

تأثير الجنس و نوع الإعاقة البصرية على مستوى النشاط البدني لدى التلاميذ المعاقين بصريا 12-14 سنة

The effect of gender and type of visual disability on the Level of physical activity among students with visually impaired 12-14 years

محمد بولحية^{1*}، محمد مهدي²

¹ جامعة العلوم و التكنولوجيا محمد بوضياف وهران (الجزائر)

² جامعة العلوم و التكنولوجيا محمد بوضياف وهران (الجزائر)

1- مقدمة

ملخص:

هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير كل من الجنس و نوع الإعاقة البصرية على مستوى النشاط البدني للتلاميذ المعاقين بصريا الذين تتراوح أعمارهم بين 12 - 14 سنة. شملت عينة البحث 75 تلميذ و تلميذة من المعاقين بصريا ممن يزاولون دراستهم على مستوى سبع مدارس خاصة بالمعاقين بصريا في المنطقة الغربية من الجزائر. استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي مع اعتمادهم على استبيان PAQ-C كأداة لجمع البيانات الخاصة بمستوى النشاط البدني. أشارت النتائج إلى أن مستوى النشاط البدني للأطفال و المراهقين المعاقين بصريا منخفض، كما أن التلاميذ ضعاف البصر أكثر نشاطا بدنيا مقارنة بنظرائهم المكفوفين، و أن نوع الجنس يؤثر على مستوى النشاط البدني لدى الأطفال و المراهقين المعاقين بصريا و لصالح الذكور.

الكلمات المفتاحية: جنس؛ إعاقة بصرية؛ نشاط بدني؛ تلاميذ.

Abstract

The aim of the study was to find out the effect of gender and type of visual disability on the level of physical activity of visually impaired students between the ages of 12-14 years. The research sample included 75 pupils and students with visual disabilities who were studying at seven schools for the visually impaired in the western region of Algeria. The researchers used the descriptive method of surveying with their reliance on the PAQ-C questionnaire as a tool for collecting data on the level of physical activity. The results showed that the level of physical activity of children and adolescents with visual impairment is low, visually impaired students are more physically active compared to their blind counterparts, and that gender affects the level of physical activity in children and adolescents visually impaired and for the benefit of boys.

Keywords : gender; visual disability; physical activity; students.

إن معرفة مستوى و طبيعة النشاط البدني والرياضي لمختلف شرائح المجتمع من أطفال و مراهقين و شباب و كهول و شبوخ نساء و رجال أسوياء أو ذوي الاحتياجات الخاصة يسمح بتطوير وسائل التدخل المتعلقة بالنشاط البدني والرياضي طبقا لخصائص كل شريحة (عبد الرحيم، 2006، ص32). ولا يقتصر أهمية قياس النشاط البدني على الأفراد الأصحاء، بل يتعداهم إلى الأفراد الأكثر عرضة للإصابة بالأمراض المرتبطة بنقص الحركة، كما أن قياس النشاط البدني يكتسب أهمية قصوى في المراحل العمرية التي ينخفض فيها مستوى النشاط البدني بشكل حاد، مثل فترة المراهقة وبداية سن الرشد، حيث تشير نتائج البحوث الحديثة التي أجريت سواء في أمريكا الشمالية أو في أوروبا إلى أن انخفاضاً ملموساً في مستوى النشاط البدني لدى الأطفال و المراهقين (هزاع، 2005، ص45). كما تنصح العديد من الأبحاث على أن الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 6 و 17 عاماً يجب أن يشاركوا في 60 دقيقة أو أكثر من النشاط البدني المعتدل إلى الشدة يومياً (Keys, 1972, p.329-343)، كما ترى منى الحديدي (1998) أن نتيجة قلة الحركة لدى المكفوفين فمن المتوقع حصول سمنة لديهم و لتفادي ذلك يجب تطوير قدرات تنقلية مقبولة من خلال التدريب المنتظم. وتعتبر الإعاقة البصرية من المشكلات الإنسانية التي لها تأثير على النمو العام للفرد المعاق بصريا خاصة النواحي الحركية والنفسية والاجتماعية والعقلية وقد تلازمه في مختلف مراحل حياته، لذا من المهم التعرف على هذه التأثيرات وخصائصها عند وضع البرامج الخاصة لهم لتناسب احتياجاتهم

*Corresponding author, e-mail: bm25@live.fr.

