

دور النشاط البدني المكيف (كرة السلة للكراسي المتحركة) في تنمية بعض السمات لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا دراسة ميدانية بمركز تأهيل المعاقين حركيا (الشلف) (من 16 إلى 18 سنة)

د . سامي عبد القادر*

الملخص :

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى دور النشاط البدني المكيف في تنمية بعض السمات لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا بشلف، بأخذ عين الاعتبار المتغيرات الفردية التالية حسب الجنس ، والمستوى التعليمي بحيث تكونت عينة الدراسة من (90) ذكر) من المركز تأهيل المعاقين بمدينة شلف :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الاتزان الانفعالي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الاجتماعية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الانبساطية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الهدوء.

واستنتج الباحث من خلال الدراسة الحالية أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعتبر وسيلة وآلية لتفريغ الدوافع المكبوتة ، وتخفيف مشاعر المعاناة والتوتر ، التي يستشعرها الفرد ذو الاحتياجات الخاصة حيال الآثار السلبية المترتبة عن الإعاقة ، وكذا ضغوط الحياة الاجتماعية المختلفة ، لهذا تزيل الممارسة فترات التوتر والقلق التي تنتاب ذا الاحتياجات الخاصة من لآخر ، وتعمل على توفير فرص التحرر من الضغوط أو ما يعرف بالطاقة الزائدة فيتخلص منها ، ويشعر الفرد بالراحة النفسية ، مما ينعكس إيجابا على مستوى هدوئه.

1. مقدمة:

تعتبر مشكلة ذوي الاحتياجات الخاصة من المشاكل الحساسة التي أصبحت تلاحق المجتمعات البشرية قديما وحديثا ، لدرجة أن وأقدر وأحكم الأنظمة في العالم لم تتمكن من استئصالها نهائيا من بلدانها ، إلا أن نسبة انتشارها تختلف من مجتمع لآخر وذلك حسب درجة الاهتمام والرعاية التي يوليها المجتمع لها ، بداية من الوقاية منها إلى العناية بأفرادها من جميع النواحي (الطبية النفسية، الاجتماعية والتربوية)، حيث أن العناية بذوي الاحتياجات الخاصة تعتبر أحد الدلائل على تقدم أي مجتمع من المجتمعات ، لذلك يعمل المفكرون المخلصون لخدمة الإنسانية جادين لتوفير سبل الراحة لهذه الفئة، ما يجعله كفيلا في نمو وبناء شخصيته، وتأهيله بالشكل الصحيح والسليم، كي يصبح قادرا على العمل والإبداع.

لهذه الأسباب وأخرى أنشأت المراكز الخاصة بفئة ذوي الاحتياجات الخاصة وابتكرت الطرق التي تتلاءم معهم، ووضعوا المادة التعليمية التي تتناسب مع مستوياتهم ، ومن المجالات التي أولت اهتماما كبيرا بهذه الفئة، مجال الأنشطة البدنية والرياضية التي قدمت البرامج المعدلة والمقننة، وأساليب القياس والتقييم ضمنا لحسن الممارسة، واستغلال جل الأهداف والغايات المنتظرة من هذا المجال . وللممارسة الرياضية تأثير فعال على النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية لذوي الاحتياجات الخاصة ،ذلك أنها تمثل خيارا تربويا من شأنه أن يخلق بيئة تربوية خالية إلى حد كبير من القيود الاجتماعية والنفسية ،ويستطيع الفرد ذو الاحتياجات الخاصة أن يحقق أسمى طموحاته، ويستغل أقصى حد ممكن لقدراته المتبقية بتطوير الاستعدادات

والسلوكيات التي تنعكس إيجابا على بعض السمات الشخصية المرغوبة والمقبولة في المجتمع كالانبساطية والاجتماعية والاستقرار الانفعالي حتى يندمج بسهولة ويحقق التوافق النفسي الاجتماعي .

2. إشكالية الدراسة : إن رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة هي عملية تربوية هادفة وتشتمل على تقديم الخدمات من النواحي النفسية والحركية والاجتماعية ، و الدعم الشامل من خلال البرامج التربوية الهادفة،و مساعدتهم على النمو السليم والوصول إلى أقصى مدى تؤهله لهم إمكاناتهم وقدراتهم سعيا لتحقيق حياة أفضل لهم ، وأن هذه الخدمات يجب أن تقدم من طرف أشخاص مؤهلين ومتخصصين لهذا النوع من الرياضة أو من طرف أشخاص لهم خبرة في هذا المجال .

