ARA	النشاط الرياضي المكيف و دوره في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين بصرياً
FRA	L'activité sportive adaptée et son rôle dans l'amélioration de l'image du corps à la catégorie malvoyant
ENG	Adapted physical activity and its role in improving body image to the visually impaired

- المؤلف (1) : ط.د عروسي الدراجي
- المؤلف (2) : أ.د عتوتي نورالدين
الجامعة : عبد الحميد بن باديس- مستغانم

Author (01) : **Aroussi Derradji**
Author (02) : **Attouti Noreddine**
University: **Abdelhamid Ibn Badis - Mostaganem**
Laboratory : **physical activities and sports programs calendar**

الهاتف: 00213779480095
البريد الالكتروني : jiji.mi@hotmail.com

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة الدور الذي يلعبه النشاط الرياضي المكيف في تحسين صورة الجسم لدى فئة المعاقين بصرياً ، اعتمدنا خلالها على المنهج الوصفي و تكونت عينة البحث من 16 طفلاً و طفلةً من مدرسة الأطفال المعوقين بصرياً بالمسيلة ، 09 منهم يمارسون النشاط الرياضي المكيف و 07 غير ممارسين .

و تم تطبيق مقياس صورة الجسم الذي أعدته أستاذة الصحة النفسية بكلية التربية ببنها الدكتورة سامية محمد صابر محمد عبد النبي (2008) ، و قد أوضحت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين الأطفال المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف و غير الممارسين في بُعد إدراك الفرد لجسمه لصالح الممارسين ، و وجود فروق دالة إحصائياً بين الأطفال المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف و غير الممارسين في بُعد إدراك الفرد لجسمه من خلال الآخرين لصالح الممارسين ، كما توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف تُعزى لمتغير الجنس .

معلومات المقال :
- **تاريخ الاستلام :** 2018/07/14
- **تاريخ المراجعة :** 2018/10/02
- **تاريخ قبول النشر:** 2018/11/07

الكلمات المفتاحية : النشاط الرياضي المكيف ؛ صورة الجسم ؛ المعاقون بصرياً

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

mots clés :
Activité Sportive Adaptée ; L'image du corps ; Malvoyant

RÉSUMÉ :

L'étude actuelle vise à connaître le rôle d'activité sportive adaptée dans l'amélioration de l'image corporelle du groupe malvoyant, au cours de laquelle nous nous adopté une approche descriptive , l'échantillon de l'étude était composé de 16 garçons et filles de l'école pour les enfants malvoyants de M'sila , 09 d'entre en pratiquant l'activité sportive adaptée et 07 non-praticiens.

Il y avait la mesure d'image de corps préparée par le professeur de santé mentale à la faculté d'éducation de Benha le Dr Samia Mohamed Saber Mohamed Abdel Nabi (2008)

les résultats de l'étude ont montré des différences statistiquement significatives entre les enfants malvoyants pratiquant l'activité sportive adaptée et les non-praticiens dans la dimension de la perception qu'a un individu de l'organisme pour les praticiens , et des différences statistiquement significatives entre les enfants malvoyants pratiquant l'activité sportive adaptée et les non-praticiens dans la dimension la perception de l'individu de son corps par d'autres pour les praticiens, et les résultats ont également atteint l'absence de différences statistiquement significatives entre les praticiens malvoyants de l'activité physique adaptée attribuée à la variable de genre.

1- مقدمة :

تُعتبر الحواس في جسم الإنسان وسائل جمع المعلومات من العالم الخارجي المحيط بالإنسان إلى داخل الإنسان (العقل و القلب) ، و أي خلل أو تعطل كُلي أو جُزئي لأية حاسة من الحواس سيكون له الأثر الكبير على حياة الإنسان سواءٌ أكان ذلك مادياً أو معنوياً ، و إن حاسة الإبصار هي الحاسة التي يرى بها الإنسان العالم من حوله و بدونها يكون العالم من حوله معتماً و لا يشعر به إلا عن طريق المعلومات التي تدخل إليه عن طريق الحواس الأخرى . (زياد كامل و آخرون،2013،ص235)

و كما ورد في (نهى ضياء الدين،2013،ص381) نقلاً عن "Downing & Peelen" أن حاسة

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

البصر هي الرقيب الأساسي على كل الحواس ، فالإنسان أَميَلُ إلى تصديق ما تراه عيناه في حالة تعارض المعلومات الحسية ، كما أنها تتولى عملية تنسيق و تنظيم الإنطباعات التي يتم استقبالها عن طريق باقي الحواس و هي المصدر الأساسي للمعلومات ، لأنها القناة الحسية التي تُوصل الإنسان إلى ما هو أبعد من حدود جسمه ، فبعض المدركات و الصور الذهنية ارتبطت بحاسة البصر مثل : المساحات و الإرتفاعات و الأعماق ، و خصائص الشكل و اللون و التركيب و الحجم ، مما يُسهم في النمو المعرفي و تحقيق التفاعل بين الفرد و بيئته التي يعيش فيها بمكوناتها .

