



أثر الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة في تعزيز الصحة النفسية لعلاج أطفال التوحد

Effect of modified physical sports activities in promoting mental health for the treatment of autistic children

رحلي مراد

جامعة محمد بوضياف المسيلة / الجزائر / mourad.rahli@univ-msila.dz

تاريخ النشر: 2022/01/20

تاريخ القبول: 2021/11/11

تاريخ الاستلام: 2021/10/27

ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة الى معرفة دور النشاط البدني المعدل في التقليل من الضغوط النفسية لدى أطفال التوحد وكذا لفت الانتباه اتجاه هذا النوع من الرياضة المختصة وإدخالها وسط أطفال التوحد بصورة أوسع ومعرفة أهم الفوائد البدنية والجسمية المقدمة من خلال الأنشطة المختلفة للنشاط الرياضي المعدل، والذي يبدأ من خلال تعزيز الثقة بالنفس وتعزيز الصحة النفسية للتخفيف من الضغوط النفسية لدى أطفال التوحد. وتماشيا مع أهداف وطبيعة موضوع الدراسة فقد اعتمدت على تطبيق الأسلوب الوصفي المسحي من خلال محاولة التعرف على أثر الأنشطة الرياضية المعدلة على الصحة النفسية في علاج أطفال التوحد. ولقد اعتمدت في هذه الدراسة على عينة قدرت بـ 21 مربي من ذوي الاحتياجات الخاصة (لأطفال التوحد) بمركز التوحد لولاية المسيلة (5 في الدراسة الاستطلاعية و 16 للدراسة الأساسية) ليتم استخدام استمارة استبيان تحتوي هذه الاستمارة على 21 سؤال يغطي ثلاثة محاور وهي: السلوك العدواني، التصرفات اللاعقلانية والتواصل الاجتماعي. إن هذا الدور الذي يلعبه النشاط البدني المكيف في مساعدة الطفل التوحد بأن ينعم بحياته في حدود سواء له أو لأسرته، وبعبارة أخرى أثمرت دراستنا أن للنشاط البدني الرياضي المكيف تأثير كبير في تنمية مختلف القصور الإنمائية التي يعاني منها طفل التوحد سواء من الناحية النفسية كتحسين التواصل وروح التعاون وتقبل الآخرين والتخفيف من حدة انسحابه من بعض المواقف الاجتماعية. والتخفيف من سلوكه العدواني كالقلق والتوتر واكتسابه القدرة على التنسيق في بعض الحركات الجسمية كالمشي والقفز.

الكلمات الدالة: الأنشطة الرياضية المعدلة : الصحة النفسية : أطفال التوحد

Abstract:

The study aims to know the role of modified physical activity in reducing psychological stress among autistic children, as well as drawing attention to this type of specialized sport and introducing it among autistic children in a broader way and knowing the most important physical and physical benefits provided through the various activities of modified sports activity, which begins by strengthening Self-confidence and promoting mental health to reduce psychological stress among autistic children. In line with the objectives and nature of the subject of the study, it relied on the application of the descriptive survey method by trying to identify the impact of modified sports activities on mental health in the treatment of autistic children. In this study, I relied on a sample of 21 educators with special needs (for autistic children). At the Autism Center in the State of M'sila (5 in the exploratory study and 16 in the basic study) to use a questionnaire that contains 21 questions covering three axes: aggressive behavior, irrational behavior and social communication. This role that the adapted physical activity plays in helping the autistic child to enjoy his life within the limits, whether for him or his family, in other words, our study resulted that the adapted sports physical activity has a significant impact on the development of the various developmental deficiencies that the autistic child suffers from, both psychologically, such as improving communication and the spirit of Cooperation and acceptance of others, easing his withdrawal from some social situations, relieving his aggressive behavior such as anxiety and tension, and gaining the ability to coordinate some bodily movements such as walking and jumping.

Keywords Modified Sports Activities; Psychological health . Autistic children

لقد أصبح التطور العلمي تسمية هذا العصر لما يتصف به كم سرعة تحطه يفتح أفاقا متعددة وكثيرة للتعرف على كل ما هو جديد في مختلف المجالات وتعتبر مسابرة الرياضة لهذا التطور لا أمر جيد وحيويا بالغا من الاهمية حيث تتطلب طبيعة المستويات الرياضية العالمية من الاعب الرياضي ضرورة استخدام قدراته البدنية و النفسية و الخططية بصورة متكاملة و ذلك لمحاولة تحقيق أفضل المستويات الممكنة. ولقد تقاربت طرق الاعداد النفسي خلال السنوات الأخيرة ، لهذا الفرض ظهرت الحاجة الى المزيد من الاهتمام بالناحية النفسية (أسامة كمال راتب : 1991 . ص 331)

و يعد أطفال التوحد أحد فئات ذوي الاحتياجات الخاصة ، و الذين هم بحاجة الى الحماية و الاهتمام و الرعاية ، و من المعروف أن التوحد من أكثر الاعاقات التطورية صعوبة بالنسبة الطفل . و قد بدا التعرف عليه منذ حوالي 60 سنة و يعرف بصعوبة التواصل و العلاقات الاجتماعية و باهتمامات ضيقة و قليلة و قد حاول الأطباء معرفة أسباب هذا المرض و ارجع الكثير منهم الازصابة به الى أسباب عضوية و ليست نفسية رغم أنها مازالت غير محددة تماما ، و بالتالي لم يعرف لها دواء محدد و رغم أن ذلك غير واضح حتى المستقبل القريب الى أن استعمال بعض المداخل الطبية و السلوكية و التعليمية أظهرت الكثير من التقدم مع هؤلاء الاطفال و افضل البرامج يجب ان تترك فيها هذه الفئة مع أطفال آخرين و مع أسرهم و مجتمعهم ، و عدم عزلهم لأن ذلك سوف يزيد من تفوقهم على أنفسهم من تقليد خيرات أقرانهم (الرفاعي امين.1987.ص217)

و نظرا لأهمية النشاط الرياضي المكيف عند الأطفال و اهتمام العلماء و الباحثين بع و اعتباره وسيلة لتعليم الأطفال في جميع الأعمار . جاءت الدراسة الحالية لتوضع اثر الصحة النفسية في علاج الأطفال التوحد من خلال النشاط البدني المكيف . و ذلك لما للنشاط البدني المكيف من القدرة على التواصل و التعبير و التخفيف السلوك العدوانية التي يعبر عنها المتوحدين ، ومنه فأطفال التوحد من خلال لعهم قد أخرجوا الشحنات السالبة العدوانية التي تظهر في سلوكهم و على الاعتبار أن الأنشطة التي يمارسونها قد قامت بتحسين النفسية و استنفاد الطاقة العدوانية .

