دور النشاط الرياضي المكيف في تحسين صورة الجسم عند ذوي الإعاقة البصرية بعمر (13-20) سنة

دراسة ميدانية بمدرسة صغار المكفوفين ولاية باتنة

1 حملاوي العلالي، 2 سوانلدة مكيوسة إزري

2،1، جامعة أمحمد بوقرة بومرداس

ملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن دور النشاط الرياضي المكيف في تحسين صورة الجسم عند ذوي الإعاقة البصرية بعمر (13 - 20) سنة، واشتملت العينة على 20 فردا من ذوي الإعاقة البصرية بعمر (13 - 20) سنة متمثلة في 10 أفراد ممارسين و 10 أفراد غير ممارسين للنشاط الرياضي المكيف، تم خلالها استخدام مقياس صورة الجسم لدى المعاقين بصريا تتكون في (37) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد هي : صورة الجسم المدركة، الاجتماعية والانفعالية، وبعد التحليل الإحصائي باستخدام الحزمة الإحصائية SPSS وبتطبيق اختبار "ت"، كشفت النتائج على وجود فروق دالة إحصائيا في البعدين الاجتماعي والانفعالي ماعدا بعد صورة الجسم المدركة، ومن خلال هذه النتائج استنتجنا أن النشاط الرياضي المكيف يلعب دورا أساسيا في تحسين صورة الجسم عند ذوي الإعاقة البصرية.

الكلمات الدالة: النشاط الرياضي المكيف، صورة الجسم، الإعاقة البصرية.

Abstract :

The present study aims to reveal the role of the sports activity in improving the body image of persons with visual disabilities at the age of (13-20) years. The sample consisted of 20 persons with visual disabilities aged 13-20 years represented in 10 individuals practicing and 10 individuals who are not practicing sports activity. The body image scale for the visually impaired was used in 37 words divided into three dimensions: The image of the body is aware, social and emotional. After the statistical analysis using the SPSS statistical package and the application of the T-test, the mean and the standard deviation, the results revealed that there were statistically significant differences in the social and emotional dimensions, except after the image of the object. Through these results, we concluded that air-conditioned sports activity plays a key role in improving the body image of people with visual impairments.

Key words: Adaptive sports activity, body image, visual impairment.

مقدمة:

يعتبر النشاط البدني والرياضي مظهرا هاما في المجتمع العصري فحاجة الفرد إليه أصبحت في عصرنا الحالي ضرورية فهو وسيلة لتحقيق أهدافه وفي مقدمتها إعداد الفرد إعدادا صحيحا ليصبح راشدا وقادرا على مواجهة الصعوبات خلال حياته اليومية.

كما يعد النشاط البدني والرياضي بالنسبة للمعاقين بصريا عامل أساسي يساعد على كسب الثقة بالنفس في أداء الواجب ويقدم لكل واحد الوسائل الضرورية لتطوير نوعية الحياة ولانفتاح الشخصية وأيضا للاندماج في النسيج الاجتماعي، وكذلك يساعده على مقاومته ضغوطاته الحياة العصرية، إذ لا يستطيع المعاق بصريا أن يلاحظ ذاته بموضوعية وليست لديه رؤية حقيقية وصحيحة على صورة جسمه، مما يؤثر على تقدير الذات لديه الذي تشكله خبرة الحياة المكتسبة عن طريق الحواس المختلفة، كما أنه لا يقوم بمقارنة موضوعية بين ذاته والآخرين لذا فإنه يعتمد كثيرا على الوصف اللغوي للمبصرين في التعرف على صورة جسمه.

والإعاقة البصرية تؤثر على الكفاءة الإدراكية للفرد، حيث يصمم إدراكه للأشياء ناقصا لما يتعلق منها بحاسة البصر، كخصائص الشكل والتركيب والجسم والموضع المكاني ولذلك فإنها تحد من معرفته بمكونات بيئية، وعلى ذلك فإدراك المعاق بصريا للأشياء يكون إدراكا ناقصا يتقدم فيه البعد البصري الذي يتمثل في ألوان الأشياء وبعض الأشكال التي يمكن الإحاطة بها.

إن صورتنا عن أنفسنا تساهم بشكل فعال في نجاحنا، لأن أي خلل في هذه الصورة يدفعنا لسوء تقدير إمكانياتنا ومستقبلنا وطموحاتنا مما يعرقل قدرتنا على تحقيق الأفضل ويلعب جسم الفرد وصفاته العضوية دورا هاما في تشكيل جانب أساسي من مفهوم الفرد عن ذاته يعرف صورة الجسم، ذلك التصور الذي يكونه الفرد عن جسمه ومظهره العضوي وكلما هو محسوس فيه كشخص.

