

"دور النشاط البدني المكيف في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا"

د/قدور باي بلخير¹، د/زمالي محمد²، د/ بن صابر محمد³

^{1,3} جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم

² جامعة محمد بوضياف للعلوم و التكنولوجيا وهران

الملخص :

يهدف البحث إلى الكشف عن دور النشاط البدني المكيف في تنمية بعض المهارات الحياتية (مهارات التواصل، مهارات العمل الجماعي و التعاون) تكونت العينة من 30 طفل معاق عقليا قابلا للتعلم تتراوح أعمارهم بين 12-14 سنة و الممارسين للنشاط البدني الرياضي بصفة منظمة الأقل ، تم اختيارهم بطريقة قصدية، من مركزين بيداغوجيين نفسيين للأطفال المعاقين عقليا بولاية معسكر . استخدمنا في دراستنا المنهج الوصفي عن طريق المسح بطريقة الاستمارة الاستبائية . واهم نتيجة توصلنا اليها هي (النشاط البدني المكيف له دور ايجابي في تنمية بعض المهارات الحياتية) للمعاقين عقليا و واهم ما نوصي به : ضرورة إعداد برامج خاصة ومكيفة لتدريب وتعليم المعاقين عقليا القابلين للتعلم يساعدهم في القدرة على اكتساب وتنمية المهارات الحياتية، إجبار ممارسة النشاط البدني المكيف للأطفال المعاقين عقليا داخل مراكز ذوي الإعاقة العقلية.

الكلمات المفتاحية : النشاط البدني المكيف، المهارات الحياتية، المعاقين عقليا القابلين للتعلم

Abstract :

The study aims to reveal the role and importance of physical activity adapted to the development of some life skills .The sample consisted of 30 mentally handicapped children who were able to learn between the ages of 12-14 years. They were selected from a mental center for children with mental disabilities Camp . The method used is represented in the descriptive approach by means of a survey using the questionnaire form. The most important result of the researchers (physical activity adapted to have a positive role in the development of some life skills) for the mentally disabled and recommend the researchers • The need to develop special programs adapted to the training and education of the mentally handicapped who can learn to help them in the ability to acquire and develop life skills. • Compulsory physical activity for children with mental disabilities is forced into the centers of persons with disabilities.

key words: Adaptive physical activity, life skills, mentally handicapped who can learn

1- مقدمة البحث:

إن الإعاقة العقلية مشكلة متعددة الجوانب والأبعاد، فأبعادها نفسية، وطبية واجتماعية، وتعليمية، وهذه الأبعاد تتداخل مع بعضها البعض، الأمر الذي جعل من المشكلة نموذجاً فريداً في التكوين (سليمان، 2002، صفحة 53)، ويتسم المعاقون عقلياً بدرجة ملحوظة من العجز وهم بحاجة مستمرة للتدريب والمساندة والمتابعة والرعاية المركزة ومن ثم يلزمهم مجموعة من المؤهلين لرعايتهم (LEFORT, 2006, p. 11)، حيث من بين صفات المعاقين عقلياً انسحابيون ويعانون العديد من المشاكل كالانطوائية والقلق والتوتر والخوف وسرعة الغضب والتسرع والعدوانية وعدم تقدير الذات. (كمال، 1996، صفحة 47)

ويرى كل من حلمي إبراهيم وليلى فرحات 1998 وسهيل كامل 1998 أن المهارات الحياتية تساعد على تنشيط وتدريب المعاق عقلياً على كثير من العادات الحياتية الحسنة وتوجهه إلى كيفية حل المشكلات بطريقة تناسب وقدراته، مما يكسبه القدرة على التعبير على الذات والثقة بالنفس والوعي الذاتي هذا بالإضافة إلى العديد من الفوائد النفسية كالتدريب على تقبل الهزيمة وإطاعة الأوامر، وتوفير الفرص للشعور بالإنجاز ونمو اللغة وإصلاح عيوب النطق مما يساعد على سرعة تكيفه مع زملائه ومجتمعه، يعتبر النشاط البدني الرياضي ضرورة لإعادة التوازن النفسي والبدني والاجتماعي، حيث يلعب دوراً هاماً في اكتساب اللياقة البدنية والحركية، ويمكن من التواصل والاحتكاك بأفراد آخرين، من خلال التفاعل مع اللاعبين في مختلف المواقف التنافسية والتدريبية، وفي هذا الصدد يشير كل من "راشد وخليفة" (1998)، و من الأسس الهامة لتنمية المهارات الحياتية هو توفير بيئة مليئة بالمثيرات السمعية والبصرية واللمسية واستخدامها بأسلوب جيد وكذا تحديد الهدف من المهارة ومحاولة تحقيقها. (إبراهيم س.، 2008)، وهذا ما يتوفر بالنشاط البدني الرياضي المكيف

ومن خلال ما سبق وإطلاعنا على عديد البحوث والدراسات تأكدنا أن الإعاقة العقلية تؤثر سلباً على المهارات الحياتية وإن لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية دور فعال في تنمية وتعزيز المهارات الحياتية، وعلى هذا الأساس تبلورت مشكلة البحث :

التساؤل العام: هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقلياً القابلين للتعلم ؟

ويتفرع عن هذا السؤال الأسئلة الفرعية الآتية:

أ. هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقلياً القابلين للتعلم؟

ب. هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة العمل الجماعي لدى المعاقين عقلياً القابلين للتعلم؟

2- أهداف البحث:

- معرفة مدى أهمية النشاط البدني المكيف وتأثيره على تحسين المهارات الحياتية لدى المعاقين عقلياً القابلين للتعلم
- التعرف على أهمية النشاط البدني المكيف وانعكاساته على مهارة التواصل لدى المعاقين عقلياً القابلين للتعلم.
- التعرف على أهمية النشاط البدني المكيف و تأثيره على مهارة العمل الجماعي لدى المعاقين عقلياً القابلين للتعلم .