وقدراتهم في مختلف مراحل التعليم. ويجب أن نعلم أن تعلم الأطفال المعاقين بصريا يحتاج إلى عناية خاصة وإعداد جيد وأن يكون المربي أو المدرب على علم تام بكل الظروف المحيطة بهم وأن يثير فيهم دافعية الاشتراك في الحركة بمختلف الوسائل (محمد السيد، 2009، ص114). كما تركز برامج رياضة المكفوفين على وضع برامج خاصة للنشاط التربوي يتكون من ألعاب وأنشطة رياضية تتناسب مع ميول وقدرات وحدود المعاقين بصريا الذين لا يستطيعون الاشتراك في برنامج التربية البدنية العام، في حين تشير بعض الدراسات أن الأطفال المعاقين بصريا أقل نشاطا بدنيا مقارنة بأقرانهم من الأسوياء نظرا لصعوبة التكيف مع بيئة جديدة ومشاكل السلامة والقضايا الاقتصادية، والتي يمكن أن تؤثر سلبا على التحفيز وتسبب الانعزال عن المجتمع (Strawbridge, 2000, p.40). مع ذلك، أشار بعض الباحثين إلى أنه يمكن الحصول على 60 دقيقة أو أكثر من النشاط البدني الموصى به بطريقة تراكمية في المدرسة أثناء دروس التربية البدنية، وقت اللعب، العطلة، النشاطات الداخلية، والبرامج قبل وبعد المدرسة (Keys, 1972, p.329-343).

1.1- إشكالية الدراسة:

على الرغم من وجود العديد من الدراسات التي تقيم التغيرات في النشاط البدني في مراحل مختلفة بما في ذلك الطفولة والمراهقة وسن البلوغ والشيخوخة، هناك القليل من الدراسات التي تبحث في مستويات النشاط البدني للأشخاص ذوي الإعاقة، وخاصة الأطفال والمراهقين المعاقون بصريا (Blessing et al., 1993; Houwen et al., 2006). في المجتمع الجزائري كشفت بعض الدراسات التي تم إجراؤها على بعض الولايات الوطن توضح أن نسبة البدانة و زيادة الوزن في مدينة بوزريعة تعادل 18 %، و 9.92 % في مدينة قسنطينة، كما أبرزت الدراسة التي أجريت عام 2011 تناولت عينة تتكون من 2832 تلميذ يتابعون دراستهم بمختلف الأطوار بكل من الأبيار، بن عكنون، بوزريعة، بني مسوس، دالي ابراهيم وحيدرة أن نسبة 20 بالمائة من هؤلاء الأطفال يعانون من زيادة الوزن بما فيه السمنة، وذلك حسب معايير منظمة الصحة العالمية (لقديري، 2015، ص6)، ويعتبر الخلل الوظيفي للعين السبب الأكثر شيوعا لفلة النشاط البدني، حيث أظهرت بعض الدراسات أن الأشخاص الذين يعانون من ضعف البصر لديهم حاجة أكبر للصحة، ونشاطهم اليومي يتطلب الكثير من الطاقة مقارنة مع أقرانهم الأصحاء. كما أن التمارين البدنية هي تدبير وقائي بالنسبة لهم وتمنحهم الفرصة لتحسين الوظائف الضعيفة (Olszewska et al., 2017, p.23-28). فانخفاض النشاط البدني بين المعوقين ليس ظاهرة جديدة، على الرغم من ذلك هناك عدد قليل جدا من الباحثين المهتمين بالموضوع، حيث تم إجراء عدد قليل فقط من الدراسات (ن = 11) في فترة تزيد عن 30 عامًا. يمكن أن يكون أحد أسباب عدم وجود بحوث التدخل في هذا المجال هو الحصول على عدد مناسب من المشاركين ذوي الإعاقات البصرية (Haeghele et al., 2015, p.68-82). لقد قام عدد أقل من الباحثين بفحص العلاقة بين النشاط البدني وتكوين الجسم لدى الأشخاص الذين يعانون من مشاكل في الرؤية (Good et al., 2008, p.517-527). و على حد علمنا، لا توجد دراسات في المجتمع الجزائري تطرقت إلى العلاقة بين مستوى النشاط البدني و التكوين الجسمي للأطفال والمراهقين المعاقين بصريا، وإيماننا بأهمية النشاط البدني في الحفاظ على صحة المعاقين بصريا، اقترحنا القيام بدراسة هذا الموضوع بغرض المساهمة في توفير معطيات يمكن استغلالها للتخطيط، و توفير مناهج التربية البدنية في مختلف المؤسسات الخاصة بصغار المكفوفين من خلال الإجابة على التساؤل التالي:

- هل يؤثر الجنس و نوع الإعاقة البصرية على مستوى النشاط البدني لدى التلاميذ المعاقين بصريا؟
و يندرج تحت هذا التساؤل سؤالان فرعيين:

- هل هناك تأثير لنوع الجنس على مستوى النشاط البدني لدى التلاميذ المعاقين بصريا؟
- هل هناك تأثير نوع الإعاقة البصرية على مستوى النشاط البدني لدى التلاميذ المعاقين بصريا؟

2.1- الفرضيات:

1.2.1- الفرضية العامة:

- يؤثر الجنس و نوع الإعاقة البصرية على مستوى النشاط البدني لدى التلاميذ المعاقين بصريا.