و تُمثل صورة الجسم جزءاً حيوياً من إحساسنا بالذات فهي ترتبط بتقديرنا لذواتنا و تتأثر بالعديد من العوامل الإجتماعية و الثقافية ، فهي تؤثر في رغبتنا في الإنتماء للمجتمع و أن نكون مقبولين اجتماعياً ، كما أن عدم الرضا عن الجسم لدى الإنسان يترتب عليه الكثير من المشكلات النفسية ، و كذلك بعض الأمراض النفسجسمية التي تؤدي إلى تشويش صورة الجسم ، و تنشأ هذه المشكلة عندما لا يتوافق شكل الجسم مع ما يُعدُّ مثالياً حسب تقدير المجتمع

و ورد في (ناصر محمد نوفل،2016،ص14) أن رضا الفرد أو عدم رضاه عن صورة جسده يرتبط بما يُصدره الآخرون من أحكامٍ و تقييمات ، و ذلك أن نمط الجسد الجذاب و المناسب و المثالي من جهة نظر البيئة -التي يعيش بها الفرد- له أثر كبير على مدى الفرد من عدم رضاه عن جاذبيته الجسدية ، أي كلما كانت صورة الفرد قريبة أو متطابقة مع معايير الجسد المثالي السائد في المجتمع كلما أشعره ذلك بجاذبية و أصبح أكثر شعوراً بالرضا عن ذاته.

لذا فإن الشخص المعاق بصرياً لا يستطيع تحديد صورة واضحة عن جسمه ، فهو يعتمد في ذلك فقط على الوصف اللغوي الذي يسمعه من الأشخاص المبصرين للتعرف على جسمه ، مما يجعله يشعر بالعجز ، و كثيراً ما ينتابه الإحساس بالخجل لأن عاهته شوهت صورته الجسمية . (أماني حامد،2005،ص30)

و يشهد العصر الحديث تطوراً كبيراً في مجال الإهتمام و رعاية الأفراد ذوي الإحتياجات الخاصة فهذه الفئة ما هي إلا جزء من المجتمع لها مشكلاتها و احتياجاتها ، و من أوجه الإهتمام تلك نجد الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة التي تُعتبر من أجود و أفضل أنواع الإهتمام بفئة ذوي الإحتياجات الخاصة و ذلك من خلال منحهم فرصة التعبير عن ذواتهم و الإهتمام بأجسامهم عن طريق ممارسة الرياضة في حدود ما تسمح به قدراتهم الجسمية و الحسية .

2- إشكالية الدراسة :

إن حرمان الفرد من حاسة البصر يعني أن يعيش في هذا العالم دون أدنى معرفة بما حوله من أشكالٍ و أحجامٍ

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

و ألوانٍ و مسافاتٍ و أبعادٍ ، فيعيش الفرد المعاق بصرياً داخل قوقعة مُظلمة تحُفها الأخطار و الخوف من الحوادث و السقوط و الإصطدام بالأشياء أو الأشخاص ، و عليه فإن محدودية النشاط الحركي للشخص الكفيف تجعل منه حبيس رقعة جغرافية محدودة قد لا تتعدى غالباً فناء المنزل ، و منه يُحرم من التمتع بمجمل عناصر اللياقة البدنية

و يتعرض لزيادة الوزن و كذا الشعور بالنقص حِسياً نظراً لإعاقته و جِسمياً بسبب قلة النشاط .

كما تتأثر الصورة الذهنية للشخص المعاق بصرياً حول جسمه نظراً لما تتضمنه صورة الجسم من تصورات

و مشاعر و اتجاهات للفرد نحو جسمه إيجابيةً كانت تحمل معاني الرضا و القبول أو سلبية تتضمن السخط و الرفض، و هذا ما قد يؤدي إلى انعدام تقدير الذات و اللجوء إلى العزلة و تجنب المواقف الإجتماعية ، و تُمثل الأسرة و جماعة الأقران فاصلاً مهماً في تكوين صورة إيجابية حول الجسم بالنسبة للفرد المعاق بصرياً حيث أن الأحكام و التعليقات التي يُعطونها له حول شكله و نمطه الجسمي تُعتبر مَعالماً أساسية يبني عليها شكل جسمه الحقيقي .

و يُمثل النشاط الرياضي المكيف فضاءاً خاصاً و مجالاً مفتوحاً للأفراد ذوي الإحتياجات الخاصة عموماً و الأفراد المعاقين بصرياً بالخصوص لممارسة أنشطة و ألعاب و رياضات يتم تصميمها و تعديلها من نواحي الأداء البدني

و النواحي القانونية و الأدوات المستعملة ، كي تسهُل مشاركتهم فيها دون خوف على أنفسهم ، حيث يُمارسون النشاط البدني و يستفيدون من مزاياه الجسمية و النفسية و العقلية ، و يتجاوزن حاجز الإعاقة التي أبعدتهم عن كل ما هو بدني أو حركي (رياضي) .

لذا نسعى من خلال دراستنا هذه الكشف عن ماهية دور النشاط الرياضي المكيف في تحسين صورة الجسم لدى فئة المعاقين بصرياً ، و هذا للخروج بنتائج يُمكن أن يُستفاد منها في مجال رياضة ذوي الإحتياجات الخاصة ، و كذا مجال العلاج الجسمي النفسي لمثل هذه الحالات .

و عليه فقد تم صياغة إشكالية الدراسة على النحو التالي :

- هل للنشاط الرياضي المكيف دور في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين بصرياً ؟

و انبثق منها **التساؤلات الفرعية** الآتية :

1- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف و غير الممارسين في مستوى إدراكهم لأجسامهم ؟

2- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف و غير الممارسين في مستوى إدراكهم لأجسامهم من خلال الآخرين ؟

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

3- هل توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى صورة الجسم بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف تُعزى لمتغير الجنس ؟

3- الفرضيات :

- الفرضية العامة :

- للنشاط الرياضي المكيف دور في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين بصرياً .