1- الإشكالية :

النشاط البدني الرياضي مما يراه " تشالزر بيوتشر " هو ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة و ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح ، اللائق من ناحية البدنية و العقلية و الانفعالية و الاجتماعية و ذلك عن طريق مختلف ألوان النشاط البدني ، اعتبار بهدف تحقيق هذه المهام . و بالعودة إلى هذا التعريف يمكن أن نلاحظ بوضوح ذلك البعد النفسي و الاجتماعي و الإنساني للنشاط البدني الرياضي الذي يهدف إلى تنشئة الفرد و تنمية شاملة من خلال الموازنة بين استخدام تمارين الحركية و الأساليب النفسية لتحقيق بذلك النمو النفسي اجتماعي للفرد مما يجعل الاهتمام بهذا النوع من العلوم توسع لدى الباحثين و يعتبر النشاط البدني الرياضي المكيف نسخة إنسانية بامتياز عن النشاط البدني الرياضي ، و ذلك تخصصه بفئة معينة و مهمته و تفرد به دور إعادة التوازن النفسي و تقديم التأهيل اللازم لفئة ذوي الاحتياجات الخاصة ممن فقدوا القدرة العقلية أو النفسية أو الحسية أو الجسدية خلقيا أو عقليا. (محمد خطاب .ص79).

إلا أن اضطراب التوحد مازال يتخلله الكثير من الغموض و عدم الوعي به بالرغم من أن الطفل التوحدي يعد من ذوي الاحتياجات الخاصة التي يجب الاهتمام بها أكثر ، فهو اضطراب نهائي غير نادر بل يمثل نسبة معتبرة لا يمكن تجاهلها .

و يعود الفضل في هذا إلى الطبيب النفسي " ليو كانر " (leo kenner) في 1943 أين فشل دراسة و صف فيها 11 طفل اشتركوا في سلوكيات تحت وصف تشخيصي جديد و منفصل أطلق عليه اسم الطفل التوحدي .

أثر الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة في تعزيز الصحة النفسية لعلاج أطفال التوحد

و قد استخدمت تسميات كثيرة و مختلفة لهذا الاضطراب مثل الذاتية ، الاجترارية التوحدية و الاوتينية الانغلاق الذاتي (الانشغال بالذات) ، الذهان الذاتي ، و فصام الطفولة التركيبي و الانغلاق الطفولي و تعود استخدام هاذ التسميات إلى غموض و تعقد التشخيص الفارقي للتوحد ، حيث يعد التشخيص من أهم الصعوبات التي توجه هذه الفئة نظرا لتشابهها مع فئات عديدة (كوجا روبرتو و كاجل 2003 ص 91) فالإنسان يتمتع بقبالية فطرية للاجتماع و هذا ما ذهب إليه أرسطو " الإنسان مدني بطبيعة " و من غير الممكن ترك هذه الفئة.

بناء على ما سبق نجد أنفسنا أمام التساؤل عام :

✓ ما أثر الأنشطة الرياضية المعدلة في تعزيز الصحة النفسية لعلاج أطفال التوحد ؟

والذي ينبثق عنه تساؤلات فرعية الآتية:

هل للأنشطة البدنية المعدلة تأثير في التقليل من السلوك العدواني لأطفال التوحد ؟.

هل تساهم الأنشطة الرياضية المعدلة في التخفيض من التصرفات اللاعقلانية لدى أطفال التوحد ؟.

هل للأنشطة الرياضية المعدلة تأثير في تحقيق التواصل لدى أطفال التوحد ؟

2- الفرضيات :

2-1- الفرضية العامة :

➤ للأنشطة الرياضية المعدلة تأثير في تعزيز الصحة النفسية لعلاج أطفال التوحد .

2-2- الفرضيات الجزئية :

➤ للأنشطة الرياضية المعدلة دور في تخفيف السلوك العدواني لأطفال التوحد .

➤ يساهم النشاط البدني المعدل في التخفيض من التصرفات اللاعقلانية لدى أطفال التوحد.

➤ يساهم النشاط البدني المعدل في تحقيق التواصل لدى أطفال التوحد.

3- مفاهيم ومصطلحات الدراسة :

3-1- النشاط البدني المكيف :

اصطلاحا: يعرف ستور " النشاط البدني المكيف " بأنه كل الحركات و التمرينات وكل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف اشخاص محدودين في قدراتهم من الناحية البدنية الحسية. العقلية وذلك بسبب أو بفعل أو تلف أو اصابة بعض الوظائف الحسية الكبرى " (مروان عبد المجيد: 2002، 194)

-إجرائيا: هو مجموعة الأنشطة الرياضية التي يتم تعديلها وتكييفها بما يتماشى مع ذوي الاحتياجات الخاصة حسب الإعاقة وشدتها .

3-2- التوحد :

-لغة : كلمة التوحد بالفرنسية Autisme مستمدة من اللغة اليونانية Autos معي ذاتي و ismos معي موضع أو موقع فبجمع الجزئيين Autosismos تصبح Autisme بالإنجليزية وبالعربية ذاتي الموقع.

تشير كلمة التوحد Autisme في معجم مصطلحات علم النفس إلى الفرد الذي يعيش مع أفكاره ويجترها الوحده.

معنى كلمة التوحد حسب ويليم خولي هي الانغلاق عند الذات والانطواء بدلا من ام توجد الحقائق الخارجية افكاره

-اصطلاحا: - مفهوم كريك : هو اضطراب يصيب الأطفال في سن الثالثة من العمر و يؤدي إلى قصور في الوظائف المعرفية والادراكية و اللغوية ومقاومة التعبير. (نايف بن عايد 2012ص84)

*مفهوم الجمعية القومية للأطفال التوحديين 1987: اضطراب تظهر اعراضه قبل ثلاثين شهر من عمر الطفل يمس اضطراب في اللغة والكلام و السعة المعرفية ن كذلك في التعليق و الانتماء للناس و الأحداث.

-اجرائيا: هو قصور في التواصل البصري والانتباه المشترك تأخر تطور المهارات اللفظية وغير اللفظية واضطراب في التفاعل والتواصل الاجتماعي.

3-3- الضغط النفسي:

-لغة: في اللغة العربية الضغط هو مصطلح مشتق من الفعل ضغط و يقال ضغط أضغط ضغط معي عصره وضيق عليه ويقال أيضا أن الضغط هي القهر والطبق.

ويقال ضغطة القبر أي تضيقه على ميت و الضاغط هو الرقيب الامين على الشيء و الضاغط هو الكابوس أما الضغيظ فهو ضعيف الرأي.

-اصطلاحا : تعريف ماجدة بهاء الدين (2008) : هي الحالة التي يظهر فيها تباين ملحوظ بين المتطلبات التي ينبغي أن يؤديها الفرد و قدرته على الاستجابة لها

تعريف محمود أبو دارين : هو خلل استجابات الفرد لوضعية جديدة تؤدي إلى كسر التوازنات البيولوجية و النفسية.

-اجرائيا: عبارة عن رد فعل طبيعي عقلي أو انفعالي للفرد ناتج عن استجابة الفرد و التوترات البيئية و الصراعات و ما شابه ذلك من مثيرات الداخلية و الخارجية.

4- الدراسات السابقة :

4-1-دراسات عربية:

4-1-1- دراسة لطيفة ساحلي (2012): دور أنشطة في تنمية مهارات التواصل اللفظي عند الأطفال التوحديين،

حيث هدفت الدراسة إلى كشف عن دور و أنشطة اللعب في تنمية مهارات التواصل غير اللفظي عند الأطفال التوحديين، حيث استخدم المنهج الإكلينيكي الذي استغل على مقابلة الأخصائية النفسانية العيادية والمربية المختصة ، كما اعتمدنا على الملاحظة، كما استخدمت الباحثة عينة مكونة من 4 حالات من اطفال التوحديين ونتجت الدراسة إلى النتائج التالية:

• لأنشطة اللعب دور في تنمية التواصل عند الاطفال التوحديين .