الإشكالية:

لقد عرف مجال تربية ذوي الإعاقة البصرية اهتماما بالغا في السنوات الأخيرة ويرجع هذا الاهتمام إلى الاقتناع المتزايد في المجتمعات المختلفة بأن ذوي الإعاقة البصرية لهم الحق في الحياة وفي النمو إلى أقصى ما تمكنهم به قدراتهم وإمكانياتهم هذا ويقاس تقدم الأمم اليوم لتقدمه لذوي الإعاقة البصرية حتى يتراوح وخدمات تساعدهم على تحقيق ذواتهم وتتناقش الدول في ما بينها بما تهيئة في فرص مختلفة تقدمها لهذه الفئة للوصول بهم إلى استعداداتهم الحقيقية وتهيئتها وفق ما يستطيعون وتشمل التربية الخاصة عددا من الخدمات والبرامج، وتتفاوت ما بين الدمج الكلي في المدارس العادية، والالتحاق بالمدارس الخارجية على أي حال لابد من توفير بيئة تعليمية لذوي الإعاقة البصرية في المجال الرياضي وهذا يتطلب إجراء تعديلات على المحتوى التعليمي والمكان التعليمي قبل تقديم البرامج التربوية لهم ولابد من البدء بتعلم الأطفال المكفوفين المهارات اللازمة والضرورية منذ لحظة اكتشافهم وحيث أن الكشف المبكر يقود إلى التدخل المبكر (خولة ،2011،ص 11)، وعلى غرار ما سبق يمكن طرح التساؤل التالي

هل للنشاط الرياضي المكيف دور في تحسين صورة الجسم عند ذوي الإعاقة البصرية بعمر(13- 20 سنة)؟

التساؤلات الجزئية:

- هل للنشاط الرياضي المكيف دور في تحسين صورة الجسم المدركة لذوي الإعاقة البصرية (13-20 سنة)؟
- هل للنشاط الرياضي المكيف دور في تحسين صورة الجسم الاجتماعية لذوي الإعاقة البصرية(13-20)؟
- هل للنشاط الرياضي المكيف دور في تحسين صورة الجسم الانفعالية لذوي الإعاقة البصرية(13- 20سنة)؟

الفرضيات الجزئية:

- للنشاط الرياضي المكيف دور في تحسين صورة الجسم المدركة لذوي الإعاقة البصرية (13 - 20)سنة.
- للنشاط الرياضي المكيف دور في تحسين صورة الجسم الاجتماعية لذوي الإعاقة البصرية (13- 20 سنة)؟
- للنشاط الرياضي المكيف دور في تحسين صورة الجسم الانفعالية لذوي الإعاقة البصرية (13- 20 سنة)؟

أهداف الدراسة:

- معرفة التوجهات الحديثة في مجال النشاط الرياضي المكيف لذوي الإعاقة البصرية
- معرفة مدى اهتمام الجهات المعنية بالنشاط الرياضي المكيف لدى هذه الفئة من المجتمع
- الكشف على تأثير النشاط الرياضي المكيف في تحسين صورة الجسم للأطفال المكفوفين
- معرفة نسبة تحسين صورة الجسم للأطفال المكفوفين

- تنمية الوعي بالجسم وأطرافه والسيطرة عليه أثناء أداء الحركة عند الطفل الكفيف

-تحديد المصطلحات :

- تعريف النشاط الرياضي المكيف:

هو كل الحركات والتمارين وأنواع الرياضات التي يستطيع الفرد ممارستها المحدود القدرات في الناحية البدنية - النفسية والعقلية وذلك بفعل كل فبعض الوظائف الجسمية وهي عبارة عن مجموعة الرياضات الفردية والجماعية وغيرها من الأنواع الرياضية و الأنشطة البدنية والرياضية المكيفة من طرف مجموعة من الأفراد المعوقين (جميل صليبا،2002،ص12)

يعتبر النشاط الرياضي المكيف أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان وهو الأكثر تنظيما والأرفع مهارة من الأشكال الأخرى، وما يميزه أنه لتدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي وإنما من أجل النشاط في حد ذاته.(فرج عبد القادر،20001،ص253)

- تعريف الإعاقة البصرية:

التعريف القانوني: إن الشخص الكفيف هو ذلك الشخص الذي لا تزيد حدة إبصاره على 200/20 قدم في أحسن العينين أو حتى استعمال النظارة الطبية، وتفسير ذلك أن الجسم الذي يراه الشخص العادي في إبصاره على مسافة مائتي قدم يجب أن يقرب إلى مسافة 20 قدم حتى يراه الشخص الذي يعتبر كفيفا حسب هذا التعريف (محمد سليمان أحمد،2012،ص129)

التعريف التربوي: يشير إلى أن الشخص الكفيف هو ذلك الشخص الذي لايستطيع أن يقرأ أو يكتب إلا بطريقة برايل (Braille Method) (سوسن عبد الفتاح،2012،ص129)

التعريف الطبي: هو تلك الحالة التي يفقد فيها الفرد القدرة على الرؤية بالجهاز المخصص لهذا الغرض، وهذا الجهاز يعجز عن أدائه وظيفته إذا أصابه خلل، وهو إما خلل طارئ كالإصابة بالحوادث، أو خلل ولادي يولد مع الشخص. (عبد المجيد إبراهيم مروان،2004،ص12)

التعريف الإجرائي: هي الحالة التي يفقد بها الفرد القدرة على استخدام حاسة البصر ما يؤثر على أدائه ونموه.

