

ISSN: 2392-5442, EISSN: 2602-540X		مجلة المنظومة الرياضية
المجلد: 10 العدد: 01 السنة: 2023		مجلة علمية دولية تصدر بجامعة الجلفة الجزائر
الصفحات: 743-758		تاريخ الإرسال: 19-07-2022 تاريخ القبول: 29-12-2022

مساهمة النشاط البدني الترويحي في تحسين نقص الإنتباه وفرط الحركة لأطفال ذوي الإعاقة
الذهنية من وجهة نظر مربي المراكز النفسية البيداغوجية

The contribution of recreational physical activity in improving attention deficit and hyperactivity for children with intellectual disabilities from the point of view of educators of psychological educational centers

بوراس صباح¹، مراد خليل²

¹ جامعة محمد خيضر بسكرة (الجزائر)، sabah.bouras@univ-biskra.dz

² جامعة محمد خيضر بسكرة (الجزائر)، khalil.merad@univ-biskra.dz

مخبر مخبر المسألة التربوية في الجزائر في ظل التحديات الراهنة – جامعة بسكرة -

ملخص: هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مدى مساهمة الأنشطة البدنية الترويحية في تحسين من نقص الإنتباه وفرط الحركة لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية من وجهة نظر مربي المراكز النفسية البيداغوجية، وتكونت عينة الدراسة من (48) مربي ومربية تم إختيارهم بطريقة قصدية، والاعتماد المنهج الوصفي لهذه الدراسة وبناء إستمارة إستبان كأداة لجمع البيانات تتضمن محورين نقص الانتباه وفرط الحركة والاعتماد على برنامج *spss* في تحليل البيانات، وتم التوصل الى النتائج التالية: تساهم الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية بشكل فعال في تحسين نقص الإنتباه والتقليل من فرط الحركة لاطفال الإعاقة الذهنية.

كلمات مفتاحية: النشاط البدني الترويحي، فرط الحركة ونقص الإنتباه، الإعاقة الذهنية.

Abstract: This study aimed to identify the extent to which recreational physical activities contribute to improving attention deficit and hyperactivity in children with intellectual disabilities, From the point of view of the educators of the psychological educational centers, the study sample consisted of (48) educators They were intentional selected and the descriptive method of this study was adopted and a questionnaire was built as a tool for data collection that includes two axes of attention deficit and hyperactivity and reliance on the *spss* program in analyzing the data and the following results were reached Recreational sports and physical activities contribute effectively to improving attention deficit and hyperactivity for children with intellectual disabilities.

Keywords: Recreational physical activity; hyperactivity; intellectual disability.

*المؤلف المرسل

1. مقدمة:

يمثل الاهتمام بذوي الإحتياجات الخاصة والعناية بهم احد المقاييس التي توضح مدى تقدم الأمم وتحضرها فقد أولت الدول في الوقت الحاضر اهتماما كبيرا في رعايتهم بغرض تنمية قدراتهم الى أقصى ماتسمح به امكاناتهم (محمد، 2009، صفحة 09)

وتهتم الدول في الوقت الحال بذوي الاحتياجات الخاصة عامة وذوي الإعاقة الذهنية خاصة في جميع المجالات التربوية والنفسية والاجتماعية على أنها حق من حقوقهم واعتبار إن تقدمهم يقاس بمدى اهتمام ورعاية وتوجيه وإرشاد وإدماج هذه الفئة في المجتمع وتأهيلهم اجتماعيا من خلال إقامة مراكز نفسية وبداغوجية تهتم بهذه الفئة من خلال بناء برامج تكوينية وتأهيلية تساعد هذه الشريحة من المجتمع على تقبل ذواتهم ودمجهم كأشخاص صالحين في المجتمع وذلك من خلال مساعدتهم ببرامج تكوينية تكون لهم المتنفس الذي يستطيعون من خلاله غرراز قدراتهم واكتشاف مواهبهم وتخلصهم من الضغوط النفسية التي يعاني منها هؤلاء و وهذا مانادى به علماء التربية والنفس من خلال إتاحة الفرص للمعاقين لتعبير عن أنفسهم وميولاتهم ورغباتهم في ممارسة الأنشطة التي تتلائم مع توجهاتهم وقدرتهم المعرفية والبدنية من خلال البرامج التربوية او البرامج البدنية والرياضية

وتعتبر الرياضة في المجتمعات الحديثة أكثر الطرق الشائعة في الترويح، ويرجع ذلك لتفهم تلك المجتمعات للقيمة الايجابية و الأكيدة والتي تخص الجوانب البدنية والنفسية للممارسة الرياضية، ولذلك فقد أصبحت الرياضة في حد ذاتها ولأسباب اجتماعية قيمة كبيرة ومطلوبة وتشغل اهتمام قطاع كبير من الأفراد من مختلف الأعمار والمهن .

ولصغار السن فان ممارسة النشاط البدني والرياضي هو تفرغ طبيعي وسليم للطاقة الحيوية والنفسية لهم كما تساعد في صقل وتهذيب النشئ و تعوذبهم احترام القواعد والأصول في الملعب وخارجه، ولشغل أوقات الفراغ بطريقة صحيحة هو ما ينصح بيه علماء التربية لكل من الأصحاء والمعاقين (أسامة، 2000، صفحة 14)

ويشير محمد فهبي 1998 الى إن المعاقين ذهنيا هم فئة من فئات المجتمع أصابها القدر بإعاقة قللت من قدراتهم على القيام بأدوارهم الاجتماعية على الوجه الأكمل مثل الأفراد غير المعاقين فهذه الفئة هي أحوج الى أن تفهم بعض المظاهر الشخصية والسلوكية لديهم نتيجة لما تفرضه الإعاقة من ظروف ومواقف إجتماعية وصراعات نفسية.

