رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الالكتروني: 6899–2602
الرقم المعياري: 7201–2507	العدد العاشر نوفمبر 2020

فاعلية برنامج رياضي مكيف مقترح لتحسين صورة الجسم لدى المعاقين سمعياً

The effectiveness of a proposed adapted sports program to improve the body image of the hearing impaired

الدكتور: صغيري رابح جامعة المسيلة

الدكتور: عروسي الدارجي جامعة مستغانم

الدكتور: قرماط مصطفى جامعة الأغواط

– المخلص:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على فاعلية البرنامج الرياضي لمكيف المقترح لتحسين صورة الجسم لدى المعاقين سمعياً، من أجل ذلك قام الباحثون بتصميم برنامج رياضي مكيف واستعمال مقياس صورة الجسم للدكتور "نافع سفيان" وتطبيقهم على عينة الدراسة المكونة من 08 أطفال معاقين سمعياً من مدرسة الأطفال المعاقين بصرياً بالمسيلة، وبالإعتماد على المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة بقياسين قبلي وبعدي، وبينت نتائج الدراسة أن البرنامج الرياضي المكيف المقترح ساهم بفاعلية في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين سمعياً في الأبعاد الثلاثة المدروسة (المظهر الخارجي، الأداء الحركي، الصحة)، حيث كانت الفروق كلها دالة إحصائياً لصالح نتائج القياس البعدي.

– الكلمات المفتاحية: برنامج رياضي، النشاط الرياضي المكيف، صورة الجسم، الإعاقة السمعية.

– Abstract:

The current study aims to identify the effectiveness of the proposed adaptor's sports program to improve the body image of the hearing impaired,

So the researcher designed an Adapted sports program and the use of the body image gauge of Dr. Nafià Sofian, They were applied to a sample of the study of 08 hearing impaired children from the School of Visually Impaired Children in M'sila, And based on the experimental method of designing the same group in two measurements before and after.

The results of the study showed that the proposed adapted sports program contributed effectively to improving the body image of the hearing impaired in the three dimensions studied (external appearance, motor performance, health), where the differences were all statistically functioning in favor of the results of the following measurement.
–Keywords : Sports program, Adapted physical activity body image, hearing impairment.

1– مقدمة:

خلق الله الإنسان وصَوَّره في أبهى صورة وجعل له حواساً يتصل ويتواصل بها مع بني جلدته ومع بيئته التي يعيش فيها، فمن خلال تلك الحواس يسمع ويُبصر ويمشي ويشم ويتذوق ويُحس بالحرارة والبرودة، وأي خلل في إحدى حواسه يُعرضه للإختلال الوظيفي فيها، ما يحرمه من الإستفادة من المعلومات والأحاسيس المرتبط وصولها أو تلقيها عبر تلك الحاسة.

حيث يعتمد إدراك الإنسان لعالمه على المعلومات التي يستقبلها عبر الحواس (السمع، البصر، الشم، الذوق، اللمس)، وحدوث أي خللٍ واحدٍ أو أكثر لهذه الحواس ينجم عنه صعوبات، وينصبُّ الإهتمام هنا عن عجز حاسة السمع عن القيام بدورها، فمثل هذا العجز يقود إلى صعوباتٍ عديدةٍ و متنوعة، لأن السمع يلعب دوراً أساسياً في نمو الإنسان، فحاسة السمع هي التي تجعل الإنسان قادراً على تعلم اللغة وهي تُشكل حجر الزاوية بالنسبة لتطور السلوك الإجتماعي، كذلك فإن حاسة السمع تُمكن الإنسان من فهم بيئته ومعرفة المخاطر الموجودة فيها فتدفعه إلى تجنبها. (الخطيب،1998، ص13)

ويُعدُّ الاهتمام بالفئات ذوي الإحتياجات الخاصة –و منهم المعاقون– سمةً من سمات المجتمعات المتحضرة، فمقياس تحضر الشعوب وتقدمها يكون بمدى الاهتمام العادل بجميع فئات المجتمع بصفة عامة، فالطفل المعوق مواطنٌ له ما للمواطن العادي من حقوق وعليه من ما عليه من واجبات، ولن يكون المجتمع طبيعياً ما لم يشترك جميع أفراده العاديون منهم وغير العاديين بمن فيهم المعوقون سمعياً جنباً إلى جنب في ميادين الحياة، وعلى أُسُس مبنية على التفاهم والإحترام. (كمال، 2009، ص3)

لذلك تحرص كل المجتمعات على تقديم وتسهيل كافة أنواع الخدمات الصحية والتعليمية والمهنية والرياضية، بما يتناسب مع إعاقاتهم وشدتها وإمكاناتهم، وفي الجزائر قامت الدولة بكفالة فئة ذوي

الإحتياجات الخاصة من خلال تخصيص مراكز طبية بيداغوجية لكل فئة، حتى يسهل تعليمهم وتقديم البرامج الخاصة بهم ثقافية كانت او تعليمية أو رياضية لتحقيق أقصى استفادة منها.

ويُشير "أدامز وزملاؤه" إلى أنه يُمكن للمعاقين سمعياً الإشتراك في كل الألعاب الرياضية التي يُمارسها الأسوياء، وكثير من المدارس الخاصة تُنظم الفرق الرياضية التنافسية مثل المصارعة، السباحة، كرة السلة، كرة القدم، والتنس، وقد لا تحتاج هذه الألعاب إلى تعديلات كبيرة حتى تُناسب طبيعة الصُم، ويجب تعليم المهارات الحركية الأساسية للطفل الأصم حيث أنها تُقدم له إحدى طُرق التعبير عن نفسه وقُدراته. (متياس،1980، ص20)

بالإضافة إلى الألعاب الجماعية التي تُعتبر في غاية الأهمية للمعاقين سمعياً الذين يُعانون من عدم النضج الإجتماعي والروح الرياضية، فهي الوسيلة الحيوية لنمو المهارات الاجتماعية، ونظراً لأن هذه الفئة غير قادرة على الإبتعاد عن الخطر المتوقع فلذلك يجب استخدام إشارات ضوئية وأعلام لإبعادهم عن الخطأ أو الخطر المتوقع، ويجب أن يكون التعليم في مجموعة صغيرة من 06 إلى 12 فرد حتى يُمكنهم رؤية وجه المدرس جيداً وفهم إشاراته لأداء المهارات. (حامد،1991، ص19)

ويُعتبر مظهر الجسم من الأمور الرئيسة التي تشغل بال الكثير من الناس، ويظهر ذلك جلياً في النظرة الخارجية التي تختص بالتأثيرات الإجتماعية للمظهر والنظرة الداخلية التي تُشير إلى التجارب أو الخبرات الشخصية التي يبدو عليها مظهر الفرد في الواقع، والنظرة الداخلية بمعناها الواسع هو ما أطلق عليها علماء النفس "صورة الجسم Body image ". (الأطرش،2015، ص 336)

وتمثل صورة الجسد اتجاهات الفرد نحو جسده خاصة الحجم، والشكل، والجمال، وتقييماته وخبراته الإنفعالية المرتبطة بصفاته الجسدية، وتساعد الصورة الإيجابية للجسد في رؤية الفرد نفسه جذاباً، ودور ذلك في نمو الشخصية الناضجة، ومستوى الصحة النفسية، بينما تؤثر الصورة السلبية للجسد على حياة الفرد، وتُسهم في خفض تقديره لذاته.