2.2.1- الفرضيات الجزئية:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث من حيث مستوى النشاط البدني و لصالح الذكور.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ضعاف البصر و المكفوفين من حيث مستوى النشاط البدني و لصالح ضعاف البصر.

2- أهمية الدراسة:

تمكن أهمية البحث في:

- جمع معطيات حول النشاط البدني لهذه الفئة من المجتمع قصد إيجاد حلول لمحاربة ظاهرة الخمول.
- إن هذه الدراسة تؤكد على أهمية النشاط البدني من أجل الصحة والسلامة لمختلف فئات المجتمع.

- تعتبر من بين الدراسات القليلة التي اهتمت بتقدير مستوى النشاط البدني لذوي الاحتياجات الخاصة .

3- أهداف الدراسة:

- رصد ومعرفة مستويات النشاط البدني للتلاميذ (الذكور و الإناث) المعاقين بصريا الذين تتراوح أعمارهم ما بين 12-14 سنة و يدرسون في ولايات وهران، سيدي بلعباس، معسكر ، الشلف، تلمسان، سعيدة، النعامة، بشار.
- معرفة تأثير نوع الجنس على مستوى النشاط البدني لدى التلاميذ المعاقين بصريا.
- مقارنة مستوى النشاط البدني للمكفوفين مع نظرائهم من ضعاف البصر.

4 - الطريقة والأدوات:

1.4- الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحثان بدراسة استطلاعية هدفها الكشف عن واقع ممارسة النشاط البدني في مدارس صغار المكفوفين بالجهة الغربية من الجزائر، بدأت الدراسة في فبراير 2018 لمعرفة الجوانب المحيطة بموضوع الدراسة و أهمها: التعرف على المدارس التي يمكن إجراء دراستنا فيها. التعرف على المشاكل و الصعوبات التي يمكن مواجهتها أثناء إجراء الدراسة الأساسية. تحديد العينة و معرفة الأجواء المحيطة بها.

تم توزيع الاستبيان على عينة عددها 07 تلاميذ معاقين بصريا من مدرسة صغار المكفوفين بوهرا، وذلك من أجل الوقوف على المشاكل التي يمكن أن تحدث عند تعبئة الاستبيان من طرف العينة الأساسية و مدى فهمهم لعباراته.

لوحظ أن زمن تعبئة الاستبيان يقدر ب 20-25 د، بحيث أن الباحث هو من يقرأ الاستبيان و يجيب عن كل استفسار و بدون إجابات كل تلميذ على حدا.

تم إضافة نشاط كرة الجرس إلى قائمة النشاطات البدنية التي تمارس في وقت الفراغ الخاصة بالسؤال الأول. في حين تم شرح السؤال رقم 4 المتعلق بالنشاط البدني وقت الغذاء و تم تعديله و إضافة عبارة (إضافة إلى تناول وجبة الغذاء).

2.4- منهج الدراسة:

اعتمد الباحثان في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الذي يصنف ضمن مناهج البحث المتبعة في الدراسات الاجتماعية" يعتمد على التحديد الكمي ويهدف إلى اكتشاف الوقائع ووصف الظواهر وصفا دقيقا وتحديد خصائصها تحديدا كيفيا وكميا، وهو بذلك يقوم بكشف الحالة السابقة للظواهر وكيف وصلت إلى صورتها الحالية، ويحاول التنبؤ بما سيكون في المستقبل، فهو يهتم بماضي الظاهرة وحاضرها وكذا مستقبلها(بوحوش، 1990)

3.4- مجتمع وعينة البحث:

اشتمل مجتمع البحث على التلاميذ المعاقين بصريا الذين يدرسون في المدارس الخاصة بذوي الإعاقة البصرية في الجهة الغربية من الجزائر.