ويرى هارفل 1990أنه من أهم احتياجات الطفل المعاق ذهنيا هو شعوره بعدم الفرق بينه وبين الأطفال الغير معاقين وذلك من خلال إتاحة الفرص للدمج والمشاركة الفعالة في اللعب الجماعي

ويوضح ريمر أن الترويح يعتبر مسلكا صحيحا للنشاط البدني والعقلي فهو يعطي للفرد الشعور بالكفاية والقوة، وبذلك يساعد على عدم نمو الشعور بالنقص والأنشطة الترويحية تلعب دورا هاما من خلال التدخل الإيجابي في بعض نواحي السلوك البدني والوجداني والاجتماعي لإحداث تغير مطلوب عن ذلك السلوك ولتنشيط نمو وتطور الشخصية، فانتظام المعاق ذهنيا في أداء الأنشطة الترويحية الرياضية تساعده في تحقيق التوازن النفسي الذي يؤدي به الى الرضا عن نفسه ويسهم في سرعة أندماجهم في المجتمع (سمير، الترويح لأطفال المعاقين ذهنيا ، 2016، الصفحات 9-10)

إن أبرز المشكلات التي يعاني منها أطفال الإعاقة الذهنية هي فرط الحركة ونقص الإنتباه، وهذا ما يجعلهم غير قادرين على التكيف داخل الأسرة ومع المجتمع ويعيق ممارستهم الحياتية اليومية وهذا ما ينتج عليه من أذى على المستوى النفسي والاجتماعي للطفل، وبذلك هم بحاجة الى رعاية خاصة والإهتمام بهم من جميع النواحي النفسية والجسدية والاجتماعية وذلك لما يترتب من هذا الإضطراب من سلوكيات غير طبيعية وغير مقبولة إجتماعيا .

ويعد الإهتمام والتكفل بفئة أطفال ذوي الإعاقة الذهنية مطلب إجتماعي وجب علينا القيام به وهو مسؤولية جميع الأفراد عامة و العاملين بالمراكز النفسية البيداغوجية خاصة ومن هنا برزت الحاجة الى البحث في أساليب جديدة للعناية بهذه الفئة والعمل على التعديل والتحسين من هذه الإضطرابات والسلوكات التي يعاني منها هؤلاء الأطفال ومن هنا جاءت الحاجة الى طرح التسؤلات لتعرف على دور وأثر الأنشطة البدنية الترويحية في التحسين من نقص الانتباه وفرط الحركة للأطفال المعاقين ذهنيا من خلال ممارستهم لهذه الأنشطة ومن هنا نطرح التساؤل التالي:

1.1 التساؤل العام : ما مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في تحسين من نقص الإنتباه وفرط الحركة ؟

2.1 التساؤولات الفرعية :

- ما مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في تحسين نقص الانتباه لدى الأطفال المعاقين ذهنيا ؟

- ما مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في تحسين من فرط الحركة لدى الأطفال المعاقين ذهنيا؟

3.1 الفرضية العامة :

يساهم النشاط البدني الترويحي في تحسين من نقص الانتباه وفرط الحركة لدى الأطفال المعاقين ذهنيا .

4.1 الفرضيات الجزئية :

- يساهم النشاط البدني الترويحي في التحسين من نقص الانتباه لدى الأطفال المعاقين ذهنيا .

- يساهم النشاط البدني الترويحي في تحسين من فرط الحركة لدى الأطفال المعاقين ذهنيا .

5.1 الهدف من الدراسة :

- تهدف هذه الدراسة على التعرف على الدور الذي تلعبه الأنشطة البدنية الترويحية في التحسين من بعض الإضطرابات السلوكية للأطفال المعاقين ذهنيا .

- تهدف هذه الدراسة الى التعرف على دور النشاط البدني الترويحي في تحسين نقص الانتباه لدى الأطفال المعاقين ذهنيا .

- تهدف هذه الدراسة على التعرف على دور النشاط البدني الترويحي في تحسين من فرط الحركة لدى الأطفال المعاقين ذهنيا .

6.1 الدراسات السابقة

- الدراسة الأولى دراسة الدكتور نعيم على موسى العتوم (2007) جامعة عمان العربية اثر أسلوب اللعب والتعزيز الرمزي في تحسين الانتباه وخفض النشاط الزائد لدى عينة أردنية من طلبة صعوبات التعلم الملتحقين بغرف المصادر. أهمية الدراسة تزويد المعلمين بأسلوبين تربويين ملائمة وقابلة للتطبيق العملي في مدة قصيرة للمساهمة في زيادة قدرة طلبة غرف المصادر على الإنتباه وخفض النشاط الزائد لديهم , توفي أداة يمكن إستخدامها للكشف عن الطلبة الذين يعانون من قصور الإنتباه المصحوب بالنشاط الزائد من خلال الأداة التي أعدت للدراسة , تمكن الأهل من تعلم أسلوب جديد في كيفية استثمار اللعب والتعزيز الرمزي لتحسين أنتباه أبنائهم وضبط سلوكياتهم . أعتمد على المنهج التجريبي ذو المجموعتين الضابطة والتجريبية عينة الدراسة 67 طالبة وطالب تراوحت أعمارهم من 10/8 سنة من طلبة غرف المصادر التابعة لمديرية التربية والتعليم في محافظة جرش , تم اختيارهم بطريقة قصدية استخدم الباحث في دراسته مقياس تقدير سلوك اضطراب ضعف الإنتباه المصحوب بالنشاط الزائد من إعداد الباحث والاعتماد على المحكات التشخيصية للدليل التشخيصي والإحصائي الرابع المعدل للاضطرابات العقلية (2000), وقائمة التقدير سوانس واخرون. وتوصل الباحث الى

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\infty \geq 0.005$ لإستخدام اللعب بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة الضابطة في تحسين الانتباه ونقص النشاط الزائد لصالح المجموعة التجريبية على القياس البعدي. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\infty \geq 0.005$ بين استخدام اللعب والتعزيز الرمزي لدى المجموعة التجريبية الأولى والثانية في تحسين الانتباه وخفض النشاط الزائد لصالح المجموعة التجريبية الأولى على القياس البعدي. وقد أشارت نتائج الدراسات بشكل عام إلى فاعلية استخدام كل من أسلوب اللعب والتعزيز الرمزي في تحسين الانتباه وخفض النشاط الزائد لدى المجموعة التجريبية الأولى والثانية لدى الأطفال الذين يعانون من اضطراب ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد.