وتضع مشكلة التواصل التي يُعانيها المعاقون سمعياً حواجزاً وعوائقاً كبيرةً أمامهم لاكتشاف البيئة والتفاعل فيها، وإذا لم يُزوَّد المعوق سمعياً باستراتيجيات بديلة للتواصل فإن الإعاقة السمعية قد تفرض قيوداً على النمو الحركي لديه، كما أن الفقدان السمعي ينطوي على حرمان الشخص من الحصول على التغذية الراجعة السمعية، مما يؤثر سلبياً على وضعه في الفراغ، وعلى حركات

جسمه، فالأطفال المعاقون سمعياً تتطور لديهم أوضاع جسمية خاطئة، كما أن نموهم الحركي متأخر مقارنةً بالنمو الحركي للأطفال العاديين. (الخطيب،1998، ص90)

ويشير "Fallen & Umansky" إلى أن الأشخاص المعوقون سمعياً كمجموعة لا يتمتعون باللياقة البدنية مقارنة بالأشخاص العاديين، فهم عموماً يتحركون قليلاً حيث ويُخصصون معظم وقتهم للتواصل مع الآخرين. (الخطيب والحديدي، 2009، ص146)

وعامةً يميل الأطفال المعوقين سمعيا إلى العزلة نتيجة لإحساسهم بعدم المشاركة أو الانتماء إلى الأطفال الآخرين، لذلك فإنهم يميلون إلى الألعاب الفردية التي لا تتطلب مشاركة مجموعة من التلاميذ وإلى الألعاب التي تتطلب مشاركة عددٍ محدودٍ، كتنس الطاولة وسباق الجري والجمباز، وتُسهم هذه الخصائص في تقديم تفسيرٍ جزئيٍ لظاهرة نجاح الصم في مختلف المجتمعات في تجميع أنفسهم في مجموعات وأندية خاصة بهم. (عزيز،2002، ص455)

2- إشكالية الدراسة:

تُعتبر حاسة السمع من أهم الحواس التي يعتمد عليها الفرد في تفاعلاته مع الآخرين في حياته اليومية، فهي وسيلة الإستقبال لكل المثيرات الصوتية والخبرات الخارجية، كما تُعتبر الإعاقة السمعية من أصعب الإعاقات التي يُصاب بها الإنسان نظراً لأنها تحرمه من اكتساب اللغة التي تُمثل الأداة الرئيسية للتواصل مع الآخرين، لذا يعيش المعاق سمعياً في عالم ساكن يخلو من الأصوات والإنفعالات.

وإن صورة الجسم عاملٌ نفسي مهم لتحقيق الصحة النفسية والرضى الذاتي، فنظرة الفرد الإيجابية لجسمه تُتيح له الشعور بالأمان والسعادة والحصول على دافع إيجابي للعيش بصورة جيدة، وأي اختلال في هذه الصورة الذهنية عن الجسم يؤدي إلى اضطراب في حياة الإنسان تدفعه للقيام بأفعالٍ غير مفهومة ولا منتظرة تصل إلى إيذاء النفس.

وإذا كانت هناك متغيراتٌ متباينةٌ سواء أكانت نفسيةً أو بيئيةً خارجية تعوق قدرة الفرد على التواصل الفعال والتوافق السليم، فإن صورة الفرد السلبية عن جسمه أو عدم رضاه عنها قد يكون أحد هذه العوامل التي تعوق التوافق مع ذاته وبيئته المحيطة به في الوقت نفسه، وقد يكون هذا سبباً في معاناته من اضطرابات سلوكية تعكس عدم اتزانه وسوء توافقه.(كفافي والنيال،1995، ص6)

وبما أن ممارسة النشاط الرياضي المكيف تُساهم بصورة إيجابية في تحسين صورة الجسم لدى الأفراد العاديين وذوي الإحتياجات الخاصة، وهو ما بينته نتائج دراسة (الدراجي عروسي، 2019)، (شعلال إسماعيل مصطفى، 2019)، (عادل خوجة والعيد يعقوب، 2018)، (عبروس حكيمة ويحياوي محمد، 2017)، (بوسيف فاطمة الزهراء، 2014) فإننا نسعى إلى تحسين الصورة الجسمية للأفراد المعاقين سمعياً من خلال اقتراح برنامج رياضي مكيف لهؤلاء الأفراد.

لذا فإن إشكالية الدراسة تمت صياغتها كالآتي:

– هل للبرنامج الرياضي المكيف المقترح دور في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين سمعياً؟

يندرج تحت هذا التساؤل **تساؤلات فرعية** ثلاثة هي:

1– هل توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد المظهر الخارجي؟

2– هل توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد الأداء الحركي؟

3– هل توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد الصحة؟

3– فرضيات الدراسة: من أجل الوصول إلى حلول لإشكالية الدراسة والتساؤلات الفرعية سنقوم باقتراح مجموعة من الفروض، واختبار صحتها عند مستوى الدلالة (α=0.05).

1.3– لفرضية العامة:

– للبرنامج الرياضي المكيف المقترح دور في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين سمعياً.

2.3– الفرضيات الجزئية:

1– توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد المظهر الخارجي لصالح القياس البعدي.

2– توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد الأداء الحركي لصالح القياس البعدي.

3– توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد الصحة لصالح القياس البعدي.

4– أهداف الدراسة: تهدف من خلال إجراء هذه الدراسة إلى:

– تصميم برنامج رياضي مكيف لذوي الإعاقة السمعية.

– التأكيد على فاعلية النشاط الرياضي المكيف في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين سمعياً.

– الكشف عن فاعلية البرنامج الرياضي المكيف المقترح في تحسين نظرة الفرد المعاق سمعياً لمظهره الخارجي.

– الكشف عن فاعلية البرنامج الرياضي المكيف المقترح في تحسين نظرة الفرد المعاق سمعياً لأدائه الحركي.

– الكشف عن فاعلية البرنامج الرياضي المكيف المقترح في تحسين نظرة الفرد المعاق سمعياً لصحته.

– جعل نتائج الدراسة حافزاً للمعاقين سمعياً لممارسة النشاط الرياضي المكيف.

5– مصطلحات الدراسة:

1.5– النشاط الرياضي المكيف: هو نظام متكامل صُمِّمَ للتعرف على المشكلات والمساعدة على حلها من النواحي النفسية والحركية والإجتماعية، حيث تبدأ خدمات هذا النظام بالأُسس الثلاث الأولى في التركيبة الخاصة لهذه الخدمات والتي تشمل الإختبار، القياس ثم التقويم، وهي مكونات رئيسية في عملية التعليم والتعلم والتي تحدث باستمرار إذ أنها عملية تُساعد على إعداد الفرد الصالح بدنياً، عقلياً، اجتماعياً ونفسياً. (مخنث،2011، ص4)

و يُعرفه الباحثون بأنه: ذلك النوع من الرياضات و الألعاب التي يتم تكييفها لتلبي النقص والعجز أو القصور لدى الأفراد ذوي الإحتياجات الخاصة، فتُمكنهم من الإشتراك فيها بصورة تجعلهم غير خائفين على التعرض للإصابة أو مواقف العجز.