أما عينة البحث فقد تم اختيارها عمدياً و بلغ عددها 75 تلميذ و تلميذة من المعاقين بصريا يزاولون تعليمهم بمدارس صغار المكفوفين بكل من وهران، تلمسان، سعيدة، معسكر، الشلف، النعامة، بشار، و الذين تتراوح أعمارهم بين 12-14 سنة. تم الاستعانة بطبيب العيون في كل مدرسة من أجل تشخيص مستوى الرؤية لكل التلاميذ، و بناء على ذلك قسمت عينة البحث إلى مجموعتين ضعاف البصر (23 ذكور و 30 إناث) و المكفوفين (10 ذكور و 12 إناث). كما تم التأكد من أن أفراد عينة البحث لا يعانون من أي مرض مزمن أو إعاقة أخرى من خلال الاتصال بالطبيب أو المربين في كل المدارس.

الجدول رقم(1) يوضح توزيع التلاميذ المعاقين بصريا حسب نوع الإعاقة البصرية و الجنس

نوع الإعاقة	الجنس	العدد	النسبة المئوية
ضعف البصر	ذكور	23	30.66
	إناث	30	40
كف البصر	ذكور	10	13.34
	إناث	12	16
المجموع		75	100

4.4- حدود الدراسة:**1.4.4- الحدود البشرية:**

يمثل مجتمع البحث التلاميذ المعاقين بصريا و المتمدرسون بمدارس صغار المكفوفين في المنطقة الغربية من الجزائر.

2.4.4- الحدود المكانية:

مدرسة صغار المكفوفين بعين الترك (وهران)، مدرسة ابن مرزوق لصغار المكفوفين بتلمسان، مدرسة صغار المكفوفين بعين الحجر (سعيدة)، مدرسة صغار المكفوفين بالمشيرية (النعامة)، مدرسة صغار المكفوفين بمعسكر، مدرسة صغار المكفوفين بسيدي بلعباس، مدرسة صغار المكفوفين ببشار

3.4.4- الحدود الزمنية:

الفترة الممتدة ما بين فبراير و ماي 2018.

5.4- متغيرات الدراسة:

فيما يخص متغيرات البحث فهي كما يلي:

- المتغيرات المستقلة: نوع الجنس و نوع الإعاقة البصرية

- المتغير التابع: مستوى النشاط البدني للتلاميذ المعاقين بصريا

6.4- وسائل البحث:**1.6.4- استبيان النشاط البدني للأطفال PAQ-C:**

اعتمد الباحثان على النسخة الجزائرية من الاستبيان العالمي PAQ-C لتقدير مستوى النشاط البدني النشاط البدني في الدراسات واسعة النطاق، و الذي يقوم بتقديم معلومات بشأن مختلف الأنشطة البدنية الممارسة و هو ما لا نجده عند القياس المباشر (WANG Jing Jing et al، 2016). إن الاستبيان الأصلي PAQ-C (كندي) الذي وضعه كوالسكي (Kowalski، 1997) لتقييم النشاط البدني للتلاميذ الذين تتراوح أعمارهم بين 08-14 سنة يمتاز بمعاملات صدق و ثبات عالية مقارنة باستبيانات أخرى هدفها تقييم النشاط البدني لدى الأطفال و المراهقين (Tessier, 2008) وهذا ما يجعلها مقبولة للاستخدام.

2.6.4- المقابلة:

تم إجراء مقابلات مع كل من مدراء المدارس و المربين المكلفون بالنشاط البدني المكيف لمعرفة كل ما هو متعلق بالنشاط البدني للتلاميذ داخل المدرسة من منشآت رياضية و برنامج التربية البدنية و تأطير التلاميذ في مختلف النشاطات البدنية سواء داخل حصة التربية البدنية أو في أوقات الفراغ، و عدد من أولياء التلاميذ قصد أخذ معطيات حول النشاط البدني للتلاميذ أيام عطلة نهاية الأسبوع التي يقضونها مع عائلاتهم.

3.6.4- الملاحظة المباشرة:

قام الباحثون بالوقوف ميدانيا على واقع النشاط البدني للتلاميذ المعاقين بصريا داخل المدارس الخاصة بهذه الفئة، من خلال حضور بعض حصص التربية البدنية، و مراقبة التلاميذ في أوقات فراغهم.

7.4- المعالجة الإحصائية:

بعد إجراء الدراسة الميدانية وجمع البيانات ومراجعتها، تم ترميزها وتفرغها باستعمال الحاسوب بفضل برنامج إحصائي معروف في مجال العلوم الاجتماعية وهو منظومة تحليل بيانات الدراسات الاجتماعية SPSS الطبعة 22، تم معالجة البيانات حسب متطلبات البحث فاستعملت كل من المقاييس الإحصائية الآتية:

- التكرارات والنسب المئوية لوصف البيانات الكيفية.
- الرسوم البيانية للتوضيح.
- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لوصف البيانات الكمية.
- اختبارات .