3- فرضيات البحث:

3-1- الفرضية العامة: للنشاط البدني الرياضي المكيف دور ايجابي في تنمية المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم الفئة من 12- 14 سنة

***الفرضية الأولى:** للنشاط البدني الرياضي المكيف دور ايجابي في تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

***الفرضية الثانية:** للنشاط البدني الرياضي المكيف دور ايجابي في تنمية مهارة العمل الجماعي لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

4- أهمية البحث:

انه من الضروري الاهتمام بالفرد المعاق عقليا القابل للتعلم ورعايته من كل الجوانب، وخاصة في الوقت الراهن نتيجة للضغوط الحياتية والتوترات التي طغت على الحياة اليومية، والتي قد تؤدي إلى بعض الاضطرابات النفسية والاجتماعية. وبما أن انفعالات المعاق عقليا القابل للتعلم في عمر 12-14 سنة تتميز بالحساسية وسرعة الاستجابة، كان من الضروري أن يتجه الباحثون إلى دراسة دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا، وذلك بغية الوقوف على مدى أهمية و دور ممارسة النشاط البدني المكيف في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى هذه الفئة الهامة من مجتمعنا.

5- التعريف لمصطلحات البحث:**5-1- النشاط البدني الرياضي المكيف:**

التعريف الاصطلاحي: يشير "عمر بدران" أن النشاط الرياضي بأشكاله " هو ذلك النشاط الحركي الذي يمارسه الإنسان ممارسة ايجابية، فردي أو جماعي، وفقا لقوانين وقواعد محددة، بحيث يحدث تغيرات بدنية، عقلية، اجتماعية، نفسية تمكنه من التكيف مع أقرانه والبيئة المحيطة. (ياسين، 2007، صفحة 54)

ويعرفه كل من "Jackson . Morrow. Hill" (2004) بأنه كل ألوان النشاط البدني والحركي التي يقوم بها الإنسان والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام والتي تؤدي إلى صرف طاقة تتجاوز الطاقة المصروفة أثناء فترة الراحة. (Hill, 2004, p. 22)

تعريف إجرائي: هو ذلك النشاط البدني الرياضي الذي نكيّفه ليتلاءم حسب قدرات و حاجات الاشخاص.

5-2- المهارات الحياتية:

يعرفها " بيليو " بأنها مجموعة من الكفايات النفسية والاجتماعية والمهارات الشخصية التي تساعد الفرد على اتخاذ قرارات وحل المشكلات والتفكير الناقد الإبداعي والاتصال الفعال وبناء علاقات صحية والتعاطف مع الآخرين والتكيف معهم وتدبر عيشهم بأسلوب صحي بناء. (السوطري، 2006، صفحة 54)

المهارات الحياتية هي السلوكيات والمهارات الشخصية والاجتماعية اللازمة للأفراد للتعامل بثقة واقتدار مع أنفسهم ومع الآخرين، ومع المجتمع، وذلك باتخاذ القرارات المناسبة الصحيحة وتحمل المسؤوليات الشخصية والاجتماعية، وفهم النفس، والغير وتكوين علاقات ايجابية مع الآخرين وتفاذي حدوث الأزمات، والقدرة على التفكير والابتكار. (القيسي، 2006، صفحة 369)

تعريف إجرائي: المهارات الحياتية هي مجموعة القدرات البدنية والاجتماعية والنفسية التي من خلالها يستطيع الفرد حل مشكلة أو مواجهة تحدي أو تحقيق أهداف مرغوبة في مجالات حياته اليومية والمتمثلة في: مهارات الاتصال والتواصل ، مهارات العمل الجماعي.

5-3- المعاقين عقليا القابلين للتعلم:

الإعاقة العقلية : وتعرف الإعاقة العقلية بأنها عدم اكتمال نمو الجهاز العصبي بحيث يكون الإنسان غير قادر على التكيف مع الأفراد من حوله والبيئة المحيطة به . (ابراهيم م.، الموسوعة الرياضية لمتحدي الاعاقة، 2002، صفحة 31)

ويعرفه بورنيفل Bourneville بأنه توقف في النمو فطري أو مكتسب في القدرات العقلية والخلقية الانفعالية ويمكننا القول لتحديد الضعف العقلي بأنه بطء في المخ يؤدي إلى بطء الإثارة ونقص القدرة على عدم التكيف الاجتماعي.(ابراهيم م.، التربية الرياضية لذوي الاعاقة، 2014، صفحة 150)

القابلون للتعليم: يطلق على هذه الفئة ذوي الإعاقة العقلية البسيطة أو الخفيفة، وهي تمثل نسبة 75% تقريبا من المعوقين عقليا، ومن الخصائص الذي تميزهم ما يلي: من لديهم القدرة على الاستفادة من البرامج التعليمية العادية ولكن بصورة بطيئة، وتستطيع تلك الفئة الاعتماد على نفسها وتتراوح نسب ذكائهم ما بين 50-70.(اباطة، 2007).

6- الدراسات السابقة والمثابرة :

6-1 دراسة د.حسن عمر السوطري (2013): " اثر استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه على بعض المهارات الحياتية لدى طلبة الصف السابع الأساسي " (عمر، 2013)

