مجلة تطوير العلوم الاجتماعية مجلد 12 (01) 2019	ISSN: 1112-9212 / EISSN 2602-5043
تاريخ الاستلام: 2019-02-01 تاريخ القبول:2019-05-15	تاريخ النشر: 2019-06-06

أهمية التمرينات العلاجية في شعور المعاق حركيا بالثقة في النفس

المؤلف مسعودان مخلوف*[1]، وكال عادل [2]،

[1] جامعة زيان عاشور – الجلفة (الجزائر)hiba200717@yahoo.fr

[2] جامعة زيان عاشور – الجلفة (الجزائر)Adel.ouakkal@gmail.com

ملخص: للنطق بأحكام معينة حول موضوع ، يجب التقصي وإخضاعه للدراسة وهذا ما حاولنا القيام به في بحثنا والموسوم بأهمية التمرينات العلاجية في شعور المعاق حركيا بالثقة في النفس وذلك من خلال توزيع استبيان على المعاقين حركيا المزاولين للبرامج العلاجية المقدمة في مراكز العلاج الفيزيائي و التأهيل الحركي وتم توزيع إستمارة الاستبيان والإجابة عنها من خلال وسيط وهو المعالج الفزيائي وهذا لصعوبة التجاوب معنا، اشتملت العينة على 20معاقا حركيا وقد توصلنا الى اثبات الفرضية العامة والفرضيات الجزئية من خلال تحويل العبارات اللفظية للمجموعة المدروسة الى بيانات رقمية على ضوئها تم الحكم بالإثبات .

Abstract

Afin de formuler des dispositions spécifiques sur un sujet, il est nécessaire de l'étudier d'une façon rationnelle et objectif . c'est ce que nous avons essayé de faire dans notre recherche portant sur l'importance des exercices thérapeutiques au sens du handicap moteur pour renforcer la confiance en soi.On proposons un programmes de thérapie physique et de réadaptation motrice puis la distribution d'un questionnaire aux handicapés physiques participant aux programmes .Le questionnaire et sa réponse par l'intermédiaire du médiateur est le physiothérapeute. En raison de la difficulté à nous répondre,l'échantillon comprenait 20 handicapés et nous sommes parvenus à prouver l'hypothèse générale et les hypothèses partielles en convertissant les expressions verbales du groupe étudié en données numériques

I المقدمة:

تنتج الإعاقة أثارا نفسية قد تحدث تغيرات كبيرة في شخصية الفرد وتؤثر بصورة خاصة على صحته النفسية ، لذلك يجب توفير الرعاية المناسبة للمعاقين، وبطبع يوجد إختلاف بين المعاقين في تقبلهم للإعاقة كما تبرز لديهم سمات شخصية معينة بصورة واضحة مثل : ضعف الثقة في النفس، عدم التفاؤل وعدم الشعور بالسعادة والرضا و كذلك عدم إكتمال نمو الفاعلية ووضوح التفكير لديهم ،هذه السمات تنتج من الإحباط المتكرر والفشل في مواجهة متطلبات الحياة بصورة عادية، كما يلجأ بعض

المعاقين إلى الحد من النكوص، ومحاولة التعويض وإندماجه في الجماعة. (بشير حسام،حملاوي عامر،2014،ص ص،62،63)

لقد إهتمت العديد من دول العالم بالمعاقين مع إختلاف أنواع إعاقته مبدنيا وصحيا ونفسيا وإجتماعيا بغرض الإستفادة من قدراتهم وإمكانياتهم المتبقية و بأقل جهد، الأمر الذي يستوجب تكاتف كافة الجهود الخيرة من جميع الجهات في سبيل إعداد هؤلاء الأفراد و محاولة دمجهم في المجتمع.(صالح ذو الفقار،2010،ص 193)

إن مشاركة المعاق في أنشطة التأهيل الحركي و المتمثلة اساسا في البرامج والتمرينات العلاجية المعدة من طرف كوادر طبية مؤهلة تعود عليه بالفائدة أول هاته الفوائد تنعكس على القدرة الحركية و الفزيولوجية، وهذا بالطبع يساعد الشخص المعاق على مواجهة ظروف الحياة بأسلوب أسهل، وكذلك إعطاء المعوق قدر لابأس به من الثقة في النفس ويتوقف هذا عل نوع النشاط وقدرة المعوق على النجاح فيه، لذلك من المهم أن يكون المعالج واعيا لهذه النقطة فكما يقال في علم النفس " لاشيء ينجح مثل النجاح نفسه " فالمعوق الذي يثقفي نفسه يصبح عضو افعالا فالدوائر الاجتماعية المحيطة به،أو لهذه الدوائر هي العائلة تليه االمدرسة ثم الحي ثم المجتمع بأكمله.