- الفرضيات الفرعية :

1- توجد فروق دالة إحصائياً بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف و غير الممارسين في مستوى إدراكهم لأجسامهم لصالح الممارسين .

2- توجد فروق دالة إحصائياً بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف و غير الممارسين في مستوى إدراكهم لأجسامهم من خلال الآخرين لصالح الممارسين .

3- لا توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى صورة الجسم بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف تُعزى لمتغير الجنس .

4- أهمية الدراسة : تعود أهمية الدراسة الحالية إلى :

- مواكبتها للدراسات و البحوث العلمية الحديثة التي تهتم بالفئات ذوي الإحتياجات الخاصة عموماً و المعاقين بصرياً بالخصوص .

- أهمية الموضوع الذي تناولته -النشاط الرياضي المكيف- الذي يُعد وجهاً و مرآةً للرعاية و الخدمات المقدمة للفئات الخاصة .

- تعدد المستفيدين من نتائج هذه الدراسة : المعاقون بصرياً، أُسرهُم، أساتذة و طلبة النشاط البدني الرياضي المكيف، و الباحثين المقبلين حول نفس موضوع الدراسة أو أحد متغيراته .

- و حسب ما اطلع عليه الباحثان فإن هذه الدراسة تُعتبر الأولى من نوعها التي تناولت العلاقة بين النشاط الرياضي المكيف و صورة الجسم لدى فئة المعاقين بصرياً ، لذا فإنها ستكون إضافة جديدة في هذا المجال المفتوح من البحث العلمي .

5- أهداف الدراسة : تهدف الدراسة الحالية إلى

- معرفة الدور الذي يلعبه النشاط الرياضي المكيف في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين بصرياً .

- الوصول على نتائج يُمكن من خلالها تأكيد الفاعلية و التأثير الإيجابي للنشاط الرياضي المكيف على الجانب النفسي للفئات الخاصة .

- جعل هذه الدراسة حافزاً و دعوة للأشخاص المعاقين بصرياً للممارسة النشاط الرياضي المكيف

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

6- مصطلحات الدراسة :

- **النشاط الرياضي المكيف :** نعني به البرامج الوقائية و الإرتقائية المتعددة و التي تشتمل على الأنشطة الرياضية و الألعاب ، و التي يتم تعديلها بحيث تُلائم حالات الإعاقة وفقاً لنوعها و شدتها ، أي تعني الرياضات و الألعاب التي يتم التغيير فيها لدرجة يستطيع بها المعاق غير القادر الممارسة و المشاركة في الأنشطة الرياضية . (ناهدة عبد زيد،2011،ص200)

- **صورة الجسم :** تعني صورة الجسم تصور المرء عن جسمه أو الإحساس بالبدن عموماً ، أو إدراك الأشياء في علاقتها بالجسم، و تُعتبر صورة الجسم مجموعة من المعتقدات و الذكريات و التمثيلات الحسية و الحركية الثابتة التي تتعلق بالجسم ، و التي تلعب -بشكل قبل شعوري- دوراً في تحديد الشخصية و التفاعل مع الأحداث المحيطة
و تلعب الإحساسات البصرية و الحسية و الحركية دوراً أساسياً في تكوين صورة الجسم . (ألفت حسين،2012،ص56)

- **المعاق :** هو كل شخص ليست لديه قدرة كاملة على ممارسة نشاط أو عدة أنشطة أساسية للحياة العادية نتيجة إصابة وظائفه الحسية أو العقلية أو الحركية سواء وُلد بها أم لحقت به بعد الولادة .(محمد نجاتي،2014،ص24)

- **المعاقون بصرياً :** مصطلح عام يُشير إلى درجات متفاوتة من الفقدان البصري ، تتراوح بين حالات العَمى الكُلي ممن لا يملكون الإحساس بالضوء و لا يرون شيئاً على الإطلاق و يتعين عليهم الإعتماد كُليةً على حواسهم الأخرى تماماً في حياتهم اليومية و تعلمهم ، و حالات الإعاقة أو الإبصار الجُزئي التي تتفاوت مقدِرات أصحابها على التميز البصري للأشياء المرئية و يُمكنهم الإفادة من بقايا بصرهم مهما كانت درجاتها في التوجه و الحركة . (القريطي،2005،ص350)

7- الدراسات السابقة :

1.7- دراسة رضا إبراهيم محمد الأشرم : " صورة الجسم و علاقتها بتقدير الذات لذوي الإعاقة البصرية "

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين صورة الجسم و تقدير الذات لدى المراهقين المعاقين بصرياً و تأثير كل من متغير سن الإعاقة و الجنس و تفاعلهما المشترك على صورة الجسم و على تقدير الذات لدى المراهقين المعاقين بصرياً ، اعتمد الباحث على منهج يجمع بين الوصفي الإرتباطي المقارن و الإكلينيكي ، عينة الدراسة انقسمت إلى قسمين عينة سيكومترية قوامها (207) من المراهقين المعاقين بصرياً و عينة كلينيكية تكونت من (04) حالات من المراهقين المعاقين بصرياً تم اختيارهم من العينة الأساسية للدراسة السيكومترية ، استخدم الباحث مقياس صورة

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

الجسم لدى المعاقين بصرياً و مقياس تقدير الذات لدى المعاقين بصرياً و استمارة المقابلة الإكلينيكية من إعداد الباحث ، و اختبار (ساكس) لتكملة الجمل الناقصة ، و أسفرت نتائج الدراسة على :

و جود علاقة ارتباطية موجبة بين صورة الجسم و تقدير الذات لدى المراهقين المعاقين بصرياً ، و لا يوجد تأثير دال إحصائياً لكل من متغير سن الإعاقة و درجة الإعاقة و الجنس و التفاعل بينهم على صورة الجسم لدى المراهقين المعاقين بصرياً ، كما لا يوجد تأثير دال إحصائياً لكل من متغير سن الإعاقة و درجتها و الجنس و التفاعل بينهم على تقدير الذات لدى المراهقين المعاقين بصرياً .

