



تصورات أسر ذوي الإعاقة الفكرية نحو ممارسة الأنشطة

البدنية المكيفة وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى أبنائهم

Perceptions of Families of People with Intellectual Disabilities towards the Practice of adapted Physical Activities and their Relationship to the Motivation of Achievement among their Children

إعداد

نوف دخيل الصوفي

Nouf Dakheel Aloufi

تخصص التربية الخاصة مسار الإعاقة الفكرية - كلية التربية - جامعة جدة

أ.د/ منال محمد حسين شعبان

Prof. Manal Mohammad Hussein Shaban

كلية التربية - جامعة جدة

Doi: 10.21608/jasht.2025.419233

استلام البحث: ٢٠٢٥/١/١٥

قبول النشر: ٢٠٢٥/٢/٤

العوفي، نوف دخيل وشعبان، منال محمد حسين (٢٠٢٥). تصورات أسر ذوي الإعاقة الفكرية نحو ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى أبنائهم. *المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة*، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، مصر، ٩(٣٤)، ٢١٣ - ٢٥٨.

<http://jasht.journals.ekb.eg>

تصورات أسر ذوي الإعاقة الفكرية نحو ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى أبنائهم

المستخلص:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على تأثير ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة على دافعية الإنجاز لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر أسرهم. والتحديات التي تواجه أسر الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية وتحد من ممارسة أبنائهم للأنشطة البدنية المكيفة، وأيضًا معرفة أهم الاقتراحات من وجهة نظر الأسر والتي تساهم بتعزيز ممارسة أبنائهم للأنشطة البدنية المكيفة. واتبعت الدراسة المنهج النوعي (الظاهراتي)، واستخدمت المقابلة شبه المنظمة كأداة للدراسة، والتي احتوت على (٥) أسئلة تمهيدية و(١١) سؤال رئيسي، وطبقت الدراسة على أفراد عينة الدراسة والبالغ قوامها (٨) مشاركات من أولياء أمور الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية المتواجدين أبناءهم في المراكز والمدارس الحكومية في المدينة المنورة. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن للأنشطة البدنية المكيفة تأثير إيجابي على دافعية الإنجاز للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية وعلى كافة الأصعدة الحركي، الاجتماعي، الاستقلالي، الأكاديمي، النفسي، وكشفت النتائج إلى أن هناك بعض التحديات تواجه أسر الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية وهي: افتقار المنطقة الجغرافية للنوادي والصالات الرياضية التي تستقبل الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية، قلة وعي المجتمع بأهمية الأنشطة البدنية المكيفة، التكلفة المادية، وتوصلت الدراسة إلى عدة اقتراحات لتعزيز ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة ومنها: تكثيف ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة في المدارس، توفير نوادي وصالات رياضية للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية، توعية الأسر بمدى أهمية ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة.

الكلمات المفتاحية: الإعاقة الفكرية، الأنشطة البدنية المكيفة، دافعية الإنجاز، أسر ذوي

Abstract:

The current study aimed to identify the impact of practicing adapted physical activities on the achievement motivation of people with intellectual disabilities from the perspective of their families. The study also aimed to identify the challenges facing families of people with intellectual disabilities that limit their children's practice of adapted physical activities. It also aimed to identify the most important suggestions from the families' perspective that contribute to enhancing their children's practice of adapted physical activities. The study followed the qualitative (phenomenological) approach, and used the semi-

structured interview as a study tool, which contained (5) introductory questions and (11) main questions. The study was applied to the study sample, which consisted of (8) participants from the parents of people with intellectual disabilities whose children are in government centers and schools in Medina. The results of the study indicated that adapted physical activities have a positive impact on the achievement motivation of people with intellectual disabilities at all levels: motor, social, independence, academic, and psychological. The results revealed that there are some challenges facing families of people with intellectual disabilities, namely: the lack of clubs and gyms in the geographical area that receive people with intellectual disabilities, the lack of community awareness of the importance of adapted physical activities, and the financial cost. The study reached several suggestions to promote the practice of adapted physical activities, including: intensifying the practice of adapted physical activities in schools, providing clubs and gyms for people with intellectual disabilities, and raising families' awareness of the importance of practicing adapted physical activities.

Keywords: Intellectual disability adapted physical activities, achievement motivation, families of people with intellectual disabilities.

المقدمة

شهد ميدان التربية الخاصة في الآونة الأخيرة اهتمامًا كبيرًا من قبل الهيئات والمنظمات العالمية والمحلية، وبناء على توصيات وزارة التعليم والاتحاد السعودي لذوي الإعاقة بالمملكة العربية السعودية، والتي سعت للارتقاء بالأشخاص ذوي الإعاقة على جميع الأصعدة على الصعيد التعليمي، الثقافي، الاجتماعي، النفسي، الرياضي (مغربي، ٢٠١٩). وتماشياً مع التطور الذي تشهده المجتمعات جاءت سياسة المملكة العربية السعودية في تطوير التعليم وفق رؤية "٢٠٣٠" حيث بدأت تتجه اتجاهاً أكثر عمقاً نحو فهم الأشخاص ذوي الإعاقة بشكل عام والأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية بشكل خاص؛ وذلك بقصد رعايتهم على أكمل وجه ممكن، وتوفير كافة الخدمات على جميع الأصعدة التربوية والاجتماعية والصحية والتأهيلية اللازمة لهم؛ وذلك لغاية الاستفادة بما لديهم من مهارات وقدرات، واستثمار بذرتها

إيجابياً في التنمية الاقتصادية والاجتماعية وتحقيق الكفاية الذاتية والمهنية التي تمكن لهم الحياة والتعامل مع كافة أفراد المجتمع في مختلف المواقف الحياتية. (وزارة التعليم، ١٤٤٣).

وتقدر نسبة الأفراد ذوي الإعاقة في المملكة بـ ٧.١ % وفقاً لآخر إحصائية نشرتها الهيئة العامة للإحصاء في المملكة العربية السعودية عام ٢٠١٧، منهم ١٩.٤٢٨ من ذوي الإعاقة الفكرية. (هيئة رعاية الأشخاص ذوي الإعاقة، ٢٠٢٣). وعندما نتأمل في الأعداد الكبيرة التي تشكلها فئة الإعاقة الفكرية، فإننا ندرك حجم المسؤولية الكبيرة تجاه هذه الفئة الغالية في المجتمع، مما يتطلب وضع الخطط الشاملة التي ترتقي بهم لحياة أكثر حيوية، ومنها توجيه الانتباه والاهتمام بأساليب حياتهم والتي تشمل الأنشطة البدنية المكيفة ودافعية الإنجاز، لما لهما من أهمية وتأثير كبير في نموهم وتطورهم، البدني والعقلي، والاجتماعي (الغامدي، ٢٠٢٣).

وفي ذات السياق ووفقاً للجمعية الأمريكية للإعاقات الفكرية والنمائية (AAIDD, 2021) فإن الإعاقة الفكرية تنسم بقيود كبيرة في كل من الأداء الفكري والسلوك التكيفي. وتنشأ هذه الإعاقة خلال فترة النمو وقبل بلوغ الفرد سن "٢٢" عاماً. حيث يتصف الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية بالقصور في إحدى المجالات النمائية التالية: المجال اللغوي، المجال الإدراكي، المجال الاجتماعي، المجال الحركي، المجال الاستقلالي. وتتداخل تلك الجوانب مع بعضها البعض. فبجانب القصور في القدرات العقلية، هناك العديد من أوجه القصور في المهارات الحياتية. (الروسان، ٢٠١٥). حيث أشار كل من (Sedaghati et al., 2022)، Jacinto et al. (2021) ، Yuan et al. (2022) إلى أن الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية يعانون من الكسل وقلة النشاط البدني؛ فلذا يكونون عرضة للإصابة بالسمنة.

وتماشياً مع ما تم ذكره، فإن أحد الأساليب الأكثر حداثة لرعاية الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية هو مشاركتهم في النشاط البدني المكيف والذي يُعد بمثابة عملية علاجية تعود بالتأثير الإيجابي على جميع المجالات النمائية، والنصيب الأكبر من التأثير على الجانب الحركي. (القحطاني، ٢٠١٨). في هذا الصدد، أشار فرغلي (٢٠٢١) إلى أن ممارسة النشاط البدني المكيف يمكن أن يساعد في تحسين المهارات الحركية للأشخاص ذوي الإعاقة. وإضافة على ذلك، ذكر Biddle et al., 2019 ارتباط الأنشطة البدنية بتحسين الصحة العقلية والأداء المعرفي، وانخفاض مستوى التوتر، وزيادة التفاعل الاجتماعي، وزيادة الثقة بالذات وتقديرها، وزيادة على ذلك، فإن لها دور فعال في بناء الشخصية لذوي الإعاقة الفكرية، حيث تترك له مساحة كافية للتعبير عن نفسه وإبداعه؛ نتيجة لذلك فهو يحتاج للتأمل والحركة التي من خلالها يكتسب اللياقة الجسدية والنفسية. (بلال وآخرون، ٢٠٢٣).

وعلاوة على ذلك، تُعد الأنشطة البدنية المكيفة وسيلة لمواجهة العديد من المشكلات الناجمة عن الإعاقة. (بوضياف وعدواني، ٢٠١٨). حيث أن قصور أحد

المجالات النمائية يزيد من الشعور بتدني دافعية الإنجاز للمهام والقلق الدائم وعدم الأمان (Abd-el-Kader et al., 2022). وكما ذكر الطيب (٢٠١٤) أن للأنشطة البدنية دور فعال وهام في رفع مستوى الدافعية للإنجاز للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية وأن هناك علاقة طردية بين مستوى الدافعية وممارسة الأنشطة البدنية المكيفة.

ومن هذا المنطلق يحتل موضوع دافعية الإنجاز أهمية بالغة في مجال التربية والأنشطة البدنية، ويرجع ذلك إلى أن لدافعية الإنجاز أبرز القوى الحيوية، والعاطفية، والإدراكية، والاجتماعية، التي توجه وتحرك سلوك الشخص؛ كما أنها تُعد من أعمدة النجاح حيث تعبر عن فن توجيه الأشخاص للقيام بالمهام بأعلى جودة وكفاءة وأسرع وقت، وبوجه عام يتوقف نجاح الشخص على مستوى دافعية الإنجاز لديه، فكلما كانت الدافعية بمستوى عال كان الإنجاز أعلى وأفضل، وعند انخفاضها تنهبط عزيمته الشخص. (دالي وطياب، ٢٠٢١).

وفي ذات السياق أشار كل من (Reshvanloo & Hejazi, 2014) بأن دراية المعلم والأسرة بكيفية إثارة الدافعية من أهم العوامل النفسية للشخص ذوي الإعاقة الفكرية؛ حيث تساعد في تجنب تشتت انتباهه وتساهم في تركيزه على المهام المعطاة إليه. كما أضاف (Sivapakiam & Nalinilatha, 2017) بأن الأشخاص الذين يمتلكون مستوى عال من دافعية الإنجاز يمتلكون مستوى تحصيلي عالياً، ولديهم رؤية في تحقيق أهدافهم. كما أشار كل من (العمرى، ٢٠١٧) و(شناعة آخرون، ٢٠٢٣) بأن هناك علاقة ارتباطية قوية بين دافعية الإنجاز والتحصيل الأكاديمي.

وبناء على ما سبق إذا كانت دافعية الإنجاز وبصفة عامة أهمية كبيرة لدى الأشخاص العاديين فإنها ذات أهمية أكبر للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية بصفة خاصة، وتُعد شكلاً من أشكال الاستثارة الملحة التي ترفع من مستوى جذب الانتباه، وتخلق نوعاً من النشاط الذي يساعد على التحصيل وزيادة الجهد والمثابرة والإنجاز، والتي تعكس بدورها على الشخص ذوي الإعاقة، لذا تحرص الأسر وتسعى لغرسها وتميئتها لدى أبنائها. (الجندي، ٢٠٢٢).

وقد أشار إلى ذلك كلا من حميد ومجد (٢٠٢١) إلى أن للأسرة دور هام في بناء شخصية أبنائها، ففي حضن الأسرة يتلقى الشخص ذوي الإعاقة الفكرية الرعاية؛ والاهتمام اللازم وذلك من خلال تزويده بمختلف الخبرات والنماذج التي تساهم بمساعدته على التفاعل والتأقلم مع من حوله، وتشجعهم على الاعتماد على النفس ورفع مستوى دافعيتهم، وإكسابهم الاستقلالية بما يتناسب مع مراحل العمر المختلفة. وهنا يكمن دور الأسرة وتأثيرها الكبير والمباشر في أساليب حياة أبنائهم وفي كيفية اختيار السلوكيات الصحية لهم والارتقاء بهم، بل تسمى الأسرة بمصنع الصحة، على الرغم من التعب الأول في الأسرة، ولكن حينما تستقر الأسرة على هيكلها الجديد،

يكن من الممكن حدوث تغيير إيجابي في صالح سلوكيات صحة الأسرة. (أبو النيل، ٢٠٢١).

مشكلة البحث

تُعد الأنشطة البدنية المكيفة من الأساليب التعليمية الحديثة التي تساهم في تكيف الفرد مع نفسه ومع إطاره الاجتماعي الذي يعيش فيه (معمرية، 2012). وبعد الاطلاع على البحوث والدراسات التربوية السابقة لوحظ أن مستوى تطبيق الأنشطة البدنية لا يرقى بالمستوى المطلوب وهذا ما أشارت إليه دراسة كل من (شعبان والجدعاني، 2021) بأن واقع ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية كانت بدرجة متوسطة، وأن تلك الأنشطة لا يتم تطبيقها بإشراف مختصين مؤهلين ولا تعتمد على برامج تدريبية مخططة ومنظمة. وأشارت دراسة كلا من (محمد، 2020؛ عماري وآخرون، 2021؛ طارق وعبد العزيز، 2021؛ الهواري، 2023) إلى فاعلية ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة مع الأشخاص ذوي الإعاقة حيث حققت نتائج إيجابية على الصعيد الحركي، والأكاديمي، والنفسي، والاجتماعي، والادراكي. كما أشارت دراسة (فيجل وحداد، 2021) إلى أن البرامج الرياضية الوطنية، تساهم في مشاركة ذوي الإعاقة الفكرية في المنافسات الوطنية والعالمية. وتعمل على دمجهم في المجتمع. ولعل أكثر ما يؤثر في تحسن المجالات النمائية هي دافعية وقابلية الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية للقيام بأداء الأهداف المقدمة لهم. (السعيد، 2012). حيث لاحظت الباحثة من خلال طبيعة عملها الميداني بأن الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية يفتقرون للعديد من السلوكيات وعلى رأسها انخفاض دافعيتهم للإنجاز مما دفع الباحثة بالتوسع حول الموضوع، وكما ذكرت النواسية (2013) بأن الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية يتصفون بانخفاض دافعية الإنجاز بسبب توقعات الفشل المتكررة لديهم، مما يفقدهم القدرة على المبادرة، ويزيد من رغبتهم في الاعتماد على الآخرين لتصرف شؤونهم كافة. كما أشارت دراسة كلا من (نبيل، أحمد، 2015؛ عبد الجليل، 2020؛ حسين وآخرون، 2020) إلى أهمية تنمية دافعية الإنجاز وباعتبارها المحرك الأساسي وراء أوجه النشاط المختلفة، والتي عن طريقها يكتسب الشخص الخبرات الجديدة، ويعدل من سلوكياته السلبية، فهي الطاقة الكامنة التي لا بد من وجودها للتعلم والإنجاز. وفي ضوء ذلك فإن تدني دافعية الإنجاز يؤثر بشكل مباشر وقوي على قدرتهم لإنجاز المهام الموكلين بها سواء من قبل الأسرة أو المعلمين.

ومما سبق يتضح أن هناك بالفعل قصورًا في دافعية الإنجاز لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية. ومن هنا جاءت فكرة البحث سعيًا من الباحثة في التعرف على دور ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة في رفع مستوى دافعية الإنجاز لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر أسرهم، ومن المهم في ضوء ذلك معرفة تصور الأسر اتجاه ممارسة أبنائها للأنشطة البدنية المكيفة ومساهمتها برفع دافعية الإنجاز، حيث تجعلهم يقومون بتأدية المهام المقدمة إليهم بحماس ودافعية عالية سواء أكانت المهام على صعيد المهارات الاجتماعية أو الأكاديمية وغيرها، مما

يؤثر ذلك بالإيجاب على تحقيق الرضا وزيادة مستوى الثقة بالنفس لدى الأشخاص ذوي الإعاقة.

وهذا ما دعانا إلى استطلاع عينة عشوائية من أولياء الأمور لمعرفة تصوراتهم نحو ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى أبنائهم.