- صورة الجسم: يعرف كل من كفافي النبال صورة الجسم بأنها : " عبارة على تصور عقلي أو صورة ذهنية يكونها الفرد وتسهم في تكوينها خبرات الفرد من خلال ما يتعرض له من أحداث ومواقف لما أن لصورة الجسم تأثيرا كبيرا في نمو الشخصية وتطورها وما يكونه الفرد من اتجاهات نحو جسمه، قد تكون سلبية أو ايجابية وهذه الاتجاهات المتعلقة بصورة الجسم بشقيها الايجابي والسلبي إما أن تكون مسيرة أو معوقة لتفاعلات الإنسان مع ذاته ومع الآخرين.(كفافي علاء الدين النبال،1995،ص21)

"هي عبارة عن تصور عقلي وذهني يكونه الفرد عن جسمه سواءا في مظهره الخارجي أو مكوناته الداخلية وأعضائه المختلفة وقدرته على توظيف هذه الأعضاء واثبات كفاءتها وما قد يصاحب ذلك من مشاعر واتجاهات موجبة أو سالبة من تلك الصورة الذهنية للجسم"(محمد سليمان أحمد،2012،ص129)

التعريف الإجرائي: هي صورة ذهنية يشكلها ويكونها الفرد عن جسمه من ناحية المظهر الخارجي وفي الداخل بما يحتويه من أجهزة وأعضاء وكيفية توظيف هذه الأعضاء وقت الحاجة إليها.

- الدراسات المشابهة:

- دراسة سمية محمد الصالح (2006): تأثير الذكاء الوجداني على مستوى الطموح وبعض سمات الشخصية لدى الطالب الكفيف، مذكرة ماجستير، معهد علم النفس وعلوم التربية.

درست الباحثة مستوى الطموح وبعض السمات الشخصية لدى الطالب الكفيف ومدى تأثيرها بالذكاء الوجداني وبعد استعمال وتطبيق أدوات الدراسة للتي تمثلت في مقياس الذكاء الوجداني من أعداد الدكتور (عبد المنعم أحمد الدويدر) ومقياس التحليل الإكلينيكي إعداد (كاتل) وترجمة الأستاذ (محمد أجراد) ومقياس مستوى الطموح من إعداد الباحثة توصلت للنتائج التالية:

-هناك علاقة إرتباطية بين للذكاء الوجداني ومستوى الطموح عند كل من المكفوفين والمبصرين

-عدم وجود فروق بين المكفوفين والمبصرين في الذكاء الوجداني وفي سمة الاندفاعية مع وجود فروق دالة عند مستوى 0,01 بالنسبة لمستوى الطموح، الثبات الانفعالي سمة الراديكالية، سمة تنظيم الذات.

-لا توجد فروق دالة في الذكاء الوجداني باختلاف الحالة (كفيف- مبصر) الجنس،السن .