وتكيف وتأقلم الفرد المعوق مع ضغوط الحياة المعاصرة ، والشعور بالنقص الذي ينجم من ، فكرة أن الهيئة العامة لكل شخص هي مقياس لتفكيره ومشاعره ومزاجه ، والهيئة الجيدة للشخص الهيئة تعطي انطبعا جيدا وتعكس صورة تفاعل وحب للمبادرة والثقة بالنفس ، في حين تعكس الهيئة الضعيفة انطبعا سيئا الذي يتمثل في قلة الثقة بالنفس وضعف الشخصية والظهور بمظهر التعب الدائم¹ .

ويشير أنور الخولي إلى أن الجسم يحتل مكانة هامة بالنسبة للفرد من الناحية الثقافية والاجتماعية ، وهو يلعب دورا هاما في حياته وفي علاقته مع نفسه ومع الآخرين ، فهو وسيلة لتحقيق الاتزان الانفعالي والوجداني للفرد عن طريق الاعتناء بالصورة الجسدية ومحاولة إظهارها بطريقة ترضي مقاييس الصورة المثالية للمجتمع ، وما من شأنه أن يحقق له الرضا عن الذات والثقة في النفس فإذا وجد أن جسمه ينمو بشكل لا يحقق له صورة إيجابية من حيث المقاييس المتعارف عليها فإن ذلك يضعه في وضع لا يحسد عليه ، مما يؤثر على حالته الانفعالية وسلوكه الاجتماعي ، وقد أوضحت دراسة "watson" و"jonson" أن الأفراد الذين لديهم اتجاهات إيجابية عن أجسامهم يتصفون بارتفاع تقدير الذات¹ .

كما أن شخصية الفرد ذوي الاحتياجات الخاصة جسميا تتأثر تأثيرا كبيرا بما يصيب حاجاته أو بعضها من الإهمال والحرمان ، وتتأثر بصفة عامة بالأسلوب أو الطريقة التي يواجه بها هذه الحاجات ، فشعوره جسميا بأنه مختلف كثيرا أو قليلا عن الأشخاص العاديين نتيجة الإصابة ببعض الإصابات أو الإعاقات في بعض الحواس ، من الطبيعي أن يؤثر بشكل ما على اتزانه الانفعالي ، وتوافقته النفسي ، ففرضية "أدلر" في القصور تقوم على الربط بين قصور الأعضاء والتعويض النفسي الزائد ، فقصور بعض الأعضاء يزيد من الشعور بالقلق وعدم الأمن ، ولكن هذا الشعور نفسه هو الذي يلهب الإرادة ويستثير الدافع لإقرار الشخصية وتأكيد الذات¹ .

وقد وضع "كمال الدوسقي" بأن فئة ذوي الاحتياجات الخاصة كما تنمي شخصية متوافقة ربما تنمي شخصية سيئة التوافق إلى حد خطير ، والأمر متوقف على الكيفية التي يعاملها بها الآخرون ومادامت فئة ذوي الاحتياجات الخاصة تتحمل بعبء إضافي هو إرضاء المجتمع على غير ما يريد ، فإن مهمة تكيفه الشخصي وتوافقته الاجتماعي تصبح أكثر صعوبة من الشخص السوي² .

وعند دراسة أثر العاهات الحركية والحسية في سلوك الشخص يقدم "حمزة مختار" نتائج توصل إليها بعض الباحثين السيكولوجيين حيث وجدوا أن تأثير هذه العاهات يختلف باختلاف شخصية ذوي الاحتياجات ، كما أن العوامل المؤثرة في استجابة البيئة الاجتماعية وموقفها من صاحب العاهة هي التي تكون الصراع النفسي وتزيد الشعور بالنقص ، فالشخص ذو المظهر الحسن يجعل الناس يتصرفون نحوه بشكل مغاير لتصرفاتهم لو كان قصيرا وغير ذي مظهر حسن ، وذلك بصرف النظر عما يقوله ويفعله³ .

وعندما يدرك ذو الاحتياجات الخاصة استجابات المحيطين به سواء بالسلب أو الإيجاب يتأثر مفهومه

1 - محمد غسان صادق، فريق عبد الحسن كمونة، رياضة المعوقين ، مطبعة بغداد 1990، ص 32.

2 - محمد محمد فرحات، سيكولوجية مبتوري الأطراف ، مكتبة زهراء الشرق، ط1، القاهرة، 2004، ص 15.

3 - كمال الدوسقي، علم النفس ودراسة التوافق، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، ط1، بيروت، 1974، ص 204.

4 - حمزة مختار، سيكولوجية المرضى وذوي العاهات، دار المعارف، ط2، القاهرة 1976، ص 204.