أسئلة البحث

- كيف يصف المشاركون تأثير الأنشطة البدنية المكيفة على دافعية الإنجاز لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظرهم؟
- ما الآثار الإيجابية والسلبية نحو ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة على دافعية الإنجاز لدى ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر أسرهم؟
- ما التحديات التي تواجه أسر الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية نحو ممارسة أبنائهم للأنشطة البدنية المكيفة؟
- ما أهم الاقتراحات لتعزيز ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة مع الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر أسرهم؟

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى :-

- التعرف على تأثير ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة على دافعية الإنجاز لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر أسرهم.
- تحديد الآثار الإيجابية والسلبية عند ممارسة الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية للنشاط البدني المكيف على دافعية الإنجاز.
- تحديد أهم العقبات والتحديات التي تواجه أسر الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية والتي تحد من ممارسة أبنائهم للأنشطة البدنية المكيفة.
- معرفة أهم الاقتراحات التي ترى الأسر بأنها تساهم بتعزيز ممارسة أبنائهم للأنشطة البدنية المكيفة.

أهمية البحث النظرية والتطبيقية

الأهمية النظرية

- إلقاء الضوء على أهمية العلاقة بين الأنشطة البدنية المكيفة ودافعية الإنجاز لدى الأشخاص ذوي الإعاقة.
- الاهتمام بممارسة الأنشطة البدنية المكيفة من خلال البحوث والدراسات التي تم إنجازها، حيث يحتل دورًا حيويًا في مجال الخدمات المقدمة لفئات المجتمع.
- تبصير أولياء الأمور بالأهمية الكبرى التي تتبع خلف اهتمامهم بممارسة الأنشطة البدنية المكيفة والمرتبطة بدافعية الإنجاز لدى أبنائهم ذوي الإعاقة الفكرية.
- تمثل الأنشطة البدنية خيارًا تربويًا من شأنه أن يخلق بيئة تربوية خالية من القيود النفسية والاجتماعية تساهم للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية من تحقيق أسمى طموحاتهم واستغلال أقصى طاقاتهم.

- أهمية توحيد الجهود والتكاتف والتنسيق بين مختلف مكونات ومؤسسات المجتمع لتحقيق الغاية والاستفادة من البرامج البدنية المقدمة.
- دعم الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية على أن يلعبوا دورًا فعالاً في البرامج البدنية المصممة خصيصاً لهم للحفاظ على حياتهم وتحسينها.
- لا تقتصر أهمية دافعية الإنجاز على توجيه السلوك فقط، بل تلعب دوراً مهماً في بعض المجالات والميادين التطبيقية والعملية ومنها: ميدان التربية والتعليم والصناعة والفنون، وكذلك تقوم بالعلاج النفسي لما لها أهمية من تفسير استجابات الأفراد وسلوكهم، وتساعد في عملية إنجاز الأهداف التربوية.

الأهمية التطبيقية

- يؤمل أن تفيد النتائج التي تتوصل إليها الدراسة القائمين على تخطيط وإعداد البرامج للأنشطة البدنية التي تتلاءم مع قدرات وامكانيات هذه الفئة على الصعيد الحركي بما يتناسب مع قدراتهم الفكرية.
- تساعد الأسر والأشخاص المهتمين في معرفة مستوى دافعية الإنجاز لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية مما يساهم في إيجاد وتوفير البرامج البدنية التي تقدم ما يلزم لتطوير دافعية الإنجاز لديهم.

مصطلحات البحث

تصورات: "ظواهر محددة تتميز عن باقي الظواهر في الطبيعة بسبب ميزاتها الخاصة، وهي بدورها مؤشرات، والتصوير نتاج لا يكون سببه بعض الأفكار التي تشغل انتباه الفرد، بل هي عادات مكتسبة، أحكام مسبقة، وميول تحركنا". (شديد وضاهر، ٢٠١٩).

إجرائياً: تصور الشخص نحو موضوع معين متأثراً بخبراته السابقة سلبيًا أو إيجابياً.

الأنشطة البدنية المكيفة: تطوير وتكيف في طرق ممارسة الأنشطة البدنية لتناسب مع قدرات وامكانيات الأشخاص ذوي الإعاقة من حيث النوع ودرجة الإعاقة ليتسنى لهم أداء الأنشطة البدنية بصورة آمنة. (الطيب وطش، ٢٠٢١).

إجرائياً: النشاط البدني الذي يمارسه الشخص ذوي الإعاقة والمعدل بما يتناسب مع قدراته وامكانياته وقابلياته.

دافعية الإنجاز: هي قوة داخلية تعطي الشخص ذوي الإعاقة الفكرية دافعية للقيام بالمهام اليومية التي كلف بها. (فرغلي، ٢٠٢١)

إجرائياً: شعور داخلي يستثير حماس الشخص الممارس للنشاط البدني لأداء المهام الموكلة إليه.

التعريف الاجرائي لأسر الأفراد ذوي الإعاقة الفكرية: هم الأسر الذين لديهم ابن أو ابنة من ذوي الإعاقة الفكرية وملتحقون بأحد مراكز الرعاية النهارية أو مدارس الدمج الحكومية.

حدود البحث

- **الحدود الموضوعية:** تصور أسر الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية نحو ممارسة أبنائهم للأنشطة البدنية المكيفة وعلاقتها بدافعية الإنجاز لديهم.
- **الحدود البشرية:** أسر الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية.
- **الحدود المكانية:** مراكز الرعاية النهارية ومدارس الدمج الحكومية في المدينة المنورة، بالمملكة العربية السعودية.
- **الحدود الزمانية:** الفصل الدراسي الثالث من العام الدراسي (١٤٤٤هـ - ٢٠٢٣م).

الإطار النظري والدراسات السابقة

المبحث الأول:

الأنشطة البدنية المكيفة

يصبح الآباء أكثر إدراكاً وحرصاً على أهمية ممارسة أبنائهم للأنشطة وسلوكيات صحية، وذلك بعد أن يتواجد لديهم طفل من ذوي الإعاقة. حيث ترتقي أساليب حياتهم بصورة متسارعة، وتتغير هوياتهم واهتماماتهم إلى أفعال تعود بأثار إيجابية، تستمد قوتها من المعايير والوصمة المجتمعية المرتبطة بالإعاقة. ويرتبط ارتفاع تلك الأنشطة ارتباطاً عالياً بظهور المشكلات والأمراض المزمنة لدى الأشخاص. وفي ذات السياق فإن الإعاقة تؤثر على الأسرة مما ينعكس عليهم بشكل مباشر في التأثير على اختيارات أبنائهم في الحياة.

مفهوم الأنشطة البدنية المكيفة

تعددت وتنوعت المفاهيم المعبرة عن الأنشطة البدنية المكيفة التي تناولها الباحثون وذوي الاختصاص في الميدان حيث تناول البعض مصطلح الأنشطة الحركية المعدلة أو المكيفة، والبعض الآخر استخدم مصطلح التربية الرياضية المعدلة أو المكيفة (هشام وأحمد، ٢٠٢٠). وأتجه البعض الآخر إلى استخدام مصطلحات أخرى مثل أنشطة إعادة التكييف أو الأنشطة الرياضية العلاجية، وبعض النظر عن الاختلاف في الناحية الشكلية يبقى المغزى والجوهر واحداً، وهو أن الأنشطة البدنية المكيفة لها دور إيجابي للأشخاص ذوي الإعاقة باختلاف فئاتهم (بوضياف وعدواني، ٢٠١٨). وفي هذا المقام تم تعريفها: بأنها هي الأنشطة والبرامج التي تم تكييفها لتناسب نوع وشدة إعاقة الشخص، ويكون ذلك في حدود قدراتهم. (سيف الدين وتمساوت، ٢٠٢١). وأيضاً عرفها ستور Stor بأنها هي التمرينات والحركات التي يمارسها محدودي القدرات سواءً من الناحية العقلية، النفسية، البدنية الناتجة عن خلل بعض الوظائف الحركية الكبرى. (دردون ولمتوي، ٢٠٢٢).

التطور التاريخي للنشاط البدني المكيف

تُعد الأنشطة البدنية المكيفة في وقتنا الحاضر من المتطلبات المهمة لجميع أفراد المجتمع وبالأخص ذوي الإعاقة، ولا يفوتنا أن ننوه أن الطبيب Ludwig Gutmann هو أول من أقترح فكرة ممارسة الأشخاص ذوي الإعاقة للأنشطة البدنية.

وفي هذا الإطار تُعد البداية الفعلية لممارسة تلك الأنشطة من خلال ذوي الإعاقة الحركية، حيث بدأ الطبيب Ludwig Gutmann باستخدام تلك الأنشطة البدنية المكيفة؛ واعتبارها كعامل أساسي لإعادة التأهيل والتكيف النفسي وأيضًا البدني للأشخاص ذوي الإعاقة؛ والذين يعانون من شلل في أطرافهم السفلية. (بوتمجت وفاضلي، ٢٠١٨).

ومن هذا المنطلق، بدأت المنافسة من خلال الألعاب في المراكز، ومن ثم تطورت وأصبحت المنافسة بين تلك المراكز، وبعد ذلك تم انشاء بطولة ذوي الإعاقة، ومن خلال التوسع في تقديم الأنشطة البدنية المكيفة أصبحت المنافسة بحسب نوع الإعاقة الحركية. (سيف الدين وتمساوت، ٢٠٢١).

وعلاوة على ذلك، تطورا النشاط البدني تطورًا كبيرًا في بداية الستينات وكان للأنشطة البدنية المكيفة نصيبًا من التطور بنفس الاتجاه والمسار، حيث أن المدارس الخاصة أدمجت فيها تلك الأنشطة، مع تأخر ظهور النشاطات البدنية المكيفة للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية مقارنةً بالأشخاص ذوي الإعاقة الحركية. (عدواني وبو ضياف، ٢٠١٨).

وفي هذا المقام، وفي عام ١٩٦٨ في ولاية شيكاغو بالولايات المتحدة الأمريكية تم إجراء تنظيم للألعاب البدنية حيث شارك ألف شخصًا ممثلين من كندا والولايات المتحدة الأمريكية وفرنسا، ومن ثم أقاموا عدة دورات أخرى في عام ١٩٧٠ - ١٩٧٢ شهدت الدورات ارتفاع مستمر في عدد المتقدمين مما أدى إلى توسع في تلك الأنشطة البدنية في محيط الأشخاص ذوي الإعاقة ولجميع فئاتها. (ذباح ونايل، ٢٠١٧).

الأنشطة البدنية المكيفة في المملكة العربية السعودية

يُعد عزل الأشخاص ذوي الإعاقة عن المجتمع من أسوأ الجرائم الإنسانية التي ترتكب في حقهم، وعليه فإن النشاط البدني يلعب دور هام ورئيسي لمساعدتهم على الاندماج في أي مجتمع حولهم. ويذكر (المالكي وآخرون، ٢٠٢٠). بأن عزل الأشخاص ذوي الإعاقة يخلق هوية سلبية تجاه مجتمع الإعاقة؛ وبالتالي فإن التربية البدنية من أهم المقومات التي تساهم في ترسيخ الأسس والثقافة الصحيحة تجاه ذوي الإعاقة. ومما لا شك فيه أن النشاط البدني يساهم في تنمية العديد من الجوانب لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية، مثل اكتسابه القيم الأخلاقية والسلوكية، فضلا عن إسهامها الكبير لتطوير الجانب المهاري والانفعالي والحركي.

واستناداً إلى ما سبق أطلقت وزارة الرياضة في يوليو ٢٠٢١ مبادرة " برنامج فخر " لتحقيق أهداف رؤية "٢٠٣٠"، وكانت أهم مرتكزاته على تدريب وتأهيل الأشخاص ذوي الإعاقة ومعرفة قدراتهم ودمجهم في المجتمع المحلي، ولعل من أبرز أهدافه الكشف عن قدرات الأشخاص ذوي الإعاقة، وتطويرها لتحسين جودة حياتهم، وتحفيز المشاركة المجتمعية وتخريج أبطال رياضيين يمثلون المملكة العربية السعودية وتحقيق إنجاز عالمي يفخرون به. (صحيفة مكة الإلكترونية، ٢٠٢٢). كما سعت وزارة الرياضة لوضع عدة أهداف لتوعية المجتمع وتهيئته لممارسة الأنشطة البدنية، ومن الأهداف: ارتفاع نسبة الممارسين للأنشطة البدنية المكيفة وذلك عن طريق إتاحة وابتكار برامج رياضية لزيادة الممارسين من كافة فئات المجتمع وتنمية مهاراتهم وقدراتهم، والنظر للبيئة الرياضية وتطوير كفاءتها وجودتها. (المنصة الوطنية، ١٤٤٥)

وفي واقعنا نرى في الآونة الأخيرة قد تزايد الاهتمام بالأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية على جميع الأصعدة: الأكاديمي، والمهني، والنفسي، والجسدي، والصحي، والاجتماعي، وتم انشاء النوادي الرياضية للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية، وتوفير كادر متخصص لتدريبهم، وقد حاز الأشخاص ذوي الإعاقة المزيد من المسابقات العالمية والمحلية؛ يعود ذلك لاهتمام وحرص المملكة لتقديم تلك الفئة.

تصنيف الأنشطة البدنية المكيفة

تعددت تصنيفات وأشكال الأنشطة البدنية المكيفة فمنها:

١ - الأنشطة البدنية العلاجية

تعد ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة وسيلة علاجية من الناحية النفسية حيث تساهم في التغلب على التحديات النفسية يعود ذلك بالإيجاب على الشخص ذوي الإعاقة بزيادة الثقة في ذاته وتقبله من قبل الآخرين ومنحه السعادة والفرح. (زبييري وابن ناصر، ٢٠٢١). إضافة على ذلك، تُعد وسيلة من وسائل العلاج الطبيعي، حيث تقدم التمرينات الخاصة مما يساهم في تأهيلهم النفسي والحركي، كما تستخدم أيضاً ما بعد العمليات الجراحية واستخدام الجبائر وإصابات العمود الفقري والنخاع الشوكي، وغالباً ما تتوفر في المستشفيات ومراكز التأهيل. (بن زيدان، ٢٠١١).

٢ - الأنشطة البدنية الترويحية

تعد ممارسة الأنشطة البدنية وسيلة فعالة للترويج عن النفس وتلبية احتياجاتهم النفسية والاجتماعية، ومما لا شك فيه تساهم في امتلاكهم للخبرات التي تساعدهم على الاستمتاع في الحياة. (عدواني وבו ضياف، ٢٠١٨). وأيضاً تكسبهم القدرة على التعبير عن الذات والشعور بالثقة العالية وتمكنهم من الإنجاز، وكذلك تقدم لهم الترويج المفيد والهادف عقلياً وبدنياً ويعد الهدف الأساسي هو تعزيز وتحسين وظائف الجسم للحصول على اللياقة البدنية الملائمة والشعور بالفرح والسرور. (بوخمخ وتمام، ٢٠٢١).

٣- الأنشطة البدنية التنافسية

تهدف الوصول إلى مستوى عالي من الكفاءة البدنية واللياقة، والقدرة على استعادة أعلى قدر ممكن للوظائف والعضلات المختلفة للجسم. (شعبان والجدعاني، ٢٠٢١).

٤- الأنشطة البدنية المدرسية

وهي الأنشطة البدنية التي تطبق داخل المدارس سواء للأسياء أو الأشخاص ذوي الإعاقة. (بن زيدان، ٢٠١١). ولذلك فإن للمدارس دور كبير في مساعدة الأشخاص ذوي الإعاقة على تبني أنماط حياة من خلال تهيئة فرص ممارسة الأنشطة الرياضية. وتلعب المدارس دور محوري وأساسي لبدء المشاركة في الألعاب الرياضية وذلك من خلال حصص التربية البدنية حيث البنى التحتية المجهزة والمعدات الرياضية والصالات المكيفة، مما يغرس فيهم العادات الجيدة والصحية. ويشكل الفقر أحد معوقات عدم ممارسة الأنشطة البدنية، حيث أشار **Segal et al. (2016)** أن الفقر عامل خطر للسمنة المفرطة، لأن الفقر يمنع من مزاولة الأنشطة البدنية في الصالات الرياضية والأندية الصحية والمدارس المجهزة والمكيفة بالمرافق الرياضية.

أهمية الأنشطة البدنية للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية كما وردت في وزارة الصحة السعودية (٢٠١٩):

- تحد من الإصابة بمرض السكري وذلك بنسبة ٢٧%.
 - تقلل من فرص الإصابة بسرطان الثدي بنسبة ٢١ - ٢٥%.
 - التحكم بالوزن.
 - علاج لاضطرابات النوم والأرق.
 - الحد من الإصابة بسرطان القولون.
 - التقليل من نسب حدوث السكتات الدماغية.
 - تقلل مشاعر التوتر والقلق.
 - تقلل بنسبة ٣٠% من أمراض القلب.
- وبناء على ما سبق ومما لا شك فيه أن ممارسة الأنشطة البدنية ضرورية للحفاظ على الوضع الصحي، والوقاية من الأمراض المزمنة، حيث تشير منظمة الصحة العالمية بأن السمنة أصبحت ظاهرة عالمية، إذ بلغ عدد الأشخاص المصابين بالسمنة أكثر من ٦٥٠ مليون نسمة (Wang, et al., 2018) ولا مناص من القول بأن زيادة الوزن والسمنة المنتشرة بين الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية تهدد حياتهم؛ فطبيعة عاداتهم اليومية ومستويات نشاطهم المنخفضة، تهدد بالأمراض الجسدية والنفسية. وفي ذات السياق يشير **Ryan et al. (2021)** إلى أن السمنة في إيرلندا تنتشر بين الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية بنسبة (69%)، الناتجة عن معاناتهم من اضطرابات التمثيل الغذائي، وضعف العضلات، والعظام، ومشكلاتها. وأشار

الباحثين بأن السمنة هي الحالة الأكثر شيوعاً بين الأشخاص من متلازمة داون، بنسبة انتشار تصل إلى (٥٦ %) من بين الأمراض الأخرى.

