف الاعاقة الذهنية بأنه انخفاض ملحوظ في الأداء العقلي العام للشخص و يصاحبه عجز في السلوك التكيفي، ويظهر في مرحلة النمو مما يؤثر سلبا على الأداء التربوي (الميليجي، 1999)

3.8. سمات الشخصية :

مفهوم السمة: ويشير بعض العلماء إلى أن السمة هي صفة للشخص تتضمن بعض الوحدة في سلوكه، فهي ليست عارضة ولكنها نمط يتميز بالاستمرار النسبي، كما أنها تتضمن معيارا اجتماعيا حينما تقول هذا الشخص عدواني حنون.

- فالسمة حسب (جيلفورد) هي " طريقة متميزة ثابتة نسبيا يتميز بها الفرد عند غيره من الأفراد."
- ويعرفها (جوردون ألبرت Gallport) بأنها " نظام نفسي عصبي مركزي عام يختص بالفرد ويعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفيا، كما يعمل على إصدار وتوجيه أشكال متساوية من السلوك التكيفي والتعبيري" (صالح، 1999)

فالسمة هي مفاهيم إستعدادية تثير إلى نزاعات للفعل أو الاستجابة بطريقة معينة، ومن المفترض أن الشخص ينقل الاستعدادات السيكلولوجية من موقف لآخر وأنها تتضمن قدرا من احتمال سلوك الشخص بطرق معينة ويجب أن نميز مفهوم (السمة) عن مفهوم (الحالة) التي تشير إلى استجابة تحدث الآن، كأن يعاني شخص مثلا حالة قلق في موقف معين، أما أن نصف الشخص بسمة القلق فهذا يعني أنه سوف يستجيب بحالة قلق في ظروف معينة رغم أنه قد لا يعاني الآن من أي قلق، فوجود السمة لا تتضمن بالضرورة أن الشخص سوف يكون قلقا دائما، ولكن لديه فقط استعداد للاستجابة بالقلق في مواقف معينة"

ويمكن أن تكون السمة استعدادا فطريا كالسمات المزاجية مثل شدة الانفعال، وضعفه ويمكن أن تكون السمة مكتسبة كالسمات الاجتماعية الصدق، الأمانة والإخلاص (الميليجي، 1999)

وقد تعددت التعريفات لسمات الشخصية ومن بين هذه التعريفات تعريف (ريموند كاتل) للسمة بقوله " أنها مجموعة ردود الأفعال والاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة التي تسمح بهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد ومعالجتها بنفس الطريقة في معظم الأحيان.

9. الاطار التطبيقي :

1.9. الاجراءات المنهجية للبحث:

- الدراسة الاستطلاعية:

مما لاشك فيه أن ضمان السير الحسن لأي بحث ميداني لا بد على الباحث القيام بدراسة استطلاعية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية والتأكد من صلاحية الأداة المستخدمة والصعوبات التي قد تعترض الباحث، وعليه فقد قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية لبعض المراكز البيداغوجية للمعاقين ذهنيًا بولاية شلف والتي كان الغرض منها ما يلي:

التعرف على النظام الداخلي للمركز وسنهم وتصنيفاتهم.

التعرف على أفراد العينة قيد الدراسة من خلال الملفات الإدارية والطبية.

الاتصال بالمربين المختصين والأطباء المتواجدين بهذا المركز قصد اطلاعهم على موضوع الدراسة.

- المنهج المتبع:

حيث يعتبر اختبار منهج الدراسة مرحلة هامة في عملية البحث العلمي، إذا يحدد كيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس، لذا فإن منهج الدراسة له علاقة مباشرة بموضوع الدراسة وبإشكالية البحث، حيث طبيعة الموضوع هي التي تحدد اختبار المنهج المتبع، وانطلاقًا من موضوع دراستنا: (فعالية الانشطة البدنية و الرياضية المكيفة في تنمية سمات الشخصية لدى المعاقين ذهنيًا) حيث نتطرق في بحثنا إلى ظاهرة من الظواهر النفسية والاجتماعية.