2.7- دراسة خوجة عادل : " أثر البرنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم و مفهوم تقدير الذات و تطوير اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى فئة ذوي الإحتياجات الخاصة حركياً

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر البرنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم و مفهوم تقدير الذات و تطوير اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى ذوي الإحتياجات الخاصة ، إعتمد الباحث على المنهج التجريبي مجموعة تجريبية و أخرى ضابطة على عينة تكونت من(20) معاقاً حركياً ، مستخدماً مقياس صورة الجسم من إعداده و مقياس تقدير الذات لروزنبيرج و اختبارات اللياقة البدنية و كذا البرنامج الرياضي المقترح .

توصل الباحث إلى فاعلية البرنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم و تقدير الذات و تطوير اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى ذوي الإحتياجات الخاصة .

3.7- دراسة عبد القادر غزالي : " علاقة النشاط البدني الرياضي بصورة الجسم و أثرها على تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين -دراسة متمحورة حول البعد النفسي و الإجتماعي "

هدفت الدراسة لإظهار مدى تأثير ممارسة النشاط البدني الرياضي على صورة الجسم و علاقته بتقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين ، استخدم الباحث المنهج الوصفي الإرتباطي و طبق مقياس صورة الجسم و مقياس روزنبيرج لتقدير الذات على عينة بلغت (240) طالباً و طالبة

و بعد تحليل نتائجها و دراسة العلاقة التي تربط بينهما تم استنتاج أن ممارسة النشاط البدني الرياضي لها دور فعال في تزويد الطلبة الجامعيين بتصور إيجابي لصورة أجسامهم و تقبلها كما هي ، و أن تدبر الشخص لذاته يؤثر في أسلوب حياته و طريقة تفكيره و عمله و مشاعره نحو الآخرين و يؤثر في نجاحه و مدى إنجازه لأهدافه في الحياة . **4.7- دراسة عبد الرقيب أحمد البحيري و مصطفى عبد المحسن** : " اضطراب صورة الجسم و علاقته بتقدير الذات و أعراض الشخصية التجنبية لدى المراهقين المعوقين بصرياً "

هدفت الدراسة إلى الكشف عن اضطراب صورة الجسم و علاقته بتقدير الذات و علاقته

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

بأعراض الشخصية التجنبية لدى المراهقين المعوقين بصرياً ، و الفرق بينهما طبقاً لبعض المتغيرات الديمغرافية ، عينة الدراسة بلغت (149) فرداً من مدرستي النور بمحافظتي أسيوط و سوهاج ، استخدم الباحثان مقياس صورة الجسم للمراهقين المعوقين بصرياً من إعدادهما ، و مقياس تقدير الذات المتحرر من أثر الثقافة تعريب و تقنين البحيري ، مقياس الشخصية التجنبية تقنين البحيري و عامر (2013) ، و اختبار (SSGT) لتكملة الجمل ، إضافة إلى استمارة المقابلة الإكلينيكية ، أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين أبعاد مقياس اضطراب صورة الجسم للمراهقين المعوقين بصرياً و أبعاد مقياس تقدير الذات و الشخصية التجنبية ، و إيجابية في البعض الآخر ، و لم توجد فروق دالة للمتغيرات الديمغرافية للمراهقين المعوقين بصرياً على جميع أبعاد مقياس اضطراب صورة الجسم و درجته الكلية .

5.7- دراسة سامية صابر محمد عبد النبي : " صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات و الإكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة "

هدفت الدراسة إلى التعرف علي طبيعة العلاقة بين صورة الجسم و تقدير الذات و الإكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة ، و كذلك التعرف علي الفروق بين الجنسين في صورة الجسم و تقدير الذات و الإكتئاب ، عينة الدراسة تكونت من (287) طالباً و طالبةً بالفرقة الثالثة و الرابعة (تعليم عام و أساسي) بكلية التربية ببنها ، و استخدمت الباحثة مقياس صورة الجسم من إعدادها ، و مقياس تقدير الذات لحسين الدريني و محمد سلامة (1983) ، و مقياس بيك الثاني للإكتئاب **BDI-II** ترجمة غريب عبد الفتاح غريب (2000) .

و قد أوضحت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين صورة الجسم و تقدير الذات، و وجود علاقة ارتباطية سالبة بين صورة الجسم و الإكتئاب ، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق بين الجنسين في مستوى صورة الجسم ، و وجود فروق بين الجنسين في مستوى تقدير الذات لصالح الإناث ، و وجود فروق بين الجنسين في مستوى الإكتئاب لصالح الإناث .