- دراسة صافينارالمغازي2002 :
هدفت إلى إعداد برنامج تأهيلي حركي للطفل الكفيف في مرحلة رياض الأطفال لتنمية مفهوم صورة الجسم والتوجه المكاني وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين (تجريبية،ضابطة) عدد من مجموعة 20 طفلا وطفلة (10 ذكورو10 إناث) وتمت المجانسة بين المجموعتين من حيث العمر الزمني والمستوى الثقافي الاجتماعي الاقتصادي ومن حيث درجة الإعاقة ومستوى مفهوم صورة الجسم والتوجه المكاني واستخدمت الباحثة مقياس صورة الجسم للأطفال المكفوفين (سيد صبحي 1996) ومقياس الثقافة الأسرية (سيد صبحي 1995) وكراسة ملاحظة لمفهوم صورة الجسم والتوجه المكاني وبرنامج تأهيلي حركي وأكدت النتائج فعالية وتأثير البرنامج التأهيلي الحركي في تنمية صورة الجسم والتوجه المكاني(أحمد،2005،ص191)
- دراسة دونالیزشین 1985:
قامت بدراسة تأثير تعليم حركات الرفض على الإدراك المكاني لتلاميذ المرحلة الابتدائية لصغار المكفوفين وقد اختارت عينة قوامها (12) تلميذ مكفوف يتراوح أعمارهم بين (6 - 12) سنة وقد استخدمت المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين تجريبيتين متساويتين وكان الهدف من الدراسة التعرف على تأثر الحركات الخاصة بالرفض بأسلوبين مختلفين على الإدراك المكاني لدى الأطفال ضعاف البصر واستخدمت اختبار "هيل" للإدراك المكاني وتم تطبيق الرفض على المجموعة الأولى دون تعليمات لتغطية وتطبيق نفس البرنامج على المجموعة الثانية مع تلقيهم تعليمات لتغطية خاصة بالحركات الرافضة وكانت النتائج تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دلالة الإدراك المكاني في المجموعتين لصالح القياس البعدي ووجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية(أحمد،2005،ص190)
- إجراءات البحث الميدانية:
- المنهج المتبع:
إن دراستنا لهذا الموضوع أوجب علينا الاعتماد على المنهج الوصفي فهو المنهج الذي يتناول الأبحاث والدراسات التي تبحث في ماهو كائن الآن في حياة الإنسان أو المجتمع من ظواهر وأحداث وقضايا معينة والبحث وفق هذا المنهج يعد استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الواقع بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينهما وبين ظواهرأخرى.(داود،2011،ص6)
- مجتمع و عينة الدراسة:
إن اختيار العينة هو العامل الذي يتوقف عليه تعميم نتائج البحث العلمي ويعتبر الركيزة الأساسية التي يقوم بها الباحث.(الحمداني، 2006،ص206)، لقد قمنا باختيار عينة البحث بطريقة قصدية ، وفي هذا النوع في العينة يركز الباحث على اختيار وحدات معينة يجمع منها البيانات ويستثني غيرها لأنه يعتقد أن هذه الوحدات تمثل ما يراد دراسته أكثر من تلك.(الحمداني،2006،ص208)والجدول التالي يوضح ذلك:

المجموعة	الجنس	العدد	معدل العمر	كف كلي	كف جزئي	الإصابة قبل 5 سنوات	الإصابة بعد 5 سنوات
ممارسين	ذكور	07	15,42	04	03	04	03
	إناث	03	14,66	00	03	02	01
غير ممارسين	ذكور	10	18,2	04	06	04	06
	إناث	00	00	00	00	00	00

من خلال الجدول نلاحظ أنه بالنسبة للمجموعة الأولى ممارسين عدد الذكور (07) وعدد الإناث (03) حيث معدل العمر للذكور (15,42) ومعدل العمر للإناث (14,66) وبالنسبة لدرجة الإعاقة للذكور كف كلي (04) وكف جزئي (03) في حين عند الإناث كف كلي (00) وكف جزئي (03) وكانت الإصابة قبل سن (5) عند الذكور (04) وعند الإناث (02) أما الإصابة بعد سن (5) للذكور (03) والإناث (01).
بالنسبة للمجموعة الثانية غير ممارسين عدد الذكور (10) بمعدل عمر (18,2) ودرجة إعاقة كف كلي (04) وكف جزئي (06) أما الإصابة قبل سن (5) هي (04) والإصابة بعد سن الخامسة هي (06) وعدد الإناث (00) بمعدل عمر (00) ودرجة إعاقة كف كلي وكف جزئي (00) وكانت الإصابة قبل سن الخامسة وبعد سن الخامسة (00).

- مجالات الدراسة:

- المجال المكاني: تم ذلك بمدرسة صغار المكفوفين بولاية باتنة

- المجال الزماني: أجريت الدراسة في الفترة الممتدة بين 2016/01/12 إلى 05 /05 / 2016

- أدوات الدراسة:

- مقياس الدراسة: طبق على العينة مقياس صورة الجسم للمكفوفين حيث يحتوي على 37 عبارة، ثم التطبيق بطريقة فردية حيث يقوم الباحث بقراءة العبارات لكل مفحوص مع مراعاة تبسيط أسئلة المقياس حتى يتمكن التلاميذ المكفوفين من فهمها وحتى لا يختار الشخص محل الاختيار بعشوائية.

- تطبيق المقياس: تم توزيع مقياس صورة الجسم لدى المكفوفين بصريا يوم 2016/02/23.

- الوسائل الإحصائية:

الطريقة الإحصائية تتضمن معالجة الحسابات التي تمكننا من ترجمة النتائج بصفة دقيقة وقد اعتمدنا على النظام الإحصائي (SPSS) باستخدام الأدوات الإحصائية التالية :المتوسط الحسابي ـ الانحراف المعياري- إختبار ت ستيودنت .

- عرض النتائج و تحليلها:

- عرض نتائج الفرضية الأولى: للنشاط الرياضي المكيف دور في تحسين صورة الجسم المدركة عند ذوي الإعاقة البصرية بعمر(13-20) سنة .