اعتمدنا المنهج الوصفي الذي يعرف ب: " تصور دقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتصور بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ووضح مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية (السامرائي، العرق)

مجتمع البحث و كيفية اختيار العينة:

ومن هذا المنطلق يتكون مجتمع البحث من أخصائيين و مربين و مشرفين على فئة المعاقين ذهنيًا وقد قام الباحث باختيار عينة بشكل قصدي و هذا راجع إلى خصائص البحث بحيث يصعب التعامل في اغلب الحالات مع المعاقين ذهنيًا و بالتالي اضطر الباحث اللجوء إلى المشرفين على العينة حتى يتوصل إلى النتائج بشكل دقيق و شملت عينة البحث 22 مربي من مركزين للمعاقين ذهنيًا ، أجري هذا البحث في ولاية الشلف في المراكز التالية: مركز الآمال للمعاقين ذهنيًا و المركز البيداغوجي للمعاقين ذهنيًا بالرادار.

- أدوات البحث:

تعد أدوات البحث تعد المحور الأساسي في منهجية البحث وذلك بغية الوصول إلى كشف الحقيقة التي يصبوا إليها ببحثه، ومن هذا المنطلق وصف الباحث عدة وسائل في جميع المعلومات، قد ساعدته في الكشف عن جوانب البحث فقد تم الاستعانة بالاستبيان الذي تم عرضه على بعض الأساتذة من اجل تحكيمه و تصحيح العبارات حتى يلائم موضوع البحث فاحتوى الاستبيان على بعدين : البعد الأول : الانبساطية و البعد الثاني : الاتزان الانفعالي.

-الوسائل الإحصائية :

من أجل تحليل وترجمة النتائج المتحصل عليها بعد الإجابة على الأسئلة المطروحة من طرف العينة اعتمدنا على النسبة المئوية، كما2، حيث تم تحليل البيانات حسب طريقة السؤال المطروح والتي تعطي تفسيرات للأجوبة المتحصل عليها.

10. عرض و تحليل نتائج:

1.10. عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى:

البعد الأول : للنشاط البدني المكيف دور في تطوير سمة الانبساطية عند المعاقين ذهنيا.

الجدول رقم 01 : نتائج الاسئلة الخاصة بالبعد الاول

مستوى الدلالة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار		الفرض الاول
0.05	5.99	8.33	%91	20	نعم	السؤال الاول
				02	لا	
0.05	5.99	6.77	%73	16	نعم	السؤال الثاني
				06	لا	
0.05	5.99	9.20	%100	22	نعم	السؤال الثالث
				00	لا	
0.05	5.99	9.20	%100	22	نعم	السؤال الرابع
				00	لا	
0.05	5.99	9.20	100%	22	نعم	السؤال الخامس
				00	لا	
0.05	5.99	6.02	50%	11	نعم	السؤال السادس
				11	لا	
0.05	5.99	8.01	30%	07	نعم	السؤال السابع
				15	لا	
			70%			

تحليل نتائج الجدول :

نلاحظ من خلال الجدول ان الاجابات كانت متباينة و مختلفة و كانت كالتالي :

السؤال الاول : إجابة المشرفين على المعاقين ذهنيا المقدرة بنعم بلغت 20 أي ما يعادل %91 ، أما إجابة بلا قدرة ب 02 أي ما يعادل %09 ، كما أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 1 و بالتالي توجد فروق ذات دالة إحصائية فلأنشطة البدنية و الرياضية المكيف دور في

جعل المعاق ذهنيا يتمتع بشخصية متفائلة من خلال التمارين التي يتم استخدامها لهذه العينة

السؤال الثاني : إجابة المشرفين على المعاقين ذهنيا المقدرة بنعم بلغت 16 أي ما يعادل %73 ، أما إجابة بلا قدرة ب 06 أي ما يعادل %27 ، كما أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 1 و بالتالي توجد فروق ذات دالة إحصائية ، للنشاط البدني المكيف دور في إمكانية تسير الحياة و مواجهة متطلباتها من طرف المعاق ذهنيا ذلك من خلال التمارين التي يتم استخدامها لهذه العينة.

السؤال الثالث : نلاحظ من خلال الجدول ، إجابة المشرفين على المعاقين ذهنيا المقدرة بنعم بلغت 22 أي ما يعادل %100 ، أما إجابة بلا قدرة ب 00 أي ما يعادل %00، كما أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا²

الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 1 و بالتالي توجد فروق ذات دالة إحصائية للنشاط البدني المكيف دور في تحسين شخصية المعاق ذهنيا نحو الانبساطية ذلك من خلال التمارين التي يتم استخدامها لهذه العينة.