للتمرينات العلاجية أهمية و أثر على نفسية المعوق من خلال تنمية كفاءاته وتحسين مردوده من خلال التخلص من المشاكل النفسية ،ويهدف إلى الارتقاء بالمعاقين في مواجهة المشكلات، والتغلب على العقبات التي قد تعترضهم، ونمو العلاقات الاجتماعية الطيبة إضافة إلى التكيف مع نفسه ومجتمعه.

وقصد دراستنا لهذا الموضوع قمنا بطرح الإشكال كالآتي:

-هل للتمرينات العلاجية دور في شعور المعاق حركيا بالثقة في النفس؟

ومن خلال هذه الإشكالية يمكن صياغة التساؤلات الجزئية التالية:

-1هل للتمرينات العلاجية دور في شعور المعاق حركيا بالارتياح؟

-2هل تساعد التمرينات العلاجية في تعويض الإعاقة لدى المعاق حركيا؟

-3هل تلعب التمرينات العلاجية دور في مساعدة المعاق حركيا في رضا عن نفسه؟

الفرضية العامة:

-للتمرينات العلاجية دور في شعور المعاق حركيا بالثقة في النفس.

الفرضيات الجزئية:

-للتمرينات العلاجية دور في شعور المعاق حركيا بالارتياح.

-تساعد التمرينات العلاجية في تعويض الإعاقة لدى المعاق حركيا.

-تلعب التمرينات العلاجية دور في مساعدة المعاق حركيا في الرضا عن نفسه.

أهداف البحث:

الدراسة تتمحور حول تأثير الجانب العلاجي والمتمثل في التمرينات العلاجية على الجانب النفسي والمتمثل في الثقة في النفس وللتوضيح أكثر فهذا البحث يهدف إلى:

-ملئ النقص الملاحظ في الدراسات حول الجانب الصحي الرياضي النفسي للمعوقين.

-إثبات أن للتمرينات العلاجية دور في الشعور بالثقة بالنفس لدى المعاق حركيا.

-إعطاء صورة واضحة حول التأثير الايجابي لممارسة التمرينات العلاجية بنسبة للمعاق حركيا.

أهمية البحث:

-إظهار فعالية التمرينات العلاجية في تقليل من المشاكل النفسية بصورة عامة وتنمية الثقة في النفس بصورة خاصة.

-استيعاب المعاقين حركيا لفائدة التمرينات العلاجية المقدمة في مراكز وقاعات التأهيل الحركي.

-إبراز دور التمرينات العلاجية في إزاحة الحواجز النفسية التي يتعرض لها المعاقين حركيا.

-أهمية وضرورة وجود وتعميم مراكز التأهيل الحركي وذلك للتكفل بجميع المعاقين حركيا و المصابين والمساهمة بالقدر الممكن في عودتهم إلى صحتهم .

أسباب اختيار الموضوع:

من مسلمات المجتمع الإسلامي معرفته للحق والواجب، والواضح للعيان أن المعاق يعاني التهميش في مجتمعنا فهي الفئة الأكثر ضررا من التعرض للمشاكل النفسية، ومن خلال ملاحظتنا لقلة الاهتمام بالمعاقين حركيا من جانب المشاكل النفسية التي يتعرضون إليها،دفعتنا للاهتمام وإيجاد حل للتخلص أوالتخفيف من هذه المشاكل وتشبث المعاق بالشفاء من خلال خضوعه للجراحة او الدخول مباشرة في العلاج الفيزيائي الحركي من خلال ممارسة تمرينات علاجية معدة على حسب نوع ودرجة العجز يولد لديه ثقة عالية في التحسن في المستقبل.

-معانات عمي و صديقي من إعاقة حركية مكتسبة نتيجة جلطة دماغية و حادث مرور.

-عدم مواكبة التطور الحاصل في هذا الميدان من كل الجوانب او ما يعرف حاليا بعملية التأهيل الشاملة.

-انعدام عامل التوجيه و التوعية بأهمية العلاج الفيزيائي الحركي لدى المعاق.

- الموضوع قابل للدراسة و المناقشة من جميع جوانبه.

