

# الفصل الأول

## المدخل الي الدراسة

- ١- المقدمة.
- ٢- مشكلة الدراسة وأهميتها .
- ٣- أهداف الدراسة.
- ٤- فروض الدراسة.
- ٥- مصطلحات الدراسة.

## الفصل الأول

# المدخل إلى الدراسة

### المقدمة:

البشر ليسوا سواء في كل شيء فمنهم من زاده الله بسطة في الجسم أو العلم ومنهم من حرم من بعض حواسه منذ مولده أو فقدانها في حادث أو مرض وهم مايسمون بالمعاقين، ولم يكن الاهتمام الذي أبداه العالم حديثا لموضوع الإعاقة وتقديم الرعاية اللازمة لهم وليد الصدفة أو بدافع الشفقة عليهم، بقدر ما كان استفاقة من سبات عميق وتصحيح الأخطاء المرتبكة في حق المعاقين ، وتشير المصادر التاريخية لمعاناة المعاقين في العصور القديمة، ولكن الشخص المعاق قد لاقى اهتمام الدين الإسلامي الذي دعا للرفق بالمعاقين والاهتمام بهم وفي هذا العصر فإن أحد مقاييس تقدم الأمم تقدر بما تقدمه من رعاية وتأهيل للمعاقين.

ولأن نسبة المعاقين ليست بالقليلة، فلايمكن تجاهلها في المجتمع حتى لاتكون مستهلكة ومنعدمة الفائدة والقدرات، بل يجب أن تكون منتجة ومشاركة في المجتمع مع الاستفادة من قدراتهم لأقصى درجة ممكنة (٢٣ : ٢).

لذلك فعلي الجميع أن يغير نظرتة في الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة ويعلنوا أن لهم حقوق في حياتنا المعاصرة، فهم أكثر الأفراد حاجة إلي فرص النمو والتعليم ولابد من توفير وسائل المعرفة والأدوات التربوية لرعايتهم إذا بلغ عددهم في البلدان المتقدمة أكثر من ١٠%

وتزداد في البلدان النامية لحوالي ١٣% كنتيجة لسوء التغذية وقصور العوامل المحفزة لنمو الذكاء (٥٤ : ١٦).

وتعتبر ظاهرة الإعاقة العقلية من الظواهر الاجتماعية والنفسية والطبية والتربوية التي تتضح أثارها في كل المجتمعات لذلك تتطلب التدخل الطبي والتربوي لتحديد طرق وأساليب خاصة لمعاملتهم مع مراعاة الجانب الاجتماعي والنفسي للمعاق ذهنياً لتساعده علي سرعة التكيف والاندماج مع الآخرين (٣٧ : ٢ ، ٣).

وقد تضمن إعلان الأمم المتحدة لحقوق الإنسان في أحد بنوده "أن الشخص المتأخر عقلياً له حق في الرعاية الطبية السليمة والعلاج الفيزيائي وقدر من التعليم والتدريب والتأهيل والتوجيه يساعده لإظهار قدراته وأقصى طاقاته (٥٤ : ١٦).

ويوضح أحمد زكي صالح (١٩٩٦) أن الإعاقة العقلية غالباً ما تكون نقص في بعض المراكز العصبية مما يؤدي إلى الاضطراب في النمو العقلي وترجع أسباب الإعاقة العقلية لأسباب وراثية يولد بها الطفل أو ترجع للإصابة بالأمراض المعدية أو اضطرابات عصبية أو صدمات جسمية شديدة أما أثناء الوضع أو بعده وأحياناً أثناء الحمل مما يؤثر على الخلايا العصبية والمعاق عقلياً يصعب عليه التوافق الطبيعي في بيئة ومع أقرانه (٣ : ١٦).

وفي مصر تقدر نسبة المعاقين بحوالي ستة ملايين معاق عام ١٩٩٢م، وقد وصل عدد المعاقين بالإعاقة العقلية إلي مليوني معاق

ويمكن وضح إستراتيجية للنهوض بالمعاقين في مصر حتى يمكن إدماجهم في المجتمع ويصبح لهم دورهم في الحياة (٢١ : ١٠٣).

