

# الفصل الأول

## المقدمة

- تقديم.
- مشكلة البحث.
- أهمية البحث والحاجة إليه.
- هدف البحث.
- فروض البحث.
- مصطلحات البحث.

## المقدمة

### تقديم :

الخواص أو ذوي الاحتياجات الخاصة ( المعاقين ) هم أولئك الأشخاص الذين يكون مستوى قدراتهم البدنية أو الحسية أو الذهنية أو السلوكية أقل من المستوى الشائع في المجتمع ، بحيث يستوجب هذا الاختلاف إعداد برامج تربوية وتأهيلية خاصة لاستغلال هذه القدرات وتطويرها إلي أقصى حد ممكن. (١٦ : ٩)

ومما لا شك فيه أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية بالطرق الصحيحة التربوية تؤثر على الفرد وتكسبه اتجاهات وقيما وسلوكيات سليمة تجعله يتواءم مع نفسه ومع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه حيث تلعب الأنشطة الترويحية الرياضية المتنوعة دورا هاما في تنمية نواحي النقص لدي الأفراد فإذا فقد الإنسان قدرته على التمتع بأي جانب من جوانب الحياة فإن هذه الأنشطة تعوضه من خلال شعوره بإمكانياته أثناء الممارسة. كما أن أنشطة الترويح الرياضي تساعد على التخلص من ضغط الحياة وأعبائها وتصل بالفرد إلي التعايش السوي مع نفسه ومع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه ولقد زاد الآن الاهتمام بفئات المعاقين في العالم حيث يقدر عددهم بعشر سكان العالم. (٥ : ٦١)

وتذكر إحصاءات البنك الدولي عام ٢٠٠٤م أن المعاقين يشكلون ما بين (٢٠:١٠%) من نسبة السكان في كل دولة من دول العالم ، وفي الوطن العربي ٣٠ مليون معاق ، وسوف تزداد هذه النسب باطراد خلال السنوات المقبلة بسبب الحروب والفقر وقلة الرعاية الصحية وقلة الإنجاب وزيادة الشيخوخة بين البشر. (٤٠ : ٢٦)

ويؤكد أحدث تقرير للجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء عام ٢٠٠٤م وجود ستة ملايين معاق في مصر تتراوح أعمارهم بين سنة ٢١ سنة وأن نسبة (١٣%) من أطفال المدارس في بلادنا معاقون ، كما أكد التقرير أن الإعاقة العقلية هي الأكثر انتشارا في هذه النسبة وتقدر بحوالي أكثر من مليوني معاق ذهنيا ومعظم الحالات إعاقات خفيفة تتيح لهم التعلم حتى المرحلة الإعدادية ولكن (٥%) من حالات التخلف العقلي الشديد يكون فيها معامل الذكاء أقل من (٢٥%) ويحتاج فيها المعاق لرعاية خاصة إما داخل مؤسسات متخصصة أو مع أسرهم المدربة لرعايتهم. (٣٩ : ٢٩)

كل هذه الأسباب جعلت المجتمعات المتحضرة تنظر إلي المعاقين نظرة أكثر تفاؤلا مما كانت عليه في الماضي ، بل وأن الأمم المتحدة أقرت حقوق المعاقين كما خصصت لهم عاما دوليا هو عام ١٩٨١م.

ونظرا لرفي المجتمع ونظرا لرفي المجتمع الإنساني وسعيه الدءوب للحد من التمييز بين بنية على أساس اللون أو الجنس أو المعتقدات فإنه زاد الاهتمام بذوي الاحتياجات الخاصة في أقطار العالم بتوفير التربية والتأهيل لهم من أجل إتاحة الفرصة لمشاركتهم في الحياة الاجتماعية والاقتصادية ومساهماتهم في نهضة بلدانهم. (١٦ : ١٠)

كما أشار أبو النجا عز العرب وعمرو بدران (٢٠٠٣) على ضرورة دراسة العوامل المختلفة التي تؤثر عادة في سلوك الأفراد واستتباط أنجح الوسائل الممكنة لضبط هذه العوامل وتوجيهها لترشيد سلوك هؤلاء الأفراد. (٢ : ٩٨)

هذا ويعتقد الباحث أن العمل على ترشيد السلوكيات الصحية للأطفال المعاقين عقليا يعد من أهم برامج التأهيل لهذه الفئة وخاصة إذا ما قدم من خلال أنشطة ترويحية رياضية محببة لهم ومرغوب فيها مما يجعلهم أكثر تكيفا مع أنفسهم ومع المجتمع ككل.