السؤال الرابع : إجابة المشرفين على المعاقين ذهنيا المقدرة بنعم بلغت 22 أي ما يعادل 100% ، أما إجابة بلا قدرة ب 00 أي ما يعادل 00% ، كما أن قيمة كا2 المحسوبة اكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 1 و بالتالي توجد فروق ذات دالة إحصائية للنشاط البدني المكيف دور في إمكانية التخلص من الانطواء و العزلة عند المعاقين ذهنيا ذلك من خلال التمارين التي يتم استخدامها لهذه العينة.

السؤال الخامس : إجابة المشرفين على المعاقين ذهنيا المقدرة بنعم بلغت 20 أي ما يعادل 91% ، أما إجابة بلا قدرة ب 02 أي ما يعادل 09% ، كما أن قيمة كا2 المحسوبة اكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 1 و بالتالي توجد فروق ذات دالة إحصائية للنشاط البدني المكيف وسيلة لتخلص من الإحباط بسهولة عند المعاق ذهنيا و هذا من خلال الأنشطة التي يتم استخدامها لهذه العينة.

السؤال السادس : إجابة المشرفين على المعاقين ذهنيا المقدرة بنعم بلغت 11 أي ما يعادل 50% ، أما إجابة بلا قدرة ب 11 أي ما يعادل 50% ، كما أن قيمة كا2 المحسوبة اكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 1 و بالتالي توجد فروق ذات دالة إحصائية و بالتالي لنشاط البدني المكيف دور تحسين النشاطات الاجتماعية للمعاقين ذهنيا بالإضافة إلى عوامل أخرى.

السؤال السابع : إجابة المشرفين على المعاقين ذهنيا المقدرة بنعم بلغت 07 أي ما يعادل 30% ، أما إجابة بلا قدرة ب 15 أي ما يعادل 70% ، كما أن قيمة كا2 المحسوبة اكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 1 و بالتالي توجد فروق ذات دالة إحصائية للنشاط البدني المكيف دور في إمكانية تعزيز ثقة المعاق ذهنيا بنفسه ذلك من خلال التمارين التي يتم استخدامها لهذه العينة.

2.10. عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية :

البعد الثاني: " للنشاط البدني المكيف دور في تطوير سمة الاتزان الانفعالي عند المعاقين ذهنيا".

الجدول رقم 02: نتائج الاسئلة الخاصة بالبعد الثاني

الفرض الاول	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة
	نعم 16	73%	6.77	5.99	0.05

			27%	06	لا	السؤال الاول
0.05	5.99	9.20	100%	22	نعم	السؤال الثاني
			00%	00	لا	
0.05	5.99	6.02	50%	11	نعم	السؤال الثالث
			50%	11	لا	
0.05	5.99	9.20	30%	07	نعم	السؤال الرابع
			70%	15	لا	
0.05	5.99	8.04	80%	17	نعم	السؤال الخامس
			20%	05	لا	
0.05	5.99	9.20	100%	22	نعم	السؤال السادس
			00%	00	لا	

نلاحظ من خلال الجدول ان الاجابات كانت متباينة و مختلفة و كانت كالتالي:

السؤال الاول : إجابة المشرفين على المعاقين ذهنيا المقدرة بنعم بلغت 16 أي ما يعادل 73% ، أما إجابة بلا قدرة ب 06 أي ما يعادل 27% ، كما أن قيمة كا2 المحسوبة اكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 1 و بالتالي توجد فروق ذات دالة إحصائية ، قد يصاب بالفشل المعاق ذهنيا عند خسارته في بعض المنافسات الرياضية للنشاط البدني المكيف ينبغي الاهتمام بها من خلال إدماج من التمارين التي يتم استخدامها لهذه العينة.

السؤال الثاني : الإجابة المشرفين على المعاقين ذهنيا المقدرة بنعم بلغت 22 أي ما يعادل 100% ، أما إجابة بلا قدرة ب 00 أي ما يعادل 00% ، كما أن قيمة كا2 المحسوبة اكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 1 و بالتالي توجد فروق ذات دالة إحصائية ، للنشاط البدني المكيف دور في تطوير الروح الرياضية و تقبل النتيجة ذلك من خلال التمارين التي يتم استخدامها لهذه العينة.