أهمية وأثر الأنشطة البدنية المكيفة للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية

تُعد الأنشطة البدنية المكيفة منبع رئيسي لصحة الأشخاص ذوي الإعاقة وتحقق

لهم السرور والمتعة، وتساعدهم على الاندماج في المجتمع؛ حيث أجرى **Gupta &**

Mittal (2015) دراسة مستعرضة أوضحت أثر النشاط البدني على الصحة

النفسية، وكشفت النتائج إلى أن الرياضة تشعر المرء بالإنجاز، والنجاح، والنشوة

والسرور؛ نتيجة إفراز هرمون الإندورفين (هرمون السعادة) الناتج عن التمرين،

وهذه الظاهرة تحدث بعد ممارسة التمرين المجهد، وهو الشعور بالاسترخاء والسلام.

كما أشار الباحثين بأن المواد الكيميائية التي يطلقها الدماغ بعد الانتهاء من التمرين،

لديها القدرة على تخدير الألم، حيث تطلق الغدة النخامية وما تحت المهاد، مواد

كيميائية تسمى الإندورفين، والتي تحاكي تأثير المورفين الذي وبطبيعة الحال يعمل

كمسكن للألم. حيث أن إطلاق الدماغ كميات كبيرة من الإندورفين يؤدي إلى تهدئة

الألم، بما في ذلك الألم النفس ي وليس فقط الجسدي، والشعور بالنشوة والرفاهية؛ مما

يجعل التمرين أكثر متعة وإدماناً.

ومن زاوية أخرى تنوعت النظريات التي تناولت وفسرت الأنشطة البدنية

المكيفة، ومنها:

١- نظرية الطاقة الفائضة

تخزن الأجسام النشطة أثناء أداء الوظائف المختلفة بعض الطاقة العصبية

والعضلية ومن متطلباتها التنفيس الناجم عنه اللعب. وأشارت النظرية أن الكائن

البشري لديه العديد من الطاقة والقدرات المختلفة، ولكنها تستنفذ في وقت واحد لذا

يكن هناك وقت وقوة فائضين، ويكن لدى الكائن تعطل في القوى لفترة طويلة، وقد

تتجمع لديه الطاقة في مراكز الأعصاب الصحيحة ويزيد الجمع والضغط حتى تصل

إلى مرحلة تفريغ تلك الطاقة، ويعد اللعب والأنشطة البدنية وسيلة فعالة لتفريغ تلك

الطاقة الزائدة. (بوتمجت وفاضلي، ٢٠١٨).

٢- نظرية الترويح

افترض **Jetsi Mons** أن جسم الانسان كي يستعيد حيويته فهو يحتاج إلى

اللعب والأنشطة البدنية، حيث تعمل على تنشيط الجسم بعد قضاء ساعات طويلة في

العمل. (برقوق وآخرون، ٢٠١٤).

٣- النظرية الإعدادية

يرى **Carl Gross** أن للأنشطة البدنية واللعب عبارة عن وظيفة من

الوظائف البيولوجية، حيث يساهم في تمرين الأعضاء ويؤهله للعمل بما سيقوم به

الفرد مستقبلاً، وأضاف كارل أن اللعب يكسب الإنسان الفهم والمهارة والشعور،

وترى نظرية كارل أن تركيبة جسم الإنسان أكثر تعقيداً وفي المستقبل أعماله أكثر أهمية، لذا يحتاج أكثر من غيره إلى اللعب والأنشطة البدنية. ولهذه النظرية قبول من قبل وجهات نظر اختصاصي التربية الرياضية لأن الألعاب والأنشطة البدنية سواءً أكانت للصغار أو الكبار فهي تعد الفرد إعداداً جيداً وتكسبه المهارات الحركية واللياقة البدنية وشعوره بالمقدرة على التكيف مع الأشخاص والبيئة المحيطة به. (بكاى وزواق، ٢٠١٨).

٤ - نظرية الاستجمام:

وتكمن خلاصة النظرية بأن الإنسان عندما يشعر بأن عضلاته متعبه وأعصابه مرهقة يلجأ لأداء الأنشطة والألعاب التي تستخدم أعصابه وعضلاته بغير الصورة التي يستخدمها في العمل فبذلك يعطي لأعصابه وعضلاته الفرصة لكي تستريح. (شايبى ولزرق، ٢٠١٧).

المبحث الثاني:

دافعية الإنجاز

حظى مفهوم دافعية الإنجاز في السنوات الأخيرة بالاهتمام وظهر كعلم مميز لدراسات علم النفس الشخصية وعلم النفس الاجتماعي، والذي يُعد من أحد الدوافع المكتسبة التي تناول نقاشها وجدلها الكثير من التربويين. (قحام وآخرون، ٢٠٢٠). حيث أشار كل من جعفر ونصر الدين (٢٠١٦) بأن توجيه الانتباه لدافعية الإنجاز عائدة لدورها وأهميتها في العديد من المجالات كالمجال الإداري، والاقتصادي، والأكاديمي، وغيره. وكما تعتبر دافعية الإنجاز من أسمى القوى الإدراكية والحيوية والعاطفية والاجتماعية التي تعمل على توجيه سلوك الشخص ذوى الإعاقة نحو الهدف المحدد لتحقيقه. (العمرى، ٢٠١٧). والتي تُعد من الدوافع الأساسية التي تحرك سلوك الشخص وتقوده نحو الارتقاء. (الصباح وحجازى، ٢٠٢١).

مفهوم دافعية الإنجاز

ترجع نشأة وبداية الدافعية للإنجاز في علم النفس إلى أدلر، الذي أعتبر حاجة الشخص للإنجاز دافع تعويضي مستمد من خبراته الطفولية. (شناعة، ٢٠١٨). ويُعتبر Henry Murray من أوائل الأشخاص الأولين الذين عبروا عن مفهوم الدافعية للإنجاز ومثلها بقدرة الشخص على إنجاز المهام الصعبة، والقدرة على تنظيم الأفكار وإنجاز المهام بأعلى كفاءة وأقل وقت. (الفلاحى والعانى، ٢٠١٨). ويعرفها قشوش: بأنها حاجة الفرد ورغبته لإنجاز المهام والتغلب على الصعوبات التي تواجهه بوقت أسرع. (دالى وطيباب، ٢٠٢١). وكذلك يعرفه Werdhiastutie at al., (2020) على أنه رغبة الشخص في بذل قصارى جهده، والنجاح، وشعوره بالكفاءة، والقدرة.

مكونات الدافع للإنجاز

دافع إنجاز النجاح: هو قوة داخلية لدى الشخص تتحكم في توجيهه وتحركه لإتمام وتحقيق الهدف الذي وضعه لذاته، حيث يقبل نحو الأنشطة البدنية محددة مما يدفعه لتحقيق الهدف ومن ثم الإحساس بالرضا والسرور. (زبوج ومكلي، ٢٠٢١).

دافع تجنب الفشل: يمكن اعتباره بأنه تكوين نفسي مرتبط بالخوف من حدوث الفشل (مكلي وآخرون، ٢٠٢١).

كما يرى أوزيل من مكونات الدافع للإنجاز ما يلي كما ورد في (بن فروج وبو فاتح، ٢٠١٧؛ جعفر ونصر الدين، ٢٠١٦؛ المصري وفرح، ٢٠٢٠).

الحافز المعرفي: يشير إلى محاولة الشخص لإشباع حاجاته، ويكون ذلك بالمعرفة مما يجعله يقوم بأداء المهام بكفاءة عالية فيعد مكافأة له.

توجيه الذات: يتجلى في سعي الشخص وراء الصيت والمكانة التي يحصلها من الآخرين؛ وذلك من خلال أداءه للمهام على أكمل وجه وبفس الوقت ملتزم بالتقاليد الأكاديمية، مما تعود عليه بالأثر الإيجابي وإكسابه العديد من الصفات النفسية الإيجابية، وإحساسه بكفاءته واحترامه لذاته.

دافع الانتماء: يتمثل في رغبة الشخص للحصول على التقدير من قبل الآخرين، ويكون ذلك من خلال اعتبار نجاحه الأكاديمي كأداة لإشباع حاجاته.

أنواع دافعية الإنجاز

- **دافع الإنجاز الداخلي (ذاتي):** تتبع من ذات الشخص، حيث يضع لنفسه أهدافاً قادر على تحقيقها بهدف اللذة في الإنجاز وتحقيق الهدف. (قحام وآخرون، ٢٠٢٠). وتُعد المصدر الأساسي للشخص ذاته، يندفع إلى التعلم برغبة داخلية لاكتساب المهارات التي يفضلها. (أبو النصر، ٢٠٢٢). وعليه، أشار دالي وطيباب (٢٠٢١) بأنها هي الدوافع الداخلية، حيث يكون هناك ارتباط بين الحافز والهدف المطلوب من الطالب إنجازه في الأنشطة البدنية أو في الملاعب، حيث يكون الرضا عن النتيجة المقدمة هي التعزيز لدى الطالب.
- **دافع الإنجاز الاجتماعي:** تعتمد على القوانين والمعايير التي تتعلق المجتمع وتتضمن تقاليده وعاداته منذ دخول الطالب للمدرسة، وتحتوي على أساسيات ومعايير التميز وتعتمد على المقارنة. (الصباح وحجازي، ٢٠٢١). وفي واقع الأمر، يُعد مصدرها خارجي كالوالدين أو الأصدقاء أو إدارة المدرسة والمعلمين، وقد يكون أدائه للمهام لإرضاء أحد الأطراف الخارجيين. (أبو النصر، ٢٠٢٢). وفي المقابل لا ترتبط المعززات بالعمل نفسه، كتقديم الميدالية وعبارات الشكر وإعجاب الأصدقاء والمدرّب ونحو ذلك. (دالي وطيباب، ٢٠٢١).

النظريات المفسرة لدافعية الإنجاز:

نظرية الحافز: يرى كلارك بأنها الأفعال التي يقوم بتأديتها الفرد يصاحبها أو يسبقها حاجة مرتبطة بالفعل تدفعه لأدائه، وحالة الحرمان هي أساس توفر الحافز فحاجات الفرد هي التي تستثير الحافز لديه، والتي تكون لها بمكان التمثيل السيكولوجي، وأن تلك الحوافز تمكّن الفرد من تحقيق الهدف وبعد إشباع الحاجة يقل الحافز. (الهويش، ٢٠١٠).

نظرية الاستثارة الانفعالية: لصاحبها ماكيلاند، حيث يرى بأن الدافع عبارة عن انفعال قوي ويمتاز بتوفر استجابة للهدف ومرتبطة بالفرح أو الضيق، ولذا توقع الفرح أو الحزن والضيق يقوم على ما وقع في الماضي فهو أساس حدوث السلوك المدفوع. وملخص تلك النظرية تفترض بأن الدافع عبارة حالة انفعالية قوية قائمة على ما مدى التوقع للاستجابة عند تطبيق أهداف محددة، بناءً على الخبرات السابقة. (دالي وطياب، ٢٠٢١).

نظرية الاتجاه السلوكي: ترى بأن الدافع يكون خلف السلوك البشري، فلا بد عند تغيير السلوك معرفة دوافعه، ونهج أنصار ذلك الاتجاه بأن الصراع الذي بين الدوافع يكون قوى تستولى على الدوافع وعلى النمو، لذلك الدافعية لدى السلوكيين عبارة عن حالة لها تأثير على أداء الأشخاص وتكون في استجابة مقترنة بحافز محدد، ولذلك يرتبط أداءه بحصوله على الحافز. (الزغول، ٢٠١٢).

نظرية الاتجاه الانساني: يرى ابراهام ماسلو بأن خلف السلوك البشري دوافع مقترنه بإشباع الذات، فمنذ الولادة لدى الأشخاص دوافع داخلية لتحقيق الذات، ويكون ذلك من خلال اشباع حاجاتهم، فيحاولون استغلال قدراتهم الذاتية لتحقيق النجاح والذات لديهم، حيث أن القدرات والإمكانات تختلف من شخص لآخر، ولكن الشخص في سعي دائم لتحقيق ذاته. (قحام وآخرون، ٢٠٢٠).

أسباب انخفاض دافعية الإنجاز

١- **توقعات وآمال الآباء:** يرفع بعض الآباء سقف مستوى الإنجاز لدى أبنائهم، وقد يضغط الآباء على الأبناء ليصلوا إلى مستوى عالي من الإنجاز مما يجعل الأبناء يشعرون بالفشل بالتالي تنخفض دافعتهم للإنجاز، ومما يجعلهم غير مُبالين بالمستوى التحصيلي (جعفر ونصر الدين، ٢٠١٦). وفي ذات السياق، للأسرة تأثير، حيث مقدار الحرية التي يتيحها الوالدين لأبنائهم وطبيعة عملهم وعدد أفراد الأسرة وتسلسلهم لهما تأثير كبير جدًا في تنمية دافعية الإنجاز Werdhiastutie (et al., 2020).

٢- **التنشئة الاجتماعية غير الصحيحة:** يعتبر دافع الإنجاز مكتسب من المحيط البيئي للشخص، لذا فإن أساليب التنشئة الاجتماعية تشكل دورًا بالغ الأهمية في اكتساب الاستقلالية وزيادة الثقة بالنفس، والاعتماد على الذات في تصريف الشؤون الخاصة، والتي تزيد من دافعية الإنجاز، وعلى الصعيد الآخر قد تكسب

أساليب التنشئة الاجتماعية الاتكالية وعدم المبالاة، وعلى العموم تعتمد على الأسرة في حين لم تمنح أبنائها الثقة، واستمرارها بالمراقبة بشكل دوري، والسيطرة عليهم يؤثر ذلك بالسلب على دافعية الانجاز. (جعفر ونصر الدين، ٢٠١٦). وفي هذا الصدد أشار المصري وفرح (٢٠٢٠) بأن هناك علاقة ارتباطية بين دافعية الإنجاز والتحصيل الأكاديمي كنتيجة لأساليب التنشئة الاجتماعية، حيث أن الأشخاص الذين يمتلكون دافعية إنجاز عالية حرصوا أمهاتهم على استقلاليتهم بالمنزل، في حين الأشخاص ذوي الدافعية المنخفضة لم يتلقوا من أمهاتهم أهمية للجانب الاستقلالي.

وترى الباحثة بأن الأسرة هي المصدر الأول للطفل، حيث يبدأ دورها منذ الولادة فكل ما هو صادر منها له تأثير على الطفل سواءً بالإيجاب أو بالسلب، فذلك هي مدرسته التي تعلمه وتشكل لديه السلوك بالشكل الصحيح وتغرس لديه المبادئ الصحيحة، وتجعله يكتسب العديد من المهارات وتطويرها.

خصائص ذوي الإنجاز المرتفع والمنخفض

إن الأشخاص الذين يمتلكون دافع إنجاز مرتفع قادرون على انجاز المهام بجدية وهمه عالية أكبر من غيرهم، مما يساهم في تحقيق العديد من النجاحات في حياتهم في مختلف المواقف، وعندما نقارنهم بالأشخاص الذين يتمتعون في نفس مستوى القدرة العقلية، ولكن لديهم تدني في الدافعية نرى بأن ذوي الدافعية المرتفعة يحققون درجات أعلى في إنجاز المهام الكمية واللفظية وفي حل المشكلات، وينتهزون الفرص وعلى العكس من ذوي الدافعية الأقل الذين يرضون بالواقع الأقل أو الواقع الأعلى من امكانياتهم وقدرتهم على تحقيقه. (أبو النصر، ٢٠٢٢). وفي ذات السياق، أشارت دراسة Blynova et al., (2020) بأن ذوي دافعية الإنجاز المرتفعة أكثر نشاطاً، وأقل قلقاً، ويمتلكون الثقة في قدراتهم ويتقبلون التنافس مع الخصوم، ويستطيعون اكتساب الخبرة في التواصل وفهم الآخرين، والمثابرة في حالة فشلهم والشعور بالفخر إذا تم إنجاز الهدف. وفي نفس الصدد أشار جعفر (٢٠١٦) بأن درجة المغامرة لديهم معتدلة، ولديهم مفهوم ذات مرتفع، ويرغبون في التغيير، ولا يفضلون الأعمال الروتينية، وكذلك لديهم تفكير جيد وعميق وأكثر واقعية من غيرهم. كما أشارت دراسة (وبيزة وشريك، ٢٠١٧) على وجود علاقة طردية قوية بين الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز. حيث يسعى ذوي الإنجاز المرتفع لأداء المهمات بهمة وطموح عالي، وينتابهم السرور عند أداء المهمات المتوسطة الصعوبة، مع محاولتهم للتغلب على العقبات التي تواجههم. (المصري وفرح، ٢٠٢٠). ومن صفاتها كذلك المثابرة والطموح العالي والسعي نحو النجاح، وشعورهم بالمسؤولية والاستقلالية وأداء المهام بصورة سريعة، كما أنهم يدركون أهمية الوقت. (أبو النصر، ٢٠٢٢). ويفضلون قضاء ساعات طويلة في العمل الشاق؛ لغايتهم في تحقيق الأهداف التي بقدرتهم تحقيقها. (Amalu et al., (2022). وهذا يناهض ذوي الإنجاز المنخفض. حيث أشار

جعفر (٢٠١٦) بأنهم يميلون لاختيار المشكلات غير المعقولة أو البسيطة، ويفضلون العمل مع أشخاص يحبونهم بدل العمل مع الأشخاص المثابرين، ولديهم دافع لتجنب الفشل أعلى من دافع النجاح.