- دراسة بوسكرة أحمد (2002) بعنوان أثر النشاط الرياضي الترويحي على المتخلفين عقليا في المراكز النفسية التربوية: هدفت هذه الدراسة إلى معرفة تأثير النشاط الرياضي الترويحي على المتخلفين عقليا، وإختار الباحث عينة مكونة من 20 طفلا يمارسون النشاط الرياضي الترويحي و20 طفلا لا يمارسون تتراوح أعمارهم بين 9 إلى 20 سنة، واستخدم الباحث في دراسته إستبيان موجه للمربين والأولياء، وبينت النتائج وجود فروق في مستوى دلالة السلوك التكيفي لصالح المجموعة الممارسة (بن السايح، 2018)

- دراسة عبد الناصر تزكرات (2017) فاعلية العلاج باللعب في خفض أعراض قصور الانتباه وفرط النشاط الحركي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. تهدف هذه إلى التحقق من فاعلية العلاج باللعب في خفض أعراض قصور الانتباه وفرط الحركة لدى عينة تلاميذ المرحلة الابتدائية، التوصل لتصميم برنامج علاجي لخفض قصور الانتباه وفرط الحركة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، التحقق من أثر البرنامج المقترح في تحقيق الهدف منه وهو تنمية بعض المهارات المعرفية من إنتباه سمعي وبصري وتعديل السلوكات الإندفاعية الحركية منه والمعرفية وأكسابهم مهارات الإسترخاء والضبط الذاتي والوصول بهم إلى مستوى سلوكي مناسب للتوافق مع ما يصادفهم من صعوبات أكاديمية وإجتماعية. استخدم الباحث المنهج التجريبي الذي يعتمد على تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة عينة الدراسة: عدد عينة الدراسة 30 طفلا تتراوح أعمارهم 10/8 أدوات الدراسة - استبيان كونر (1969) لتشخيص اضطراب قصور الانتباه وفرط الحركة. - إختبار الذكاء الغير لفظي. - إختبار ستروب لقياس الإنتباه الإنتقائي البصري. - إختبار تزواج الأرقام لقياس الانتباه السمعي، إختبار مطابقة الصور لقياس الإندفاعية. أظهرت الدراسة اتفاق بين النتائج الفروض والدراسات السابقة التي تناولت نفس الموضوع في ضوء مخرجات الدراسة يبرز دور فاعلية البرنامج الحالي في خفض الإندفاعية وملاحظته على الأطفال سواء كانت الإندفاعية معرفية حركية هذا من جهة وتنمية العمليات الإنتباهية المختلفة من انتقاء وتتبع وسعة ومن جهة أخرى وكل هذه التحسنات تنعكس إيجابا على قدرة الأطفال المصابين بقصور الانتباه وفرط الحركة وتساعدهم على الإندماج بطريقة صحيحة وفعالة مع محيطهم الأكاديمي والاجتماعي.

2 المصطلحات

1.1 الترويح :

هي جميع أوجه النشاط البناء والمقبولة اجتماعيا وعقائديا أثناء وقت الفراغ ويتم إختيارها والإشتراك فيها نتيجة لدوافع داخلية وفقا لإرادة الفرد وذلك بغرض إكساب العديد من القيم الشخصية وتحقيق الرضا والسرور والسعادة من المشاركة ذاتها وليس لدوافع خارجية كالكسب المادي والمعنوي (مسكف و بلقاسم، 2018، صفحة 181).

إن مصطلح الترويح بلفظها العربي لم تستخدم إلا قليلا في الكتابات الاجتماعية العربية بل استخدم في مكانها ألفاظا أخرى مثل الفراغ اللهو اللعب، وفي اللغة العربية مشتقة من فعل "راح" ومعناها السرور والفرح.

تعريف الترويح : لأن كلمة الترويح بالانجليزية تعنى التجديد والخلق، والابتكار وهناك نظريات وتفسيرات لكلمة الترويح ومفهوم الترويح تفوق إصطلاح 'اللعب' في النظريات والتفسيرات، علما بان هناك من يفسرون اللعب والترويح تفسيراً واحداً، ويفسر الترويح على انه رد فعل عاطفي أو حالة نفسية شعورية يحسه الفرد قبل وأثناء ممارسته لنشاط ما سلبياً أو إيجابياً هادفاً، ويتم أثناء وقت الفراغ وان يكون الفرد مدفوعاً لرغبة شخصية ويتصف بحرية الإختيار و غرضه في ذاته أي أن الترويح أكثر من نشاط، فالنشاط ليس غاية في حد ذاته، أما الغاية فهي ذلك التغير في الحالة الإنفعالية و العاطيفية والإحساس بالغبطة والسعادة التي تعمل على شحن البطارية البشرية لمواجهة الحياة بما فيها من تعقيد. (السلام، 2001، صفحة 104).

ويرى "غوردن Gordong" ان الترويح "Recéation" يعني أن النشاط والأعمال التي يقوم بها الفرد أو الجماعة خلال وقت الفراغ (الوقت الحر) (stanlenny.barker, 1976, p. 88).

أما "بول فولكي poul.foulquie" فيرى الترويح هو من نكون فيه غير مجبورين على عمل مهني محدد ويستطيع كل واحد منا إن يقضيه كما يشاء ويرغب. (paul.foulquie, 1978, p. 203).

ويؤكد كمال "درويش ومحمد الحماحي" على أن الترويح يعد أسلوب للحياة ويعمل على تنمية شخصية الفرد الذي يختار نشاطه بدافع شخصي ليمارسها في أوقات الفراغ. (الحماحي، 1997، صفحة 54)

2.2 النشاط البدني الترويحي

النشاط البدني الترويحي في مفهومه الخاص هو تلك الألعاب والرياضات التي تمارس في وقت الفراغ والخالية من المنافسة الشديدة أو بمعنى آخر هي الرياضات التي تمارس خارج الإطار الفيدرالي والتنظيمي، فالنشاط البدني الرياضي الترفيهي يمثل وسيلة من وسائل شغل أوقات الفراغ ولهذه الأسباب نرى أن النشاط البدني الرياضي يحتل مكانة هامة في حياة الشعوب وخاصة المتطورة منها، وهو نشاط بدني مبني على مبدأ المتعة والمتضمن فلسفة "الحياه heros" في فرنسا، والغرب حيث يرى أن هناك نوعين من النشاط البدني الترفيهي الفيدرالي النابع من الرأسمالية أما الثاني فهو النشاط البدني الرياضي الترفيهي النابع للمتعة واللذة وتحقيق السعادة والسرور إي الغبطة بأقصى درجاتها (الخولي، 1996، صفحة 77)

هو كل نشاط يختاره لإنسان إختيار ذاتي بمحض إرادته دون أن يتأثر بأي ضغوط خارجية قد تؤثر عليه بالإختيار بهدف تنمية أبعاده الشخصية شريطة أن يمارس في أوقات الفراغ (يونسى و بن عبد الله، 2021، صفحة 348).

التعريف الاجرائي:

هو مجموعة من الأنشطة والألعاب الرياضية الفردية والجماعية تمارس في أوقات الفراغ وتعود بالفرح والسرور والمتعة لممارستها وتتسم بالإختيارية أي أنها نشاط إختياري والهادفية على أنها هادفة في ممارستها خالية من القواعد الصارمة والمنافسة الشديدة ذات طابع ترفيهي.