5- عرض و تحليل نتائج الدراسة:**1.5- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى:**

الجدول رقم (2) يوضح مستوى النشاط البدني لدى المعاقين بصريا حسب الجنس

المعاقين بصريا = 75	الذكور = 33	الإناث = 42	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة	القرار
---------------------	-------------	-------------	--------	--------------	---------------	--------

النتيجة الكلية لاستبيان PAQ-C	1.52± 0.42	1.71±0.5	1.33±0.39	5.75	73	0.01	دال
-------------------------------	------------	----------	-----------	------	----	------	-----

بلغ مستوى النشاط البدني لدى الذكور 1.71 و عند الإناث 1.33، كما أن قيمة ت المحسوبة ت = 5.75 أكبر من القيمة الجدولية 2.58 عند درجة الحرية 73 و مستوى الدلالة 0.05، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث المعاقين بصريا و لصالح الذكور.

الجدول رقم (3) يوضح مستوى النشاط البدني لدى المكفوفين حسب الجنس

	المكفوفين=22	الذكور=10	الإناث=12	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة	القرار
النتيجة الكلية لاستبيان PAQ-C	1.21±0.18	1.31±0.22	1.12±0.15	2.40	20	0.05	دال

بلغ مستوى النشاط البدني لدى الذكور 1.31 و عند الإناث 1.12، كما أن قيمة ت المحسوبة ت = 2.40 أكبر من القيمة الجدولية 2.09 عند درجة الحرية 20 و مستوى الدلالة 0.05، و هذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث المكفوفين و لصالح الذكور.

الجدول رقم (4) يوضح مستوى النشاط البدني لدى ضعاف البصر حسب الجنس

القرار	مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة ت	الإناث=30	الذكور=23	ضعاف البصر=53	
دال	0.05	51	2.43	1.55±0.81	2.11±0.9	1.83±0.8	النتيجة الكلية لاستبيان PAQ-C

بلغ مستوى النشاط البدني لدى الذكور 2.11 و الإناث 1.55، كما أن قيمة ت المحسوبة ت = 43.2 أكبر من القيمة الجدولية 1.96 عند درجة الحرية 51 و مستوى الدلالة 0.05، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث ضعاف البصر و لصالح الذكور. نلاحظ أن الذكور ضعاف البصر يمارسون نشاطا بدنيا في وقت الفراغ أكثر من نظرائهم من الإناث، و أن الأنشطة البدنية الأكثر ممارسة هما المشي و الرقص، حيث أن التلميذ ضعيف البصر يستطيع المشي في مكان واسع سواء كان ذلك بمساعدة شخص أو استعمال العصا، كما أن المدارس التي أجريت فيها الدراسة تعتمد النظام الداخلي مما يسمح للتلميذ بتكوين تصور عن المكان و تذكر الأماكن مما يسهل من عملية التنقل داخل المؤسسة، إضافة لذلك فإن المدارس تخصص أوقات للترفيه و النشاطات الثقافية مرة في الأسبوع على الأقل كالقصص الحركية و القيام بحركات على أنغام موسيقية هادفة. كما أن مستوى النشاط البدني أثناء حصص التربية البدنية أعلى لدى ضعاف البصر مقارنة بنظرائهم الإناث. يستغل الذكور ضعاف البصر بعض أوقات الراحة في القيام بنشاطات بدنية معتدلة الشدة كالمشي و الجري و الرقص أغلبها في الفترة المسائية عكس الإناث الذين يفضلون إما الوقوف أو الجلوس طيلة أوقات الراحة.

2.5- عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية:

الجدول رقم (5) يوضح مستوى النشاط البدني للمعاقين بصريا حسب نوع الإعاقة البصرية

القرار	مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة ت	ضعف البصر=53	كف البصر=22	النتيجة الكلية لاستبيان PAQ-C
دال	0.01	73	3.29	0.8±1.83	0.18±1.21	

بلغ مستوى النشاط البدني للمكفوفين 1.21 و عند ضعاف البصر 1.83، كما أن قيمة ت المحسوبة ت= 3.29 أكبر من القيمة الجدولية 2.58 عند درجة الحرية 73 و مستوى الدلالة 0.01، و هذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ضعاف البصر و المكفوفين لصالح ضعاف البصر.

