تأثير ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية على تقدير الذات لدى الاطفال المعاقين بصريا (19 سنة)

أ .محمد تمار جامعةالمسيلة
أ . عزالدين رامي جامعة الجزائر

الملخص:
ان تربية الطفل المعاق تقوم على أ أس تربوية ونفس ية واجتماعية وجسمية وذلك في ضوء خصائص نمو ا أ لطفال جسمياً ونفس ياً واجتماعياً وعقلياً ، وتتضمن الطرق الحديثة في تعليم المعاقين بصرياً مع الطرق الرائدة في التركيز على تعليمهم من خلال تنمية حواسه ومهاراته الحركية و اكسابه السلوك الاجتماعي المقبول وزيادة معلوماته وتنمية قدراته العقلية والبدنية والنفس ية وحصيلته اللغوية من خلال الممارسة اليومية وفي ضوء خصائص نموه العقلي والبدني والنفسي والاجتماعي.
حيث هدفت هذه الدراسة الى ايجاد مدى تأأثير ممارسة ا أ لنشطة البدنية الرياضية على تقدير الذات لدى ا أ لطفال المعاقين بصرياً 9 21 ( )س نة، وهذا من خلال عدة تساؤلت تمحورة حول الفروق الفردية في مس تويات تقدير- الذات (الذات الأكاديمي والمظهر العام، الذات الاجتماعي والترويحي، المظهري وا أ لسري)وتم اس تخدام المنهج الوصفي التحليلي الملائم لهذه الدراسة، وشملت هذه الدراسة على عينة متكونة من 91 تلميذ من مدرسة الش بان المكفوفين بالعاشور الجزائر، حيث كان 11 تلميذ ممارس لهذه ا أ لنشطة و 11 تلميذ غير ممارس لهذه ا أ لنشطة وكانت
النتائج لصالح التلاميذ الممارسين ل أ لنشطة البدنية تمع لثبات الممارسين مما يثبت أ أهمية التدريب الرياضي لهذه الفئة التي هي في أ أم الحاجة لعادة ادماجها في الوجود والدور المنتظر منها.

المداخلة:

مقدمة: تمثل حاسّة البصر أهمية خاصة لكل فرد، حيث أنها تساعده على التفاعل الواقعي مع بيئته سواءًا كانت طبيعية أو اجتماعية، إذ أن حوالي ثلثي معلومات الفرد عن العالم المحيط به تأتي عن طريق حاسة البصر(مدحت محمد أبو النصر،2009: 27).

فالإنسان الذي يفقد بصره معناه يفقد قناة رئيسية من قنوات تواصله مع العالم من حوله، ويصبح مرغما على الاعتماد على الحواس الأخرى وخاصة حاستي السمع واللمس، ولكن هاتين الحاستين وغيرهما من الحواس الأخرى لا تعوضه بما يكفي ليكسب المعلومات مما يجعل خبرته محدودة كمًّا ونوعا(مدحت محمد أبو النصر،2009: 27).

ويكتسب الفرد من خلال حاسّة الإبصار أكثر من 80% من معلوماته ومن ثمّ فإن أيّ خلل في الجهاز البصري قد يؤثر على تطوره العقلي والحسي والنفسي لأن بيئته تصبح محصورة بما يمكنه لمسه أو سماعه أو شمّه وينعكس ذلك على كافّة نواحي حياته(السيد رمضان،1984: 15).

وقد سارعت المجتمعات الحديثة إلى الاهتمام بهاته الشريحة المناسبة ومحاولة مساعدتها ورعايتها لكي تصبح فئة عادية ومتّزنة، واستعانت هذه المجتمعات بما توصل إليه العلم الحديث من معلومات حول أنواع الإعاقة البصرية ، أسباب حدوثها، أثار فقدانها على الفرد والمجتمع، فتغيرت نظرات المجتمعات تجاههم(المعاقين بصرياً) وبدأ الاهتمام بضرورة توفير الخدمات اللازمة لإدماجهم وتكييفهم في المجتمعات وظهر هذا الاهتمام من خلال البحث على توفير سبل الراحة للمعاقين بصرياً خاصة في سن الطفولة(حلمي إبراهيم وليلى السيد،1998: 61).

ومن بين هذه الوسائل التي تساعد في إدماج المعاقين بصرياً نجد النشاط البدني الرياضي الأكثر انتشاراً في أوساط الشباب خاصة في المؤسسات والمدارس التربوية ومما يساعد على ذلك أنَّ النشاط البدني الرياضي يعدّ عاملا من عوامل الراحة الإيجابية النشطة التي تشكل مجالا هاما من وقت الفراغ، بالإضافة إلى ذلك يعتبر من الأعمال التي تؤدي للارتقاء بالمستوى الصحي والبدني للفرد وتكسبه القوام الجيد، وتمنح له الفرح والسرور، وتخلصه من التعب والكره، وتجعله قادرا على العمل والإنتاج(حلمي إبراهيم وليلى السيد،1998: 23).