2.5– الإعاقة السمعية: تلك الحالة التي يعاني منها الفرد نتيجة عوامل وراثية أو خلقية أو بيئية مكتسبة من قصور سمعي يترتب عليه آثار اجتماعية أو نفسية أو الاثنتين معاً، وتحول بين أداء بعض الأعمال والأنشطة الإجتماعية التي يؤديها الفرد العادي بدرجة كافية من المهارات، وقد يكون القصور السمعي جزئياً أو كلياً، شديداً أو متوسطاً أو ضعيفاً، مؤقتاً أو دائماً، متزايداً أو متناقصاً أو مرحلياً. (عبد الحي،2001، ص31)

وحسب الباحثين فإن الإعاقة السمعية هي مصطلح عام نعني به المعاقين الصم وضعاف السمع، وهي تُشير إلى الأشخاص الذين يُعانون من مشاكل تحول دون استفادتهم من حاسة السمع بصورة عادية.

3.5– صورة الجسم: هي الصورة الذهنية والعقلية التي يكونها الفرد عن جسمه سواء في مظهره الخارجي أو مكوناته الداخلية وأعضائه المختلفة، وقدرته على توظيف هذه الأعضاء واثبات كفاءته، وما قد يصاحب ذلك من مشاعر أو اتجاهات موجبة أو سالبة عن تلك الصورة الذهنية للجسم. (شقير،2009، ص121)

ويُعرَّفها الباحثون بأنها: الصورة الذهنية التي يضعها الفرد حول جسمه في وضع السكون أو الحركة وقد تكون إيجابية أو سلبية، حقيقة أو وهمية.

6– مجالات الدراسة:

1.6– المجال المكاني: تم إجراء الدراسة في بمدرسة الأطفال المعاقين بصرياً بالمسيلة–الشهيد ثامر المبروك.

2.6– المجال الزماني: أُجريت الدراسة خلال الفترة الزمنية الممتدة من 2020/01/05 إلى 2020/03/08.

3.6– المجال البشري: أُجريت الدراسة على الأطفال المعاقين سمعياً المتمدرسين بمدرسة الأطفال المعاقين بصرياً بالمسيلة–الشهيد ثامر المبروك.

7– الدراسات السابقة:

1.7– دراسة "الدراجي عروسي، 2019" بعنوان: أثر برنامج رياضي مكيف مقترح في تحسين صورة الجسم ورفع مستوى تقدير الذات لدى المعاقين سمعياً.

هدفت الدراسة إلى إعداد تحسين صورة الجسم ورفع مستوى تقدير لدى المعاقين سمعياً من خلال برنامج رياضي مكيف، استعمل الباحث

المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين (التجريبية والضابطة)، مُستعملاً البرنامج الرياضي المكيف من اقتراح الباحث، مقياس صورة الجسم من

إعداد "د. هادي سالم الصبان و د. نوال محفوظ مرعي"، ومقياس تقدير الذات من إعداد "موريس روزنبيرج"

أجريت الدراسة على التلاميذ المعاقين سمعياً المتمدرسين بملحقة مدرسة الأطفال المعاقين بصرياً "بالمسيلة" خلال الموسم الدراسي 2019/2018، على عينة مكونة من 20 تلميذاً وتلميذة معاقون سمعياً، تم اختيارهم بطريقة المسح الشامل وتم تقسيمهم على مجموعتين: التجريبية عدد أفرادها 10 تلاميذ (5 ذكور و5 إناث)، والضابطة عدد أفرادها 10 تلاميذ، وأسفرت نتائج الدراسة عن:

– وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى صورة الجسم ومستوى تقدير الذات لصالح القياس البعدي.

– وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى صورة الجسم ومستوى تقدير الذات لصالح المجموعة التجريبية.

2.7– دراسة "الدراجي عروسي وعتوتي نورالدين، 2018" بعنوان: النشاط الرياضي المكيف ودوره في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين بصرياً.

هدفت الدراسة إلى معرفة الدور الذي يلعبه النشاط الرياضي المكيف في تحسين صورة الجسم لدى فئة المعاقين بصرياً، اعتمد فيها الباحثان على المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من 16 طفلاً وطفلة من مدرسة الأطفال المعوقين بصرياً بالمسيلة، 09 منهم يُمارسون النشاط الرياضي المكيف، و07 غير ممارسين.

تم تطبيق مقياس صورة الجسم من إعداد الدكتورة "سامية محمد صابر"، وكشفت نتائج الدراسة عن:

– وجود فروق دالة إحصائياً بين الأطفال المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف وغير الممارسين في بُعد إدراك الفرد لجسمه لصالح الممارسين.

– وجود فروق دالة إحصائياً بين الأطفال المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف وغير الممارسين في بُعد إدراك الفرد لجسمه من خلال الآخرين لصالح الممارسين.

– عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الأطفال المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف وغير الممارسين تعزى لمتغير الجنس.

3.7– دراسة "عبروس حكيمة ويحياوي محمد، 2017" بعنوان: دور التربية البدنية في الحفاظ على صورة الجسد لدى التلميذات المراهقات في الطور الثانوي.

هدفت الدراسة إلى معرفة إذا ما كانت توجد فروق ذات دلالة احصائية في تحقيق صورة إيجابية عن الجسد بين التلميذات الممارسات وغير الممارسات في حصة التربية البدنية، وتمثلت عينة الدراسة في 60 تلميذة تم اختيارهن بطريقة عشوائية، وقد تم الإعتماد على المنهج الوصفي، مع استخدام مقياس صورة الجسم من إعداد الدكتور «نافع سفيان»، وتمثلت نتائج الدراسة في:

– عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلميذات الممارسات وغير الممارسات للتربية البدنية في بُعد المظهر الخارجي.

– عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلميذات الممارسات وغير الممارسات للتربية البدنية في بُعد الأداء الحركي.

– عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلميذات الممارسات وغير الممارسات للتربية البدنية في بُعد الصحة.

4.7– دراسة "بوسيف فاطمة الزهراء، 2014" بعنوان: دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحسين فاعلية الذات وصورة الجسم لدى المعاقين حركياً.

كان الهدف من هذه الدراسة معرفة مستوى فاعلية الذات ومستوى صورة الجسم لدى المعاقين حركياً الممارسين وغير الممارسين للنشاط

البدني الرياضي، اعتمدت الباحثة على المنهج المسحي، واستعملت الباحثة مقياس مفهوم الذات من إعداد "المومني والصمادي" سنة 1995، ومقياس صورة الجسم من إعداد الباحثة.