• لأنشطة اللعب دور في تنمية الانتباه المشترك عند الأطفال التوحديين.

4-1-2- دراسة أسماء لجلط (2012) : دور اللعب الجماعي في خفض السلوكيات العدوانية الأطفال التوحديين،

حيث هدفت الدراسة إلى تحسين بأهمية الدراسة في أنها تتناول بالبحث العلمي اضطراب من اشد الاضطرابات التي تعوق النمو الطبيعي لدى الأطفال التوحديين، حيث استخدم المنهج العيادي، باستخدام عينة مكونة من 5 أطفال

أثر الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة في تعزيز الصحة النفسية لعلاج أطفال التوحد

توحيدين، وظهرت النتائج انه يؤدي اللعب الجماعي دورة في خفض السلوكيات العدوانية لدى الأطفال التوحيدين، وكذلك يؤدي اللعب في خفض السلوكيات العدوانية اتجاه الذات و اتجاه الآخرين لدى الاطفال التوحيدين
3-1-4- دراسة آسيا خلدومي (2012) : أثر استخدام اللعب الجماعي المصحوب بالموسيقى في تنمية المهارات الاجتماعية و التواصلية لدى الطفل و المراهق التوحيدي، حيث استخدم المنهج التجريبي، باستخدام عينة من 7 أطفال توحيدين، وكشفت النتائج إلى أنه توجد فروق بين متوسطي درجات افراد المجموعة التجريبية في مهارة الاستعداد للتعلم ومهارة التواصل اللفظي و التواصل غير اللفظي و حتي مهارة التعبير الانفعالي للطفل التوحيدي في القياس القبلي و البعدي ، كما لا توجد فروق بين متوسطي درجات افراد المجموعة التجريبية في المهارات الاجتماعية و المهارات التواصلية للطفل التوحيدي في القياس البعدي و التبعي.

4-1-4- دراسة مولي ماحي مراد (2008) : دور النشاط البدني و الرياضي في التقليل من الضغط النفسي لدى استاذ التربية البدنية و الرياضية و انعكاس ذلك على مردوده الوظيفي، حيث تكونت عينة الدراسة على 30 أستاذًا، كما استخدم مقياس القلق كسمة و كحالة توصل اليها الباحث إلى الاهتمام بالاستناد من كل النواحي الجسمية العقلية النفسية و الاجتماعية و تحقيق التوافق بين القوى العقلية و الخلقية و البدنية وذلك لضمان صحة الجسم ونشاطه ورشاقته وأجهزته الوظيفية.

4-1-5- دراسة مجدي فتحي غزال (2007) : فاعلية برنامج تدريبي في تنمية المهارات الاجتماعية لدى عينة من أطفال التوحد في مدينة عمان، حيث هدفت الدراسة إلى اختيار فاعلية برنامج تدريبي لدى عينة من أطفال التوحد بمدينة عمان، كما استخدم الباحث قائمة تقدير التفاعلات الاجتماعية للأطفال التوحيدين وبرنامج تنمية المهارات الاجتماعية للأطفال التوحيدين. وهذا وتوصلت إذا النتائج التالية:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية بين أفراد المجموعة التجريبية و الضابطة على القياس البعدي لصالح أفراد المجموعة التجريبية.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية و الضابطة على قياس المتابعة لصالح المجموعة التجريبية.

4-1-6- دراسة خالد محمد الحبشي (2003) : الضغوط النفسية لدى أسر الطفل المعاق و أهم مصادرها، هدفت الدراسة إلى معرفة أهم مصادر الضغط النفسي الذي تتعرض له أسرة الطفل المعاق، كما منهج دراسة حاله، على العينة 4 آباء وأمهات الأطفال معاقين ذهنيًا، واستخدم الأدوات التالية مقياس الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها من إعداد الباحث)، وتوصل إلى النتائج التالية : تعاني أمهات الأطفال المعاقين من مستوى اعلى من الضغوط مقارنة مع الآباء و كانت النتائج كما يلي :

- ✓ 90% من الأمهات تعانين من القلق حول مستقبل الطفل مقابل (45%) من الآباء .
- ✓ 55% - من الأمهات تعانين من المشكلات الصحية للطفل مقابل (36%) من الآباء .
- ✓ 27% من الأمهات تعانين من عدم القدرة على تحمل أعباء الطفل مقابل (36%) من الآباء.
- ✓ 18% من الأمهات تعانين من مشاكل الاداء الاستقلالي للطفل مقابل (36%) من الآباء

4-1-7- دراسة سهير محمود (2002) : فعالية برنامج تدريبي في تخفيض حدة الاضطرابات السلوكية لدى الطفل التوحيدي، حيث هدفت الى اعداد برنامج يهدف إلى مساعدة الطفل التوحيدي على تنمية المهارات الاجتماعية، المعرفية ، اللغوية، ورعاية الذات، ومساعدة الطفل على ممارسة أساليب وأنماط السلوك التوافقي، كما هدفت إلى التعرف على افضل الأساليب التربوية والإرشادية في التعامل مع الطفل التوحيدي، بالإضافة إلى إعداد برنامج إرشادي للوالدين يساعدهم على كيفية التعامل مع هؤلاء الأطفال بشكل مناسب مما يسهل عليهم القيام بتعديل سلوكياتهم غير المناسبة، كما استخدم الأدوات الدراسة: مقياس "ستانفورد بنية للذكاء" (ترجمة وإعداد / محمد عبد السلام ولوسين مليكة (1988) و مقياس تقدير المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة (إعداد عبد العزيز

شخص، 1988)، مقياس تقييم الطفل التوحدي (إعداد الباحثة) برنامج إرشادي لوالدي الطفل التوحدي (إعداد الباحثة)، باستخدام عينة مكونة من 10 أطفال توحديين، وأظهرت النتائج فاعلية البرنامج التدريبي المستخدم حيث ساعد البرنامج في تخفيض الاضطرابات الانفعالية، والاضطرابات الاجتماعية القصور في الرعاية الذاتية، اضطراب اللغة وذلك على أبعاد مقياس الطفل التوحدي .

2-4- الدراسات الأجنبية :

1-2-4- دراسة (1999) " Nathalie & Buhagia r " تجارب علاجية لعلاج الأطفال التوحديين هدفت الدراسة إلى التعرف على أفضل الطرق لعلاج الاضطراب التوحدي و المشاكل التي يتعرض لها المعالجون وما هو رأي المعالجين في طرق و أساليب العلاج المختلفة مع الأطفال التوحديين، واشتملت عينة الدراسة على مجموعة من الأطفال التوحديين، وتوصل إلى النتائج التالية قد اوضحت النتائج أن اربع طرق حققت نتائج إيجابية دالة وهي:

- العلاج باللعب.
- العلاج بالعمل .
- العلاج الأسري .
- العلاج بالتكامل الحسي
- كما اتضح أن اشتراك الاباء في البرنامج العلاجي لأطفالهم كان له أثر إيجابي فعال، كما أن تقييم الطفل لا بد أن يكون داخل المنزل و المدرسة.
- و نستخلص من الدراسة السابقة مدى فعالية العلاج باللعب مع الأطفال التوحديين لكونها تناسب مع طبيعة و ميول هؤلاء الأطفال مع تأكيد أهمية اشتراك الوالدين في اللعب مع أطفالهم .