أهمية دافعية الإنجاز للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية

ذكر النواسية (٢٠١٣) بأن الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية يتصفون بتدني في مستوى دافعية الإنجاز ويعود ذلك بسبب توقعات الفشل المتكررة، مما ينمي لديهم حب الاعتماد على الآخرين في كافة شؤونهم. وشعورهم بالعزلة والاهمال لملاحظتهم بأن البيئة مليئة بالشكوك والمخاطر. (AI-Awamleh, 2010) وأشارت دراسة كل من (نبيل وأحمد، ٢٠١٥)، و(عبد الجليل، ٢٠٢٠)، و(حسين وآخرون، ٢٠٢٠) إلى أهمية تنمية دافعية الإنجاز حيث تعد المحرك الأساسي خلف أوجه الأنشطة المختلفة، ومن خلالها يمتلك الشخص العديد من الخبرات الجديدة، وعن طريقها يتم تعديل السلوكيات غير المرغوبة، لكونها الطاقة الكامنة التي تساعد في عملية التعلم والإنجاز. وتتجلى أهمية دافعية الإنجاز في كونها تيسر وتسهل عملية التعلم، وتزيد من قابليته للعطاء ومن جهده ومثابرته، وتجعله أكثر اندماجاً أثناء العملية التعليمية. وكذلك تزيد من انتاجية الشخص في الأنشطة والمجالات المختلفة. (العمرى، ٢٠١٧). وفي ذات السياق، أشار (Sapan, & Mede, 2022) إلى أن الدافع والتعلم كل منهما يؤثر على الآخر، حيث يؤثر الدافع على نتائج التعلم. كما أشار شناعة وآخرون (٢٠٢٣) بأن دافعية الإنجاز تساعد الأشخاص على أداء المهام الموكلة إليهم بوقت قصير، وتحقق قدراً من الاستقلالية، وتُحسن مفهوم الذات لديهم مما يجعلهم يقبلون على منافسة الآخرين والفوز عليهم. (قحام وآخرون، ٢٠٢٠).

وترى الباحثة من طبيعة تجربتها الميدانية بأن أكثر ما يعوق العملية التعليمية لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية هو ضعف دافعية الإنجاز، حيث أن تحديد السلوك المدخلي للتعامل مع ذوي الإعاقة الفكرية يختصر الوقت في تشكيل المهارات التي تتلاءم مع قابليتهم عن طريق التركيز على الهدف وأدائه بالشكل المطلوب ويصطحب ذلك التعزيز، مما يقلل لديهم التشتت.

الدراسات السابقة

أولاً: الدراسات السابقة ذات العلاقة بالرياضة المكيفة

هدفت دراسة رقاد (٢٠٢٣) إلى التعرف على دور ممارسة الأنشطة البدنية في خفض الضغط النفسي لدى فئة الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية. باستخدام المنهج الوصفي، ومقياس الضغوط النفسية، وتكوّنت عينة الدراسة من (٤٠) شخصاً، (٢٠) يمارسون الأنشطة البدنية، و(٢٠) شخصاً من غير الممارسين لأي نشاط بدني، وتم اختيارهم عشوائياً، وأسفرت النتائج إلى أن للنشاط البدني دور وتأثير إيجابي في خفض الضغط النفسي، وتغيير السلوك للأشخاص ذوي الإعاقة الممارسين للأنشطة

البدنية على عكس الباقي، وأوصت الدراسة بتكوين كوادر متخصصة للاهتمام بالفئة، العمل بالأنشطة البدنية لتعديل السلوكيات غير المرغوبة.

تناولت دراسة **شعبان والجدعاني (٢٠٢١)** واقع ممارسة الأنشطة الرياضية المكيفة للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة من وجهة نظر المعلمين، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٠٥) معلم ومعلمة للإعاقة الفكرية في القطاعين الخاص والحكومي، باستخدام المنهج الوصفي، وتم جمع البيانات عن طريق أداة الاستبيان، وأسفرت النتائج عن بأن واقع ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية كانت بدرجة متوسطة مع الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة، مع وجود فروق تُعزى لمتغير نوع القطاع، وجاء لصالح القطاع الخاص، وعدم وجود فروق تُعزى لمتغير المؤهل العلمي، والجنس. أوصت الباحثتان بأهمية ضرورة تفعيل الأنشطة البدنية للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية تحت إشراف مختصين مؤهلين باعتماد برامج تدريبية للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية تكون مخططة ومنظمة.

ولقد هدفت دراسة **طارق وعبد العزيز (٢٠٢١)** إلى التعرف على دور النشاط البدني المكيف في تحقيق التوافق النفسي، والاجتماعي، لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية. وتم استخدام المنهج الوصفي باستخدام الاستبانة لجمع المعلومات. تكونت عينة الدراسة من الأساتذة في المركز التربوي بواسطة العينة المسحية. ولقد كشفت النتائج أن النشاط البدني المكيف له دور إيجابي كبير في تنمية التوافق النفسي، والاجتماعي، لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية.

هدفت دراسة **خضراوي (٢٠٢١)** إلى تحديد أثر النشاط البدني الرياضي على المهارات العقلية (تركيز الانتباه، التصور العقلي، الاسترخاء)، باستخدام المنهج التجريبي، تكونت عينة الدراسة من (٢٦) تلميذ بالمرحلة المتوسطة، تم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين (تجريبية، ضابطة)، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات المهارات العقلية (تركيز الانتباه، التصور العقلي، الاسترخاء) للمجموعة التجريبية بين القياس القبلي والبعدي. مع وجود فروق بين متوسطي درجات المهارات العقلية للمجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي. كما أن للبرنامج المقترح تأثير إيجابي على نمو المهارات العقلية (تركيز الانتباه، التصور العقلي، الاسترخاء) لدى التلاميذ.

ثانياً: الدراسات ذات العلاقة بدافعية الإنجاز

هدفت دراسة **شناعة وآخرون (٢٠٢٣)** إلى معرفة دافعية الإنجاز ومدى علاقتها بالتحصيل الأكاديمي من وجهة نظر أساتذة المرحلة الأساسية في محافظ طولكرم بفلسطين، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة قوامها (٢٣٠) معلماً ومعلمة؛ تم اختيارهم بطريقة العينة المتيسرة، من خلال الاستبانة الإلكترونية، وأسفرت النتائج بأن مستوى دافعية الإنجاز والتحصيل الأكاديمي لدى الطلبة مرتفع

من وجهة نظر أسانذتهم، وأن هناك علاقة ارتباطية طردية مرتفعة بين دافعية الإنجاز والتحصيل الأكاديمي.

ركزت دراسة العطوي (٢٠٢٣) على دور الألعاب الترويحية لدى أطفال الروضة في رفع مستوى دافعية إنجازهم، وتكونت العينة من أطفال الروضة في المدارس الحكومية بمنطقة لواء عين الباشا. وأسفرت النتائج إلى أهمية اعتماد وإدراج بعضاً من الألعاب الترويحية في الخطط التربوية، وجعلها كعنصر أساسي في عملية تعليمهم وتدريبهم؛ لمساعدة الأطفال في رفع مستوى دافعية الإنجاز لديهم.

وتناولت دراسة Abdelkader et al., (2022) على احترام الذات وعلاقته بدافع الإنجاز الرياضي، باعتماد المنهج الوصفي، تكونت عينة الدراسة من (١٠٢) شخصاً من ذوي الإعاقة الجسدية تم اختيارهم عشوائياً، ولجمع البيانات تم استخدام مقياس التقدير ومقياس تحفيز الإنجاز الرياضي. توصلت النتائج إلى أن مستوى احترام الذات بين الأشخاص ذوي الإعاقة الجسدية مرتفع، مع عدم وجود فروق في تقدير الذات في بنود العمر ومتغيرات الإعاقة الحركية، ووجود فروق في تقدير الذات تُعزى لمتغير المستوى التعليمي لصالح مستويات التعليم العالي. مع وجود علاقة إيجابية بين سمة احترام الذات ودافع الإنجاز لتحقيق النجاح.

منهجية الدراسة:

منهج الدراسة

تعتمد الباحثة على المنهج النوعي.

مجتمع البحث والعينة

يتكون مجتمع البحث الحالي من جميع أولياء أمور الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية الذين يمارسون أنبائهم الأنشطة البدنية المكيفة التي تقدم في مراكز التربية الخاصة، ومدارس الدمج في المدينة المنورة. واختارت الباحثة المشاركات اختياراً حراً بما ترى من لديهم صلة وارتباط بأسئلة البحث، وتساهم بتحقيق أهدافه، وتعرف بطريقة العينة القصدية، حيث تقوم الباحثة باختيار المشاركات اللاتي ترى بأنهن سيسهمن بالإجابة على أسئلة البحث وتحقيق أغراضه (الفقيه، ٢٠١٧). لذا تمثل قوام عينة البحث الحالي بناءً على الاختيار القصدي من (٨) مشاركات من أولياء أمور الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية، والذين يمارسون أنبائهم الأنشطة البدنية المكيفة في مراكز التربية الخاصة، ومدارس الدمج في المدينة المنورة، وقد شاركوا في (٨) مقابلات.

وعليه تم تحديد المعايير التي تم اعتمادها لاختيار المشاركات بالبحث الحالي، ومنها: ١- حصول أبنتهم على تشخيص الإعاقة الفكرية. ٢- ضرورة ممارسة أبنتهم للأنشطة البدنية المكيفة. وجدول (١) يوضح بيانات المشاركات بالبحث.

جدول (١) بيانات المشاركات بالبحث

المدينة	درجة الإعاقة	ترتيبه في الأسرة	العمر	النوع	الاسم مستعار	م
المدينة المنورة	بسيطة	الأولى	٩ سنوات	أنثى	سعاد	١
المدينة المنورة	متوسطة	السادسة	١٢ سنة	أنثى	وداد	٢
المدينة المنورة	بسيطة	السادسة	١٢ سنة	أنثى	هيفاء	٣
المدينة المنورة	بسيطة	الأخيرة	١٠ سنوات	أنثى	سهام	٤
المدينة المنورة	بسيطة	الأخيرة	٩ سنوات	أنثى	هدى	٥
المدينة المنورة	بسيطة	الأولى	١٠ سنوات	أنثى	زينب	٦
المدينة المنورة	متوسطة	الأخير	٩ سنوات	ذكر	هناء	٧
المدينة المنورة	متوسطة	التاسع	١٠ سنوات	ذكر	سناء	٨

أداة الدراسة

ولجمع البيانات اعتمدت الباحثة أداة المقابلة. وعليه، اختارت الباحثة المقابلات شبه المنظمة أداة لبحثها الحالي؛ لكونها تتيح الفرصة لاستحداث أسئلة جديدة أثناء المقابلة، وتعديلها بما يتلاءم مع استجابات المشاركات، مع عدم الالتزام بالأسئلة المعدة مسبقاً، وهذا ما أتاح إليها إمكانية تناول الموضوعات من جوانب عديدة.

إجراءات تصميم المقابلة

خضعت الباحثة قبل إخراج أداة المقابلة بشكلها النهائي إلى عدة مراحل؛ ويمكن سردها في عدة خطوات: بدايةً مرحلة تدوين مجموعة أسئلة بصيغتها الأولية للإجابة على أسئلة البحث، وتضمنت ١٨ سؤالاً، ومن ثم حرصت الباحثة بأخذ آراء الخبراء، وزميلات التخصص المتفقيين مع منهجية وأداة الباحثة، وتم تعديل الأسئلة من حيث الصياغة والوضوح والحذف، وحضور دورة تدريبية للمنهج النوعي، وتم التعديل على بعض الأسئلة بعد الانتهاء منها: كدمج بعض الأسئلة، وتعديل بداية السؤال بحيث يتناسب مع المنهجية المستخدمة، ومن ثم تم تصميم دليل المقابلة بصورته النهائية، حيث تكوّن من (١١) سؤال رئيسي، ومن ثم تحكيم الأداة عن طريق الأخذ بآراء الخبراء، وتم اعتماد الصيغة النهائية لأداة الدراسة.

ركزت الباحثة في تصميم دليل المقابلة على مجموعة من المعايير لضمان نوعية الحوار المساهم أثناء المقابلة وإدارته بطريقة صحيحة، بهدف استيفاء الإجابات عن أسئلة البحث؛ ولضمان تجنب تدفق البيانات التي لا تسهم في تحقق هدف المقابلة. وأحتوى دليل المقابلة على مقدمة بسيطة تعريفية عن الباحثة، وعنوان بحثها، والغرض من إجراء المقابلة، وأخذ الموافقة والإذن منهن بتسجيل المحادثة الصوتية لأغراض البحث العلمي فقط؛ وإتلاف التسجيلات حين الانتهاء من تفرغ البيانات، ومن ثم البدء مع المشاركات بأسئلة تعريفية لتشكيل صورة أولية، ومن ثم التدرج في

الأسئلة الرئيسية والأسئلة التتبعية، والمساهمة ببيانات كمية تتسم بالوضوح، وأختتم الدليل بالشكر، وتذكيرهم بأهمية التواصل للاستفسار أو لتوضيح البيانات ومراجعتها. وقد تم التطبيق الفعلي لأداة البحث على المشاركات خلال الفصل الدراسي الأول من ٢٠/٣/١٤٤٥هـ إلى ٢٨/٤/١٤٤٥هـ، واستغرقت مدة تطبيق الأداة تقريباً شهر وثمانية أيام. أجريت المقابلات بصورة فردية، لكل مشاركة مقابلة واحدة فقط، فضل جميع المشاركات أجرى المقابلات بمكالمة هاتفية (٦) منهن فضلن اتصال عادي، و(٢) اتصال عن طريق برنامج التلجرام، وتراوحت مدة المقابلات من ٢١ د إلى ساعة و ٢١ د كما هو موضح في الجدول التالي:

ولي الأمر	مشاركة ١	مشاركة ٢	مشاركة ٣	مشاركة ٤	مشاركة ٥	مشاركة ٦	مشاركة ٧	مشاركة ٨	المجموع
عدد المقابلات	مقابلة واحدة	٦							
مدة المقابلة	٢١ د	ساعة و ٢١ د	٤٥ د	٣٢ د	٤٥ د	٤٣ د	٤٢ د	٢٦ د	٣٣٠

قامت الباحثة بتسجيل المقابلات عن طريق جهازي من (iPhone)، للاحتياط ولتفادي مشكلة فقدان التسجيل الصوتي في إحدى الأجهزة. واعتمدت الباحثة تفرّغ المقابلات التي أجريت يدوياً على مستند Word، وحرصت الباحثة على التفرّغ كتابياً حرصاً على حفظ خصوصية بيانات المشاركات، وللتأكد من أن البيانات كُتبت بشكل صحيح بدون فقدان أو أخطاء، ثم قامت بوضع ملف خاص لكل مشاركة يحتوي على النص الأساسي للمقابلة التي تم تفرّغها، وللترميز باسم مُستعار لكل مقابلة.

تحليل البيانات

قامت الباحثة بقراءة البيانات والموضوعات مرة أخرى ومراجعتها، واعتمادها شبه نهائياً، واستمرت تلك العملية حتى نهاية البحث. تلا ذلك اختتام عملية تحليل البيانات وكتابة التقرير النهائي، وحرصت الباحثة على الاهتمام بكافة التفاصيل والمعلومات التي استنتجت من عملية التحليل؛ للتوصل إلى نتائج أكثر مصداقية. مع توضيح كل محور من خلال عرض أقوال المشاركات، والاستنتاج، وتوضيح ما يستفاد من الأقوال التي اتفقت فيها المشاركات والأقوال التي اختلفت فيها، واستعراض الباحثة لرأيها الشخصي، وربط النتائج التي تم الوصول إليها بالدراسات السابقة التي تناولت الموضوع لدعم وتعزيز النتائج.

نتائج البحث

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على تأثير ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة على دافعية الإنجاز لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر أسرهم، وكذلك تحديد الآثار الإيجابية والسلبية، والتحديات التي تواجه أسر الأشخاص ذوي

الإعاقة الفكرية وتحد من ممارسة أبنائهم للأنشطة البدنية المكيفة وأهم الاقتراحات التي ترى الأسر بأنها تساهم بتعزيز ممارسة أبنائهم للأنشطة البدنية المكيفة. سيتم في هذا الفصل عرض آراء المُشاركات، حول تصورات أسر الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية على تأثير الأنشطة البدنية على دافعية الإنجاز، ويكون ذلك عن طريق الإجابة عن السؤال الرئيس وينص على:

كيف يصف المشاركون تأثير الأنشطة البدنية المكيفة على دافعية الإنجاز لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر أسرهم؟

يتضمن السؤال الأول موضوعين رئيسيين وهما: **الأنشطة البدنية المكيفة ودافعية الإنجاز، دور الأسرة في تنمية دافعية الإنجاز.** وتفرع الموضوع الأساسي إلى محورين تمت كتابتها مرتبه تصاعدياً من الأكثر تكراراً إلى الأقل.