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى تأثير استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه على بعض المهارات الحياتية (التواصل، القرار، حل المشكلات، العمل الجماعي، الروح القيادية، تحمل المسؤولية، الثقة بالنفس، حل النزاعات وتقبل الاختلاف) لطلبة الصف السابع الأساسي في مديريات محافظة العاصمة عمان، اشتملت العينة على (40) طالبا وطالبة تكونت المجموعة الأولى من (20) طالبا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من طلاب الصف السابع الأساسي من مدرسة بلال بن رباح الأساسية للبنين/ مديرية التربية والتعليم عمان الرابعة أما المجموعة الثانية تكونت من (20) طالبة تم اختيارهن عشوائيا من طالبات الصف السابع الأساسي من مدرسة أسيا الثانوية للبنات/ مديرية التربية والتعليم عمان الثالثة، استخدمت المجموعتان أسلوب الاكتشاف الموجه، تم استخدام برنامجا تعليميا في المهارات الأساسية في الكرة الطائرة دمج فيه بعض المهارات الحياتية قيد الدراسة، تكون البرنامج من ثمانية وحدات تعليمية في أسلوب الاكتشاف الموجه تم تطبيقها بواقع حصتين أسبوعيا وزعت على أربعة أسابيع، واستخدم الباحث المتوسطات والنسب المئوية والانحرافات المعيارية واختبار (ت)، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات القبلية والبعدي لصالح القياسات البعدي، وأظهرت النتائج الخاصة بالفروق بين القياسات البعدي بين الطلاب والطالبات إلى وجود فروق دالة إحصائية لصالح الطلاب في المهارات الحياتية (التواصل، اتخاذ القرار، تحمل المسؤولية، الثقة بالنفس) ولصالح الطالبات في محور (الروح القيادية)، بينما لم تظهر فروق دالة إحصائية على المهارات الحياتية (حل المشكلات، العمل الجماعي، حل النزاعات وتقبل الاختلاف).

6-2 دراسة هشام لوح (2004) بعنوان : " اثر النشاط الحركي المكيف في تحسين الاتزان العضلي للمعاقين حركيا " (هشام، 2008)

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة اثر النشاط الحركي المكيف في تحسين الاتزان العضلي للمعاقين حركيا حيث بحثت في الإجابة عن التساؤلات التالية: هل أن التمرينات البدنية المستهدفة ضمن وحدات النشاط الحركي المكيف لها اثر في تحسين الاتزان العضلي الناتجة عن الإعاقة لعينات البحث (إعاقة متوسطة، بسيطة، شديدة)؟ أجريت الدراسة على عينة تتكون من 34 طفلا من الأطفال المصابين بالشلل الدماغي مقسمة إلى مجموعات تجريبية وضابطة على حسب شدة الإعاقة . (إعاقة متوسطة، بسيطة، شديدة). اعتمد الباحث في هذه الدراسة على أدوات البحث التالية: الاختبارات البدنية لقياس مؤشرات الاتزان العضلي، المقابلات الشخصية مع أساتذة وأطباء مختصين . وبعد إجراء الدراسة الميدانية التجريبية خلصت هذه الدراسة إلى أن وحدات النشاط الحركي المعدل لفئة المعاقين بالشلل الدماغي والتي تتضمن في جوهرها تمارين بدنية مستهدفة قد أسهمت بشكل فعال في تحسين مؤشرات الاتزان العضلي (تحمل القوة العضلية، الإطالة للمجاميع العضلية الرئيسية، التوازن والتوافق) واستخلص الباحث من هذه الدراسة أن التطور الذي حققته العينات التجريبية راجع لفعالية وحدات النشاط الحركي المكيف .

3-6 دراسة مشعان بن زين الحربي (2000) : بعنوان : " مستويات النشاط البدني واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى الأطفال المتخلفين عقليا مقارنة بالعاديين " (الحربي، 2000)

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والنشاط البدني لدى الأطفال الذكور المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون وغير المصابين بها ومقارنتها مع أقرانهم العاديين . وتكونت عينة الدراسة من ثلاث فئات هي : فئة المصابين بمتلازمة داون (ن=14، العمر = 11.1 ± 1.1) وفئة غير المصابين بمتلازمة داون من المتخلفين عقليا القابلين للتعلم (ن=20، العمر = 11.3 ± 0.97)، وفئة العاديين (ن = 20، العمر = 11.1 ± 1.1) . وقد تم قياس الطول والوزن وتقدير نسبة الشحوم بالجسم من خلال قياس سمك طيات الجلد في ثلاث مناطق بالجسم، وكذلك تم قياس عناصر اللياقة المرتبطة بالصحة (القوة العضلية بواسطة قوة القبضة وقوة عضلات الفخذين، المرونة بواسطة صندوق المرونة، التحمل العضلي - من خلال اختبار الجلوس من الرقود -، والتحمل الدوري التنفسي بواسطة جري / مشي 600 متر) . كما تم أيضا قياس مستوى النشاط البدني عن طريق رصد معدل ضربات القلب خلال 12 ساعة متواصلة مرتين في الأسبوع أحدهما في وسط الأسبوع والأخرى في نهاية وقد أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة الأطفال البدناء من المتخلفين عقليا تجاوزت 50% (مقارنة مع 25% لدى العاديين) . كما أشارت النتائج إلى انخفاض (دال عند مستوى 0.05) في القوة العضلية والتحمل الدوري التنفسي والتحمل العضلي لدى الأطفال المتخلفين عقليا مقارنة بالأطفال العاديين، إلا أن الأطفال المصابين بمتلازمة داون أظهروا مرونة زائدة مقارنة بالأطفال العاديين، وذلك ناتج عن لين في الأربطة وفي العضلات لدى الأطفال المصابين بمتلازمة داون . كما أشارت النتائج إلى انخفاض ضربات القلب القصوى لدى الأطفال المصابين بمتلازمة داون (172.7 ± 3.2) . كما ظهر أيضا أن مستوى النشاط البدني منخفض لدى الأطفال المتخلفين عقليا سواء المصابين بمتلازمة داون أو غير المصابين بها مقارنة بالعاديين، حيث كانت هناك فروقا دالة في متوسط ضربات القلب خلال 12 ساعة بين الأطفال العاديين والأطفال المتخلفين عقليا . أخيراً أظهرت نتائج تحليل الارتباط بين نسبة الشحوم ومؤشرات مستوى النشاط البدني علاقات تراوحت من ضعيفة إلى معتدلة وغير دالة إحصائيا لدى مجموعات الدراسة الثلاث، كما أن العلاقات الارتباطية بين مستوى النشاط البدني واللياقة القلبية التنفسية كانت أعلى لدى الأطفال المتخلفين عقليا مقارنة بالأطفال العاديين . من نتائج هذه الدراسة يتبين ضرورة الاهتمام بزيادة مستويات النشاط البدني لدى الأطفال المتخلفين عقليا .