### مشكلة البحث:

يحتل الترويح الرياضي بأنواعه المختلفة مكان الصدارة في برنامج الترويح ولاشك أن للمعاقين الحق في الممارسة لكافة أنواع الترويح بالطرق المشروعة في مجتمعنا الإسلامي وذلك وفق إمكانياتهم وظروف إعاقاتهم وتسهم تلك الأنشطة الترويحية في الاتجاهات التنافسية في مجالات رياضة المعاقين علاوة على القيمة العلاجية والوقائية والتشخيصية للترويح في مجالات تحليل الشخصية والسلوك حتى أصبحت حضارات الشعوب تقاس بكيفية استثمار وقت الفراغ.

ومن خلال إطلاع الباحث في مجال الترويح لاحظ أن تركيز أغلب الباحثين ينصب على الأنشطة الترويحية وتأثيرها على الأسوياء بفئاتهم المختلفة وهناك أيضا القليل من الباحثين تناولوا البرامج الترويحية وأثرها على بعض فئات المعاقين مثل الصم والبكم والكفيفات والمعاقين بدنيا، بينما يندر تناولهم للأنشطة الترويحية وتأثيرها على فئة المعاقين عقليا ، الأمر الذي أثار فكر الباحث نحو تناول إحدى المشكلات التي رأى من

وجهة نظره أنها نادرة في المجال الترويحي عامة وفي مجال الترويح والمعاقين عقليا بشكل خاص وهي محاولة تطبيق برنامج ترويح رياضي على الأطفال المعاقين عقليا والتعرف على مدى فعالية هذا البرنامج في ترشيد السلوكيات الصحية لأطفال هذه الفئة، حيث تتناسب الأنواع المتعددة من الألعاب الترويحية البسيطة وطبيعة وعقلية المعاقين عقليا حيث بساطة قوانينها وبساطة أدائها وأدواتها وأماكن ممارستها. ويعتقد الباحث أن المسؤولين عن التربية الرياضية يستطيعون المساهمة بفعالية في عملية تعلم المتخلفين عقليا وكذلك وضع البرامج والأنشطة لمقابلة احتياجاتهم لأنه من المعروف أن برامج التربية الرياضية لها أهميتها وفوائدها المتعددة حيث تساعد على تحسين وتنمية الجوانب العقلية والنفسية والجسمية لديهم وتسهم في قدرتهم على التكيف مع المجتمع الذي يعيشون فيه.

ولذا يرى الباحث أن تناول هذا الموضوع بالبحث والدراسة جدير بالاهتمام وخاصة إذا ما تم دراسته مع تطبيق برنامج ترويح رياضي للتعرف على فعاليته في ترشيد السلوكيات الصحية للأطفال المعاقين عقليا ، حيث يعاني العديد من الأطفال المعاقين عقليا من سوء الحالة الصحية الناتجة عن ممارسة بعض العادات الخاطئة سواء الصحية أو السلوكية التي من شأنها إحداث مشكلات صحية عديدة يعاني منها المعاق.

### أهمية البحث والحاجة إليه:

اهتم عدد كبير من العلماء والباحثين بفئة المعاقين عقليا فقاموا بإجراء البحوث والدراسات للتعرف على سلوكهم ودوافعهم وقدراتهم العقلية والبدنية وقد أتضح من نتائج هذه الدراسات أن أطفال هذه الفئة غالبا ما يتميز سلوكهم بالانطواء أو العدوانية نظرا لأنهم يفتقدون الثقة في أنفسهم ولا يستطيعون تقدير واحترام ذواتهم.

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 تساعد على التوافق الاجتماعي كأقرانه العاديين ويتحمل المحيطين به مسؤولية إرشاده وتوجيهه لتعديل هذه

السلوكيات والإقلاع عنها وهذا يحتاج جهدا كبيرا وسعة صدر منهم لتحمل هذا الطفل وما تسببه سلوكياته من متاعب للآخرين. (٢٤ : ٣٠٢)

ويشير تقرير لنقابة الأطباء الأمريكيين إلي أن برامج الترويح المختلفة تؤدي إلى الإقلال من حالات التوتر العصبي والملن والاكتئاب النفسي والقلق كما تسهم في الفرد الممارس لمختلف مناشطها من الآثار المترتبة على حياة الميكنة التي يعاني منها الأفراد في هذا العصر. (٣٣ : ١٤٧)

كما أن الأبحاث العلمية التي تناولت المعاقين عقليا بالدراسة كدراسة عبد الحكيم بن جواد المطر (٢٠٠٣) (١٨) و دراسة عبير محمد قنبر (٢٠٠٤) (٢٠) وكذا دراسة Radwan & Reschke (2004) (٤٣) قد أكدت على أهمية مناشط الترويح الرياضي المتنوعة للمعاقين عقليا وبدنيا على بعض مظاهر السلوك الصحي لديهم ولاشك أنها تعمل على تطوير مستوى السلوكيات الصحية لديهم.