2-2-4- دراسة وينبورج و غولد (1995) Weinberg & Gould مصادر الضغوط النفسية لرياضي المستوى العالي، حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أهم مصادر الضغوط النفسية التي توجه رياضي المستوى العالي، وتكونت عينة الدراسة من 300 لاعب من مختلف الألعاب، وأظهرت النتائج أن أهم الضغوط النفسية التي تواجه رياضي المستوى العالي هي:

- ❖ زيادة ضغوط التدريب و المنافسة .
- ❖ عدم الاستمتاع بالتدريب أو المنافسة .
- ❖ الاستجابة السلبية لضغوط التدريب .
- ❖ زيادة الشعور بالخوف الزائد .
- ❖ عدم وجود فترات راحة مناسبة تسمح للرياضي بإستجماع القوى.

3-2-4- دراسة جارلاندي (1990) GARLAND قام بدراسة قياس الضغوط النفسية لدى المعلمين، كدف تصميم أداة تصلح لقياس مدى شدة تكرار الضغوط التي يتعرض لها المعلمون بالمدارس النظامية وغير نظامية، باستخدام (98) معلما، كما استخدم الباحث استبيان للضغوط النفسية للمعلمين (TOS) ، حيث قام الباحث مقارنة هذا الاستبيان بالمقاييس الأخرى المستخدمة في البحوث الأخرى، ونتجت الدراسة على وجود أربعة عوامل تشكل مصادر رئيسية للضغوط للمعلمين و هي : " التلاميذ " ضغط الوقت " المناخ المدرسي " المشاكل المتعلقة بدراسة

4-2-4- دراسة وورال وماي : (1989) Worrall May قاما بعمل نموذج موقفي للضغوط النفسية لدى المعلمين ، درس أهم مصادر و مسببات الضغوط النفسية لدى المعلمين و محاولة التغلب عليها، واشتملت عينة البحث على (250) معلم في المدارس النظامية، حيث طبق استبيان ديمغرافي على الدراسة مكون من (25) عبارة وقائمة الضغوط النفسية، أشارت أهم النتائج إلى أن الضغوط تتولد نتيجة التفاعل بين الناس بعضهم البعض وأن من أهم محاولات المعلم مواجهة الضغوط تكمن في تعديل سلوكه اتجاه المواقف المسببة لهذه الضغوط.

أثر الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة في تعزيز الصحة النفسية لعلاج أطفال التوحد

5- الدراسة الاستطلاعية تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها وصدقها لضمان دقة النتائج المحصل عليها في النهاية، وتسبق الدراسة الاستطلاعية العمل الميداني

وقد تم الدراسة الاستطلاعية لدراستنا بمركز التوحد بولاية المسيلة. وذلك لأجل ما يلي :

- التعرف على ميدان البحث و المحيط الذي يحيط بالدراسة و ظروف إجرائها.
- معرفة المشاكل و العراقيل التي قد تواجه الباحث و بالتالي تفاديها و محاولة إيجاد الحلول لها.
- التحديد الدقيق لمجتمع الدراسة.
- الاحتكاك بمجتمع الدراسة و معرفة خصائصه.
- التأكد من ملائمة أداة الدراسة لعينة البحث و فهمهم لعبارات الاستبيان.
- التأكد من الخصائص السيكومترية للأداة (الصدق، الثبات).

وقد تمت الدراسة الاستطلاعية بعد الحصول على الإذن من إدارة المركز. كما تم في هذه الدراسة توزيع الاستمارات على العينة الاستطلاعية من المربين والمقدر عددها بـ 5 أفراد، وذلك قصد التعرف ما إذا كان هناك إي لبس في فهم عبارات الاستبيان، وكذلك حساب الشروط السيكومترية للأداة وخلصت الدراسة الاستطلاعية الى ما يلي :

- أغلبية الأطفال داخل المركز يمارسون الأنشطة الرياضية ويحبون حصة التربية البدنية.
 - معاناة داخل القاعة وذلك من خلال نقص المعدات والوسائل وكذا ضيق الحجم الساعي المخصص للحصة.
- 6- منهج الدراسة:

لم يعد الأساس في التقدم العلمي اليوم هو الحصول على كم معرفي أكثر وإنما الأساس هو الوسيلة التي تمكننا من الحصول على هذا الكم واستثماره في أقصر وقت ممكن وبأبسط الجهود، والوسيلة في ذلك هي المنهج العلمي بكل معطياته، ولهذا يعتبر المنهج العلمي الطريق الذي يتبعه الباحث للوصول إلى تعليمات أو نتائج بطريقة علمية دقيقة وكذلك مجموعة القواعد العامة التي توجه البحث للوصول إلى الحقيقة العلمية. والمنهج هو طريقة تساعد في البحث ولا يستطيع الباحث العلمي الاستغناء عنه وبدون المنهج يكون البحث مجرد تجميع للمعلومات لا علاقة به بالواقع العلمي، ويختلف المنهج من دراسة إلى أخرى على حسب طبيعة ومشكلة موضوع البحث وتبعاً لاختلاف الباحثين وقدراتهم وإمكاناتهم، واستناداً إلى كتب المنهجية فإن المنهج الوصفي هو الأكثر كفاءة في الكشف عن حقيقة الظاهرة وإبراز خصائصها، فحين يريد الباحث أن يدرس ظاهرة ما فإن أول خطوة يقوم بها هي وصف الظاهرة التي يريد دراستها وجمع معطيات ومعلومات دقيقة عنها فالمنهج الوصفي يقوم بدراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ووصفها وصفاً دقيقاً، والتعبير عنها تعبيراً كمياً

وتماشياً مع أهداف وطبيعة موضوع الدراسة فقد اعتمدنا على تطبيق الأسلوب الوصفي المسحي من خلال محاولة التعرف على أثر الصحة النفسية من خلال الأنشطة الرياضية في علاج أطفال التوحد.

وعليه يمكن تعريف المنهج الوصفي بأنه مجموعة الاجراءات البحثية التي تتكامل لوصف ظاهرة اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كمياً ودقيقاً، لاستخلاص دلالاتها والوصول إلى نتائج وتعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل البحث (صفوت فرج، 1980، ص 102).

7- مجتمع وعينة الدراسة :

1-7- مجتمع الدراسة :

يعرف مجتمع الدراسة بأنه يشمل جميع عناصر ومفردات المشكلة أو الظاهرة قيد الدراسة ويعرفه محمد عبيدات بأنه كامل أفراد أو أحداث أو مشاهدات موضوع البحث أو الدراسة ومجتمع بحثنا يتمثل في جميع المربين بمركز ولاية المسيلة للتوحد.

ولأن مجتمع الدراسة هو أقل من 100 فردا فقد ارتأينا أن نقوم بدراسة مسحية وذلك لضمان التمثيلية أكثر وبالتالي عينة البحث ستكون هي مجتمع الدراسة.

2-7- عينة البحث.