7- التعليق على الدراسات السابقة:

أوضحت الدراسات السابقة أن هناك مؤشرات إيجابية تدل على ضرورة البرامج الرياضية للمعوقين عامة والمعاقين عقليا خاصة، حيث لخصت معظم الدراسات في هذا المجال إلى تحديد الآثار الإيجابية للبرامج الرياضية المكيفة في تطوير القدرات الوظيفية والفسولوجية المتضررة من الإعاقة، وذلك من خلال المؤشرات التالية:

- أهمية النشاط الرياضي بشكليه الترويحي والتدريبي في تحقيق التوازن الانفعالي وتطوير مفهوم الذات والثقة بالنفس والرغبة في الحياة.

- أكدت الدراسات على دور النشاط الرياضي في الحد من مشاعر القلق واليأس وعدم الرغبة في المشاركة الاجتماعية وأن دور النشاط الرياضي المكيف يبدأ من خلال تطوير المهارات الحركية اليومية (توازن، جلوس، مشي) ومن ثم التوجه نحو الإعداد المهاري للأنشطة الرياضية حسب رغبة وميول المعوق نفسه.

- فعالية البرنامج التدريبي الفردي للمعاقين عقليا على نمو جميع المهارات الرياضية والحركية الأساسية.

و رغم كل هذه النتائج التي تؤكد على أهمية النشاط الرياضي للمعوقين عقليا فإن قلة أو انعدام البرامج التأويلية وعدم القيام بإحداث التكيف والتعديل العلمي المرتبط بمظاهر الإعاقة، كل هذه العوامل زادت من تفاقم أوضاع المعاقين وحرمت هذه الفئة من ممارسة نشاط حياتي طبيعي يرغب كل إنسان في الحصول عليه .

عموما لقد بينت هذه الدراسات أن هناك تشابها واختلاف في كيفية ممارسة النشاط الرياضي تبعا لنوع الإعاقة ودرجتها والظروف المهنية والاجتماعية والشخصية فضلا عن المحيط الأسري الذي يعيشه الفرد والذي يعكس آثاره على ممارسة هذا النشاط.

لكن الشيء الملاحظ في هذه الدراسات أنها لم تتطرق إلى واقع النشاط البدني الرياضي في المراكز الخاصة نظرا لافتقارها إلى البرامج المقتنة والوسائل والأجهزة الرياضية المكيفة مع قدراتهم الجسمية والعقلية والاجتماعية وحسب نوع ودرجة الإعاقة والمؤثرين المختصين . لقد تمكنا من الاستفادة من هذه الدراسات في تنظيم بحثنا بحيث:

- الاستفادة من البحوث التي ركزت على الأنشطة الرياضية المكيفة وتجنب بعض هفواتها خاصة تكيفها وتعديلها .

- الاستفادة من هذه البحوث فيما يتعلق بالجانب المنهجي للدراسة في تصميم البرنامج التدريبي وتحديد المنهج وأدوات جمع البيانات وتحديد أسئلة الاستبيان .

- الاستعانة ببعض نتائج هذه الدراسات في ظل الأفكار النظرية المتعلقة بموضوع الدراسة، ومقارنة نتائج هذه الدراسات بالنتائج المتوصل إليها من خلال هذا البحث.

8- منهج البحث: استخدمنا المنهج الوصفي بالطريقة المسحية ملائمة لهذه المشكلة و دراستها.

8-1- مجتمع البحث و عينة البحث:

الأطفال المعاقين عقليا الممارسين لنشاط البدني الرياضي المكيف بمختلف أنواعه فردي وجماعي ولجنس الذكور لمدة سنة كاملة على الأقل على مستوى مراكز نفسية بيداغوجية للأطفال المعاقين عقليا بولاية معسكر حيث مجتمع البحث 48 طفل ، تم تحديد 10 منهم للدراسة الاستطلاعية و تم استبعاد 08 اطفال الاخرين بسبب انهم غير مواظبين على ممارسة النشاط البدني لأسباب صحية وأسباب أخرى، وتم اختيار عينة البحث للدراسة الاساسية بالطريقة المقصودة و هم 30 معاقا عقليا قابل للتعلم والممارسين للنشاط البدني الرياضي المنتظم (حصتين في الاسبوع)

8-2- متغيرات البحث :متغيرات البحث كما يلي:**8-2-1 المتغير المستقل: النشاط البدني الرياضي المكيف****8-2-2 المتغير التابع: بعض المهارات الحياتية .****8-3- مجالات البحث:**

8-3-1 المجال البشري: تمثل المجال البشري لهذه الدراسة في المعاقين عقليا القابلين للتعلم الممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف بصورة منتظمة لمدة سنة على الاقل و عددهم 40 فردا تتراوح اعمارهم بين 12 و 14 سنة

8-3-2 المجال المكاني: أجريت هذه الدراسة في مركزين نفسيين بيداغوجيين للأطفال المعاقين عقليا بولاية معسكر.

8-3-3 المجال الزمني: الموسم الدراسي 2018/2019، وتمت بالضبط من 2019/01/06 إلى 2019/04/04.