8- إجراءات البحث :

من أجل الوصول نتائج مبنية على أسس علمية قام الباحثون بدايةً بإجراء الدراسة الإستكشافية (الإستطلاعية) من أجل التعرف على مجتمع البحث و خصائصه ، و التقرب أكثر من عينة الدراسة و كذا معرفة مدى ملاءمة أداة الدراسة لما أُعدت لقياسه .

و عليه قمنا بزيارة استكشافية (استطلاعية) لمدرسة الأطفال المعوقين بصرياً بالمسيلة - التي يُمثل الأطفال المنتسبون إليها خلال الموسم الدراسي 2018/2017 مجتمع البحث - بغرض جمع المعلومات اللازمة حول مجتمع البحث و عينته ، و خلالها تم تطبيق أداة الدراسة على عينة

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

استطلاعية قوامها (05) أطفال من مجتمع الدراسة تم اختيارهم بطريقة عشوائية .

9- المنهج : اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي المسحي لملاءمته موضوع الدراسة .

10- مجتمع الدراسة : يتمثل مجتمع الدراسة الحالية في الأطفال المكفوفين المنتسبين لمدرسة الأطفال المعوقين بصرياً بالمسيلة خلال الموسم الدراسي 2018/2017 .

11- عينة الدراسة : الإختيار الجيد للعينة يجعل النتائج قابلة للتعميم على المجتمع الأصلي الذي اشتُقت منه ، لذا قمنا باختيار عينة الدراسة بطريقة المسح الشامل ، حيث يتكون مجتمع البحث من (21) طفلاً و طفلة معاقون بصرياً قمنا باستبعاد (05) مفردات منه الذين أُجريت عليهم الدراسة الإستطلاعية، و منه فإن عينة البحث الحالي بلغت (16) فرداً مقسمين على مجموعتين:

- الممارسون للنشاط الرياضي المكيف عددهم (09) أفراد (07 ذكور ، 02 إناث) .

- غير الممارسين للنشاط الرياضي المكيف عددهم (07) أفراد (04 ذكور ، 03 إناث) .

12- أداة الدراسة : اعتمدنا في دراستنا على مقياس صورة الجسم الذي أعدته أستاذة الصحة النفسية بكلية التربية ببنها الدكتورة سامية محمد صابر محمد عبد النبي (2008) ، حيث يتكون المقياس من (27) عبارة موزعة على بُعدين هما :

- الأول: إدراك الفرد لجسمه و يشتمل على العبارات التالية: (1، 2، 4، 5، 6، 7، 9، 10، 12، 13، 16، 17، 19، 20، 21، 23، 24، 25، 26)

- الثاني: إدراك الفرد لجسمه من خلال آراء الآخرين كالأسرة والأصدقاء والزملاء ، و يشتمل على العبارات التالية: (3، 8، 11، 14، 15، 18، 22، 27) .

* **مع ملاحظة** أنه تم تعديل صيغة العبارة رقم (23) التي نصها : أرى أن الآخرين أجسامهم أفضل مني ، و استبدالها بصيغة : أعتقد أن الآخرين أجسامهم أفضل مني ، و هذا لخصائص عينة الدراسة التي يجب على كل من يتعامل معهم تجنب استخدام أفعال و صِيغ الإبصار .

حيث كان لزاماً علينا أن نقرأ العبارات على المفحوصين بصوت مسموع و بتمعن كي تُفهم جيداً ، أما الإجابة فاخترنا أن تكون برفع الأيادي كي لا يُحس المفحوص بالخجل في حال استجوبنا كل فردٍ على حدا ، حيث بعد قراءة نص العبارة نستعرض الخيارات (نعم ، أحياناً ، لا)

13- صدق الأداة : من أجل التحقق من مدى صدق المقياس و ملاءمته لعينة الدراسة تم عرضه على مجموعة من الدكاترة المتخصصين في النشاط الرياضي المكيف حيث أجمعوا كلهم على مناسبته لموضوع و عينة الدراسة .

14- ثبات الأداة : استعملنا معادلة (ألفا كرونباخ) للتأكد من ثبات أداة البحث ، و وجدنا أن معامل ثبات المقياس بلغ (0.98) و هو معامل ثبات مرتفع و دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) .

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

15- عرض و مناقشة النتائج :

1.15- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى : - توجد فروق دالة إحصائياً بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف و غير الممارسين في إدراكهم لأجسامهم لصالح الممارسين .

- **الجدول رقم (01):** يوضح نتائج اختبار T للفروقات في المتوسطات الحسابية بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشط الرياضي المكيف و غير الممارسين في البعد الأول .

المعاملات / البعد الأول	الممارسين		غير الممارسين		T المحسوبة	درجة الحرية	T المجدولة	مستوى الدلالة 0.05
	م1	ع1	م2	ع2				
إدراك الفرد لجسمه	**2.84**	**0.12**	**1.90**	**0.13**	**14.39**	**14**	**1.761**	**دال إحصائياً**

يتضح من خلال الجدول رقم (01) أن قيمة (T المحسوبة = 14.39) أصغر من قيمة (T المجدولة = 1.761) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية (14) ، مما يعني وجود فروق دالة إحصائياً في بُعد إدراك الفرد لجسمه لصالح الممارسين للنشاط الرياضي المكيف .