2.3 نقص الانتباه وفرط الحركة :

تم تحديد اضطراب نقص الإنتباه وفرط الحركة في الإصدار الخامس لدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية على أنه نمط مستمر من عدم الإنتباه أو فرط الحركة والإندفاعية يتداخل ويتعارض مع التطور والأداء .

يعرف في المقياس بأنه إضطراب مزمن تظهر أعراضه الرئيسية منذ مراحل الطفولة المبكرة وتستمر إلى مرحلة المراهقة والبلوغ، وتشمل فرط الحركة ونقص الإنتباه والإندفاعية كما تظهر بعض الأعراض الجانبية كالصعوبات الأكاديمية والقلق والإكتئاب والعناد وهذه الأعراض تؤدي إلى صعوبات التأقلم مع الحياة في المنزل والشارع والروضة وفي المجتمع بصفة عامة إذ لم يتم التعرف عليها وتشخيصها وعلاجها . (فرج، 2020، الصفحات 114-115)

يعرفه أبو صهيبي (2005) بأنه مشكلة سلوكية عند الأطفال ويكون هؤلاء الأطفال عادة مفرطي النشاط أو إندفاعيين ولا يستطعون التركيز على أمر ما أكثر من دقائق (سنا و الهادي، 2014، صفحة 232)

ويعرف على أنه أحد الإضطرابات الإرتقائية والتي تتميز بنقص الإنتباه وفرط الحركة والإندفاعية ولا يعد إضطراب فرط الحركة ونقص الإنتباه عرضا واحدا أو حتى عرضين كما يوحي مسمى الإضطراب "فرط الحركة ونقص الإنتباه"، وإنما يمثل هذا الاضطراب مجموعة من السلوكيات المتصلة ببعضها البعض الأخر ، وأبرز تلك الأعراض هي الإندفاعية وفرط الحركة ونقص الإنتباه (البستاوي و الدين، أكتوبر 2020، صفحة 24).

التعريف الإجرائي

هو إضطراب سلوكي يتميز بنقص القدرة على التركيز والثبات وضعف في القدرات الإدراكية و بالإضافة الى النشاط الزائد والمستمر الذي يعيق تكيف الطفل داخل الأسرة والمجتمع ويترتب عليه سلوكيات منبوذة تؤدي به الطفل الى عدم الإستقرار في مهاراته الحياتية .

2.4 الإعاقة الذهنية :

• التعريف الطبي للإعاقة الذهنية (medical definition of mental handicap)

ترى وجهة النظر الطبية إن الإعاقة الذهنية في مفهومها عدم الإكتمال النمو خاصة في الجهاز العصبي , ويعد من أوائل التعريفات الطبية تعريف سيجان Sigan الذي يرى إن الإعاقة الذهنية هي ضعف ونقص في النمو في الجهاز العصبي كما عرفته وزارة الصحة البريطانية عام (1993م) على أنه تتسم بتوقف النمو العقلي , أو عدم اكتمال هذا النمو قبل سن الثامنة عشر , وقد يكون السبب فيها وراثيا أو قد يرجع الي إصابة بأحد الأمراض طبقا لقانون الضعف العقلي (Metanl Deficiency)

وفي عام (1959) صدر قانون الصحة العقلية " MENTAL HEALTH ACT " في محاولة التفرقة بين الإعاقة الذهنية وبين الأنواع الأخرى من الاضطرابات العقلية " MENTAL DISORDERS " فقد إحتوى هذا القانون على تعريف هام للإعاقة الذهنية يميزه عن باقي الإضطرابات ويعرفه في ضوء مسمي دون السواء عقليا MENTAL SUB NORMALITY وهي حالة من توقف إرتقاء العقل أو عدم إكتماله بدرجة قد لاتصل إلى حد الضعف العقلي الشديد , مما يتطلب معها العلاج الطبي أو رعاية أخرى

وفي عام (1992) قامت الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي AAMR تعريف الإعاقة من خلال مسمى (التخلف العقلي) على أنه قصور وظيفي واضح في جوانب معينة من الكفاءات الشخصية يتميز بأداء دون المتوسط للقدرات المعرفية وقصور في المهارات التكيفية في واحدة أو أكثر من المهارات الآتية (الاتصال - الرعاية الذاتية - المعيشة المنزلية - المهارات الإجتماعية - الإستفادة من المجتمع - التوجيه الذاتي - الصحة والأمان - الأداء أو الوظائف الأكاديمية - العمل وقضاء وقت الفراغ) ويظهر ذلك قبل سن الثامنة عشر .

• **التعريف الاجتماعي للإعاقة الذهنية (SOCIAL DEFINITION OF MENTAL HANDICAP)**

ترى وجهة النظر الاجتماعية للإعاقة الذهنية من منطلق عدم الملائمة , أو عدم القدرة على الاعتماد على النفس كمؤشر للإعاقة الذهنية , وتعتبر فئة تتميز بأنها غير قادرة على الإعتماد على نفسها , أو تصريف شؤونها بنفسها بنفسها , أو كسب عيشها بنفسها نتيجة النمو العقلي المتوقف منذ سن مبكرة ويدوم بعدها , وهذا وقد إتخذته الولايات المتحدة الأمريكية تعريفا لها حيث قامت في ضوء هذا التعريف بتحديد المعاق ذهنيا ومسئولية المجتمع نحوه وهي مسؤوليات جنائية ومدنية مختلفة .

ويعرف سميث SMITH (1994) الإعاقة الذهنية بأنها حالة من عدم الإستطاعة الاجتماعية ترجع إلى التخلف في النمو العقلي وهي حالة غير قابلة للشفاء .

وترى رحاب جسن عزت (2002) أنه على الرغم من إن التعريف الاجتماعي للإعاقة الذهنية يركز على النواحي الاجتماعية وعملية التكيف الاجتماعي داخل البيئة التي يعيش فيها الفرد وقدرته على الموائمة والتوافق وإنشاء العلاقات الاجتماعية إلا أن هو يمكن الإعتماد عليه كمحك للتعرف على الإعاقة الذهنية على الرغم من أن التكيف الاجتماعي عرض من الأعراض , لكن فشل الشخص في التكيف الاجتماعي لا يرجع فقط إلى التوقف النمو العقلي بل يرجع إلى عوامل أخرى مثل الإضطرابات الإنفاعلية والعصبية .

• **التعريف التربوي للإعاقة الذهنية (EDUCATIONAL DEFINITION OF MANTAL HANDICAP)**

يشير محمد فتحي (2004) إلى أن الإعاقة الذهنية من وجهة النظر التربوية ترجع إلى ضعف القدرات الفرد الذاتية , وضعف قدرته على التحصيل الدراسي وبذلك يعاني من عدم القدرة على التعلم في الفصول العادية , لذا يجب توفير قدر كبير من العلم والإهتمام والإمكانيات والأدوات والأساليب والطرق الخاصة لهذه الفئة , وتأهيل المدرسين و العاملين في هذا المجال .