9- أداة البحث:

تمثلت أداة البحث في مقياس للمهارات الحياتية المتكون من المهارات ذات البعد النفسي والمهارات ذات البعد الاجتماعي من إعداد (حسن السوطري) وهذا بغرض قياس بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

9-1- الدراسة الاستطلاعية:

تمت الدراسة الاستطلاعية يوم الأحد في الصباح: 2019/01/06 على عينة عددها 10 من المعاقين عقليا القابلين للتعلم الممارسين لنشاط البدني الرياضي المكيف تتراوح اعمارهم بين 12 و 14 سنة . وكذا استرجاعها يوم الأربعاء في الصباح: 2019/01/09 بعد توزيع المقياس على عينة مقصودة قصد إيجاد المعاملات العلمية الآتية:

9-2 المعاملات العلمية للأداة: قمنا بإجراء بعض المعاملات العلمية للتحقيق من صلاحية المقياس في الدراسة الحالية:

9-1-1 الثبات: يقصد بثبات الاختبار أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد على نفس الأفراد في نفس الظروف (الكريم،

1995، صفحة 152) كما يقول فان فالين (Van Valin) عن ثبات الاختبار "إن الاختبار يعتبر ثابتا إذا كان يعطي

نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر على نفس المفحوصين وتحت نفس الشروط. (حسانين، 1995، صفحة 194)

حيث استخدمنا إحدى طرق حساب ثبات الاختبار وهي طريقة "تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه" (معامل الارتباط

Test –Retest) للتأكد من مدى دقة واستقرار نتائج الاختبار. وعلى هذا أساس قمنا بإجراء الاختبار على مرحلتين

بفاصل زمني قدره أسبوع مع تثبيت كل المتغيرات (نفس العينة، نفس الأماكن، نفس التوقيت، نفس المشرفين).

9-2-2 الصدق:

صدق الاختبار أو المقياس يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من أجله فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها. وباستعمال الوسائل الإحصائية تم حساب ثبات وصدق الاختبار. معامل الارتباط "ر" لبيرسون و الجدول رقم 01 يبين النتائج .

جدول (01) يمثل معامل الثبات والصدق للمقياس .

الأبعاد	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	معامل الثبات	معامل الصدق	ر. جدولية
تنمية مهارة التواصل	10	09	0.05	0,95	0,97	0.602
تنمية العمل الجماعي				0,97	0,98	

قيمة "ر" الجدولية 0.602 عند مستوى الدلالة 0.05. $n=10$

يتبين من خلال الجدول رقم (1) أن قيم معامل الارتباط للمقياس تراوحت (محصورة) ما بين (0,99-0,97) بالنسبة إلى الصدق و(0,98-0,95) بالنسبة إلى الثبات بالرجوع إلى جدول الدلالات الارتباط البسيط لبيرسون لمعرفة ثبات والصدق الاختبار عند مستوى الدلالة 0.05 وهذه القيم دالة إحصائيا بالمقارنة مع "ر" الجدولية التي بلغت 0.602 وعليه يتبين لنا أن المقياس بدرجة ثبات وصدق عاليتين.

9-2-3- الموضوعية:

الموضوعية هي اتفاق بين حكمين عند قياس فرد في النتائج وذلك باستخدام معامل الارتباط بين النتائج. (فرحات، 2001، صفحة 169). الموضوعية تعني تحرر الباحث من التحيز ، استأخذنا المقياس الخاص بالمهارات الحياتية بعد تقديمه إلى مجموعة من المحكمين وذلك بغرض التحكيم ثم بعد ذلك تقديمه على مجموعة من المربين الذين يشرفون على المعاقين عقليا الممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف، فتبين أن فقرات وعبارات أداة المقياس التي سهلة وفي متناول المختبرين.

وبناء على الخطوات السابقة يمكن أن نستخلص أن أداة الدراسة (المقياس الخاص بالمهارات الحياتية) تتميز بدرجة عالية من الثبات والصدق والموضوعية.

10- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

10-1 تنمية مهارة التواصل.

س1: يظهر اهتماما وإصغاء غير منقطع عند الاستماع للجوانب الفنية والقانونية للأداء.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	17	07	06	00	00	30
النسبة المئوية	56,67%	23,33%	20%	00%	%00	%100
كا ² المحسوبة	32,32					
كا ² الجدولية	9,49					
درجة الحرية	4					
مستوى الدلالة	0.05					

الجدول رقم (2): التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا القابلين للتعلم فيما يخص اظهار اهتمام

وإصغاء غير منقطع عند الاستماع للجوانب الفنية والقانونية للأداء.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 2 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية، و منه نستنتج أن أغلب المعاقين عقليا القابلين للتعلم يظهرون اهتماما وإصغاء غير منقطع عند الاستماع للجوانب الفنية والقانونية للأداء.

س2: يستطيع تفسير الإشارات عبر التغطية أثناء ممارسة الواجبات الرياضية.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	17	07	06	00	00	30
النسبة المئوية	56,67%	23,33%	20%	00%	%00	%100
كا ² المحسوبة	32,33					
كا ² الجدولية	9,49					

الجدول رقم (3): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا القابلين للتعلم فيما يخص اسطاعة

تفسير الإشارات عبر التغطية أثناء ممارسة الواجبات الرياضية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 3 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن

ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المعاقين عقليا القابلين للتعلم يستطيعون تفسير الإشارات عبر التغطية أثناء ممارسة الواجبات الرياضية.

س3: يظهر ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة النشاط الرياضي.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	15	10	04	01	00	30
النسبة المئوية	50%	33,33%	13,33%	3,33%	%00	%100
ك ² المحسوبة	24,11					
ك ² الجدولية	9,49					

الجدول رقم (4): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للمعاقين عقليا فيما يخص اظهار ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة النشاط الرياضي.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 4 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المعاقين عقليا يظهرون ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة النشاط الرياضي.

س4: يستطيع التقيد بتنفيذ المعلومات حسب الأولوية.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	11	11	07	01	00	30
النسبة المئوية	36,67%	36,67%	23,33%	3,33%	%00	%100
ك ² المحسوبة	18,66					
ك ² الجدولية	9,49					

الجدول رقم (5): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للمعاقين عقليا فيما يخص استطاعة التقيد بتنفيذ المعلومات حسب الأولوية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 5 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المعاقين عقليا يستطيعون التقيد بتنفيذ المعلومات حسب الأولوية.