عن ذاته ، وحيث أن ذو الاحتياجات الخاصة لا ينفرد بطراز شخصية معينة تميزه عن غيره ، فإنه يكون عرضة لسوء التوافق النفسي والاجتماعي نتيجة لما تفرضه ظروف الإعاقة من قيد لحركته بما يترك آثار نفسية سلبية على شخصيته ، وعلى أثرها يحد من انضمامه لجماعة الرفاق والمشاركة في أنشطتها بما يؤدي إلى نقص في خبراته الاجتماعية المكتسبة وقدرته على إقامة علاقات شخصية معتدلة مما ينعكس سلبا على سماته الشخصية .

ولما كانت المحددات المكونة لشخصية الفرد تتبلور نتيجة لاختلاطه بالآخرين ، لذا فإن الصورة التي يكونها ذو الاحتياجات الخاصة عن نفسه تتوقف إلى حد كبير على تلك الصورة التي يعتقد أن الآخرين كونوها عنه ، ومن ثم يتوقف رد فعله في السلوك الانفعالي الصادر على تلك العلاقة بينه وبين المحيطين به من هذا فإن انضمام أفراد ذوي الاحتياجات الخاصة للأندية ، ومشاركتهم في برامجها وأنشطتها ، من بينها الأنشطة البدنية الرياضية تسهم في إثراء صحته النفسية وإحساسه بالحرية ، وتنمية بعض السمات الشخصية التي تظهر في مواقف السلوك كما توفر له فرص التغلب على الإعاقة والتلاؤم معها ، بما يزيد من تفاعله مع المجتمع ، فهي وسيلة للاحتكاك بأكبر قدر ممكن بالأفراد الآخرين ، والتعامل معهم بطريقة عادية وجيدة ، حتى يندمج مع الغير ويزيد نموه الاجتماعي ، إضافة إلى هذا يعتبر النشاط البدني الرياضي وسيلة ناجحة للترويج عن نفس ذي الاحتياجات الخاصة للتغلب على الحياة المملة ما بعد الإصابة ، وهذا لزيادة الطاقة والحفاظ على الاسترخاء مما يؤثر إيجابا على مستوى هدوء الفرد ذي الاحتياجات الخاصة . ولممارسة النشاط البدني الرياضي دور فعال في تنمية وتطوير بعض السمات الشخصية المقبولة للفرد ذو الاحتياجات الخاصة تظهر خلال تعامله مع غيره كالانبساطية والحساسية تجاه المواقف التي قد تحتم عليه التحكم في انفعالاته فهو يساعد ذو الاحتياجات الخاصة في وضع حدود لصورته الجسدية وتعلمه الصبر والهدوء والاستقرار والتحكم في السلوك والتصرفات ، ومن هذا المنظور نلتمس الدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي إذ يعتبر عاملا أساسيا لتنمية السمات ومقومات الشخصية ، وهذا ما أدى بنا إلى طرح التساؤل التالي:

هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية بعض السمات الشخصية لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا ؟

وجاءت التساؤلات الفرعية على النحو التالي :

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص سمة الاتزان الانفعالي بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي ؟ .
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص سمة الاجتماعية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي ؟.
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص الانبساطية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي ؟.
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص سمة الهدوء بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي ؟.

2. الفرضيات :

أ. الفرضية العامة : لممارسة النشاط البدني الرياضي دور فعال في تنمية بعض السمات الشخصية لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا .

ب. الفرضيات الجزئية :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الاتزان الانفعالي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الاجتماعية.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الانبساطية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الهدوء.

3. أهداف البحث :

- التعرف على فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الاتزان الانفعالي.
- التعرف على فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الاجتماعية.
- التعرف على فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الانبساطية.
- التعرف على فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الهدوء

4. أهمية البحث :

- إبراز دور النشاط البدني لتحسين لياقتهم البدنية ، وتغلبهم على الآثار النفسية التي تتركها الإعاقة كما يزيد من راحتهم النفسية ، وتوافقهم النفسي والاجتماعي .
- إبراز الدور الفعال الذي تلعبه ممارسة الأنشطة الرياضية المكيفة في تنمية السمات الإيجابية لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا وتقتصر هذه الدراسة
- إبراز مكانة الممارسة في حياة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا ..

6. المفاهيم والمصطلحات :

1.6 . سمات الشخصية : السمات الشخصية هي استعداد ديناميكي أو ميل إلى نوع معين من السلوك يبدو أثره في عدد كبير من المواقف المختلفة¹ .

