ASJP
Algerian Scientific Journal Platform

مجلة افاق للعلوم
Issn: 2507-7228 – Eissn: 2602-5345
https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/351

المجلد:08 العدد: 04(2023) ص747-759

دور النشاط البدني الرياضي الترويحي في تحسين تقدير الذات لدى المعاقين سمعيا (10-14 سنة)

The role of recreational sports physical activity in improving the self-esteem of hearing impaired (10-14 years)

ط.د/ حرمة زكرياء*
جامعة عمار ثليجي الاغواط (الجزائر)
مخبر الابعاد المعرفية والتصورات التطبيقية في علوم التدريب الرياضي من خلال مقاربات المتعددة
z.horma@lagh-univ.dz

د. بعيط بن جدو رضوان
جامعة عمار ثليجي الاغواط (الجزائر)
rb.bait@lagh-univ.dz

معلومات المقال

تاريخ الارسال:
09 جانفي 2022
تاريخ القبول:
09 فيفري 2022

الكلمات المفتاحية:
- ✓ النشاط الرياضي الترويحي
- ✓ تقدير الذات
- ✓ المعاقين سمعيا

الملخص:

هدفت الدراسة إلى معرفة دور النشاط البدني الرياضي الترويحي في تحسين تقدير الذات لدى الاطفال المعاقين سمعيا بالمسيلة من 10 الي 14 سنة، بحيث تم استعمال المنهج الوصفي، بعد ضبط العينة وحصر وسائل البحث والتي تتمثل في مقياس (Bruce Harree) لقياس تقدير الذات حيث تم البدأ بالملاحظة التي تعتبر وسيلة هامة لجمع المعلومات عن الظواهر والمواقف التي تستدعي تأمل الباحث ،وتم تطبيقها على عينة البحث التي قدر عددها 30 فرد معاق سمعيا من مدرسة الصم البكم بالمسيلة وأظهرت النتائج أن للنشاط لبدني الرياضي الترويحي له دورا كبير في تنمية وتحقيق الذات وادماج المعاقين سمعيا وشعورهم بالثقة بالنفس والتفائل

Article info

Received
09 January 2022
Accepted
09 February 2022

Keywords:
- ✓ recreational sports activity
- ✓ self esteem
- ✓ hearing impaired

Abstract :

The aim of the study is to know the role of recreational sports physical activity in improving the self-esteem of the hearing impaired childrens(10-14years) in Msila city. We used the descriptive method, after controlling the sample, also we collected the means of research, which is (the Bruce Harree) standard to measure self-esteem. The observation was made, which is an important way to gather information about the phenomena and situations that require the researcher's contemplation., which numbered 30 persons who have an issue in hearing from the School of the Deaf and Dumb in the city of M'sila.The results showed that recreational sports physical activity has a significant role in the development, self-realization and inclusion of the hearing impaired,and their emotional self-confidence.

* المؤلف المرسل

AFAK for Sciences Journal مجلة آفاق للعلوم EISSN: 2602-5345 ISSN: 2507-7228

Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)

مقدمة

نشأت الرياضة وتكونت في ظل الترويح وارتبطت الى أقصى حد بوقت الفراغ. وعلى الرغم من الاستقلال النسبي للرياضة عن الترويح في العصر الحديث كنظام اجتماعي ثقافي إلا أنها ما زالت ولسوف تظل مرتبطة بالترويح لأن جوهر الرياضة يتأسس في المقام الأول على أهداف ترويحية ولان عوامل الالتقاء كثيرة بين قيم النظامين من حيث أهميتها للإنسان مثل المتعة والتسلية والبهجة وإزالة التوتر والاسترخاء والصحة واللياقة والخبرة الجمالية والإثارة والتنافس والجهد البدني والإنجاز الشخصي والتنافس الشريف والتعبير عن النفس وتحقيق الذات.

ويعتبر الترويح الرياضي من الأركان الأساسية في برامج الترويح يتميز به من أهمية كبرى من المتعة الشاملة للفرد بالإضافة لأهميته في التنمية الشاملة للشخصية من النواحي البدنية والصحية و العقلية وللاجتماعية .

كما ان للإعاقة هي ذلك النقص أو التصور المزمن أو العلة المزمنة التي تؤثر على قدرات الشخص فيصبح معوقا سواء كانت الإعاقة جسمية أو حسية أو عقلية أو اجتماعية وهذا الأمر يحول بين الفرد العادي الاستفادة الكاملة من الخبرات التعليمية والمهنية التي يستطيع الفرد العادي الاستفادة منها كما تحول الإعاقة بين وبين المنافسة المتكافئة مع غيره الأفراد العاديين في المجتمع. (عبد المقصود،2009 ،ص 24) .

تنتج الإعاقة آثارا نفسية قد تحدث تغييرات كبيرة في شخصية الفرد وتؤثر بصورة خاصة على صحته النفسية، لذلك يجب توفير الرعاية المناسبة للمعاقين، وبالطبع يوجد اختلاف بين المعاقين في تقبلهم الإعاقة ،كما تبرز لديهم خصائص شخصية معينة بصورة واضحة مثل : ضعف الثقة في النفس، عدم التفاؤل وعدم الشعور بالسعادة والرضا واثبات الذات وكذلك عدم اكتمال نمو الفاعلية ووضوح التفكير لديهم هذه السمات تنشأ من الإحباط المتكرر والفشل في مواجهة متطلبات الحياة بصورة عادية، كما قد يلجأ بعض المعاقين إلى الحد من النهوض، ومحاولة التعويض واندماجه ضمن الجماعة .

لقد زاد الاهتمام العالمي بالأفراد المعاقين في السنوات الأخيرة، وتغيرت نظرة المجتمع تجاه هؤلاء الأفراد، مما أدى إلى تحديث أساليب تعليمهم والتعامل معهم ومنها أسلوب الدمج بين الأفراد المعاقين والأفراد الأسوياء، وبالتالي تم العمل على تغيير ما هو متبع من عزل الأفراد المعاقين في المدارس والمؤسسات من خلال انضمامهم لجميع الأنشطة المدرسية وأهمها الأنشطة الرياضية التي تعمل على زيادة التدخل بين الأفراد المعاقين والأسوياء من خلال ما يتيحه اللعب الجماعي من تفاعل ومشاركة فيما بينهم .