ينظر للعينة على أنها جزء من الكل أو البعض من الجميع في محاولة الوصول إلى تعميمات معينة حرصت على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع .

لقد اعتمدنا في هذه الدراسة على عينة قدرت بـ 21 مربي من ذوي الاحتياجات الخاصة (التوحيدين) بمركز التوحد بولاية المسيلة (5 في الدراسة الاستطلاعية و 16 للدراسة الأساسية)

8- أساليب جمع البيانات (أدوات جمع البيانات).

من أجل الإحاطة بالموضوع من كل جوانبه تم استخدام استمارة الاستبيان التي تعد أداة رئيسية لجمع البيانات الكلية عن وقائع محدودة وعدد كبير نسبيا من الأشخاص وهي مجموعة من الأسئلة المترابطة بطريقة منهجية. وكذلك تعرف استمارة الاستبيان بأنها: مجموعة من الأسئلة المترابطة حول موضوع معين تم وضعها في استمارة ترسل للأشخاص المعنيين بالبريد أو تسليمها باليد تمهيدا للحصول على أجوبة الأسئلة الواردة فيها وبواسطتها يمكن التوصل إلى حقائق جديدة عن الموضوع والتأكد من المعلومات متعارف عليها لكنها غير مدعومة بحقائق ويعرف كذلك على أنه أداة لجمع البيانات المتعلقة بموضوع البحث العلمي عن طريق الاستمارة يجرى تعبئتها من قبل المستجيب تحتوي استمارة الخاصة بالدراسة على 21 سؤال يغطي ثلاثة محاور وهي: السلوك العدواني، التصرفات اللاعقلانية والتواصل الاجتماعي.

المحور الأول: يشتمل على أسئلة تخص السلوك العدواني وكان عددها 07 أسئلة.

المحور الثاني: يشتمل على أسئلة تخص التصرفات اللاعقلانية وكان عددها 07 أسئلة.

المحور الثالث: يشتمل على أسئلة تخص التواصل الاجتماعي وكان عددها 07 أسئلة.

1-8- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (الصدق، الثبات، الموضوعية):

1-1-8- الصدق : يقصد بصدق الأداة قدرة الاستبانة على قياس المتغيرات التي صممت لقياسها، وللتحقق من صدق الاستبانة المستخدمة في البحث نعتمد على ما يلي:

أ-الصدق الظاهري: للتحقق من صدق محتوى أداة البحث، وللتأكد من أنها تخدم أهدافه، تم عرض الاستبانة على هيئة من المحكمين الأساتذة الجامعيين لدراسة الاستبانة، وإبداء رأيهم فيها من حيث مدى مناسبة العبارات للمحتوى، وطلب منهم أيضا النظر في مدى كفاية أداة البحث من حيث عدد العبارات وشموليتها، ومحتوى عباراتها أو أية ملاحظات أخرى يرونها مناسبة، وتم القيام بدراسة ملاحظات المحكمين واقتراحاتهم، وأجريت تعديلات على ضوء توصيات وآراء هيئة التحكيم لتصبح أكثر تحقيقا لأهداف البحث، وقد اعتبر أن الأخذ بملاحظات المحكمين وإجراء التعديلات المطلوبة هو بمثابة الصدق الظاهري، وصدق محتوى الأداة.

أثر الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة في تعزيز الصحة النفسية لعلاج أطفال التوحد

ب- صدق المحك: تم حساب معامل صدق المحك من أخذ الجذر التربيعي لمعامل الثبات "ألفا كرونباخ" وذلك كما هو موضح في الجدول رقم (03)، إذ نجد معامل الصدق الكلي لأداة البحث بلغ (0.962)، وهو معامل مرتفع جدا ومناسب لأغراض وأهداف البحث، وبهذا يمكننا القول إن جميع عبارات أداة البحث هي صادقة لما وضعت لقياسه.

ج- صدق الاتساق الداخلي: بعد التأكد من الصدق الظاهري لأداة الدراسة، وصدق المحك، تم استخدام معامل بيرسون للتأكد من الصدق البنائي والاتساق الداخلي وتحديد مدى التجانس الداخلي لها، والجدول الآتي توضح ذلك.

المحور الثاني			المحور الأول		
الاحتمالية	معامل الارتباط	رقم العبارة	الاحتمالية	معامل الارتباط	رقم العبارة
0,000	,818**	01	0,049	-,498*	01
0,000	,954**	02	0,000	,891**	02
0,000	,905**	03	0,001	,744**	03
0,000	,905**	04	0,000	,844**	04
0,003	,790**	04	0,000	,974**	05
		06	0,000	,964**	06
0,002	,905**	07	0,000	,921**	07
المحور الثالث					
الاحتمالية	معامل الارتباط	رقم العبارة	الاحتمالية	معامل الارتباط	رقم العبارة
		05	0,000	,808**	01
0,000	,832**	06	0,000	,931**	02
		07			03
			0,000	,931**	04
* الارتباط دال عند مستوى الدلالة 0.05			** الارتباط دال عند مستوى الدلالة 0.01		

الجدول رقم (01): معامل ارتباط عبارات المحور مع الدرجة الكلية للمحور.

المصدر: مخرجات برنامج الرزم الاحصائية النسخة 22 من إنجاز الباحث

المحور	عدد العبارات	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للاستبيان
الأول	07	,972**
الثاني	07	,916**
الثالث	07	,973**
** الارتباط دال عند مستوى الدلالة 0.01		

الجدول رقم (02): معامل ارتباط المحاور مع الدرجة الكلية للاستبيان

يبين الجدول رقم (02) معاملات الارتباط بين درجة كل محور من محاور المقياس والدرجة الكلية للاستبيان حيث تراوحت بين (0.916 و 0.973) حيث تعتبر دالة عند مستوى الدلالة (0.01)، وبذلك تعتبر جميع محاور الاستبيان صادقة لما وضعت لقياسه.

1-8-2- الثبات. ويقصد بها مدى حصول الباحث على نفس النتائج أو نتائج متقاربة لو كرر البحث في ظروف مشابهة باستخدام الأداة نفسها، وفي هذا البحث تم قياس ثبات أداة البحث باستخدام معامل الارتباط ألفا كرونباخ، الذي يحدد مستوى قبول أداة القياس بمستوى (0.6) فأكثر، حيث كانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
المحور الأول	0.830
المحور الثاني	0.858
المحور الثالث	0.758
الاستبيان ككل	0.927

الجدول رقم (03): معامل ثبات ألفا كرونباخ

المصدر: مخرجات برنامج الرزم الاحصائية النسخة 22 من إنجاز الباحث

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول أن قيمة معامل (ألفا كرونباخ) كانت مرتفعة لكل محور حيث بلغ جدها الأعلى في المحور الثاني (0.858) في حين بلغ في المحور الأول (0.830) وبلغ في المحور الثالث (0.758) وهو معامل ثبات مرتفع، وعليه يكون الاستبيان قابلا للتوزيع كما يكون الباحثون قد تأكدوا من صدق وثبات أداة الدراسة، مما يجعله على ثقة تامة بصحة النتائج

1-8-3- الموضوعية: حيث يرى مروان عبد المجيد أن الموضوعية تعد من العوامل المهمة التي يجب أن تتوفر في الأداة من أجل التحرر من التحيز أو التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية للبحوث، فالموضوعية تعني الالتزام بمصداقية البحث العلمي والأمانة العلمية، السرية التامة لما يحيط بالمبحوثين، وإتباع خطوات علمية ممنهجة لاستخلاص المبتغى من البحوث لإثراء البحث العلمي (مروان عبد المجيد ابراهيم، 2002، ص 140).