ومن خلال بحثنا هذا فإن السمات الشخصية هي مجموع الدرجات التي نكتشفها عن طريق المقابلة الميدانية ، وكذا الاستبيان المقترح في الدراسة .

2.6 . النشاط البدني الرياضي المكيف : وتعني الرياضات والألعاب التي يتم فيها التغير لدرجة فئة ذوي الاحتياجات الخاصة غير القادرة على الممارسة والمشاركة في الأنشطة الرياضية والألعاب التي يتم تعديلها بحيث تلائم الإعاقة وفقا لنوعها وشدتها ، ويتم ذلك تبعا لاهتمامات الأشخاص غير القدرين وفي حدود إمكاناتهم وقدراتهم² . ومن خلال بحثنا هذا فالنشاط البدني الرياضي هو نشاط يتم تكييفه حسب قدرات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا الأطراف السفلى والمتمثل في النشاطات الرياضية ونسعى به إلى تطوير وتنمية بعض السمات الشخصية لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا.

3.6 . ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا: ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا بصفة عامة هو الشخص الذي لديه سبب يعيق حركته ، ونشاطه الحيوي نتيجة لخلل أو عاهة ، كما يعرف على أنه الشخص الذي لديه عضلات أو مفاصل أو عظام بطريقة تحد من حركتها ، ووظيفتها العادية وبالتالي تؤثر على تعليمه وحالته النفسية¹ . ومن خلال بحثنا هذا فان ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا هم الأشخاص الذين لديهم عائق جسدي يمنعهم من القيام بوظائفهم الحركية بشكل طبيعي نتيجة مرض أو إصابة أو ضمور في العضلات أو فقدان في القدرة الحركية أو الحسية أو كليهما معا في الأطراف السفلية فأصبح لديهم نقص من حيث إقامة العلاقات الاجتماعية فيجدون

1 - محمد محمدنعمية ، التنشئة الاجتماعية وسمات الشخصية، دار الثقافة العلمية، الاسكندرية ، ط2 ، 2000، ص 14.
2 - حلمي إبراهيم، ليلي سيد فرحات، التربية الرياضية والترويح للمعوقين، دار الفكر العربي ، ط 3، القاهرة 1998، ص 48.

صعوبات في القيام بنشاطاتهم اليومية منها ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف ،ويحتاج إلى وسائل للتقليل منها الكراسي والعربات...إلخ..، كما تحتاج أيضا إلى برامج طبية ونفسية واجتماعية وتربوية ورياضية ومهنية لمساعدتهم في تحقيق أهدافهم الحياتية والعيش بأكبر قدر من الاستقلالية.

7. منهج البحث :

وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي ، والذي يعتبر من أكثر مناهج البحث استخداما ، وخاصة في البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية ، ويهتم البحث الوصفي بجمع أوصاف علمية دقيقة للظواهر المدروسة ووصف الوضع الراهن وتفسيره .

2. الدراسة الاستطلاعية :

إن إجراء الدراسات الاستكشافية يعد أمرا ضروريا في كثير من البحوث حيث تقابل الباحث صعوبات تواجهه في مختلف مراحل بحثه ، سواء في تحديد المشكلات الهامة ذات القيمة العلمية ، أو في التعرف على الظواهر الجديدة بالدراسة وبالظروف المحيطة بها ، أو في مرحلة صياغة التساؤلات صياغة دقيقة ، أو في تحديد فروضها التي تغطي جوانب البحث وتجب على استفساراته ، هذا بالإضافة إلى الصعوبات الأخرى المتعلقة بمنهج البحث والأدوات المستخدمة والعينة المختارة ومجالات الدراسة وطرق جمع البيانات ومعالجتها وقد شملت هذه المرحلة عدة خطوات نلخصها فيما يلي:

1.2. الاتصال بالمسؤولين : ونقصد بهم إدارة المركز التأهيل الحركي بشلف والهدف هو شرح موضوع الدراسة ، ووضع اللمسات الأولى للبحث .

