الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عمار ثليجي الاغواط

اطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه (LMD)
في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تخصص: نشاط بدني رياضي ترويحي
بعنوان:

أثر برنامج رياضي ترويحي مقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا

دراسة ميدانية لأطفال مدرسة الصم البكم بالمسيلة

من إعداد:
حرمة زكرياء

تحت إشراف:
أ.د بعيط رضوان بن جدو
د. حنة الهاشمي

الاسم واللقب	الجامعة	الصفة
أ . د بن سعد الله دحماني	أستاذ التعليم العالي – جامعة الاغواط	رئيسا
أ . د بعيط رضوان بن جدو	استاذ التعليم العالي – جامعة الاغواط	مقرر أول
د حنة الهاشمي	أستاذ محاضر " أ " – جامعة الاغواط	مقرر ثاني
د كروم بشير	أستاذ محاضر " أ " – جامعة الاغواط	ممتحنا
د صادقي علي	أستاذ محاضر " أ " – جامعة الاغواط	ممتحنا
أ . د عمارة نور الدين	أستاذ التعليم العالي – جامعة المسيلة	ممتحنا
د سليماني نور الدين	أستاذ محاضر " أ " – جامعة المسيلة	ممتحنا

الموسم الجامعي 2022/ 2023


بسم الله الرحمن الرحيم

شكر وتقدير

إن الحمد لله نحمده سبحانه وتعالى حمدا يليق بجلال وجهه وعظيم سلطانه، والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم

لا يسعني وأنا أضع اللمسات الأخيرة في هذه الدراسة إلا أن أتقدم بالشكر إلى كل من كانت له مساهمة ولو بسيطة جدا.

وأخص بالشكر للأستاذ الدكتور **بعيط بن جدو رضوان** والدكتور **حنة الهاشمي** المشرفين على هذه الأطروحة والذي كان لهم الفضل بعد الله عز وجل في تيسير طريق البحث لي من خلال توجيهاته وإرشاداتهم كلها، جعلها الله في ميزان حسناتهم وبارك الله فيهم.

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير لأعضاء لجنة المناقشة لتفضلهم الموافقة على مناقشة هذه الأطروحة وتنقيحها بإرشاداتهم وتوجيهاتهم القيمة.

ولا يفوتني أن أرفع أجمل عبارات الشكر لأعضاء هيئة التدريس بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة الأغواط وبقسم النشاط البدني الرياضي الترويحي.

وكل الشكر أيضا لمدير مدرسة الأطفال المعاقين بصريا الشهيد ثامر المبروك بالمسيلة والشكر أيضا الأفراد عينة الدراسة ومدرسيهم والعاملين بالمراكز... فلهم ولكل من ساعدنا الإنجاز هذه الأطروحة كل التقدير والشكر والعرفان

الباحث

إهداء

أهدي تخرجي هذا إلى من علمني العطاء وإلى من أحمل اسمه بكل افتخار وأرجو من الله أن يمد في عمرك ليرى ثمارا قد حان قطافها بعد طول انتظار "والدي العزيز "وإلى ملاكي في الحياة وإلى معنى الحب والحنان والتفاني وإلى بسمة الحياة وسر الوجود وإلى من كان دعائها سر نجاحي أغلى الحبايب "امي الحبيبة"

وإلى من له الفضل الكبير في تشجيعي وتحفيزي ومن منة تعلمت المثابرة والاجتهاد وإلى من بهم أكبر وعليهم اعتمد وإلى من بوجودهم أكتسب قوة ومحبة لا حدود لها وإلى من عرفت معهم معنى الحياة "إخوتي وأخواتي" وإلى من تحلوا بالإخاء وتميزوا بالوفاء والعطاء وإلى من برفقتهم في دروب الحياة السعيدة والحزينة سرت وإلى من كانوا معي على طريق النجاح والخير "أصدقائي الأعزاء" بتوفيق من الله، وبدعاء من الام لم يبق سوى خطوات قليلة لإنهاء مسيرتي الدراسية.

ملخص الدراسة (عربي)

العنوان : أثر برنامج رياضي ترويحي مقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا

دراسة ميدانية لأطفال مدرسة الصم البكم بالمسيلة

هدفت هذه الدراسة الي التعرف على أثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا حيث إعتمد الباحث على المنهج التجريبي مستخدما مقياس السمات الشخصية للرياضيين على عينة تكونت من (15) فرد من ذوي الاحتياجات الخاصة (معاقين سمعيا) تم اختيارهم بطريقة عمدية، باستخدام المجموعة الواحدة والتي كانت تتراوح اعمارهم بين (12-16)، بمتوسط عمري قدره 14 سنة بمدرسة الأطفال المعوقين بصريا الشهيد ثامر المبروك ببلدية المسيلة، وتخضع هذه فئة الي البرنامج الرياضي الترويحي المقترح في هذه الدراسة، ولم يمارس أفراد هذه المجموعة إلى أي برنامج رياضي اخر، وقد روعي أثناء إختيار عينة الدراسة تجانسها من حيث: طبيعة الإعاقة والخصائص البدنية والدراجات المتفاوتة للسمات الشخصية التي تم قياسها، وإستخدم الباحث كل من مقياس فرايبورج للشخصية ، والتي قد قام الدكتور محمد حسن علاوى باقتباس القائمة الأصلية والقائمة المصغرة وقدم منها ترجمته باللغة العربية، بالإضافة الى البرنامج الرياضي الترويحي المقترح (من إعداد الباحث)، وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

1. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي العصبية لدي المعاقين سمعيا ولصالح القياس البعدي .
2. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي الاكتئابية لدي المعاقين سمعيا ولصالح القياس البعدي .
3. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي القابلية لدي المعاقين سمعيا ولصالح القياس البعدي .
4. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي الاجتماعية لدي المعاقين سمعيا ولصالح القياس البعدي .
5. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي العدوانية لدي المعاقين سمعيا ولصالح القياس البعدي .
6. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي السيطرة لدي المعاقين سمعيا ولصالح القياس البعدي .
7. يوجد أثر للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح على أبعاد مقياس السمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا.

ملخص الدراسة (إنجليزي)

Abstract:

Title: The Effects of a Suggested Recreational Sport Program on Enhancing Some Personality Traits
Case of: the Hearing-Impaired Pupils at Visually-Impaired School in M'sila.

This study aimed to discover the effects of a suggested recreational sport program in the development of some personality traits for hearing-impaired individuals .An experimental method was adopted implementing the athletes personality traits test on a sample consisting of 15 of hearing-impaired individuals non- randomly selected ,using one group with the age range (12-16), with age average of 14 at the school of visually impaired "the martyr Thameur El Mabrouk" ,M'sila.The group was subjected to the suggested recreational sport program, and participants did not partake in any other sport program. the sample was homogeneously selected regarding: the nature of the impediment and physical aspects along with the varying of personality traits that's being measured. In addition, Friedberg personality test was implemented, which Dr.Mohammed Hassan Alawi quoted the original list and a shortened list and provided its translation to the Arabic language.The following results were obtained:

1-There are differences with significant statistical indications between the initial and final measures of the nervosity of the individuals with improvement in the final measures.

2-There are differences with significant statistical indications in the before and after levels of depressiblity in the individuals in favor of the after.

3- There are statistically significant differences between the pre- and post-measurement in the level of ability of the hearing-impaired, in favor of the post-measurement.

4-There are statistically significant differences between the pre- and post-measurement in the social level of the hearing-impaired and in favor of the post-measurement.

5-There are statistically significant differences between the pre- and post-measurements in the level of aggression among the hearing-impaired, in favor of the post-measurement.

6-There are statistically significant differences between the pre- and post-measurement in the level of control among the hearing-impaired and in favor of the post-measurement.

7-There is an impact of the proposed recreational sports program on the dimensions of the personality traits scale for the hearing-impaired.

فهرس الموضوعات

شكر وتقدير

إهداء

ملخص الدراسة (عربي)

ملخص الدراسة (إنجليزي)

فهرس الموضوعات

فهرس الجداول

فهرس الأشكال

مقدمة.....(أ-ج)

الباب الأول الجانب النظري

الفصل التمهيدي

1-الخلفية النظرية لإشكالية الدراسة: 10

2- الفرضية العامة: 17

3- اهداف الدراسة: 18

4- أهمية الدراسة: 18

5 - أسباب اختيار الموضوع: 20

6-مصطلحات الدراسة: 20

01-البرنامج الرياضي الترويحي: 20

02-الاعاقة السمعية: 21

تعريف الشخصية: 22

7 -الدراسات السابقة..... 23

1 - الدراسات العربية: 23

2- الدراسات الاجنبية: 39

3- التعقيب على الدراسات السابقة: 43
الفصل الأول الترويح الرياضي..... 48
تمهيد: 49
1 – تعريف الترويح:..... 50
2- أهداف الترويح: 51
3- أغراض الترويح:..... 53
4- مميزات الألعاب الترويحية:..... 54
5- دور الألعاب الترويحية في تنمية الجوانب المختلفة للممارسين: 57
6-النظريات المفسرة للترويح:..... 60
7- مجالات الأنشطة الترويحية: 67
8- سمات الترويح: 72
9-علاقة التربية الرياضية بالترويح الرياضي: 73
10.الترويح الرياضي عند المعاقين: 74
11.مقاربات الترويح 75
12- فوئد الترويح الرياضي للمعاقين:..... 77
13- البرنامج الرياضي الترويحي: 78
تعريف البرنامج الترويحي: 79
عناصر بناء البرنامج الترويحي: 79
اتجاهات المعاقين نحو برامج الترويح: 83
البرامج الترويحية ودورها في تأهيل المعاقين: 84
خطوات التأهيل الترويحي للمعوقين:..... 84
ما يجب مراعاته عند وضع البرنامج الترويحي للمعاقين:..... 85
اهداف البرنامج الرياضي الترويحي للمعاقين سمعيا:..... 86
اختيار البرنامج الترويحية:..... 87

تقويم البرنامج الرياضي الترويحي: 87
خلاصة: 89
الفصل الثاني السمات الشخصية 90
تمهيد: 91
1- تعريف السمات 92
2- تصنيف السمات: 94
3- تعريف الشخصية: 96
4 - تعريف سمات الشخصية 98
5 - النظريات المفسرة للسمات الشخصية: 99
6- خصائص السمات الشخصية: 106
7- بناء الشخصية: 108
8- مكونات الشخصية: 109
9- **محددات الشخصية** (العوامل المؤثرة في الشخصية): 110
10- التوجيه الإيجابي للسمات الشخصية : 115
11- تنمية الشخصية باللعب: 118
12- أهم السمات الشخصية التي يدرسها الباحث عند ذوي الاعاقة السمعية: 120
13- أثر الرياضة في الشخصية: 124
خلاصة: 131
الفصل الثالث الاعاقة السمعية 132
تمهيد 133
تعريف الإعاقة السمعية : 134
2. جهاز السمع (التشريح) 137
3.أسباب الإعاقة السمعية: 142

4- تصنيف الإعاقة السمعية: 144
5 - نسبة انتشار الاعاقة السمعية: 146
6 - تشخيص الاعاقة السمعية: 147
7-خصائص المعاقين سمعيا: 150
8- العوامل المؤثرة في شخصية المعاق: 156
9-مشكلات افراد ذوي الاعاقة السمعية: 158
10- الوقاية من الاعاقة السمعية: 163
11-التواصل مع المعاقين سمعيا: 165
خلاصة 171