تمثل مجتمع البحث في المعاقين حركياً بجمعية الأمل–مستغانم، والمعاقين حركياً بالإتحادية الولائية للمعاقين حركياً بمستغانم، تم اختيار عينة

البحث بطريقة عشوائية وبلغ عددهم 20 فرداً مقسمين على مجموعتين، 10 أفراد معاقين حركياً من جمعية الأمل يُمثلون مجموعة الممارسين، و10 أفرادٍ معاقون حركياً من الإتحادية الولائية يُمثلون مجموعة غير الممارسين، بعد تطبيق أداتي الدراسة وتحليل نتائجها توصلت الدراسة إلى أن:

– للنشاط البدني الرياضي المكيف دورٌ كبيرٌ في رفع مستوى فاعلية الذات لدى المعاقين حركياً.

– للنشاط البدني الرياضي المكيف دورٌ إيجابي في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين حركياً.

8– منهجية الدراسة:

1.8– منهج الدراسة: نظراً لطبيعة الموضوع والأهداف المراد تحقيقها اعتمدنا في دراستنا على المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة بقياسين قبلي وبعدي.

2.8– متغيرات الدراسة:

1.2.8– المتغير المستقل: هو العامل الذي أن نُريد أن نقيس مدى تأثيره على المتغير التابع، وفي دراستنا الحالية يتمثل المتغير التابع في البرنامج الرياضي المكيف المقترح.

2.2.8– المتغير التابع: وهو العامل الذي ينتج عن تأثير المتغير المستقل، وفي دراستنا الحالية يتمثل في مستوى صورة الجسم لدى أفراد عينة الدراسة.

3.8– مجتمع الدراسة: يتمثل مجتمع الدراسة الحالية في جميع الأطفال المعاقين سمعياً الذين يزاولون تعليمهم المتوسط بمدرسة الأطفال المعوقين بصرياً بالمسيلة–الشهيد ثامر المبروك، خلال السنة الدراسية 2020/2019، والبالغ عددهم 27 طفلاً وطفلةً موزعين على المراحل الأربعة للتعليم المتوسط.

4.8– عينة الدراسة: بعد الإطلاع على سجلات الحضور والسجلات الطبية تم اختيار 08 أطفال ذكور المتميزين بالإنضباط في الحضور، والمداومة على ممارسة الرياضة داخل المدرسة، مع الخلو من الأمراض أو الإعاقات المصاحبة، مع التوضيح بأنه تم استبعاد الأفراد الذين أجريت عليهم الدراسة الإستطلاعية.

5.8– أدوات جمع البيانات: من أجل الحصول على نتائج علمية دقيقة قام الباحث بالإعتماد على الأدوات التالية:

1.5.8– البرنامج الرياضي المقترح: قام الباحثون بتصميم البرنامج الرياضي المقترح بعد المسح المكتبي لمجموعة من الكتب التي تناولت النشاط الرياضي للأفراد ذوي الإحتياجات الخاصة مثل: (إبراهيم، 1997)، (مروان عبد المجيد، 2002)، (الدليمي، 2011)، (بسيوني والشاطئي، 2011)، (وتوت والصواف،2013)، (Dechavanne,1990)، (Hanifi,1995)، وأيضاً الإطلاع على العديد من الأطروحات والمقالات العلمية التي درست النشاط الرياضي المكيف مثل: (مخنث،2011)، (شعلال،2019)، (عروسي،2019)، (عبد الحليم، 1995)، (نافع،2001)، (بن السايح،2017)، (المغازي،2002).

وعليه قام الباحثون بتصميم البرنامج الرياضي المقترح بمراعاة النقاط التالية:

- أن يُحقق البرنامج الأهداف المرجوة منه.
- أن يتسم البرنامج بالمرونة وقابلية التطبيق والتعديل.
- أن يتوافق البرنامج مع القدرات البدنية والعقلية والحسية للأطفال المعاقين سمعياً.

– المواءمة بين محتويات البرنامج والإمكانيات الرياضية (الأجهزة والأدوات) الموجودة بالمدرسة.
– مراعاة الفروق الفردية بين الأطفال من خلال التنويع في الأنشطة لتجنب الملل والتكرار.
– تجنب الأنشطة ذات الإحتكاك القوي والإبتعاد عن الرياضات القتالية.
– التشجيع والتحفيز الدائم للأطفال وتقديم مكافآت رمزية.
– التأكيد على الحضور الدائم لجميع أفراد عينة الدراسة.
– تعويض التوجيهات اللفظية والصافرة بالأعلام الملونة والإشارات الضوئية والإيماءات.

2.5.8– مقياس صورة الجسم: من إعداد الدكتور "نافع سفيان،2001"، يتضمن المقياس 25 صفة ونقيضها وهي مصوغة على طريقة Lekert، حيث يقوم أفراد العينة بالإجابة على كل صفة طبقاً لدرجة انطباعها على صورة جسمه، ويتضمن المقياس مفتاحاً للتصحيح، وهو كما يلي حسب الأبعاد:

– البُعد الأول "المظهر الخارجي": يتكون من 11 صفةً ونقيضها، وعبارات هذا البُعد هي التي تحمل الأرقام: (1، 2، 3، 9، 10، 12، 16، 17، 20، 21، 25) وكُلُّها موجبة ما عدا العبارات (3، 9، 12) فهي سالبة.

– البُعد الثاني "الأداء الحركي": ويتكون من 07 عبارات ونقيضها، وعبارات هذا البُعد هي التي تحمل الأرقام: (4، 5، 6، 15، 18، 19، 23) وكُلُّها موجبة ما عدا العبارتين (15، 19) فهي سالبة.

– البُعد الثالث "الصحة": ويتكون من 07 عبارات ونقيضها، وعبارات هذا البُعد هي التي تحمل الأرقام: (7، 8، 11، 13، 14، 22، 24) وكُلُّها موجبة ما عدا العبارتين (7، 24) فهي سالبة.

– درجات وأوزان صفات المقياس: درجات صفات المقياس هي ثلاث درجات أما أوزانها فهي كالآتي:

– بالنسبة للصفات الإيجابية: (أوافق = 3)، (لا هذا ولا هذا = 2)، (لا أوافق = 1).
– بالنسبة للصفات السلبية: (أوافق = 1)، (لا هذا ولا هذا = 2)، (لا أوافق = 3). (نافع،2001، ص170–171)

6.8– الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

1.6.8– الصدق: من الخصائص الأساسية المميزة لأدوات البحث العلمي الصدق، والذي يُعرف بأنه المدى الذي تقيس فيه الأداة الصفة المراد قياسها، لذا قُمنا بقياس صدق أدوات الدراسة كما يلي:

1.1.6.8– صدق البرنامج الرياضي المكيف المقترح: بعد الإنتهاء من تصميم البرنامج قام الباحث بعرضه على 07 من الدكاترة المختصين في مجال النشاط الرياضي المكيف والتربية الرياضية، من تقديم ملاحظاتهم وإبداء آرائهم حول المحتوى والمدة الزمنية للبرنامج وتقسيم الوقت خلال مراحل الحصة الواحدة، وبعد مراجعة السادة الدكاترة للبرنامج أجمعوا كلهم على مناسبة محتوى البرنامج لفئة المعاقين سمعياً، وكذلك ملائمته لتحسين صورة الجسم من خلال التمارين والأنشطة التي يتضمنها.

كما اتفق السادة المحكمون على أن المدة الزمنية المناسبة للبرنامج هي 08 أسابيع، بمعدل حصتين أسبوعياً، أما توقيت كل حصة فهو 45 دقيقة.