2.2. تحديد السمات الشخصية المعتمدة في البحث : من خلال المسح المكتبي لبعض الدراسات والبحوث التي تناولت شخصية ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا وسماتهم ، نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر دراسة(عبد النبي الجمال ، 1983) ، دراسة (جمعة خميس 1983) دراسة (ماهر الهواري ، 1971) (محمد سيد فهمي 1995) دراسة (كاون ، 1961) ، نجد أن معظمها استخلصت وجود آثار تنعكس سلبا على سمات الشخصية بسبب الإعاقة تظهر في بعض الاضطرابات الانفعالية والاجتماعية العلائقية ، وأن الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة أقل من العاديين في سمات الشخصية الموجبة ، وبينت أثر البرامج النوعية المقدمة لذوي الاحتياجات الخاصة من برامج للإرشاد النفسي وبرامج للألعاب التربوية والاجتماعية والبرامج الرياضية في تحسين شخصية ذي الاحتياجات الخاصة من جميع النواحي ، لتحقيق التوافق العلائقي والانفعالي واقتربت الدراسات التي أجريت في هذا المجال على ضرورة دعم وتنمية السلوك الإيجابي لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا ، وبالملاحظة المباشرة لسلوك الأفراد المنتمين إلى العينة المدروسة أثناء الوضع الاستكشافي ، وإشكالية الدراسة اكتفى الباحث بسمات الشخصية الآتية :

- سمة الاتزان الانفعالي .

- سمة الاجتماعية .

- سمة الانبساطية .

- سمة الهدوء

3. مجتمع البحث وعينته :

1.3. خصائص مجتمع البحث : تتمحور الدراسة على فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا

أ - من حيث السن : يقع أفراد مجتمع البحث في المرحلة العمرية من (61 - 18 سنة)

ب - من حيث النوع : فإن جميع أفراد المجتمع ذكور

3 - 2. عينة البحث : إن العينة هي النموذج الذي يجري الباحث مجمل بحثه عليها ، وفي علم النفس

والتربية البدنية والرياضية تكون العينة هي الإنسان .

1.2.3. خصائص عينة البحث : تكونت العينة من 45 فردا ذوي احتياجات خاصة حركيا ، من حيث عشوائية الحالة الاجتماعية والمستوى الدراسي ، وقصديه من حيث الجنس وطبيعة الإعاقة ، هذا بما يتلاءم مع المجموعة الممارسة للممارسة للنشاط الرياضي التي بلغ عددها 45 فردا ذوي احتياجات خاصة ، أما المجموعة غير الممارسة وعددها 45 فردا فتمثلت في أطفال ذكور المركز التأهيل المعاقين حركيا.

2.2.3. مكان دراسة العينة : المركز التأهيل المعاقين حركيا الشلف.

جدول: يبين توزيع الأطفال الممارسين للنشاط البدني وغير الممارسين

مجموع ذكور المركز	الممارسون	غير الممارسين
90 ذكر	45 ذكر	45 ذكر

3.2.3. زمن دراسة العينة : امتدت الدراسة من أوائل شهر فيفري 2014 إلى نهاية شهر أفريل من نفس السنة ، حيث طبقت الاستمارات والاستبيانات المستعملة في البحث ، وهذا بالنسبة للمركز تأهيل المعاقين حركيا بالشلف

4. أدوات الدراسة :

4 - 1 - خطوات بناء الاستبيان : تم بناء هذا الاستبيان اعتمادا على بعض المقاييس المعتمدة في بعض الدراسات ، والتي طبقت على فئة ذوي الاحتياجات الخاصة ، منها مقياس الصفات الانفعالية للدكتور أحمد زكي صالح ، ومقياس جيلفورد للشخصية ، اختبار عوامل الشخصية للراشدين الذي وضعه كاتلواختبار الشخصية للرياضيين ، ولقد روعي دقة العبارات ولغتها بحيث تتناسب مع مستوى المستجوبين ، واحتوى الاستبيان على أربع محاور :

جدول يبين توزيع أسئلة الاستبيان على المحاور :

السمة	أرقام الأسئلة
الاتزان الانفعالي	5.4.3.2.1
الاجتماعية	10.9.8.7.6
الانبساطية	15.14.13.12.11
الهدوء	20.19.18.17.16

2.4. ظروف تطبيق الاستبيان وطريقة تصحيحه : بعد طبع الاستبيان ، قام الباحث بتطبيقه على عينة الدراسة الاستطلاعية في ظروف مساعدة واستغرق زمن التطبيق ما بين (5) إلى (10) دقائق .

- طريقة التصحيح : اعتمد الباحث على طريقة المقابلة لتقدير استجابات المفحوصين ، ويمكن جمع الدرجات التي يتحصل عليها الفرد في كل عبارات الاستبيان ، ولقد استخدم الاستبيان الحالي استجابة ثلاثية : دائما ، أحيانا ، نادر - وتقدر الاستجابات للعبارات الإيجابية : 3 ، 2 ، 1 .
- وتقدر الاستجابات للعبارات السلبية : 3 ، 2 ، 1 .