والإعاقة العقلية تجعل صاحبها يبدو غير ناضج كما لو كان اصغر من سنه فالطفل المعاق عقليا يظل في حاجة للعون في ارتداء ملابسه وتناول الطعام وقد يظل عاجز عن قضاء الحاجة، كما يبدو المعاقين عقليا في حديثهم بدائيين ويضعف عندهم التآزر والفهم ويزداد سلوكهم الانفعالي وتشتد لديهم الإثارة (٣٧ : ٥).

ويواجه المعاقين عقليا كثيراً من الصعوبات في سبيلهم لتحقيق التكيف النفسي والاجتماعي والأسرى والمهني والصحي وكذلك طبيعة العلاقة بين المعاق والمحيطين به من قبول أو رفض خاصة أن فهمهم يظل ضعيف جداً وسلوكهم الانفعالي يعكس الميل نحو الانفعالية كما يعبر الطفل الصغير عند الانفعال والغضب (٣٤ : ١١٢).

ونظراً للعادات الصحية السيئة لهذه الفئة فإن الآخرين ينفرون منهم ويتأذون من التعامل معهم مما جعل المعاقين عقليا يحاولون الغربة داخل غربتهم الأساسية مما يؤدي لعزوفهم عن المجتمع وبالتالي لانستطيع الاستفادة منهم.

إن حب الطفل للعب حب طبيعي يعبر فيه عن نفسه سواء كان سوى أو معاق حيث يتيح له مجالاً مستحبا يشعر فيه بقيمته وثقته بنفسه وقدرته على الإنجاز، ويعتبر اللعب من أهم وسائل تعليم المعاقين عقلياً لأنواع من العلاقات الاجتماعية مثل الشعور بالانتماء والقبول والاندماج مع الجماعة بجانب إكسابه العادات الصحية مثل النظافة والاهتمام

بالمظهر العام، فبرامج المعاقين عقلياً تهدف لتعلم المهارات الحركية لتنمية التحكم في حركات الجسم ككل لتحقيق أداء حركي مناسب وتنمية قدرته للاعتماد على النفس وممارسة مهارات الحياة اليومية (٣٨: ٢٧، ٢٨).

كما يري فيات FAIT أن تعلم المهارات الحركية بصورة جيدة لهذه الفئة من المتخلفين في ضوء خصائصهم وقدراتهم سوف تبقي المهارات الحركية لفترات طويلة ويؤدي إلي تحسن في أدائهم الحر (٦١: ٣٧).

وإذا كانت التربية الرياضية ضرورية للشخص السليم فإنها تصبح أكثر ضرورة للمعاق عقلياً وذلك لحاجته للتمرينات والأنشطة البدنية التي تعمل علي تحسين القدرات الحركية للجسم وتحسين التوافق العضلي العصبي والتوازن الحركي والدقة (٤٧: ١٤٣).

وتعد برامج التربية الرياضية في مرحلة مبكرة للمعاقين عقلياً ذات أهمية خاصة لأن الطفل المعاق عقلياً يبدأ بالبحث عن نفسه وعن العالم حوله من خلال التجوال الحركي والتجارب الحركية ليصبح أساساً يبني عليه معرفته وخبرته.

ونظراً لأهمية فئة المعاقين عقلياً القابلين للتدريب وضرورة الاهتمام بهم وتنمية قدراتهم إلي أقصى حد ممكن ونظراً لأهمية برامج التربية الرياضية ودورها في حياتهم فقد تعددت جوانب الاهتمام بهذه الفئة والتي تتمثل في إنشاء مدارس وجمعيات ومؤسسات وأندية رياضية

لتساعدهم في إخراج طاقاتهم لأقصى حد ممكن تسمح به قدرات كل فرد وأيضاً عمل برامج ومناهج للتربية الرياضية في هذه الجهات بحيث تتناسب مع مستوى وقدرات كل أفراد هذه الفئة.

ومن أهم الأهداف العامة لتربية المعاقين عقلياً بمختلف هذه الجهات هو:

" تنمية العادات الصحية السليمة للمحافظة على صحتهم وسلامة أبدانهم "

وهي من الأهداف الانفعالية التي ترتبط بالتربية الرياضية ارتباطاً غير مباشر، وتعتبر من أهم الأهداف التي يجب اكتسابها لهذه الفئة منذ الصغر لتصبح عادة أساسية.