وإذا كان النشاط البدني الرياضي يشكل محوراً جوهرياً من حياة الأطفال العاديين فإنه أجدرُ بأن يكون مجالا هاماً في تربية ورعاية الأطفال المكفوفين، إذ نجد جميع العمليات التربوية والأساليب المستخدمة في تربية هذه الفئة تقوم أساسا على اللعب والنشاط والحركة لأجل الترويح والتخلص من المكبوتات وخاصة في المراكز الخاصة التي نادت معظم الدراسات التي تناولت الإعاقة والأنشطة البدنية بأهميتها لذوي العاهات ومن بينهم الأطفال المعاقين بصرياً من أجل تنمية قدراتهم البدنية والعقلية وحتى الاجتماعية(حلمي إبراهيم وليلى السيد،1998: 23) وانطلاقا من أن النشاط البدني الرياضي له فائدة على تقوية العضلات والنمو الجسمي والحركي وزيادة التوافق العصبي وإيمانا منّا بأن له أثر

إيجابي في النمو الاجتماعي للطفل وخاصة في مرحلة الطفولة المتأخرة، التي يعد النمو الاجتماعي كأهم مظهر من مظاهر النمو فيها لدى الأطفال، وكذا يحتاج النجاح في حياة الفرد إلى تقدير كل واحد منّا قيمة ذاته،لأن ثقة الفرد في ذاته تمنحه تقديراً إيجابيا لذاته.

ويساهم تقدير الذات العام الجيد في الإحساس بالفعالية أو الاعتقاد أن الفرد يستطيع أن ينجز عمله وهو عامل هام في النجاح في عمله، كما يساهم في نمو هوية الذات ووجهات النظر المختلفة للأشخاص عن أنفسهم يشمل ذلك الشخصية والأدوار والعلاقات والخصائص الجسمية.

وقد أوضح جرونو واوجيست أن " الكفاءة البدنية تزيد من إيجابية تقييم مفهوم الذات البدني من جهة وتؤدي إلى تقدير ذات عام إيجابي من جهة أخرى لدى المعاقين بصرياً" (حلمي إبراهيم وليلى السيد،1998: 23).

وبناءا على ما سبق فإنه يمكن القول أن المعاق بصرياً يواجه مشكلة ناتجة عن هذه الإعاقة والتي بدورها تفقده الثقة في نفسه ولو بالقليل وكذا تؤثر على تقديره لذاته(حلمي إبراهيم وليلى السيد،1998: 56).

الإشكالية:

يعتبر النشاط البدني الرياضي من العمليات التربوية التي تنمي الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية لتحقيق النمو المتكامل للفرد.

فعندما تم صياغة الأسس والقوانين التي تنظم النشاط البدني الرياضي وجهت أهدافها وفلسفتها إلى أهداف سامية، واهتمت حديثا بمعالجة قضايا الإنسانية،ومنها بشكل خاص فئة ذوي الاحتياجات ،فأصبحت تهدف إلى مساعدة هذه الفئة في الاندماج في المجتمع،وتنمية الصفات المرغوبة لتشكيل شخصية الفرد المعوق،والتغلب على الآثار النفسية السلبية التي تفرضها الإعاقة.

ولقد اهتمت الدول المتقدمة بالأنشطة الرياضية لإدراكها بأنها تعد أفضل وسيلة لاستثمار الطاقة الزائدة والقضاء على تلك الآثار التي نجد منها الانطواء الانعزال... ومن خلال ممارستها يستطيع المعاق اكتساب العديد من القيم البدنية والخلقية والاجتماعية والمعرفية.

" يرى جون ديوي أن ممارسة هذه الانشطة يعد نشاطا هادفًا وبناءً إذ يساهم في تنمية المهارات والقيم والاتجاهات التربوية والمعرفية لدى الفرد الممارس لنشاطاته ومن ثم فإنه يسهم في تنمية وتطوير شخصية الفرد ".(كمال درويش، محمد الحمامي، 1997: 56)

" إنه لمن المسلمات التربوية أن لكل طفل الحق في ممارسة هذه الانشطة،ولا فرق في ذلك بين الطفل السويّ وغير السوي،بل إن معظم الدراسات التي تناولت الرياضة ، كانت تنادي بأهميتها للأطفال ذوي العاهات بصفة عامة والمكفوفين بصفة خاصة في نمو الجانب البدني والاجتماعي وحتى المعرفي،حيث أن النشاطات الرياضية بالنسبة للمكفوفين تعتبر جزء من حياتهم، وفضاءً واسعًا للتخلص من همومهم ومشاكلهم لذلك يجب الاهتمام بهذا الجانب بهدف تحسين حالتهم البدنية والاجتماعية والنفسية ".(محمد عادل الخطيب، كمال الدين زكي،1965: 116-117) .