وإن للنشاط الرياضي دورا كبيرا في تبيان الفرد المعوق لقدرات تكشف عن مدى الحساسية الاجتماعية لديه ومدى فهمه للتعبيرات والايماءات والارشادات الاجتماعية، ومدى وعيه بالأعراف والتقاليد السائدة، ومدى المامه بحدود المسافات النفسية والاجتماعية الملائمة في علاقته بالأخرين، وبالتالي قدرته على تأكيد ذاته وامتلاكه للشجاعة في ابداء آرائه دون الشعور بالنقص، وبناء علاقات ناجحة مع الآخرين والقدرة على التعاطف الوجداني تجاه الآخرين .

إن النشاط الرياضي يعد وسيلة ناجحة للترويح النفسي للمعاق فهو يكسبه خبرات تساعده على التمتع بالحياة وتحقيق الصحة النفسية ويتعدى أثر المهارات الرياضية إلى الاستمتاع بوقت الفراغ في تنمية الثقة بالنفس وكذا التفاؤل بمستقبل زاهر، وعمل صداقات تخرجه من عزلته وتدمجه في المجتمع .

ويعد عاملا من العوامل التي تؤدي إلى رفع المستوي النفسي إذ تكسبه الفرح والسرور، وتمنح له الشعور بالسعادة والرضا وتخلصه من الملل والكره .(حسام ، 2010 ، أ)

ويرى " **جون ديوي** " أن الرياضة تعد نشاطا هاما وبناءا إذ يساهم في تنمية المهارات والقيم والاتجاهات التربوية والنفسية لدى الفرد الممارس لنشاطه، ومن ثم فإنه يساهم في

Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)

تنمية وتطوير الصحة النفسية للفرد المعاق .(حسام ، 2010 ، ب)

إشكالية الدراسة:

ان المدرسة لا تهدف إلى إيصال المعرفة فقط بل تتعدى ذلك إلى جعل الطفل يشارك في الحياة الاجتماعية فتتحسن نظرته إلى نفسه، فوظيفتها إذا هي تعليم الطفل(أن يكون)وهذا مع مراعاة خصائص ونوع الإعاقة، حيث أن هناك أطفال تمنعهم نوع إعاقتهم من الالتحاق بهذه المدارس والتي يكون عليها أن تعمل على مد جسور التعاون، وإقامة علاقات متبادلة يسودها التفاهم، وهدفها تحرير هذا الطفل من عجزه، ومحاولة كليهما الوصول إلى نتائج إيجابية في التعامل وفرض قيمة الذات لدى هذا الطفل الأصم، بإستعمال شتى الوسائل المتوفرة لدعمه ومساندته قصد إثبات وجوده، وأيضا تحفيزه وتشجيعه على بذل جهد أكبر من أجل التواصل باللغة المنطوقة وجعلها الأكثر استعمالا في تعاملاته فيتجاوز بذلك العاهة الثانية وهي(عاهة البكم)التي فرضتها عليه تفاعلاته مع المجتمع والمؤثرة على سلوكه وإعاقته.(عزوني ،2014 ،ص79)

حضي مفهوم الذات باهتمام بالغ الاهمية من قبل الباحثين علي امتداد الربع الاخير من امتداد القن الحالي بوصفه بواحد من الابعد المهم ذات الاثر الواضح في سلوك الفرد وتصرفاته ، ولم يقتصر تناول البحث العادية فحسب بل امتد الي فئة ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة عامة .

وتعتبر قضية المعاقين من القضايا التي أثارت اهتمام الإنسان منذ القدم ، حيث كانت الإعاقة تشكل أمرا غير مرغوب فيه ، وقد أطلق عليهم في ما مضى وحتى منتصف القرن الحالي لفظ المقعدون ، ثم ذوي العاهات بإعتبار أن كلمة الإقعاد توحي بإقتصار تلك الطائفة على مبتوري الأطراف و المصابين بالشلل ، أما العاهة فهي أكثر شمولا بمدلول الإصابات المستمرة ، ثم تغيرت تسميتهم إلى مصطلح العاجزون ، أي كل من به صفة تجعله عاجزا في أي جانب من جوانب الحياة.

إن ما يحمله التحضير النفسي البدني والاجتماعي من أهمية و أثر على تنمية الكفاءات وتحسين المردود الرياضي للمعاقين من خلال الكشف على العوامل النفسية و الشخصية ويهدف إلى التوجيه و الإرشاد النفسي للمعاق بهدف الارتقاء بقدراتهم على مواجهة المشكلات و العقبات التي قد تعترضهم طوال فترة ممارستهم للرياضة وكذلك يهدف إلى تشكيل وتطويرهم لذواتهم و السمات النفسية الخاصة وتدريب المهارات النفسية المرتبطة بالرياضة من أجل التقليل من امراضهم النفسية وعدوانيتهم ، واثبات ذاتهم داخل المجتمع .

غير ان الشئ الواضح هوا ان الاعاقة السمعية تأثر تأثيرا جوهريا وملموسا في الحياة العامة للفرد وتلقي بضلالها علي نشاطه الاجتماعي وتولد له حالة من الشعور بالنقص وذلك يرجع اساس لطبيعة هذه الاعاقة والتي تضع قيود علي الفرد المصاب من ناحية التفاعل والتواصل مع المحيط الاجتماعي او مكان العمل او مع اقرانه في المدرسة ،كما ازداد حالته مع الاحتقار والشفقة والتي يقابها سوء التكيف الفرد داخل المجتمع .

ونضرا لمفهوم الذات كمفهون نفسي هام لشخصية المعاق سمعيا يعتبر جوهر مركزي في علم النفس وفي علم الصحة النفسية خاصة فمعضم سلوك الفرد هوا محاولته لتحقيق ذاته وتوافقه لان المعاق يميل الي الشعور بالنقص مما يجعله يبحث عن مجموعة من البدائل (الجبور،2012 ،ص86)

وعلي هذا الاساس كان التسائل علي الشكل التالي :

التساؤل الرئيسي

- ما مدى تأثير ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية على مستوى تقدير الذات لدي الأطفال المعاقين سمعيا ؟

أما التساؤلات التي تفرعت عن التساؤل الرئيسي فجاءت كالتالي:

1- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات عند الأطفال الصم البكم الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي تعزى لمتغير درجة الصمم؟

AFAK for Sciences Journal مجلة آفاق للعلوم EISSN: 2602-5345 ISSN: 2507-7228
Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)

2- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات لدى الأطفال الصم البكم الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي تعزى لمتغير الجنس؟.