• **التعريف النفسي للإعاقة الذهنية (PSYCHOLOGICAL DEFINITION IF MANTAL HANDICAP)**

تذهب وجهة نظر السيكولوجية إلى أن معامل الذكاء (I ; Q) هو احد المعايير و المحكات الهامة التي تعتمد عليها عند تعريف الإعاقة

حيث يعتمد علماء النفس على نتائج الفرد في مقاييس الذكاء كأهم المعايير جميعا في الحكم على المستوى العقلي وتعريف الإعاقة الذهنية , كما أن جميع المتخصصين قد إستخدمو معامل ذكاء الفرد على إختبار (ستانفورد- بينيه) بنفس معنى

الذكاء مفهوم الإعاقة الذهنية ومفهوم الذكاء أصبحا يستخدمان بنفس المعنى لدى المتخصصين

ولعل من أهم التعريفات النفسية للإعاقة الذهنية ما قدمه مقياس (ستانفورد - بينيه) تحت مسمى الضعف العقلي (MENTAL DEFICIENCY) ويعتبر الأشخاص التي تقل نسبة ذكائهم عن 70 درجة على مقياس (ستانفورد- بينيه) للذكاء وضعاف العقول

عرف اليس (1979) الإعاقة الذهنية بأنها حالة تجعل الفرد لا يستطيع أن يحصل على أكثر من نسبة 75 ذكاء درجة على مقياس (ستانفورد - بينيه) للذكاء (سمير , الترويحي للاطفال المعاقين ذهنيا , 2006 , الصفحات 20-26).

الإجراءات الميدانية للدراسة

1.3 الدراسة الاستطلاعية

قام الباحثان بدراسة استطلاعية أولية بزيارة المراكز النفسية البيداغوجية للإعاقة الذهنية لولاية بسكرة لتعرف مامدى إمكانية القيام بالدراسة والتعرف على ما اذا كانت هذه المراكز تدرج حصة الانشطة البدنية الترويحية، وتحديد عينة البحث وبعد التطرق الى كل هذه العناصر قام الباحثان باجراء الدراسة الاساسية

2.3 المنهج العلمي المستخدم

إعتمدت الباحثان في هذه الدراسة على المنهج الوصفي لكونه ملائم لمتطلبات البحث ويتوافق مع طبيعة البحث .

3.3 مجتمع الدراسة

تمثل مجتمع البحث في جميع مربىي المراكز النفسية البيداغوجية المتخصصة في الاعاقة الذهنية بولاية بسكرة موزعين على أربع مؤسسات نفسية بيداغوجية ويبلغ عددهم 80 مربىي ومربية .

3.4 عينة الدراسة :

تعريف العينة :هي جزء من الكل أو البعض من الجميع ,وتعرف أيضا على أنها مجموعة من المستجوبين (الناس) يتم إختيارهم من مجتمع أكبر لتحقيق أغراض الدراسة يبني الباحث عمله عليها ويشترط أن تكون ممثلة أحسن تمثيل بغرض الحصول على أدق النتائج بغية تعميمها على المجتمع الأصلي ويستخدم البحث العينة لأن في بعض الحالات من الصعب دراسة المجتمع ككل. (الكبيسي، 2007، صفحة 217)

تم إختيار عينة الدراسة بالطريقة القصدية يبلغ عدد العينة 48 مربىي من بين المجتمع الأصلي 80 فرد من جميع المراكز البيداغوجية النفسية .

3.5 ادوات جمع البيانات:

قام الباحث ببناء استبيان لقياس فعالية النشاط البدني الترويحي في تحسين نقص الإنتباه وفرط الحركة للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية من وجهة نظر مربىي المراكز النفسية البيداغوجية المتخصصة بالإعاقة الذهنية وتضمن الإستبيان محورين هما : نقص الإنتباه وفرط الحركة

المحور الأول : نقص الإنتباه ويحتوى المحور على 10 فقرات .

المحور الثاني : فرط الحركة يحتوى المحور على 10 فقرات .

3.6 الاساليب الاحصائية المستخدمة :

إستخدام الباحث أسلوب المعالجة الإحصائية لتحليل البيانات برنامج spss الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار كا2.

3.7 حساب الخصائص السيكومترية للأداة :

يعتبر الصدق والثبات أحد أهم شروط سلامة أداة القياس وهوما مرتبطان ببعضهما البعض وفي هذا يقول كورتون "الصدق مظهر الثبات" (الطيب، 1999، صفحة 292)

- الصدق: ويقصد بالصدق صلاحية الأسلوب والأداة لقياس ما هو مراد قياسه أو بمعنى آخر صلاحية أداة

البحث في تحقيق أهداف الدراسة , وبالتالي ارتفاع مستوى الثقة فيما توصل إليه الباحث من نتائج بحث يمكن الانتقال منها الي التعميم.

- الثبات : إن كلمة الثبات قد تعني الإستقرار بمعنى انه لو تكررت عمليات قياس الفرد الواحد لأظهرت درجته

شياً من الإستقرار ،كما أن الثبات قد يعني الموضوعية بمعنى أن الفرد يحصل على نفس الدرجة مهما اختلف

الباحث الذي يطبق الإختبار والذي يصححه وفي هذه الحالة يكون الإختبار ثابت إختبار يقدر الفرد تقديرا لا يختلف في حسابه إثنان (بشة و نعيم، 2020، صفحة 126)

الصدق الذاتي:

➤ حساب صدق الإتساق الداخلي لمحور نقص الإنتباه:

لحساب صدق الإتساق الداخلي لمحور نقص الإنتباه قمنا بحساب الإرتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (01): صدق الإتساق الداخلي لمحور نقص الانتباه

السؤال	الإرتباط	السؤال	الإرتباط
01	0.89	06	0.93
02	0.88	07	0.88
03	0.83	08	0.88
04	0.88	09	0.76
05	0.89	10	0.83

المصدر: من إعداد الباحثين انطلاقا من نتائج برنامج spss

دال عند درجة حرية 13 ونسبة خطأ 0.05، قيمة بيرسون الجدولية 0.5139

من خلال الجدول رقم (01) نلاحظ أن قيمة معامل الإرتباط بين العبارات العشر والدرجة الكلية لمحور نقص الإنتباه أكبر من قيمة بيرسون الجدولية والبالغة 0.5139 عند درجة حرية 13 ونسبة خطأ 0.05 وهذا ما يدل أن عبارات هذا المحور تتميز بمعامل صدق عال.