5. حدود البحث : تناولت الدراسة بعض سمات الشخصية (الاتزان الانفعالي، الاجتماعية، الانبساطية والهدوء) ، أما عينة الدراسة فتمثلت في فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا "أطراف سفلى من 16_18 سنة تمثلت المجموعة الممارسة للنشاط البدني المكيف لتوقع إيجاد عدد لا بأس به من الأفراد الممارسين بالمركز ، أما المجموعة غير الممارسة فاختيرت من نفس المركز وتوفير سهولة الاتصال بهم للتأهيل الوظيفي وتجريب الاستبيان والأسئلة المعتمدة في الدراسة .

6. الأساليب الإحصائية :

من أجل معالجة وتحليل المعطيات الناتجة عن البحث ، استخدمنا أسلوب

1.6. الإحصاء الوصفي: مدنا بعدة طرق لتقليل الكميات الكبيرة من البيانات إلى كميات سهل التعامل معها ووصفها بدقة ، وعرضها في صور جداول إحصائية أو رسوم بيانية أو أشكال هندسية

1.1.6. النسب المئوية :

عدد التكرارات $\times 100$

النسبة المئوية = المجموع التكراري

2.1.6. المتوسط الحسابي: يرمز للمتوسط الحسابي (س)، ويتم حسابه بتقسيم قيم مجموع العينة على العدد الكلي لأفراد العينة.

ويمكن استخدام القانون بالصورة الآتية :

س = $\frac{\text{مجموع س}}{\text{ن}}$

ن

3.1.6. الانحراف المعياري: يعتبر الانحراف المعياري (standard diviation) أكثر المقاييس للتشتت ويعرف أنه الجذر التربيعي لمجموع مربع الانحرافات عن

7. عرض النتائج :

جدول يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي وقيمة - ت - المحسوبة واتجاهات الفروق والدلالة الإحصائية فيما يخص سمة الاتزان الانفعالي.

الدلالة الإحصائية	اتجاهات الفروق لصالح	قيمة - ت - المحسوبة	غير الممارسين		الممارسون		العينة السمة
			2ع	2م	1ع	1م	
دالة	الممارسون	23.	2.85	988.	294.	1126.	سمة الاتزان الانفعالي

- **تحليل ومناقشة النتائج:** يتضح من الجدول أن قيمة (ت المحسوبة=2.3) أكبر من قيمة(ت الجدولية=2.00) عند مستوى الدلالة 0.01 ، ودرجة الحرية(88) ، ومنه يمكن القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي فيما يخص سمة الاتزان الانفعالي لصالح الممارسين . تفسر هذه النتائج أن ممارسة النشاط البدني الرياضي توفر للفرد فرص التحكم في انفعالاته وإخضاعها لسيطرته ، ففي المباريات والمنافسات يمكن أن ترتفع حدة الخبرة الانفعالية في بعض الأحيان عند التسجيل أو الفوز أو الخسارة فيتعلم منها الصبر وعدم الغرور ، فتتناسب انفعالاته مع مثيراتها وتتيح خبرات الفشل قدرة الفرد على تجاوز مواقف الإحباط والتحكم في الميول ، ومن هذه الأخيرة يواجه الفرد الأحداث والانفعالات بتوازن وتكيف ، كما أن المناخ المصاحب للأنشطة الرياضية هو مناخ يسوده المرح والمتعة لأن الأصل في ممارسة الأنشطة هو اللعب والحركة حيث يخفف الإنسان من التوتر والضغوط ، فيكتسب الهدوء والرزانة واعتدال المزاج مما يزيد من نضجه الانفعالي ، إضافة إلى هذا يساهم النشاط الرياضي في مساعدة الفرد على فهم حدود إمكاناته وقدراته من خلال إدراك وقبول الفوارق الفردية مع الآخرين ورؤيته الواقعية لنفسه مما يساعده على الإنجاز والتوافق السليم ، كل هذا ينعكس إيجاباً على سمة الاتزان الانفعالي للفرد الممارس .

يبين الجدول أدناه المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي وقيمة - ت - المحسوبة واتجاهات الفروق والدلالة الإحصائية فيما يخص سمة الاجتماعية .

الدلالة الإحصائية	اتجاهات الفروق لصالح	قيمة -ت- المحسوبة	غير الممارسين		الممارسون		العينة السمة
			2ع	2م	1ع	1م	
دالة	لممارسون	282.	169.	1134.	098.	1216.	سمة الاجتماعية

تحليل ومناقشة النتائج : يستنتج من الجدول أن قيمة (ت المحسوبة = 2.82) أكبر من قيمة (ت الجدولية = 2.66) عند مستوى الدلالة 0.01 ، ودرجة الحرية (88) ، ومنه يمكن القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي فيما يخص سمة الاجتماعية لصالح الممارسين.