3 - هل توجد علاقة ارتباط بين التحصيل الدراسي وتقدير الذات عند الأطفال الصم البكم الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي ؟.

فرضيات الدراسة:

- هناك تأثير إيجابي لممارسة النشاطات البدنية الرياضية الترويحية على مستوى تقدير الذات عند الأطفال المعاقين سمعيا .

وعلي هذه التساؤلات الواردة في الإشكالية وضعت الفرضيات التالية:

1- توجد فروق ذات دالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى الأطفال الصم البكم الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي تعزى لمتغير درجة الصمم(خفيف- عميق).

2- لا توجد فروق ذات دالة إحصائية في درجة تقدير الذات لدى الأطفال الصم البكم بين الذكور والإناث الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي تعزي لمتغير الجنس .

3- توجد علاقة ارتباط بين التحصيل الدراسي و تقدير الذات لدى الأطفال الصم الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي .

أهداف البحث:

تهدف الدّراسة أساسا إلى معرفة دور النّشاط البدني الرّياضي الترويحي في تقدير الذات من خلال تبيّن أهم المشاكل النّفسية التّي يتعرّض لها المعاق سمعيا من جانب اخر أهمية ممارسة النّشاط البدني الرّياضي الترويحي للتخلّص من هذه المشكلات النفسية من جانب آخر ويهدف إلى:

1. معرفة واقع ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي داخل المدارس البيداغوجية .
2. إثبات أنّ ممارسة النّشاط البدني الرّياضي الترويحي ، دور في تحقيق تقدير الذات لدي الصم البكم .
3. الدور الكبير للمعاقين سمعيا في تقبّل النشاط البدني الرياضي الترويحي و فهمه و ممارسته بكل حرية واستمتاع.
4. التعرف علي مستوي بعض درجات قبول الرياضية لدي الصم البكم .
5. فتح أفاق جديد للمعاقين سمعيا من خلال التطرق الي موضوع دراستنا من كل الجوانب .

أهمية الدّراسة:

تعدّ فئة ذوي الاحتياجات الخاصّة إحدى فئات مجتمعنا، و المعاقين سمعيا يشكلون جزءا كبيرا من هذه الفئة ولمساعدة هذه الفئة علينا تقليل الضغوطات و التّمتع بالحياة ولمَ لا المساهمة في عملية التنمية في مختلف المجالات فعلينا مساعدتها أوّلا على ابراز امكانياتهم و تقديرها تقديرا جيدا وهذا يتطلب عدّة وسائل وإمكانيات من بينها ممارسة النّشاط البدني الرياضي ويمكن تلخيص الأهداف فيما يلي:

1. أهمية دراسة النّشاط البدني الرّياضي الترويحي الذي يعتبر من ضرورات صحة شخصيته خاصة عند المعاق سمعيا.
2. تبيّن دور و أهمية النّشاط الحركي الترويحي في اثبات الذات كأحسن وسيلة لمساعدة المعاق سمعيا.
3. تعوّد المعاق سمعيا على تقبّل الإعاقة وعدم الشّعور بالنقص.

التعريف بمصطلحات البحث :

1- النشاط البدني الترويحي

الترويح الرياضي : هو ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من النشاطات البدنية و الرياضية كما أنه يعد أكثر الأنواع تأثيرا على الجوانب النفسية و الفسيولوجية للفرد الممارس لأوجه مناشطه التي تشمل الألعاب و الرياضات. (الحمامي، 1998 ، ص 84).

AFAK for Sciences Journal مجلة آفاق للعلوم EISSN: 2602-5345 ISSN: 2507-7228

Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)

التعريف الاجرائي : نشاط اختياري يمارسه الفرد في وقت الفراغ وينتج عنه شعور وإحساس بالراحة والفرح والسرور وينتج عنه تخفيف لمكبوتات او امراض نفسية متراكمة.

2- الاعاقة السمعية

الإعاقة السمعية : يُعرف" عبد الحي "الإعاقة السمعية بأنها تلك الحالة التي يُعاني منها الفرد نتيجة عوامل وراثية أو خلقية أو بيئية مكتسبة من قصور سمعي يترتب عليه آثار اجتماعية أو نفسية أو الاثنين معاً ، بحيث تحول بينه و بين تعلم و أداء بعض الأعمال و الأنشطة الاجتماعية التي يُؤديها الفرد العادي بدرجة كافية من المهارة ، وقد يكون القصور السمعي جزئياً أو كلياً ، شديداً أو متوسطاً أو ضعيفاً ، و قد يكون مؤقتاً أو دائماً ، و قد يكون متزايداً أو متناقصاً أو مرحلياً .(فؤاد عيد، 2012 ،ص 31)

التعريف الاجرائي : يُعرفها الباحث على أنها فقدان او الحرمان السمعي الكلي او الجزئي الدي يتراوح ما بين الفقدان السمعي الخفيف حتى الصمم التام ، و هي منطبقة علي ضعاف السمع الكلي والجزئي على حدٍ سواء ، و تتمثل الإعاقة السمعية في دراستنا الحالية في الصم البكم .

3- تقدير الذات

يُعتبر تعريف" كوبر سميث " Cooper Smith لتقدير الذات من أشمل و أ عم التعريفات حيث يصفه بأنه" تقييم يصفه الفرد لنفسه و بنفسه و يعمل على المحافظة عليها ، و يتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو ذاته ، كما يُوضح مدى اعتقاد الفرد بأنه قادر و هام و ناجح و كُفء ، أي أن تقدير الذات هو حكم الفرد على درجة كفاءته الشخصية كما يُعبر عن اتجاهات الفرد لنفسه و معتقداته عنها ، و هكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ثانية ينقلها الفرد إلى الآخرين باستخدام الأساليب التعبيرية المختلفة (عادل، 2000 ،ص 61).