و تُفسِر هذه النتائج القيمة الكبيرة لممارسة النشاط الرياضي المكيف لدى الفئات الخاصة عموماً و لذوي الإعاقة البصرية خصوصاً على كافة النواحي النفسية و الجسمية و العقلية ، فهو مجال واسع تُتاح من خلاله الفرصة لأشخاص غير قادرين على ممارسة النشاط الرياضي العادي للمشاركة و الإستفادة و الإندماج و التعبير عن أنفسهم ، عن طريق كسر حاجز الإعاقة و الخروج من قوقعة العجز و الخوف ، و في هذا الصدد يرى "فوربي و آخرون" أن صورة الجسم تلعب دوراً مهماً كأحد المكونات الأساسية في الحياة النفسية للأفراد .(زكرياء زهير،2007،ص6)

و تتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة "الأشرم رضا 2008" بأن صورة الجسم تُعبر عن وعي الفرد بمظهره أو الجوانب الجسمية من الذات و تشمل قيمة الذات الجسمية و جاذبية الجسم ، حيث يهتم المعوقون بصرياً بمظهرهم لأنهم يعرفون أن الآخرين ينظرون إليهم ، فكلما زاد رضا الفرد عن جسمه كلما قل خوفه من التقييم السلبي لمظهر جسمه و محتوياته .

2.15- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثانية : - توجد فروق دالة إحصائياً بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف و غير الممارسين في إدراكهم لأجسامهم من خلال الآخرين لصالح الممارسين .

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

- **الجدول رقم (02):** يوضح نتائج اختبار T للفروقات في المتوسطات الحسابية بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشط الرياضي المكيف و غير الممارسين في البعد الثاني .

المعاملات / البعد الثاني	الممارسين		غير الممارسين		T المحسوبة	درجة الحرية	T المجدولة	مستوى الدلالة 0.05
	م1	ع1	م2	ع2				
إدراك الفرد لجسمه من خلال الآخرين	**2.80**	**0.126**	**1.92**	**0.20**	**10.64**	**14**	**1.761**	**دال إحصائياً**

يتضح من خلال الجدول رقم (02) أن قيمة (T المحسوبة = 10.64) أصغر من قيمة (T المجدولة = 1.761) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية (14) ، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً في بُعد إدراك الفرد لجسمه من خلال الآخرين لصالح الممارسين للنشاط الرياضي المكيف .

و هي نتائج مطابقة لدراسة "Kaplan 2000" التي أوضحت أن المعوقين بصرياً قلقون بشأن مظهرهم الجسمي لأنهم يعرفون أن الآخرين أو المبصرين جزئياً ينظرون إليهم فهم يعتمدون عليهم كمرايا لهم و يُكوِنون إحساسهم بذواتهم الجسمية من خلال التفاعل معهم .

حيث أن الأطفال و المراهقين يعملون العديد من الأشياء ليكونوا مقبولين ، كما أنهم يبحثون عن الصداقات التي تكون مقبولة من الآخرين لأن هذه الفترة هامة في حياتهم ، و أي تعليقات بخصوص الوزن أو المظهر قد تؤثر عليهم مدى الحياة .(فرغلي رضوى،2003،ص14)

و في هذا الصدد يذكر (محمد حسن غانم،2015،ص76) أنه يجب أخذ رأي الآخرين في صورة أجسامنا في الإعتبار ، فقد توصلت العديد من الدراسات مثلاً إلى أن الأشخاص الذين يُدركون أن

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

صورة أجسامهم تتسم بالقوة و التناسق و التآذر به و الجاذبية الجسمية إنما تم ذلك في جزءٍ منه خلال ذِكر الآخرين لهم (جسدك رشيق، ليس لك كرش، الطول متناسق مع العرض، وزنك مثالي، أجزاء وجهك متناسقة،...) .

3.15- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة : - لا توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى صورة الجسم بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف تُعزى لمتغير الجنس .

- الجدول رقم (03): يوضح نتائج اختبار T للفروقات في المتوسطات الحسابية في مستوى صورة الجسم بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف الذكور و الإناث .

المعاملات / المقياس	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	T المحسوبة	درجة الحرية	T المجدولة	مستوى الدلالة 0.05
صورة الجسم	**ذكر**	**07**	**2.82**	**0.056**	**-0.204**	**07**	**1.894**	**غير دال إحصائياً**
	أنثى	**02**	**2.83**	**0.028**				

يتبين من الجدول (03) أن قيمة (T المحسوبة = 0.204-) أصغر من قيمة (T المجدولة = 1.894) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية (07) ، و منه يمكن القول أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى صورة الجسم بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف تُعزى لمتغير الجنس .

و هي عكس ما توصلت إليه كل من دراسة "Davison & McCabe 2006" التي بينت النتائج أن الإناث يملن إلى كتابة تقرير عن صورة جسمٍ سالبةٍ أكثر من الأولاد، و أيضاً دراسة " Siegel 2002" التي وضحت أن البنات كن أكثر تأثراً بتغيير صورة الجسم عن الأولاد الذكور ، و تتسِق مع نتائج دراسة "الأشرم رضا 2008" بعدم وجود تأثير دال إحصائياً للجنس (ذكر،أنثى) على أبعاد مقياس صورة الجسم و درجته الكلية ، و أيضاً مع نتائج دراسة "عبد الرقيب ،مصطفى 2014" التي أسفرت نتائجها بأن المراهقين المعوقين بصرياً على قدم المساواة في التقدير السلبي للذات الجسمية و الشعور بالرضا عن أجزاء الجسم و المظهر الجسمي.