تحديد المفاهيم والمصطلحات :

لقد وردت في بحثنا عدة مصطلحات تفرض علينا توضيحها وإزالة اللبس والغموض عنها حتى يتسنى على القارئ أن يستوعب ما جاء فيهدون عناء أو غموض .

البرامج التأهيلية:

مجموعة مختارة من التمرينات لعلاج أو تقويم إنحراف عن الحالة الطبيعية ادى الى فقد أو إعاقة عضو عن القيام بالوظيفة الكاملة له لمساعدة هذا العضو للعودة للحالة الطبيعية اوالاقتراب منها ليقوم بوظيفته(اسامة رياض، ناهد احمد:2001،ص152)

التمرينات العلاجية:

هي مجموعة من الحركات البدنية المقننة التي تطبق في الهواء او داخل الماء او بإستخدام الأجهزة وذلك وفق أسس علمية طبية بهدف إستعادة الوظائف بشكلها الأقصى.(ICAEV.1996)

التعريف الإجرائي :

أحد فروع الطب الحديثة الطب يتمثل هدفه أساسي في التقليل أو القضاء على العجز بالنسبة للمعاق وهذا يرافقه تحسن في الجانب النفسي وهو عبارة عن جهد مشترك بين فنيين برئاسة طبيب يشمل فريق من المعالجين .

الثقة في النفس :

تقدير الفرد لذاته سواء كان مضمرا في نفسه أم معلنا صراحة أمام الأخريين ،لأنه يمكنه النجاح في القيام بالسلوك والتصرفات والأعمال التي تحتاج إلى إمكانيات وقدرات عالية يتميز هو بها ،لا تتوفر كثيرا من حوله .

(عبد القادر فرج طه ،2003، ص289)

التعريف الإجرائي:

يمكن تعريفها على أنها تقدير الفرد لذاته سواء علنا أو سرا لأنه يمكنه النجاح في القيام بالسلوك والتصرفات والأعمال التي تحتاج إلى إمكانيات وقدرات عالية يتميز هو بها ، لا تجدها غالبا من حوله .

الإعاقة الحركية :

هي الإعاقة التي يعاني صاحبها من العجز البدني نتيجة وراثة أو إصابة أو مرض ، تحد من حركته ونشاطه بسبب هذا الخلل الحادث له ، وبتالي تأثر عليه بشكل أو بأخر في مختلف أوجه الحياة وتجعله عاجزا عن التكيف مع مجتمعه.

(رياض أسامة،احمد عبد الرحيم ناهد،2001، ص21)

التعريف الإجرائي :

المعاق حركيا هو الفرد الذي يعاني من درجة من العجز البدني أو داء أصاب مفاصله أو عظامه أو عضلاته جعله غير قادر على الحركة وبتالي تؤثر على ممارسة حياته بصفة طبيعية .

الدراسة الاستطلاعية :

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهري لبناء البحث كله، وهي خطوة أساسية ومهمة في البحث العلمي، إذ من خلالها يمكن وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها.

(محي الدين مختار،1995، ص47)

السر الحسن لإجراء بحث ميداني لا بد على الباحث القيام بدراسة استطلاعية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية و مساعدة الباحث على معرفة مختلف الظروف المحيطة بعملية التطبيق .

لذلك قبل المباشرة في إجراء الدراسة الميدانية قمنا بدراسة استطلاعية في قاعتي العلاج الطبي الفيزيائي وإعادة التأهيل الحركي النور وابن سينا في الجلفة هدفت إلى :

– التأكد من ملائمة أداة البحث والمتمثلة في الاستبيان على العينة .

– معرفة حجم المجتمع الأصلي .

– الاتصال بالمختصين والأطباء المتواجدين قاعتي العلاج الطبي الفيزيائي وإعادة التأهيل الحركي قصد إطلاعهم على موضوع الدراسة .

– تكوين فكرة واضحة عن واقع العلاج الفيزيائي الحركي في المنطقة من حيث المرافق الأجهزة والمختصين .

منهج البحث :

نظرا لطبيعة موضوع بحثنا ومشكلته المتعلقة بأهمية التمرينات العلاجية في شعور المعاق حركيا بالثقة في النفس اعتمدنا على المنهج الوصفي.

المنهج الوصفي:

المنهج هو الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى النتائج. (عمار بوحوش،2000، ص137)

عينة البحث :

العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على إن تكون ممثلة لمجتمع البحث. (رشيد زرواتي ،2007، ص334)

وهي النموذج الأول الذي نعتمد عليه لإنجاز العمل الميداني، والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر مجتمع بحث معين، وكان مجتمع البحث في دراستنا وشملت على 20 معاقا حركيا ممارسا للتأهيل الحركي .