جاء محور "إنجاز المهام" في الترتيب الأول من حيث عدد التكرارات، حيث حصل على (٦) من أصل ٨ مقابلات، وتبين من خلاله بأن للأنشطة البدنية المكيفة تأثير إيجابي على دافعية الإنجاز لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية، ويتفق ذلك مع دراسة الطيب (٢٠١٤) بأن للأنشطة البدنية دور فعال في رفع مستوى الدافعية للإنجاز، وبأن إنجاز المهام معتمد كلياً على تحسين الحركة لديهم، مما ينبئ بعلاقة طردية؛ والذي يشير إلى ارتفاع مستوى معين يؤدي الى ارتفاع المستوى التابع له، وبالتالي فإن تحسين المهارات الحركية من خلال الأنشطة البدنية المكيفة ساهم في اعتماد الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية على ذواتهم وزاد من حس المسؤولية لديهم تجاه أنفسهم، وبالتالي زيادة حصيلته إنجاز المهام المكلفين بها، وتتفق ذلك مع دراسة (Husain et al., 2010) والذي أشار إلى أن ممارسة الأنشطة البدنية تطور الجهاز العصبي والعضلي؛ والأجهزة الحيوية والمهارات الحركية تبعاً لإمكانيات الشخص ذوي الإعاقة وقدراته؛ مما يعكس أثر إيجابي على صحته حيث تعمل على تحسين التناسق الحركي لأعضائه المختلفة، وتُمكن المهارات الحركية من تقليل الشعور السلبي المصاحب للإعاقة كالشعور بالضعف والعجز، وتنمي لديه شعور الاستقلال الذاتي. وترى الباحثة بأن هناك ارتباط وثيق بين الجانبين الحركي والاستقلالي، حيث أن امتلاك الشخص ذوي الإعاقة للمهارات الحركية يؤدي إلى استقلالته بذاته، ويساهم في ارتفاع حس المسؤولية، وقيامه بالمهام الخاصة به.

كما أبدت المُشاركات آرائهم حول محور "إنجاز المهام" حيث اتفقت المشاركة سعاد بقولها " أرى بين دافعية الإنجاز وممارسة الأنشطة البدنية المكيفة ارتباط وثيق، ولاحظت أن طفلي بعد ممارستها للأنشطة تعدلت لديها الحركة فأصبحت تعتمد على نفسها أكثر، وصارت تعمل تمارين وتؤدي المهام بنفسها فهي تتحمس لما تشوف انها قادرة على تأدية المهام وهذا يرفع لديها مستوى دافعية الإنجاز وقابليتها للمهام المعطاة لها "واتفقت معها المشاركة هدى "أشوف فيه علاقة بين

ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة ودافعية الإنجاز لما الواحد يكون رياضي ينجز معروف حتى بالمجتمع جسمها سيكون نشيط وعقلها نشيط فتكون قادرة وتستطيع أن تنجز". وأيدتهم المشاركة سهام " بنتي هي بنفسها تطلب إنها تعمل قبل ما تبدأ بحل واجباتها المدرسية فصرت إذا أردت تكليفها بمهمة اسبقها بنشاط بدني، حتى لو صعود الدرج يفرق مع بنتي، أشوف أنه في ارتباط بين دافعية الإنجاز ومزاولة الأنشطة البدنية المكيفة، إذا الطفل الهادي إذا زاول الأنشطة تعطيه دافعية أكيد أنه ينجز يتحرك يقوم ألقها بالمهام الخاصة فيه".

وأضافت المشاركة زينب" عن ابنتها بأن مستوى انجازها عال، كما أن مزاولة الأنشطة تساهم بإخراج الطاقة المكبوتة وتشعر بنفسها أنها تستقبل طاقة ونشاط وحيوية وتعمل أي مهمة أكلفها فيها". وكذلك أضافت "هنا" "الأنشطة البدنية تؤثر على دافعية الإنجاز لأن وقت أداء الأنشطة البدنية تتحرك الدورة الدموية عندهم، ويكون الجسم نشيط وقادر أنه يستقبل منك المهام ويسويها وهو بطاقة عالية". وانفتحت معهم المشاركة سناء" يزيد مستوى الإنجاز لديه ويصبح قادر على إنجاز جميع المهام المطلوبة منه بكل حماس، كل ما زاد ممارسته للأنشطة البدنية كل ما زاد لديه مستوى الإنجاز وينجز جميع المهام المطلوبة منه على عكس عدم ممارسته للأنشطة البدنية يقل إنجازها بسبب الخمول والكسل".

وجاء المحور الثاني " الثقة" في الترتيب الثاني من حيث عدد التكرارات، حيث حصل على (٥) من أصل (٨) مقابلات، وكشفت النتائج بأن ارتفاع دافعية الإنجاز بعد ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة للأشخاص ذوي الإعاقة العقلية يساهم بارتفاع ثقتهم بأنفسهم، وتقديرهم لذواتهم وبمشاعر الرضا لديهم، وأن هناك علاقة وثيقة قوية بين كل من الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (ويزة وشريك، ٢٠١٧) ودراسة (AL- Saaydeh et al., 2017) ودراسة (Abdelkader et al., 2022). كما أشار المصري وفرح (٢٠٢٠) بأن ارتفاع دافعية الإنجاز يؤدي بدوره إلى تأدية المهام بهمة وطموح، مع الشعور بالسرور عند أداء المهمات المتوسطة الصعوبة، مع بذل المحاولات للتغلب على العقبات التي تواجههم. حيث أفادت المشاركة وداد " أرى هناك ارتباط بين دافعية الانجاز وتقدير الذات، الشخص لما يكون عنده ثقة بنفسه ويعمل أعمال وينجز أكيد سيكون فخور بذا الشيء، وبالتالي يؤثر على مستواه ويتقدم أكثر ودافعيته عالية ويطمح لأشياء أكبر، هو صح ممكن يفشل مره مرتين". وأضافت المشاركة هدى "أشوف فيه ارتباط بين تقدير الذات ودافعية الإنجاز بالعكس هي لو سوت أي شيء تقول أنا كفو ترفع من ثقتها بنفسها". وانفتحت معهم المشاركة هنا" أرى بأن هناك ارتباط بين تقدير الذات ودافعية الإنجاز فعندما تزيد انتاجية الطفل وترتفع ثقته بنفسه وتقدير ذاته بأن فرد قادر على الإنجاز". وأيدتهم المشاركة زينب "أشوف بين دافعية الإنجاز وتقدير الذات ارتباط قوي جداً فإذا البننت تقديرها لذاتها عالي فتعمل الشيء بحماس وأنها قادرة على

اتمامه بأكمل وجه وينعكس ذلك على أدائها والعكس صحيح إذا البنت دافعيته عالية تقديرها لذاتها بكون عالي". تقول سناء" هناك ارتباط لأن كل ما حس الطفل بأنه أنجز بعض المهام زاد لديه تقديره بذاته وثقته بنفسه".

الموضوع الثاني " الأسرة ودافعية الإنجاز" والذي يحتوي على محورين (الاستقلالية، أساليب التنشئة الاجتماعية). وتم ترتيبهم تصاعدياً بالأكثر تكراراً. المحور الأول " الاستقلالية" وجاء في الترتيب الأول من حيث عدد التكرارات، حيث حصل على (٥) من أصل (٨) مقابلات، توصلت النتائج بان للأسرة دور هام في تنمية دافعية الإنجاز وكسب أبنائهم ذوي الإعاقة الفكرية للعديد من المهارات والاعتماد على الذات في تصريف شؤون حياتهم، بما يساهم برفع مستواهم التحصيلي لوجود علاقة وثيقة بين دافعية الإنجاز والتحصيل الأكاديمي، وتتفق النتيجة مع نتائج دراسة كل من (شناعة وآخرون، ٢٠٢٣) ودراسة (Sivrikaya, 2019) ودراسة (Ah Gang et al., 2018) ودراسة (العمرى، ٢٠١٧)، واختلفت مع دراسة (Bergold, & Steinmayr, 2016) والتي تناولت نوع العلاقة بين كل من دافعية الإنجاز والذكاء.

كما أشار (جعفر ونصر الدين، ٢٠١٦) بأن دافع الإنجاز مكتسب من المحيط البيئي للشخص، كما يُشكل دورًا بالغ الأهمية في اكتساب الاستقلالية، والاعتماد على الذات في تصريف الشؤون الخاصة، والتي تزيد من دافعية الإنجاز ومستواه التحصيلي، كما أن الأشخاص الذين يمتلكون دافعية إنجاز عالية حرصوا أمهاتهم على استقلاليتهم بالمنزل، في حين الأشخاص ذوي الدافعية المنخفضة لم يتلقوا من أمهاتهم أهمية للجانب الاستقلالي.

كما أشارت المشتركة سعاد" للأسرة دور في متابعة الطالبة ومنحها القوة المعنوية بأنها تقدر تكتسب مهارات وتستطيع في كل الأمور بأنها تعتمد عليها للوصول إلى مستوى عالي من دافعية الإنجاز " وأضافت المشاركة هيفاء" تستقبله عند العودة من مدرسته أنا بنتي توصيني من الصباح ما انام بوقت رجعتها فممكن هذا الشيء البسيط يساعد إنني انمي دافعيته".

وقد يمتلك الأبناء الاستقلالية بتحفيز الأسرة وإعطائهم الثقة والتعاون معهم مما يرفع من دافعيته. وفي ذات السياق أشار (AL-sahli, Abdul-Majeed, 2010) بأن دافع الانجاز يُمثل طاقة تدفع الشخص على المنافسة في المواقف التي تتطلب مستويات عالية من التحدي لإدراك وتأكيد الذات؛ والرغبة في تحقيق حياة أفضل. حيث أشارت المشاركة سعاد " يعتمد على الجانب الذاتي ويعتمد على الأسرة بعد، أنها تحفز الطفل بقول أنت تستطيعي وتقول لا أنا ما أعرف، الأم تتعاون معها وتقول لا أنت تستطيعي أنتِ راح تطلعي شيء كبير لأن لما تعتمد على نفسها تشعر بثقة في نفسها". وأضافت المشاركة هيفاء" شيء أكيد للأسرة دور في استقلالية الطفلة وخاصة لما أعطيها مهام محددة هي تدخل المطبخ إذا جاءت وتسوي لها أكل تحت

إشرافي أنا أكون معها أنا عشان تعتمد على نفسها أنا لا أريد أن تعتمد علي أو على أحد لازم تتعود إنها تعتمد على نفسها لأن محد دايم لها"، وتؤكد المشاركة هدى" أكيد للأسرة دور في إنها تكسبها الاستقلالية نحن بالمنزل أنا وابوها واخوانها ما نعاملها إنها مختلفة، هي بالنسبة لي كأنها واحدة من اخواتها ضروري إنها تعتمد على نفسها وتأكل بنفسها وهذي الاشياء وأنا أشوفها تؤثر بتقتها بنفسها تشوف إنها هي تقدر ما فيه شيء ناقصها، حتى لو يرسل شيء لجيراني عادي هي تودبه فدافيعيتها بتكون عالية جدًا ترجع للبيت مبسوطة". وأيدتهم المشاركة سناء" أعود طفلي منذ الصغر أن يعتمد على نفسه ولا يعتمد على غيره من جميع النواحي وبالخصوص الجانب الاستقلالي لخصوصيته مثل استخدام الحمام والأكل والملابس تعطيه ثقة بنفسه وبحس أنه طفل نفس الاطفال العاديين ما ينقصه حاجة". وبناء على ما سبق تعمل الأنشطة البدنية المكيفة على تقوية أجهزة الجسم الحيوية والتوازن بين أجهزة الجسم المختلفة؛ حتى يُتاح لأجهزة الجسم فرصة أداء وظائفها كاملة (Vest et al., 2006).

المحور الثاني "أساليب التنشئة" وجاء في الترتيب الثاني من حيث عدد التكرارات، حيث حصل على (٤) من أصل (٨) مقابلات، تعد الأسرة المنبع الأساسي في عملية التنشئة الاجتماعية، تحرص الأسرة على بقاء أبنائها بصحة عالية، وتسعى على تنميتهم فكرياً وترسيخ المبادئ والقيم لديهم، ومادامت الأسرة تراقب أبنائهم وترشدهم وتضع لهم القوانين والحدود. وكما أشار (جعفر ونصر الدين، ٢٠١٦) بأن دافع الإنجاز مكتسب من بيئة الشخص، لذا فإن أساليب التنشئة الاجتماعية تشكل دوراً مهماً في اكتساب الاستقلالية وزيادة الثقة بالنفس، والاعتماد على الذات في الأمور الخاصة، وعلى الصعيد الآخر قد تكسب أساليب التنشئة الاجتماعية الاتكالية وعدم المبالاة، وكل ما سبق يعتمد على نمط التربية السائد في الأسرة، حيث أن الأسرة التي لا تمنح أبنائها الثقة، واستمرارها بالمراقبة بشكل دوري، والسيطرة عليهم يؤثر ذلك سلبياً على دافعية الانجاز. كما أبدو المشاركات آرائهن وقالت المشاركة وداد" دوري أكون وسط وواجهها لأنها تعرف الصح والخطأ بس تحتاج توجيه". وأضافت المشاركة سهام" الحرية اللي تتيحها الأسرة تكون بحدود أما الشدة اللي كل شيء ممنوع يعني ما أقوله لا تتحرك لا تروح لا تجي، لا أخليه يأخذ راحته بس لا يوصل للشيء اللي يضره ولازم أعطيه مجال للثقة".

وأضافت المشاركة زينب"شوفي الوسيطة بكل شيء حلوة أنا من ناحيتي ما أشدد بالمراقبة بشكل قوي ولا أرخي بزيادة أحلى البننت تأخذ راحتها تعمل اللي تبغاه وأنا اوجهها ما أسوي الشيء عنها إذا كانت هي تقدر تعمله بس ممكن اساعدها بالأشياء اللي ما تقدر تعملها أعطيها الثقة وهي تنجز بإذن الله". وأضافت المشاركة وداد" أعتقد أن لأساليب التنشئة لها تأثير في كسب البننت استقلالية ورفع ثقته بنفسها،

لما الأهل يكونوا حول البنت ويخلوها تؤدي المهام اللي تقدر عليها بنفسها. الاهمال ما يولد شيء بالعكس بتطلع كسوله وما تعرف شيء".

مناقشة السؤال البحثي الثاني:

ما الآثار الإيجابية نحو ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة على دافعية الإنجاز لدى ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر أسرهم؟

يتضمن السؤال الثاني أربع مواضيع رئيسية وهي: الجانب الحركي، الجانب الاجتماعي، الجانب النفسي، والجانب الأكاديمي. ويتفرع الموضوع الأساسي الأول إلى محورين تمت كتابتهما مرتبه تصاعدياً من الأكثر تكراراً إلى الأقل، والموضوع الثالث يتفرع منه محوراً واحداً.

الموضوع الأول الجانب الحركي ويندرج منه المحور "تقوية العضلات" وحصل على الترتيب الأول من عدد التكرارات، حيث حصل على (٥) من أصل (٨) مقابلات، وفي ذات السياق أشارت المشاركات بأن أبرز عوائد الأنشطة البدنية المكيفة تكمن بدورها الإيجابي على كافة الأصعدة، وعلى الصعيد الحركي فهي تساعد على تحسين المهارات الحركية للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية، وتتفق النتيجة الحالية مع نتائج دراسة فرغلي (٢٠٢١) ودراسة خشايمية (٢٠٢١) ودراسة الأطرش، وآخرون (٢٠٢٠) أن ممارسة الأشخاص ذوي الإعاقة للأنشطة البدنية المكيفة تساهم بتحسين المهارات الحركية لديهم. حيث أفادت المشاركة سعاد "بأن الأنشطة البدنية المكيفة تعمل على تعديل المهارات الحركية بشكل أفضل" وتعمل على تقوية العضلات. كما أفادت المشاركة هيفاء "بأن الأنشطة البدنية المكيفة ساعدت على تقوية المهارات الحركية لابنتها" تقوي رجليها وتقوي يديها أحيان إذا طلبت منها تكتب أو شيء تقول عظامي بس بالرياضة ما تحس بالآلام هذي". وأضافت المشاركة وداد "على الجانب الحركي بعد مهم جداً ويساعد على تقوية العضلات". واتفقت معها المشاركة سهام "تساعد على تقوية العضلات". وأضافت المشاركة هناء "تعتبر الأنشطة المكيفة أكثر أهمية للأشخاص ذوي الإعاقة وذلك كونها تساعد وتعمل على تقوية وتحسين عضلاتهم، حيث تساهم الأنشطة البدنية بزيادة اللياقة، حيث أضافت المشاركة سعاد "وبعد النشاط البدني صارت اللياقة عندها عالية صارت تجري وتمشي" وتتفق النتيجة الحالية مع نتائج دراسة بن سباح (٢٠١٧). وبناء على ما سبق فإن الأنشطة البدنية المكيفة تعمل على زيادة وعي الطلبة بأجسادهم، وإدراك قدراتهم وتطويرها وتنميتها؛ حيث تهتم التربية البدنية المكيفة بتنمية اتجاهات الطلبة ورغبتهم تجاه الممارسة المنتظمة والاعتماد عليها مدة الحياة، إذ يكمن مغزى الأنشطة البدنية المكيفة في قدرتها على تحقيق العديد من الفوائد من الأنشطة البدنية والحركية من خلال المشاركة الممتعة والسارة في الوقت ذاته (Richards, 2019).