السؤال الثالث : إجابة المشرفين على المعاقين ذهنيا المقدرة بنعم بلغت 11 أي ما يعادل 50% ، أما إجابة بلا قدرة ب 11 أي ما يعادل 50% ، كما أن قيمة كا2 المحسوبة اكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 1 و بالتالي توجد فروق ذات دالة إحصائية و بالتالي ينبغي الاهتمام بإدماج مجموعة من الأنشطة تخفف نسبة القلق و تحد منه حتى تتمكن هذه العينة من التخلص من القلق

السؤال الرابع : إجابة المشرفين على المعاقين ذهنيا المقدرة بنعم بلغت 07 أي ما يعادل 30% ، أما إجابة بلا قدرة ب 15 أي ما يعادل 70% ، كما أن قيمة كا2 المحسوبة اكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 1 و بالتالي توجد فروق ذات دالة إحصائية ، للنشاط البدني المكيف دور في ترفع معنويات المعاق ذلك من خلال المنافسات و التحفيز الذي يتم استخدامها لهذه العينة.

السؤال الخامس: إجابة المشرفين على المعاقين ذهنيا المقدرة بنعم بلغت 17 أي ما يعادل 80% ، أما إجابة بلا قدرة 05 أي ما يعادل 20% ، كما أن قيمة كا2 المحسوبة اكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 1 و بالتالي توجد فروق ذات دالة إحصائية ، للنشاط البدني المكيف دور في تثبيت الانفعالات عند المعاق ذهني من خلال الأنشطة و تمارين يتم استخدامها لهذه العينة.

السؤال السادس: إجابة المشرفين على المعاقين ذهنيا المقدرة بنعم بلغت 22 أي ما يعادل 100% ، أما إجابة بلا قدرة 00 أي ما يعادل 00%، كما أن قيمة كا2 المحسوبة اكبر من قيمة كا2 الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 1 و بالتالي توجد فروق ذات دالة إحصائية للنشاط البدني المكيف دور في تخفيف القلق و الترفزة عند المعاق ذهني ذلك من خلال الأنشطة يتم استخدامها لهذه العينة.

11. مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات:

1.11. مناقشة نتائج الفرضية الأول:

"لنشاط البدني المكيف دور في تطوير سمة الانبساطية عند المعاقين ذهنيا".
من خلال عرض و تحليل نتائج الاستبيان الذي تم عرضه على مجموعة من المشرفين على المعاقين ذهنيا بالمراكز البيداغوجية للإعاقة الذهنية تم الوصول إلى العديد من النقاط بحيث أكدت النتائج أن استخدام الأنشطة البدنية المكيفة و استخدام مجموعة من التمارين التي تشجع المعاقين على الاندماج و التعاون مع الفريق و هذا ما يتوافق مع العديد من الدراسات منها مشعان بن زين الحربي و دراسة احمد بوسكرة.
كما تساعد في تطوير سماته الشخصية التي تتمثل في الانبساطية فكلما مارس المعاق ذهنيا العديد من الأنشطة البدنية المكيفة و كلما انخرط في التظاهرات الرياضية الخاصة بهذا الفئة كلما لاحظنا مدى الانبساطية في شخصيته و القدرة على التعامل مع الغير و الانسجام معهم بسهولة بالإضافة إلى اكتساب لغة الحوار و التخلص من الانطواء و العزل التي يعاني منها اغلب المعاقين ذهنيا . و بالتالي يمكن القول أن فرضية الأول قد تحققت.

2.11. مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

"لنشاط البدني المكيف دور في تطوير سمة الاتزان الانفعالي عند المعاقين ذهنيا".
من خلال عرض و تحليل نتائج الاستبيان الذي تم عرضه على مجموعة من المشرفين على المعاقين ذهنيا بالمراكز البيداغوجية للإعاقة الذهنية تم الوصول إلى العديد من النقاط بحيث أكدت النتائج أن استخدام الأنشطة البدنية المكيفة و استخدام مجموعة من التمارين التي تشجع المعاقين على التخلص من الغضب و لانفعال الزائد و الشعور بعقدة النقص و القدرة إلى الانسجام و التواصل و التكيف الاجتماعي وهذا ما تأكده الدراسات السابقة لك من دراسة سبأ نجيب محمود أبو عزيزة و دراسة كاستانجو.

بالتالي نلاحظ تطور كبير في سمة الاتزان الانفعالي بحيث يتمكن المعاق ذهنيا من التحكم في غضبه و انفعالاته و تتسم شخصيته بالهدوء و حسن التعامل مع المشاكل التي تحيط به.