الجدول رقم (1): يبين التحليل الوصفي لصورة الجسم المدركة

صورة الجسم المدركة	ن	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الخطأ المعياري للمتوسط
ممارسين	10	28,70	2,35	0,74
غير ممارسين	10	26,10	4,67	1,47

بالنسبة لبعد صورة الجسم المدركة ومن خلال النتائج المبينة وجد أن هناك فروقا بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، فبالنسبة للمجموعة التي تمارس النشاط البدني الرياضي ظهر الوسط الحسابي عند أفراد العينة (28,70) وانحراف معياري (2,35) فيما بلغ الوسط الحسابي عند المجموعة التي لا تمارس النشاط البدني الرياضي (26,10) وانحراف معياري (4,67).

والفرق بين المعدلين 2,6 وهذا إن دل على شيء إنما يدل على أن ممارسة النشاط البدني الرياضي عند فئة ذوي الاحتياجات الخاصة المتمثلة في المكفوفين قد أحدثت تغيير في صورة الجسم المدركة لكن بنسبة ضعيفة نوعا ما، ولذا فإن من المتوقع أن تكون النتائج غير دالة إحصائيا.

أما النتيجة المهمة في هذا الاختبار فهي نتيجة اختبارات المستقبل والتي تظهر في الجدول التالي:

الجدول رقم (2): يبين التحليل الاستدلالي لصورة الجسم المدركة.

صورة الجسم	اختبار ليفن لفحص افتراض تجانس التباين بين المجموعتين		اختبارات ت سيودنت لفحص تساوي المتوسطات				
تساوي المتغيرات	ف	الدلالة	ت المحسوبة	درجة الحرية	الدلالة ذات ذيلين	فرق م	فرق ع
	1,954	1,179	1,56	18	0,134	2,60	1,65

نلاحظ أولا نتائج اختبار ليفن المستخدم لفحص افتراض التباين بين المجموعتين، ويمكن التحقق من هذا الافتراض بواسطة اختبار ليفن، وقيمة الاختبار هنا (ف= 1,954) غير دال إحصائيا لأنه أكبر من (0,05) وهذا يعني أن التباين في المجموعتين متساوي أي تحقق الافتراض بمعنى التباين الأول يساوي التباين الثاني وبالتالي فإن النتيجة التي نعتمدها من الجدول هي السطر العلوي فقط.

ومن خلال ملاحظة قيمة اختبار "ت" المستقل أعلاه، نجد أن قيمة "ت" = (1,56) وقيمة الدلالة ذات الذيلين = 0,134 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0,05) وهذا يعني أن الاختبار غير دال إحصائيا وبالتالي لا يوجد فرق فعلي في صورة الجسم المدركة بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة للنشاط البدني الرياضي، نلاحظ أن هذه النتيجة الإحصائية قد دعمت النتيجة العملية التي وجدناها سابقا وهي فرق بسيط في درجة صورة الجسم المدركة بين المكفوفين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

تتفق هذه النتائج مع دراسة (سمية محمد الصالح 2006) التي كشفت عن عدم وجود فروق بين المكفوفين والمبصرين في الذكاء الوجداني وفي سمة الاندفاعية وكذلك عدم وجود فروق دالة في الذكاء الوجداني باختلاف الحالة (كفيف ـ مبصر) الجنس،السن.

ويمكن ترجمة أحداث تغيير في صورة الجسم المدركة لكن بنسبة ضعيفة نوعا ما من خلال ما جاء به (صفوت محمد وأخمدت) أن النظرة الايجابية لصورة الجسم معناها ارتفاع مستوى تقدير الذات يؤدي إلى ارتفاع مستوى الأداء الرياضي في حين أن انخفاض مستوى الأداء الرياضي يكون نتيجة لعدم الرضا عن صورة الجسم وبالتالي يؤثر سلبيا ويؤدي إلى انخفاض مستوى تقدير الذات إذ الصورة الجسم تأثير كبير على شخصية الفرد وتحديد سلوكه وتغير إمكانياته وقدراته ويوظفها بشكل ايجابي إذا كان الفرد يشعر برضا عن ذاته وصورة جسمه وتنعكس الصورة بشكل سلبي عندما يشعر الفرد بعدم الرضا عن ذاته الجسمية فينعكس على أدائه ويشعر بالإحباط ويكون مستوى عطائه بشكل منحدر أي بشكل سلبي مما يؤثر على شخصيته وعدم ثقته بنفس هو يولد لديه الكآبة وكذلك القلق ويعبر عن ذلك إتباع سلوكا سلبيا.

وقد يكون فيه الجسم ضعيف الإدماج يكون فيه الأنا قد اكتسب حدود غير ثابتة وهذا يثبت أن الطفل الكفيف غير قادر على تحديد شكل حجم، وزن، حركة الجسم وغير قادر على إدراك المكان الذي يتواجد فيه الجسم.

ـ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

للنشاط الرياضي المكيف دور في تحسين صورة الجسم الانفعالية عند ذوي الإعاقة البصرية(13-20) سنة .