وجاء المحور "المرونة الحركية والاتزان الحركي" بالمرتبة الثانية من حيث

عدد التكرارات (٤) من أصل (٨) مقابلات، حيث أبدت المشاركات آرائهن حول الأنشطة البدنية المكيفة بكونها تساعد الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية على اكتساب المرونة الحركية والاتزان الحركي، حيث لاحظت المشاركة سهام " مع الوقت التحكم بالحركة لابنتها والتي تعاني من نشاط الغدة فالحركة عندها نشطة وكثيرة". وأضافت المشاركة زينب " كانت لدى ابنتي حركات غير طبيعية ميلان أثناء المشي والتخبط، ولكن بعد الأنشطة انتظمت حركتها بشكل أفضل ليس بنسبة ١٠٠% ولكن اتزانها صار أفضل ". وأفادت المشاركة سناء " بأن تنشيط الناحية الحركية تساعده على التوازن والمرونة وتنمية الوظائف الحركية للتحكم بالجسم" وقالت المشاركة هناء "أحدثت الأنشطة المكيفة تحسن واضح وملحوظ في نشاط الطفل حيث أصبح أكثر مرونة وسهولة "وزادت على ذلك "تحدثت الأنشطة تغيرات كثير في حياة الطفل حيث ساعدت في تقوية عضلات القدم مما ساهم في مرونة وزيادة سرعة الحركة لديه، كما ساعدت التمارين في تقوية عضلات اليد مما نتج عنها تحسن واضح على حركة اليدين في كافة أنشطته اليومية" مما عزز لديه الجانب الاستقلالي وجعله مستقل بذاته ويدعم ذلك تحسن المهارات الاجتماعية. وبناء على ما سبق من إفادات المشاركات فإن التمارين البدنية المكيفة تنمي النشاط والشجاعة والصحة، وتساعد على تكوين الجسم وتربيته تربية متزنة، فتكسبه مرونة تمكنه القيام بحركات واسعة النطاق كبيرة المدى في المفاصل، وتقوي أجزاءه المختلفة باتزان وتناسق، كما أنها تزيد من انتفاعه في علاج تشوهات القوام التي تحصل نتيجة عدم الحركة، كما أن عدم حركة الأجزاء الصحيحة للجسم تعمل على ضمور العضلات، وجعلها غير قادرة على العمل الحركي المهم لبناء القدرات والكفاءات لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية (عبد المجيد، ٢٠١٤).

وفيما يتعلق بالموضوع الثاني في السؤال البحثي الثاني هو " الجانب الاجتماعي" والحاصل على (٨) تكرارات من أصل (٨) مقابلات، كشفت النتائج أن الأنشطة البدنية المكيفة تأثير ودور إيجابي على الجانب الاجتماعي لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية وتتفق النتيجة مع نتائج دراسة عزوز ومجد (٢٠٢١) ودراسة زبييري وبن ناصر، (٢٠٢١) ودراسة فيجل وحداد (٢٠٢١) ودراسة طارق وعبد العزيز (٢٠٢١) ودراسة حموروش وعدم (٢٠١٧). حيث أبدت المشاركات آرائهم ومن الآراء: أفادت المشاركة هناء " تعتبر الأنشطة المكيفة أكثر أهمية للأشخاص ذوي الإعاقة وذلك في كونها تساعد وتعمل على تقوية وتحسين عضلاتهم مما يساهم في انخراطهم وتداخلهم مع أفراد المجتمع وقيامهم بأنشطتهم اليومية بسلاسة ومرونة". وقالت المشاركة سعاد "وتجعله اجتماعي مع أصدقائه". وأضافت المشاركة هيفاء "يعطيها نشاط يعطيها حيوية يخليها تشارك مع المجتمع ". واتفقت معهن المشاركة وداد " ولها أهمية على الجانب الاجتماعي أكيد تنبسط لما تكون مع صاحباتها وتقلدهم بالأنشطة وتعطيها حماس إنها تبدأ تسولف مع صاحباتها وتسال

عن الأنشطة وتضحك معهم وتكسر حاجز الخجل" وزادت على ذلك" بنتي تحب المشاركة الجماعية بالأنشطة، والأنشطة البدنية أحسها كذا وفرت لِبنتي ذا الشيء" وأضافت المشاركة سهام" تضبط علاقاتها مع الآخرين". وفي ذات السياق أشار (أبو النصر، ٢٠١٠) إلى أن الأنشطة البدنية المكيفة تعمل على تنمية الثقة بالنفس والتعاون والشجاعة، فضلاً عن شعورهم باللذة والسرور؛ للوصول إلى النجاح عن طريق الفوز، كذلك تساعدهم في تنمية الشعور نحو الجماعة ونحو الحياة الرياضية، والذي بدوره يساعد في نموهم؛ لكي يكونوا مواطنين صالحين يعملون لمساعدة مجتمعهم، كما أن للمجتمع والبيئة والأسرة والأصدقاء الأثر الكبير في نفسية الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، ولذلك فإن نظرة المجتمع إليه ضرورية ولها أهدافها وممارستها.

وأفادت المشاركة هناء " حيث تساهم بشكل كبير وواضح في تداخل الطفل في المجتمع وتكيفة معه وذلك من خلال ما تنتجه الأنشطة من تطوير وتقوية وتحسن لسلوك وعضلات الطفل مما يجعله قادر على المساهمة كفرد في المجتمع". وأضافت المشاركة زينب" في بعض الأوقات أجي استنذن لها القاها داخله مع بنات الفصل الثاني عشان تحضر معهم حصة الأنشطة البدنية". وأضافت المشاركة سناء" تقول سناء أهميتها من الناحية الاجتماعية إنها تنمي العلاقات الاجتماعية بين الأشخاص ذوي الإعاقة وتحد من الانعزال والانطواء، وهي مهمة لكل طفل بحيث تساعدهم على الاندماج مع أقرانهم واللعب معهم"، ويدعم ذلك تحسن الجانب النفسي ويعود إيجابياً على الشخص ذوي الإعاقة الفكرية وتمنحه الثقة في نفسه وتقبله من قبل الآخرين. وفي ذات السياق أشار كل من (Wouters, et al., 2019) تساعد الأنشطة البدنية المكيفة الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية على التكيف مع الأفراد والجماعات التي يعيشون معها، حيث إن ممارستهم للفعاليات والأنشطة الرياضية تسمح لهم بالتكيف والاتصال بالمجتمع، وهي تهدف إلى تطوير قدراتهم على الصعيدين الفيزيولوجي والنفسي لخفض الاضطرابات النفسية، والتحكم أكثر في الجسم، وتكيفة المستمر مع الطبيعة.

كما يُعد الموضوع الثالث في السؤال البحثي الثاني هو "الجانب النفسي" والحاصل على (٤) تكرارات من أصل (٨) مقابلات، حيث كشفت النتائج بأن للأنشطة البدنية المكيفة تأثير ودور إيجابي على الجانب النفسي لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية وهذه تتفق مع دراسة (رقاد، ٢٠٢٣) ودراسة (زاوي وآخرون، ٢٠١٨) ودراسة (حسن، ٢٠١٧) ودراسة (حمودي وآخرون، ٢٠٢٠). حيث أبدت المشاركات آراءهن وأيدن بأن للأنشطة البدنية المكيفة تأثير إيجابي على الجانب الاجتماعي والنفسي حيث تساهم بتحسين الصحة النفسية للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية، وأفادت المشاركة سعاد" لها تأثير ايجابي على الجانب النفسي وراح تتحسن نفسية الطفل بشكل أفضل". وأضافت المشاركة هيفاء "نفسياً أحسها ترتاح سبحان الله

تحس كذا بشعور جميل كأنها فرغت طاقة فائضة، وفي بعض الأوقات تشغل مقاطع من اليوتيوب وتقلد الحركات" وأضافت المشاركة وداد" مره تكون مبسوطه ولما تجي من المدرسة تسوي نفس الحركات اللي عملوها بالحصة لدرجة أعرف إن عندها اليوم بدنية من فرحتها" وزادت على ذلك المشاركة وداد بقولها " وفي البيت إذا شعرت بالملل تجمع اخوانها وتعمل نفس الحركات اللي أخذتها بالمدرسة وتتغير مشاعرها". وأضافت المشاركة زينب" لها دور إيجابي على الجانب النفسي شوفي بنتي اليوم اللي يكون عندها أنشطة بدنية تقوم الصباح من نفسها وتجهز نفسها للمدرسة وتمشط شعرها وتصحى اخوانها إذا كانوا عندها وبرضه ترتاح نفسياً لما تخرج الطاقة اللي بداخلها، بعد الأنشطة تهدأ، النشاط الزائد اللي فيها لو ما فرغته ما ترتاح" وأضافت المشاركة سناء" ومن الناحية النفسية تعزيز الشخصية والثقة بالنفس وتخفيف التوتر، وكذلك تساعد الطفل على تفريغ الطاقة بالأنشطة اللي تناسبه". وعليه فإن الأنشطة البدنية المكيفة أحدثت تغييرات ايجابية على حياة الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية ومنها تعديل السلوكيات غير المرغوبة لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية، حيث قالت المشاركة سعاد" أنصح فيها عدلت سلوكيات كثيرة غير مرغوبة للطالبة". وأثبتت ذلك دراسة (عدواني و بو ضياف، ٢٠١٨) ودراسة (شيتور و عمارة، ٢٠٢١)، مما يجعل الجانب الأكاديمي في تقدم وتحسن حيث يعد الموضوع الرابع في السؤال البحثي الثاني هو " المجال الأكاديمي" الحاصل على تكرارين من أصل ٨ مقابلات، بقول المشاركة هناء" ساهم ذلك في تحسين أداء الطفل الدراسي". حيث أن الأنشطة البدنية المكيفة لها تأثير إيجابي على الصعيد الأكاديمي ونمو المهارات العقلية، وتتفق ذلك مع دراسة (Atik & Fikret, 2018) ودراسة (مخولف، عيواج، ٢٠٢٠)، ودراسة (خضراوي، ٢٠٢١).

في أن الأنشطة البدنية المكيفة تحسن من المهارات اللغوية على الجانب النطقي وتساهم في زيادة واثراء المخزون اللغوي، حيث أفادت المشاركة زينب " وتحسن النطق عندها بشكل ملحوظ صارت تلتقط كم كلمة". ولكي يتوصل الشخص ذوي الإعاقة لتلك الفوائد والنتائج عليه بالاستمرار والمواصلة في تأديتها.

مناقشة السؤال البحثي الثالث:

ما التحديات التي تواجه أسر الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية نحو ممارسة أبنائهم للأنشطة البدنية المكيفة؟

ينقسم السؤال الثالث إلى ثلاثة مواضيع رئيسية وهي افتقار المدينة للنادي والصالات الرياضية التي تستقبل الأشخاص ذوي الإعاقة، قلة وعي المجتمع بأهمية الأنشطة البدنية المكيفة للأشخاص ذوي الإعاقة، التكلفة المادية التي قد تضعها الأندية.

توصلت النتائج إلى أن أهم التحديات التي تواجه الأشخاص ذوي الإعاقة عند ممارستهم للأنشطة البدنية المكيفة هي: افتقار المدينة للنادي والصالات الرياضية

التي تستقبل الأشخاص ذوي الإعاقة وقلة الكوادر المتخصصة حيث حصل على عدد تكرارات (٤) من أصل (٨) مقابلات، وترى الباحثة بأن الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية لديهم احتياجات ومن ضمنها: صالات رياضية مجهزة لهم ومكيفة بما يتناسب مع احتياجاتهم الفعلية، وكادر تدريبي مؤهل على علم ودراية كافية بخصائصهم وامكانياتهم لتدريبهم، وتتفق النتيجة الحالية مع دراسة الشعار (٢٠٢٠) ودراسة العطوي (٢٠٢٣) ودراسة الأطرش والجبور (٢٠١٧)، كما تتفق مع ما أوصت عليه دراسة شعبان والجدعاني (٢٠٢١) ودراسة رقاد (٢٠٢٣)، بأهمية وضرورة تفعيل الأنشطة البدنية للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية تحت إشراف مختصين مؤهلين باعتماد برامج تدريبية للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية تكون مخططة ومنظمة، وتختلف النتيجة السابقة مع دراسة الغنيم (٢٠٢٢) بأن العائق لممارسة الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية للأنشطة البدنية هو وضعهم الصحي. حيث أن كانت آراء المشاركين كالاتي: أفادت المشاركة سهام" إن التحديات العائق الأول ليس قلة الأماكن، بل انعدامها لأنه لا توجد أماكن تقدم أنشطة بدنية للأشخاص ذوي الإعاقة، كما سعت بالموضوع جلست أدور لأنني أعاني مع بنتي بفترة الاجازة الصيفية والمراكز ترفض استقبالهم فقط تستقبل اللي من الأساس مسجلين بنفس المركز". واتفقت معها المشاركة هيفاء بقول "نحن وللأسف لا يوجد لدينا أندية والتي تساعدهم يفرغون طاقتهم الموجودة عندنا ليت يقبلوهم فيها بس النوادي ما تستقبل".

أضافت المشاركة وداد " أحيان أشوف بعض المراكز ينزلوا إعلان عن الفعاليات اللي ويكون من ضمنها الأنشطة الحركية ولما استفسر منهم يقولوا مخصصه للطلاب المشتركين بنفس المركز وما تستقبل من خارج المركز، نحتاج أماكن ترفيهه وهي مفيدة بنفس الوقت".

وقالت المشاركة زينب" أول عقبة واجهتني ما فيه أماكن متخصصة نفس النوادي للأشخاص ذوي الإعاقة أغلبها تستقبل فقط الأشخاص الطبيعيين ما فيه اهتمام للأشخاص ذوي الإعاقة". لعل ذلك ناتج من قلة وعي المجتمع بأهمية الأنشطة البدنية المكيفة للأشخاص ذوي الإعاقة، حيث احتوى الموضوع الثاني قلة وعي المجتمع بأهمية الأنشطة البدنية المكيفة على عدد تكرارات (٣) من أصل (٨) مقابلات، من الممكن لم يكن لدى الأسر خلفية عن ذلك؛ فلا بد من نشر التوعية، ومعرفة مدى أهمية الأنشطة البدنية لأبنائهم، ولو لم يتيسر لديهم فلا مانع من ممارسة الأنشطة داخل المنزل. وتتفق النتيجة الحالية مع نتائج دراسة القحطاني (٢٠١٨) بضرورة توعية المجتمع بمدى أهمية الأنشطة البدنية للفتيات ذوات الإعاقة، مع إنشاء أندية خاصة لهن، وعمل مسابقات رياضية متنوعة، وفي السياق ذاته كانت من آراء المشاركات: رأبي المشاركة هناء" تختلف التحديات بحسب النشاط المنفذ ودرجة الإعاقة، ولعل أهمها هو قلة وعي المجتمع في كيفية التعامل مع الأشخاص ذوي الإعاقة، مما يترتب على ذلك إلى ندرة الأندية والصالات الرياضية التي تتيح دخول

الأشخاص ذوي الإعاقة". وأضافت المشاركة هدى " الاستهانة فيهم يعني تعرفين هم ما يفهموا بشكل جيد يعني يعاملوهم نفس الناس الطبيعية أنتِ دبيري نفسك بالمكان فأفضل يكون في مشرف من جهتي ومشرف من النادي". وأضافت المشاركة سناء " وعي المجتمع بأن الأشخاص ذوي الإعاقة لهم حق المشاركة نادر تلاقي نادي يستقبل".

وجاء الموضوع الثالث من التحديات "التكلفة المادية التي قد تضعها الأندية" حيث تم تكراره مرةً واحدة من قبل المشاركة سعاد بقولها " الأندية قليلة بالمدينة المنورة ولو كانت موجودة التكلفة المادية بتكون عالية"، تُعد التكلفة المادية عائق بوجه الأسرة من ذوي الدخل المنخفض مما يؤدي بأبنائهم إلى عدم الحاقهم بمراكز تدريبية للأنشطة البدنية، وقد يترتب على ذلك مجموعة من السلبيات ومنها الشعور بالخمول والعجز والكسل نتيجة لقلة الحركة، وافرطهم بالأكل وبالتالي السمنة، ولا مناص من القول بأن السمنة المنتشرة بين الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية تهدد حياتهم؛ فطبيعة عاداتهم اليومية ومستويات نشاطهم المنخفضة، تهدد بالأمراض الجسدية والنفسية. وأشار (Segal et al. (2016 أن الفقر وتدني المستوى الاقتصادي للأسرة عامل خطر للسمنة المفرطة، لأن الفقر يمنع من مزاوله الأنشطة البدنية في الصالات الرياضية والأندية الصحية والمدارس المجهزة والمكيفة بالمرافق الرياضية.