الباب الثاني الجانب التطبيقي

الفصل الأول الإجراءات المنهجية للبحث 173
1. الإجراءات المنهجية 173
تمهيد: 174
الإجراءات المنهجية للبحث 175
1- منهج الدراسة: 175
2-الدراسة الاستطلاعية: 176
3- الدراسة الأساسية: 181
4- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة: 188
خلاصة: 189
الفصل الثاني عرض وتفسير الفرضيات 190
تمهيد: 191
1 - عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى: 192
2- عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية: 194
3-عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة: 196

4-عرض وتفسير نتائج الفرضية الرابعة: 198
5-عرض وتفسير نتائج الفرضية الخامسة: 200
6-عرض وتفسير نتائج الفرضية السادسة: 202
7-عرض وتفسير نتائج الفرضية العامة: 204
الفصل الثالث عرض ومناقشة الفرضيات 205
1- مناقشة نتائج الفرضية الأولي (العصبية). 206
2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية (الاكتئابية). 210
3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة (القابلية للاستثارة). 213
4- مناقشة نتائج الفرضية الرابعة (الاجتماعية). 216
5- مناقشة نتائج الفرضية الخامسة (العدوانية). 220
6- مناقشة نتائج الفرضية السادسة (السيطرة). 223
7- مناقشة نتائج الفرضية العامة 226
استنتاج 227
توصيات 228
اقتراحات 230
خاتمة 232
قائمة المصادر والمراجع 235
-قائمة المصادر والمراجع: 235
أولا: المصادر 235
ثانيا: المعاجم: 235
ثالثا: قائمة المراجع باللغة العربية 235
رابعا: قائمة المراجع الأجنبية : 245
خامسا: المواقع الإلكترونية: 246

فهرس الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
.1	يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس	176
.2	يوضح أبعاد قائمة فرايبورج مع أرقام العبارة الإيجابية و السلبية	178
.3	معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه	179
.4	معامل ألفا- كرونباخ ومعامل بيرسون بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني	180
.5	يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس	182
.6	يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في العصبية	192
.7	يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في الاكتئابية	194
.8	يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في الاستثارة	196
.9	يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في الاجتماعية	198
.10	يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في العدوانية	200
.11	يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في السيطرة	202
.12	يوضح حجم الأثر للبرنامج الرياضي الترويحي حسب الابعاد التي تم قياسها	204

فهرس الأشكال

عنوان الشكل	الصفحة
الشكل (1) الشكل(2): يوضحان أجزاء الأذن	137
الشكل رقم (03) يمثل الحروف الابجدية العربية بشكل الأصابع	169
الشكل رقم (04) يمثل الوقت بلغة الاصابع	169
الشكل رقم (05) يمثل الارقام بلغة الاصابع	170
الشكل رقم (06) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس	176
الشكل رقم (07) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس	182
الرسم البياني رقم (08) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في مستوى العصبية	193
الرسم البياني رقم (09) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في مستوي الاكتئابية	195
الرسم البياني رقم (10) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في القابلية للاستثارة	197
الرسم البياني رقم (11) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في مستوى الاجتماعية	199
الرسم البياني رقم (12) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في مستوى العدوانية	201
الرسم البياني رقم (13) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في مستوى السيطرة	203

مقدمة

مقدمة

لقد أنعم الله سبحانه وتعالى على الإنسان بمجموعة من الأنظمة والأجهزة الحسية لمساعدته على الإحساس بالمثيرات من حوله، وإدراك وفهم ما يحيط به والتكيف مع البيئة بمتغيراتها الاجتماعية والمادية المختلفة، وتمثل حاسة السمع المرتبة الأولى من حيث الأهمية من بين تلك الحواس، ويؤيد ذلك تأكيد الله – سبحانه وتعالى – على السمع استكثر من مائة وثمانين موضعاً في القرآن الكريم، كما أن أغلب الآيات التي يتيقن فيها السمع والبصر نجد أن السمع قدم على البصر كما في قوله تعالى((**إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا**)) (الإسراء: 36)، وقوله تعالى: ((**قُلْ هُوَ الَّذِي أَنشَأَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ ۖ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ**)) (**السجدة: 9**)

كما أخذت المجتمعات في عالمنا المعاصر العناية بذوي الإعاقة السمعية ومساعدتهم والأخذ بيدهم للتخفيف من المعاناة التي يعانون منها، وبذلت الهيئات والمنظمات الإنسانية جهوداً مكثفة في سبيل الحد من الإعاقة وتوفير الظروف الأكثر صحة ومما لاشك فيه بأن المعاق قد انتقل من حالة العالة الى حالة الإعاقة، وقد دأبت الدول المتحضرة على تطوير هذا الاتجاه شيئاً فشيئاً، بهدف الحد من مشكلة المعاقين سمعيا وتصويب مسارهم ليكونوا من صلب المجتمع العاملين والمنفذين (الجوالدة، 2012، ص 15).

وقد أشارت إحصاءات دائرة التعليم في الولايات المتحدة الأمريكية إلى وجود 0.13٪ من الطلبة في المدارس العامة في المرحلة العمرية من 6 سنوات إلى 17 سنة ضمن فئتي الصم والإعاقة السمعية.

كما يشير سميث وتيلر 2010 إلى أن الإعاقة السمعية تعتبر الإعاقة الأقل انتشارا بين الأطفال في الولايات المتحدة الأمريكية، وبالمقابل الأكثر انتشارا بين كبار السن كونها إعاقة مرتبطة بالتقدم في العمر، وكما يشير نانسي ودودسون،2007 في سميث وتايلر 2010 إلى أن حوالي 50٪ من الأشخاص في عمر 70 سنة يعانون من إعاقة سمعية.

ووفقاً لتقديرات منظمة الصحة العالمية يعاني أكثر من 5٪ من سكان العالم 360 مليون نسمة من فقدان السمع (328 مليون من البالغين و32 مليون من الأطفال) غالبية هؤلاء الناس يعيشون في البلدان المنخفضة الدخل والبلدان المتوسطة الدخل، كما يعاني حوالي ثلث الأشخاص الذين تتجاوز أعمارهم 65 عاما من العمر من فقدان السمع، أو يعد أكثر انتشاراً في هذه الفئة العمرية في جنوب آسيا، وآسيا والمحيط الهادئ وأفريقيا جنوب الصحراء الكبرى.

أما في الدول العربية فإنه لا توجد إحصاءات دقيقة وشاملة عن انتشار الإعاقة السمعية، وتجاهل هذه الإحصاءات في معظم هذه الدول يدل على أن مشكلة الإعاقة السمعية لم تطرح نفسها كقضية اجتماعية تستحق التعامل معها على أساس من التخطيط الجيد لها لمواجهتها بشكل علمي، وإنا تواجه الآن بأسلوب جزئي. (البسطامي وفتيحة، 2016، ص 212).

كما كشفت وزيرة التضامن والأسرة وقضايا المرأة في الجزائر وحسب مركز الدوان الوطني للإحصاء لسنة 2022 أنه يوجد ما يقارب 80 ألف شخص معاق سمعيا، أي بعدد 65.000 شخص مصاب بإعاقة سمعية على المستوى الوطني مضيفة أن قطاع التضامن الوطني يتكفل بحوالي 5.000 طفل معاق سمعيا موزعين على مستوى 46 مؤسسات متخصصة، كما تعتبر هذه الاحصائيات ليست دقيقة أي انا هناك عدد لم يتم احصائه.

(**https://www.ons.dz/spip.php?rubrique207**)

ويعتبر وجود فئة العاقين سمعيا في أي مجتمع من المجتمعات الحديثة ظاهرة اجتماعية ليست غريبة، حيث أنها فرضت نفسها بسبب التعقيد في الحياة الاجتماعية والنفسية، والتي نشأت نتيجة لظروف الحروب المتتالية وحركة التصنيع المستمرة، وخلاف ذلك من مظاهر الحياة العديدة في عصرنا الحاضر التي أدت إلى زيادة نسبة المعوقين من ناحية وتعدد مظاهر الإعاقة من ناحية أخرى ولا يعني بالإعاقة أو العجز الذي يصيب الإنسان أن يكون عجزاً كلياً أو شاملاً فلكل قدرته وعجزه من ناحية ما من نواحي الشخصية العامة، كذلك فإن الشخص المعاق هو في نفس الوقت قادر تحت ظروف معينة وفق تدريبات خاصة، وينبغي أن ندرك أن من أهم أسباب هذا العجز هو عدم التفاعل المستمر بين الفرد وبيئته، ولما كانت التربية بشتى انواعها وسيلة خاصة على

مساعدة المعـاقين سمعيا أو ذوي الاحتياجـات الخاصة على التكيف السليم مع البيئة التي يعيشون فيها وإعـدادهم الإعـداد السـليم لتحقيـق أهداف الحياة الخاصة التي يعيشها العاديون.(قنطاني وأخرون، 2012، ص 27)

كما يؤكد الكثير من الباحثين والمنظرين على أهمية الاهتمام بالمعاقين سمعيا منذ بدايتها نشأتهم الأولى، أي ا بالمرحلة العمرية المبكرة وهي ما يطلق عليها مرحلة التدخل المبكر حيث تعتبر مرحلة حاسمة ومهمة بحياة المعاقين سمعيا، ومن الأمور الضرورية التي يتم التركيز عليها مع ضرورة تعليم الأطفال المعاقين سمعياً أساليب بديلة للتواصل حتى تكون لديهم قناة يستطيعون الاتصال بالآخرين من خلالها، ومع الاهتمام بالأساليب التكنولوجية الحديثة في هذا المجال، وتعود أهمية الاهتمام بهذه الإعاقة (الإعاقة السمعية)، لأنها تعتبر من الإعاقات الصعبة التي قد يصاب الإنسان بها حيث يشاهد الشخص الأصم العديد والعديد من المثيرات المختلفة ولكنه لا يفهم الكثير منها، ولا يصبح بالتالي قادراً على الاستجابة لها وهو ما يمكن أن يصيبه بالإحباط وتعني هذه الإعاقة عدم قدرة الفرد على استخدام حاسة السمع بشكل طبيعي، كما تتراوح في حدتها بين الفقد الكلي لحاسة السمع وبين الفقد الجزئي لها وهو ما يعرف بضعف أو ثقل السمع، وهي الحالة التي تدل على وجود بقايا سمعية لدى الفرد يمكنه أن يستفيد منها في حياته، وباهتمام المسئولين والمتخصصين بهذه الإعاقة يمكنهم مساعدة هذه الفئة بالاستفادة من البقايا السمعية ومن اكتساب العديد من المهارات الحياتية التي تساعدهم بأن يحيا حياة طبيعية بمجتمع. (هالة السعيد، 2016، ص 19).

وإذا نوقشت الشخصية من وجهة نظر علماء الاجتماع، وعلماء النفس والمحللين النفسيين فإنهم يعتبرون الشخصية في كونها مجموعة صفات تحدد ردود أفعالنا نحو مواقف معينة، وبالتالي تحدد تصرفاتنا في هذه المواقف.

وتتمتع جميعا بسمات شخصية تدعونا إلى التصرف بطريقة معينة في مواقف معينة فبعض المعاقين سمعيا انبساطي، والآخر انطوائي وإما أن نكون سلبيين أو إيجابيين، أو مرحين أو غير مرحين، تتسم بالطيبة، أو القسوة، أو ما إلى ذلك من سمات متعددة، وتختلف هذه السمات عن قدراتنا الجسمانية والعقلية، ولو أنهما متقاربين.