### **مشكلة الدراسة وأهميتها:**

لقد اتجهت الدول نحو الاهتمام بالمعاقين عقلياً باعتبارهم إمكانيات بشرية كانت معطلة، ولكن هناك نظرة محدودة لدي الكثيرين من الأفراد تجاه المعاقين عقلياً بصفة خاصة حيث يعتبرونهم عالة علي المجتمع وضرر للآخرين، وقديماً كان للمجتمع موقفه السلبي تجاه المعاقين والنظر إليهم علي أنهم أشخاص غير قادرين علي العطاء أو الاندماج في نشاط منتج، وأن استعداداتهم وقدراتهم لا تسمح لهم بالاعتماد علي أنفسهم في الحياة، ولكن لا بد من تضافر كل الجهود المبذولة من أجل الارتقاء بمستوي القدرات العقلية والجسمية والانفعالية لدى هذه الفئة.

فالاهتمام بتربية المعاقين يساعدهم علي تكيفهم الاجتماعي والنفسي مع أنفسهم ومع البيئة المحيطة بهم فضلاً عن أن توفير بيئة تربوية

مناسبة لهم تساعد على التخلص من الاضطرابات التي يشعرون بها فالتربية المنظمة والخاصة بكل فئة من فئات الإعاقة العقلية تجعلهم أكثر تقبلاً وتعايشاً مع أنفسهم والمجتمع الذي يعيشون فيه (١٢ : ١٢).

وفي تقرير لمنظمة العمل الدولية عام (٢٠٠٠) ذكر أن عدد نوى الاحتياجات الخاصة بلغ (٦١٠) ملايين نسمة منهم (٤٠٠) مليون في الدول النامية، وتذكر إحصائيات البنك الدولي عام ٢٠٠٤ م إن المعاقين يشكلون ما بين (١٠ : ٢٠%) من نسبة السكان في كل دولة من دول العالم، ويشير مركز الإحصاء البريطاني إلى إن (١٥%) من سكان بريطانيا من المعاقين وأن (١ من بين كل ٤) أشخاص عنده إعاقة، وتذكر وزارة العمل الروسية أن عددهم (١١) مليون نسمة وفي أمريكا (٥٤) مليون معاق، وفي الوطن العربي (٣٠) مليون معاق، وسوف تزداد هذه النسبة باطراد خلال السنوات المقبلة بسبب الحروب والفقر وقلة الرعاية الصحية (١٦ : ٦٢).

كما تشير الإحصائيات بمصر إلى أن نسبة المعاقين تقدر بحوالي (٦,٢١٥,٠٠٠) فرداً هذا ويؤكد أحدث تقرير للجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء عن وجود ستة ملايين معاق في مصر تتراوح أعمارهم بين (سنة و ٢١ سنة) وأن نسبة (١٣%) من أطفال المدارس معاقون، كما أكد التقرير أن الإعاقة الذهنية هي الأكثر انتشاراً وتقدر بحوالي أكثر من مليوني معاق ذهنياً ومعظم الحالات إعاقات خفيفة تتيح لهم التعلم حتى المرحلة الإعدادية ولكن (٥%) من حالات الإعاقة العقلية الشديد بمعامل نكاه أقل من (٢٥%) يحتاج فيها المعاق لرعاية خاصة إما داخل مؤسسات خاصة أو مع أسرهم المدربة لرعايتهم (١٧ : ٢٩).

وتعتبر الإعاقة العقلية مشكله تربوية اجتماعية طبية وتأهيلية فالمعاق عقلياً غير قادر على التكيف الاجتماعي أو الاستقلال الذاتي دون التعرض للإخاطر والصعوبات لذا فهو دائم الحاجة للرعاية والتوجيه ويجب أن نوليهم اهتمام أكبر ومضاعفاً وأن نؤخذ احتياجاتهم كأساس في كافة مراحل التخطيط الاقتصادي والاجتماعي والتربوي والصحي ليتم دمجهم في المجتمع (١٢ : ٣١).