وتعتبر الإعاقة البصرية حالة يفقد الفرد فيها القدرة على استخدام حاسة البصر بفعالية مما يؤثر سلبا في أدائه ونموه، " والطفل المعاق بصرياً هو الذي يحتاج إلى تربية خاصة بسبب مشكلاته البصرية الأمر الذي يستدعي إحداث تعديلات خاصة على أساليب التدريس والمنهاج ليستطيع النجاح تربويا".(منى صبحي،1998 :40)

بناءً على ما سبق فإن الإشكال في هذا البحث هو معرفة مدى تأثير ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية على تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً فئة (9-12سنة) وحتى نتمكن من الوصول إلى الإجابة على هذه الإشكالية بصورة موضوعية، ينبغي أن نعود إلى الطفل في حد ذاته لبحث واقعه من جهة خصائصه البدنية والاجتماعية ومدى تفاعله مع هذه الأنشطة من جهة أخرى.

وإيمانا منا بمدى تأثير ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية على تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً فئة(9-12 سنة) ، تطرقنا إلى تقديم دراسة عن هذا الموضوع انطلاقا من التساؤل العام التالي:

* هل تؤثر ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية على تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً(9-12 سنة)؟

إندرجت تحت هذا التساؤل العام عدة تساؤلات فرعية كالتالي:

1- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذات الاجتماعي والترويحي بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية وأمثالهم من غير الممارسين لها؟

2- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذات المظهري بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية وأمثالهم من غير الممارسين لها؟

2- الفرضيات:

2-1- الفرضية العامة:

للنشاط البدني والرياضي تأثير إيجابي على تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً الممارسين لهذه الانشطة،فالممارسين لهم مستوى مرتفع لتقدير الذات مقارنة بغير الممارسين.

وانطوت عن هذه الفرضية العامة عدة فرضيات جزئية جاءت كما يلي:

1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذات الاجتماعي والترويحي بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية وغير الممارسين لها ولصالح الفئة الممارسة.

2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذات المظهري بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية وغير ممارسين لها ولصالح الفئة الممارسة.

3- أسباب اختيار الموضوع:

* التعرف على مدى قيام مركز المكفوفين بواجبه الإدماجي تجاه هذه الفئة.
* إبراز أهمية ممارسة هذه الأنشطة داخل مراكز المكفوفين وأثره على تقدير الذات لدى هذه الفئة.
* لفت الانتباه إلى ضرورة الاهتمام ورعاية الأطفال المعاقين بصرياً بما أنهم جزء لا يتجزأ من المجتمع.

4- أهداف البحث:

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الأثر الذي يمكن أن تحدثه ممارسة الأنشطة الرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية، وكذا رفع مستوى تقدير الذات لدى عينة من الأطفال المعاقين بصرياً.

التعرف على العلاقة بين تقدير الذات والأنشطة البدنية والرياضية لدى الأطفال المعاقين بصرياً، وكذا التعرف على الفروق الفردية بينهم وذوو تقدير الذات الايجابي والسلبي، ودور كل من الأسرة والمراكز الخاصة وكذا جماعة الرفاق(الأصدقاء) في التأثير على تقدير الذات.

5- شرح المفردات والمصطلحات:

لقد وردت في بحثنا هذا عدة مصطلحات تفرض على الباحث أن يوضحها وأن يزيل عنها اللَّبْسَ والغموضَ حتى يتسنى للقارئ العام والخاص أن يستوعب ما جاء فيه دون عناء أو غموض أفهمها:

5-1- تقدير الذات:

عرف كوبر سميث تقدير الذات على أنه " تقييم يضعه الفرد لنفسه ويعمل على المحافظة عليه" ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو ذاته، كما يوضح مدى اعتقاد الفرد بأنه هام وقادر وناجح وكفؤ، أي أن تقدير الذات هو (حكم الفرد على درجة كفاءته الشخصية) كما يعبر عن اتجاهات الفرد نحو نفسه أو معتقداته عنها، وهكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين عن طريق التقارير اللفظية والسلوك الظاهر، كما عرفه روزنبرج "بأنه اتجاهات الفرد الشاملة سالبة كانت أو موجبة نحو نفسه" وعرفه زيلر " بأنه تقييم ينشأ ويتطور من خلال الإطار الاجتماعي للفرد"(عبد الفتاح دويدار، 1992 :40)

5-2- تعريف تقدير الذات إجرائيا:

{ هو التقييم الذي يضعه الطفل المعاق بصرياً لنفسه من خلال إجاباته على مجموعة العبارات الواردة في مقياس تقدير الذات للدكتور عبد الرحمان صالح الأزرق بعد تقنينه على البيئة الإسلامية والعربية والمستخدم في الدراسة الحالية}.

5-3- النشاط البدني الرياضي:

يرى" أمين أنور الخولي" أن استخدام كلمة النشاط البدني كتعبير يقصد به المجال الكلي و الإجمالي لحركة الإنسان،وكذلك عملية التدريب والتنشيط والتربص في مقابل الكسل والوهن والخمول.