وهناك آراء مختلفة حول كيفية ومدى تأثير سمات الشخصية والاهتمامات وكونها موروثة، أو مكتسبة، وأيهما أكثر تأثيرا، فنحن جميعا لنا مخاوفنا، وآمالنا، ومثالياتنا، واتجاهاتنا، تماما كما لدينا من عادات واهتمامات ورغبات معينة، ولكن حتى هذه العناصر تتواجد في كل فرد منا بنفس الدرجة أو الشكل أو الترتيب .

كما أن الشخصية الإيجابية هي الشخصية التي تعرف كيف تستفيد أقصى استفادة من الخبرات التي تمر بها، وهي تلك الشخصية التي تتمتع بالصحة والقوة والحيوية، وكذلك تتمتع بعدد من الاهتمامات، وتتمثل الإيجابية في الأفعال، والشجاعة عند تعضيد الآراء، وكذلك في التعبير عن الرغبة، والشخصية الإيجابية لديها من الأفكار والآراء الكثير وتعرف كيف تتعامل مع الآخرين، وتتحمل المسئولية وتعتبر الفشل أساسا للنجاح في المستقبل، وكذلك نجد أن الشخصية الإيجابية المتعة في أداء الواجب في العمل، كما تجدها في الأسرة وقبل كل شيء تجد الشخصية الإيجابية المتعة في الحياة، وبالتالي فإن طريقها إلى **ذلك هو الفرص العديدة للحياة الابتكارية التي يوفرها الترويح**. (تهاني، 2001، ص 122).

وهناك قول شائع بأنه إذا عرف ماذا يعمل الفرد في وقت فراغه فإن من الممكن تحديد شخصية الفرد، فإن ما يفعله الفرد في وقت فراغه جزء منه، وإن لم يكن أهم الأجزاء، وإذا اعتمد الفرد على عمله فقط لينمى شخصيته فإن ذلك سيكون في جزء منها، وقد أكد علماء النفس الاجتماعي أهمية النظرة الكلية أو الشمول في حياتنا وعلاقات الأجزاء بعضها ببعض داخل وخارج أنفسنا، وبين الفرد وبيئته، فإذا تجاهلنا الإمكانات التي يوفرها الفراغ لتنمية وصقل الشخصية فإن التكامل والشمول يضيعان منها.

كما إن للمهارات البدنية والاجتماعية أثرا مباشرا في تقبل المعاقين سمعيا لبعضهم لبعض وخصوصا رفقاء اللعب، ويعتبر هذا التقبل أو عدمه أساسا قويا متينا في تنمية الشخصية، وبنهاية المرحلة الابتدائية وبداية المرحلة الإعدادية يمكننا أن نوجه أطفالنا إلى أنشطة ترويحية متعددة من رياضات وموسيقى، وفنون يدوية، ورقص، وتمثيل وما إلى ذلك من الأنشطة والخبرات الترويحية، وإن كان للترويح واللعب في منتصف مرحلة الطفولة أهمية فإن هذه الأهمية تزداد في مرحلة المراهقة، وتمثل

هذه المرحلة تغيرات ظاهرة وأخرى خفية تجعل المعاقين سمعيا يبحث عن التقبل الاجتماعي للدور الذي يلعبه كل منهما في الأسرة والجماعة والمدرسة والمجتمع الذي يعيش فيه.

وتمثل مرحلة المراهقة، المرحلة التي يتطلب فيها المراهق الاستقلال العاطفي، وهذا ما توفره البرنامج الترويحة في بيئة المعاقين سمعيا، للتعبير والاستقلال العاطفي الذي يعمل على نمو الشخصية، وقد يكون وسيلة لأعانته ومساعدة المعاقين سمعيا من أن يتمكنوا من الانتقال من مرحلة المراهقة إلى مرحلة النضوج، ويمكن للاهتمامات والعادات الترويحية أن تسهم في عملية نمو الفرد نفيسا في فترة المراهقة والوصول بأمان إلى مرحلة النضج.

عندما نقيم مميزات البرامج الترويحة في مجال صقل وتنمية الشخصية فإننا نفكر بالطبع في المؤثرات الاجتماعية، وهذا ما يثبت قول العاملون في مجال علم النفس أن فكرة الفرد في التعبير عن نفسه ورؤيته لنفسه تمثل محور شخصيته، فالطفل المعاق سمعيا يتوارث الشكل والبنيان والقوة العقلية، ولكن لا يتوارث شعوره نحو نفسه أو الفكرة التي يكونها عن نفسه، سوا ما احدثته بيئته من مخلفات نفسية واضطرابات عقلية، والترويح يفتح له أبوابا عديدة تساعد في تنمية شخصيته، مثلا نجد أن التلميذ الذي قد يجد صعوبة في التحصيل وعدم القدرة على أن يحافظ على مستوى معين أو يتقدم في مستوى دراسته قد يجد تعويضا في ممارسة البرامج الترويحية في تنمية ثقته بالنفس واحترام الذات في الملعب أو في كتابة قصة أو اللعب على آلة موسيقية أو في تقمص شخصية معينة كما في التمثيل، أو في النجاح الذي يلاقيه إذا ما رسم صورة أو نحت قطعة فنية إلى آخر، تلك الأنشطة الترويحية التي قد تكون طريقا لمهنة ناجحة وشخصية جذابة، فالنشاط الترويحي يوفر فرصا عديدة للفرد لأن ينجز عملا ما ويسعد الفرد كل السعادة حينما يصيح بأعلى صوته لقد فعلتها وحدى.(تهاني، 2001، ص 123).

وتنقسم هذه الأطروحة إلى بابين أحدهما الجانب النظري والآخر الجانبي التطبيقي وقسمت فصولهما كما يلي:

الفصل التمهيدي: مدخل للدراسة، وقد تضمن هذا الفصل الخلفية النظرية لإشكالية الدراسة، تساؤلات الدراسة، فرضيات الدراسة، وأهداف هذه الدراسة، وأهمية موضوعها، وأسباب اختيار هذا الموضوع، وعرض المفاهيم المتعلقة بمصطلحات الدراسة، كما تم عرض اهم الدراسات السابقة الحديثة

المتعلقة بموضوع الدراسة، وتمت تقسيمها إلى قسم للدراسات العربية وآخر للدراسات الأجنبية، كما قدم الباحث تعليقا عليها على مواطن التشابه، والاختلاف فيما بينها وبين دراستنا الحالية وطريقة الاستفادة منها.

الباب الأول الجانب النظري: ويحتوي على ثلاثة فصول كما يلي :

الفصل الأول: الترويح الرياضي: ويتناول هذا الفصل مفهوم الترويح وتعريفه، وأهدافه وكذلك أغراضه، والألعاب الترويحية ودورها في تنمية الجوانب التربوية والنفسية والاجتماعية والشخصية بصفة عامة، بالإضافة الى اهم النظريات المقاربة للعب الترويحي ومجلات ومقاربات الترويح وكذلك تطرق الباحث إلى علاقة التربية الرياضية بالترويح وكيف يكون الترويح عند المعاقين، وفي نهاية الفصل تم التطرق إلى البرنامج الرياضي الترويحي تعريفه وكيفية بنائه، واتجاهات المعاقين نحو برامج الرياضية الترويحية، والهدف منها من ثمة إلى اختيار وتقويم البرنامج الرياضي الترويحي.

الفصل الثاني: حيث تم في هذا الفصل تناول موضوع السمات الشخصية وذلك من خلال تعريف السمات ثم تعريف الشخصية والنظريات المفسرة لها، ومكونات الشخصية بالإضافة إلى محدداتها وكيفية بنائها والخصائص التي تتميز بها، كما تم عرض كيفية التأثير في السمات الشخصية وتوجيهها، والتطرق لأهم السمات الشخصية التي هي محل الدراسة لدي الباحث.

الفصل الثالث: الإعاقة السمعية: وتم في هذا الفصل التطرق غلى موضوع الإعاقة السمعية، حيت تم عرض بعض التعاريف المختلفة كما تم عرض تشريح مبسط للجهاز السمعي، والتعرف على أسباب حدوث الإعاقة السمعية، كما تم أيضا عرض تصنيفات هذه الإعاقة، وأسبابها ونسبة انتشارها، وطرق تشخيصها، والتعرف على مختلف خصائص الأفراد المعاقين سمعيا، وأهم المشاكل التي يتعرضون لها، بالإضافة إلى خصائص الشخصية التي تميزهم عن غيرهم من الأسوياء، وطرق التواصل معهم.

الباب الثاني: الجانب التطبيقي ويحتوي على ثالثة فصول على النحو التالي:

الفصل الأول: وقد تضمن كل من منهج الدراسة الاستطلاعية وعينتها وطريقة اختيارها وإجراءات ضبطها، بالضافة إلى أدوات الدراسة والمتمثل في أداة القياس والبرنامج الرياضي الترويحي

المقترح وحساب صدقها وثباتها، حيث استخدم الباحث كل من مقياس محمد حسن علوي للسمات الشخصية بالإضافة إلى البرنامج الرياضي الترويحي المقترح الذي تم بناءه من قبل الباحث، كذلك الإجراءات التي اتبعها الباحث في تطبيق الدراسة، وشرح مفصل للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح والمعالجات الإحصائية المستخدمة للتحقق من فروض الدراسة.

الفصل الثاني: وتم التطرق إلى عرض نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات، حيث هدفت إلى معرفة أثر البرنامج الرياضي المقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدى المعاقين سمعيا وعرض دلالة الفروق الإحصائية والدلالة العملية.

الفصل الثالث: وتمت فيه مناقشة النتائج التوصل إليها من خلال التحليل الإحصائي المستخدم في هذه الدراسة، للكشف عن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للعينة، وقد تمت مناقشة وتفسري النتائج وذلك في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة والنظريات المقاربة.

الباب الأول

الجانب النظري

1. الفصل التمهيدي
2. الفصل الأول: الترويح الرياضي
3. الفصل الثاني: السمات الشخصية
4. الفصل الثالث: الإعاقة السمعية

الفصل التمهيدي

1- الخلفية النظرية لإشكالية الدراسة
2- الفرضية العامة
3- أهداف الدراسة
4- اهمية الدراسة
5- أسباب اختيار الموضوع
6- مصطلحات الدراسة
7- الدراسات السابقة

1- الخلفية النظرية لإشكالية الدراسة:

تنتج عن الإعاقة أثار نفسية قد تحدث تغيرات كبيرة في شخصية الفرد لذلك يجب توفير أساليب الرعاية النفسية المناسبة للمعاقين كما نجد أن النمو العام للفرد يتأثر على المستوى المعرفي أو الوجداني، فمن حيث المستوى المعرفي يبدو أثر الإعاقة واضحا في حالة المعاقين سمعيا، لذلك يظهر قصور واضح في أساليب الاتصال واكتساب المعلومات، كما تختلف ردود الفعل للإعاقة، وتأثيرها في الشخصية من إعاقة إلى أخرى، ومن فرد إلى اخر وبالطبع يوجد اختلاف بين المعاقين في تقبلهم للإعاقة، كما قد تبرر لديهم سمات شخصية معينة بصورة واضحة مثل التبعية أو القلق الشديد، أو العدوانية والاكتئاب وهذه السمات تنشأ من الإحباط المتكرر من الفشل في مواجهة متطلبات الحياة بصورة عادية، كما قد يلجأ بعض المعاقين إلى الحد من الانطواء والشعور باليأس ومحاولة التعريض لذلك حاول العديد من العلماء تحديد السمات النفسية للمعاقين بصرف النظر الفروق الفردية، والظروف البيئية ونوع الإعاقة وشدتها، كما أن الشعور الزائد بالنقص وهو الشعور يرفض الذات ثم كراهيتها، كما يتولد عن المعاق الشعور بالانطواء مما يعيق تكيفه الاجتماعي السليم، والشعور الزائد بالعجز وذلك بالاستسلام للعامة وقبولها بواقعها، كما يتولد لدى الفرد الإحساس بالضعف والاستلام مع رغبة سلبية شبه دائمة، وسلوك سلبي اعتمادا على عدم الشعور بالأمن ويبدو ذلك في الإحساس العام بالقلق والخوف من المجهول، وتوقع الشر من العالم الخارجي، وقد يكون لهذا الشعور أعراض ظاهرة، كالتوترات أو الاضطرابات الحركية أو التقلب الانفصالي، وقد تكون له أعراض غير ظاهرة كالاضطرابات الجسمية السيكوسوماتة (حلمي إبراهيم، ليلى السيد، 1998، ص 43).