التعريف الاجرائي :وهي مجموعة من التقديرات التي يعطيها الفرد لنفسه سواء الحسنة او السيئة فهي مرتبط بالفرد ومحيطه الاجتماعي الذي يعيش فيه .

2 الدراسات السابقة والمشابهة :

2-1 دراسة حسام الدين شريط (2016)

عنوان الدراسة : " اقتراح برنامج ترويحي رياضي للرفع من تقدير الذات عند المراهقين المعاقين سمعيا 15 16 (سنة)

عينة الدراسة : -يتكون مجتمع الدراسة من جميع الأطفال المعاقين سمعيا الذين تراوح أعمارهم بين 15 و 16 سنة والمتمدرسين في مدرسة صغار الصم بمدينة باتنة، والبالغ عددهم (40) تلميذ وتلميذة، والمسجلين للسنة الدراسية 2016/2017

أهداف الدراسة :

2 يهدف البحث الحالي إلى وضع برنامج ترويحي رياضي والتعرف على:

3 مدى فعالية البرنامج الترويحي الرياضي المقترح في الرفع من تقدير الذات عند المراهقين المعاق سمعيا (16 15 سنة.)

4 مدى فعالية البرنامج الترويحي الرياضي المقترح في الرفع من تقدير الذات عند المراهقين المعاق سمعيا (16 15 سنة) صنف ذكور.

5 مدى فعالية البرنامج الترويحي الرياضي المقترح في الرفع من تقدير الذات عند المراهقين المعاق سمعيا (16 15 سنة) صنف إناث.

مدى وجود اختلاف بين الذكور والإناث المعاقين سمعيا في تقدير الذات بعد تطبيق البرنامج الترويحي الرياضي.

نتائج الدراسة :

- 1 عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاناث ولذكور المعاقين سمعيا الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي

AFAK for Sciences Journal مجلة آفاق للعلوم EISSN: 2602-5345 ISSN: 2507-7228
Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)

وجود مستوي مرتفع لتقدير الذات بين الاختبار القبلي والبعدي للممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي ذكور واناث

2-2 دراسة عزوني سليم (2014)

عنوان الدراسة : " أثر ممارسة النشاط البدني والرياضي على تقدير الذات عند الأطفال الصم ما بين 10و 13 سنة(.دراسة ميدانية بولاية البليدة)

عينة الدراسة : تمثلت عينة الدراسة 31 طفلا ممارسين للنشاط البدني والرياضي بالمدرسة والذين تتراوح أعمارهم ما بين عشرة وثلاثة عشر سنة. منهم 12 ذكور و 12إناث.

أهداف الدراسة :

-التعرف على دور هذا النشاط البدني الخاص ومدى تأثيره على تقدير الذات لدى الأطفال الصم.

-التعرف على مستويات تقدير الذات عند فئة الأطفال الصم والممارسين للنشاط البدني والرياضي وذلك حسب درجة الصمم عندهم.

-التعرف على مستويات تقدير الذات لدى الأطفال الصم عند الذكور والإناث الممارسين للنشاط البدني والرياضي.

-التعرف على مستويات تقدير الذات لدى الأطفال الصم المتفوقين في دراستهم وغير المتفوقين فيها

نتائج الدراسة :

ليست هناك فروق في مستوى تقدير الذات لدى الأطفال الممارسين للنشاط البدني الرياضي حسب متغير درجة الصمم.

ليست هناك فروق في مستوى تقدير الذات لدى الأطفال الممارسين للنشاط البدني الرياضي حسب متغير الجنس .

ليست هناك فروق في مستوى تقدير الذات لدى الأطفال الممارسين للنشاط البدني الرياضي حسب متغير التحصيل الدراسي .

2-3 دراسة : لبجاوي فاضلي ومحمد سديره (2014)

عنوان الدراسة : " دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدي المعاقين سمعيا بين 11 و 16 سنة (.دراسة ميدانية لمدرسة الصم البكم بالمسلة)

عينة الدراسة : تمثلت عينة الدراسة 52 طفلا معاق سمعيا ممارسين للنشاط البدني والرياضي المكيف بالمدرسة منهم 32 ذكور و 20 إناث

أهداف الدراسة :

ايجاد سبل لتحقيق التوافق النفسي للأطفال المعاقين سمعيا بين 11 و 16 سنة

التعرف علي خصائص صغار الصم البكم النفسية والاجتماعية والانفعالية

نتائج الدراسة :

1 - حصة الانشطة البدنية الرياضية المكيفة تؤدي الي التوافق النفسي والاجتماعي.

2- حصة الانشطة البدنية الرياضية المكيفة تؤدي الي الراحة النفسية.

3- اطفال الصم البكم اثناء ممارستهم للنشاط البدني الرياضي المكيف لا يتأثرون بكلام الناس.

1- ان الانشطة البدنية الرياضية المكيفة لها دور كبير في التحصيل الدراسي واستعدادهم لتلقي المعلومات.

العمل على تحسين نفسية المعاق سمعيا و الشعور بشخصية قوية و الرفع من معنوياتهم وقدراتهم من خلال ممارسة النشاط البدني.

تعقيب علي الدراسات السابقة :

بعد الاطلاع على هذه الدراسات السابقة ومتغيراتها أفادتنا في صياغة عنوان موضوع بحثنا كما افادتنا هذه الاخيرة في بناء الخلفية النظرية لدراسة وطريقة التي يجب استعمالها في طرح الاشكالية والفرضيات وكذلك الاطلاع على الموضوع من الباب الواسع كما ساهمه في فهم الطريقة

Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)

التي نستخدمها في جمع البيانات والمنهج المستخدم وكيفية تحليل النتائج المتحصل عليها، ومن خلال هذه الدراسات السابقة تبين لنا أن هذا النقص والعجز من الدراسات لدى المعاقين سمعيا أثر بشكل كبير عليهم وخاصة في مجال تقدير الذات والصحة النفسية .