وفي الواقع فإن النشاط البدني بمفهومه العريض هو تعبير عام يتسع ليشمل كل ألوان النشاط البدني التي يقوم بها الإنسان والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام،وهو مفهوم انثربولوجي أكثر منه اجتماعي،لأنه جزء مكمل،ومظهر رئيسي لمختلف الجوانب الثقافية لبني الإنسان،فنجد أنه تغلغل في كل المظاهر والأنشطة الاجتماعية(الخولي،1996: 22).

ويرى "تشارلز بيوتشر" أن النشاط البدني الرياضي ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة،وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية،وذلك عن طريق مختلف ألوان النشاط البدني الذي اختير بهدف تحقيق هذه المهام(محمود عوض بسيوني،1992: 09)

5-4- مفهوم الإعاقة:

إن مصطلح المعاق أصبح فيه خصخصة من مصطلح الإعاقة،فمصطلح المعاق يطلق على شخص ليس لديه القدرة على ممارسة نشاط أو عدة أنشطة أساسية للحياة العادية ناتج عن إصابة وظائفه الحسية أو العقلية أو الحركية، إصابة ولد بها أو لحقت به بعد الولادة. (عادل عبد الله، 2004: 59)

المعوق بصرياً:

هو الشخص الذي لا يستطيع أن يجد طريقه دون قيادة في بيئة غير معروفة لديه، أو كانت قدرته على الإبصار عديمة القيمة اقتصاديا، والمعوقون بصرياً أو المكفوفون هم: الأشخاص الذين فقدوا بصرهم كلية أو بلغت حدة الإبصار لديهم أقل من 20/2 في كلتا العينين معاً، أو في العين الأقوى بعد العلاج والتصحيح بالنظارات الطبية".(عادل عبد الله، 2004: 60)

6- المنهج المتبع:

انطلاقا من طبيعة الدراسة والبيانات المراد الحصول عليها لمعرفة مدى تأثير ممارسة النشاط البدني الرياضي على تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً (9-12) سنة, فقد استخدمنا "المنهج الوصفي" الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ويسهم بوصفها وصفها دقيقا, ويوضح خصائصها عن طريق جمع المعلومات وتحليلها وتفسيرها, ومن ثم تقديم النتائج في ضوئها".(عبيدات ، 1997: 188).

وانطلاقا من هذه الدراسة قمنا بدراسة استطلاعية لمدرسة الشبان المكفوفين بالعاشور(الجزائر العاصمة) من اجل تعيين مجتمع الدراسة الذي هو الفئة المراد تطبيق هذه الدراسة عليها من خلال المنهج المختار والمناسب لهذه الدراسة،فكان اختيار هذا المجتمع المكون من تلاميذ هذه المدرسة الممارسين والغير ممارسين للأنشطة الرياضية.

وبالتالي تم استخراج عينة البحث الممثلة للمجتمع الأصلي للبحث بطريقة عشوائية وضمت 47 تلميذ ممارس و47 تلميذ غير ممارس للأنشطة البدنية والرياضية داخل المدرسة .

7- ضبط المتغيرات لأفراد العينة:

لكي تكون نتائجها مستقلة عن أي متغيرات أخرى, أخذنا بعين الاعتبار ضبط المتغيرات بين أفراد المجموعتين لتحقيق التوازن بينهما من حيث السن, عدد السنوات داخل المدرسة, طبيعة الإصابة(مكتسبة, وراثية) والجدول التالي يبين الفروق بين مجموعتين.

الجدول رقم (01): يبين الجدول الفروق بين المجموعة الممارسة والغير الممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية:

المتغيرات		المجموعة الممارسة	المجموعة الغير ممارسة
السن		10.80	10.91
طبيعة الإصابة	مكتسبة	18	20
	وراثية	29	27
عدد السنوات في المدرسة		6سنوات و4 أشهر	6سنوات و8 أشهر

نلاحظ من خلال الجدول التالي أن متوسط السن للمجموعتين كان تقريبا متعادلا قدرة نسبته بـــ10,80 بالنسبة للعينة الممارسة و10,91 للعينة الغير ممارسة، بينما جاءت طبيعة الإصابة بين المكتسبة والوراثية حيث جاء العدد18 تلميذ لطبيعة الإصابة المكتسبة و29 تلميذ للوراثية وهذا بالنسبة للعينة الممارسة، أما فيما يخص العينة الغير ممارسة فقد جاءت كما يلي 20 للمكتسبة و27 للوراثية، أما عدد السنوات في المدرسة فتراوحت بين6 سنوات و4 أشهر بالنسبة للعينة الممارسة و6 سنوات و8 أشهر للعينة الغير ممارسة.

8- أدوات البحث:

إن أداة البحث وسيلة أو طريقة تستطيع من خلالها حل أو الإجابة عن مشكلة بحثنا بالاعتماد عليها وبالنسبة لبحثنا استخدمنا مقياس تقدير الذات.