2.1.6.8– صدق مقياس صورة الجسم: تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس عن طريق تطبيقه على عينة الدراسة الإستطلاعية التي قوامها 06 أطفال معاقين سمعياً تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من المجتمع الأصلي، وذلك عن طريق توزيعه على مجموعة من الخبراء في مجال النشاط الرياضي المكيف، وقد حصلنا على ملاحظات بالإيجاب واتفاقٍ بين الخبراء حول ملاءمة المقياس لما تم إعداده له وللعينة المعنية به.

2.6.8– الثبات: إن ثبات الأداة يعني ثبات النتائج المتوصل إليها حتى لو تم إعادة تطبيقها مرة أخرى، ومن أجل التحقق من هذه الخاصية لأداة الدراسة قُمنا بحساب معامل ألفا كرونباخ كما هو موضح في الجدول التالي:

– جدول رقم (01): يوضح معامل الثبات والصدق الذاتي لمقياس صورة الجسم.

المقياس	معامل ألفا كرونباخ	الصدق الذاتي
صورة الجسم	0.705	0.839
الصدق الذاتي= الجذر التربيعي لمعامل الثبات		

تُبين لنا القيمة الموضحة في الجدول رقم (01) أن قيمة معامل "ألفا كرونباخ" لمقياس صورة الجسم بلغت 0.705 وهي قيمة مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (α=0.05)، كما أن النتائج في الجدول تُوضح أن معامل الصدق الذاتي (مؤشر الثبات) للمقياس بلغت قيمته

0.839 وهي قيمة جيدة ومرتفعة وتعني أن المقياس يتميز بالصدق، ولذلك فإن هذه النتائج المذكورة في الجدول تسمح لنا بتطبيق المقياس في الدراسة والإعتماد على النتائج المتحصل عليها من خلاله.

9– عرض وتحليل النتائج:

سنقوم في هذه المرحلة بعرضٍ لنتائج الدراسة الميدانية للتطبيق القبلي لمقياس صورة الجسم المستعمل في الدراسة والقياس البعدي بعد تكملة تطبيق البرنامج الرياضي المكيف المقترح، العرض سيكون من خلال جداولٍ بيانية باعتبارها أدوات توضيحية للنتائج التي تمت معالجتها إحصائياً عن طريق برنامج الحزم الإحصائية SPSS.

1.9– عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى: نصت الفرضية الأولى على أنه: توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد المظهر الخارجي لصالح القياس البعدي.

للتحقق من صحة هذه الفرضية سنقوم باستعمال **اختبار T** لعينتين مرتبطتين، والجدول التالي يوضح ذلك:

– الجدول رقم (02): يُوضح الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لعينة الدراسة من المعاقين سمعياً في بُعد المظهر الخارجي.

البُعد	القياس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	Sig	القرار الإحصائي
المظهر الخارجي	القبلي	08	2.14	0.32	5.684	7	0.000	دال إحصائياً عند 0.05
	البعدي		2.84	0.11				

يظهر لنا من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (02) بأن المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في القياس القبلي لبُعد المظهر الخارجي كان **2.14** والإنحراف المعياري **0.32**، بينما المتوسط الحسابي في القياس البعدي فقد كان **2.84** بانحراف معياري قدره **0.11**

كما يتضح من هذا الجدول أن قيمة **T** المحسوبة عند درجة حرية **7** ومستوى الدلالة (α=0.05) بلغت **5.684** وقيمة **Sig** كانت **0.000**

وبما أن قيمة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في القياس القبلي كان أصغر من قيمته في القياس البعدي، وكذلك قيمة **T** المحسوبة بدلالة **Sig** كانت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (α=0.05)، فهذا معناه وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد المظهر الخارجي لصالح القياس البعدي.

2.9– عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية: نصت الفرضية الأولى على أنه: توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد الأداء الحركي لصالح القياس البعدي.

للتحقق من صحة هذه الفرضية سنقوم باستعمال **اختبار T** لعينتين مرتبطتين، والجدول التالي يوضح ذلك:

– الجدول رقم (03): يُوضح الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لعينة الدراسة من المعاقين سمعياً في بُعد الأداء الحركي.

البُعد	القياس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	Sig	القرار الإحصائي
الأداء الحركي	القبلي	08	2.18	0.27	4.114	7	0.004	دال إحصائياً عند 0.05
	البعدي		2.71	0.20				

يظهر لنا من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (03) بأن المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في القياس القبلي لبُعد الأداء الحركي كان **2.18** والإنحراف المعياري **0.27**، بينما المتوسط الحسابي في القياس البعدي فقد كان **2.84** بانحراف معياري قدره **0.11**

كما يتضح من هذا الجدول أن قيمة **T** المحسوبة عند درجة حرية **7** ومستوى الدلالة (α=0.05) بلغت **5.684** وقيمة **Sig** كانت **0.004**

وبما أن قيمة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في القياس القبلي كان أصغر من قيمته في القياس البعدي، وكذلك قيمة **T** المحسوبة بدلالة **Sig** كانت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (α=0.05)، فهذا معناه وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد الأداء الحركي لصالح القياس البعدي.

3.9– عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة: نصت الفرضية الأولى على أنه: توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد الصحة لصالح القياس البعدي.

للتحقق من صحة هذه الفرضية سنقوم باستعمال **اختبار T** لعينتين مرتبطتين، والجدول التالي يوضح ذلك:

– الجدول رقم (04): يُوضح الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لعينة الدراسة من المعاقين سمعياً في بُعد الصحة.

البُعد	القياس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	Sig	القرار الإحصائي
الصحة	القبلي	08	1.98	0.40	6.007	7	0.001	دال إحصائياً عند 0.05
	البعدي		2.73	0.13				

يظهر لنا من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (04) بأن المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في القياس القبلي لبُعد الصحة كان **2.18** والإنحراف المعياري **0.27**، بينما المتوسط الحسابي في القياس البعدي فقد كان **2.84** بانحراف معياري قدره **0.11**

كما يتضح من هذا الجدول أن قيمة **T** المحسوبة عند درجة حرية **7** ومستوى الدلالة (α=0.05) بلغت **5.684** وقيمة **Sig** كانت **0.001**

وبما أن قيمة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في القياس القبلي كان أصغر من قيمته في القياس البعدي، وكذلك قيمة **T** المحسوبة بدلالة **Sig** كانت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (α=0.05)، فهذا معناه وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد الصحة لصالح القياس البعدي.

10– مناقشة النتائج في ظل الفرضيات:

1.10– مناقشة نتائج الفرضية الأولى: افترض الباحثون في الفرضية الأولى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد المظهر الخارجي لصالح القياس البعدي.

بعد إجراء القياس القبلي لمقياس صورة الجسم على عينة الدراسة من المعاقين سمعياً، قام الباحثون بتطبيق البرنامج الرياضي المكيف المقترح وبعدها تم إجراء القياس البعدي لمقياس صورة الجسم، ثم قام الباحثون بمعالجة النتائج المتحصل عليها إحصائياً من خلال برنامج SPSS، ومن خلال عرض ومناقشة النتائج المتعلقة ببُعد المظهر الخارجي في الجدول رقم (02) تبين أن قيمة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في القياس البعدي كان أكبر من قيمته في القياس القبلي، كما أن قيمة **T** المحسوبة بدلالة **Sig** كانت دالة إحصائياً عند مستوى (α=0.05)، ومنه فإننا نثبت الفرضية الأولى بوجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد المظهر الخارجي لصالح القياس البعدي.