والطفل المعاق.. يعد نقطة انطلاق حقيقية إذا ما أعيد النظر في فرص تعليمه وإكسابه المعرفة وإنمائها لديه، سواء المنهجية بالمدارس ومؤسسات الرعاية الخاصة، أو اللامنهجية التي تهدف إلي تنوع المهارات، لتنمية طاقاته لأقصى حد تسمح به قدراته العقلية والمهارية والحركية (٥١ : ١١).

وإعادة تكيف المعاق أمر مستطاع انطلاقاً من الإيمان بان التربية قادرة علي تنمية قدرات الأفراد وصقل شخصياتهم وترقية مشاعرهم وأحاسيسهم ووجدانهم وسماتهم واتجاهاتهم وميولهم والسير بها قدماً نحو مزيد من الايجابية، وإذا كنا نؤمن بأن التعليم أن هو إلا تغير في سلوك الإنسان أو في أدائه الحركي والحسي والعقلي والنفسي والاجتماعي والأخلاقي، فلنا أن نأمل أن التربية الحديثة، إذا ما أعطيت الامكانيات اللازمة لاضطلعت بواجب رعاية الطفل المعاق رعاية فعالة وايجابية (٣٥ : ٩٨).

ويشير كمال مرسى (٢٠٠٠) إلى أن كل طفل متخلف يسلك سلوكيات غير مقبولة وهو في حاجة إلى تدريب مباشر على كل مهارة حتى يكتسبها ومن الضروري تدريبه على اللبس والنظافة والاستحمام واستعمال الحمام وتناول الطعام والتعامل مع إخوانه وأقاربه وجيرانه وغيرها من

المهارات الاجتماعية والصحية التي تساعده على التوافق الاجتماعي كأقرانه العاديين ويتحمل المحيطين به مسئولية إرشاده وتوجيهه لتعديل هذه السلوكيات والإقبال عليها وما تسببه سلوكياته من متاعب للآخرين (٤٢ : ٣٠٢)

ويجب ألا يكتفي بإعطاء المعلومات الصحية للأفراد فنتوقع حل المشاكل ورفع المستوى الصحي للفرد والمجتمع بل يجب أن تتحول تلك المعلومات بالطريقة التربوية إلى توجيهات إلى السلوك الصحي السليم وللممارسة الفعلية المستمرة لهذه الأنماط السلوكية (٣٧ : ١٠).

ويذكر بهاء الدين سلامة (١٩٩٧) أن التربية الصحية جزء هام من التربية العامة في اكتساب الأفراد تفهماً أفضل للخدمات الصحية المتاحة وكذلك تزويد أفراد المجتمع بالمعلومات والإرشادات الصحية المتعلقة بصحتهم بغرض التأثير الفعال على اتجاهاتهم لتعديل وتطوير سلوكهم الصحي لمساعدتهم على تحقيق السلامة والكفاءة البدنية والصحية والنفسية والاجتماعية (١٤ : ٤٢).

ويشير أحمد حلمي (١٩٩٧) للعلاقة بين السلوك الصحي والمستوى الصحي للأفراد حيث أنه توجد علاقة بين السلوك الصحي والمستوى الصحي للفرد تنعكس على مستواه الصحي فيتصرف تصرفات صحية تساعده على ارتفاع مستواه الصحي (٢ : ٥٥ ، ٥٦).

واللعب هو ميدان النمو الاجتماعي والعقلي الذي يتيح للجميع أن يأخذوا دورهم في أن يصبحوا قيادات للأفراد من خلال اللعب كلاً حسب سنه واللعب خبرة حياتيه أساسية تتمثل في النشاط الذي توظف فيه شخصية الطفل

بكل طاقاتها وتحقيقاً لمهاراته ومظاهر ذكائه سواء من ناحية الملاحظة أو تحديد المكان أو الزمان أو الانتباه والتحليل والتذكر (٥٥ : ٤٧).