ووفقا لما جاء في دراسة (حسام الدين شريط 2016) التي بينت مدي الدور الاساسي و الإيجابي للرياضة علي صحة النفسية المعاقين ، اما في دراسة (لبجاوي فاضلي ومحمد سديرة 2011)التي بينت أن هناك فروق ذات دلالة احصائية لصالح المجموعة الممارسة للنشاط البدني الرياضي المكيف وتؤدي حصة الانشطة البدنية الرياضية المكيفة الي التوافق النفسي والاجتماعي ،ولها دور كبير في التحصيل الدراسي ،كما أشارة دراسة (عزوني سليم 2014) أن المعاقين الممارسين للنشاط البدني الرياضي يمتازون بتقدير لذواتهم عالية من كلا الجنسين اما من ناحية التحصيل الدراسي فقد كان ضعيف ،

3 - الإجراءات المنهجية للبحث :

3- 1 المجال الزماني والمكاني :

المجال المكاني : اطفال مدرسة الصم البكم بالمسيلة، الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي .

- المجال الزمني : وكانت هذه الدراسة في 10 نوفمبر 2021 . الي غاية 30 نوفمبر 2021

- المجال البشري : وهم 30 فرد معاق سمعيا ممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي .

3- 2 مجتمع وعينة الدراسة :

فتمثلت عينة البحث في اطفال مدرسة الصم البكم بالمسيلة والتي تعتبر المدرسة الوحيدة في ولاية المسيلة التي تضم اطفال ذوي الاحتياجات الخاصة من فئة الصم البكم فكان اختيار 30 طفل معاق سمعيا من مجموع المجتمع الاصلي ، 20 طفل اصم ممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي و10 افراد كعينة تجريبه لقياس الصدق والثبات .

3 - 3 المنهج المتبع في الدراسة :

إن المنهج في البحث العلمي يعني مجموعة من القواعد التي يتم السير عليها واحترام مراحلها من أجل الوصول في الأخير إلى الحقيقة وقد استخدمنا في بحثنا هذا المنهج الوصفي الذي يهدف الى وصف ظاهرة ما أو واقع بدقة .

وموضوعية اعتمادا على المعطيات و البيانات التي تحلل كميا. (عشوي ، 2003 ، ص 13).

أدوات الدراسة :

و اعتمدنا في جمع المادة العلمية النظرية على عدة مراجع تتقارب من حيث القيمة العلمية ولها علاقة كبيرة بموضوع الدراسة كما اعتمدنا على مقياس(Bruce Harree) لقياس تقدير الذات بدأنا بالملاحظة التي تعتبر وسيلة هامة لجمع المعلومات عن الظواهر والمواقف التي تستدعي تأمل الباحث، حيث قمنا بالملاحظة كلما سنحت لنا الفرصة بالاتصال مع الأطفال الصم والتي دامت مدة معينة من الزمن (عزوني، 2014، ص86).

الأساليب الأحصائية :

ومنها (SPSS) "الحزم الإحصائية اعتمد الطالب الباحث في دراسته نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية الأساليب الإحصائية التالية :

- ✓ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.
- ✓ للتعرف على دلالة الفروق بمتغيرات الدراسة اختبار T.-
- ✓ بالإضافة الي الأداة الاحصائية :
- ✓ درجة (T) المحسوبة والمجدولة .

AFAK for Sciences Journal مجلة آفاق للعلوم EISSN: 2602-5345 ISSN: 2507-7228
Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)

✓ اختبار بيرسون .

الاختبار ، و هذا يعني أن ثبات الاختبار هو أن يُعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما استخدام الاختبار أكثر من مرة تحت ظروف مماثلة و يكون الاختبار ثابتاً إذا كان معامل الارتباط عالياً .(عروسي، 2020 ،ص108).

4- 3 الثبات :

يؤكد التعريف الشائع للثبات أنه يُشير إلى إمكانية الاعتماد على أداة القياس أو على استخدام

الجدول (01) يمثل درجة الصدقة وثبات مقياس تقدير الذات

مقياس تقدير الذات	صدق المقياس	ثبات المقياس
	0.70	0.83

المصدر: باعتماد الطالب من مخرجات spss (2020)

4إجراءات التطبيق الميداني :

1 - 4 عرض نتائج مقياس تقدير الذات

بعد الصياغة النهائية لاستمارة المقياس تم توزيع عشر الاستمارات على اللاعبين كدراسة استطلاعية وتم توزيع لاستمارة الاستبيان على 30 استمارة علي الاطفال الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي وتمت العملية في ظرف يومين ومن ثما بدأنا عملية التفريغ وتوزيع البيانات وتحليلها .

لتحديد مستويات المقياس حسب استجابات أفراد العينة قد تم حساب التكرارات والنسب المئوية

جدول (02) يبين نتائج استجابة العينة علي مقياس تقدير الذات

درجة مستويات تقدير الذات	الكرارات	النسبة المئوية
مستوى منخفض 30 - 59	0	0
مستوى متوسط 60 - 89	7	35
مستوى مرتفع 90 - 120	13	65

يوضح الجدول (02)أن استجابات معظم أفراد العينة كانت ضمن التقدير المرتفع للذات بحيث انحصرت هذه الاستجابات بين 94 و 101 درجة من مجموع الدرجة الكلية للمقياس وهي120 درجة وبالتالي كانت النسبة 65% ضمن التقدير المرتفع للذات و35% ضمن التقدير الذات المتوسط .

وقصد التوضيح أكثر ارتأينا أن ندعم توضيح النتائج الخاصة باستجابات العينة و تبيين مستويات تقدير الذات لديها.

4-2عرض نتائج الفرضيات

عرض نتائج الفرضيات الأولي

هناك فروق في مستوى تقدير الذات لدى الأطفال الصم البكم الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي حسب متغير درجة الصمم.

للتحقق من هذه الفرضية تم استخدام اختبار دلالة الفروق (ت) لدراسة الفروق بين الأطفال ذوي درجة الصمم العميق و

Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)

ذوي درجة الصمم الخفيف و الجدول التالي يبين النتائج المتحصل عليها.