تفسر هذه النتائج أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تنمي القيم الاجتماعية المقبولة ، حيث ينمو من خلال قيم الجماعة ، وعبر تفاعل اجتماعي ثري حيث يستخدم قدراته لصالح فريقه ، فيعتاد على التعاون ويتعلم التفاهم والإيثار ، ويدرك الفرد من خلال هذا التفاعل معاني التماسك والمشاركة والانتماء ، كما يوفر النشاط فرصا لنمو العلاقات الاجتماعية من خلال ربط الصداقات والألفة الاجتماعية ، وقبول الفرد والهزيمة بكل روح رياضية ، والمنافسة الشريفة من أجل النجاح ، والالتزام بتطبيق قواعد اللعب فيتعلم الفرد احترام القوانين والامثال فيكتسب من خلالها مساندة النظم السائدة في المجتمع من خلال القوانين البسيطة التي تفرضها هذه الحياة الرياضية ، ومن هذا تنمي سمة الاجتماعية للفرد الممارس . يبين الجدول أدناه المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي وقيمة - ت - المحسوبة واتجاهات الفروق والدلالة الإحصائية فيما يخص سمة الانبساطية .

الدلالة الإحصائية	اتجاهات الفروق لصالح	قيمة -ت- المحسوبة	غير الممارسين		الممارسون		العينة السمة
			2ع	2م	1ع	1م	
دالة	الممارسون	442.	305.	1089.	2	1329.	سمة الانبساطية

- تحليل ومناقشة النتائج : نلاحظ من الجدول أن قيمة(ت المحسوبة=4.42) أكبر من قيمة(ت الجدولية =2.66) عند مستوى الدلالة 0.01، ودرجة الحرية (88)، ومنه يمكن القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الانبساطية لصالح الممارسين .

تفسر هذه النتائج أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تعطي الفرصة للاختلاط مع الآخرين من خلال أوقات التدريب والمنافسة فيجد الفرد سهولة في التفتح والتعامل معهم وتكون هناك علاقة تأثير وتأثر ، ينتج عنها الإحساس بالرضا وبالمكانة داخل الجماعة وبالوجود الطيب ، كذلك من خلال مواقف وظروف اللعب المختلفة يمتلك الفرد مرونة عالية فتكون له قابلية في التكيف السريع ، كما أن النجاح في مختلف المنافسات يكسبه التفاؤل والإنجاز ، مما ينعكس إيجابا على الواقع الحياتي والاجتماعي باعتباره إطارا مرجعيا عاما ، فيتخطى هذا الأخير إلى مجالات أخرى غير المجال الرياضي ، كل هذه العوامل تنمي سمة الانبساطية لدى الأفراد الممارسين للنشاط البدني الرياضي .

يبين الجدول أدناه المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي وقيمة - ت - المحسوبة واتجاهات الفروق والدلالة الإحصائية فيما يخص سمة الهدوء .

الدلالة الإحصائية	اتجاهات الفروق لصالح	قيمة -ت- المحسوبة	غير الممارسين		الممارسون		العينة السمة
			2ع	2م	1ع	1م	
دالة	لممارسون	34.	126.	1075.	116.	1116.	سمة الهدوء

- تحليل ومناقشة النتائج : نلاحظ من الجدول أن قيمة(ت المحسوبة =3.4) أكبر من قيمة (ت الجدولية = 2.66) عند مستوى الدلالة 0.01 ، ودرجة الحرية (88)، ومنه يمكن القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في سمة الهدوء بين الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين . تفسر هذه النتائج أن ممارسة

النشاط البدني الرياضي تعتبر وسيلة وآلية لتفريغ الدوافع المكبوتة ، وتخفيف مشاعر المعاناة والتوتر ، التي يستشعرها الفرد ذو الاحتياجات الخاصة حيال الآثار السلبية المترتبة عن الإعاقة ، وكذا ضغوط الحياة الاجتماعية المختلفة ، لهذا تزيل الممارسة فترات التوتر والقلق التي تنتاب ذا الاحتياجات الخاصة من لآخر ، وتعمل على توفير فرص التحرر من الضغوط أو ما يعرف بالطاقة الزائدة فيتخلص منها ، ويشعر الفرد بالراحة النفسية ، مما ينعكس إيجابا على مستوى هدوئه.