ووجود الطفل وسط جماعة اللعب وفي حضور معلم متفهم يعطى الطفل فرصة التصرف بأمانة وحرية وانطلاق مع باقي مجموعة اللعب حيث يمكن علاج عزلة الطفل، كذلك يمكن علاج بعض العادات السيئة مثل مص الأصابع وقضم الأظافر والعدوانية والسرقعة (٤٠ : ٧).

ويري هوللي HOLLI (١٩٨٥) أنه بتوفير الأنشطة الرياضية المناسبة للمعاقين عقليا التي يستخدمون فيها حواسهم وعضلاتهم فإن مهاراتهم الحركية قد تتحسن ويزداد توافقهم الاجتماعي (٦٤ : ١٠).

والأنشطة الرياضية باختلاف أنواعها لها تأثير علي السلوك الصحي حيث يتم من خلال الممارسة والتدريب تدعيم العادات الصحية المرغوبة لدي الممارسين من خلال مواقف اللعب المختلفة، فالإنسان يتشكل ويتطور أثناء الممارسة الرياضية ويكتسب صفات وسمات أساسية لزيادة التوافق وتعديل السلوك سواء مع الذات أو الآخرين (٤ : ٤، ٥).

كما أشار أبو النجا عز العرب وعمرو بدران (٢٠٠٣) على ضرورة دراسة العوامل المختلفة التي تؤثر عادة في سلوك الأفراد واستنباط انجح الوسائل الممكنة لضبط هذه العوامل وتوجيهها لترشيد سلوك هؤلاء الأفراد (٩٨ : ١).

وإذا كان توفير الرعاية الاجتماعية والتربوية للمتخلفين عقليا يعد واجبا من واجبات المجتمع نحو مجموعة من أبنائه ، فالأطفال المصابون

بمتلازمة داون يتصفون ببعض الخصائص الجسمية والحركية والحسية والعقلية والاجتماعية والانفعالية التي تميزهم عن أقرانهم من الأطفال المعاقين عقليا لذا يجب أن ينالوا نفس الاهتمام بل أكثر مثل أقرانهم.

وتعتبر أعراض متلازمة داون أحد أنماط سوء النمو الإنساني التي تظهر في التكوين الجسدي والمظهر العام للأطفال المصابين بها والتي تظهر في (٢٥) عرضا حددته منظمة الصحة العالمية ، وأكدت على أن توافر (١٠). أعراض منها يكفي لتصنيف الطفل ضمن هذه الفئة. (٣٩ : ٩٨٤).

ونقلا عن فيوليت فؤاد إبراهيم (١٩٩٢) يؤكد فاروق صادق على ضرورة الاهتمام بتعليم المعاقين عقليا وتدريبهم على المهارات غير الأكاديمية لتكون مخرجا لهم من جو الفشل الذي يحيط بهم في مجال التعليم الأكاديمي ، وهكذا تتضح حاجة الأطفال المتخلفين بصفة عامة ، والأطفال المتخلفين والمصابين بأعراض داون بصفة خاصة ، إلى مهارات السلوك التواقي والاستقلالي ، ومدى إمكانية استفادتهم من البرامج التربوية الخاصة التي تعد بقصد تنمية المهارات الشخصية والاجتماعية والأكاديمية بهدف تحقيق قدر من الاستقلال الذاتي والتوافق الشخصي والاجتماعي.

وتشير العديد من البحوث والدراسات إلى نتائج مؤداها: أن نسبة كبيرة من الأطفال المعاقين عقليا والمصابين بأعراض داون يستطيعون تحسين ذاكرتهم وقدرتهم العقلية إذا تم تدريبهم وتعريضهم للمثيرات الحسية الحركية في وقت مبكر (٣٩ : ٩٨٣).

ونظرا لما يعانيه المصاب بأعراض داون من أمراض القلب والتنفس واختلال وظائف الغدد والهرمونات وسوء النمو الحركي والعضلي الواضح لديه ، فقد اهتم العديد من الباحثين بدراسة العمر الافتراضي المتوقع لهذه الفئة من الأطفال(٣٩ : ٩٨٥).