أي أن البرنامج الرياضي المكيف المقترح قد ساهم بفاعلية في تحسين المظهر الخارجي للمعاقين سمعياً ويُعزي الباحثون هذا التطور في نظرة المعاقين سمعياً نحو مظهرهم الخارجي لمحتوى البرنامج من رياضات وألعاب وتمارين متنوعة، حيث ركزنا على بعض عناصر اللياقة البدنية كالقوة والسرعة والمرونة إضافة إلى المسابقات والتنافس مع الآخرين.

وفي هذا الشأن تذكر "عزة عزت عبد الحليم" أن من أهداف النشاط البدني الرياضي المكيف للمعاقين سمعياً العناية بالقوام والإهتمام بأوضاعه أثناء التدريب المهني وبُعده في السكون والحركة، وعلاج ومقاومة العيوب الجسمية التي يتعرض لها هؤلاء الأفراد في أثناء أدائهم للمهن التي يؤدونها والتي ينتج عنها تقوية بعض المجموعات العضلية دون الأخرى. (عبد الحليم،1995، ص19)

وجاءت هذه النتائج عكس ما توصلت إليه دراسة (عبروس حكيمة ويحياوي محمد،2017) بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلميذات الممارسات وغير الممارسات للتربية البدنية في بُعد المظهر الخارجي، وتشابهت مع نتائج دراسة (الدراجي عروسي،2019) بوجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى صورة الجسم.

فالناحية الجسمية تُعدُّ من المصادر الحيوية في تشكيل الذات والتي تتضمن بنية الجسم ومظهره وحجمه وإن طول الجسم وتناسقه ومظهره له تأثيرٌ إيجابيٌ في رؤية الفرد لنفسه لأن ذلك يدعو غالباً إلى استجابات القبول والرضا والتقدير والحب والإستحسان ويُعدُّ ذلك تعزيزاً ذاتياً وقوةً ذاتية تدفع الفرد إلى التجاوب مع قدراته الذاتية والمناخ الإجتماعي بشكلٍ مستمرٍ. (الظاهر،2008، ص147)

2.10- مناقشة نتائج الفرضية الثانية: افترض الباحثون في الفرضية الثانية وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد الأداء الحركي لصالح القياس البعدي.

بعد إجراء القياس القبلي لمقياس صورة الجسم على عينة الدراسة من المعاقين سمعياً، قام الباحثون بتطبيق البرنامج الرياضي المكيف المقترح وبعدها تم إجراء القياس البعدي للمقياس، ثم قمنا بمعالجة النتائج المتحصل عليها إحصائياً من خلال برنامج SPSS، ومن خلال عرض ومناقشة النتائج المتعلقة ببُعد الأداء الحركي في الجدول رقم (03) تبين أن قيمة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في القياس البعدي كان أكبر من قيمته في القياس القبلي، كما أن قيمة **T** المحسوبة بدلالة **Sig** كانت دالة إحصائياً عند مستوى $\alpha=0.05$، ومنه فإننا نقبل الفرضية الثانية بوجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد الأداء الحركي لصالح القياس البعدي.

أي أن البرنامج الرياضي المكيف المقترح قد ساهم بفاعلية في تحسين الأداء الحركي للمعاقين سمعياً، وحسب الباحثين فإن هذا يرجع لمحتوى البرنامج الرياضي المكيف المقترح المبني وفق أُسس علمية صحيحة، تتلاءم مع طبيعة الفئة الممارسة، وحسب "حسين علي" فإن اشتراك الفرد المعاق في التدريب والمسابقات يرفع من كفاءة أجهزته الحيوية ويزيد من قوته العضلية ويُحسن إلى درجةٍ كبيرةٍ ما قد يكون لديه من انحرافات قوامية، فضلاً عن تحسين التوافق والأداء الحركي لديه مما يُساعد على الإنجاز بشكلٍ أفضلٍ في الأنشطة الرياضية وغيرها من أنشطة الحياة اليومية. (الكوفي،2017، ص13)

وجاءت هذه نتائج عكس ما توصلت إليه دراسة (عبروس حكيمة ويحياوي محمد،2017) بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلميذات الممارسات وغير الممارسات للتربية البدنية في بُعد الأداء الحركي.

وتوافقت مع نتائج دراسة (الدراجي عروسي وعتوتي نورالدين،2018) بوجود فروق دالة إحصائياً بين الأطفال المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف وغير الممارسين في بُعد إدراك الفرد لجسمه لصالح الممارسين.

إن أهداف الأنشطة الرياضية المعدلة للصُم تعلم المهارات الحركية الأساسية من خلال الأنشطة الرياضية لتنمية وزيادة كفاءته الإدراكية الحركية عن طريق الأنشطة الفردية والجماعية وإثارة دافعيتهم للممارسة بالمنافسات المتنوعة. (قبورة،2006، ص30)

حيث تلعب الأنشطة الرياضية دوراً هاماً في تنمية نواحي النقص لدى الأفراد، فإذا فقد الإنسان قُدرته على التمتع بأي جانبٍ من جوانب الحياة فإن هذه الأنشطة تُعوضه من خلال شعوره بإمكانياته أثناء الممارسة. (العرجان،2016، ص1920)، وهذا ما أشار إليه "Hanifi" [أن الممارسة الرياضية تعمل على رفع القدرات العلمية إضافة إلى تطوير القوة العضلية، وكذلك الرشاقة والمهارات الحركية المختلفة التي هي في المستطاع، وتعمل أيضاً على التنسيق بين الحركات وبين مختلف عمل الأعضاء سواءاً في القسم السفلي أو العلوي، وتسمح المهارات الحركية للمستفيدين من خفض الإصطدام مع الإعاقة وامتلاك استقلالٍ ذاتي]. (Hanifi,1995, p18)

3.10– مناقشة نتائج الفرضية الثالثة: افترض الباحث في الفرضية الثالثة وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد الصحة لصالح القياس البعدي.

بعد إجراء القياس القبلي لمقياس صورة الجسم على عينة الدراسة من المعاقين سمعياً، قام الباحثون بتطبيق البرنامج الرياضي المكيف المقترح وبعدها تم إجراء القياس البعدي للمقياس، ثم قاموا بمعالجة النتائج المتحصل عليها إحصائياً من خلال برنامج SPSS، ومن خلال عرض ومناقشة النتائج المتعلقة ببُعد الصحة في الجدول رقم (04) تبين أن قيمة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في القياس البعدي كان أكبر من قيمته في القياس القبلي، كما أن قيمة **T** المحسوبة بدلالة **Sig** كانت دالة إحصائياً عند مستوى $\alpha=0.05$، ومنه فإننا نقبل الفرضية الثانية بوجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمعاقين سمعياً في بُعد الصحة لصالح القياس البعدي.