6- مناقشة نتائج الدراسة بالفرضيات:

1.6- مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الأولى:

يوضح في الجدول رقم (2) مستوى النشاط البدني للمعاقين بصريا حسب الجنس حيث بلغت القيمة الكلية لعينة البحث 1.52، و عند الذكور 1.71 و عند الإناث 1.33، و بلغت قيمة ت المحسوبة عند درجة الحرية 73 و مستوى الدلالة 0.01، ت= 5.75 و هي أكبر من القيمة الجدولية 2.58 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعاقين بصريا الذكور و الإناث و لصالح الذكور من حيث مستوى النشاط البدني، و يؤثر نوع الجنس على المشاركة في النشاط البدني لدى الأطفال و المراهقين الأصحاء و قد تم تحديده في العديد من الحالات و قد وجدت بعض الدراسات أن الأولاد أكثر نشاطاً جسدياً مقارنة بالفتيات (Nielsen, Pfister, & Andersen, 2011؛ Purslow، Hill، Saxton، Corder، Wardle، & Trost et al., 2008؛ Trost et al., 2002) و تبين دراسة Demirturk et Kaya (2015) أن مستوى النشاط البدني للبنات أقل من البنين لدى المراهقين المعاقين بصريا. ودراسة Aslan (2012) التي استنتج من خلالها أن الجنس له تأثير على مستوى النشاط البدني لدى الأطفال و المراهقين المعاقين بصريا و هو ما يتفق مع نتائج دراستنا و يحقق الفرضية الجزئية الأولى.

من خلال الجدول رقم (3) نلاحظ أن مستوى النشاط البدني للمكفوفين بلغ 1.21 حيث كان لدى الذكور 1.31 و لدى الإناث 1.12 و بلغت قيمة ت المحسوبة عند درجة الحرية 20 و مستوى الدلالة 0.05، ت= 2.40 و هي أكبر من القيمة الجدولية 2.09 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعاقين بصريا الذكور و الإناث و لصالح الذكور من حيث مستوى النشاط البدني العام، و هذا عكس ما توصلت إليه دراسة Aslan (2012) بأنه لا يوجد فرق بين المكفوفين الذكور و الإناث في ممارسة الأنشطة البدنية معتدلة الشدة. و يوضح الجدول رقم (4) مستوى النشاط البدني لضعاف البصر الذي كانت قيمته 1.83 حيث كان لدى الذكور 2.11 و لدى الإناث 1.55 و بلغت قيمة ت المحسوبة عند درجة الحرية 53 و مستوى الدلالة 0.05، ت= 2.43 و هي أكبر من القيمة الجدولية 1.96 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ضعاف البصر الذكور و الإناث و لصالح الذكور من حيث مستوى النشاط البدني وهذا يتوافق مع نتائج دراسة Demirturk et Kaya (2015) و دراسة Greguol (2014) و يحقق الفرضية الأولى التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث من حيث مستوى النشاط البدني و لصالح الذكور.

2.6- مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الثانية:

يبين الجدول رقم (5) مستوى النشاط البدني للمعاقين بصريا حسب نوع الإعاقة البصرية حيث بلغ لدى المكفوفين 1.21 و لدى ضعاف البصر 1.83، و بلغت قيمة ت المحسوبة عند درجة الحرية 73 و مستوى الدلالة 0.01، ت= 3.29 و هي أكبر من القيمة الجدولية 2.58 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المكفوفين و ضعاف البصر و لصالح ضعاف البصر، كما أن قيمة الانحراف المعياري لدى ضعاف البصر بلغت 0.80 و هي قيمة مرتفعة، و يرجع سبب ذلك إلى وجود فروق بين الذكور و الإناث من حيث مستوى النشاط البدني، و حسب دراسة أجريت على أطفال ذوي مستويات مختلفة من الرؤية، ذكر أن المهارات الحركية للأطفال الذين يعانون من ضعف البصر كانت أعلى من مهارات المكفوفين كما كان يعتقد أن مستوى الإدراك البصري يمكن أن