تعتبر الإعاقة السمعية من أشد ما يصاب به البشر من إعاقات، حيث إنها تتسبب في عزل الفرد نتيجة وجود حاجز التخاطب، ويترتب عليها أيضا فقد القدرة على الكلام بجانب الصمم الكامل، كما أن الأفراد ذوى الإعاقة السمعية يواجهون مشكلات اجتماعية ونفسية، فيختلف الطفل الأصم عن الطفل العادي في العديد من جوانب الشخصية لأن الطفل الأصم لا يستطيع اكتساب كثير من الخبرات المتاحة للطفل العادي فخبرات النمو التي يحصل عليها من البيئة تكون في الغالب محدودة.

وتترك الإعاقة السمعية آثارها الواضحة على الكثير من الجوانب النفسية للطفل المعاق وبدرجات مختلفة من طفل إلى آخر، ولا يختلف كثيرا بالنسبة لضعف السمعي أو الصمم الكلي، ولهذه الإعاقة تأثيرها الواضح على نمو الشخصية من جميع أبعادها، فيظهر تأثيرها الشديد على النمو اللغوي والنمو المعرفي والأداء الأكاديمي، وكذلك هي شديدة التأثير على الناحية النفسية والانفعالية... وتتحدد هذه التأثيرات حسب نوع ودرجة الإعاقة السمعية، فقد ذكر ما يكلبست Myklebust أن هناك عاملين مهمين يؤثران على التطورات السيكولوجية عند ضعاف السمع وهما: العمر عند بداية الإصابة بالضعف السمعي ودرجة الضعف السمعي، فقد وجد على وجه العموم أنه كلما حدث للضعف السمعي في الأعمار المبكرة، نتجت عنه أنماط من الشخصية أكثر اضطرابا عن الطبيعي وكلما زادت شدة الإعاقة السمعية زاد تأثيرها النفسي لشخصيته كما إن الطفل المعاق سمعياً تؤثر عليه مجموعة من العوامل الناجمة عن الإعاقة، وبالتالي تعوق نموه الطبيعي مثل عدم إحساسه بتحمل المسئولية والاتجاهات العصبية واضطرابات علاقته بالآخرين ورغبته الملحة للإشباع الفوري لحاجاته (هالة السعيد، 2016، ص 155).

إن عدم الخضوع للأوامر والالتزام بالقواعد الصادرة من السلطة أو الوالدين أو المربين إلى الإحساس بالشك في المجتمع وعدم الاندماج مع أفراده، وبالتالي الانسحاب من المواقف الاجتماعية والعزلة والانطواء عن الآخرين لصعوبة التفاهم معهم والتمركز حول الذات، وضعف النشاط العقلي إذا لم يتم تدريبه باستمرار نظراً لضعف النمو اللغوي، هذا إلى جانب الانخفاض الملحوظ في مستوى السلوك التكيفي وارتفاع مستوى النشاط الزائد لديهم بالمقارنة بغيرهم من العاديين ممن هم في نفس عمرهم الزمني، ولقد ظهر من نتائج متابعة المعاقين سمعياً في مراحل تعليمية مختلفة أنهم عندما يمرون بخبرات ناجحة يؤدي إلى زيادة السلوك التكيفي لديهم والتوافق مع الآخرين، ومن الأهمية حول خصائص المعاقين سمعياً أن يتم فحص العوامل الخلفية الكامنة وراءها مثل تاريخ الحالة ومستوى الإعاقة السمعية و اتجاهات الآخرين نحوها وطبيعة ومميزات ما يقدم لأصحابها من برامج تربوية، كما أشارت نتائج الدراسات إلى أن الأفراد ذوي الإعاقة السمعية قد تأثروا بإعاقاتهم في مدى علاقتهم بغيرهم من أفراد المجتمع العاديين حيث يشعرون بأنه ليس لديهم القدرة على سرعة التفاهم وحسن

التعامل والاندماج مع غيرهم نتيجة لفقدانهم القدرة على الاتصال اللغوي الذي يشكل الأساس الأول لإحداث التفاعل مع غيرهم، ومع هذا فإنهم يشكلون جماعة أكثر اندماجاً وتفاعلاً مع أقرانهم من ذوي الإعاقة السمعية وذلك لسهولة عملية الاتصال بينهم على أساس لغة الإشارة، وهذا الأمر جعلهم أكثر ميلاً للانسحاب والعزلة والانطواء وظهور سلوكيات عديدة مما أدى إلى عدم قدرتهم على التكيف الشخصي وقلة التوافق الاجتماعي مع غيرهم من الناس لأن إحساسهم بعدم القدرة على الاتصال عن طريق الاستماع للكلام جعلهم يشعرون بأنهم ليسوا كغيرهم من الأسوياء كما تظهر لهم سلوكيات مثل السلوك العدواني (هالة السعيد، 2016، ص 172).

ومن أسباب هذه السلوكات والاضطرابات لدي الصم (الإعاقة أم البيئة) إن السؤال الذي يطرح نفسه دوماً على مائدة البحث في مجال التربية الخاصة هو من المسئول عن السلوك السلبية، (الانطواء، أو القلق أو الخوف المرضى الفوبيا، أو الاستجابات العصابية)، أو عدم تحمل المسئولية.. أو غيرها من مظاهر سوء التوافق؟ هل هي الإعاقة التي ألمت بالفرد ؟ أم أنها البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها ذوو الإعاقة بمن فيها من الوالدين ورفاق السن والإخوة والجيران والمجتمع ككل ؟ لقد كان هذا الموضوع مثار جدل بين العلماء في السنوات الأخيرة، حيث حاولوا جاهدين معرفة أيهما أكثر تأثيراً على شخصية ذوى الإعاقة السمعية، هل الإعاقة هي المسئولة عن السلوك سواء أكان سوياً أم غير سوي؟ أم أن البيئة التي تحيط بالفرد منذ ميلاده هي التي تحدد سلوكه ونمط شخصيته؟ إن العوامل التي تحكم نمو السلوك السوي هي نفس العوامل التي تحكم نصو السلوك غير السوي إن العوامل التي تحكم نمو السلوك غير السوي والفيصل بين الحالتين هو الصورة التي تكون عليها هذه العوامل. فإذا كانت هذه العوامل على نحو غير مراد فإنها تسهم في نشأة السلوك غير السوي، والذي يفشل في تحقيق التكيف السليم للفرد. (خطاب، 2001).

ويذكر أيزنك أن الأشخاص الذين يعجزون عن تكوين الاستجابات الشرطية الأخلاقية بسبب ضعف قدرتهم على التشريط يميلون إلى أن يصبحوا عدوانيين و مجرمين، فضعف قدرتهم على التشريط تجعل من الصعب عليهم تعلم القيم والقواعد الاجتماعية التي يقبلها المجتمع .ولقد أكد باندورا (Bandra1978) هذا المعنى في الكثير من أبحاثه. حينما ذكر أن الآباء من المحتمل أن يكونوا

نموذجاً للسلوك العدواني أمام الطفل، فالآباء الذين يفضلون الحلول العدوانية للمشاكل التي تواجههم يمثلون قدوة لأبنائهم الذين يتكون لديهم ميل لاستخدام نفس الحيل العدوانية في التعامل مع الآخرين، ولم يكن من قبيل الصدفة أن أكدت نظرية التحليل النفسي وعلى رأسها فرويد Freud على أن الانطباعات المتعلقة بمرحلة الطفولة رغم أن بعضها قد طواها النسيان إلا أنها تترك آثارها على نمو الفرد حيث لا يمكن محوها، بل وتضع الأسس لأية اضطرابات فيما بعد، إن كل فرد يكون صورة ذهنية عن نفسه ولهذه الصورة أهمية كبرى في بناء شخصيته، إذ على أساسها يكون مفهومه عن ذاته والذي يتأثر سلوكه بها إلى أبعد الحدود، وفي حالة حدوث شعور بالنقص لدى الفرد نتيجة لإعاقته، فإن هذا يكون بالدرجة الأولى نتاجاً لأساليب المعاملة من قبل المحيطين به، والتي توحي للفرد بأنه أقل من غيره، ليس فقط في الناحية التي يفتقدها ولكن يتعداها لتشمل باقي الجوانب الأخرى .وهكذا يتضح مما سبق أن البيئة التي يعيش فيها الطفل لها تأثير كبير على شخصيته وظهور كثير من الاضطرابات السلوكية وغيرها من مظاهر سوء التوافق، ووفقا لهذه النظرة فإن الإعاقة التي منى بها الطفل قد يكون لها تأثير محدود إذا تهيأت الظروف البيئية المناسبة له والتي تشعره بقيمته وبأنه ليس أقل من غيره من الأطفال العاديي السمع، وأن كثيرا من ذوي الإعاقات أنتجوا لنا العديد الإبداعات الفنية والأدبية والابتكارات العلمية والإنجازات الرياضية، ففي الوقت الذي يتوافر فيه المناخ الملائم تنفجر تلك الإبداعات والعكس صحيح. (البيلاوي، 2006، ص 56).

وقد عرف الإنسان منذ القدم القيمة الإيجابية للممارسة الرياضية كعلاج للمرض، والمعاقين، حيث إن حركة الجسم ذو تأثير فعال في تخفيف الآلام، كما أن لها دورا في علاج كثير من الأمراض في مختلف مراحل العمر للأصحاء والمعاقين حيث ثبت أنها أحسس وسيلة للاحتفاظ بالصحة واللياقة والقدرة على أداء الأعمال بكفاءة، وقد بدأت المجتمعات منذ الحرب العالية الثانية في الاهتمام بالمعاقين عندما أصيب ملايين من الأفراد بإعاقات مختلفة نتيجة للحروب، وأصبح هناك ضرورة لتأهيل هؤلاء الأفراد حتى تتلاءم مع قدراتهم ودرجة إعاقاتهم، لذلك بدأ الاهتمام بالتأهيل الطبي والاجتماعي المهني للمعاقين وبدأت الحكومات تهتم برعايتهم وتأهيلهم من خلال الهيئات الحكومية والأهلية، وذلك بتوفير العديد من المجالات الرياضية والترويحية وتجد أن المجال الرياضي خصب بأنشطته المتنوعة،

حيث يجد المعاق ما يتناسب مع قدراته وإمكاناته، وهناك حقيقة هامة هي: يجب ألا تسبب له الممارسة أية أعراض جانبية تزيد من حالته سوءا بحيث يصعب علاجه لذلك لابد أن تتم الممارسة لكل نوع من الإعاقة سويا، لكي يتم التجاوب في نفس الوقت ليستفيد المعاق من تأثير الرياضة البدني والنفسي والعلاجي والحركي، كما ترتبط الرياضة بالجانب الخلقي حينما يحترم اللاعب الخصم والحكم وأصول اللعب، لذلك فهي تؤدى إلى صقل اللاعب وتنمية قدراته.