الاقتراحات :

- ضرورة تكيف واستخدام الاختبارات والمقاييس النفسية كوسائل موضوعية لتقويم شخصية ذوي الاحتياجات الخاصة .

- ضرورة دمج النشاط البدني الرياضي في مراكز التأهيل الوظيفي ومراكز التكوين المهني وتوفير الوسائل الضرورية لذلك .

- ضرورة دعم المراكز التي تتعامل مع الشريحة موضع الدراسة بأكثر عدد من المختصين في ميدان التربية الخاصة ، وكذا المختصين في ميدان النشاط الحركي المكيف .

- توفير ميزانية مالية لزيادة عدد الفرق في بطولة كرة السلة على الكراسي المتحركة وتوفير المنشآت اللازمة .

- التنسيق بين مختلف الجهات الوصية على ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا والجامعات بغرض القيام بدراسات أخرى حول الإعاقة الحركية ، وعلاقتها بمتغيرات أخرى للشخصية .

خاتمة:

يستنتج من نتائج البحث أن هناك فروقا في سمات الشخصية قيد البحث بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي ، فالممارسة الرياضية المكيفة تساهم في تطوير وتنمية السمات الشخصية للفرد ذي الاحتياجات الخاصة حركيا بصفة خاصة وشخصيته بصفة عامة ، ذلك أنها تمثل خيارا تربويا موجها خاليا من القيود النفسية فتساعد الفرد في تفتح وحسن تعامله مع الآخرين، وتحسين السلوك الاجتماعي الإيجابي كالتعاون والتماسك والمشاركة والتنافس الشريف من أجل تحقيق النجاح كما تزيد من قدرته على إقامة العلاقات الاجتماعية، والصدقات مع الغير، وتكسبه التفاؤل في الحاضر والمستقبل، وتنمي صفة المسؤولية لديه في مختلف متطلبات الحياة، مما ينعكس إيجابا على تفاعله واندماجه في المجتمع .

ويتيح النشاط البدني الرياضي للفرد فرصا للتحكم في انفعالاته وإخضاعها لسيطرته واستقرارها وتلاؤمها مع مثيراتها ، وتحسين درجة الواقعية لديه، وينمي ثقته بنفسه وقدرته على اتخاذ القرارات السليمة والثابتة في مختلف المواقف التي يمر بها في حياته الاجتماعية ، إضافة إلى أنها تساعده على تجاوز مواقف الإحباط والفشل والتوتر واليأس والاستسلام التي تنتاب الفرد من حين لآخر، بسبب الرسوب النفسي والآثار السلبية التي تتركها الإعاقة.

من هذا تعدل الممارسة الرياضية السمات السلبية لدى الفرد مثل الانطوائية والعصبية والقلق وتطور وتنمي السمات الموجبة لدى الفرد مثل الاجتماعية والانبساطية والثبات الانفعالي، والهدوء، وبالتالي تكون للفرد ذي الاحتياجات الخاصة شخصية قوية متكاملة تساعده في الاندماج والتكيف النفسي الاجتماعي ، مما يمكننا من الاستفادة من طاقاته وقدراته ليصبح عضوا فعالا في المجتمع لا عبئ عليه .

أ. المراجع باللغة العربية:

- 1 - أحمد عزة راجح ، أصول علم النفس ، دار المعارف، القاهرة، 1979.
- 2 - أحمد عزة راجح، علم النفس الصناعي، ط2، دار القومية للطباعة والنشر القاهرة، 1965.
- 3 - سيد محمد محمد فرحات، سيكولوجية مبتوري الأطراف، ط1، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة 2004.
- 4 - الخولي أمين أنور، أصول التربية البدنية والرياضية، ط3، دار الفكر العربي القاهرة

- 5 - محمد محمدنعيمه، التنشئة الاجتماعية و سمات الشخصية ، ط1، دار الثقافة العلمية، الإسكندرية 2002.
- 6 - محمد عبد السلام، الإعاقة الحركية و الشلل الدماغى، دار الفكر للطباعة والنشر و التوزيع، الأردن 2000.
- 7 - ماجدة السيد عبيد، الإعاقة العقلية ، دار الصفاء للنشر و التوزيع، عمان الأردن 1999.
- 8 - ماجدة السيد عبيد، الإعاقات الحسية و الحركية ، دار الصفاء للنشر و التوزيع عمان ، الأردن 2000.
- 9 - محمد سامى هنا، الشخصية السوية و المرضية، دار الثقافة للطباعة القاهرة 1978.
- 10 - نزار الطالب، كمال لويس، علم النفس الرياضى ، دار الحكمة ، بغداد 1993