مناقشة السؤال البحثي الرابع:

ما أهم الاقتراحات لتعزيز ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة مع الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر أسرهم؟

توصلت النتائج إلى أن للأسر عدة اقتراحات تساهم في زيادة ممارسة الأنشطة البدنية لأبنائهم من ذوي الإعاقة الفكرية ولعل من أهمها: تكثيف حصص الأنشطة البدنية المكيفة في المدارس، حيث تلعب المدارس دورًا محوريًا في مساعدة الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية على تبني أنماط حياة سليمة من خلال تهيئة فرص ممارسة الأنشطة الرياضية من خلال اعتماد حصص التربية البدنية مع توافر البنى التحتية المجهزة والمعدات الرياضية والصالات المكيفة، بما يساهم في غرس العادات الجيدة والصحية حيث اتفقت (٣) مشاركات على ذلك الاقتراح، بقول المشاركة سعاد "أقترح بأنها تكون الأنشطة البدنية مكثفة في المدارس بشكل أكثر". والمشاركة هيفاء " تكثيف الحصص الدراسية". والمشاركة هدى " الأنشطة البدنية ضرورية فأشوقها المفروض يوميًا تكون حصصهم.

وأضافت المشاركة سهام بأن الوقت المفضل يكون في الطابور الصباحي وفي وسط الحصص الدراسية لتمدهم بالطاقة، حيث أفادت المشاركة هيفاء " زيادة عدد الحصص الأنشطة البدنية وتكون بوسط الحصص الدراسية وفي وقت الطابور الصباحي عشان تعطيههم طاقة ودافعية ينجزون".

ومن الاقتراحات أيضًا توفر نوادي وصلات رياضية للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية، حيث أتفق في ذلك (٦) مشاركات على ذلك الاقتراح، بقول المشاركة هيفاء " نتمنى يفتحون أندية يندمجون مع بعض في الرياضة" واتفقت المشاركة وداد" بأن تكون هناك أندية أو تفعيل احتفالات تتضمن عدة أنشطة ومنها أنشطة بدنية". والمشاركة سهام" افتتحت أندية تسمح بقبول الأشخاص ذوي الإعاقة". وأفادت المشاركة هناء" نتمنى إتاحة الفرص لتسجيلهم في الصالات الرياضية". والمشاركة زينب" واقترح بأن الأندية تعمل بالبداية على تهيئة المكان وتستقبل الأشخاص ذوي الإعاقة بوجود كادر متمكن". وأفادت المشاركة سناء" إتاحة القبول في الأندية". وأضافت المشاركة سعاد اقتراحًا آخر بأن يتم تطبيق الأنشطة البدنية المكيفة بالمنزل مع أبنائهم والاستمرار عليها. حيث قالت " اقترح للأمهات بأن تجعل أبنائهم يمارسون الأنشطة البدنية المكيفة وتكثف ممارستها بالمنزل من فترة لفترة يعني ما تهملها أما تقول أنا سويت كذا في يومين ثلاث أيام اسبوع ما استجاب أنا اقولها أرجعي كرري أكثر من شهر شهرين راح تحسلي النتيجة المطلوبة". وزادت المشاركة هناء على تلك الاقتراحات اقتراحًا آخر وهو توعية الأسر بمدى أهمية ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة حيث قالت المشاركة " تقترح هناء يكون تعزيز ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة من خلال توعية الأسر في أهميتها في تحسين وتطوير أداء أطفالهم، وذلك لما تقوم به الأسرة من دور كبير في المساهمة في تعزيز وتقوية إرادة أطفالهم لممارسة الأنشطة البدنية المكيفة والاستمرارية في ذلك".

وتتفق الباحثة مع الاقتراحات السابقة الذكر حيث تم ملاحظة قلة الوعي بمفهوم رياضة الأشخاص ذوي الإعاقة بشكل عام والإعاقة الفكرية بشكل خاص أثناء التواصل مع المراكز الرياضية لتحديد أفراد عينة الدراسة، واقتصارها على الأشخاص العاديين فقط، إضافة لذلك تفعيلها بالمدارس بشكلٍ مختصر جدًا، ومن الملاحظات التي تم أخذها بعين الاعتبار عند إجراء مقابلة مع إحدى الأمهات، أثناء الحوار والمناقشة حيث أفادت بعدم علمها بوجود أنشطة بدنية في المدرسة، وهل يتم مزاولتها من قبل ذوي الإعاقة مبررة بأنه لم يتم ذكرها لا بالجدول الدراسي ولا بمجموعة التواصل مع المعلمة.

التوصيات

تبعا لنتائج الدراسة، توصي الباحثة بعدة توصيات وهي:

١. توعية المجتمع بأهمية الأنشطة البدنية المكيفة، وأهمية إتاحة فرص قبول الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية في الأندية الرياضية، مسبقة ببناء وتهيئة الصالات الرياضية على صعيد البيئة الفيزيائية، والكادر المتمكن؛ لاختيار الأنشطة البدنية الملائمة وتكييفها بما يلائم قدرات وامكانيات ذوي الإعاقة.

٢. رفع مستوى الوعي لدى أسر الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية نحو أهمية اتباع أساليب لتفعيل ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة لتحسين فرص نموهم وتطورهم وتعلمهم.
٣. إجراء المزيد من الأبحاث وتحديدًا باعتماد المنهج النوعي لتناول التحديات التي تواجه أسر الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية وتحدد من ممارسة أبنائهم للأنشطة البدنية المكيفة.
٤. التقييم المستمر لأداء الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية، وتقييم فعالية مشاركتهم في الأنشطة البدنية المكيفة؛ مما يساهم في تطوير دافعية الإنجاز لديهم.
٥. تعريف فريق العمل المدرسي بالمدارس الدامجة بخصائص الأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية، وطرق التعامل معهم لإزالة المخاوف المتعلقة بمشاركتهم في حصص التربية البدنية وتحقيق التعلم التعاوني بشكل فعال؛ بما يساهم في تطوير وتحسين دافعية الإنجاز.

قائمة المراجع المراجع العربية:

أبو النصر، ناهد محمود محمد. (٢٠٢٢). دافعية الانجاز وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من الطلاب المكفوفين. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، ٦ (٢٦)،

٢٣١-٢٦٠. https://journals.ekb.eg/article_216290.html

أبو النصر، رانيا. (٢٠١٠). تأثير برنامج تروحي رياضي علة تعديل بعض المتغيرات النفسية لدى المعاقين ذهنياً [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.

أبو النيل، هبة. (٢٠٢١). تطور أساليب الحياة الصحية لدى أسر ذوي الإعاقة. مجلة كلية علوم ذوي الاحتياجات الخاصة، ٣ (٢)، ٣١١٤-٣١٢٧.

الأطرش، محمود حسني، وبزبز، لوي، وراشد، مصعب سمير محمود. (٢٠٢٠). أثر منهاج تعليمي مقترح للأنشطة الرياضية على تخفيف الاضطرابات الحركية لدى طلبة ذوي التوحد في مدارس محافظة القدس من وجهة نظر المعلمين والمعلمات. المجلة الاكاديمية العالمية في العلوم التربوية والنفسية، ١ (٢)، ١-

٢١. <https://www.iajour.com/index.php/eps/article/view/97>

برقوق، عبد القادر، وشكيمة، فيصل، ودفداف، خالد. (٢٠١٤). واقع النشاط البدني المكيف بمراكز طيبة البيداغوجية للأطفال المتخلفين ذهنياً [رسالة ماجستير، جامعة قاصدي مرباح - ورقلة].

بكاوي، زكرياء، وزواق، أحمد. (٢٠١٨). دور النشاط البدني التروحي في التقليل من الضغوطات النفسية لدى المعاقين بصريا دراسة ميدانية بمركز صغار المكفوفين بالمسيلة [رسالة ماجستير، جامعة محمد بوضياف- المسيلة].

<http://dspace.univ-msila.dz:8080/xmlui/handle/123456789/18882>

بن زيدان، حسين. (٢٠١١). الأنشطة البدنية والرياضية وذوي الاحتياجات الخاصة: رؤية حول المفهوم والأهمية. مجلة الإبداع الرياضي، ٤ (٤)، ١٠٩-١٢٧.

<http://dspace.univ-msila.dz:8080/xmlui/handle/123456789/4314>

بن فروج، هشام، وبو فاتح، محمد. (٢٠١٧). دافعية الإنجاز وعلاقتها بفاعلية الذات لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي بمدينة الأغواط. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ٢٨ (٢٨)، ١٢٥-١٣٨.

<https://dspace.univ-ouargla.dz/jspui/handle/123456789/18902>

بوتمجت، شمس الدين، وفاضلي، بجاوي. (٢٠١٨). أهمية النشاط البدني المكيف في تحسين الصحة النفسية لدى المعاقين حركياً [رسالة ماجستير، جامعة محمد بوضياف- المسيلة].

<http://dspace.univ-msila.dz:8080/xmlui/handle/123456789/14485>

بوخميم، محمد، وتمار، محمد. (٢٠٢١). الأنشطة الرياضية المكيفة ودورها في تنمية وتحسين بعض مهارات التواصل لدى أطفال التوحد [رسالة ماجستير، جامعة محمد بوضياف- المسيلة].

<http://dspace.univ-msila.dz:8080/xmlui/handle/123456789/36571>

بوضياف، نادية، وعدواني، حنان. (٢٠١٨). دور الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة كمدخل علاجي ووقائي من الضغوط والمشكلات النفسية التي يعاني منها ذوي الاحتياجات الخاصة. مجلة الشامل للعلوم التربوية والاجتماعية، (١)، ٩٨-١٠٩.

<http://dspace.univ-eloued.dz/handle/123456789/15526>

جعفر، صباح، ونصر الدين، جابر. (٢٠١٦). أنماط التنشئة الأسرية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى طلبة جامعة محمد خيضر بسكرة [رسالة دكتوراه، جامعة محمد

خيضر - بسكرة]. <http://thesis.univ-biskra.dz/2573>

الجندي، شيماء محمد. (٢٠٢٢). فاعلية برنامج قائم على بعض استراتيجيات التعلم الممتع لتنمية الدافعية للتعلم وبعض مهارات الذكاء الناجح كمدخل لخفض اضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد لدى أطفال الروضة. مجلة البحث العلمي في التربية، ٢٣(٨)، ٢٤٥-٣٧٧.

حسن، عبد الفتاح، (٢٠١٧). فاعلية برنامج تدريبي باستخدام الأنشطة الحركية للحد من السلوك العدواني لدى عينة من أطفال التوحد [رسالة ماجستير، جامعة الأزهر] كلية التربية، غزة.

حسين، كمال الدين، وعبد، وفاء علي، وابراهيم، سلوى علي. (٢٠٢٠). فاعلية برنامج تدريبي قائم على استخدام القصص في تنمية مهارة الدافعية للإنجاز لدى أطفال الروضة. مجلة كلية رياض الأطفال، (١٧)، ١٢٩٧-١٣٣٤.

الحسيني، عبد الناصر. (٢٠٢٠) مؤشرات جودة مناهج البحث في التربية الخاصة: الممارسات المستندة إلى البراهين. مركز الملك سلمان لأبحاث الإعاقة.

حمودي، عابدة، وحرابش، براهيم، وجعدم، بن ذهبية. (٢٠٢٠). فاعلية برنامج للنشاط البدني المكيف باستخدام المهارات الارضية في الجمناز لتحسين بعض الصفات اللياقة البدنية لدى فئة الصم والبكم. المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، ١٧(١).

حموروش، محمد، وعدام، رابح. (٢٠١٧). دور الألعاب الترويحية في رفع دافعية الإنجاز لدى أطفال متلازمات داون، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة زيان عاشور الجلفة.

<http://dspace.univ-djelfa.dz:8080/xmlui/handle/123456789/377>

خضراوي، نبيل، وبو جمعة، شوية. (٢٠٢١). أثر برنامج مقترح للأنشطة البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات العقلية لدى تلاميذ التعليم المتوسط، رسالة دكتوراه، جامعة محمد بوضياف المسيلة.

<http://dspace.univ-msila.dz:8080/xmlui/handle/123456789/24103>

دالي، حميد، وطياب، محمد. (٢٠٢١). علاقة دافعية الإنجاز الرياضي بالذكاء الوجداني لدى التلاميذ الممارسين للنشاط البدني المدرسي [رسالة دكتوراه، جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف].

<http://193.194.82.222/handle/123456789/1699>

دردون، كنزة، ولمتيوي، فاطمة. (٢٠٢٢). فعالية الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة في تنمية سمات الشخصية عند المعاقين ذهنيا. مجلة المحترف لعلوم الرياضة والعلوم الانسانية والاجتماعية، ٩(٣)، ٤٧-٦٢.

<https://www.asjp.cerist.dz/index.php/en/downArticle/380/9/3/195022>

درداف، خالد، وشكيمة، فيصل، وبرقوق، عبد القادر. (٢٠١٤). واقع النشاط البدني المكيف بمراكز طبية البيداغوجية للأطفال المتخلفين ذهنيا دراسة ميدانية على مستوى مركزي مدينة ورقلة بالمخدمه ومدينة الوادي بالشط [رسالة ماجستير، جامعة قاصدي مرباح - ورقلة].

<http://dspace.univ-ouargla.dz/jspui/handle/123456789/8349>

ذباح، عبد الرحمن، وفاضلي، بجاوي. (٢٠١٧). دور النشاط البدني المكيف في تحسين الصحة النفسية وزيادة التفاعل الاجتماعي [رسالة ماجستير، جامعة محمد بوضياف- المسيلة].

فيجل، بن يطو، وحداد، فادي (٢٠٢١). دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تقبل الذات لدى المعاقين [رسالة ماجستير، جامعة محمد بوضياف]. قاعدة معلومات دي سبيس.

رقاد، مريم. (٢٠٢٣). دور الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية في التقليل من الضغوطات النفسية لدى المعاقين حركيا. مجلة جامعة البيضاء، ٥(٤)، ٢٩٧-٣٠٣.

الروسان، فاروق. (٢٠١٥). الذكاء والسلوك التكيفي. دار الزهراء للنشر. الريحاني، سليمان، والزريقات، إبراهيم، والطنوس، عادل. (٢٠١٨). إرشاد ذوي الحاجات الخاصة وأسرههم (ط.٤). دار الفكر للنشر والتوزيع.

زاوي، عبد السلام، وبوديسة، لمياء، وبايزيد، عبد القادر. (٢٠١٨). علاقة النشاط الرياضي للتنافسي في تقليل من العدوانية للرياضيين ذوي الاحتياجات الخاصة (إعاقة حركية). المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية، ١٥(١).

زبيري، أيمن، وابن ناصر، الأمين، ورحلي، مراد. (٢٠٢١). دور النشاط البدني والرياضي المكيف في خفض سلوك إيذاء الذات لدى عينة من اطفال التوحد [رسالة ماجستير، جامعة محمد بوضياف - المسيلة].

<http://dspace.univ-msila.dz:8080/xmlui/handle/123456789/24847>

الزغلول، عماد. (٢٠١٢). مقدمة في علم النفس التربوي. دار الشروق للنشر والتوزيع.

سعودي، مي محمد. (٢٠١٥). الصلابة النفسية للأمهات وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لأبنائهم ضعاف السمع [رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس].

السعيد، هلا. (٢٠١٢). الدمج الأكاديمي والتجهيزات الفيزيائية للفصول وغرف المصادر. مكتبة الانجلو المصرية.

سيف الدين، هباش، وتمساوت، جيلالي. (٢٠٢١). دور النشاط الرياضي المكيف في تنمية بعض الصفات النفسية (الثقة بالنفس- الدافعية) لدى المعاقين حركياً [رسالة ماجستير، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة].

<http://dspace.univ-msila.dz:8080/xmlui/handle/123456789/24852>

شايبي، زيان، ولزرق، أحمد. (٢٠١٧). أثر النشاط البدني المكيف في تحسين بعض الصفات البدنية (القوة، التحمل، السرعة) لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس دراسة ميدانية بنادي أمال بوسعادة للكرة الطائرة جلوس [رسالة ماجستير، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة].

<http://dspace.univ-msila.dz:8080/xmlui/handle/123456789/2380>

الشخص، عبد العزيز، وأحمد، مروة، والكيلاني، السيد. (٢٠١٧). مقياس المهارات الأكاديمية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة. مجلة الارشاد النفسي، (٤٩)، ٥٦٦ - ٦٥٨.

شعبان، منال محمد، والجدعاني، أملاك مررد. (٢٠٢١). واقع ممارسة الأنشطة الرياضية المكيفة للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة من وجهة نظر المعلمين. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٥ (٢٧)، ٢١ - ٤٣.