كما أن الرياضة هي التسلية بالتمرينات البدنية وحاليا تعرف بالرياضة الترويحية، وقد قامت منظمة اليونسكو بتعريف الرياضة بأنها: كل نشاط بدنى له خاصية الألعاب ويمارس بصفة فردية أو مع الآخرين، بعد من طبيعة الممارسة الرياضية .ويشير هذا التعريف إلى الأنشطة البدنية التي تشمل على المنافسات الرياضية كما يجب اتباع اللوائح والقواعد والقوانين التي تنظم تلك الألعاب .والواقع أن التربية الرياضية هى التربية الشاملة المتزنة للفرد في جميع ا الجوانب البدنية والنفسية والحركية والاجتماعية، كما تساعد على الارتفاع بالمستوى المعرفي والثقافي باختلاف ألوان الأنشطة الرياضية وتعددها (حلمي وفرحات، 1998، ص 45).

وقد حرص الإسلام على مبدأ إتاحة الفرصة للإنسان المسلم وتشجيعه على ممارسة الأنشطة الترويحية والترويحية الرياضية المختلفة، كل فرد حسب إمكاناته وظروفه، وما يتاح له من برامج وأنشطة تناسبه، على اعتبار أن الترويح والترويح الرياضي ما هو إلا وسيلة من الوسائل الإيجابية التي توصل إلى الغايات الإنسانية التربوية الاجتماعية، التي تساهم بصورة فاعلة في إعادة الراحة والطمأنينة والدعة إلى النفس البشرية، وتعمل على العودة بها إلى حالة الاستقرار والاتزان والتوافق بعد عناء ومشقة يوم حافل بالعمل الجدي والمظي، على أن تكفل هذه الأنشطة الفعالية المجدية التي تسهم في تحقيق الأهداف التربوية الإسلامية،(درويش، 2000، ص 73).

وتشهد السنوات الأخيرة تزايد الاهتمام من مختلف العلماء والمختصين بالتأكيد على ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية، وليس بهدف المنافسة، ولكن كنوع من وسائل الوقاية والعلاج من الأمراض المرتبطة بقلة الحركة والتأثيرات السلبية والأضرار النفسية الناتجة عن ضغوط الحياة اليومية في ظل التقدم التكنولوجي السريع الذي يشهده العالم مثل الاكتئاب والتوتر وزيادة القلق والعصبية.

والنشاط البدني له فوائد كثيرة لما لها ارتباط ايجابي بعديد من المجالات الحيوية كالذكاء والتحصيل والنضج الاجتماعي والنمو البدني والصحة البدنية والعقلية ويساعد على تقليل احتمالات الإصابة بأمراض القلب ومرض السكري، وآلام أسفل الظهر، والسمنة، بالإضافة إلى تنمية الجوانب المعرفية المتعلقة بالصحة وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني، ففي مجال التحصيل العلمي فقد أثبت دراسة حسانين (1997) وجود علاقة طردية بين الذكاء وأربعة عناصر للياقة البدنية هي التوافق والتوازن والرشاقة والدقة وفي المجال الاجتماعي والإنتاج فقد أشار إبراهيم (2001) ان اللياقة البدنية تساهم في تطوير الفرد من الناحية الاجتماعية لان التفاعل الاجتماعي عامل اساسي يصاحب نمو الفرد ولأن اللياقة البدنية تتيح للفرد اكتساب الخبرات الاجتماعية التي تساعد على تكوين شخصية الفرد، كما أن هناك ارتباطا طرديا بين اللياقة والإنتاج، فقد لوحظ أن إصابات العمل تقع نتيجة التعب والإجهاد، أما في المجال الصحي فقد أظهرت دراسة كلارك (1987) أهمية النشاط البدني للصحة لما له من أهمية لحماية الجسم من الأمراض والقدرة على القيام بالإعمال بصورة أفضل والعيش لفترة أطول ومن هذا المنطلق وضع كلارك تقسيمها لكافة العوامل الحركية التي تمس حياة الإنسان، يحدد فيه أهم هذه الأبعاد، وهو اللياقة البدنية. وقد أكد Corbin, Lindsey (1996) , على أن ممارسة الأفراد للنشاط البدني والاقتناع به يعتمد على تنمية الاتجاهات والقيم والأنماط السلوكية الإيجابية نحو النشاط البدني. وقد أشار (Andersen2005) إلى أن الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني تلعب دوراً مهماً في تنشيط الفرد نحو ممارسة الأنشطة البدنية، وتدفعه إلى الاستمرار في ممارستها، والعكس صحيح بالنسبة للاتجاهات السلبية، كما أكد على أن اتجاهات الفرد لها تأثير قوي وفعال في توجيه سلوكه، فالاتجاهات تضفي على إدراك الفرد ونشاطاته معني ومغزى تساعده على ممارسة الأنشطة البدنية برغبة وفاعلية (مجدي حسين، 2020، ص 2016).

وتعد برامج الترويح الرياضي وسيلة تربوية واجتماعية تستخدم في معالجة العديد من المشكلات التي ترتبط بنقص الحركة والنشاط في المجتمعات المعاصرة وما يترتب عن الحياة التي تتصف بالنمط الحامل بالكسل وعدم الحركة والنشاط البدني من مشكلات ترتبط بالبدانة وأمراض القلب والأوعية الدموية والعظام والمفاصل والعديد من الأمراض المرتبطة بضغوط الحياة اليومية والتوتر والقلق

والاكتئاب والصراع النفسي ....ولذا فإن فبرامج الترويح الرياضي تُعد ذات أهمية باعتبارها جزءا من المنظومة التربوية التي تستمد فلسفاتها من فلسفة المجتمع المعاصر التي تؤكد على حق الإنسان في الاستمتاع بوقت الفراغ في تحسين الصحة العامة للجسم وتحسين نوعية الحياة، كما أنها تعد وسيلة الترويح الرياضي لتحقيق أهداف رسالته التربوية والاجتماعية والاقتصادية التي يتطلع إلى بلوغها وفقا لطبيعة البرامج التي يتم بنائها أو تصميمها، والتي ترتبط بالفئات المجتمعية التي يتم إعداد تلك البرامج لإشباع احتياجاتها، ويرتبط ذلك بالعديد من المتغيرات، أهمها: المرحلة العمرية نوع الجنس الطبيعة الإنسانية، حالة الصحة العامة للجسم، الخبرات السابقة، طبيعة البيئة الطبيعية (البيئة الجغرافية والبيئة المناخية) التي يتم تنفيذ تلك البرامج بها.

كما ان البناء العلمي لبرامج الترويح الرياضي بعد عملية تربوية وفلسفية ترن على أسس ومعايير علمية ومواصفات جودة يجب اتباعها ومراعاتها في التخطيط لتلك البرامج، وذلك إلى جانب تطبيق مضمون النظريات العلمية والآراء الفلسفية الدراسات المرتبطة بأصول بناء وتطوير برامج الترويج الرياضي، إذ أن التخطيط العلمي لبرامج الترويح الرياضي يتطلب تحديد للأهداف التي يتطلع المربين إلى تحقيقها من خلد تلك البرامج والعمل على الربط بين تلك الأهداف والعناصر الأخرى للبرنامج المحتوي الإمكانات، طرق ووسائل تنفيذ البرنامج)، كما يتطلب التأكيد على أهمية نتائج عمل التقويم واستخداماتها في عملية التغذية المرتدة Feedback لتحسين وتطوير تلك البرامج حتى تتمكن من تحقيق أهدافها ومخرجاتها Outcomes بشكل يتميز بالجودة .مكونات ويرى أحمد اللقاني (١٩٩٥) أن أساسيات المنهج تمثل الأسس أو الدعائم التي يغور عليها المنهج، بينما تنظيمات المنهج تعبر عن الأشكال التي تبدو عليها المناهج، إذ أن تلك المناهج تعد ويتم تنظيمها وفقا لإطار فكري معين أو استنادا على أكثر من فكر تربوي يقوم على أسس تشكل في مجموعها تنظيما منهجيا معينًا، وأن هذا التنظيم المنهجي يتضمن عناصر – مكونات المنهج. إذ توجد علاقة وثيقة بين الفكر التربوي والأسس التي يقوم عليها المنهج، كذلك توجد صلة مباشره بين أسس المنهج وتنظيمه، مما ينعكس بشكل مباشر على عناصر المنهج كما أن بناء أو تصميم Design برامج الترويح الرياضي يتأثر بالعديد من المتغيرات Variablesالمرتبطة بالمجتمع الذي يتم تصميم تلك البرامج له، ومن أهم تلك المتغيرات ما هو

ديموغرافي و اقتصادي وثقافي، دافعية المستفيدين من تلك البرامج (الحاجات، الاهتمامات الميول الاتجاهات الدوافع)، مما يستدعي دراسة كل من تلك المتغيرات حتى يتحقق التخطيط Planning العلمي لتلك البرامج. (محمد الحماحمي، 2022، ص 101).

وبناء على ما سبق جاءت هذه الدراسة لتطرح هذا الإشكال التالي:

ما اثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا ؟.

ومنه نطرح التساؤلات الجزئية التالية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي العصبية لدي المعاقين سمعيا ؟.

2- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي الاكتئابية لدي المعاقين سمعيا ؟.

3- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي القابلية لدي المعاقين سمعيا ؟.

4- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي الاجتماعية لدي المعاقين سمعيا؟.

5- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي العدوانية لدي المعاقين سمعيا ؟.

6- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي السيطرة لدي المعاقين سمعيا ؟.

2- الفرضية العامة:

لممارسة البرنامج الرياضي الترويحي المقترح اثر ايجابي في تنمية بعض سمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا.

الفرضية الجزئية:

1. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي العصبية لدي المعاقين سمعيا.
2. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي الاكتئابية لدي المعاقين سمعيا.
3. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي القابلية لدي المعاقين سمعيا.
4. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي الاجتماعية لدي المعاقين سمعيا.
5. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي العدوانية لدي المعاقين سمعيا.
6. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي السيطرة لدي المعاقين سمعيا.

3ـ اهداف الدراسة:

- التعرف على أثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدي اطفال المعاقين سمعيا
- قياس الفروق بين القياس القبلي والبعدي بنسية لكل متغير (العصبية – الكتائبية – القابلية للاستثارة – الاجتماعية – العدوانية – السيطرة).

4ـ أهمية الدراسة:

- مسايرتها للاتجاهات العالمية المعاصرة في الاهتمام برعاية ذوي الاحتياجات الخاصة عامة وذوي الإعاقة السمعية خاصة.
- يضيف هذا البحث إلى مكتبات الجامعات دراسة تطبيقية متخصصة في مجال الأنشطة الترويحية والبرامج الرياضية يسهم في إثرائها.