س5: يتجنب إصدار الأحكام المسبقة على الأداء.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	10	08	08	04	00	30
النسبة المئوية	33,33%	26,67%	26,67%	13,33%	%00	%100
كا ² المحسوبة	8,65					
كا ² الجدولية	9,49					

الجدول رقم (6): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا فيما يخص تجنب إصدار الأحكام المسبقة على الأداء.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 6 يتضح لنا بأنه لا توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أقل من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن بعض المعاقين عقليا يتجنبوا إصدار الأحكام المسبقة على الأداء.

س6: يستخدم التواصل اللفظي وغير اللفظي لإيصال المعلومات الخاصة بالجوانب الفنية للمهارة.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	15	05	10	00	00	30
النسبة المئوية	50%	16,67%	33,33%	00%	%00	%100
كا ² المحسوبة	28,32					
كا ² الجدولية	9,49					

الجدول رقم (7): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا فيما يخص استخدام التواصل اللفظي وغير اللفظي لإيصال المعلومات الخاصة بالجوانب الفنية للمهارة.

نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 7 يتضح لنا بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: أغلب المعاقين عقليا يستخدمون التواصل اللفظي وغير اللفظي لإيصال المعلومات الخاصة بالجوانب الفنية للمهارة.

س7: يتواصل مع الآخرين بشكل واثق.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	12	06	10	02	00	30
النسبة المئوية	40%	20%	33,33%	6,67%	%00	%100
كا ² المحسوبة	17,33					
كا ² الجدولية	9,49					

الجدول رقم (8): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا فيما يخص التواصل مع الآخرين بشكل واثق.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 8 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. ومنه: نستنتج أن أغلب أن المعاقين عقليا القابلين للتعلم يتواصلون مع الآخرين بشكل واثق.

س8: يتقبل آراء الآخرين بانفتاح.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	09	11	8	01	01	30
النسبة المئوية	30%	36,67%	26,67%	3,33%	%3,33	%100
كا ² المحسوبة	14,44					
كا ² الجدولية	9,49					

الجدول رقم (9): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا فيما يخص تقبل آراء الآخرين بانفتاح.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 9 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن

ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولية. ومنه: نستنتج أن المعاقين عقليا في غالب الأحيان يتقبلون آراء الآخرين بانفتاح في حين يرون الآخرين عكس ذلك.

س9: يفاض الآخريين اهتمامهم بوجهة نظره حول الأداء الصحيح.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	10	11	3	01	05	30
النسبة المئوية	33,33%	36,67%	10%	3,33%	16,67%	100%
ك ² المحسوبة	12,65					
ك ² الجدولية	9,49					

الجدول رقم (10): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² للمعاقين عقليا فيما يخص مفاوضة الآخريين اهتمامهم بوجهة نظره حول الأداء الصحيح.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 10 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولية. ومنه: نستنتج أن أغلب المعاقين عقليا القابلين للتعلم يفاضون الآخريين بوجهة نظره حول الأداء الصحيح.

10-2 البعد الثاني: تنمية مهارة العمل الجماعي.

س1: يحترم أفكار الآخريين.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	19	03	04	01	03	30
النسبة المئوية	63,33%	10%	13,33%	3,33%	13,33%	100%
ك ² المحسوبة	35,99					
ك ² الجدولية	9,49					
درجة الحرية	4					
مستوى الدلالة	0.05					

الجدول رقم (11): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم χ^2 للمعاقين عقليا فيما يخص احترام أفكار الآخرين. حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 11 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب المعاقين عقليا القابلين للتعلم يحترمون أفكار الآخرين.

س2: يتحلى بروح الانتماء للجماعة.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	21	03	02	04	00	30
النسبة المئوية	70%	10%	6,67%	13,33%	%00	%100
χ^2 المحسوبة	18,83					
χ^2 الجدولية	9,49					

الجدول رقم (12): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم χ^2 للمعاقين عقليا فيما يخص التحلى بروح الانتماء للجماعة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 12 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. ومنه: نستنتج أن أغلب المعاقين عقليا القابلين للتعلم يتحلون بروح الانتماء للجماعة.

س3: يحرص على الالتزام بتوجيهات المشرف.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	16	05	05	03	01	30
النسبة المئوية	53,33%	16,67%	16,67%	10%	%3,33	%100
χ^2 المحسوبة	22,66					
χ^2 الجدولية	9,49					

الجدول رقم (13): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم χ^2 للمعاقين عقليا فيما يخص الحرص على الالتزام بتوجيهات المشرف.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو في الجدول رقم 13 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. ومنه نستنتج: أن المعاقين عقليا القابلين للتعلم يحرصون على الالتزام بتوجيهات المشرف.

س4: يبادر في تقديم العون للآخرين.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	15	10	05	00	00	30
النسبة المئوية	50%	33,33%	16,67%	00%	%00	%100
كا ² المحسوبة	28,32					
كا ² الجدولية	9,49					

الجدول رقم (14): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا فيما يخص المبادرة في تقديم العون للآخرين.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 14 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. ومنه: نستنتج أن المعاقين عقليا القابلين للتعلم يبادرون في تقديم العون للآخرين.

س05: يساهم في بناء الثقة مع أفراد الفريق.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	14	08	06	02	00	30
النسبة المئوية	46,67%	26,67%	20%	6,67%	%00	%100
كا ² المحسوبة	20					
كا ² الجدولية	9,49					

الجدول رقم (15): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا فيما يخص بناء الثقة مع أفراد الفريق

حسب النتائج كما هو موضوع في الجدول رقم 15 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم ، وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن المعاقين عقليا القابلين للتعلم يساهمون في بناء الثقة مع أفراد الفريق.