ضبط متغيرات العينة :

– المتغير المستقل (السبب) :وهو الذي يؤدي التغير فيه إلى التأثير في قيم متغيرات أخرى لها علاقة به وحدد المتغير المستقل في بحثنا وهو التمرينات العلاجية .

– المتغير التابع(النتيجة) :

وهذا المتغير معروف على انه يتغير نتيجة تأثير المتغير المستقل وحدد المتغير التابع في بحثنا وهو الثقة في النفس .

– المتغير الوسيط: هو المعاقين حركيا .

حدود البحث :

المجال المكاني :

قاعتي العلاج الطبي الفيزيائي وإعادة التأهيل الحركي النور وابن سينا الجلفة.

المجال الزماني :

قمنا بتقديم الإستبيان للمعالجين الفيزيائيين بغرض توزيعه على الفئة المستهدفة ومتمثل في 25 استمارة في 2017/04/18 تم استرجاع 20 استمارة على إثرها قمنا بدراستنا هذه.

أدوات جمع البيانات :

جمع المعلومات وكيفية تطبيقها:

إن حصولنا على المعلومات الكافية والبيانات المتعلقة بالدراسة سهلت علينا الإلمام بأغلب جوانب الدراسة وجاءت هذه مباشرة بعد تحديد العينة المراد دراستها وتختلف هذه الطريقة باختلاف الموضوع وحسب المجال التي تمت فيه الدراسة استعملنا في بحثنا طريقة الاستبيان .

الاستبيان:

حيث تعد وسيلة لجمع المعلومات مستعملة وبكثرة في البحوث العلمية ومن خلالها تستمد المعلومات مباشرة من المصدر الأصلي وتتمثل في جملة من الأسئلة المغلقة والمحددة الإجابات ويقوم الباحث بتوزيعها على العينة المختارة كالإجراء الأولي ثم يقوم بجمعها ودراستها وتحليلها ثم استخلاص النتائج منها وقد قمنا باختيار الاستبيان لكي يسمح لنا بعملية جمع المعلومات وتحليلها بسهولة وقلة تكاليفها.

الأسئلة المغلقة أو محدودة الإجابات:

وفي هذا النوع من الأسئلة يحدد الباحث الإجابات الممكنة أو المحتملة لكل سؤال ويطلب من المستجيب اختيار أحدها أو أكثر.

صدق الأداة:

صدق الاستبيان يعني التأكد من انه سوف يقيس ما اعد لقياسه. (فاطمة عوض ،مرفت خفاجة ،2002، ص167)

ثبات الأداة :

إن ثبات أداة الدراسة يعني (التأكد من أن الإجابة ستكون واحدة تقريبا لو تكرر تطبيقها على الأشخاص ذاتهم في أوقات مختلفة).

الطريقة الإحصائية المستخدمة:

لكي يتسنى لنا التعليق والتحليل عن نتائج الاستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام على شكل نسب مئوية وهذا عن طريق إتباع القاعدة الثلاثية المعروفة بـ:

القاعدة الثلاثية

النسبة المئوية = عدد التكرارات × 100 / المجموع .

س= ت100 X/ع

حيث: ع: عدد العينة

ت: عدد التكرارات س: النسبة المئوية

اختبار كاف تربيع « كا « 2: يسمح لنا هذا الاختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المحصل عليها من خلال الاستبيان وهي كما يلي :

كا2: القيمة المحسوبة من خلال الاختبار.

ت ح= التكرارات الحقيقية (المشاهد)

ت ن= التكرارات النظرية (المتوقعة)

درجة الخطأ المعياري" 0.5" A

درجة الحرية ن=هـ–1 حيث "هـ" تمثل عدد الفئات. (معين أمين السيد ،1998، ص34)

تحليل ومناقشة النتائج:

سؤال الفرضية الأولى: هل للتمرينات العلاجية دور في شعور المعاق حركيا بالارتياح؟

الغرض من السؤال: معرفة دور ممارسة التمرينات العلاجية في شعور المعاق حركيا بالارتياح.