و هنا يُشير (محمود محمد قطب،2017،ص56) أن صورة الجسم تشغل حيزاً كبيراً من اهتمام جميع الناس على السواء و يظهر من هذا الإهتمام مدى حرص الفرد على الظهور بأحسن صورة أمام الآخرين من خلال النظر في المرآة و متابعة أحدث ما وصلت إليه الموضة في ارتداء الملابس ، و

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كانت المرأة هي التي تتأثر بصورة الجسم لكن من خلال البحوث اتضح أن الرجل أيضاً يتأثر بصورة جسمه .

16- الإستنتاجات : على ضوء الفرضيات المصوغة في الدراسة و الأهداف المسطرة لها و من خلال ما تم عرضه

و مناقشته من نتائج لاستجابات عينة الدراسة فإننا نستنتج ما يلي :

- توجد فروق دالة إحصائياً بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف و غير الممارسين في مستوى إدراكهم لأجسامهم لصالح الممارسين .

- توجد فروق دالة إحصائياً بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف و غير الممارسين في مستوى إدراكهم لأجسامهم من خلال الآخرين لصالح الممارسين .

- لا توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى صورة الجسم بين المعاقين بصرياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف تُعزى لمتغير الجنس .

- للنشاط الرياضي المكيف دور في تحسين صورة الجسم لدى المعاقين بصرياً .

17- خاتمة :

من خلال ما تم طرحه و مناقشته في هذه الدراسة نصل إلى نقطة مهمة مفادها الدور الإيجابي و المهم لممارسة النشاط الرياضي المكيف للفئات الخاصة عموماً و لذوي الإعاقة البصرية خصوصاً ، نظراً للقيود التي تفرضها عليهم إعاقتهم و حرمانهم من المشاركة في الحياة اليومية بصورة عادية و العزلة التي يُعانون منها جراء القصور الواضح لديهم في المشاركة في الأنشطة الرياضية خوفاً من الإصابات و الحوادث ، و كذلك بينت نتائج البحث مدى إيجابية مساعدة الآخرين (أسرة ،أصدقاء،...) في تكوين صورة جسمية جيدة لدى هذه الفئة الأمر الذي ينعكس عليهم إيجاباً و يُحسن من تقديرهم لأنفسهم و يُخرجهم من دائرة العزلة و الإنطواء إذ أنهم يَسعدون بمشاركة العاديين لهم

و مديحهم ، كما أثبتت النتائج أن الإعاقة ليست حاجزاً على جنس معين و أن الرياضة كذلك ليست حكراً على جنس معين .

18- اقتراحات : على ضوء النتائج التي تم التوصل إليها بعد إجراء هذه الدراسة يُمكننا اقتراح مجموعة من الأفكار

و النقاط للباحثين المقبلين في نفس مجال موضوع الدراسة ، و التي يُمكن حصرها فيما يلي :

- إعطاء بالغ الأهمية للنشاط الرياضي المكيف بالمراكز الطبية البيداغوجية لذوي الإحتياجات الخاصة.

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

- تنويع الأنشطة الرياضية المكيفة للمعاقين بصرياً للإستفادة من جميع مزاياها الجسمية و النفسية .

- تشجيع الطلبة ذوي الإحتياجات الخاصة على الإهتمام بأجسامهم و تطويعها من خلال الممارسة الرياضية المكيفة.

- التشديد على أولوية الأساتذة المختصين في النشاط الرياضي المكيف في التدريس في المراكز الطبية البيداغوجية.

- إجراء دراسات مكملة لموضوع الدراسة باقتراح برامج رياضية مكيفة لتحسين صورة الجسم لدى ذوي الإحتياجات الخاصة عموماً و المعاقين بصرياً خصوصاً .

- المراجع :

أ- الكتب:

1- ألفت حسين كحلة (2012): علم النفس العصبي، مكتبة الأنجلو المصرية ،القاهرة.

2- القريطي عبد المطلب أمين (2004): سيكولوجية ذوي الإحتياجات الخاصة و تربيتهم،ط4،دار الفكر العربي، القاهرة.

3- زياد كامل اللالا، شريفة عبد الله الزبيري و آخرون (2013): أساسيات التربية الخاصة،ط2،دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة، عمان.

4- محمد حسن غانم (2015): فن قراءة لغة الجسد، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

5- محمد نجاتي محمد الغزالي (2014): تغذية المعاقين، عالم الكتب، القاهرة.

6- ناهدة عبد زيد الدليمي (2011): مفاهيم في التربية الحركية ،دار الكتب العلمية، بيروت.

ب- الرسائل و الأطروحات :

1- أماني أحمد فتحي حامد (2005): فعالية التحصين التدريجي في خفض درجة بعض المخاوف المرضية لذوي الإعاقة البصرية ،رسالة ماجستير ،كلية التربية، جامعة الزقازيق.

2- الأشرم رضا إبراهيم محمد (2008): صورة الجسم و علاقتها بتقدير الذات لذوي الإعاقة البصرية ، رسالة ماجستير ،جامعة الزقازيق، مصر.

3- خوجة عادل (2001): أثر البرنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم و مفهوم تقدير الذات و تطوير اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى فئة ذوي الإحتياجات الخاصة حركياً، أطروحة دكتوراه في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية، معهد التربية البدنية و الرياضية-سيدي عبد الله، جامعة بن يوسف بن خدة، الجزائر.