ويُرجع الباحثون هذا التحسن والتطور والفروق في بُعد الصحة في القياس البعدي إلى أثر البرنامج الرياضي المكيف المقترح، ذلك أن

الممارسة المنتظمة بصورة صحيحة تُنمي الجوانب الصحية لدى الفرد، حيث أن الهدف الأساسي لأي برامجٍ حركيةٍ تُقدَّم على اختلاف أشكالها وأنواعها وطبيعة المشاركين بها هو الوصول إلى

مرحلة أن يكون الفرد مؤهلاً بدنياً لمواجهة متطلبات الحياة وأعبائها، فالشخص المؤهل بدنياً هو الشخص الذي تعلمَ المهارات الضرورية لأداء مجموعة من الأنشطة البدنية. (ياسين،2002، ص17)

وتختلف نتائج دراستنا مع ما توصلت إليه دراسة (عبروس حكيمة ويحياوي محمد،2017) بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلميذات الممارسات وغير الممارسات للتربية البدنية في الصحة.

كما أن التمارين البدنية تُنمي النشاط والشجاعة والصحة وتُساعد على تكوين الجسم وتربيته تربيةً متزنةً فتُكسِبه مرونةً تُمكنه من القيام بحركاتٍ واسعة النطاق وكبيرة المدى في المفاصل، وتُقوي أجزاءه المختلفة باتزانٍ وتناسقٍ، كما أنها تزيد من انتفاعه في علاج تشوهات القوام التي تحصل جراء عدم الحركة (إبراهيم،1997، ص108)

وهنا يُشير "جعفر فارس" أن الممارسة الرياضية للأفراد المعاقين لا يقتصر تأثيرها الإيجابي على صحة الجسد العضوية وتقليل معدلات الإصابة بالأمراض المرتبطة بقلة الحركة، وفي تقليل معدلات الإصابة بالبدانة وما قد يُرافقها من أمراض ومضاعفاتٍ صحية، بل يتعدى ذلك التأثير الإيجابي ليشمل مكونات النفس البشرية الأخرى، خاصةً ما يتعلق نفسياً بمظاهر الصحة النفسية والعقلية. (العرجان،2016، ص1932-1933)

4.10- مناقشة نتائج الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة للدراسة على أن للبرنامج الرياضي المكيف المقترح دور في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين سمعياً، و من أجل التحقق من صحة هذه الفرضية قام الباحث بوضع ثلاث فرضيات جزئية تتعلق بأبعاد صورة الجسم لدى المعاقين سمعياً، يتم قياسها من خلال مقياس صورة الجسم للدكتور "نافع سفيان"، بعد عرض نتائج الفرضية الأولى في الجدول رقم (02) وتحليلها ومناقشتها تبين أن المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في القياس القبلي لبُعد المظهر الخارجي كان أقل منه في القياس البعدي، وأن قيمة **T** المحسوبة بدلالة **Sig** كانت دالة إحصائياً عند مستوى α=0.05، وهذا ما دلَّ على تحقق هذه الفرضية لأن الفروق كانت لصالح لقياس البعدي.

وبعد عرض نتائج الفرضية الثانية في الجدول رقم (03) وتحليلها ومناقشتها تبين أن المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في القياس القبلي لبُعد الأداء الحركي كان أقل منه في القياس البعدي، وأن

قيمة **T** المحسوبة بدلالة **Sig** كانت دالة إحصائياً عند مستوى α=0.05، وهذا ما دلَّ على تحقق هذه الفرضية لأن الفروق كانت لصالح لقياس البعدي.

وبعد عرض نتائج الفرضية الثالثة في الجدول رقم (05) وتحليلها ومناقشتها تبين أن المتوسط الحسابي لعينة الدراسة في القياس القبلي لبُعد الصحة كان أقل منه في القياس البعدي، وأن قيمة **T** المحسوبة بدلالة **Sig** كانت دالة إحصائياً عند مستوى α=0.05، وهذا ما دلَّ على تحقق هذه الفرضية لأن الفروق كانت لصالح لقياس البعدي.

وبما أن الفرضيات الجزئية الثلاثة تحققت والفروق كلها كانت لصالح القياس البعدي، فإنه يُمكننا الإقرار بأن الفرضية العامة قد تحققت وأن البرنامج الرياضي المكيف المقترح قد ساهم بشكلٍ ملحوظٍ في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين سمعياً.

وهذا ما يتوافق مع نتائج دراسة كل من دراسة (الدراجي عروسي،2019) بتأثير البرنامج الرياضي المكيف لمقترح في تحسين صورة لدى المعاقين سمعياً، ودراسة (بوسيف فاطمة الزهراء،2014) التي أوضحت بأن للنشاط البدني الرياضي المكيف دورٌ إيجابي في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين حركياً، وفي نفس السياق بينت دراسة (الدراجي عروسي وعتوتي نورالدين،2018) أن للنشاط الرياضي المكيف دورٌ في تحسين صورة الجسم لدى الأطفال المعاقين بصرياً.

واختلفت نتائج دراستنا فقط عن دراسة (عبروس حكيمة ويحياوي محمد،2017) بعدم تأثير التربية البدنية في الحفاظ على صورة الجسد لدى التلميذات المراهقات في الطور الثانوي.

ويُمكننا القول بأن ممارسة النشاط الرياضي المكيف تُعتبر أساساً وعاملاً مُهماً في تحسين صورة الجسم لدى ذوي الإحتياجات الخاصة، إذا لأنه كانت التربية البدنية الرياضية تستعمل الجسم وبشكلٍ واضحٍ باعتباره الذي يقوم بهذه العملية، وهو أيضاً المقصود والمستفيد من هذه التربية وهو أيضاً المقصود والمستفيد من هذه التربية، وهو أيضاً غاية في نفس الوقت حيث أن أهداف التربية البدنية الرياضية ترمي إلى تحقيق الكفاية البدنية والحركية، والصحية والنفسية. (نافع،2001، ص12)

فمن خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المكيفة تتغير نظرة الفرد إلى جسمه ومظهره الخارجي، الذي يبدأ في التغير للأفضل وتُنمو العضلات وتتطور عناصر اللياقة البدنية، كما يتعرف الفرد المعاق أثناء ممارسته للأنشطة الرياضية المكيفة على قُدراته البدنية وإمكانياته الحركية التي كان يغفل

عنها أو بسبب إعاقته يُحرم من استغلالها، ومن المسلم به أن ممارسة النشاط الرياضي تهدف أساساً إلى الحفاظ على الصحة البدنية والنفسية، وبالنسبة لذوي الإحتياجات الخاصة لابد من التصميم المحكم وفق الأُسس العلمية لبرامج النشاط الرياضي المكيف من قِبل المختصين، كي تتحقق الفائدة المرجوة من الممارسة الصحية.

ونجد أن الكثير من التربويين والآباء يعتقدون بأن الأطفال سوف يُطورون مهاراتهم الحركية من تلقاء أنفسهم، وقد يكون ذلك صحيحاً لبعض الأطفال، لكن الكثير منهم يحتاج إلى نوعٍ من التحدي أثناء ممارسة الأنشطة التي تُناسب أعمارهم لكي يُساعدهم ذلك في تطوير الكثير من المهارات الأساسية. (ياسين،2002، ص16)، لذا وجب إشراكهم في أنشطة رياضية متنوعة تتضمن اللعب والترويح والتنافس كي تتحقق لهم أقصى استفادة.