➤ حساب صدق الإتساق الداخلي لمحور فرط الحركة:

لحساب صدق الإتساق الداخلي لمحور فرط الحركة قمنا بحساب الإرتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (02): صدق الإتساق الداخلي لمحور فرط الحركة

السؤال	الإرتباط	السؤال	الإرتباط
01	0.86	06	0.85
02	0.85	07	0.74
03	0.86	08	0.83
04	0.73	09	0.76
05	0.81	10	0.82

المصدر: من إعداد الباحثين انطلاقا من نتائج برنامج spss

دال عند درجة حرية 13 ونسبة خطأ 0.05، قيمة بيرسون الجدولية 0.5139

من خلال الجدول رقم (02): نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط بين العبارات العشر والدرجة الكلية لمحور فرط الحركة أكبر من قيمة بيرسون الجدولية والبالغة 0.5139 عند درجة حرية 13 ونسبة خطأ 0.05 وهذا ما يدل أن عبارات هذا المحور تتميز بمعامل صدق عال .

➤ ثبات الإستبيان بطريقة ألفا كرونباخ:

من أجل التأكد من ثبات الإستبيان تم استخدام معامل ألفا كرونباخ:

جدول رقم (03): بين معامل ألفا كرونباخ

معامل ألفا كرونباخ	الإستبيان
0.96	نقص الإنتباه
0.94	فرط الحركة
0.98	الإستبيان ككل

المصدر: من إعداد الباحثين انطلاقاً من نتائج برنامج spss

من خلال الجدول رقم (03): يتضح أن قيمة معامل ألفا كرونباخ للثبات لمحوري الدراسة والإستبيان ككل بلغت 0.96، 0.94، 0.98 وهذا ما يدل على أن الإستبيان يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات وهو صالح للإستخدام مع العينة النهائية للدراسة.

4 عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

4.1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى: يساهم النشاط البدني الترويحي في التحسين من نقص الإنتباه لدى الأطفال المعاقين ذهنياً من وجهة نظر المربين في المراكز النفسية البيداغوجية .

جدول رقم (04): بين تحليل نتائج الفرضية الأولى

المحتسبة	كاً	أبداً		أحياناً		دائماً		العبارات
		النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	
32.38	70.83	34	22.92	11	6.25	03	يتشبت إنتباهه بسهولة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية.	
7.88	52.08	25	20.83	10	27.08	13	يحتاج إلى وقت طويل لأداء الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية.	
7.88	52.08	25	20.83	10	27.08	13	يصعب عليه الانتباه لأكثر من دقيقتين خلال الممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.	
34.13	10.42	05	16.67	08	72.92	35	يقوم بأداء مختلف الأنشطة البدنية والرياضية.	
41.63	8.33	04	14.58	07	77.08	37	تساعده الأنشطة البدنية الترويحية في زيادة	

التركيز أثناء ممارستها.							
18.5	62.5	30	16.67	08	20.83	10	لا يثبت على نشاط واحد أثناء ممارسة الأنشطة البدنية والترويحية.
35.38	6.25	03	20.83	10	72.92	35	يتفاعل مع الأنشطة البدنية والرياضية الترويحية.
13.63	58.33	28	22.92	11	18.75	09	يجد صعوبة في الإنتباه إلى توجيهات المربي.
41.38	10.42	05	12.5	06	77.08	37	القيام بمختلف الأنشطة الرياضية إلى غاية نهايتها.
14.63	8.33	04	39.58	19	52.08	25	يزداد انتباههم خلال ممارسة ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.

المصدر: من إعداد الباحثين انطلاقاً من نتائج برنامج spss

دال عند نسبة خطأ 0.05 ودرجة حرية 02، كا² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم (04) يتبين لنا أن العبارة رقم 05 في محور نقص الإنتباه أخذت أكثر نسبة مئوية قدرت ب 77,08 % وبتكرار 37 لصالح البديل الأكثر تكرر دائماً بحيث أن الأنشطة البدنية الترويحية تساعده في زيادة التركيز والإنتباه وجاءت العبارة رقم 09 في المرتبة الثانية بنفس النسبة المئوية لسؤال الخامس حيث أن الطفل يقوم بمختلف الأنشطة البدنية الترويحية إلى غاية نهايتها وهذا ما يدل على أن هذه الأنشطة تزيد من انتباه الطفل بحيث يمكنه القيام بها إلى نهايتها , كذلك قدرت النسبة المئوية ب 72% وبتكرار 35 لصالح البديل الأكثر تكرر دائماً في السؤال رقم 07 يتفاعل مع الأنشطة البدنية والرياضية الترويحية. وهذا مع يؤكد أن الطفل ينتبه بصورة جيدة مع الأنشطة ويتفاعل معها وبلغت نسبة 70 % بتكرار 34 لصالح البديل الأكثر تكرر "أبدا" في العبارة رقم 01 يتشتت انتباهه بسهولة خلال ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية , في حين بلغت النسبة المئوية 52% وبتكرار 25 لصالح البديل أكثر تكراراً "دائماً" في العبارة رقم 10 يزداد إنتباههم خلال ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية .

من خلال الجدول (04) نلاحظ أن قيم كا² المحتسبة لكل الأسئلة والتي تندرج ضمن المجال [7.88, 41.63] وهي أكبر من قيمة كا² الجدولية والبالغة 5.99 عند نسبة خطأ 0.05 ودرجة حرية 02 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات مربّي المراكز البيداغوجية لصالح البديل الأكثر تكراراً وهو "أبدا" في الأسئلة: الأول، الثاني، الثالث، السادس، الثامن، ولصالح البديل: "دائماً" في الأسئلة: الرابع، الخامس، السابع، التاسع، العاشر، وهذا ما يجعلنا نقبل نص الفرضية الأولى القائلة أن: "يساهم النشاط البدني الترويحي في التحسين من نقص الانتباه لدى الأطفال المعاقين ذهنياً".

وهذا ما يتفق مع دراسة عبد الناصر تزكرات 2017 "فاعلية العلاج باللعب في خفض أعراض قصور الانتباه وفرط النشاط الحركي لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية . بحيث أن للنشاط البدني الترويحي اثر ايجابي على طفل ذوى الإعاقة الذهنية المصاب بفرط الحركة ونقص الانتباه أي أن للعب دور مهم في تحسين نقص الإنتباه وفرط الحركة وهذا ما يؤكد صحة الفرضية المطروحة .