وفي دراسة تنبؤية طويلة للعمر الافتراضي للمصابين بأعراض داون قامت إيمان وآخرون Eyman بافتراض أنه كلما كان خاليا من أمراض القلب وغيرها فإن فرصة بقائه في الحياة تزداد مع تقدمه في العمر ، وتألقت عينة الدراسة من (١٢٥٤٣) شخص داون من عام ١٩٨٤ إلى ١٩٨٧ وأشارت نتائج الدراسة إلى أن العمر الافتراضي المتوقع لهم يتراوح بين (٣٠ - ٣٤ عام)(٦٠ : ٩٨٤).

ولكن مما يدعو إلى التفاؤل أن هؤلاء الأشخاص اجتماعيين وخفاف الظل بطبيعتهم فالتقرب منهم حتى لو بهدف التدريب يكون سهلا بل ممتعا وهم أيضاً يفرحون عندما يكتسبون مهارات جديدة وهذا يشجعهم ويحفزهم على اكتساب مهارات أخرى، كما أنهم يرتبطون بالقائمين على تدريبهم ويكونون معهم علاقات حميمة أساسها الحب وهذا يجعل المدربين يبادلونهم نفس الحب ويفكرون دائماً في كل ما يمكن أن يفيدهم.

وبالرغم من ضرورة الاهتمام بالمعاقين عقليا عامة والمصابين بمتلازمة داون بصفة خاصة وضرورة تقديم برامج للتربية الرياضية تساعدهم علي رفع لياقتهم البدنية ونمو قدراتهم الحركية واكتساب أنماط سلوكية وصحية ايجابية وتغيير السلوكيات الغير مرغوب فيها إلا أن

البرامج المقدمة في الجمعيات والمؤسسات المنوطة بتدريب هذه الفئة لا تؤدي الدور المنوط منها، وأنها تعتمد في الغالب على الجانب الأكاديمي وإهمال جانب الأنشطة المختلفة، وفي حالة وجود هذه الأنشطة فإنها تمارس بدون برامج مقننة وبدون أهداف محددة، وإن البرامج الموجودة لم تتطور منذ فترة طويلة ولا تتناسب بشكل أفضل مع ما تتطلبه هذه الفئة من عناية خاصة.

ومن خلال إطلاع الباحث على العديد من الدراسات السابقة والمراجع العربية فوجد إنها تفتقر إلى البرامج التي تعمل على اكتساب المعاقين عقليا المصابين بمتلازمة داون للسلوك الصحي مباشرة من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية، ومن خلال عمل الباحث كمدرّب رياضي مع المعاقين عقليا بمختلف فئاتهم، والعمل في مؤسسات وجمعيات مختلفة، لاحظ ضعف مستوى البرامج الموضوعه لهذه الفئة، حيث يتم التدريب لهم جميعا بالعباب صغيرة مصاحبة بالموسيقى وفي الغالب يقوم بتنفيذها أخصائي النفسحركي، وهم ليسوا المتخصصين في تنفيذ البرامج الرياضية بالشكل المناسب لكل فئة من المعاقين عقليا.

لذا رأى الباحث ضرورة تصميم برنامج رياضي بحيث يهتم بتحسين السلوك الصحي لذوي الاحتياجات الخاصة ( المعاقين عقليا والمصابين بمتلازمة داون ) من خلال ممارسة النشاط الرياضي المتمثل في الألعاب الصغيرة والقصص الحركية والأنشطة الترويحية والتمرينات المنظمة بجانب ممارسة الأنشطة الصحية من خلال الإطلاع على الصور والأفلام والمعلومات المتعلقة بالسلوك الصحي ليستطيعوا الاندماج بشكل أفضل وأسرع مع المحيطين بهم.

وما يؤكد ذلك دراسة رانية صبحي (١٩٩٨) لتقويم برامج التربية الرياضية بمدارس التربية الفكرية حيث اكدت علي افتقار منهاج التربية الرياضية لأهداف تنمية عناصر اللياقة البدنية والقدرات الحركية وقصورها في تحقيق مبدأي التتابع والاستمرارية، ولعل ما يؤكد ضرورة بناء هذا البرنامج نتائج وتوصيات الدراسات السابقة مثل:

❖ دراسة صلاح الدين محمد نظمي (١٩٧٨) وأهم توصية لها أن تكون السباحة ركن أساسي في برامج التربية الرياضية للأطفال المعلمين عقلياً .