12. الاستنتاج العام :

من خلال عرض و تحليل و مناقشة النتائج التي تم التوصل إليها من خلال عرض الاستبيان الذي تم توجيهه للمربين المشرفين على عينة البحث المتمثلة في المعاقين ذهنيا تم الوصول إلى العديد من النقاط التي تبرز أهمية النشاط البدني المكيف في تطوير بعض السمات في شخصية الطفل المعاق فقد تبينا لنا أن الأنشطة البدنية المكيفة التي يقوم بها المعاق ذهنيا تحت إشراف متخصصين في هذا المجال تحمل مجموعة من القيم و مبنية على أسس علمية تسمح بتطوير سمة الانبساطية عند المعاقين ذهنيا و بالتالي يمكن أن يندمجوا مع غيرهم من الأفراد بشكل سليم و خالي من المشاكل.

كما أكدت النتائج على أن الأنشطة البدنية المكيفة التي يقوم بها المعاق ذهنيا تحت إشراف متخصصين تسمح بالاتزان في الشخصية و بالتالي نلاحظ أن من يمارس الأنشطة البدنية المكيفة يتسم بالاتزان الانفعالي وهذا ما جاءت به الدراسات السابقة لكل من دراسة احمد بوسكرة و دراسة سبأ نجيب محمود أبو عزيزة و دراسة كاستانجو و دراسات اخرى و بالتالي يمكن التخلص من الانفعال السريع و الغضب و ردة الفعل المبالغ فيها و بالتالي يكون أكثر هدوء و تعقل و لا ينفعل بسهولة و بالتالي يستطيع الاندماج في المجتمع و التعايش مع المشاكل التي قد تعيق مسار حياته في المستقبل.

و لهذا ينبغي على المتخصصين و المسؤولين على هذا المجال الاهتمام أكثر بإدماج الأنشطة البدنية المكيفة داخل المراكز البيداغوجية للمعاقين ذهنيا بالإضافة إلى استخدام برامج مكيفة مبنية على أسس حتى يمكن من خلالها تحقيق أفضل النتائج لهذه الفئة.

13. الخاتمة:

في حدود طبيعة الدراسة ومجالاتها في جانبيها النظري والتطبيقي ، وفي ضوء الفرضيات والمنهج المتبع ومن خلال التحليل الإحصائي للبيانات والنتائج المحققة تمكن الباحث من التوصل إلى العديد من النقاط و النتائج حيث أن إشكالية التخلف العقلي تكمن في التباين بين الباحثين و الاختصاصيين.

خاصة الباحثين العرب في تحديد المفاهيم والمصطلحات والتصنيفات المختلفة للتخلف العقلي ، والتي تصبو في اتجاه واحد ، والسبب في ذلك يعود إلى ترجمتها ، فالبعض يترجمها ترجمة حرفية، بينما البعض الآخر يعود إلى ترجمتها على حسب معناها ومدلولها وكذلك النظرة الذاتية للمعنيين في تحديد ماهية التخلف العقلي بدقة ، يضاف إلى هذا مسألة انتشار هذه الظاهرة في المجتمعات المتطورة والضعيفة على حد سواء .

والتي زادت من حاجات الباحثين إلى ضرورة البحث عن العوامل والأسباب التي تؤدي إلى هذه الظاهرة ، وكيف يمكن مساعدتهم حتى يطوروا في شخصيتهم ليتكفروا من الاندماج داخل المجتمع بشكل فالنشاط البدني والرياضي الموجهة للمعاقين يستمد مبادئه وأسس من النشاط البدني الرياضي الذي يمارسه الأفراد العاديين.

لكنه يكيف حسب نوع ودرجة الإعاقة وطبيعة الفرد المعاق من حيث القوانين والوسائل المستعملة. وله جوانب عديدة تعود بالفائدة على الأفراد الممارسين ، فهو يعتبر وسيلة تربوية علاجية ووقائية إذا تم استغلاله بصفة منتظمة ومستمرة، إذ يسهم في تكوين شخصية الأفراد من جميع الجوانب (البدنية، الاجتماعية، النفسية...)

قائمة المراجع العربية

- حلمي ابراهيم ليلي السيد فرحات. (1992). التربية الرياضية و الترويح للمعاقين. القاهرة : 94.
- حلمي الميليجي. (1999). علم النفس المعاصر . القاهرة: 105.
- فرج احمد فرج. (1992). نظريات الشخصية. القاهرة: 82.
- محمد مصطفى زيدان. (2011). اسس التربية البدنية . عمان : 110.
- مصري عبد الحميد حنورة. (1991). رعاية الطفل المعوق . القاهرة: 97.
- نزار الطالب، محمود السامرائي. (العرق). مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية. 2007: 19-37.

قائمة المراجع الاجنبية

- Outer, A. (1993). *Outer activité physique et sportives adaptées pour personne handicapés mentale* . belgique: 64.