الجدول رقم (03): يبين التحليل الوصفي لصورة الجسم الانفعالية

صورة الجسم الانفعالية	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري للمتوسط
ممارسين	10	31,00	2,05	65،0
غير ممارسين	10	31,00	2,05	0,91

بالنسبة لبعد صورة الجسم المدركة ومن خلال النتائج وجد أن هناك فروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية فبالنسبة للمجموعة الممارسة للنشاط البدني الرياضي ظهر الوسط الحسابي عند أفراد العينة (31,00) وانحراف معياري (2,05) فيما بلغ الوسط الحسابي عند المجموعة غير الممارسة للنشاط البدني الرياضي (28,30) وانحراف معياري (2,90) والفرق بين المعدلين (2,7) وهذا إن دل على شيء إنما يدل على أن ممارسة النشاط البدني الرياضي عند فئة المكفوفين قد أحدثت تغيير في صورة الجسم الانفعالية لكن بنسبة ضعيفة نوعا ما، فإن من المتوقع أن تكون النتائج دالة إحصائيا.

أما النتيجة المهمة في هذا الاختبار فهي نتيجة اختبار "ت" المستقل والتي تظهر في الجدول التالي:

الجدول رقم (4): يبين التحليل الاستدلالي لصورة الجسم الانفعالية

صورة الجسم الانفعالية	اختبار ليفن لفحص افتراض تجانس التباين بين المجموعتين		اختبارات ستيودنت لفحص تساوي المتوسطات				
	ف	الدلالة	ت المحسوبة	درجة الحرية	الدلالات ذات ذيلين	فرق م	فرق ع
فرضية تساوي المتغيرات	2,193	0,156	2,39	18	0,028	2,70	1,25

نلاحظ أن نتائج اختبار ليفن المستخدم لفهم افتراض التباين بين المجموعتين، ويمكن التحقق من هذا الافتراض بواسطة اختبار ليفن وقيمة الاختبار هنا (ف=2,193) غير دال إحصائيا لأنه أكثر من (0,05) وهذا يعني أن التباين في المجموعتين متساوي أي تحقق الافتراض بمعنى التباين الأول يساوي التباين الثاني وبالتالي فإن النتيجة التي تعتمدها من الجدول هي السطر العلوي فقط.

ومن خلال ملاحظة قيمة اختبار "ت" المستقل أعلاه نجد أن قيمة "ت" = (2,39) وقيمة الدلالة ذات ذيلين= (0,028) وهي أصغر من مستوى الدلالة (0,05) وهذا يعني أن الاختبار دال إحصائيا وبالتالي يوجد فرق فعلي في صورة الجسم الانفعالية بين المجموعة الممارسة والمجموعة غير الممارسة للنشاط البدني الرياضي، نلاحظ أن هذه النتيجة الإحصائية قد دعمت النتيجة العملية التي وجدناها سابقا وهي وجود فرق بسيط في صورة الجسم الانفعالية بين المكفوفين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة (صافينارالمغازي 2002) التي كشفت على فاعلية ممارسة برنامج تأهيلي حركي للأطفال المكفوفين في مرحلة الرياضي لتنمية صورة الجسم والتوجه المكاني وأكدت النتائج التي تحصلت عليها الباحثة فاعلية وتأثير البرنامج العلاجي.

ويمكن تفسير ذلك في إطار ما جاء في نظرية الطاقة الفائضة (نظرية سينسر وشيلر) أن اللعب يخلص الفرد من تعبه التراكم على جسده ومن تأثراته العصبية المشحونة من ممارسة واجباته المهنية والاجتماعية، ويعتبر وسيلة ضرورية للتوازن الإنساني النفسي ومواقفه مع البيئة التي يعيش فيها.

ويرى (كارلجروسKMLGVOS) الذي نادى بنظرية الإعداد للحياة أن اللعب هو الدافع العام لتمرين الغرائز الضرورية للبقاء في حياة البالغين وبهذا يكون قد نظر إلى اللعب على أنه شيء له غاية كبرى حيث يقول أن الطفل في لعبه يعد نفسه للحياة المستقبلية، فالبنت عندما تلعب بدميتها تتدرب على الأمومة والولد عندما يلعب بمسدسه يتدرب على الصيد كمظهر للرجولة.