4- عبد القادر غزالي (2009): علاقة النشاط البدني الرياضي بصورة الجسم و أثرها على تقدير

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

الذات لدى الطلبة الجامعيين، رسالة ماجستير في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية، جامعة حسيبة بن بوعلي، الجزائر.

5- زكرياء زهير عبد الهادي (2007): صورة الجسد لدى المراهقين مصادرها و علاقتها ببعض المتغيرات الديمغرافية، أطروحة دكتوراه، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، الأردن.

6- محمود محمد قطب إبراهيم (2017): الصلابة النفسية و علاقتها بالرضا عن صورة الجسم لدى عينة من المعاقين حركياً، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة حلوان، مصر.

7- ناصر محمد نوفل (2016): صورة الجسد و الإغتراب النفسي و علاقتهما بالقلق و الإكتئاب لدى المعاقين بصرياً، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

ج- البحوث :

1- سامية صابر محمد عبد النبي (2008): صورة الجسم و علاقتها بتقدير الذات و الإكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة البحوث النفسية و التربوية، جامعة المنوفية، ع1، ص187-235.

2- عبد الرقيب أحمد البحيري، مصطفى عبد المحسن (2014): اضطراب صورة الجسم و علاقته بتقدير الذات و أعراض الشخصية التجنبية لدى المراهقين المعوقين بصرياً، مجلة العلوم التربوية و النفسية، مج15، ع2، ص477-519.

3- فرغلي رضوى (2003): صورة الجسم و تقدير الذات و علاقتها باضطرابات الأكل لدى الأطفال، مجلة الطفولة و التنمية، مج 3، ع.11

4- نهى ضياء الدين عبد الحميد موسى (2013): صورة الجسم لدى الأطفال المكفوفين و ضعاف البصر، مجلة الطفولة و التربية، مج4، ع16، جز2، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية، مصر، ص381-458.

د- المراجع الأجنبية :

1- Davison, T. and McCabe, M. (2005)(a): Relationships between Men's and Womens Body Image and their Psychological Social, and Sexual Func-tioning, Sex Roles, V. 52, N. 7-8.

2-Kaplan,M (2000): Alice without aloking glass : Blind people and Body image.Anthropology and medcine,7(3),277-299.

3- Siegel, J. (2002): Body Image Change and Adolescent Depres-sive Symptoms, Journal of Adolescent Re-search, V. 17, N. 1, P. 27 – 41 -

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

- **SUMMARY :**

- **The study problem:**

- Is for the adapted physical activity role in improved body image in the visually impaired?

- **The partial questions:**

1-are there statistically significant differences between the visually impaired adapted physical activity practitioners and non-practitioners in the level of understanding of their bodies?

2-Are there statistically significant differences between the visually impaired adapted physical activity practitioners and non-practitioners in the level of understanding of their bodies through others ?

3-Are there statistically significant differences in the level of body image among the visually impaired practitioners of adapted physical activity attributed to the gender variable?

- **The general hypothesis :**

- For adapted physical activity role in improved body image in the visually impaired .

- **The partial hypotheses:**

1-There are statistically significant differences between the visually impaired adapted physical activity practitioners and non-practitioners in the level of understanding of their bodies for practitioners .

2-There are statistically significant differences between the visually impaired adapted physical activity practitioners and non-practitioners in the level of understanding of their bodies through others for practitioners .

3-There are no statistically significant differences in the level of function of body image among the visually impaired practitioners of tailored athletic activity attributed to the variable gender .

- **Objectives of the study :**

- Knowing the role of adapted physical activity to improved body image in the visually

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

impaired.

- Access to the results from which to confirm the effectiveness and positive impact of adapted physical activity on the psychological side for people with special needs .

- Make this study a stimulus and invitation for visually impaired persons to practice adapted physical activity .

- **Study method :** We relied in our study on the descriptive survey method .

- **Study Society :** The current study society consists of blind children belonging to the school of visually impaired children in M'sila during the school season 2017/2018 .

- **Study sample :** We chose the study sample survey method, where the research community consists of 21 children and child visually we excluded 05 vocabulary it surveyed path finding

And the current research sample 16 individuals divided into two groups-the number of adapted physical activity practitioners 09 members (7 male, 2 female), and other practitioners of adapted sports activity number 07 members .

-- **Study tool**: we relied on our body image scale prepared by Professor mental health Benha Faculty of education Dr Samia Mohamed Saber Mohamed Abdel Nabi (2008), where the scale consists of 27 words , Spread over two dimensions: the first: individual perception, and the second: individual recognition his body through the opinions of others as family, friends and colleague .

So we have had to read the words as well as treated expats audibly and carefully to understand well, either the answer, we chose to be with hands so don't feel shy, sampled in case we interviewed everyone separately , so after reading the text of the review options (yes, sometimes, no).

-Results:

- A statistical function differences between visually impaired children adapted physical activity practitioners and non-practitioners in after realizing one's body for practitioners.

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

- And a statistical function differences between visually impaired children adapted physical activity practitioners and non-practitioners in after realizing one's body through others for practitioners.

- The results also reached no statistically differences between visually impaired practitioners of adapted physical activity due to the variable gender.

- Suggestions:

- Give great importance to sports activity with pedagogical medical centers adapted for people with special needs.

-The diversification of sports activities adapted to the visually impaired to make use of all the physical and psychological.

-Encourage students with special needs to focus on their bodies and adapted through sports practice adapted .

حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة