

المعوق و النشاطات البدنية و الرياضية.

الأستاذ : بشير حسام.
أستاذ مساعد بجامعة العربي بن مهيدي،
أم البواقي.

الملخص

يدرس هذا الموضوع المعوق وعلاقته بالنشاطات البدنية والرياضة كما يؤكد على الجانب الترويحوي في حل مختلف المشاكل النفسية والحركية لهذه الفئة من المجتمع .
وقد حاول هذا الموضوع ابراز عدد من التعاريف والمفاهيم الخاصة بالمعوق وعلاقة الخاصة بنوعية النشاط البدني الرياضي .

Résumé

Le sujet étudie la relation de l'handicapé avec les activités physiques et sportives. Ce dernier met l'accent sur l'aspect récréatif pour mettre fin aux difficultés psychomotrices de cette frange de société.
Dans ce contexte, l'auteur a essayé de d'apporter plus d'informations sur les définitions et les concepts inhérents à l'handicapé en relation avec les activités physiques et sportives.

المعوق والنشاطات البدنية والرياضية

مقدمة:

يعتبر ميدان التربية الخاصة أو الإعاقة بشكل عام أحد الميادين الحديثة التي لاقت اهتماما متزايد من قبل المختصين والعاملين في هذا المجال. وقد شهد تطور هذا الميدان انطلاقة قوية وسريعة نتيجة لعوامل ومتغيرات اجتماعية عديدة منها عوامل إنسانية و أخلاقية و خاصة نفسية فالإعاقة تجعل الإنسان مضطربا نفسيا وجسديا وذلك ما يزيد من تدهور حالته فيكتسب مع الزمن سمات كالحزن، الشعور بالنقص وذلك لاختلافه عن غيره داخل الوسط الذي يعيش فيه فقد يجدانه غير مرغوب فيه بين أسرته حتى وإن بذلت الأسرة وكذلك مربيه داخل المركز ما بوسعهم من أجل إسعاده فهو يقرؤها على أساس الشفقة .

هذه المشاكل النفسية لا بد لها من حل يخفف منها أو يقضي عليها تماما ومن بين هذه الحلول ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية الترويحية .

إن مشاركة المعاق في الأنشطة الرياضية الترويحية تعود عليه بالفائدة أول هاته الفوائد تنعكس على القدرة الحركية والفسولوجية، وهذا بالطبع يساعد الشخص المعاق على مواجهة ظروف الحياة بأسلوب أسهل، وكذلك إعطاء المعوق قدر لا بأس به من الثقة في النفس ويتوقف هذا على نوع النشاط وقدرة المعوق على النجاح فيه، لذلك من المهم أن يكون المربي واعيا لهذه النقطة فكما يقال في علم النفس «لا شيء ينجح مثل النجاح نفسه» لذلك على المربي أن يعطي المعوق قدرا من النشاط الذي يستطيع أن ينجح فيه.

فالمعوق الذي يثق في نفسه يصبح عضوا فعالا في الدوائر الاجتماعية المحيطة به، أول هذه الدوائر في العائلة تليها المدرسة ثم الحي ثم المجتمع بأكمله. وإذا تمكن المعوق بمساعدة مربيه من أن من جسده ويثق في نفسه ويصبح عضوا فعالا في مجتمعه فهناك عائد اقتصادي محلي وقومي على الأقل يقلل من اعتماده على المجتمع اعتمادا كليا حيث يمكنه أن يقوم بعمل ما ويستطيع أن يؤدي مهمة بنفسه وهكذا....

وفي وقتنا الحاضر ما فتى الخبراء و الباحثون في ميدان الرياضة والترويح

وغيرهم يمدوننا بأحدث الطرق و المناهج الترويحية، مستنديين في ذلك إلى جملة من العلوم والأبحاث الميدانية التي جعلت الفرد الممارس لنشاطه موضوعا لها ، هذا ما جعل الدول المتقدمة تشهد تطورا مذهلا في مجال الترويح، من أجل ذلك يأخذ الترويح قيمة وأهمية في الحياة المجتمعات الحديثة، وفي مخططاتها لمستقبل أفضل. إن النشاط البدني الرياضي التروحي يعد وسيلة ناجحة للترويح النفسي للمعاق فهو يكتسب خبرات تساعده على التمتع بالحياة والتخلص من عقدة الشعور بالنقص والتخفيف من حدة درجة العقل ويتعدى أثر المهارات الترويحية إلى الاستمتاع بوقت الفراغ في تنمية الثقة بالنفس والاعتماد على ذات الروح الرياضية والعمل والصدقات تخرجه من عزلته وتدمجه وفي المجتمع، فيجب إعطاء الأهمية الكبيرة للنشاط البدني الرياضي التروحي وذلك للدور الذي يمكن أن يلعبه في التغلب على المشاكل النفسية. وإحساسا من الباحث بأهمية هذا الجانب، جعلنا نتطرق إلى هذا البحث والذي يتناول أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي التروحي في التقليل من المشاكل النفسية عند الرياضي المعاق فهو موضوع يكتسي أهمية بالغة وذلك لإعطاء المعوق حقه كباقي الأسوياء والتغلب على مشاكله النفسية.

وستشتمل دراستنا على بابين :

الباب الأول : تمثل في الدراسة النظرية وأشتمل على أربعة فصول.

الفصل التمهيدي : احتوى على مقدمة البحث ، الإشكالية، الفرضيات و الأهداف التي نرجوا الوصول إليها من خلال الدراسة، والتعريف بمصطلحات البحث و تحليل ومناقشة الدراسات السابقة.

أما الفصل الأول : تطرقنا فيه إلى النشاط الرياضي التروحي عند المعوقين، مفهومه وأهميته ممارسته.

أما الفصل الثاني : فهو الإعاقة والمعوق وتطرقنا فيه إلى تحديد هذا المفهوم بدقة ومعرفة أهم الأسباب المؤدية إلى الإعاقة، ونظرة المجتمع والأسرة إليه كما تطرقنا الى دراسة تحليلية للإعاقة الحركية .

أما الفصل الثالث : تطرقنا إلى أهم المشاكل التي يتعرض لها المعوق من انفعال وضعف الثقة في النفس وزيادة حالة القلق.

أما الفصل الرابع : تطرقنا فيه إلى دور المربي في إخراج المعوق من أزمته ومشاكله النفسية.

الباب الثاني : وهو الجانب التطبيقي وأشتمل على فصلين :

الفصل الأول : الطريقة المنهجية المستخدمة في البحث وتطرقنا إلى المنهج المتبع و الدراسة الاستطلاعية وعينة البحث ومصادقية أدوات البحث.
أما الفصل الثاني : تطرقنا فيه إلى تحليل ومناقشة النتائج .

1- إشكالية البحث :

يقصد بالمعوقين الأشخاص الذين لهم قصور نتيجة مرض عضوي أو حسي أو عقلي أو حركي، حيث قد يرجع ذلك إلى أسباب وراثية أو مكتسبة كما قد يحدث نتيجة أمراض أو حوادث مما يعجز الفرد على أداء متطلباته الأساسية مما يؤثر على نموه الطبيعي أو قدرته على التعليم أو مزاوله العمل أو تكيفه الاجتماعي.

تنتج الإعاقة آثارا نفسية قد تحدث تغييرات كبيرة في شخصية الفرد لذلك يجب توفير الرعاية النفسية المناسبة للمعاقين، وبالطبع يوجد اختلاف بين المعاقين في تقبلهم للإعاقة، كما قد تبرز لديهم سمات شخصية معينة بصورة واضحة مثل : التبعية أو القلق الشديد وضعف الثقة في النفس...، وهذه السمات تنشأ من الإحباط المتكرر والفشل في مواجهة متطلبات الحياة بصورة عادية كما قد يلجأ بعض المعاقين إلى الحد من النكوص، ومحاولة التعويض و اندماجه ضمن الجماعة.

إن المدرسة والأسرة يقدمان العون للمعوق للتخلص من هذه المشاكل كالانتفاع بكل أوقاته حتى لا يصبح خاملا، أو يحيد عن الطريق السوي فيفسد، وتقدر المجتمعات الناهضة في هذا الاتجاه فتهتم بالأوقات الحرة وإلحاقها بالترويح.

يرى جون ديوي أن الترويح يعد نشاطا هاما وبناءا إذ يساهم في تنمية المهارات والقيم والاتجاهات التربوية والمعرفية لدى الفرد الممارس لنشاطاته، ومن ثمة فإنه يساهم في تنمية و تطوير شخصية الفرد.

إن للنشاط الرياضي التروحي أهمية وأثر على نفسية المعوق من خلال تنمية كفاءاته وتحسين مردوده من خلال التخلص من المشاكل النفسية، ويهدف إلى توجيه المعوقين بهدف الارتقاء بقدراتهم في مواجهة المشكلات، بالرجوع إلى العقبات التي قد تعترضهم كما يساعدهم على

اكتساب خبرات وأنماط سلوكية حميدة، والتمسك بالعادات الحسنة، ونمو العلاقات الاجتماعية الطيبة.¹¹

ومن خلال دراساتها الاستطلاعية، وزياراتها الميدانية لعدد من المراكز الخاصة بالمعاقين حركيا، وملاحظاتنا لواقع النشاط الرياضي الترويحي داخل هذه المراكز، لاحظنا إهمالا لرعاية هذا الجانب، فممارستهم للنشاط الرياضي يكاد يكون منعدما وهذا راجع إلى القائمين على رعاية هذه المراكز الذين ليست لديهم دراية بأهمية النشاط الرياضي الترويحي. وقصد إنارة هذا الموضوع قمنا بطرح الإشكالية مقدما إياها كالتالي :

- هل للنشاط الرياضي الترويحي أهمية في التقليل من المشاكل النفسية عند الرياضي المعاق ؟

ومن خلال هذه الإشكالية يمكن صياغة التساؤلات الجزئية التالية :

1- هل للنشاط الرياضي الترويحي دور في شعور الرياضي المعاق بالثقة بالنفس ؟

2- هل للنشاط الرياضي الترويحي دور في تقليل الرياضي المعاق لدرجة القلق ؟

3- هل للمربي التربوي دور في التقليل من المشاكل النفسية التي يتعرض لها الرياضي المعاق ؟

2- الفرضية العامة :

للسنشاط الرياضي الترويحي دور في التقليل من المشاكل النفسية عند الرياضي المعاق .

الفرضيات الجزئية :

- للنشاط الرياضي الترويحي دور في شعور المعوق حركيا بالثقة بالنفس .
- للنشاط الرياضي الترويحي دور في التقليل من درجة القلق عند المعاق حركيا.

- للمربي التربوي دور في التقليل من المشاكل النفسية التي يتعرض لها المعاق حركيا.

11. حملي إبراهيم، ليلي السيد فرحات، التربية البدنية والترويح للمعاقين، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988، ص37

3 - أهداف البحث :

يمكن حصر أهداف بحثنا هذا في كونه عبارة عن دراسة تحليلية تبين أهم المشاكل النفسية التي يتعرض لها المعاق حركيا داخل المراكز الخاصة من جانب وأهمية ممارسة للنشاط الرياضي الترويحي للتخلص من هذه المشاكل النفسية من جانب آخر.

وللتوضيح أكثر فإن هذا البحث يهدف إلى :

- معرفة واقع ممارسة النشاط الرياضي الترويحي داخل المراكز الخاصة بفئة المعوقين حركيا .
- التعرف على تصنيف مختلف المشاكل التي يتعرض لها المعوق حركيا داخل المراكز الخاصة بهم .
- إثبات أن لممارسة النشاط الرياضي الترويحي دور في التغلب على المشاكل النفسية التي يتعرض لها المعوق حركياً.
- ★ ملئ النقص الملموس في مكتباتنا في مواضيع النشاط الرياضي الترويحي للمعوقين .

4- أسباب اختيار الموضوع :

ومن خلال ملاحظتي لقلة الاهتمام بالمعاقين من هذا الجانب، أي المشاكل النفسية دفعتني للاهتمام وإيجاد حل للتخلص أو التخفيف من هذه المشاكل فكان النشاط الرياضي الترويحي نصيب في هذا المجال خلال ممارسة المعوق النشاط الرياضي الترويحي وذلك بالخروج من العزلة والتخلص من مختلف المشاكل النفسية.

5- تحديد المفاهيم والمصطلحات :

1. الترويح : يحتل الترويح مكانا هاما في تنشئة الشباب والنهوض بهم إلى مستوى أفضل، يجعلهم قادرين على العيش بطريقة أفضل، ويمكنهم من التكيف مع البيئة و المجتمع لتصريف طاقاتهم بطريقة صحية تناسب ميولهم.

2. الإعاقة: الإعاقة هي عدم قدرة الفرد على تأدية عمل يستطيع غيرهم من الناس تأديته ويصبح العجز إعاقة عندما يحد من قدرة الفرد على

القيام بما هو متوقع منه في مرحلة معينة، والإعاقة هي حالة من الضرر البدني أو العجز.¹²

3. **الإعاقة الحركية :** المعاق حركيا هو الشخص الذي يعاني من درجة من العجز البدني أو سبب يعيق حركته و نشاطه نتيجة لخلل أو عاهة أو مرض أصاب عضلاته أو مفاصله أو عظامه بطريقة تحد من وظيفته العادية، وبالتالي تؤثر على العملية التعليمية وممارسة حياته بصفة طبيعية.

4. **المربي :** ويعمل تحت إشراف مباشر ويكون مسئولا عن نمو وتنظيم وريادة مختلف الأنشطة في أحد المراكز الخاصة بالمعاقين، وعن الأعمال المرتبطة بذلك في المجتمع.

5. **القلق :** شعورا بالارتباك و التوتر، والإحساس بوقوع الخطر عندما يظهر هذا الشعور عند الفرد دون وجود سبب واضح في البيئة المحيطة به لحدوثه وعندما يتكرر حدوثه، فيعوق حياة الفرد العادية ويسبب سوء التكيف.

6. **الثقة في النفس :** تقدير الفرد لذاته سواء أكان مضمرا في نفسه أم معلنا صراح أمام الآخرين لأنه يمكنه النجاح في القيام بالسلوك والتصرفات والأعمال التي تحتاج إلى إمكانيات وقدرات عالية يتميز هو بها، لا تتوافر كثيرا في من حوله.¹³

12. د. مروان عبد المجيد إبراهيم، الموسوعة الرياضية لمتحدي الإعاقة، دار الثقافة، ط1، عمان، 2002، ص.79

13. فرج عبد القادر طه، موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، دار غريب، ط2، القاهرة، 2003، ص 289.

6- منهج البحث :

نظرا لطبيعة موضوع بحثنا ومشكلاته المتعلقة بأهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي، إعتد الباحث على المنهج الوصفي، الذي يقوم على دراسة تحليل وتفسير الظاهرة من خلال تحديد خصائصها وأبعادها، ووصف العلاقات بينها بهدف الوصول إلى وصف علمي متكامل.¹⁴

والمنهج الوصفي يقوم بجمع البيانات وتصنيفها، ومحاولة تفسيرها وتحليلها من أجل قياس ومعرفة أثر وتأثير العوامل على هذه الظاهرة محل الدراسة بهدف استخلاص النتائج ومعرفة كيفية الضبط، والتحكم في هذه العوامل.¹⁵

❖ إستمارة الاستبيان :

موجهة للمربين الذين يزاولون عملهم بالمركز التربوي فقد قمنا بتوزيع استمارات الاستبيان على المربين لمعرفة آرائهم خاصة حول النشاط الرياضي الترويحي الموجه لفئة المعوقين حركيا ومعرفة اقتراحاتهم حول أهمية هذا النشاط من الناحية النفسية خاصة كذلك الدور الذي يلعبه المربي في التقليل من المشاكل النفسية التي تصادف هذه الفئة ولهذا الغرض قمنا بتوزيع الاستمارات على 20 مربيا والتي كانت تتركز على مايلي :

★ الأنشطة الترويحية التي يفضل ممارستها.

★ الجانب النفسي.

★ الجانب الذي يخص المربي.

❖ الدراسة الاستطلاعية :

إن إجراء الدراسات الاستطلاعية يعد أمرا ضروريا في كثير من البحوث، لأنها الأساس في العمل وتكمن كذلك في معرفة الصعوبات سواء في تحديد المشكلات الهامة ذات القيمة العلمية أو في التعرف على ظواهر الجديرة بالدراسة وبالظروف المحيطة بها، إضافة إلى الصعوبات المتعلقة بمنهج البحث والأدوات المستخدمة والعينة المختارة ومجالات الدراسة وطرق جمع المعلومات ومعالجتها.

14. خالد محمد: منهج البحث العلمي، دار ربحانة للنشر والتوزيع ط1، 2003، ص 31.
15. رابح تركي : مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، 1984، 23.

❖ عينة البحث

✓ كيفية اختيارها:

بعد زيارتنا الميدانية للمركز التربوي للمعاقين حركيا بولاية أم البواقي وملاحظتنا الميدانية للإهتمام الكبير الذي يولونه للنشاط الرياضي الترويحي وجعله من أهم أولوياتهم، ثم اختيار عينة البحث من المعاقين المتمدرسين داخل هذا المركز، حيث بلغ عدد المعاقين حركيا في هذا المركز بـ : 120 معاق، تم اختيار 40 منهم وهم معوقون حركيا إعاقة «مبتور الساق»، وقد وقع اختيارنا على هذا المركز لأن المعاقين في هذا المركز يمارسون النشاط الرياضي الترويحي يوميا بمعدل 1 ساعة يوميا.

✓ المجال المكاني:

نظرا لكون أفراد العينة هم متمدرسون بالمركز التربوي، فقد تم القيام بالدراسة الميدانية بهذا المركز التربوي المتواجد بولاية أم البواقي، والذي افتتح أبوابه سنة 1991، أثبت جدارته في عدة مشاركات جهوية ووطنية للألعاب المدرسية لرياضة المعوقين حركيا، حيث تحصلوا على نتائج جيدة.

يضم هذا المركز 120 طفل معوق حركيا، يؤطّرهم 20 مربّي تتواجد به قاعة للرياضة وملعب، بالإضافة لممارستهم للنشاط الرياضي فهم يمارسون الأنشطة الترويحية الأخرى كالمسرح، الموسيقى، الشعر...، وقد قمنا بتوزيع المقاييس بمساعدة المربية الذين قدموا لنا المساعدة، بالإضافة إلى توزيع الاستبيان على المربين وقد تمت العملية بنجاح وفي وقت وجيز.

✓ المجال الزمني:

كان الانطلاق في العمل بالجانب النظري، ثم تلى ذلك الجانب التطبيقي الذي لم يستغرق وقتا طويلا.

فكانت بداية الجانب النظري بداية من سبتمبر 2005.

أما الجانب التطبيقي فكان بداية من شهر جانفي 2006.

✓ مقياس القلق:

مقياس القلق المستعمل في هذه الدراسة صممه «سبيلبرجر Spelberger» سنة 1970، وقام بتعريبه «محمد حسن علاوي»، وهذا الاختبار يصلح

للكشف عن ظاهرة القلق كحالة وكسمة ويصلح لجميع المراحل السنية ويتكون اختبار القلق من 20 عبارة وصفية حيث يطلب من المختبر وصف شعوره في لحظة معينة، بصورة فردية أو جماعية. مقياس الثقة بالنفس :

أعد هذا المقياس في الأصل «سيدني شروجر S. shrauger» سنة 1990، وقام بتعريبه «عادل عبد الله محمد»، واستخدم هذا المقياس لقياس ثقة الفرد بنفسه وتقييمه لها ويتألف المقياس من 20 عبارة، يوجد أمام كل منهما خمسة اختيارات هي :

- تنطبق تماما، - تنطبق بدرجة كبيرة، - تنطبق إلى حد ما، - لا تنطبق كثيرا، - لا تنطبق إطلاقا.

تحتوي على نصف العبارات إيجابية والنصف الآخر سلبي، تحصل العبارات الايجابية منها على الدرجات «4-3-2-1-0»، أما العبارات السلبية فتتبع عكس هذا التدرج.

يحتوي هذا المقياس على 5 أبعاد :

1. التحدث مع الآخرين : 3، 5، 12، 20.
2. المظهر الجسمي : 2، 4، 10، 13.
3. الايجابية والتفاؤل : 1، 14، 7، 19.
4. الأداء الأكاديمي : 15، 16، 9، 18.
5. التفاعل الاجتماعي : 6، 8، 11، 17.

✓ الاختبار القبلي :

قام الباحث بإجراء الاختبار القبلي لمقياسي القلق والثقة بالنفس لدى المعاقين حركيا، والذين كما ذكرنا كان عددهم 40 معاقا، بعد رجوعهم مباشرة من العطلة الشتوية، أي قبل ممارستهم لأي نشاط تروحي رياضي أي في 03 جانفي 2006.

✓ الاختبار البعدي :

تم إجراء الاختبار البعدي على أفراد نفس العينة، بعد 15 يوما من ممارستهم لمختلف الأنشطة الرياضية التروحية، أي بعد 15 يوما من إجراء الاختبار القبلي.

التوصيات والاقتراحات

على ضوء النتائج التي حصلنا عليها من خلال هذه الدراسة ومن آراء المربين فيما يتعلق بأهمية النشاط الرياضي الترويحي في التقليل من المشاكل النفسية التي تصادف المعاقين حركيا، ومن أجل الوصول إلى تحقيق هذه الغاية نقترح على القائمين في هذا الميدان ما يلي:

1. ضرورة العمل على تصحيح وتعديل نظرة المجتمع إلى المعاق.
2. الاهتمام بالأنشطة الرياضية الترويحية لما لها من أهمية على نفسية المعاق حركيا في التقليل من مختلف المشاكل النفسية.
3. الاستفادة من الخبراء والأساتذة في مجال الترويح في إعداد برامج تخصص الأنشطة الترويحية قصد العناية الجيدة بفئة المعاقين خاصة من الناحية النفسية.
4. إعطاء أهمية قصوى للأهداف المسطرة للأنشطة الرياضية الترويحية لما لها تأثير على زيادة الثقة في نفس المعوق، ونقص حدة القلق لديه.
5. لا بد على المختصين في ميدان الترويح ومنهم، الرياضيين والمربين أن يكتشفوا من مجهوداتهم لإقامة شبكة علمية تختص بالبحوث المختصة في رياضة الترويح لفئة المعاقين حركيا، وفتح الأبواب أمام الجميع للمساهمة والإثراء.
6. توفير الحيز الملائم لممارسة النشاط الترويحي داخل مراكز التربية لفئة المعاقين حركيا، وتعميم النشاط الترويحي داخل كل المراكز التربوية لفئة المعاقين.
7. إعطاء الأهمية الكبيرة للمربين التربويين لما لهم من دور كبير في خلق ديناميكية داخل وسط المعاقين، وذلك بمواصلته التكوين في ميدان المعاقين، وإقامة تظاهرات وندوات دورية للتعريف بالنشاط الترويحي لدى المعاقين حركيا.
8. يجب على المربي استخدام مختلف الاختبارات النفسية لمعرفة تأثير النشاط الترويحي على فئة المعاقين حركيا.

الخاتمة

ان النشاط الرياضي الترويحي من اهم النشاطات التي اعتنى بها كثيرا من الباحثين و المتخصصين لما له من اهمية و منفعة كبيرة لجميع شرائح المجتمع، اطفال، مراهقين، مسنين اضافة الى فئة المعاقين التي تتطلب منهم عناية كبيرة لاجراج هذه الفئة من ازماتهم و محاولة التغلب على مشاكلهم، و بالطبع لن يتأتى ذلك الا بممارسة النشاط الترويحي بمختلف اشكاله.

للسناط الرياضي الترويحي أهمية كبيرة في حياة الطفل المعاق حركيا فله أثر ايجابي على الحياة الانفعالية للطفل المعوق، فهو يتغلغل الى أعماق مستويات السلوك، و يؤدي بالطفل المعوق إلى التخلص من مختلف العقبات التي تواجهه و أهم هذه العقبات هي مختلف المشاكل النفسية التي يتعرض لها.

وما هذا البحث المتواضع إلا ثمرة جهد في حقل الرعاية بالمعاقين حركيا المتواجدين بمراكز التربية للمعاقين حركيا، و الذي أردنا من خلاله إظهار أهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي دور في التقليل من المشاكل النفسية التي يتعرض لها المعاقين حركيا؟

ومن أهداف البحث في كونه عبارة عن دراسة تحليلية للجانب النفسي للمعاق وبالتحديد الانفعالات التي تحدث للمعوق حركيا أثناء ممارسته للنشاط الرياضي الترويحي وللاهمية التي يلعبها النشاط الرياضي الترويحي على نفسية المعوق حركيا من خلال التقليل من حالات الشعور بالقلق و زيادة الثقة بالنفس.

وقد قمنا بهذا البحث لإثبات أو نفي هذه الأهمية، وذلك بوضع فرضيات كحلول مؤقتة واعتمدنا في ذلك على مقياس القلق، ومقياس القيمة بالنفس و استمارة الاستبيان موجهة للمريين.

ونتايج بحثنا هذا يمكن تلخيصها في ما يلي :

- الإجماع على أهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي الذي يساعد و يساهم بدرجة كبيرة في:

❖ زيادة الشعور بالثقة في النفس .

❖ التقليل من حدة القلق على الطفل المعوق.

و تأتي ذلك جليا من خلال تطبيق الاختبارات النفسية على عينة البحث المدروسة التي اكدت لنا صحة فرضياتنا الا و هي ان للنشاط الرياضي الترويحي دور كبير في زيادة الثقة بالنفس و التقليل من حدة القلق.

- الإجماع على الدور الكبير الذي يلعبه المربي التربوي في التقليل من المشاكل النفسية التي يتعرض لها المعوق حركيا.

و تأتي ذلك من خلال الاستبيان الموزع على المربين التربويين و الذي اثبت أن للمربي التربوي دور كبير في التقليل من المشاكل النسبية التي يتعرض لها المعوق.

المراجع

- 1- بدر الدين كمال، محمد سيد حلاوة: رعاية المعوقين سمعيا وحركيا، المكتب الجامعي الحديث، الأسكندرية، 2001.
- 2- جمال محمد الخطيب: تعديل سلوك الأطفال المعوقين، دار الإشراف للنشر و التوزيع، عمان 1993.
- 3- سعيد حسني العزة: التربية الخاصة لذوي الإعاقات العقلية والبصرية والسمعية والحركية، دار الثقافة للنشر، ط1، عمان 200
- 4- ع رحمان سيد سليمان : سيكولوجية ذوي الحاجيات الخاصة، مكتبة زهراء الشرق، الجزء الأول، القاهرة، 2000.
- 5- عبد المطلب أمين القريطي : سيكولوجية ذوي الحاجيات الخاصة وتربيتهم، دار الفكر العربي، ط3، القاهرة، 2001.
- 6- محمد الصالح، محمد محمود: سيكولوجية اللعب و الترويح عند الطفل العادي و المعوق، مكتبة الصفحات الذهبية، الطبعة الثانية، الرياض، 1982.
- 7- محمد عادل خطاب: النشاط الترويحي وبرامجه، ملتزم الطبع والنشر، مكتبة القاهرة الحديثة، مصر، 1984.