<https://search.mandumah.com/Record/1173654>

شناعة، هشام، عبيد، ميساء، وجابر، ساندي. (٢٠٢٣). دافعية الإنجاز وعلاقتها بمستوى التحصيل الدراسي من وجهة نظر معلمي المرحلة الأساسية في محافظة طولكرم. مجلة جامعة فلسطين التقنية للأبحاث، ١١ (١)، ٨١ - ١٠١.

<https://rj.ptuk.edu.ps/index.php/pturj/article/view/383>

شناعة، هشام. وصوالحة، محمد. (٢٠١٨). أثر برنامجين تدريبيين يستندان إلى الفاعلية الذاتية والدافعية الداخلية في التسويق الأكاديمي ودافعية الإنجاز. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، ٩ (٢٦)، ٢٢٣ - ٢٤٣.

<https://journals.gou.edu/index.php/nafsia/article/view/2403/pdf>

شيتور، بلقاسم، وبن عمارة، فاتح. (٢٠٢١). دور النشاط البدني المكيف في التخفيف من حدة السلوك اللاعقلاني لدى المعاقين ذهنياً دراسة ميدانية لمركز النفسي

البيداغوجي] رسالة ماجستير منشورة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية]. قاعدة بيانات جامعة المسيلة.
صالح، سهيلة. (٢٠١٥). فاعلية برنامج تدريبي في تحسين الكفاءة الوالدية المدركة لدى الآباء والأمهات في الأسر الحاضنة. المجلة الأردنية في العلوم الاجتماعية، ٨(١)، ١٠٩-١٢٥.

الصباح، سهير، وحجازي، رهام. (٢٠٢١). الدافعية للإنجاز وعلاقتها بأساليب التعزيز لدى معلمي غرف المصادر دراسة ميدانية ببعض المدارس الابتدائية بفلسطين. المجلة العلمية للتربية الخاصة، ٣(٤)، ١٠٥-١٣٢.

https://sosj.journals.ekb.eg/article_211810.html

صباح، عايش، وبشير، حبيش. (٢٠١٨). أثر الإعاقة على الأسرة بين السلبية والإيجابية. مجلة الدراسات الاجتماعية، (٢)، ١٣٣-١٥٤.
الطيب، فيرم. (٢٠١٤). النشاط البدني الرياضي المكيف وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى المعاقين حركياً. مجلة المحترف، (٧)، ٧٨ - ٨٩.

<https://search.mandumah.com/Record/800155>

طارق، مرزوقي، وعبد العزيز شناتي (٢٠٢١). دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً من وجهة نظر الأساتذة المربين بالمركز الطبي للمتخلفين عقلياً بالمسيلة رسالة ماجستير، جامعة محمد بوضياف. قاعدة معلومات دي سبيس.

عبد المجيد، مروان. (٢٠١٤). التربية الرياضية لذوي الإعاقة. المملكة الأردنية الهاشمية، الرضوان للنشر والتوزيع.

عبد الجليل، إسماء أحمد. (٢٠٢٠). فاعلية برنامج مقترح باستخدام استراتيجية "سكامبر" لتنمية بعض مهارات حل المشكلات والدافعية للتعلم لدى أطفال الروضة] رسالة ماجستير، جامعة سوهاج].

عدواني، حنان، وبوضياف، نادية. (2018). دور الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة كمدخل علاجي ووقائي من الضغوط والمشكلات النفسية التي يعاني منها ذوي الاحتياجات الخاصة. مجلة الشامل للعلوم التربوية والاجتماعية، 1(1)، 98-99.

عزوز، محمد. (٢٠٢١). دور ممارسة النشاطات الرياضية المكيفة في تعديل بعض الاضطرابات لدى المصابين بالتوحد (دراسة ميدانية على أطفال التوحد بالمركز التأهيل بالجفلة). مجلة النشاط البدني الرياضي المجتمع والصحة، ٤(٢)، ٤٢ - ٥٢.

<https://www.asjp.cerist.dz/en/downArticle/548/4/2/170982>

العطوي، نايفة محمد. (٢٠٢٣). دور الألعاب الترويحية في رفع دافعية الإنجاز لدى أطفال الروضة في الأردن: روضة ومدرسة موبص الثانوية المختلطة دراسة حالة. مجلة ابن خلدون للدراسات والأبحاث، ٣(٣)، ٢٦١-٢٧٥.
عماري، سهيل، ومليزي، حمزة، وبورنان، خليل. (٢٠٢١). دور الأنشطة البدنية المكيفة في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى صغار الصم (من وجهة نظر المربين) دراسة حالة مدرسة الأطفال المعوقين سمعيًا بولاية المسيلة رسالة ماجستير، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

<http://dspace.univ-msila.dz:8080/xmlui/handle/123456789/26673>

العمرى، نادية. (٢٠١٧). التكيف الأكاديمي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض. مجلة كلية التربية، ٣٦(١٧٣)، ٢١٢-٢٥٧.

https://journals.ekb.eg/article_6308.html

الغامدي، علي ماجد، والحويطي، محمد مثيري. (٢٠٢٣). أبرز المشكلات السلوكية التي يظهرها الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية في الفصل الدراسي من وجهة نظر معلمي مدينة مكة المكرمة. مجلة التربية الخاصة والتأهيل، ١٥(٥٤)، ٧٥-١١٩.
فرغلي، حسام محمد حكمت. (٢٠٢١). بناء مقياس دافعية الإنجاز الرياضي لدى المعاقين حركيًا الممارسين للنشاط الرياضي. مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، ٤(٥٦)، ١٤٦٠-١٤٧٥.

<https://search.mandumah.com/Record/1169855>

الفيهي، أحمد. (٢٠١٧). تصميم البحث النوعي في المجال التربوي مع التركيز على بحوث تعليم اللغة العربية. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، ٢(٣)، ٣٦٨-٣٥٤.

قحام، شيماء، وبلهاف، أنيسة، وبوثابت، رابسة، وبن زعيوة، يسرى، وبوشينة، صالح. (٢٠٢٠). دافعية الإنجاز لدى طلبة البكالوريا. جامعة محمد الصديق بن يحيى.
القحطاني، هنادي حسين آل هادي. (٢٠١٨). ممارسة الأنشطة البدنية على الفتيات ذوات الإعاقة الفكرية من وجهة نظر آبائهن في المملكة العربية السعودية. مجلة كلية التربية، ١٠(١١)، ٢٢٩-٢٧٨.

<https://search.mandumah.com/Record/976428>

المالكي، مريم خميس، وشعبان، منال محمد، (٢٠٢٠). واقع توظيف التعليم الإلكتروني في العملية التعليمية للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر المعلمين. المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة، ٤(١١)، ٥١-٨٦.
محمد، منصور بانقا. (٢٠٢٠). أهمية النشاطات البدنية المدرسية للتلاميذ ذوي الإعاقة الذهنية القابلين للتعلم من وجهة نظر معلمي التربية الخاصة. مجلة الجزيرة للعلوم التربوية والانسانية، ١٧(١)، ٧٨-١٠٣.

محمود، نرمين محمد. (٢٠١٥). التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهقين من (١٥-١٨) سنة دراسة مقارنة بين الأمهات العاملات وغير العاملات [رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس].
مخلف، سعاد. وعيواج، صونيا. (٢٠٢٢). تأثير النشاط البدني المكيف على ذوي الاحتياجات الخاصة (دراسة ميدانية بولايات عنابة- البويرة). مجلة الإبداع الرياضي، ١١(٢)، ٣٨٠-٣٩٧.

<http://search.mandumah.com/Record/1108009>

مشيد، يسين، وكرفس، نبيل. (٢٠١٨). فاعلية الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة التنافسية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى المعاقين حركيا رسالة دكتوراه، جامعة الجزائر].

<https://dspace.univ-alger3.dz/jspui/handle/123456789/3411>

المصري، طارق، وفرح، علي. (٢٠٢٠). دافعية الإنجاز وعلاقتها بالذكاء الاستراتيجي لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٢٨(٣)، ٢٦٠-٢٨٩.

<http://journal.iugaza.edu.ps/index.php/IUGJEPS/article/view/5627/3119>

مغربي، هشام محمد علي. (٢٠١٩). تأثير تدريبات الأولمبياد الخاصة على مفهوم الذات وبعض القدرات البدنية لفئة التأخر الذهني الرياضيين بنادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة. مجلة تطبيقات علوم الرياضة، ٥(١٠٢)، ٢٢٠ - ٢٣٣.

<https://search.mandumah.com/Record/1040820>

المكانين، هشام عبد الفتاح. (٢٠١٤). المشكلات السلوكية لدى ذوي الصعوبات التعلم وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية من وجهة نظر المعلمين والأقران. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ١٠(٤).

مكلي، حياة، وزبوج، حكيم، وبلخير، عبد القادر. (٢٠٢١). علاقة تقدير الذات بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة [رسالة ماجستير، جامعة محمد بوضياف المسيلة].

<http://dspace.univ-msila.dz:8080/xmlui/handle/123456789/24953>

الموسى، أسماء. (٢٠١٩). تصور مقترح لتفعيل البحث الكيفي في تخصص أصول التربية بالجامعات السعودية في ضوء الخبرات العالمية المعاصرة [أطروحة دكتوراه غير منشورة]. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

نادية، الخلفي. (٢٠١٧). مؤتمر دولي " ذوي الاحتياجات الخاصة في الجزائر بين الواقع والمأمول، مداخلة" تأثيرات الإعاقة على أسر المعاقين حركيًا. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر.

نبيل، إيمان محمد، وأحمد، ريهام محمد. (٢٠١٥). استخدام الألعاب التعليمية الإلكترونية في تنمية بعض المفاهيم الكونية والخيال العلمي والدافعية للتعلم لدى أطفال ما قبل المدرسة (٥-٦) سنوات. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٢ (٥٨)، ١٣٧-١٧٦.

هشام، فايد، وأحمد، زواق. (٢٠٢٠). أهمية النشاط البدني المكيف في تقبل الذات وزيادة دافعية الانجاز لدى المعاقين حركيا" دراسة ميدانية لفريق النور لكرة السلة على الكراسي المتحركة- مسيلة [رسالة ماجستير، جامعة محمد بوضياف- المسيلة].

<http://dspace.univ-msila.dz:8080/xmlui/handle/123456789/23851>

الهويش، فاطمة خلف (٢٠١٠). مدخل إلى علم النفس المبادئ والمفاهيم. مطابع الحسيني الحديثة. وزارة التعليم. (١٤٤٣). وزير التعليم يرعى "منتدى التنمية المستدامة في التربية الخاصة" في إطار مجلس الشراكة وتعزيز مشاركتهم في المجتمع.

<https://www.moe.gov.sa/ar/mediacenter/MOEnews/Pages/sef-1443-21.aspx>

وزارة الصحة السعودية. (٢٠١٩). نمط الحياة الصحي: النوم.

<https://2u.pw/TiJ8Te>

المراجع الأجنبية:

Abdelkader, B. Dawoud, B., & Smail, B. (2022). The Relationship Between Self-Esteem and Sports Achievement Motivation Among Physically Disabled People- Descriptive- Correlational Study Applied to Adult Male (17-45) years. Society and Sports Journal, 5(1), 534 – 544.

Ah Gang, G., K Han, C., Fah, L. and Bansa, L. (2018). The Effects of Achievement Motivation and Perceived Teacher Involvement in Academic Tasks on the Academic Achievement and Psychological Well-being of Rural students in the Interior Sabah Division, Malaysia, International Journal of Education and Psychological Research (IJEPR), 7 (3), 4-10.

AL-Sahli, Abdul-Majeed. (2010). Cognitive features and their relationship with achievement motivation in the intermediate stage in Tabuk. unpublished Master thesis, Al-Balqa Applied University, Al-Salt, Jordan.

- Al-Awamleh, H. (2010). Motivation. Al-Aliah for publishing and distribution. Amman, Jordan.
- Amalu, M., & Dien, C. (2022). Achievement motivation, academic optimism and performance in mathematics of secondary school students in cross river state, Nigeria. *Fudma Journal of educational foundations*, 5(1), 13-19.
- Bergold, S., & Steinmayr, R. (2016). The relation over time between achievements motivation and intelligence in young elementary school children: A latent cross-Lagged analysis. *Contemporary Educational Psychology*, 46, 228-240.
- Blynova, O., Kruglov, K., Semenov, O., Los, O., & Popovych, I. (2020). Psychological safety of the learning environment in sports schools as a factor of achievement motivation development in young athletes. *Journal of physical Education and sport*, 20(1), 14-23.
<http://ekhsuir.kspu.edu/handle/123456789/10101>
- Gupta, S., & Mittal, S. (2015). Runner's high: A review of the plausible mechanisms underlying exercise induced ecstasy. *Saudi Journal of Sports Medicine*, 15 (3).
- Hassan, D., Dowling, S., McConkey, R., & Menke, S. (2012). The inclusion of people with intellectual disabilities in team sports: Lessons from the Youth Unified Sports program of Special Olympics. *Sport in Society*, 15 (9), 1275- 1290.
- Husain, Z., & Ahmad, N. (2010). Isolation Willingness of Disabled Person to Integrate With it's Community in the Context of Relationship after Disabled due to Accidents. *Presidia Social and Behavioral Sciences*, 1(6), 274-281.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.10.038>
- Jacinto, M., Vitorino, A. S., Palmeira, D., Antunes, R., Matos, R., Ferreira, J.P., & Bento, T. (2021, November). Perceived barriers of physical activity participation in individuals with intellectual disability: A systematic review. *Healthcare*, 9(11), 1-12.

- Koutsobina, V., Zakopoulou, V., Tziaka, E., & Koutras, V. (2021). Evaluating fine Perceptual-motor skills in children with mild intellectual disability. *Advances in Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 97-108. <https://www.syncsci.com/journal/ADEP/article/view/ADEP.2021.01.003>
- Pandy, V., & Sansi, Deepali. (2015). Family environment and problem behavior of children with and without mental retardation. *Indian Journal of Health and wellbeing*, 6(9), 927-929.
- Poles, K. (2020). A qualitative Phenomenological Study into Online Accessibility for Disabled Students in Higher Education [Doctoral dissertation, Northcentral University]. ProQuest Dissertation and Theses global. <https://www.proquest.com/openview/d34e89ea4519545bff94e8aecb4e21f2/1?cbl=51>
- Richards, K., Wilson, R. (2019). Recruitment and initial socialization into adapted physical education teacher education. *European Physical Education Review*, <https://doiorg.sdl.idm.oclc.org/10.1177/1356336X18825278>
- Ryan, J., McCallion, P., McCarron, M., Luus, R., & Burke, E. A. (2021). Overweight/obesity and chronic health conditions in older people with intellectual disability in Ireland. *Journal of Intellectual Disability Research*, 65(12), 1097 -1109.
- Reshvanloo, F. and Hejazi, E. (2014). Perceived parenting styles, academic achievement and academic motivation: A causal model, *International Journal of Education and Applied Sciences*, 1(2), 94-100.
- Sapan, M., & Mede, E. (2022). The Effects of Differentiated Instruction (DI) on Achievement, Motivation, and Autonomy among English Learners. *Iranian Journal of Language Teaching Research*, 10(1), 127-144. https://ijltr.urmia.ac.ir/article_121125.html

- Sedaghati, P., Balayi, E., & Ahmad abadi, S. (2022). Effects of COVID-19 related physical inactivity on motor skills in children with intellectual disability. *BMC Public Health*, 22(1), 9-9.
- Segal, M., Eliasziw, M., Phillips, S., Bandini, L., Curtin, C., Kral, T. V., ... & Must, A. (2016). Intellectual disability is associated with increased risk for obesity in a nationally representative sample of US children. *Disability and health journal*, 9 (3), 392 -398.
- Sivapakiam, T. and Nalinilatha,M. (2017). The impact of motivation on higher Secondary school students' academic performance, *International Journal of Current? Research and Modern Education*, 2(1), 2455-5428.
- Sivrikaya, A. (2019). The Relationship between Academic Motivation and Academic Achievement of the Students. *Asian Journal of Education and Training*, 5(2), 309-315.
- Vest, D., Cornman, L., Burrows, J. & Pedrick, S. (2006). *Adapted Physical Education Resource Guide*. USA: The School Board of Brevard County.
- Wouters, M., Evenhuis, H., Hilgenkamp T. (2019) Physical activity levels of children and adolescents with moderate-to-severe intellectual disability. *Disability and Rehabilitation*, 32, 131-142.
- Werdhiastutie, A., Suhariadi, F., & Partiw, S. (2020). Achievement Motivation as Antecedents of Quality Improvement of Organizational Human Resources. *BIRCI- Journal*, 3(2), 747-752.
- Wang, J., Gao, Y., Kwok, H. H., Huang, W. Y., Li, S., & Li, L. (2018). Children with intellectual disability are vulnerable to overweight and obesity: A cross-sectional study among Chinese children. *Childhood Obesity*, 14 (5), 316- 326.
- Yuan, Y. Q., Ding, J. N., Bi, N., Wang, M.J., Zhou, S. C., Wang, X. L., ...& Roswal, G. (2022). Physical activity and sedentary behavior among children and adolescents with intellectual disabilities during the COVID- 19 lockdown in China. *Journal of Intellectual Disability Research*, 66(12), 913-923.