يؤثر في المشاركة في النشاط البدني (Uysal & Duger, 2011, p.23-29)، تتفق هذه النتائج مع دراسات كل من Strawbridge (2000) التي أشارت نتائجها إلى أن الأطفال المعاقين بصرياً أقل نشاطاً بدنياً مقارنة بأقرانهم من الأسوياء، و أن الأطفال ضعاف البصر أكثر نشاطاً بدنياً من الأطفال المكفوفين و دراسة كل من Demirturk et Kaya (2015) و Greguol (2014) التي تشير نتائجها إلى أن المراهقين المكفوفين مستوى نشاطهم البدني أقل من المراهقين ضعاف البصر. وفي بعض الدراسات الأخرى ، وجد أن مستويات النشاط البدني للأطفال والمراهقين المعاقين بصرياً أقل من نظرائهم الأصحاء، و أن أغلبهم لا يشاركون في حصص التربية البدنية المكيفة (Longmuir, 1998; Sit, Linder, & Sherril, 2002)، كما أن نقص المشاركة في دروس التربية البدنية المكيفة يؤدي إلى ضعف في مستوى البدني من الأطفال والمراهقين ضعاف البصر و عدم تطوير المهارات الحركية (Ponchillia et al., 2005, p.385-395). في دراسات سابقة بينت نتائجها أن المهارات الحركية والقدرات البدنية ومستويات الجسدية للأطفال والمراهقين ذوي الإعاقة البصرية أقل من نظرائهم الأصحاء (Brambling, 2000; Gronmo & Augestad, 2000)، وهو ما تم التوصل إليه في الدراسة الحالية و يحقق الفرضية الجزئية الثانية التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ضعاف البصر و المكفوفين من حيث مستوى النشاط البدني و لصالح ضعاف البصر. في ظل تحقق الفرضيتين الجزئيتين يتحتم علينا إثبات الفرضية العامة وهي:

يؤثر الجنس و نوع الإعاقة البصرية على مستوى النشاط البدني لدى التلاميذ المعاقين بصرياً.

7- الخلاصة:

توضح نتائج الدراسة أن:

- مستوى النشاط البدني للأطفال و المراهقين المعاقين بصرياً منخفض.
- التلاميذ ضعاف البصر أكثر نشاطاً بدنياً مقارنة بنظرائهم المكفوفين.
- نوع الجنس يؤثر على مستوى النشاط البدني لدى الأطفال و المراهقين المعاقين بصرياً و لصالح الذكور. كما يوصي الباحثون ب:
- إجراء دراسة تأثير متغير العمر على مستوى النشاط البدني لدى الأطفال و المراهقين المعاقين بصرياً.
- الزيادة من الفترة المخصصة لحصة التربية البدنية و الرياضية في المدارس الخاصة بالمعاقين بصرياً.
- ضرورة رصد مستويات النشاط البدني و البدانة لأفراد المجتمع و المعاقين بصرياً بصفة خاصة ، وتوفير التوعية المناسبة لهم عن أهمية النشاط البدني للصحة العضوية و النفسية ، وإرشادهم للبرامج البدنية الملائمة لمحاولة مكافحة البدانة و الخمول و الحد منهما.
- ضرورة قيام الأولياء بتشجيع أبنائهم على ممارسة الأنشطة الرياضية سواء كان ذلك في الحصص المخصصة للتربية البدنية و الرياضية المكيفة في المدارس، أم في عطلة نهاية الأسبوع حتى يعتادون على حياة صحية.
- ينبغي أن تتضمن مناهج التربية البدنية المدرسية أنشطة تشجعهم على المشاركة، وتجعلهم يطورون المعارف والاتجاهات الإيجابية، والمهارات الحركية المطلوبة للمحافظة على نمط حياة نشطة.

المراجع:

باللغة العربية:

1. عبد الرحيم جعفر المتوكل، الراحة زايد آل السالمي، زاهر أحمد العنقودية، (2006)، النشاط البدني في مدارس سلطنة عمان، المؤتمر الخليجي الأول حول التغذية الصحية للأطفال والمراهقين، من 28 إلى 30 نوفمبر، المنامة – البحرين.
2. عمار بوحبوش (1990)، دليل الباحث في المنهجية وكتابه البحوث الجامعية، ط2 ، م.و. للكتاب، الجزائر.
3. محمد السيد محمد فرحات، (2009)، تأثير وحدات تعليمية مقترحة لكرة الهدف على تعلم المهارات الأساسية للطلاب المعاقين بصرياً، المكتبة الالكترونية لأطفال الخليج ذوي الاحتياجات الخاصة.
4. منى صبحي الحديدي، (1998)، مقدمة في الإعاقة البصرية، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الأردن.
5. هزاع بن محمد الهزاع، (2005)، قياس النشاط البدني و المصروف الطاقوي لدى الإنسان : مراجعة مختصرة، المجلة العربية للغذاء و التغذية، المجلد 6، العدد 13، ص 26-50.

باللغة الأجنبية:

6. Aslan, U. B., Calik, B. B., & Kitiş, A. (2012). The effect of gender and level of vision on the physical activity level of children and adolescents with visual impairment. *Research in developmental disabilities*, 33(6), 1799-1804.