س06: يقدم مصلحة الجماعة على مصلحته الفردية.

الإجابات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	المجموع
المعاقين عقليا	12	04	06	03	05	30
النسبة المئوية	40%	13,33%	20%	10%	%16,67	%100
كا ² المحسوبة	8,34					
كا ² الجدولية	9,49					

الجدول رقم (16): التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للمعاقين عقليا فيما يخص تقديم مصلحة الجماعة على مصلحته

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 16 يتضح لنا بأنه لا توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات المعاقين عقليا القابلين للتعلم ، وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أقل من كا² الجدولية. و منه: نستنتج أن اغلب المعاقين عقليا القابلين للتعلم يقدمون مصلحة الجماعة على مصلحتهم الفردية.

10-3- استنتاجات:

بعد راسة و تحليل النتائج الخام توصلنا الى ما يلي :

- النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.
- النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية مهارة العمل الجماعي-التعاون لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

10-4- مناقشة فرضيات البحث:

بعد الدراسة المعمقة التي جاءت في الجانب التطبيقي والتي تحتوي على مختلف المعلوماتية الإحصائية المتعلقة بمتغيرات دراستنا المتمحورة حول موضوع: للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم، وبعد أن استخلصنا الاستنتاجات من خلال تحليل النتائج تم مقارنتها بفرضيات البحث فكانت كالتالي:

10-4-1 مناقشة الفرضية الأولى:

نتائج المتعلقة بالفرضية الجزئية الأولى، وذلك من خلال تحليل ومناقشة الإجابات المتحصل عليها، وعلى ضوء النتائج الجداول الخاصة بالبعد الأول وبناءا على الفرضية التي انطلقت أساسا من فكرة مقترحة كحل سابق لموضوع بحثنا والتي تقول النشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

اتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم(2) يظهر اهتماما وإصغاء غير منقطع عند الاستماع للجوانب الفنية والقانونية للأداء حيث بلغت النسبة المئوية 56,67% ومن خلال الجدول رقم(3) يظهر لنا بأن النسبة المئوية كانت كبيرة دليل يستطيع تفسير الإشارات عبر التغطية أثناء ممارسة الواجبات الرياضية حيث بلغت 56,67% ويتضح لنا من خلال الجدول رقم(4) أن النسب كانت الكبيرة فيما يخص يظهر ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة النشاط الرياضي حيث بلغت 50% ومن خلال الجدول (5) و(6) النسب المئوية كانت كبيرة فيما يخص يستطيع التقييد بتنفيذ المعلومات حسب الأولوية، ويتجنب إصدار الأحكام المسبقة على الأداء، ومن خلال الجدول رقم (7) يتبين لنا أن المعاق عقليا يستخدم التواصل الفضي وغير الفضي لإيصال المعلومات الخاصة بالجوانب الفنية للمهارة حيث بلغت النسبة المئوية 40% ومن خلال الجدول رقم (8) يتضح لنا يتواصل المعاقين عقليا مع الآخرين بشكل واثق حيث بلغت النسبة المئوية 50% ومن خلال الجدول رقم (9) بخصوص يتقبل المعاق عقليا آراء الآخرين بانفتاح حيث بلغت النسبة المئوية 36,67% ومن خلال الجدول رقم (10) يفاوض الآخرين اهتمامهم بوجهة نظره حول الأداء الصحيح حيث بلغت النسبة المئوية 36,67% وهذا ما يدل على أن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور إيجابي في تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم، وتتطابق نتائج دراستنا مع دراسة أحمد عوض بسيوني الذي أكد في دراسته " أن أهمية النشاط الرياضي تكمن في مساعدة الشخص المعوق على التكيف مع الأفراد والجماعات التي يعيش فيها، حيث أن هذه الممارسة تسمح له بالتكيف والاتصال بالمتجمع، وهو ما أكدته كذلك عبد المجيد مروان " من أن الممارسة الرياضية تنمي في الشخص المعوق الثقة في النفس، التعاون والشجاعة فضلا على شعوره بالسعادة والسرور. و هو ما أكدته دراسة " دوري سنة 2001" أن ممارسة النشاط الحركي المنتظم يؤثر إيجابا على تنمية السلوك التفاعلي و التعبير عن آرائه و سلوكه مع الآخرين . (Derri, 2001, p. 20)

وبالتالي الفرضية الأولى القائلة للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة التواصل لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم قد تحققت.

10-4-2 مناقشة الفرضية الثانية:

نتائج المتعلقة بالفرضية الجزئية الثانية، وذلك من خلال الإجابات المتحصل عليها، وعلى ضوء النتائج الجداول الخاصة بالبعد الثاني وبناء على الفرضية التي انطلقت أساسا من فكرة مقترحة كحل سابق لموضوع بحثنا والتي تقول النشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة العمل الجماعي-التعاون لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

اتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم(11) يحترم المعاق عقليا أفكار الآخرين حيث بلغت النسبة المئوية 63,33% ومن خلال الجدول رقم(12) يظهر لنا بأن النسبة المئوية كانت كبيرة دليل يتحلى بروح الانتماء للجماعة حيث بلغت 70% ويتضح لنا من خلال الجدول رقم(13) أن النسب كانت الكبيرة فيما يخص يحرص على الالتزام بتوجيهات المشرف حيث بلغت 53,33% ومن خلال الجدول (14) النسب المئوية كانت كبيرة فيما يخص يبادر في تقديم العون للآخرين حيث بلغت 50%، ومن خلال الجدول رقم (15) يتبين لنا أن المعاق عقليا يساهم في بناء الثقة مع أفراد الفريق حيث بلغت النسبة المئوية 46,67% ومن خلال الجدول رقم (16) يتضح لنا أن المعاق عقليا يقدم مصلحة الجماعة على مصلحته الفردية حيث بلغت النسبة المئوية 40%.