2-8- تصميم الدراسة والمعالجة الاحصائية.

لتحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات التي تم تجميعها، فقد تم استخدام العديد من الأساليب الاحصائية المناسبة باستخدام برنامج الحزم الاحصائية للعلوم (spss) وذلك بعد ترميز وإدخال البيانات إلى الحاسوب ولتحديد طول خلايا المقياس الخماسي، الحدود الدنيا والعليا المستخدمة في محاور الدراسة، تم حساب المدى (3=1-2)، ثم تم تقسيم عدد خلايا المقياس للحصول على طول الخلية الصحيح أي (2/3=0.66) وهكذا أصبح طول الخلايا كما يأتي .:

الإجابة	دائما	أحيانا	أبدا
المتوسط الحسابي	1 - 1.66	1.67 - 2.33	2.34 - 3

جدول رقم (04) : الحدود الدنيا والعليا لسلم الدراسة

كما تم توزيع الوزان على البدائل الثلاثة كما يلي:

الإجابة	دائما	أحيانا	أبدا
الدرجة	1	2	3
التقدير بالدرجة	منخفضة	متوسطة	مرتفعة

جدول رقم (05): أوزان البدائل

كما تم استخدام العديد من الأساليب الاحصائية المناسبة لكي يتسنى لنا التعليق وتحليل نتائج الاستمارات بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بنظام الحزم الاحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss) وذلك بعد أن تم تفرغ الاستبانة في الحاسب الآلي وتمثل في:

أثر الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة في تعزيز الصحة النفسية لعلاج أطفال التوحد

1. معامل الثبات ألفا كرونباخ: لتحديد معامل ثبات أداة الدراسة.
 2. معامل الارتباط بيرسون: لتحديد مدى الصدق البنائي بين درجة العبارة والدجة الكلية للمحور الذي تنتهي إليه.
 3. التكرارات والنسب المئوية: لوصف خصائص أفراد مجتمع الدراسة، ولتحديد الاستجابة تجاه محاور الدراسة التي تضمنتها أداة الدراسة.
 4. حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري: لتحديد استجابات أفراد مجتمع الدراسة نحو محاور الدراسة المختلفة.
- 3-8- خطوات إجراء الدراسة الميدانية :
- بعد القيام بالدراسة الاستطلاعية كما وضعنا سابقنا تم التأكد من مناسبة وثبات الأداة تم توزيع استمارة الاستبيان على عينة الدراسة التي بلغت 16 مربي بمركز التوحد المسيلة، حيث تم استرجاع الاستبيانات الموزعة لتفريغها ومعالجتها إحصائياً وتحليلها، ولقد استرجع الباحث كامل الاستبيانات وبذلك يكون الاستبيانات الخاصة للدراسة الأساسية 16 استمارة.
- تحليل نتائج الفرضية الأولى: تنص الفرضية الأولى على أن : للأنشطة الرياضية المعدلة دور في تخفيف السلوك العدواني لأطفال التوحد

الرقم	العبارة	البدائل			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدور	الرتبة
		أبدا	أحيانا	دائما				
01	يضرب نفسه وقت الغضب	ت	1	5	10	0.629	مرتفعة	3
		%	6.3	31.3	62.5			
02	يرمي نفسه على الأرض وقت الغضب	ت	00	6	10	0.500	مرتفعة	2
		%	00	37.5	62.5			
03	يصرخ في وجه زملائه بدون سبب	ت	1	1	14	0.544	مرتفعة	1
		%	6.3	6.3	87.5			
04	يشتم زملاءه أثناء اللعب	ت	5	5	6	0.854	متوسطة	7
		%	31.3	31.3	37.5			
05	يعتدي على زملاءه أثناء اللعب	ت	3	3	10	0.814	مرتفعة	5
		%	18.8	18.8	62.5			
06	يتلف الألعاب الخاصة بالمدرسة	ت	2	3	11	0.727	مرتفعة	4
		%	12.5	18.8	68.8			
07	يسيطر على ألعاب زملاءه	ت	3	5	8	0.793	متوسطة	6

				50.0	31.3	18.8	%	
مرتفعة	0.497	2.48	الدرجة الكلية للمحور					

الجدول رقم (06): يوضح النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى

يمثل الجدول السابق المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتبة وكذا دور كل فقرة من الفقرات المكونة للمحور "للأنشطة الرياضية دور التخفيف من السلوك العدواني" حيث أظهرت المعالجة الإحصائية النتائج التالية:

أن قيمة المتوسط الحسابي لفقرات المحور الأول المتعلق بمدى مساهمة الأنشطة الرياضية في التخفيف من السلوك العدواني لدى أطفال التوحد: كانت القيم محصورة بين (2.81) و (2.06) حيث تحصلت العبارة رقم (03) على أكبر متوسط حسابي بـ (2.81) وانحراف معياري (0.544)، تليها العبارة رقم (02) بمتوسط حسابي (2.63) وانحراف معياري (0.50)، ثم جاءت العبارة رقم (1) في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (2.56) وانحراف معياري (0.629) وجاءت في المرتبة الأخيرة العبارة (04) بمتوسط حسابي (2.06) وانحراف معياري (0.854). كما أن القيمة الكلية لمجموع المتوسطات الحسابية لفقرات المحور الأول "مدى مساهمة الأنشطة الرياضية في تخفيف السلوك العدواني لدى أطفال التوحد" بلغت (2.48) وانحراف معياري (0.497) وهذا ما اتفق مع دراسة "" و "" في أن هناك انخفاض في السلوك العدواني لدى أطفال التوحد، وكذلك الأنشطة الرياضية المكيفة تساعدنا على تحديد بعض سلوكياتهم غير المناسبة ومساعدتهم لبعضهم البعض. ومن يمكن القول أن الفرضية الأولى "للأنشطة الرياضية دور في تخفيف السلوك العدواني" محققة.

2-3-8- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: نصت الفرضية الثانية على: "يساهم النشاط البدني المعدل في التخفيض من التصرفات اللاعقلانية لدى أطفال التوحد.