جدول (03) يوضح أثر درجة الصمم في مستوى تقدير الذات لدى العينة

المقياس / درجة الصم	العينة	المتوسط الحسابي	لانحراف المعياري	(ت) المجدولة	(ت) المحسوبة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
متوسط	8	2.72	0.80	1.72	0.54	18	0.05
عميق	12	2.17	0.75				

المصدر: باعتماد الطالب من مخرجات spss (2021)

يتضح لنا من خلال الجدول (03) أن قيمة المتوسط الحسابي لدرجة الصمم المتوسط بلغ 2.72 بانحراف معياري يقدر ب 0.80 بينما وصلت قيمة المتوسط الحسابي لدرجة الصمم العميق 2.15 و بانحراف معياري يساوي 0.75 وبلغت قيمة (ت) المحسوبة 0.54 وهي أقل من قيمة(ت) المجدولة 1.72 عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات وفقا لمتغير درجة الصمم لدى الأطفال الصم الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي و الذين تتراوح أعمارهم مابين 10 و 14 سنة و على هذا نقبل فرضية الدراسة.

عرض نتائج الفرضية الثانية

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيا في مستوى تقدير الذات لدى الأطفال الصم الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي حسب متغير الجنس.

للتحقق من الفرضية قمنا باستخدام اختبار دلالة الفروق (ت) لدراسة الفروق بين الذكور و الإناث و الجدول التالي يبين النتائج المتحصل عليها

جدول (04) يوضح أثر الجنس في مستوى تقدير الذات لدى العينة

المقياس / الجنس	العينة	متوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(ت) المحسوبة	(ت) المجدولة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
إناث	10	2.65	0.256	0.292	1.725	18	0.05
ذكور	10	2.54	0.234				

المصدر: باعتماد الطالب من مخرجات spss (2021)

يتضح لنا من خلال الجدول(04) (أن قيمة المتوسط الحسابي لمتغير الجنس للإناث بلغ (2.64) بانحراف معياري يقدر ب (0.256) بينما وصلت قيمة المتوسط الحسابي للذكور (2.53) و بانحراف معياري يساوي (0.234) و بلغت قيمة اختبار الفروق المحسوبة (0.292) وهي أقل من قيمة (ت) المجدولة (1.725) عند مستوى الدلالة (0.05) وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات وفقا لمتغير الجنس لدى الأطفال الصم الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي و الذين تتراوح أعمارهم ما بين 10 و 14سنة و على هذا نقبل فرضية الدراسة.

عرض نتائج الفرضية الثالثة

هناك علاقة بين التحصيل الدراسي و مستوى تقدير الذات لدى الأطفال الصم الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

AFAK for Sciences Journal مجلة آفاق للعلوم EISSN: 2602-5345 ISSN: 2507-7228

Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)

للتحقق من هذه الفرضية تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقدير الذات و التحصيل الدراسي لدى استجابات العينة ، و الجدول التالي يوضح النتائج المتحصل عليها.

جدول (5) يوضح العلاقة الارتباطية بين مستوى تقدير الذات و التحصيل الدراسي لدى العينة

المتغيرات	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
تقدير الذات	0.440-	0.05
التحصيل الدراسي		

المصدر: باعتماد الطالب من مخرجات spss (2021)

يتضح من خلال الجدول (05) أن قيمة معامل الارتباط لبيرسون المحسوب بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي يقدر ب-0.440 وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05 و منه نستنتج أن طبيعة العلاقة الارتباطية سالبة بين تقدير الذات و التحصيل الدراسي أي أن هناك سوء توافق بين المتغيرين هذا يفرض علينا قبول الفرضية البديلة التي تنص على جود ارتباط ضعيف بين التحصيل الدراسي و مستوى تقدير الذات لدى الأطفال الصم الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي وفقا لمتغير التحصيل الدراسي و بذلك نقبل الفرضية البديلة .

3-4 تحليق ومناقشة الفرضيات

لقد أظهرت النتائج أن مستوى تقدير الذات لدى العينة كان مرتفعا بنسبة 100 % أي أن كل افراد العينة كان تقديرهم لذواتهم مرتفعا وتراوحت درجات إجاباتهم ما بين 91و 97 درجة من مجموع 120 درجة وهو يمثل أعلى درجات المقياس .

تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى :

لقد أسفرت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات تبعا لمتغير درجة الصمم عند الأطفال الصم الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي ، وقد لجأنا إلى تفسير الدكتور **فاضلي لبجاوي ومحمد سديره** (2014) الذي اكد أن العوامل التي تؤثر في تقدير الفرد لذاته كثيرة منها ما يتعلق بالفرد نفسه مثل استعداداته وقدراته والفرص التي يستطيع أن يحققها ، ومنها ما يتعلق بمحيط الخارجية وبالأفراد الذين يتعاملون معهم من اقرانهم واساتذتهم، وكذلك يساهم النشاط البدني الرياضي المكيف بدور كبير في استجابة الايجابية وقدرة الانتباه والتركيز الفعال للفرد وتختلف درجة الاستجابة نضرا لدرجة الصمم التي تهيء للفرد المجال والانطلاق والانتاج والإبداع، فإن تقديره لذاته يزداد باستجابته للسمع .(فاضلي لبجاوي .محمد سديرة.2014)

في حين لم تتوافق دراستنا مع دراسة سليم عزوني (2014) الذي اكد ان لا توجد فروق لدي الممارسين للنشاط البدني الرياضي تعزي لمتغير درجة الصمم حيث اكد أن عدم تأثير درجة الصمم على مستوى تقدير الذات عند هؤلاء الاطفال يعود بالأساس إلى البيئة التي يتواجدون فيها بالدرجة الأولى وما توفره لهم من مجالات للتعبير عن مكبوتاتهم وإمكاناتهم وقدراتهم حتى من خلال حصة النشاط البدني الرياضي، وكذلك الافراد الذين يتعاملون معهم بالإضافة إلى القدرات الفردية لكل واحد منهم .(سليم عزوني 2014)

وعلى ضوء ما سبق يرى الطالب الباحث أن تأثير درجة الصمم على مستوى تقدير الذات عند هؤلاء الاطفال يعود بالأساس بالأنشطة الترويحية التي يمارسونها فقد تؤدي بهم الي الاعتناء بصحتهم والتخفيف من مكبوتاتهم وقلقهم وكذلك المدارس والعناية التي يتلقونها حيث توفره لهم من مجالات للتعبير عن مكبوتاتهم وإمكاناتهم وقدراتهم حتى من خلال حصة النشاط البدني الرياضي، وكذلك الافراد الذين يتعاملون

Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)

معهم بالإضافة إلى القدرات الفردية لكل واحد منهم حسب درجة السمع فهي تأثر بصفة خاصة بسرعة الاستجابة .