وهذا ما يدل على أن النشاط البدني الرياضي المكيف له دور ايجابي في تنمية مهارة العمل الجماعي-التعاون لدى المعاقين عقليا القابلين للتعليم، ويتفق استنتاجنا مع دراسة كوكيلي الجوانب والقيم الاجتماعية للرياضة والترويح فيما يلي: الروح الرياضية التعاون تقبل الآخرين، التنمية الاجتماعية، المتعة والبهجة، اكتساب المواطنة الصالحة، التعود والقيادة، التبعية، الارتقاء والتكيف الاجتماعي. وهو ما يتوافق مع ما توصل اليه " كاسانكو " سنة 1991 على ان ممارسة النشاط البدني المكيف بصورة منتظمة اسبوعيا تنمي السمات الاجتماعية لدى المعاقين عقليا (KASTANGO, 1991, p. 12).

ويؤكد ما توصلنا إليه صادق الحايك (2013) في دراسته أن المهارات الحياتية (مهارة الوعي الذاتي، اتخاذ القرارات، الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية، القيادة، المهارات النفسية والأخلاقية) والتي يمكن توظيفها في منهاج التربية الرياضية بشكل عام، ومنهاج كرة السلة بشكل خاص، جاءت جميعها هامة

وبالتالي الفرضية الثانية القائلة للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية مهارة العمل الجماعي-التعاون لدى المعاقين عقليا القابلين للتعليم قد تحققت.

10-4-3- مناقشة الفرضية الرئيسية:

بناء على ما سبق من نتائج وتحليل وتحقق جميع الفرضيات الجزئية (مهارة التواصل مهارة العمل الجماعي/التعاون) نستنتج بأن الفرضية الرئيسية : للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية بعض المهارات الحياتية. قد تحققت وهذا ما يتفق مع دراسة كل من احمد عوض بسيوني، صادق الحايك (2013)، حسن عمر السوطري (2007)، دراسة عبد الباسط شرمان وعواطف ربيعان (2009)، دراسة مشعان بن زين الحربي 2001

11-الاقتراحات والتوصيات:

وفي ضوء نتائج الدراسة نوصي بما يلي:

- ضرورة إعداد برامج خاصة ومكيفة لتدريب وتعليم المعاقين عقليا القابلين للتعليم يساعدهم في القدرة على اكتساب وتنمية المهارات الحياتية.
- إجبار ممارسة النشاط البدني المكيف للأطفال المعاقين عقليا داخل مراكز ذوي الإعاقة.
- ضرورة إجراء دراسات خاصة بأهمية النشاط البدني المكيف على المهارات النفسية للمعاقين عقليا.

المصادر و المراجع :

1. ابراهيم مرسى كمال. (1996). مرجع في علم التخلف العقلي. الكويت: دار القلم.
2. اسامة راتب ابراهيم خليفة. (1998). رياضة المشي مدخل لتحقيق الصحة البدنية. القاهرة: دار الفكر العربي.
3. امال عبد السميع اباطة. (2007). اضطرابات التواصل وعلاجها. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

4. حسن عمر سعيد السوطري. (2006). اثر استخدام اساليب التدريس الحديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية القائمة على الاقتصاد المعرفي. عمان: الجامعة الاردنية.
5. رمضان ياسين. (2007). علم النفس الرياضي. عمان: دار اسامة للنشر.
6. سلمان عبد الواحد يوسف ابراهيم. (2008). صعوبات التعلم - النمائية والاكاديمية والاجتماعية والانفعالية. القاهرة: مكتبة الانجلو مصرية.
7. صادق ، صادق خالد السوطري، حسن عمر. (2013). اثر استخدام الاكتشاف الموجه على بعض المهارات الحياتية لدى طلبة الصف السابع الاساسي. مجلة جامعة فلسطين التقنية العدد الاول ، 94 -84.
8. عبد الرحمان سيد سليمان. (2002). الاعاقة البدنية المفهوم والتصنيفات. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
9. عفاف عبد الكريم. (1995). البرامج الحركية و التعليم للصغار. الاسكندرية: منشأة المعارف.
10. عمار بحوش ،محمد محمود دنيبات. (1990). مناهج البحث العلمي وطرق اعداد البحوث. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
11. لوح هشام. (2008). اثر النشاط الحركي المكيف في تحسين الاتزان الضلي للاطفال المصابين بالشلل الدماغي. المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية مصر العدد 55 ، 256-239.
12. ليلي السيد فرحات. (2001). القياس والاختبار في التربية الرياضية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
13. محمد صبحي حسانين. (1995). القياس والتقويم في التربية الرياضية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
14. مروان عبد المجيد ابراهيم. (2014). التربية الرياضية لذوي الاعاقة. المملكة الاردنية الهاشمية: الرضوان للنشر والتوزيع.
15. مروان عبد المجيد ابراهيم. (2002). الموسوعة الرياضية لمحتدي الاعاقة. عمان: الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع.
16. مشعان بن الزين الحربي. (2000). اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى الاطفال المتخلفين عقليا مقارنة بالاطفال العاديين. الدورية السعودية للطب الرياضي ، 22-32.
17. نايف نزار القيسي. (2006). المعجم التربوي وعلم النفس. عمان: دار اسامة للنشر والتوزيع.
18. Derri, V. (2001). Effect.of A Music And. Movement. Programmer. ON development. OF.LOCOMOTOR SKILS BY CHILDREN 4TO 6Years of age Published. By-the physical Education. Association .of. the united kingdom vol6 .N01.

- 19.Hill, J. (2004). Physical activitey for health and fitness. Human Kinetices.
- 20.KASTANGO, K. (1991). Study of lhe effects of After-School Physical education Program on lhe self- Concept of Middle School- Emrstuden. Dissertation Abstracts International12-4289-A.
- 21.LEFORT, J. (2006). social interaction skills children with autism a script fading procedure for beginning readers. journal of applied.analysis.