8-1- وصف مقياس تقدير الذات:

مقياس تقدير الذات عبارة عن مقياس موضوعي لقياس درجة تقدير الذات حيث اعتمده العديد من الباحثين في مجال علم النفس وذلك في مختلف البيئات العربية والعالمية, ولكون فقرات المقياس ذات طبيعة موجبة وأخرى سالبة كان لزما على المفحوص قراءتها بتمعن، حيث يمكن تطبيق المقياس فرديا أو جماعيا، وعلى المجيب أن يجيب على كل عبارة بوضع علامة(×) في الخانة الموجودة أمام كل عبارة التي يراها تنطبق عليه أو لا تنطبق.(فاروق عبد الفتاح، محمد دسوقي،1987: 79)

إجراءات الدراسة:

*** الثبات:**

يعتبر ثبات الاختيار صفة أساسية، يجب أن يتمتع بها الاختيار الجيد إذ يعرفه مقدم عبد الحفيظ (1993) "بأنه مدى الدقة والاتساق واستقرار النتائج عند تطبيق أدوت جمع المعلومات على عتبة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين".(مقدم عبد الحفيظ،1993: 152)

أما في هذه الدراسة أعيد حساب ثبات مقياس تقدير الذات الذي أعده الدكتور "عبد الرحمن صالح الأزرق" والمطبق في بحثنا للتأكد من سلامته وملائمته لموضوع الدراسة, وذلك عن طريق تطبيق معامل α كرومباخ.

تم حساب معامل الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختيار (Test.Retest) لأننا بصدد دراسة عينتين مختلفتين(ممارسة وغير ممارسة) وكانت المدة بين التطبيق الأول والثاني 20يوم بين الدرجات الأولى والثانية لإيجاد الارتباط بين درجات المقياس ثم طبقنا علاقة معامل الثبات (α كرومباخ) من أهم مقاييس الاتساق الداخلي للاختيار المكون من درجات مركبة.

قمنا بتطبيق الخطوات السابقة مرة على العينة الممارسة (10) تلاميذ حيث بلغت قيمة(α كرومباخ) 0.98 وهي درجة دالة إحصائيا, ومرة على العينة الغير الممارسة (10) تلاميذ فكانت (α كرومباخ)0.98 وهي كذلك درجة دالة إحصائيا على العينة الكلية(20) تلميذ حيث بلغت قيمة(α كرومباخ) الإجمالية 0,98 كذلك هي درجة دالة إحصائيا على معامل ثبات مرتفع يطمئن ثبات المقياس ككل.

9- الأساليب الإحصائية المستعملة:

احتكم الباحث في بحثه هذا على الأدوات الإحصائية المتمثلة في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المؤوية وكذا معامل الارتباط البسيط لبيرسون مع اللجوء إلى استخدام برنامج حزمة الأدوات الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss من اجل تحديد قيمة "ت".

10- استعراض نتائج الدراسة:

الجدول رقم (02): يبين المقارنة بين المتوسط الحسابي الحقيقي والنموذجي للفقرات الخاصة بالفرضية الأولى لدى الفئتين الممارسين والغير ممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية:

الفقرات مع الترقيم	درجات المعاقين بصرياً الممارسين	درجات المعاقين بصرياً غير ممارسين
01- أحرص على إنجاز واجباتي المدرسية	94	60
05- أشعر أني طالب مجتهد	86	68
09- أفضل الاشتراك مع الآخرين في كثير من الأنشطة	88	75
17- أحرص على أن أكون متفوقا في دراستي	101	76
21- يعجب زملائي بأفكاري وآرائي	94	66
25- أعتقد بأني جيد في معظم الألعاب الرياضية الترويحية	96	52
28- أحصل على درجات جيدة في الاختبار	85	63
32- أنا أكثر تفوقا من زملائي في القسم	96	58
33- لدى القوة الجسمية المطلوبة للمشاركة في الأنشطة الرياضية الترويحية	110	59
36- أحب الامتحانات لأنها تظهر قدراتي	106	72
39- أحب أن أكون مميزا في القسم	116	72
43- أحب الاشتراك في النوادي الاجتماعية و الرياضية	120	53

المتوسط الحسابي الحقيقي للفئة الممارسة	X1 = 25.36
المتوسط الحسابي الحقيقي للفئة الغير ممارسة	X2 = 16.51
المتوسط الحسابي النموذجي	X = 20
المقارنة بينها	X2< X<X1

من خلال الجدول تتبين لنا أن درجات المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية تراوحت بين[85-120] بينما جاءت درجات الفئة الغير ممارسة للأنشطة الرياضية تراوحت بين [52-76] ، في حين نجد المتوسط الحسابي الحقيقي لفقرات هذا البعد قدر بـــ (25.36) للفئة الممارسة و(16.51) بينما المتوسط الحسابي النموذجي قدر بـــ (20) أي (16.51<20<25.36) .