11- الإستنتاجات:

من خلال ما تم تقديمه في هذه الدراسة بدايةً من الإطار العام لها، ووفقاً للنتائج المتحصل عليها من الدراسة الميدانية، وبعد عرضها وتحليلها ومناقشة فرضياتها، فإن الباحثين يستنتجون أن النشاط الرياضي المكيف مُمثَّلاً في البرنامج الرياضي المكيف المقترح في دراستنا يُؤثر ويُساهم بفاعلية في تحسين صورة الجسم لدى ذوي الإحتياجات الخاصة عموماً وذوي الإعاقة السمعية على وجه الخصوص.

كما أننا نستنتج أنه:

- يُساهم النشاط الرياضي المكيف في تحسين المظهر الخارجي للمعاقين سمعياً.
- يُساهم النشاط الرياضي المكيف في تحسين الأداء الحركي للمعاقين سمعياً.
- يُساهم النشاط الرياضي المكيف في تحسين مستوى الصحة للمعاقين سمعياً.

وحسب الباحثين فإن نجاح أي نشاط رياضي موجه لذوي الإعاقة السمعية يستوجب الإلمام بأُسس تدريس الأنشطة الرياضية المكيفة للمعاقين سمعياً، دون الإغفال عن الآثار النفسية للإعاقة واختلاف هذا التأثير من فردٍ منهم لآخر، وأيضاً وجبً تعلم طريقة الإشارة أو قراءة الشفاه لتسهيل وصول المعلومة إليهم.

12- إقتراحات المستقبلية:

بناءاً على ما سبق مناقشته واستنتاجه بعد إجراء هذه الدراسة فإننا نُدرج بعض الإقتراحات كما يلي:

– إجراء دراسات مُشابهة ومُكملة لموضوع الدراسة باقتراح برامج رياضية مكيفة متنوعة لذوي الإحتياجات الخاصة.

– تصميم برنامج رياضي مكيف لتطوير عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى المعاقين سمعياً.

– البحث في العلاقة بين صورة الجسم وتقدير الذات لدى المعاقين سمعياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف.

– اقتراح برنامج رياضي مكيف لزيادة التفاعل الاجتماعي لذوي الإعاقة السمعية.

– قائمة المراجع:

أ– المراجع العربية:

01– إبراهيم، مروان عبد المجيد (1997): الألعاب الرياضية للمعوقين، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.

02– الأطرش، حسين محمد (2015): صورة الجسم وعلاقتها بالتوافق النفسي الإجتماعي لدى مبتوري الأطراف بعد حرب مصراته، المجلة العلمية لكلية التربية، ع4، ص331–360.

03– بوسيف، فاطمة الزهراء (2014): دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحسين فاعلية الذات وصورة الجسم لدى المعاقين حركياً، مذكرة ماستر، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة عبد الحميد بن باديس–مستغانم.

04– حامد، ليلى إبراهيم صوان (1991): أثر برنامج ألعاب صغيرة على بعض الإضطرابات السلوكية للتلاميذ الصم والبكم، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعةالزقازيق، مصر.

05– الخطيب، جمال (1998): مقدمة في الإعاقة السمعية، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.

06– الخطيب، جمال محمد، والحديدي، منى صبحي (2009): المدخل إلى التربية الخاصة، ط1، دار الفكر،عمان.

07– الظاهر، دينا حسين إمام الظاهر(2008): فاعلية برنامج ارشادي في تنمية بعض المهارات الإجتماعية وتقدير الذات لدي المعاقات حركياً، أطروحة دكتوراه، جامعة عين شمس، مصر.

08- شقير، زينب محمود (2009): مقياس صورة الجسم، ط4، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

09- عبد الحليم، عزة عزت (1995) معوقات ممارسة التربية الرياضية المعدلة بمدارس الصم والبكم للمرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.

10- عبروس، حكيمة ويحياوي، محمد (2017): دور التربية البدنية في الحفاظ على صورة الجسد لدى التلميذات المراهقات في الطور الثانوي، مجلة علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي، ع14، ص115-130.

11- العرجان، جعفر فارس (2016): مستوى الوعي الصحي والتركيب الجسمي وممارسة النشاط الرياضي وصورة الجسد لدى الأفراد المعاقين حركياً في مدينة عمان، دراسات العلوم التربوية، مج43، ع3، ص1919 -1959.

12- عروسي، الدراجي (2019): أثر برنامج رياضي مكيف مقترح في تحسين صورة الجسم ورفع مستوى تقدير الذات لدى المعاقين سمعياً، أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة مستغانم.

13- عروسي، الدراجي وعتوتي، نورالدين (2018): تكنولوجيا تعليم النشاط الرياضي المكيف، مجلة الخبير، مج2، ع 13، ص104-119.

14- قبورة، العربي (2006): توظيف الأنشطة الرياضية والترويحية المعدلة في تحسين التكيف الشخصي والإجتماعي للمعاقين، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة عبد الحميد بن باديس-مستغانم.

15- كفافي، علاء الدين والنيال، مايسة أحمد (1995): صورة الجسم وبعض متغيرات الشخصية لدى عينات من المراهقات "دراسة ارتقائية ارتباطية عبر ثقافية"، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

16- كمال، سعيد عبد الحميد (2009): الإعاقة البصرية بين السواء واللاسواء، دار الوفاء للنشر والتوزيع، الإسكندرية.

17- الكوفي، حسين علي حسين (2017): رياضة المعاقين محاضرة نوعية، كلية التربية الأساسية، جامعة المستنصرية، العراق.

18– متياس، بلانش سلامة (1980): مقارنة بين أثر التغذية المرتدة البصرية عند الأسوياء وعند الصم والبكم في تعلم بعض المهارات الحركية، أطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية للبنات، جامعة حلوان، مصر.

19– مجدي إبراهيم عزيز (2002): مناهج تعليم ذوي الإحتياجات الخاصة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

20– محمد فتحي عبد الحي (2001): الإعاقة السمعية وبرنامج إعادة التأهيل، دار الكتاب الجامعي، العين، الإمارات العربية المتحدة.

21– مخنث، محمد (2011): واقع النشاط الحركي المكيف في مراكز التأهيل المهني لذوي الإحتياجات الخاصة بالجنوب الجزائري، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية –سيدي عبد الله–، جامعة الجزائر.

22– نافع، سفيان (2001): ممارسة التربية البدنية و الرياضية و أثرها على الصورة الجسدية لمراهقي الطور الثالث من التعليم الأساسي (12-15 سنة)،ر سالة ماجستير، كلية العلوم الإجتماعية، جامعة الجزائر.

23– ياسين، حسين (2002): تصميم البرامج الحركية للتربية البدنية والصحة والترويح، مطابع الجودة الدولية، السعودية. 4

ب– المراجع الأجنبية:

01– Hanifi ,R (1995): sport et handicap moteur, science des sport CNIDS, Magazine.