2.4 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية: يساهم النشاط البدني الترويحي في تحسين من فرط الحركة لدى الأطفال

المعاقين ذهنياً من وجهة نظر مربّين المراكز النفسية البيداغوجية .

جدول رقم (05): يبين تحليل نتائج الفرضية الثانية

ك ²	أبدا		أحيانا		دائما		العبارات
	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	
22.88	6.25	03	31.25	15	62.5	30	تساعده الأنشطة البدنية والرياضية في الانضباط أثناء ممارسة الأنشطة البدنية.
9.13	52.08	25	16.67	08	31.25	15	يجد صعوبة في السيطرة على سلوكه أثناء النشاط البدني الرياضي.
28.5	4.17	02	29.17	14	66.67	32	يتلزم بتوجهات المختص خلال ممارسة النشاط البدني.
9.50	45.83	22	41.67	20	12.5	06	لا يحب اللعب مع الآخرين.
20.38	10.42	05	27.08	13	62.50	30	يلتزم بقوانين اللعبة أثناء ممارسة الأنشطة البدنية.
11.38	52.08	25	12.5	06	35.42	17	الإنسحاب من النشاط البدني والرياضي والقيام بأشياء أخرى.
24.13	18.75	09	14.58	07	66.67	32	يقوم باللعب مع زملائه أثناء ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.
15.88	60.42	29	20.83	10	18.75	09	يفرط في التحرك أثناء ممارسة الأنشطة البدنية.
54.13	6.25	03	10.42	05	83.33	40	يتفاعل مع الأنشطة البدنية والرياضية بإيجابية.
63.88	2.08	01	10.42	05	87.50	42	تساعده الأنشطة البدنية والرياضية للتخلص من النشاط الزائد.

المصدر: من إعداد الباحثين انطلاقاً من نتائج برنامج spss

دال عند نسبة خطأ 0.05 ودرجة حرية 02، ك² الجدولية 5.99

من خلال الجدول رقم (05) يتبين لنا أن العبارة رقم 10 في محور فرط الحركة أكثر نسبة مئوية قدرت ب 87.50 % وبتكرار 42 لصالح البديل الأكثر تكرار "دائماً" بحيث أن الأنشطة البدنية الترويحية تساعده في التخلص من النشاط الزائد وجاءت العبارة رقم 09 في المرتبة الثانية بنسبة مئوية قدرت ب 83,33 وبتكرار 40 لصالح البديل الأكثر تكرار "دائماً" وهذا مايدل على أن ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية له دور إيجابي في التخلص من النشاط الزائد، كذلك قدرت النسبة المئوية ب 66% وبتكرار 32 لصالح البديل الأكثر تكرار دائماً في السؤال رقم 07 يقوم باللعب مع زملائه أثناء ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.. وهذا مع يؤكد أن الطفل ينتبه لوجود زملائه ويتفاعل معهم عن طريق اللعب وهي نفس النسبة مع السؤال رقم 03 يتلزم بتوجهات المختص خلال ممارسة النشاط البدني. والترويحي وهذا ما يؤكد إنتباه وتركيزه

وإنظباطه خلال الممارسة الرياضية وبلغت نسبة 62,30% بتكرار 30 لصالح البديل الأكثر تكراراً "دائماً" في العبارة رقم 01 تساعد الأنشطة البدنية والرياضية في الإنضباط أثناء ممارسة الأنشطة البدنية والترويحية وبنفس التكرار والنسبة المئوية لصالح البديل الأكثر تكراراً "دائماً" السؤال رقم 05. يلتزم بقوانين اللعبة أثناء ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية وهذا ما يدل أن الأنشطة البدنية تساعد الطفل في التحكم في تصرفاته خلال الممارسة الرياضية .

من خلال الجدول (05): نلاحظ أن قيم ك² المحتسبة لكل الأسئلة والتي تندرج ضمن المجال [9.13، 63.88] وهي أكبر من قيمة ك² الجدولية والبالغة 5.99 عند نسبة خطأ 0.05 ودرجة حرية 02 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات مربّي المراكز البيداغوجية لصالح البديل الأكثر تكراراً وهو "أبداً" في الأسئلة: الثاني، الرابع، السادس، الثامن ولصالح البديل: "دائماً" في الأسئلة: الأول، الثالث، الخامس، السابع، التاسع، العاشر وهذا ما يجعلنا نقبل نص الفرضية الأولى القائلة أن: "يساهم النشاط البدني الترويحي في تحسين من فرط الحركة لدى الأطفال المعاقين ذهنياً".

وهذا ما يتوافق مع دراسة الدكتور نعيم على موسى العتوم 2007 جامعة عمان العربية "أثر أسلوب اللعب والتعزيز الرمزي في تحسين الإنتباه وخفض النشاط الزائد لدى عينة أردنية من طلبة صعوبات التعلم الملتحقين بغرف المصادر". وما يؤكد أن الأنشطة البدنية والترويحية دور مهم وفعال في تحسين من هذه الإضطرابات السلوكية عن طريق اللعب وما ينتج عنه من إيجابيات للطفل ذوي الإعاقة الذهنية بصفة خاصة .

من خلال تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى وثانية نستنتج ان للأنشطة البدنية والرياضية دور إيجابي في تحسين الإنتباه والتقليل من فرط الحركة لدى أطفال الإعاقة الذهنية من وجهة نظر مربّي المراكز النفسية البيداغوجية وأن للنشاط البدني الرياضي الترويحي دور في تحسين الإضطرابات السلوكية وتنمية بعض القدرات للأطفال ذوي للإعاقة وهذا ما يؤكد صحة الفرضية العامة القائلة: "يساهم النشاط البدني الترويحي في تحسين من نقص الانتباه وفرط الحركة لدى الأطفال المعاقين ذهنياً"، وهذا ما تؤكدته دراسة دراسة بوسكرة احمد(2002) بعنوان أثر النشاط الرياضي الترويحي على المتخلفين عقلياً في المراكز النفسية التربوية من خلال النتائج المتوصل إليها بان للترويح الرياضي دور فعال للأطفال الإعاقة الذهنية .