ومن خلال مقارنة المتوسط الحسابي الحقيقي بين العينتين يتبين لنا أن المتوسط الحسابي الحقيقي للمعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية كان أكبر من قيمة المتوسط الحسابي الحقيقي لدى الفئة الغير ممارسة أي (16.51<25.36) وهذا على مستوى بعد الذات الاجتماعي والترويحي، مما بين أن ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية تساهم في إخراج المعاق بصرياً من دائرة احتقاره لنفسه ، وكذا قدراته العقلية والفكرية وحتى الجسمية والتي تدفعه إلى محاولة الرفع من درجة ثقته بنفسه وتقيمه الايجابي لإمكانياته الذاتية وصقلها، وكذلك إثبات وجوده اجتماعيا.

دراسة دلالة الفروق في مستوى تقدير الذات الاكاديمي والمظهر العام بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية .

الجدول رقم (03): يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T فيما يخص بعد تقدير الذات الاجتماعي والترويحي .

المعاملات الإحصائية / أبعاد تقدير الذات	المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة		المعاقين بصرياً الغير ممارسين للأنشطة		اختبار(T)		درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
	X_1	S_1	X_2	S_2	T محسوبة	T مجدولة			
بعد تقدير الذات الأكاديمي والمظهر العام	99,33	11,50	64,50	8,27	7,93	2,00	45	0,05	دال

نلاحظ من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول رقم (03) أن المتوسط الحسابي لدرجات المعاقين بصرياً على مستوى بعد تقدير الذات الاجتماعي والترويحي عند فئة المعاقين بصريا الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية قد بلغ (99,33) وذلك بانحراف معياري قدر بـ (11,50) بينما بلغ المتوسط الحسابي عند الفئة الغير ممارسة للأنشطة البدنية والرياضية (64,50) وهذا بانحراف معياري قد بلغ (8,27).

عند مقارنة المتوسطات الحسابية للعينتين يتبين أن درجات فئة المعاقين بصريا ً الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية كانت أكبر من درجات الفئة الغير ممارسة أي (99,33>64.50)كما جاءت قيمة الانحراف المعياري كبيرة للفئة الممارسة مقارنة بالفئة الغير ممارسة أي(11,50>8,27) ،ومن جهة أخرى جاءت قيمة T المحسوبة أكبر من قيمة T المجدولة أي (7,93> 2.00) وهذا عند مستوى الدلالة (0.05).

*** عرض وتحليل نتائج بعد** تقدير **الذات الأسرية**

الجدول رقم (04): يبين المقارنة بين المتوسط الحسابي الحقيقي والنموذجي للفقرات الخاص بالفرضية الثانية لدى الفئتين الممارسين والغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية.

الفقرات مع الترقيم	درجات المعاقين بصرياً الممارسين	درجات المعاقين بصرياً الغير ممارسين
24- أعامل أهلي بطريقة لا تليق بهم	80	75
31- علاقتي مع إخوتي حسنة	82	59
35- لدي رأي في الموضوعات الخاصة بالأسرة	88	53
40- أستشير أسرتي عند القيام بأمر من الأمور الهامة	96	55
42- أتضايق من زيارات الأقارب	88	52
46- يسعدني دائما حضور الجلسات العائلية مع أفراد أسرتي	85	59
المتوسط الحسابي الحقيقي للفئة الممارسة	X1 = 11.04	
المتوسط الحسابي الحقيقي للفئة الغير ممارسة	X2 = 7.51	
المتوسط الحسابي النموذجي	X = 10	
المقارنة بينهما	X2< X<X1	

يوضح لنا الجدول رقم (04) أن درجات المعاقين بصرياً الممارسين والغير ممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية قد تفاوتت من حيث الدرجات، وهذا على مستوى بعد تقدير الذات المظهري، حيث انحصرت بين [80-96] للفئة الممارسة و[52-75] للفئة الغير ممارسة.

أما في ما يخص نتائج المتوسطات الحسابية نجد أن المتوسط الحسابي الحقيقي لدرجات المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية قدر بـ (11,04) بينما للفئة الغير ممارسة فقدرة بـ(7,51) أما المتوسط الحسابي النموذجي قدر بـــــ (10) وعند مقارنة نجد (7,51<10<11,04) وهذا على مستوى نفس البعد.

دراسة دلالة الفروق في مستوى تقدير الذات الأسرية بين المعاقين بصرياً الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية .

الجدول رقم (05): يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T فيما يخص بعد الذات المظهري.

المعاملات الإحصائية / أبعاد تقدير الذات	العينة المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة		العينة المعاقين بصرياً الغير ممارسين للأنشطة		اختبار(T)		درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
	X1	S1	X2	S2	T محسوبة	T مجدولة			
بعد تقدير الذات الأسرية	86,50	5,64	58,83	8,44	5,23	2,00	45	0,05	دال

تبين لنا نتائج الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لدرجات المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية قد بلغ على مستوى بعد تقدير الذات المظهري (86,50) وذلك بانحراف معياري قدر بـــ (5,64) بينما نجد المتوسط الحسابي لعينة المعاقين بصرياً الغير ممارسين للأنشطة الرياضية قد بلغ (58,83) وهذا بانحراف معياري قد بلغ (8,44).