وعن طريق اللعب القائم على الوهم والخيال فإن الطفل يمارس خبراته ويبتعد في الوقت نفسه عن الواقع المؤلم ويضع عالمه وأشياءه بالطريقة التي يريد وهذا النشاط الايهامي الذي يقوم على إسقاط الرغبات والأمنيات على أشياء الواقع يمكن أن يكون أداة فعالة للاكتشاف والإبداع كما يمكن استخدامه كطرق علاجية لبعض الأمراض النفسية،باستعمال اللعب كأداة لتخليص المريض من الأحاسيس والأفكار والمشاعر المكبوتة

- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

للنشاط الرياضي المكيف دور في تحسين صورة الجسم الاجتماعية عند ذوي الإعاقة البصرية(13-20) سنة

الجدول رقم (05): يبين التحليل الوصفي لصورة الجسم الاجتماعية

صورة الجسم الانفعالية	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري للمتوسط
ممارسين	10	41,20	2,09	0,66
غير ممارسين	10	34,60	5,71	1,80

بالنسبة لبعد صورة الجسم الإجتماعية ومن خلال النتائج وجد أن هناك فروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية فبالنسبة للمجموعة الممارسة للنشاط البدني الرياضي ظهر الوسط الحسابي عند أفراد العينة (41,20) وانحراف معياري (2,90) فيما بلغ الوسط الحسابي عند المجموعة غير الممارسة للنشاط البدني الرياضي (34,60) وانحراف معياري (5,71) والفرق بين المعدلين (6,6) وهذا يدل على أن ممارسة النشاط البدني الرياضي عند فئة ذوي الاحتياجات الخاصة المتمثلة في المكفوفين قد أحدثت تغيير في صورة الجسم الاجتماعية لكن بنسبة كبيرة، ولذا فإن من المتوقع أن تكون النتائج دالة إحصائيا.

أما النتيجة المهمة في هذا الاختبار فهي نتيجة اختبار "ت" المستقل والتي تظهر في الجدول التالي:

الجدول رقم (6): يبين التحليل الاستدلالي لصورة الجسم الاجتماعية

صورة الجسم الانفعالية	اختبار ليفن لفحص افتراض تجانس التباين بين المجموعتين		اختبارات ستيودنت لفحص تساوي المتوسطات				
فرضية تساوي المتغيرات	ف	الدلالة	ت المحسوبة	درجة الحرية	الدلالات ذات ذيلين	فرق م	فرق ع
	11,62	0,003	3,42	18	0,003	6,60	1,92

نلاحظ أولا نتائج اختبار ليفن المستخدم لفهم افتراض التباين بين المجموعتين، ويمكن التحقق من هذا الافتراض بواسطة اختبار ليفن وقيمة الاختبار هنا (ف=11,62) غير دال إحصائيا لأنه أكبر من (0,05) وهذا يعني أن التباين في المجموعتين متساوي أي تحقق الافتراض بمعنى التباين الأول يساوي التباين الثاني وبالتالي فإن النتيجة التي تعتمدها من الجدول هي السطر العلوي فقط.

ومن خلال ملاحظة قيمة اختبار "ت" المستقل أعلاه نجد أن قيمة "ت" = (3,42) وقيمة الدلالة ذات ذيلين= (0,003) وهي أصغر من مستوى الدلالة (0,05) وهذا يعني أن الاختبار دال إحصائيا وبالتالي يوجد فرق فعلي في صورة الجسم الاجتماعية بين المجموعة الممارسة والمجموعة غير الممارسة للنشاط البدني الرياضي، نلاحظ أن هذه النتيجة الإحصائية قد دعمت النتيجة العملية التي وجدناها سابقا وهي وجود فرق معتبر في درجة صورة الجسم الاجتماعية بين المكفوفين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة (دوناليزسين 1959) التي أظهرت تأثير الحركات الخاصة بالرفض بأسلوبين مختلفين على الإدراك المكاني لدى الأطفال ضعاف البصر حيث كان للحركات الخاصة بالرفض أثر ايجابي في الإدراك المكاني للمجموعة التجريبية، ويمكن ترجمة هذا التحسن في صورة الجسم الاجتماعية من خلال التشجيع على تنمية العلاقة الاجتماعية بين الأفراد ويحقق من العزلة والانغلاق (الانطواء) على الذات ويستطيع أن يحقق انسجاما وتوافقا بين الأفراد، فالجلوس جماعة في مركز أو ملعب أو في نادي أو مع أفراد الأسرة وتبادل الأراء والأحاديث من شأنه أن يقوي العلاقات الجيدة بين الأفراد.

فقد بين (فبلنVeb len) في كتاباته عن الترويج في مجتمع القرن التاسع عشر بأوروبا أن ممارسة الرياضة كانت تعبر عن انتماءات الفرد الطبقية أو بمثابة رمز لطبقة اجتماعية خصوصا للطبقة البرجوازية إذ يقنع أفرادها بقدر أوفر من الوقت الحر يستغرقونه في اللهو واللعب منفقون أمولا طائلة وبذخا مسرفا متنافسون على أنهم أكثر لهوا واسرافا.

كما أكد (محمد عوض بسيوني) أن أهمية النشاط الرياضي تمكن في مساعدة الشخص المعوق على التكيف مع الأفراد والجماعات التي تعيش فيها، حيث أن هذه الممارسة تسمح له بالتكيف والاتصال بالمجتمع.