- ❖ اسهام هذا البحث في لفت انتباه الباحثين للقيام بالعديد من الدراسات والبحوث في مجال البرامج الترويحية الرياضي لتحسين بعض السمات لدي المعاقين سميعا..
- ❖ إعداد برنامج رياضي ترويحي يهدف إلى تنمية السمات المطلوبة للمعاق سمعيا والتقليل من بعض السمات والاضطرابات النفسية.
- ❖ أهمية دراسة موضوع النشاط البدني الرياضي الترويحي والسمات الشخصية والذين يعتبر من أهم القضايا في مجال رياضة المعاقين، وذلك لدوره في استرجاع العوامل النفسية المفقودة لدى الفرد المعاق سمعيا.
- ❖ أهمية المتغيرات التي تناولتها الدراسة، فالدراسة تناولت موضوع" البرنامج الرياضي الترويحي"الذي يعد الوسيلة التي من خلالها يستطيع الترويح عن النفس وتحقيق أهدافه و إكساب الأفراد المشاركين العديد من القيم الشخصية وتحقيق الرضا والسرور والمتعة من خلال المشاركة في مختلف مناشطة ومسابقاته، كما تناولت:
- ❖ أهمية المرحلة العمرية وهي مرحلة التعليم المتوسط، حيث تتميز هذه المرحلة بتغيرات فسيولوجية كما يتخللها تغيرات في جميع الظواهر العقلية والانفعالية والاجتماعية حيث تولد لدى الفرد المعاق سمعيا العديد من الضغوطات والاضطرابات كالعصبية والقلق والعدوانية والاكتئاب، وتزداد هذه الاضطرابات لدى الفرد المعاق سمعيا نظرا لشعوره بالنقص، أي أنها مرحلة يشعر فيها بالعجز في مرحلة مهمة تتميز في تحقيق واثبات الذات و تحديد الهوية داخل المجتمع .
- ❖ نقص البرامج والأنشطة الرياضية الموجهة لفئة ذوي الاحتياجات الخاصة على المستوى المحلي، رغم المؤكدات على الأثر الإيجابي لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية على الأسوياء عامة وذوي الاحتياجات الخاصة خاصة.
- ❖ ملاحظة الباحث الميدانية حول واقع النشاط الرياضية الترويحية خاصة في المراكز البيداغوجية والمدارس الخاصة بذوي الإعاقة السمعية.

5 ـ أسباب اختيار الموضوع:

يرجع اختيارنا لموضوع السمات الشخصية في هذه الدراسة إلى مجموعة من الأسباب أمها :

- ❖ قبول افراد ذوي الاحتياجات الخاصة كجزء من المجتمع واعتبارهم من الطبيعة البشرية، خاصة أن العناية بهذه الفئة من الضروريات دينية واجتماعية واقتصادية ونفسية وصحية من أجل تطوير قدراتها وإمكانياتهم وإشباع حاجاتهم.
- ❖ نقص البرامج والأنشطة الرياضية الترويحية الموجهة لفئة ذوي الاحتياجات عامة وفئة المعاقين سمعيا بصفة خاصة على المستوى الوطني، رغم الاهمية البارزة على ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية على الأسوياء.
- ❖ اختيار موضوع السمات الشخصية أصبح من أهميات الواجب علاجها في علم النفس.
- ❖ زيادة السمات النفسية السلبية للمعاقين سمعيا في السنوات الاخيرة بسبب نقص برامج العلاجية الترويحية
- ❖ نقص ممارسة البرامج الرياضية الترويحية في المراكز البيداغوجية.

6ـمصطلحات الدراسة:

01ـالبرنامج الرياضي الترويحي:

هوا مجموعة من الأنشطة الترويحية المختارة على الأسس العلمية السليمة و التي تتناسب مع الأفراد المستفيدين منها من حيث (القدرات البدنية، العقلية، النفسية، الاجتماعية، الصحية) و ذلك من أجل تحقيق الهدف البرنامج الترويحي (سلامة والبطراوي، 2013، ص 53).

والبرنامج هو عبارة عن خطة تشتمل على نشاطات متعددة لإنجاز هدف معني، حيث يشتمل على أعمال َلا بدايات ونهايات واضحة، والبرامج يعتبر إليه تنفيذ الاستراتيجيات، أو هي التي تترجم الاستراتيجيات إلى واقع.(القريوتي وأخرون، 2009 ص123).

إجرائيا:

يقصد بالبرنامج الرياضي الترويحي على انها مجموعة من التمارين الرياضية والالعاب والمسابقات التي لا تهدف إلى الجانب التنافسي التي يتم تطبيقها على افراد ذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقين

سمعيا)، والتي تتميز بي ازالت التوتر والضغط النفسي والاكتئاب وادخل البهرج والفرح والسرور وتهدف إلى تنمية سمات شخصية معينة مثل ضبط النفس والاندماج في المجتمع.

02.الاعاقة السمعية:

لغة:

أشتق لفظ إعاقة من الفعل " عاق"، " عوق"، وعاقه عن الشيء يعوقه عوقا، أي صرفه، وحبسه، وعطله.(ابن منظور، 2003 ص 3173).

اصطلاحا:

ويعرف عبد الحي (1998) الإعاقة السمعية: "بأنها تللك الحالة التي يعاني منها الفرد نتيجة عوامل وراثية أو خلقية أو بينية مكتسبة من قصور سمعي يترتب عليه آثار اجتماعية أو نفسية أو الاثنتين معا، بحيث تحول بينه وبين تعلم وأداء بعض الأعمال والأنشطة الاجتماعية، التي يؤديها الفرد العادي بدرجة كافية من المهارة (الجوالده، 2012، ص31).

ويعرف القريوتي (2006) الأطفال الصم: "بأنهم أولئك الأفراد الذين لا يمكنهم الانتفاع بحاسة السمع في اغراض الحياة اليومية، سواء من ولدوا فاقدين للسمع تماماً، أو بدرجة أعجزتهم عن الاعتماد على آذانهم في فهم الكلام، و تعلم اللغة المنطوقة، مما يترتب عليه في جميع الأحوال فقدان المقدرة على سماع الكلام وتعلم اللغة وهكذا يكون الصمم سابقاً على اكتساب الكلام واللغة".(الجوالده، 2012، ص33).

إجرائيا:

يعرف الباحث الاعاقة السمعية على انها حلة من الفقدان الكلي أو الجزئي للسمع مما تحول بينه وبين اداء وظائفه بشكل طبيعي ويسبب هذا الفقدان اثار اجتماعية ونفسية معا.

03- السمات الشخصية:

تعريف السمات:

أ – اصطلاحا:

تعرف السمة على انها صفة أو خاصية معينة تميز الفرد عن غيره، وهذه الصفة قد تكون فطرية (وراثية)، أو مكتسبة، وينظر إلى السمة على أنها استعداد عام يمكن أن نتوقع منه سلوك الفرد عند تفاعله مع البيئة، ومعالجته للمواقف والمشكلات التي تواجهه وعرفها كاتل على أنها نزعة ثابتة نسبياً لردود الفعل الغلبة، وهي مواقف الفرد الداخلية والخفية،

وعرفها البورت على أنها تنظيم ديناميكي داخل الفرد من تلك السيكوفسيولوجية التي تحدد توافقاته المتفردة مع ظروف بيئته.(فياض الخزاعلة واخرون، 2018، ص224).

ب – إجرائيا:

تعرف السمة على أنها تجمع للنزعات الفردية للفعل، وخاصية يختلف فيها الناس، أو تتباين من فرد لآخر.

وقد تكون السمة استعداداً فطرياً كالسمات المزاجية أو مكتسباً كالسمات الاجتماعية، أو الاتجاهات أو الميول والعواطف.

تعريف الشخصية:

أ – اصطلاحا:

عرفها جيلفورد الشخصية على انها ذلك النموذج الفريد الذي تتكون منه سماته الخاصة والعامة لدي الفرد. (عبد الخالق، 2019، ص 37).

فمن منطلق أن الشخصية هي الصفة المميزة للشخص، يرى ايزنك Eysenck أن كل صفة تميز الشخص عن غيرة من الناس تؤلف جانباً من شخصيته، فذكاؤه، و قدرته العقلية والبدنية، ومهارته وقيمه و اتجاهاته و ميوله وعواطفه، و غيرها من صفات تعتبر من مقومات شخصيته، و على ضوء ذلك عرف الشخصية بأنها جملة الصفات الجسمية و العقلية، و المزاجية والاجتماعية و الخلقية التي تميز الشخص عن غيرة تميزا واضحاً.

و قد عرف وارن Warren الشخصية بأنها ذلك التنظيم المتكامل لجميع خصائص الفرد المعرفية و الجسمية والوجدانية والنزوعية التي تعبر عن نفسها في تميز واضح عن الآخرين.

كما عرف أحمد عزت راجح الشخصية بأنها «جملة الصفات الجسمية و العقلية و المزاجية و الاجتماعية و الخلقية التي تميز الشخصية تميزاً واضحاً.(فوزي وفاضل، 2005، ص 13)

ب – إجرائيا:

هي مجموعة من العوامل النفسية والاجتماعية والانفعالية تصدر عن الشخص مما تترجم افكاره داخليا وقد تكون عوامل إيجابية أو سلبية تتخللها بعض التصرفات.

7 ـ الدراسات السابقة

1 ـ الدراسات العربية:

1. دراسة بشير حسام (2011) بعنوان: فاعلية النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق الصحة النفسية وادماج المعاقين حركيا، اطروحة الدكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر3.

هدفة هذه الدراسة أساسا إلى معرفة أثر النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق الصحة النفسية و كيفية إدماج المعاق حركيا داخل المجتمع من خلال تبيين أهم المشاكل النفسية التي يتعرض لها المعاق من جانب، و أهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي للتخلص من هذه المشاكل النفسية، وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي المقارن على عينة قوامها 180 فرد معاق حركيا مقسمين على فئتين 90 فرد معاك من المركز الطبي التربوي بجيجل، و90 فرد معاق من المركز الطبي البيداغوجي بأم البواقي وتم استخدام مقياس كل من إليونارد، ر- ديروجيتس، س- ليمان و لينوأوفيو قام بتعريبه الدكتور مفائز محمد على الحاج وتم صياغة فرضيات الدراسة كما يلي:

- ✓ هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاطفال المعاقين حركيا الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي الترويحي فيما يخص التخلص من الحساسية التفاعلية لصالح المجموعة الممارسة.

- ✓ هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاطفال المعاقين حركيا الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي الترويحي فيما يخص التغلب علي صفة الاكتئاب لصالح المجموعة الممارسة.
- ✓ هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاطفال المعاقين حركيا الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي الترويحي فيما يخص التغلب علي صفة القلق لصالح المجموعة الممارسة.
- ✓ هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاطفال المعاقين حركيا الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي الترويحي فيما يخص التغلب علي صفة العدوانية لصالح المجموعة الممارسة.

أظهرت النتائج ان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي الترويحي للتخلص من مختلف الاعراض الجسمية وكذألك التخلص من مختلف الامراض النفسية المختلف وكذلك اثبت النشاط البدني الرياضي الترويحي كفائه وفعالية عالية بالارتفاع بمستوياتهم النفسية والانخراط في علاقات مثيرة مع الافراد العاديين وبالتالي ادماج في المتجمع مع تحقق الصحة النفسية.

2. دراسة عمارة نور الدين (2011) بعنوان: اقتراح برنامج تدريبي نفسي وأثره على بعض سمات الشخصية لدي لاعبي كرة القدم أكابر، اطروحة الدكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر 3.

هدفة هذه الدراسة أساسا إلى معرفة أثر برنامج تدريبي نفسي وأثره على بعض سمات الشخصية لدي لاعبي كرة القدم أكابر، و أهمية التكامل بين التدريب النفسي والتدريب الرياضي المعتمد وتأثيره في بعض سمات الشخصية، وقد اعتمد الباحث على المنهج التجريبي على عينة قوامها 25 لاعب من القسم الوطني الثاني شرق لنادي الرياضي للهواة (فريق أمل بوسعادة) والذين ينشطون باستمرار وتم استخدام مقياس محمد حسن علاوي ومحمد شمعون للاستجابة الانفعالية، ومقياس استخبار السلوك التنافسي الذي صممه دوروثي هاريس ومقياس الثقة بالنفس والذي صممه روبين فيلي وتم صياغة فرضيات الدراسة كما يلي:

- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية للدرجة الكلية لمقياس تقدير سمات الدافعية بين التطبيق القبلي والبعدي للاعبي كرة القدم قسم ثاني.

- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية للدرجة الكلية لمقياس الاستجابة الانفعالية بين التطبيق القبلي والبعدي للاعبي كرة القدم قسم ثاني.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية للدرجة الكلية لاستخبار السلوك التنافسي بين التطبيق القبلي والبعدي للاعبي كرة القدم قسم ثاني.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية للدرجة الكلية لقائمة سمة الثقة الرياضية بين التطبيق القبلي والبعدي للاعبي كرة القدم قسم ثاني.

اظهرت نتائج الدراسة أن التدريب الرياضي يعمل على الارتقاء بمستوى عمل الأجهزة الوظيفية للجسم من خلال التغيرات الايجابية للمتغيرات الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية و محاولة الاحتفاظ بها لتحقيق أعلى فترة ثبات لمستويات الانجاز في المجالات الوظيفية النفسية الاجتماعية.

ويمكن تحقيق أهداف عملية للتدريب الرياضي بصفة عامة من خلال جانبين أساسيين على مستوى واحد من الأهمية هما الجانب التعليمي (التدريبي، التدريس الجانب التربوي ويطلق عليها واجبات التدريب الرياضي، فالأول يهدف إلى اكتساب وتطوير القدرات البدنية والمهارية والخططية والمعرفية و الخبرات الضرورية للاعب في النشاط الرياضي الممارس، والثاني يتعلق في المقام الأول بإيديولوجية المجتمع ويهتم بتحسين التذوق والتقدير وتطوير الدوافع وحاجات وميول الممارس، واكتسابه السمات الخلقية والإرادية الحميدة، كالروح الرياضية، وحب الوطن والمثابرة وضبط النفس والشجاعة.

3. دراسة شريفي حليم واخرون 2011 بعنوان: السمات الشخصية المميزة للاعبي كرة السلة على الارائك المتحركة، مجلة الابداع الرياضية لعلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، العدد(4) جامعة مسيلة .

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على النواحي الاقتصادية والاجتماعية والتعليمية لأسر الأحداث الجانحين و التعرف على أثر ممارسة الأنشطة الرياضية على السمات الشخصية لدى الأحداث، وقد اعتمد الباحثون على المنهج التجريبي لمناسبته هذه الدراسة على عينة قوامها 20 لاعب كرة السلة على الارائك المتحركة لفريق نور بالمسيلة وتم استخدام مقياس السمات الشخصية للعالم فرايبورج

والذي اعد صورته للعربية الاستاذ محمد حسن علاوي بي 8 ابعاد (العصبية - الاكتئابية – القابلية للاستثارة – العدوانية – السيطرة – الضبط –الهدوء) وتم صياغة الفرضيات على النحو التالي:

- ✓ هناك سمات شخصية ميزة و خاصة برياضي الكراسي المتحركة.
- ✓ توجد فروق دالة بن السمات الشخصية لرياضي الكراسي المتحركة.

اظهرت نتائج الدراسة ان لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة بالمسيلة يتميزون بسمات شخصية مرتفعة وتختلف مستوياتها من سمة إلى أخرى حيث ان الاجتماعية ذات مستوى عإلى رغم الإعاقة و مركب النقص الذي يصاحبها هدا بتأثير الرياضة، نفس الشيء بالنسبة لسمة الصلابة و الانبساطية و الاتزان الانفعالي ،أما فيما خص كل من سمة العدوانية و العصبية و القابلية لاستثارة فهي ذات مستوى منخفض ما يعني أن التدريب و الرياضة الممارسة أثرت بشكل اجابي في توجيه شخصية هؤلاء.

4. دراسة رائد عبد المير عباس واخرون (2013) بعنوان: السمات الشخصية لدي الرياضين وغير الرياضين " مجلة كلية التربية الاساسية جامعة بابل العراق، العدد 10.

هدفت الدراسة إلى التعرف لتعرف علي السمات الشخصية لدى الطلاب الرياضيين والتعرف على السمات الشخصية لدى الطلاب غير الرياضيين و مقارنة السمات الشخصية بين الطلاب الرياضيين وغير الرياضيين وقد اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي على عينة قوامها 220 طالب تم اختيارهم بطريقة عشوائية 103 طالب من كلية التربية الرياضية و117 طالب من كلية الهندسة الغير رياضيين وتم استخدام مقياس السمات الشخصية للعالم فرايبورج والذي اعد صورته للعربية الاستاذ محمد حسن علاوي بي 8 ابعاد (العصبية - الاكتئابية – القابلية للاستثارة – العدوانية – السيطرة – الضبط –الهدوء) وتم صياغة الفرضيات على النحو التالي:

اظهرت نتائج الدراسة إلى انه لا يوجد فرق بين الرياضيين وغير الرياضيين في سمة (العصبية والعدوانية والقابلية للاستثارة والهدوء والسيطرة

- ✓ يوجد فرق بين الرياضيين وغير الرياضيين ولصالح الرياضيين في سمة الاجتماعية
- ✓ يوجد فرق بين الرياضيين وغير الرياضيين ولصالح غير الرياضيين في سمة الاكتائبية والكف.

5. دراسة سامي عبد القادر 2014 بعنوان: دور النشاط البدني المكيف (كرة السلة على الكراسي المتحركة) في تنمية بعض السمات لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا (16-18 سنة)، مجلة الابداع الرياضية لعلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، العدد(4) جامعة مسيلة .

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى دور النشاط البدني المكيف في تنمية بعض السمات لذوي الاحتياجات

الخاصة حركيا بشلف، بأخذ عين الاعتبار المتغيرات الفردية التالية حسب الجنس، وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي لمناسبته في البحوث الاجتماعية والنفسية على عينة قوامها 90فرد ذكر من المركز تأهيل المعاقين بمدينة شلف، وتم استخدام استبيان السمات الشخصية باعتماد على مقياس الصفات الانفعالية للدكتور احمد زكي صالح مقياس جيلفورد للشخصية واختبار عوامل الشخصية للراشدين والذي وضعه كاتلو، وتم صياغة الفرضيات على النحو التالي

- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الاتزان الانفعالي.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الاجتماعية.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الانبساطية.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص سمة الهدوء.

اظهرت نتائج الدراسة أن هناك فروقا في سمات الشخصية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي، فالممارسة الرياضية المكيفة تساهم في تطوير وتنمية السمات الشخصية للفرد ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا بصفة خاصة وشخصيته بصفة عامة، ذلك أنها تمثل خيارا تربويا، وتحسين السلوك الاجتماعي الإيجابي كالتعاون والتماسك والمشاركة والتنافس الشريف، كما تزيد من قدرته على إقامة العلاقات الاجتماعية، والصداقات مع الغير، وتكسبه التفاؤل في الحاضر والمستقبل، وتنمي صفة المسؤولية لديه، مما ينعكس إيجابا على تفاعله واندماجه في المجتمع، ويتيح النشاط البدني الرياضي للفرد فرصا للتحكم في انفعالاته وإخضاعها لسيطرته واستقرارها وتلاؤمها مع مثيراتها، وينمي ثقته بنفسه وقدرته على اتخاذ القرارات السليمة والثابتة في مختلف المواقف التي يمر بها في حياته

الاجتماعية، إضافة إلى أنها تساعده على تجاوز مواقف الإحباط والفشل والتوتر واليأس والاستسلام التي تنتاب الفرد من حين لآخر، بسبب الرسوب النفسي والآثار السلبية التي تتركها الإعاقة.

وكذلك تعدل الممارسة الرياضية السمات السلبية لدى الفرد مثل الانطوائية والعصبية والقلق وتطور وتنمي السمات الموجبة لدى الفرد مثل الاجتماعية والانبساطية والثبات الانفعالي، والهدوء، وبالتالي تكون للفرد ذي الاحتياجات الخاصة شخصية قوية متكاملة تساعده في الاندماج والتكيف النفسي الاجتماعي.

6. دراسة بن حاج الطاهر عبد القادر 2014 بعنوان: بعض سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية الإنجاز الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا، مركز البصيرة للبحوث والاستشارات والخدمات التعلمية، الجزائر العدد (10) المجلد 5

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة ما بين بعض سمات الشخصية وأبعاد دافعية الإنجاز الرياضي(دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل) لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا، حسب نوع الرياضة الممارسة(رياضة كرة الطائرة جلوس، رياضة كرة السلة على الكراسي المتحركة)، وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة قوامها 72 رياضي من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا تم اختيارهم بطريقة عشوائية وتم استخدام مقياس السمات الشخصية للعالم فرايبورج والذي اعد صورته للعربية الاستاذ محمد حسن علاوي بي 8 ابعاد وقد اكتفي الباحث بي 4 ابعاد (العصبية- الاجتماعية - الاكتئابية- العدوانية) بالإضافة إلى مقياس القلق وضع الذي صممه "سبيلبرجر وجورست ولوشين سنة(1970)، وتم اقتباسه من طرف " البحيري" في البيئة المصرية ومقياس تقدير الذات لرزومبيرج (1985) ،وتعطي هذه الأداة تقديرا لمدى تقييم الفرد لذاته بشكل عام، وتم صياغة الفرضيات على النحو التالي:

- ✓ لا يوجد فروق في سمات الشخصية حسب نوع الرياضة الممارسة.
- ✓ نتوقع وجود علاقة ارتباطية ما بين سمات الشخصية ودافع إنجاز النجاح .
- ✓ نتوقع وجود علاقة ارتباطية ما بين سمات الشخصية ودافع تجنب الفشل.

اظهرت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق في سمات الشخصية حسب نوع الرياضة الممارسة، ماعدا سمة القلق التي أظهرت النتائج عن وجود فروق دالة لصالح ممارسي كرة الطائرة جلوس، وكذا وجود علاقة موجبة ما بين سمة (تقدير الذات، العدوانية) ودافع إنجاز النجاح، وعلاقة سلبية ما بين سمة القلق ودافع إنجاز النجاح، ووجود عالقة عكسية ما بين سمة تقدير الذات ودافع تجنب الفشل وعلاقة طردية ما بين سمة(الكتائبية، القلق) ودافع تجنب الفشل و أظهرت نتائجها ايضا عن وجود علاقة طردية بين (العدوانية ودافع إنجاز النجاح).

7. دراسة قتيبة احمد قسيم الحراحشة 2017 بعنوان أثر برنامجي ترويح رياضي مقترح على الجوانب النفسية والاجتماعية وبعض عناصر اللياقة البدنية لدى ذوي الإعاقة السمعية في الأردن.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير البرنامج الترويحي الرياضي المقترح على الجوانب النفسية والجوانب الاجتماعية وبعض عناصر اللياقة البدنية لدى ذوي الإعاقة السمعية وقد اعتمد الباحث على المنهج شبه التجريبي اعتمادا على مجموعة من اختبارات اللياقة البدنية ومجموعة من المقاييس النفسية والاجتماعية المطبقة على العينة في المرحلة القبلية والبعدية، على عينة قوامها (21) طالبا من ذوي الإعاقة السمعية، تم تقسيمهم إلى مجموعتين منفصلتين الأولى مدمجة مع الأطفال الاسوياء حيث بلغ عدد الأطفال الصم (9) أطفال والأطفال الاسوياء (11) طفل، وكانت المجموعة الثانية مجموعة غير مدمجة وعدد الأطفال الصم بها (12) طفلا حيث تراحت أعمارهم ما بين (10-12) سنة، ولتحقيق ذلك استخدم الباحث ادوات دراسة، الأولى تكونت من مقياسين وهما: مقياس تقدير الذات، ومقياس العزلة الاجتماعية، والاداة الثانية كانت عبارة عن مجموعة من الاختبارات البدنية وعددها (7) وهي: اختبار الدوائر المرقمة لاختبار عنصر التوافق، اختبار الوثب الطويل من الحركة لقياس عنصر القوة العضلية.