عند مقارنة نتائج المتوسطات الحسابية نجد أن المتوسط الحسابي للعينة الممارسة أكبر منه عند العينة الغير ممارسة أي (58,83<86,50) ، كما نجد الانحراف المعياري للعينة الممارسة أكبر منه عند العينة الغير ممارسة (5,64<8,44).

أما فيما يخص اختبار (T) نجد أن قيمة T المحسوبة على هذا البعد ة المقدرة بـ(5,23) فقد جاءت أكبر من قيمة T المجدولة المقدرة بـ (2,00) وهذا عند مستوى الدلالة (0.05)..

تفسير ومناقشة النتائج

1- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

من اجل التحقيق من درجة صحة الفرضية الأولى التي مفادها انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذات الأكاديمي والمظهر العام بين العينتين(الممارسة والغير ممارسة) للأنشطة البدنية والرياضية وهذا ما أظهرته النتائج المتحصل عليها من تحليلينا لنتائج الاستبيان ومن هذا نستطيع إثبات هذه الفرضية.

من خلال ما سبق نستنتج أن المعاقين بصريا الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية لهم تقدير ذات ايجابي مقارنة بغير الممارسين وهذا يظهر الأهمية والدور الفعال لممارسة هذه الأنشطة.

هذا ما أكدته دراسة (غندير نو الدين سنة 2004) من خلال تناوله لموضوع اثر ممارسة النشاط الرياضي الترويحي على النمو الاجتماعي للأطفال المتخلفين عقليا تخلف عقلي بسيط(9-12)سنة حيث توصل إلى أهمية النشاط الرياضي الترويحي للعاديين عامة والمتخلفون عقليا خاصة حيث انه يتناسب مع مستواهم وقدراتهم المحدودة وهو الذي لا يتطلب التحديد والدقة والانضباط في القوانين والوقت وليس هدفه الربح وتحقيق النتيجة بخلاف النشاط الرياضي التنافسي.

من خلال النتائج المتحصل عليها وحسب ملاحظتنا للفروق يمكن القول انه قد تحققت نتائج الفرضية الأولى.

تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

وهي درجة دالة إحصائيا على وجود فروق بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية والغير ممارسين لنفس هذه الأنشطة هذا من جهة، ومن جهة أخرى جاء الفرق بين المتوسطات ذو دلالة إحصائية عند نفس المستوى وهذا لصالح العينة الممارسة للأنشطة الرياضية .

من خلال ما سبق وعند قراءتنا للنتائج المحصل عليها يتضح لنا أن التقدير الايجابي لفئة المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية على مستوى بعد تقدير الذات الأسري كان أكبر من المستوى المسجل لدى فئة الغير ممارسة،هذا يدل على الدور الهام والفعال للأنشطة البدنية والرياضية. تعد هذه النتيجة منطقية للشخص الأكثر تقديراً لذاته من ناحية لأن تقدير الذات الأسري يتعلق بالذات الجسمية من حيث الشكل والحجم والوزن وجاذبية الجسم والكفاءة الرياضية , فتقدير الفرد لذاته يرتبط إيجابيا بتوافقه الصحي والاجتماعي والانفعالي، وهذا ما يجعل الفرد يُقبل على ممارسة الأنشطة الرياضية عموماً بدافعية وإيجابية خصوصاً للاستثمار الفعال لوقت الفراغ والابتعاد عن الآفات السلبية التي تضر بالفرد والمجتمع وكذلك الخروج من العزلة والانطواء وزيادة القدرات والعلاقات الاجتماعية التي تعود بالنفع للفرد المعاق والمجتمع الذي يعيش فيه.

إذاً من خلال كل ما تقدم ذكره وتحليله لنتائج محور بعد تقدير الذات الأسري نستنج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المعاقين بصرياً الممارسين للأنشطة الرياضية وغير الممارسين لهذه الأنشطة وعلى مستوى هذا البعد ، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثالثة التي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى تقدير الذات المظهري بين المعاقين بصرياً الممارسين والغير الممارسين للأنشطة الرياضية ولصالح فئة الممارسين.

- الاستنتاج العام

يعتبر فقدان حاسة البصر أمر صعب المراس على المجتمع عموماً وعلى الفرد خصوصاً،وذلك من خلال عديد المشكلات والمواقف التي يتعرض لها الفرد المعاق من خلال تفاعلهم مع من حولهم من الأفراد سواء في الأسرة أو المدرسة أو حتى في نطاق المجتمع.

مشكلة فقدان البصر ليست عرضية في حد ذاتها،بل هي ذات طابع نفسي واجتماعي مما يحتم توفير كل السبل التي تتيح الفرص للمعوقين بصرياً،لكي يشقوا طريقهم في الحياة لتأدية وظائفهم ويحققوا ذواتهم داخل هذا المجتمع.