وهو ما أكده كذلك (عبد المجيد مروان) من أن الممارسة الرياضية تضفي في الشخص المعوق الثقة بالنفس والتعاون والشجاعة، فضلا عن شعوره باللذة والسرور ...، كما أن للبيئة والمجتمع والأصدقاء الأثر الكبير على نفسية الفرد المعاق.

- التوصيات والإقتراحات:

من خلال ما توصلنا إليه من تحليل واستنتاجات تثبت قدرة النشاط الرياضي المكيف في تحسين صورة الجسم لذوي الإعاقة البصرية، نتقدم بتوصياتنا واقتراحاتنا إلى كل من يهمه الأمر من أولياء وحربين من أجل العمل والاقتداء بها وتنفيذها آملين في تكوين أفراد وحتى أجيال سلمية من جميع النواحي المتمثلة في:

- إعطاء أهمية كبيرة لفئة المكفوفين باعتبارها فئة يستوجب الاستفادة منها.
- أن تكون هناك علاقة وطيدة، علاقة تفاهم بين الأولياء والمربين.
- توسيع الحجم الساعي المخصص للنشاط الرياضي المكيف ولا ضل المراكز الخاصة
- تشجيع وتدعيم الأطفال المكفوفين على ممارسة الأنشطة الرياضية خصوصا من طرف الوالدين والمسئولين وخلق الدافعية لديهم منذ الصغر
- تأمين الخدمات التعليمية والثقافية للمعاقين بصريا
- تنمية الكفاية البدنية وصيانتها للمكفوفين
- ينبغي على الدولة أن تستحدث تدابير تستهدف تسيير دخول المعوقين إلى أماكن الترويح والرياضة
- ينبغي أن تتاح للمعوقين لمشتركين في الأنشطة الرياضية فرض تعليم وتدريب تعادل في نوعيتها ما يتاح من فرص للآخرين
- ينبغي لمنظمي الأنشطة الرياضية أن يستشيروا منظمات المعوقين لدى تطوير الخدمات الموجهة إلى المعوقين.
- المساهمة في اكتساب الكفيف الصفات الاجتماعية المثلى والتفكير العقلي المنظم.

- الخاتمة:

من خلال الدراسة التي قمنا بها والتي تتمثل في دور النشاط الرياضي المكيف في تحسين صورة الجسم عند ذوي الإعاقة البصرية بعمر (13 - 20) سنة، وبعد تحديد المشكلة وصياغة الفرضيات في الجانب التمهيدي تم تحديد الخلفية النظرية في الجانب النظري مرورا بالجانب التطبيقي والذي تم فيه تحديد الإطار المنهجي معتمدا في ذلك على مصادر باللغة العربية والأجنبية، والاعتماد على المنهج الوصفي باستخدام مقياس صورة الجسم للمكفوفين تم توزيعه على مجموعة من المكفوفين البالغ عددهم 20 فرد، ومن خلال العرض وتحليل ومناقشة النتائج اتضح لنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية وهذا يدل على أن النشاط الرياضي المكيف يلعب دورا أساسيا في تحسين صورة الجسم عند ذوي الإعاقة البصرية.

- المراجع و المصادر:

- خولة أحمد يحى.(2002). البرامج التربوية للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة.ط1.الأردن: دار النشر عمان
- جميل صليب.(2002). المعجم الفلسفي.
- فرج عبد القادر.(2001). معجم علم النفس والتحليل النفسي. بيروت: دار النهضة للطباعة والنشر.
-محمد سليمان أحمد، سوسن عبد الفتاح، عبير محمد أحمد.(2012). الإعاقات المتعددة. ط 1. الأردن: زحز مناشرون وموزعون.
-عبد المجيد إبراهيم مروان.(2004).التمارين البدنية والعلاجية لتشوهات المكفوفين القوامية. عمان: الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع
- كفافي علاء الدين النبال، مايسة أحمد.(1995). صورة الجسم وبعض متغيرات الشخصية لدى عينات المراهقات.ط1. مصر: دارالمعرفةالجامعية
- أحمد ماهر،أحمد آدم.(2005). التربية الرياضية للمكفوفين.ط 1. مصر: مكتبة الأنجلوالمصرية
- عزيز داود.(2011). منهاج البحث العلمي والتربوي. ط1.
- موفق الحمداني.(2006).محدثات الجادري وأخت،مناهج البحث العلمي.ط1. الأردن:مؤسسة الورق للنشر والتوزيع
–إيمان فؤاد كاشف رضا إبراهيم الأشراف.(2005).صورة الجسم لدى المعاقين بصريا.ط 1. بيروت: دار الكتاب الحديث
-عقبان محمد خطاب.(2000). أوقات الفراغ والترويح.ط1.القاهرة:دار الفكر العربي.