❖ دراسة سميحة خليل وعزيزة عبد الرحمن (١٩٨٥): وأسفرت النتائج عن ضرورة الاهتمام بالجانب الصحي والاجتماعي لتأثيره علي السلوك التكيفي للمتخلفين (٢٨).

❖ دراسة عبد التواب محمود عبد التواب (٢٠٠٦): وأهم التوصيات ضرورة وجود برامج رياضية مقننة وضرورة التبكير بها لما لها من تأثير ايجابي علي ترشيد السلوكيات الصحية للأطفال المعاقين عقلياً (٣٤).

❖ دراسة عبير محمد قنبر (٢٠٠٤): ومن نتائجه أن البرنامج المقترح له تأثير إيجابي على السلوك الصحي أكبر منه على التعايش مع الإعاقة للمعاقين عقلياً (٣٩).

ومن هنا يمكن تحديد مشكلة الدراسة في عجز المعاقين عقلياً المصابين بمتلازمة داون عن ممارسة الأنماط السلوكية الصحية السليمة كنتيجة لضعف قدراتهم البدنية والحركية .

ويمكن تحديد أهمية الدراسة مما يمكن أن تسهم به في الآتي:

- سوف تمتد مجال المعاقين عقليا ببرنامج يسهم في اكتساب وتعديل السلوك الصحي من خلال ممارسة التربية الرياضية.
- تعد خطوة علي طريق تعديل السلوك من خلال النشاط الرياضي.
- تساعد المعاقين علي سرعة التكيف مع المجتمع من خلال تعديل السلوكيات الصحية.
- فتح مجالات جديدة في مجال المعاقين عقليا عامة والمصابين بمتلازمة داون خاصة أمام بحوث ودراسات أخرى لاحقة.
- سوف تمتد المجال بمقياس سلوك صحي جديد حيث أنه موجه إلى الفئة المتعاملة مع المعاقين عقلياً.

### أهداف الدراسة :

يهدف الدراسة إلي التعرف علي:

- تأثير البرنامج الرياضي المقترح علي تعديل وتحسين السلوك الصحي لذوي الاحتياجات الخاصة [المعاقين عقليا المصابين بمتلازمة داون].

### فروض الدراسة :

- توجد فروق دالة إحصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدي علي عينة البحث لصالح القياس البعدي في مدي تأثير البرنامج الرياضي إيجابيا علي تعديل وتحسين السلوك الصحي للمعاقين عقليا المصابين بمتلازمة داون.

## مصطلحات الدراسة :

### المعاق عقليا **Mentally Handicapped** :

" هو حالة نقص أو تأخر أو توقف أو عدم اكتمال النمو العقلي المعرفي يولد به الفرد أو يحدث في سن مبكرة نتيجة لعوامل وراثية أو بيئية مما يؤدي إلي انخفاض مستوي الذكاء عن المتوسط" (٤١ : ٢٤).

### متلازمة داون **Down Syndrome** :

" هو اضطراب خلقي ينتج عن وجود كروموسوم زائد في خلايا الجسم (تثلث الصبغة رقم ٢١) إذ تحتوي خلايا المصاب على ٤٧ كروموسوم بدلا من ٤٦، وهو يسبب درجات متفاوتة من الإعاقة العقلية و الجسدية، ونتيجة لهذه الزيادة فإنهم يشتركون في مجموعة من الصفات والخصائص الجسدية والصحية" (تعريف إجرائي).

### السلوك الصحي **Healthy Behavior** :

يعرفه مسعود غرابية، طه عبد الرحيم (٢٠٠٠) "كل ما يصدر من المعاق عقليا من اتجاهات أو أقوال أو أفعال ترتبط بممارسته الصحية" (٥٥ : ٩).

### تعديل السلوك **Behavior Modification** :

"عملية تحسين سلوكيات الفرد بحيث نحاول خفض معدل السلوك غير المرغوب والتخلص منه واكتساب وتدعيم السلوك المرغوب من خلال النشاط الرياضي".

(تعريف إجرائي).