الرتبة	الدور	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البدائل			العبارة	الرقم	
				أبدا	أحيانا	دائما			
6	مرتفعة	0.727	2.44	9	5	2	ت	لا يُحب أن يلمسه أحد	01
				56.3	31.3	12.5	%		
5	مرتفعة	0.544	2.81	14	1	1	ت	تنتابه نوبات ضحك أو صراخ وغضب غير مناسب دون وجود سبب واضح	02
				87.5	6.3	6.3	%		
4	مرتفعة	0.250	2.94	15	1	0	ت	يبدو مفرط في الفاعلية أو السلبية	03
				87.5	6.3	00	%		
3	متوسطة	0.250	2.94	15	1	0	ت	يكره من ينافس للحصول على شيء يريده	04
				87.5	6.3	00	%		
7	متوسطة	0.365	2.00	1	14	1	ت	يتحدث مع زملاءه بأسلوب خشن عندما لا يفهمونه	05
				6.3	87.5	6.3	%		
1	مرتفعة	0.000	3.00	16	00	00	ت	يشعر بالرغبة في إيذاء الآخرين	06
				100	00	00	%		

أثر الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة في تعزيز الصحة النفسية لعلاج أطفال التوحد

2	متوسطة	0.250	2.94	15	1	0	ت	سريع الانتقال من لعبة إلى أخرى وذلك بشكل ملفت	07
				93.8	6.3	00	%		
		0.297	2.72						

الجدول رقم (07): يوضح النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية

يمثل الجدول السابق المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتبة وكذا دور كل فقرة من الفقرات المكونة للمحور " يساهم النشاط البدني المكيف في التخفيض من التصرفات اللاعقلانية" حيث أظهرت المعالجة الإحصائية النتائج التالية: أن قيمة المتوسط الحسابي لفقرات المحور الثانية المتعلقة بمدى مساهمة النشاط البدني المكيف في التخفيض من التصرفات اللاعقلانية لدى أطفال التوحد: كانت القيم محصورة بين (3.00) و (2.00) حيث تحصلت العبارة رقم (06) على أكبر متوسط حسابي بـ (3.00) وهي أعلى قيمة يمكن أن تأخذها أي فقرة ، تلمها العبارة رقم (07) و (04) (03) في نفس المرتبة، بمتوسط حسابي (2.94) وانحراف معياري (0.250)، ثم جاءت العبارة رقم (04) في المرتبة الخامسة بمتوسط حسابي (2.81) وانحراف معياري (0.544) وجاءت في المرتبة الأخيرة العبارة (05) بمتوسط حسابي (2.00) وانحراف معياري (0.365). كما أن القيمة الكلية لمجموع المتوسطات الحسابية لفقرات المحور الثانية "مدى مساهمة النشاط البدني المكيف في التخفيض من التصرفات اللاعقلانية لدى أطفال التوحد" بلغت (2.72) وانحراف معياري (0.297). كما أن فقرات مدى مساهمة النشاط البدني المكيف في التخفيض من التصرفات اللاعقلانية لدى أطفال التوحد قد جاء عندها الدور الكبير وهي تخدم المحور. وهذا ما اتفق مع دراسة " و " في أن هناك انخفاض في التصرفات اللاعقلانية لدى أطفال التوحد، لأن النشاط البدني المكيف يلعب دورا في خفض التصرفات اللاعقلانية لدى الأطفال التوحديين، ومساعدتهم لبعضهم البعض كلما ازداد نشاطهم الاجتماعي وحدث نقص واضح في سلوك خفض التصرفات اللاعقلانية، ومنه فإن الفرضية الثانية محققة.

الرقم	العبارة	البدائل			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدور	الرتبة
		أبدا	أحيانا	دائما				
01	يجد صعوبة بالغة في الاختلاط بالآخرين	ت	5	9	2	1.81	متوسطة	7
		%	31.3	56.3	12.5			
02	لا ينظر في أعين الآخرين وهو يتحدث إليهم	ت	00	3	13	2.81	مرتفعة	4
		%	00	18.8	81.3			
03	يجب الانسحاب من المواقف والتفاعلات الاجتماعية	ت	0	0	16	3.00	مرتفعة	3
		%	00	00	100			
04	غير قادر على أن يتعلق بالآخرين أو حتى بأحد والديه	ت	0	3	13	2.81	متوسطة	6
		%	00	18.8	81.3			

2	متوسطة	0.000	3.00	16	00	00	ت	مستسلم ويحملق لأعلى معظم الوقت	05
				100	00	00	%		
5	مرتفعة	0.544	2.81	14	1	1	ت	يتصرف وكأنه طفل أصم مع أن قدرته على السمع عالية	06
				87.5	6.3	6.3	%		
1	متوسطة	0.000	3.00	16	00	00	ت	ليس بمقدوره التفاعل مع القائمين برعايته	07
				100	00	00	%		
		0.247	2.75						

3-3-8- تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة: نصت الفرضية الثالثة على: " يساهم النشاط البدني المعدل في

تحقيق التواصل لدى أطفال التوحد

الجدول رقم (07): يوضح النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة

يمثل الجدول السابق المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتبة وكذا دور كل فقرة من الفقرات المكونة للمحور " يساهم النشاط البدني المكيف في تحقيق التواصل الاجتماعي لدى أطفال التوحد" حيث أظهرت المعالجة الإحصائية النتائج التالية:

أن قيمة المتوسط الحسابي لفقرات المحور الثالث المتعلق بمدى مساهمة النشاط البدني المكيف في تحقيق التواصل الاجتماعي لدى أطفال التوحد: كانت القيم محصورة بين (3.00) و (1.81) حيث تحصلت العبارات رقم (07) و(5) و(03) على أكبر متوسط حسابي بـ (3.00) وهي أعلى قيمة يمكن أن تأخذها أي فقرة ، تلها العبارات رقم (02) و (06) و(04) ، بمتوسط حسابي (2.81) وانحراف معياري (0.403)، ثم جاءت العبارة رقم (01) في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي(1.81) وانحراف معياري (0.644) . كما أن القيمة الكلية لمجموع المتوسطات الحسابية لفقرات المحور الثانية "مدى مساهمة النشاط البدني المكيف في تحقيق التواصل الاجتماعي لدى أطفال التوحد" بلغت (2.72) وانحراف معياري (0.297) . كما أن فقرات مدى مساهمة النشاط البدني المكيف في التخفيض من التصرفات اللاعقلانية لدى أطفال التوحد قد جاء عندها الدور الكبير وهي تخدم المحور. وهذا ما اتفق مع دراسة " و "" في أن النشاط البدني المكيف يحقق التواصل الاجتماعي من خلال الأنشطة الرياضية الجماعية والتفاعل من خلال مختلف الورشات الرياضية.

وبناء على ما سبق يمكن القول أن الفرضية الثالثة " يساهم النشاط البدني المكيف في تحقيق التواصل الاجتماعي لدى أطفال التوحد" محققة.

9- الاستنتاج والتوصيات :

في كل بحث يقام في النشاط البدني المكيف عن أبعاده وأهدافه وأفضاله على الفرد والمجتمع، إلا ويحرر من تلك الصورة التي راودته وحاصرته كونه نشاط ترويحي أو تنافسي، ويعطيه قيمته الحقيقية كنظام تربوي له أسسه ومبادئه وأهدافه وكذا مناهجه، يشمل بها الأفراد الأسوياء وذوي الاحتياجات الخاصة فهو لا يفرق بين ذلك وكلهم سواسية بالنسبة له.

وفي نهاية دراستنا هذه وبعد بذل مجهود من العمل والبحث والتحليل توصلنا من خلال ذلك إلى اثبات جميع الفرضيات المقترحة والتي تمثل محتواه حول أثر الصحة من خلال الأنشطة الرياضية في علاج أطفال التوحد.