الإجابة	التكرارات	النسبة	كا² المحسوبة	كا² المجدولة	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
نعم	17	%85	9.8	3.84	1	0.05	دالة
لا	03	15%					
المجموع	20	%100					

الجدول رقم01 يمثل دور الذي تلعبه التمرينات العلاجية في الشعور بالارتياح

التحليل والتفسير : من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة85% يرون أن التمرينات العلاجية تشعر المعاق حركيا بالارتياح أما البقية فترى عكس ذلك ،وعلى هذا يمكن القول أن الأغلبية العظمى يرون أن التمرينات العلاجية تشعر المعاق حركيا بالارتياح .

القرار الإحصائي: من ملاحظتنا ل كا² المحسوبة والمقدرة ب9.8 نجد أنها اكبر من كا² المجدولة عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0.05، وهذا يعني عن وجود دلالة إحصائية.

الاستنتاج : نستنتج أن التمرينات العلاجية لها دور كبير في شعور المعاق حركيا بالارتياح .

سؤال الفرضية الثانية : هل تساعد التمرينات العلاجية في تعويض الإعاقة لدى المعاق حركيا ؟

الغرض من السؤال: معرفة ممارسة التمرينات العلاجية لها دور في تعويض الإعاقة .

الإجابة	التكرارات	النسبة	كا² المحسوبة	كا² المجدولة	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
نعم	14	%70	3.2	3.84	1	0.05	غير دالة
لا	06	30%					
المجموع	20	%100					

الجدول رقم 02 يمثل الدور الذي تلعبه التمرينات العلاجية في تعويض الإعاقة

التحليل والتفسير : من ملاحظتنا للجدول يتبين أن 70% من المعاقين يرون أن التمرينات العلاجية تساعد في تعويض الإعاقة بينما ترى النسبة المتبقية عكس ذلك ، وعلى هذا يمكننا أن نقول أن التمرينات العلاجية لها دور في تعويض الإعاقة .

القرار الإحصائي : من الجدول نلاحظ أن كا² المحسوبة والتي قيمتها3.2 اقل من كا² المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0.05 ، وبتالي نجزم بعدم وجود دلالة إحصائية .

الاستنتاج : نستنتج أن الأغلبية ترى أن التمرينات العلاجية عامل مساعد في تعويض الإعاقة.

سؤال الفرضية الثالثة : هل تلعب التمرينات العلاجية دور في مساعدة المعاق حركيا في رضا عن نفسه ؟

الغرض من السؤال: معرفة المساعدة المقدمة من التمرينات العلاجية في زيادة شعور المعاق حركيا في الرضا عن نفسه .

الإجابة	التكرارات	النسبة	كا² المحسوبة	كا² المجدولة	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
نعم	19	%95	16.2	3.84	1	0.05	دالة
لا	01	05%					
المجموع	20	%100					

الجدول رقم 03 تمثل مساعدة التمرينات العلاجية للمعاق حركيا في الرضا عن نفسه

التحليل والتفسير : من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 95% من المعاقين حركيا ترى أن التمرينات العلاجية تساعد في الرضا عن النفس في حين ترى البقية عكس ذلك ، وبناءا على هذا يمكن القول أن التمرينات العلاجية تساعد المعاق حركيا في الرضا عن نفسه .

القرار الإحصائي : من خلال ملاحظتنا ل كا²المحسوبة والتي تقدر ب 16.2 نجد أنها اكبر من كا² المجدولة والمقدرة ب3.84 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0.05 ،وعلى هذا يمن الإقرار بوجود دلالة إحصائية .

الاستنتاج: نستنتج أن التمرينات العلاجية تساعد المعاق حركيا في الرضا عن نفسه .

سؤال الفرضية العامة: هل للتمرينات العلاجية دور في شعور المعاق حركيا بالثقة في النفس ؟

الغرض من السؤال: معرفة رأي المعاق حركيا في دور ممارسة التمرينات العلاجية في زيادة الثقة في النفس .

الإجابة	التكرارات	النسبة	كا² المحسوبة	كا² المجدولة	درجة الحرية df	مستوى الدلالة α	الدلالة
نعم	19	%95	16.2	3.84	1	0.05	دالة
لا	01	05%					
المجموع	20	%100					

الجدول رقم04 يمثل الدور الذي تلعبة التمرينات العلاجية في زيادة الثقة في النفس

التحليل والتفسير : من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 95% من المعاقين حركيا ترى أن التمرينات العلاجية لها دور في زيادة الثقة في النفس في حين ترى البقية عكس ذلك ، وبناءا على هذا يمكن القول أن التمرينات العلاجية لها دور في زيادة الثقة في النفس عند المعاق حركيا

القرار الإحصائي : من خلال ملاحظتنا ل كا²المحسوبة والتي تقدر ب 16.2 نجد أنها اكبر من كا² المجدولة والمقدرة ب3.84 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0.05 ،وعلى هذا يمن الإقرار بوجود دلالة إحصائية .