تحليل ومناقشة الفرضية الثانية :

أسفرت النتائج الخاصة بمتغير الجنس على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات بين الذكور والإناث وهذا يتواق تماما مع دراسة حسام الدين شريط (2017) حيث توصلوا إلى عدم ودود فروق ذات دلالة على مقياس تقدير الذات الذي وادا إرتفاع تقدير الذات لدي الذكور والاناث وذلك في الاختبار البعدي، مما يوضح أن ممارسة البرنامج الترويحي لا يؤدي الى اختلاف في مستوى تقدير الذات باختلاف الجنس وذلك نتيجة الى كون البرنامج لا يتضمن أنشطة أو مواقف أو أدوات أو مثرات يمكن اعتبارها ذات ارتباط بجنس المراهق، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الجزئية الثانية.

ومن هذا نستخلص أن ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي تاثر في كلا الجنسين وقد تكون هي السبب الأول في كون عدم وجود فروق بين الذكور والإناث، أي أن هذه الإعاقة جعلت الفروق في إدراك القدرات بتلاشي بين الجنسين مما يعزز الفرضية الدراسة التي ترى أن للنشاط البدني والرياضي الترويحي تأثير إيجابي على مستوى تقدير الذات عند الأطفال الصم، سواء حسب الجنس او بالشكل العام و هذا ما يفسر مستوى التقدير المرتفع للذات المسجل عند هؤلاء الاطفال، طبعا هذا بالإضافة إلى عوامل أخرى ربما تتحكم في قدراتهم واو مدا ادراكهم .

تحليل ومناقشة الفرضية الثالثة :

اسفرت النتائج الخاصة بمتغير التحصيل الدراسي على عدم وجود ارتباط قوي لتقدير الذات تبعا لمتغير التحصيل الدراسي، حيث كان التحصيل الدراسي عند كل أفراد العينة منخفضا ويقابله تقديرا مرتفعا للذات . والمسجل عند افراد العينة بنسبة 100 % .

بالنسبة للتحصيل الدراسي المنخفض وهذا ما تؤكده دراسة عزوني سليم (2014) التي يبين فيها بعض الخصائص المعرفية والحاجات التعليمية للصم حيث وجد أن الاصم يتصف بإنخفاض رهيب في القدرة على التركيز والانتباه وكثرة النسيان وحاجته إلى تنويع الخبرات التعليمية القصيرة والجذابة وممارسة الأنشطة البيئية وحاجته لوقت أطول لتكرار تعلم المفاهيم وتثبيتها في ذاكرته، كما أنه يتصف بتدني مستوى التحصيل الدراسي وذلك لتأخر النمو العقلي بنسبة تقدر بثلاث سنوات عن مستوى نظيره العادي الذي يماثله في السن الزمني لذا فهو في حاجة إلى منهج يناسب عمره العقلي .

في حين لم تتوافق دراستنا مع دراسة لبجاوي فاضلي ومحمد سديرة (2014) حيث اكدت دراسة الباحثان ان الطفل الاصم الممارس للنشاط البدني الرياضي المكيف اكثر استعدادا لتقلي المعلومات غير اقرانه الغير ممارسين حيث نرى ان معظم التلاميذ الاصم ان حصة التربية البدنية والرياضية لها دور كبير في الحفاض علي صحة التلميذ الاصم ويعود ذلك للأهداف المسيطرة من طرف الاستاذ للحفاض علي صحة التلميذ الاصم .

ومنه نستخلص أن التحصيل الدراسي ضعيف بصفة عامة عند الطفل الاصم غير أنه يميل إلى تنويع الخبرات التعليمية وممارسة الأنشطة البيئية، وهذا ما يجده بالضبط في حصة النشاط البدني الرياضي الترويحي الذي نرى انه سبب رئيس في التقدير المرتفع للذات عند هؤلاء الأطفال .

ومنه نستخلص ان النشاط البدني الرياضي الترويحي له دور كبير وفعال في تحسين الذات وتقديرها لدي الاطفال الصم البكم .

الخاتمة :

إن التماسك هو مفتاح الارتقاء بالأفراد سواء كانوا عاديين أومن ذوي الاحتياجات الخاصة من خلال ما يكسبهم إياه من قيم و ميولات واتجاهات نحو مختلف مواقف الحياة وهذا من خلال مجموعة من الأساليب التي ولابد لها أن تتميز بالسواء لتكون قادرة على الارتقاء بالإطار القيمي والنفسي والاجتماعي لهذه الفئة ومنها ليكونوا أفرادا صالحين لأنفسهم أولا و لمجتمعهم ثانيا .

AFAK for Sciences Journal مجلة آفاق للعلوم EISSN: 2602-5345 ISSN: 2507-7228
Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)

إن مشاركة المعاق في الأنشطة الرياضية الترويحية تعود عليه بالفائدة أول هاته الفوائد تنعكس على القدرة الحركية و الفسيولوجية ، وهذا بالطبع يساعد الشخص المعاق على مواجهة ظروف الحياة بأسلوب أسهل ، وكذلك إعطاء المعاقين سمعيا قدر لا بأس به من الثقة في النفس ويتوقف هذا على نوع النشاط وقدرته على النجاح فيه، لذلك من المهم أن يكون المربي واعيا لهذه النقطة فكما يقال في علم النفس " لا شيء ينجح مثل النجاح نفسه " لذلك على المربي أن يعطي افراد ذوي الاحتياجات الخاصة قدرا من النشاط الذي يستطيع أن ينجح فيه.