5. خاتمة:

من خلال بحثنا استخلصنا ان للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية دور مهم وفعال في التقليل من بعض الإضطرابات السلوكية التي يعاني منها معظم أطفال الإعاقة الذهنية داخل المراكز النفسية البيداغوجية وبذلك تعتبر الأنشطة البدنية و الرياضية كأسلوب علاج جديدة للتقليل من فرط الحركة وتحسين التركيز ونقص الانتباه الذي يعاني منه هؤلاء الأطفال

من خلال بناء برامج مقننة ومدروسة على حسب درجة إعاقة كل طفل وعلى حسب احتياجاته الخاصة والعمل على تحسين النقائص التي يعاني منها الطفل ومن بين هأهم النتائج التي توصل اليها الباحثان على أن للأنشطة البدنية والترويحية دور مهم وفعال في التقليل من فرط الحركة والنشاط الزائد لأطفال الإعاقة الذهنية كذلك تساعد الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية في تحسين نقص الإنتباه وفرط الحركة لأطفال الإعاقة الذهنية وبذلك فان برامج الترويح الرياضي المعتمدة داخل المراكز النفسية والبيداغوجية تعتبر فعالة وتساهم بشكل كبير في تحسين سلوكات الأطفال وتعديلها .

من أهم التوصيات

- تزويد المراكز النفسية البيداغوجية بمختصين في النشاط البدني الرياضي التربوي والترويحي.
- تويد المراكز بالوسائل والألعاب البيداغوجية التربوية للاستفادة منها فئة ذوي الاحتياجات الخاصة .
- بناء برامج رياضية تروحية مقننة ومدروسة على حسب إحتياجات الطفل وعلى حسب درجة وشدة الإعاقة ,
- زيادة عدد حصص التربية البدنية والرياضية في مناهج التدريس للمراكز الخاصة لذوي الإعاقة الذهنية .
- العمل على بناء برامج خاصة مبنية على الرياضة و اللعب لتكفل فردي والجماعي لأطفال داخل المراكز النفسية البيداغوجية .
- تسهيل استغلال منشآت الدولة بالنسبة للمراكز البيداغوجية والعمل على إقامة نشاطات رياضية تروحية داخل هذه المنشآت .

6. قائمة المراجع:

المؤلفات

- أحمد محمد الطيب (1999) . ، الإحصاء في التربية وعلم النفس، المكتب الجامعي الحديث ، الاسكندرية مصر

مساهمة النشاط البدني الترويحي في تحسين نقص الانتباه وفرط الحركة لأطفال ذوي الإعاقة الذهنية
من وجهة نظر مربّي المراكز النفسية البيداغوجية

- أمين أنور الخولي. (1996) ، الرياضة والمجتمع ، سلسلة عالم المعرفة، الكويت.
- كمال درويش محمد الحماحي، (1997). رؤية عصرية للترويح و اوقات الفراغ، مركز الكتاب للنشر القاهرة.:
- نتهاني عبد السلام، (2001) ، الترويح والتربية الترويحية ، دار الفكر العربي، القاهرة
- حسين محمد عبد المنعم محمد، (2009). مناهج التربية البدنية والرياضية للمعاقين بصريا وذهنيا ، دار الوفاء لندنيا
الطباعة والنشر ، الإسكندرية
- رياض أسامة، (2000) رياضة المعاقين الاسس الطبية والرياضية، (المجلد الطبعة الاولى) ، القاهرة، دار الفكر العربي.
- عبد اللطيف مصطفى محمد سمير ، (2016) الترويح لأطفال المعاقين ذهنيا ، مؤسسة عالم الرياضة للنشر
والطباعة، الاسكندرية
- عبد اللطيف مصطفى محمد سمير ، (2016) الترويح لأطفال المعاقين ذهنيا ، مؤسسة عالم الرياضة للنشر
والطباعة، الاسكندرية
- عبد الواحد الكبيسي. (2007) القياس والتقويم (تجديدات ومناقشات) دار جرير للنشر والتوزيع عمان الاردن.

المقالات

- حسين يونسي، و عبد القادر بن عبد الله. (2021). تأثير النشاط الرياضي الترويحي في التفاعل الاجتماعي للاطفال المعاقين
سمعيًا من (09 إلى 12) دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي بمدرسة المعوقين بصريا
بالجلفة . مجلة المنظومة الرياضية المجلد (8) العدد (3) الصفحات (345- 358) .
- حنان بشة، و بوعموشة نعيم. (2020). الصدق والثبات في البحوث الإجتماعية. مجلة دراسات في علوم الإنسان والمجتمع
المجلد (3) العدد (2) الصفحات (117- 133).
- حورية مسكف، و شاري بلقاسم. (2018). ممارسة النشاط الرياضي الترويحي وانعكاساته على صناعة الوعي لدى
الطالبات المقيمت بأحياء الجامعة دراسة وصفية اجريت على الطالبات الممارسات للنشاط الترويحي بالإقامة الجامعية
لولاية تيارت وتسمسيلت. العدد مجلة المنظومة الرياضية المجلد (05) العدد (03) الصفحات (496- 511).

- صفا أحمد أحمد البستاوي، و ليلي أحمد كرم الدين. (أكتوبر 2020). فاعلية برنامج إرشادي لخفض بعض السلوكيات الناتجة عن اضطراب نقص الإنتباه وفرط الحركة لدى عينة من أطفال الروضة باستخدام فنيتي الدراما والقصة. مجلة دراسات الطفولة المجلد (23) العدد (89) الصفحات (33-38).

- عبد الحميد علي عبد الرحمن سناء، و سهير محمد محمد توفيق عبد الهادي. (2014). فاعلية برنامج تعليمي للقيم الأخلاقية في تعديل سلوكيات اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة لدى الاطفال من سن 9-12 من منظور تربوي إسلامي. مجلة التربية الخاصة والتاهيل المجلد(1) العدد (3) الصفحات (223-267).

- مسعودة بن السايح. (2018). دور النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق الصحة النفسية لدى المعاقين سمعيا بالأغواط. مجلة المنظومة الرياضية، المجلد(5) العدد(3) ، الصفحات (644-663).

- منى محمود مصطفى محمد فرج. (2020). فاعلية برنامج تدريبي بأسلوب منتسوري لتحسين الإنتباه لدى الاطفال ذوي اضطراب نقص الإنتباه وفرط الحركة. المجلة العربية للأداب والدراسات الإنسانية المجلد (4) العدد(15) الصفحات(107-142).

الأطروحات

- عبد الناصر تزكرات. (2017). فاعلية العلاج باللعب في خفض أعراض قصور الإنتباه وفرط النشاط الحركي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. كلية العلوم الانسانية والإجتماعية ، جامعة محمد لمين دباغين سطيف2 ، الجزائر .

المراجع الأجنبية

- paul.foulquie. (1978). *vocabuaire des sciences du sport*. paris: Armand Colin.

- stanleny.barker. (1976). *The sociology of leisure*. london: London Georges Aleen of Univen.