لذلك سارعت المجتمعات الحديثة للاهتمام بهذه الشريحة وإدماجها في المجتمع باعتبارها ثروة إنسانية فاعلة يمكن استثمارها وتوجيهها لتكوين مواطنين صالحين وعناصر قوية في المجتمع بالاعتماد على كافة الأجهزة والمؤسسات التربوية والتأهيلية لمساعدة هؤلاء الأطفال.

ومنه جاء موضوع بحثنا الذي نرمي من خلاله إلى مساعده هذه الشريحة على تطويرها ونموها السليم، وكذا فرض أنفسهم كأشخاص أسوياء من خلال اقتراح الأنشطة الرياضية لإثبات والرفع من تقدير ذاتهم.

ومن خلال تحليلنا للنتائج المتحصل عليها نستنتج ما يلي:

تلعب الأنشطة البدنية والرياضية دور هام وفعال في تقدير المعاق بصرياً لذاته.

تساهم الأنشطة البدنية والرياضية في القضاء على الانطواء والعزلة والهروب من الواقع والتخوف منه.

تساعد هذه الأنشطة المعاق بصرياً من إثبات وجوده وأهميته في المجتمع.

تساعد هذه الأنشطة المعاق بصرياً في عمل الأجهزة الحيوية بشكل جيد وفعال مثل: دقات القلب والكبد والدورة الدموية وكذا المحافظة على الأعضاء الجسمية مثل: اليد والرجلين ... من الضمور والنحافة .

تقوي هذه الأنشطة العلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي والتأثير والتأثر وكذا تقبل الفوز والخسارة.

- تساهم هذه الأنشطة في حصول المعاق بصرياً على درجات عليا في الامتحان من خلال بث فيه روح الجد والعمل والتطلع إلى مستقبل زاهر مثله مثل الأشخاص الأسوياء.

الخاتمة

في ختام هذه الدراسة والتي كان الغرض منها معرفة مدى تأثير الأنشطة البدنية والرياضية على تقدير الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً،وفي حدود هذه الدراسة توصلنا إلى أنه توجد علاقة إرتباطية بين ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية ومستوى تقدير المعاق بصرياً لذاته،فالممارسين لهم مستوى مرتفع مقارنة بغير الممارسين، وهذا من خلال النتائج المتحصل عليها في الدراسة الميدانية والتي اعتمدنا فيها مقياس

تقدير الذات للدكتور عبد الرحمان صالح الأزرق، فيما تم تطبيق هذا المقياس على عينتين إحداهما ممارسة وأخرى غير ممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية، ومنه تم صياغة فرضيتين جزئيتين وضعت كحلول مؤقتة وهي كمايلي:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى الذات الأكاديمي والمظهر العام بين المعاقين بصرياً الممارسين وغير الممارسين الأنشطة البدنية والرياضية ولصالح الفئة الممارسة.

وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى الذات الأسرية بين المعاقين بصرياً الممارسين وغير الممارسين الأنشطة البدنية والرياضية ولصالح الفئة الممارسة.

ومن خلال تحليلنا للنتائج المتحصل عليها في ختام هذه الدراسة والتي أثبتت أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين (الممارسة والغير ممارسة) على مستوى كل من الذات الأكاديمي والمظهر العام،والذات الأسرية ،فقد جاءت النتائج كلها لصالح العينة الممارسة عند نفس مستوى الدلالة(0,05)وهذا ما يثبت صحة الفرضيات الجزئية وبالتالي تقبل صحة الفرضية العامة.

المراجع:

1- مدحت محمد أبو النصر(2009): الإعاقة والمعاق رؤية حديثة ، المجموعة العربية للتدريب، القاهرة.

2- السيد رمضان(1984):إسهامات الخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الفئات الخاصة، دار الفكر العربي، القاهرة.

3- حلمي إبراهيم، ليلى السيد فرحات (1998) : التربية الرياضية و الترويح للمعاقين، دار الفكر العربي، القاهرة، الطبعة الأولى.

4- محمد عادل الخطاب،كمال الدين زكي(1965):التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية،دار النهضة العربية،القاهرة، الطبعة الأولى.

5- كمال درويش،محمد الحمامي(1997): رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، الطبعة الأولى.

6- منى صبحي الحديدي(1997): الإعاقة البصرية،كلية العلوم التربوية الأردن، الطبعة الأولى.

7- عبد الفتاح محمد دويدار (1992) : سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات دار النهضة العربية، بيروت، بدون طبعة.

8- عادل عبد الله محمد(2004): الإعاقات الحسية، سلسلة ذوي الاحتياجات الخاصة، دار الرشاد القاهرة بدون طبعة.

9- عمار بوحوش (1995) : مناهج البحث العلمي و طرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجزائرية، الجزائر.

10- فاروق عبد الفتاح،محمد أمين الدسوقي(1987):مناهج البحث في علم النفس، دار المعرفة،مصر، الطبعة الثانية.

11- مقدم عبد الحفيظ (1993) : الإحصاء و القياس النفسي و التربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، بدون طبعة