من خلال هذه الدراسة حاولة أن أسلط الضوء على الدور الذي تلعبه الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية في الرفع من تقدير الذات لدى المعاقين سمعيا الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي ،حيث ادت الدراسة الحالية إلى التعرف على مدى تأثير ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي على مستوى تقدير الذات عند الاطفال الصم الذين تتراوح اعمارهم ما بين 10 و 14 سنة في ضوء المتغيرات كالجنس، درجة الصمم والتحصيل الدراسي وقد توصلنا على الاستنتاجات التالية :

مستوى تقدير الذات كان مرتفعا عند كل أفراد العينة حسب ما اسفرت عنه النتائج .

هناك تأثير جد إيجابي بين ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي ومستوى تقدير الذات عند عينة الدراسة .

أما نتائج الفرضيات الجزئية بالنسبة للمتغيرات على مستوى تقدير الذات لدى العينة فقد توصل الطالب الباحث إلى

وجود فروق دالة احصائيا بين مستوى تقدير الذات ودرجة الصمم.

عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والاناث في مستوى تقدير الذات .

عدم وجود فروق ارتباط بين مستوى تقدير الذات والتحصيل الدراسي .

توصيات:

التركيز على فئة ذوي الاحتياجات الخاصة التي هي مهمشة كثيرا في مجتمعنا وتعاني ضغط من المجتمع يضاف إلى الضغط النفسي الناتج عن نوع الإعاقة التي يعاني منها.

توفير الإمكانيات المادية والبشرية من اجل تطوير في قدرات ذوي الاحتياجات الخاصة من الناحية التدريبية ورفع المستوى أو الناحية الاجتماعية مما يسهل عليهم تطوير انفسهم نفسيا و اخلاقيا .

الاهتمام أكثر بعلم النفس الرياضي ولما يقدمه للمدرب من فائدة في التعامل مع هاته الفئة .

توفير من طرف الوزارات المختلفة أو الجمعيات المدنية وسائل الاكتشاف المبكر لحالات الإعاقة والعمل على تكوين فرد سليم يندمج مع المجتمع رغم الإعاقة من خلال تحسين قدراته الرياضية أو الفكرية أو الإبداعية .

تقديم منح وامتيازات كافية لهذه لفئة ذوي الاعاقة السمعة وذألك جراء النتائج المحصل عليها وتشجيعهم على تقديم المزيد مستقبلا وضمان حياة مستقبلية أفضل مما يجعلهم مرتاحين نفسيا.

الاهتمام إعلاميا بهذه الفئة المهمشة من طرف الإعلام بمختلف أنواعه وذألك من اجل التعريف بمشاكلهم سواء كانت مادية أو اجتماعية أو نفسية أو رياضية.

اقتراحات:

القيام بدراسات اخرى تركز بالنسبة كبيرة على المشاكل النفسية التي تواجه ذوي الاحتياجات الخاصة في ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي .

القيام بدراسات تركز على اهم العوامل التي تركز على الرفع من مستوى الاداء لدى ذوي الاحتياجات الخاصة.

التركيز على طرق التدريب الحديثة التي تساعد على الرفع من مستوى ذوي الاحتياجات الخاصة.

Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)

قائمة المراجع

-عبد المقصود السواح ، صالح . (2009) .ط1.تعديل سلوك الاطفال المعاقين سمعيا(النضري والتطبيقي). دار الوفاء. الاسكندرية . مصر . ص 24

-عبد الرحيم طه ،طه . (2006) .مدخل الي الترويح . ط 1. دار الوفاء .الاسكندرية . مصر.

محمد الحمامي، محمد .عايدة عبد العزيز، مصطفي .(1998). ط2. الترويح بين النظريات والتطبيق . مركز الكتاب للنشر .القاهرة. ص84 .

-عبد الجوال، فؤاد . (2012) .ط1 .الاعاقة السمعية .دار الثقافة للنشر والتوزيع. القاهرة . مصر .ص 31.

-عبد الله محمد، عادل. (2000) . دراسات في الصحة النفسية الهوية . الاغتراب الاضطرابات النفسية. دار الرشد القاهرة.مصر. ص61.

-عشوي ،مصطفى .(2003) .ط2 .مدخل الى علم النفس المعاصر ، ديوان المطبوعات الجامعية. الجزائر .ص13.

- انيف مفضي الجبور ، (2012) . ط1 .رياضات ذوي الاحتياجات ،مكتبة المجتمع العربي للنشر كالتوزيع، عمان، الاردن .ص86

الاطروحات :

-حسام، بشير." (2011) .فاعلية النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق الصحة النفسية وادماج المعاقين حركيا". اطروحة دكتوره في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية تخصص نشاط بدني مكيف . معهد التربية البدنية والرياضية ،سيدي عبد الله .جامعة دالي ابراهيم ، الجزائر .

-عروسي، الدراجي . (2020).أثر برنامج رياضي مكيف مقترح في تحسين صورة الجسم و رفع مستوى تقدير الذات لدى المعاقين سمعيا. أطروحة دكتوراه في نضري ومنهجه التدريب تخصص الاستقلالية واعادة تأهيل الاعاقة بالأنشطة البدنية المكيفة . معهد التربية البدنية والرياضية جامعة مستغانم ، الجزائر .

المقالات :

-شريط ، حسام الدين . (2019) .اقتراح برنامج ترويحي رياضي للرفع من تقدير الذات عند المراهقين المعاقين سمعيا(16-15سنة) . مجلة علوم الرياضية والتدريب معهد علوم وتقنيات النشطات البدنية والرياضية جامعة الجزائر العدد 4.

-سليم ،عزوني. (2014) .اثر ممارسة النشاط البدني والرياضي علي تقدير الذات عند الاطفال الاصم مابين 10 و 13 سنة .مجلة العلوم وممارسة الانشطة البدنية والرياضية والفنية ،معهد علوم وتقنيات النشطات البدنية والرياضية ،جامعة الجزائر، العدد 5 .

-فاضلي، بجاوي ، سديرة، محمد. (2014) .دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي اجتماعي لذوي الاحتياجات الخاصة فئة المعاقين سمعيا .مجلة الابداع الرياضية. معهد علوم وتقنيات النشطات البدنية والرياضية، جامعة مسيلة. العدد 20 .

AFAK for Sciences Journal مجلة آفاق للعلوم EISSN: 2602-5345 ISSN: 2507-7228

Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)