ويشير محمد الحماحمى وعائدة عبد العزيز (١٩٩٨) نقلا عن آدمز " Adams " ودانيل " Daniel " وبولمان " Pullman " إلي أن الترويح العلاجي يهدف إلي تقديم المساعدة في علاج المرضى وفي تأهيلهم وكذلك في تعديل سلوكهم وفي تكيفهم مع مجتمعهم كما أن البرنامج الترويحي النموذجي يهدف إلي استعادة المرضى لللياقتهم البدنية والإسهام في الارتقاء بقدراتهم العقلية وفي نمو قدراتهم الإبداعية وكذلك مساعدتهم في التعبير الذاتي وفي نموهم الشخصي. (٣٣ : ١٤٩)

ومما سبق تتضح أهمية البحث والحاجة إليه في كونه محاولة لدراسة بعض السلوكيات الصحية للأطفال المعاقين عقليا الذين يظهرون اهتماما قليلا نحو اللعب ويفتقدون الاستقرار النفسي والثبات الانفعالي الذي يترجم في الغالب إلي شعور بالخوف أو العدوانية في السلوك ، مما دعا الباحث إلي محاولة تناولها بالبحث والدراسة من خلال البحث الحالي بهدف التعرف على فعالية برنامج الترويح الرياضي المقترح ومدى تأثيره على ترشيد السلوكيات الصحية للأطفال المعاقين عقليا ، وتزداد أهمية البحث والحاجة إليه فيما يأمل الباحث أن يتوصل إليه من نتائج لعلها تصبح بمثابة مرشد عمل للمهتمين بالترويح الرياضي والعلاجي وبصفة خاصة ما يتعلق بفئة المعاقين عقليا.

## هدف البحث:

- يهدف البحث إلى التعرف على فعالية برنامج تروحي رياضي على ترشيد السلوكيات الصحية للأطفال المعاقين عقلياً من خلال :
- تصميم برنامج تروحي رياضي يتناسب مع فئة المعاقين عقلياً.
  - بناء مقياس للسلوكيات الصحية للأطفال المعاقين عقلياً.

## فروض البحث:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في مقياس السلوك الصحي للأطفال المعاقين عقلياً.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في مقياس السلوك الصحي للأطفال المعاقين عقلياً لصالح القياس البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مقياس السلوك الصحي للأطفال المعاقين عقلياً لصالح المجموعة التجريبية.

## مصطلحات البحث :

سوف يستخدم الباحث المصطلحات التالية:-

### ١- التخلف العقلي Mental Retardation

التخلف العقلي هو عدم قدرة الفرد على الارتباط بشكل ملائم مع الأفراد الآخرين أو في البيئة المحيطة.

### ٢- الترويح الرياضي Recreation Sports

المقصود بالترويح الرياضي هو ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من المناشط البدنية والرياضية ، كما أنه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الجوانب البدنية والفسولوجية للفرد الممارس لأوجه نشاطه التي تشتمل على الألعاب Games والرياضات Sports . (٣٣ : ٨٤)

### ٣- البرنامج الترويحي Recreational Program

هو مجموعة الألعاب والخبرات المنظمة والغير منظمة التي يمارسها العضو المشترك ويتحتم فيها التفاعل بين العضو والرائد بحيث تنتقل هذه الخبرات من الرائد إلى العضو ويكون هناك أثر لهذه الخبرات في نفوس المشتركين تساعد على تعديل وتغيير أنماط سلوكهم إلى سلوك إيجابي مرغوب فيه. (٩ : ٢٣٣)

### ٤- السلوك الصحي Health Behavior

يعرف مسعود غرابة وطه عبد الرحيم (٢٠٠٠) لسلوك الصحي بأنه كل ما يصدر من الفرد من اتجاهات أو أقوال أو أفعال ترتبط بممارسته الصحية. (٩ : ٣٥)