الاستنتاج: نستنتج أن التمرينات العلاجية لها دور كبير في زيادة الثقة في النفس للمعاق حركيا.

النتائج المتوصل إليها :

- للتمرينات العلاجية دور في شعور المعاق حركيا بالارتياح .
- تساعد التمرينات العلاجية في تعويض الإعاقة لدى المعاق حركيا .
- تلعب التمرينات العلاجية دور في مساعدة المعاق حركيا في الرضا عن نفسه .

خاتمة:

إن التمرينات العلاجية المقدمة في مراكز وقاعات العلاج الفزيائي الحركي من أهم النشاطات التي لاقت عناية واسعة في الوقت الحالي لما لها من أهمية و منفعة كبيرة لفئة المصابين وخاصة المعاقين التي تتطلب عناية كبيرة لإخراج هذه الفئة من أزماتهم و محاولة التغلب على مشاكلهم ، و

بالطبع لن يتأتى ذلك إلا بممارسة التمرينات العلاجية التي تكتسي أهمية كبيرة في حياة المعاق حركيا فله أثر ايجابي على الحياة الانفعالية للمعوق .

من القضايا الشائكة التي تأرق دول العالم خاصة مجتمعات العالم الثالث الجزائر كدولة والجلفة نموذجا قضية رعاية وتأهيل المعاقين حركيا، فالاهتمام بهذه الفئة يعتبر بعدا إنسانيا أكثر من أي أمر أخر ومن خلال تحليلنا للنتائج المتعلقة بالاستبيان الخاص بالمعاقين حركيا المزاولون للبرامج العلاجية والذي ضم مجموعة من أسئلة كان هدفه الوصول إلى إثبات أو نفي الفرضيات الجزئية وبتالي الوصول إلى حكم معين حول موضوع الدراسة وقد توصلنا إلى إثبات الفرضية العامة والفرضيات الجزئية .

الاقتراحات والتوصيات:

– الحث على ممارسة التمرينات العلاجية لما لها من دور ايجابي سوءا من الناحية النفسية أو البدنية .

– القيام بدراسات تجريبية تتعلق بأثر التمرينات العلاجية على القدرات الوظيفية.

– تعديل النظرة السلبية نحوى المعاقين سواء الأسرية أو المجتمعية.

– توفير مؤسسات لتأهيل المعوقين حركيا في كامل أرجاء الوطن والتركيز على المناطق الريفية والمناطق النائية.

– توفير الدعم الكامل للأسرة ، و إجراء دورات تكوينية لهم حول كيفية رعاية و دمج المعاق اجتماعيا و ذلك باعتبار أن الأسرة هي النواة الأساسية لتربية و رعاية المعاق.

– العمل على حل المشكلات النفسية للمعاقين .

المصادر والمراجع:

المراجع:

– أسامة رياض، ناهد أحمد عبد الرحيم، القياس والتأهيل الحركي للمعاقين، دار الفكر العربي، القاهرة،ط1، 2001م.

– السيد معين أمين، المعين في الإحصاء، دار العلوم للنشر و التوزيع، القبة، الجزائر،1998م.

– بحوش عمار، مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، ط3،الجزائر 2001م.

– حسام بشير، عامر حملاوي، (2014)،" أهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق الصحة النفسية للمعاق حركيا "، مجلة علوم الرياضة، العدد السابع، الجزائر.

– ذو الفقار صالح عبد الحسين، (2010)،" تأثير الأنشطة الرياضية المعدلة في تطوير بعض الصفات الحركية والمتغيرات الوظيفية لدى الأطفال المعاقين في محافظة البصرة بعمر(8–10) سنوات"، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثاني، العراق.

- زرواتي رشيد، مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الإجتماعية، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع،ط1، الجزائر،2007م.
- طه فرج عبد القادر، موسوعة علم النفس و التحليل النفسي، دار غريب، ط2، القاهرة،2003م.
- عوض فاطمة صابر، خفاجة مرفت علي، أسس البحث العلمي، مطبعة الإشعاع الفنية، ط1، الإسكندرية، مصر،2000م.
- مختار محي الدين ،بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995م.
- ICAEV.1996. Y.O. NANTRADITION.METHODS IN TREATMENT OF .SPINE OSTEO CHONDROSIS.KIEF