إن هذا الدور الذي تلعبه النشاطات الرياضية المكيفة في مساعدة الطفل التوحدي بأن ينعم بحياته في حدود سواء له أو لأسرته وبعبارة أخرى أثمرت دراستنا أن للنشاط البدني الرياضي المكيف تأثير كبير في تنمية مختلف القصور النمائية

أثر الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة في تعزيز الصحة النفسية لعلاج أطفال التوحد

التي يعاني منها طفل التوحد سواء من الناحية النفسية كتحسين التواصل وروح التعاون وتقبل الآخرين والتخفيف من سلوكه العدواني وتصرفاته اللاعقلانية والقدرة على اكتساب التنسيق في بعض الحركات الجسمية كالمشي والقفز.

إن نشر التسامح والحب والإفادة في نفوس ذوي الاحتياجات الخاصة يمكن من منحهم الثقة بالنفس من خلال الترويج عنهم، ولدفع الحزن والأسى والعزلة لكي يندمجوا في المجتمع.

من خلال ما لمسناه من المشاكل التي يعاني من أطفال التوحد أثناء بحثنا هذا ارتأينا أن نقوم بمجموعة من التوصيات المتعلقة باضطرابات التوحد، كما ركزنا على بعض النقائص يجب التوصية بها، وهي كالآتي:

- توفير العتاد الرياضي المكيف حسب كل حالات التوحد وحسب السن.
- الاهتمام بالأنشطة الرياضية المكيفة بأنواعها لما لها من أهمية في نفسية أطفال التوحد في تحقيقه للصحة النفسية وإدماجه داخل المجتمع.
- الاعتماد على مربين مختصين لديهم فكرة واضحة بجوهر ومضمون تعليم وتدريب هذه الفئة من الأطفال.
- ضرورة الأخذ بعين الاعتبار أن الصحة النفسية تلعب دور في اتجاه نمو أطفال التوحد بحيث يراعى تطبيق بعض المقاييس للصحة النفسية.
- تصميم أنشطة رياضية مكيفة بحيث تكون مرتبطة بالأهداف والمشاكل والمواقف التي يمر بها طفل التوحد في حياته.
- الاستفادة من الخبراء والأساتذة في مجال النشاط الرياضي المكيف في إعداد برامج تخص الأنشطة المكيفة قصد العناية الجيدة بفئة المعاقين خاصة من الناحيتين النفسية والاجتماعية.
- محاولة تصميم بعض الأنشطة الترويجية بطريقة تمكن المعاق حركيا من اللهو واللعب من خلالها عند هذه الفئة في العادة أسهل عندما يكون على شكل ولهو.

➤ خاتمة:

في كل بحث يقام في النشاط البدني المكيف عن أبعاده وأهدافه وأفضاله على الفرد والمجتمع، إلا ويحرر من تلك الصورة التي راودته وحاصرته في كونه نشاط ترويجي أو تنافسي، ويعطيه قيمته الحقيقية كنظام تربوي له أسسه ومبادئه وأهدافه وكذا مناهجه، يشمل كما الأفراد الأسوياء وذوي الاحتياجات الخاصة، فهو لا يفرق بين ذلك وكلهم سواسية بالنسبة له.

وفي نهاية بحثنا هذا وبعد بذل مجهود من العمل والبحث والتحليل توصلنا من خلال ذلك إلى إثبات جميع الفرضيات المقترحة والتي تمثل محتواه حول النشاط البدني المكيف ودوره في تحقيق الصحة النفسية لدى أطفال التوحد.

إن هذا الدور الذي يلعبه النشاط البدني المكيف في مساعدة الطفل التوحدي بأن ينعم بحياته في حدود سواء له أو لأسرته، وبعبارة أخرى أثمرت دراستنا أن للنشاط البدني الرياضي المكيف تأثير كبير في تنمية مختلف القصور الإنمائية التي يعاني منها طفل التوحد سواء من الناحية النفسية كتحسين التواصل وروح التعاون وتقبل الآخرين والتخفيف من حدة انسحابه من بعض المواقف الاجتماعية، والتخفيف من سلوكه العدواني كالقلق والتوتر واكتسابه القدرة على التنسيق في بعض الحركات الجسمية كالمشي والقفز

إن نشر التسامح والحب والإفادة في نفوس ذوي الاحتياجات الخاصة يمكن من منحهم الثقة بالنفس من خلال الترويج عنهم، ولدفع الحزن والأسى والعزلة لكي يندمج في المجتمع.

المراجع :

- 1- كوجا روبرتو و كاجل (2003): "تدريس أطفال المصابين والتوحد و استراتيجيات التفاعل الإيجابي وتحسين الفرص"، ط2، دار الصفاء للنشر والتوزيع، الإمارات.
- 2- نايف بن عايد الزراع (2012): "المدخل إلى اضطراب التوحد، المفاهيم الأساسية"، و طرق التدخل، طبعة 2، كلية التربية للتطور، جامعة مالك بن عبد العزيز.
- 3- اسامة كامل راتب. علم النفس الرياضي، دار المعارف ط7، القاهرة، 1991.
- 4- محمد عادل خطاب ، النشاط الترويحي وبرامجه ، ملتزم للطبع والنشر، مكتبة القاهرة الحديثة.
- 5- الرفاعي نعيم، الصحة النفسية، مكتلة اجياد للتراث ، ط7 مكة المكرمة، 1987.
- 6- مروان عبد المجيد، كرة السلة على الكراسي المتحركة لمتحدي الاعاقة، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، ط1، عمان، 2002.
- 7- نايف بن عايد الزراع (2012): "المدخل إلى اضطراب التوحد، المفاهيم الأساسية"، و طرق التدخل، طبعة 2، كلية التربية للتطور، جامعة مالك بن عبد العزيز.
- 8- صفوت فرج ، القياس النفسي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1980.

الملاحق :

أبدا	أحيانا	دائما	المحور الأول: السلوك العدواني
			يضرب نفسه وقت الغضب
			يرمي نفسه على الأرض وقت الغضب
			يصرخ في وجه زملائه بدون سبب
			يشتم زملاءه أثناء اللعب
			يعتدي على زملاءه أثناء اللعب
			يتلف الألعاب الخاصة بالمدرسة
			يسيطر على ألعاب زملاءه
أبدا	أحيانا	دائما	المحور الثاني: التصرفات اللاعقلانية
			لا يُحب أن يلمسه أحد
			تنتابه نوبات ضحك أو صراخ وغضب غير مناسب دون وجود سبب واضح
			يبدو مفرط في الفاعلية أو السلبية
			يكره من ينافسه للحصول على شيء يريده
			يتحدث مع زملاءه بأسلوب خشن عندما لا يفهمونه
			يشعر بالرغبة في إيذاء الآخرين
			سريع الانتقال من لعبة إلى أخرى وذلك بشكل ملفت
أبدا	أحيانا	دائما	المحور الثالث: التواصل الاجتماعي
			يجد صعوبة بالغة في الاختلاط بالآخرين
			لا ينظر في أعين الآخرين وهو يتحدث إليهم
			يجب الانسحاب من المواقف والتفاعلات الاجتماعية
			غير قادر على أن يتعلق بالآخرين أو حتى بأحد والديه

أثر الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة في تعزيز الصحة النفسية لعلاج أطفال التوحد

			مستسلم ويحلق لأعلى معظم الوقت
			يتصرف وكأنه طفل أصم مع أن قدرته على السمع عالية
			ليس بمقدوره التفاعل مع القائمين برعايته