7. Brambring, M. (2001). **Motor activity in children who are blind or partially sighted.** *Visual Impairment Research*, 3(1), 41-51.
8. Cartmel, J. L., & Banister, E. W. (1969). **The physical working capacity of blind and deaf school children.** *Canadian Journal of Physiology and Pharmacology*, 47, 833-836
9. Demirturk, F., & Kaya, M. (2015). **Physical education lessons and activity status of visually impaired and sighted adolescents.** *Medical science monitor: international medical journal of experimental and clinical research*, 21, 3521.
10. Greguol, M., Gobbi, E., & Carraro, A. (2014). **Physical activity practice, body image and visual impairment: a comparison between Brazilian and Italian children and adolescents.** *Research in developmental disabilities*, 35(1), 21-26.
11. Gronmo, S. J., & Augestad, L. B. (2000). **Physical activity, self concept, global self – worth of blind youths in Norway and France.** *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 98, 522-527.
12. Houwen, S., Hartman, E., & Visscher, C. (2009). **Physical activity and motor skills in children with and without visual impairments.** *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 41(1), 103-109.
13. Keys, A., Fidanza, F., Karvonen, M. J., Kimura, N., & Taylor, H. L. (1972). **Indices of relative weight and obesity.** *Journal of chronic diseases*, 25(6-7), 329-343.
14. Kowalski, K. C., Crocker, P. R., & Faulkner, R. A. (1997). **Validation of the physical activity questionnaire for older children.** *Pediatric exercise science*, 9(2), 174-186.
15. Lieberman, L. J., & McHugh, E. (2001). **Health-related fitness of children who are visually impaired.** *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 95(5), 272-287.
16. Longmuir, P. E. (1998). **Considerations for fitness appraisal programming and counseling of individuals with sensory impairments.** *Canadian Journal of Applied Physiology*, 33, 166-184.
17. Longmuir, P. E., & Bar-Or, O. (2000). **Factors influencing the physical activity levels of youths with physical and sensory disabilities.** *Adapted Physical Activity Quarterly*, 17, 40-53.
18. Nielsen, G., Pfister, G., & Andersen, B. L. (2011). **Gender differences in the daily physical activities of Danish school children.** *European Physical Education Review*, 17(1), 69-90.
19. Ponchillia, P. E., Armbruster, J., & Wiebold, J. (2005, November). **The national sports education camps project: Introducing sports skills to students with visual impairments through short-term specialized instruction.** *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 99(11), 685-695.
20. Ponchillia, P. E., Strause, B., & Ponchilli, S. (2002). **Athletes with visual impairments: Attributes and sports participation.** *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 96(4), 267-272.
21. Purslow, L. R., Hill, C., Saxton, J., Corder, C., & Wardle, J. (2008). **Differences in physical activity and sedentary time in relation to weight in 8-9 year old children.** *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5, 67-75.

22. Sit, C. H. P., Linder, K. J., & Sherril, C. (2002). **Sports participation of Hong Kong Chinese Children with disabilities in special school.** Adapted Physical Activity Quarterly, 19, 453–471.
23. Strawbridge, W. J., Wallhagen, M. I., & Shema, S. J. (2000). **New NHLBI clinical guidelines for obesity and overweight: will they promote health?** *American Journal of Public Health*, 90(3), 340.
24. Tessier, S., Vuillemin, A., & Briançon, S. (2008). **Revue des questionnaires de mesure de l'activité physique validés chez les enfants et les adolescents.** *Science & Sports*, 23(3-4), 118-125.
25. Thompson, A. M., Baxter-Jones, A. D., Mirwald, R. L., & Bailey, D. A. (2003). **Comparison of physical activity in male and female children: does maturation matter?** *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 35(10), 1684-1690.
26. Trost, S. G., Pate, R. R., Sallis, J. F., Freedson, P. S., Taylor, W. C., Dowda, M., et al. (2002). **Age and gender differences in objectively measured physical activity in youth.** *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 34(2), 350–355
27. Uysal, S. A., & DÜGER, (2011), T. **A comparison of motor skills in Turkish children with different visual acuity.** *Fizyoterapy Rehabilitasyon*, 22, 2011, p.23-29.
28. Wang, J. J., Baranowski, T., Lau, W. P., Chen, T. A., & Pitkethly, A. J. (2016). **Validation of the physical activity questionnaire for older children (PAQ-C) among Chinese children.** *Biomedical and Environmental Sciences*, 29(3), 177-186.