واختبار الجري لقياس عنصر الرشاقة، اختبار جري 1ميل لقياس عنصر التحمل، اختبار اللقلق لقياس عنصر التوازن الثابت، اختبار عدو 30 متر من بداية متحركة لقياس عنصر السرعة اختبار ثني الجذع من الجلوس الطويل لقياس المرونة. وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية للقياس

البعدي لعناصر الرشاقة والتحمل والسرعة والتوازن والقوة وتقدير الذات بين المجموعة المدمجة وغير المدمجة

أظهرت النتائج وجود أفضلية لصالح المدمجة لمتغير التوافق والمرونة حيث لم يكن دالا إحصائيا وأظهرت عدم وجود فروق دالة احصائيا لمتغير العزلة الاجتماعية بين المجموعتين ووجود أفضلية للمجموعة غير المدمجة مقارنة بالمدمجة.

8. دراسة حنة الهاشمي (2018) بعنوان : "اثر برنامج رياضي ترويحي مقترح على خفض قلق الامتحان لدي تلاميذ المرحلة الثانوية (17-18سنة) "": اطروحة الدكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية – جامعة المسيلة.

وهدفت الدراسة إلى وهدف موضوع الدراسة إلى محأولة التعرف على مدي فاعلية برنامج رياضي ترويحي المقترح في الخفض من قلق الامتحان لدي تلاميذ مرحلة الثانوية كما هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين الافراد من ناحية (رهبة الامتحان – ارتباك الامتحان – توتر اداء الامتحان – نقص مهارات الامتحان – انزعاج الامتحان – اضطراب الامتحان) وقد اعتمد الباحث على المنهج التجريبي على عينة قوامها 20 تلميذ (17-18 سنة) من ثانوية مرزوق دحمان بي سيدي عامر وتم اختيارهم بطريقة عشوائية متجانسة بين المجموعتين وتم استخدام مقياس قلق الامتحان من اعداد محمد حامد الزهران و تم صياغة فرضيات الدراسة كما يلي:

- ✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي على مستوي رهبة الامتحان لصالح المجموعة التجريبية.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي على مستوي ارتباك الامتحان لصالح المجموعة التجريبية.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي على مستوي توتر اداء الامتحان لصالح المجموعة التجريبية.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي على مستوي نقص مهارات الامتحان لصالح المجموعة التجريبية.

- ✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي على مستوي انزعاج الامتحان لصالح المجموعة التجريبية.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي على مستوي اضطراب الامتحان لصالح المجموعة التجريبية.

وقد أظهرت النتائج ان للنشاط الرياضي الترويحي دور في الخفض من قلق الامتحان وهذا راجع إلى البناء برنامج رياضي ترويحي علاجي في المجال التربوي وشعور التلميذ بالارتياح وانخفاض درجة الاضطرابات والانزعاج من الامتحان كما استنتج الباحث ان النشاط الرياضي الترويحي من سانه بناء شخصية من خلال ابعاد اجتماعية نفسية التي من شانها ان تفيد التلميذ خلال ممارسته للبرنامج الترويحي.

9. دراسة بن شميسة العيد (2018) بعنوان: محددات الترويح الرياضي وانعكاسها على الانحراف السلوكي لدي المراهقين، اطروحة لنيل شهادة الدكتوراه علوم في "علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية" تخصص رياضة وصحة- جامعة مستغانم.

هدفة هذه الدراسة أساسا إلى معرفة محددات الترويح الرياضي وانعكاسها على الانحراف السلوكي لدي المراهقين، في المجتمع الجزائري وانعكسوا على الانحراف السلوكي خاصة مع تزايد الانحرافات السلوكية في المدارس الجزائرية، وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي بالدراسة المسحية على عينة قوامها 827 من تلاميذ الثانوية (بولاية تيارت) وتم تصميم استمارة الانحراف السلوكي واستمارة محددات الترويح الرياضي من قبل الباحث وتم صياغة فرضيات الدراسة كما يلي:

- ✓ تتباين طبيعة محددات الترويح الرياضي (النفسية والاجتماعية والبيئية) لدى المراهقين بالمرحمة الثانوية بولاية تيارت.
- ✓ توجد فروق في الأبعاد (الاجتماعية والنفسية والبيئية) لممارسة الترويح الرياضي لدى المراهقين بالمرحلة الثانوية لولاية تيارت تعزى لمتغير الجنس.
- ✓ توجد فروق في الأبعاد الاجتماعية والنفسية والبيئية) لممارسة الترويح الرياضي لدى المراهقين بالمرحلة الثانوية لولاية تيارت تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي للأسرة.

- ✓ توجد فروق في الأبعاد الاجتماعية والنفسية والبيئية لممارسة الترويح الرياضي لدى المراهقين بالمرحلة الثانوية لولاية تيارت تعزى لمتغير المستوى التعليمي للوالدين.
- ✓ يتميز المراهقين بالمرحلة الثانوية بتباين في مجالات الانحراف السلوكي (السلوكي النفسي الاجتماعي) بولاية تيارت.
- ✓ توجد فروق جوهرية بين أبعاد الانحراف السلوكي (السلوكي، النفسي الاجتماعي) صالح المراهقين الممارسين للترويح الرياضي بالمرحلة الثانوية لولاية تيارت

وقد أظهرت النتائج الدراسة أن مساهمة المحددات الترويحية الرياضية (الاجتماعية والنفسية والبيئية) تحفز وتدفع بالمراهقين لممارسة الترويح الرياضي والذي يظهر انعكاساته الايجابية لهذه الممارسة على الانحراف السلوكي في الأبعاد النفسية والسلوكية والاجتماعية داخل الوسط المدرسي وخارجه مع اعتماد ممارسة أنشطة الترويح الرياضي، من أهم الوسائل المساعدة في التقليل من الانحراف وتفريغ الشحنات الانفعالية خاصة لدى فئة المراهقين، توفير جو امن ومكان مهيئ داخل المراكز الرياضية والمنشئات الرياضية التابعة للأندية الرياضية قصد استثمار أوقات الفراغ بطريقة إيجابية، والبحث عن مكان التنفيس عن المكبوتات وتجديد الطاقة والابتعاد عن الضغوطات النفسية ومصاحبة رفقاء السوء، كما ان انتشارا الانحرافات السلوكية كان أكثر عند التلاميذ غير الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي.

10. دراسة صغيري رابح واخرون 2019 بعنوان: دور النشاط الرياضي المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا، مجلة الابداع الرياضية لعلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، العدد(3)،المجلد (10) جامعة مسيلة

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على دور النشاط الرياضي المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية (السيطرة، المسؤولية، الاتزان الانفعالي، الاجتماعية) لدى فئة المعاقين سمعياً، وقد اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي لمناسبته موضوع الدراسة، على عينة قوامها 16 طفلا و طفلة معاقون سمعياً من مدرسة الأطفال المعاقين سمعياً بالمسيلة، مقسمين على فئتين: الأولى تمثل غير الممارسين للنشاط الرياضي المكيف و بلغ عددهم (08) أطفال تم اختيارهم بطريقة قصدية، و الثانية تمثل الممارسين للنشاط الرياضي المكيف تم اختيارهم بطريقة قصدية، واستعمل الباحثون مقياس سمات

الشخصية من إعداد "خوردن البرت" ترجمه للعربية "جابر و أبو حطب"، للسمات الشخصية محل الدراسة وتم صياغة الفرضيات على النحو التالي:

- ✓ توجد فروق دالة إحصائياً في سمة السيطرة بين المعاقين سمعياً الممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف و غير الممارسين و لصالح الممارسين
- ✓ توجد فروق دالة إحصائياً في سمة المسؤولية بين المعاقين سمعياً الممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف و غير الممارسين و لصالح الممارسين.
- ✓ توجد فروق دالة إحصائياً في سمة الاتزان الانفعالي بين المعاقين سمعياً الممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف و غير الممارسين و لصالح الممارسين.
- ✓ هل توجد فروق دالة إحصائياً في سمة الاجتماعية بين المعاقين سمعياً الممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف و غير الممارسين و لصالح الممارسين.

وأظهرت النتائج المتعلقة بالفرضيات الدراسة مدي مساهمة و فعالية النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية مختلف سمات الشخصية التي هي محل الدراسة (السيطرة، المسؤولية، الاتزان الانفعالي، الاجتماعية)حيث أشارت النتائج إلى التفوق الواضح و ارتفاع مستوى السمات الشخصية لدى المعاقين سمعياً الممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف مقارنة بأقرانهم غير الممارسين، و تأتي نتائج هذه الدراسة لتكشف لنا عن الدور الجوهري و البارز لممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف في تحسين وصقل و تنمية شخصية ذوي الاحتياجات الخاصة عموما و المعاقين سمعياً بالخصوص، حيث أنها تفسح المجال لهم للتعبير عن ذواتهم و إفراغ طاقاتهم و شحناتهم من خلال الاندماج و التنافس وخوض تجارب الفوز و القيادية وتقبل الخسارة بكل روح رياضية، كما أن ممارسة الرياضة بانتظام تجعل من الأفراد المعاقين سمعياً يهتمون بالجوانب البدنية و النفسية التي تلامسها الأنشطة الرياضية، فمن خلالها يكسرون حاجز العزلة والخوف، ويثبتون أنفسهم وتعبرون عما لا يستطيعون قوله لفظياً.

11. دراسة هدال ياسين (2019) بعنوان: أثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح في الخفض من درجة الاكتئاب لدى المراهقين الصم" اطروحة الدكتوراه في النشاط البدني الرياضي المكيف والصحة جامعة المسيلة .

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح في الخفض من درجة الاكتئاب لدى المراهقين الصم وتحديد الفروق بين القياسين القبلي والبعدي نسبة إلى كل متغير كل من متغيرات (الجنس، السن، درجة الإعاقة.) وقد اعتمد الباحث على المنهج التجريبي على عينة قوامها 12 معاق سمعيا من مدرسة الشهيد ثامر مبروك بالمسيلة تم اختيارهم بطريقة عمدية وتم استخدام مقياس **بريلسون للاكتئاب** و الحصص من البرنامج الرياضي الترويحي وتم صياغة الفرضيات على النحو التالي:

- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية لأثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح في القياس القبلي.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب بين القياس القبلي والقياس البعدي لأثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح للمجموعة التجريبية.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية لأثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح في القياس البعدي..
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القيسي والبعدي لأثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح على الخفض من درجة الاكتئاب لدى المراهقين الصم تعزى متغيرة(جنس، السن، درجة الإعاقة).

اظهرت نتائج الدراسة إلى انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس القبلي لأثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة لأثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لأثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح ولصالح المجموعة التجريبية.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لأثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح ولصالح القياس البعدي.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لأثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح على الخفض من درجة الاكتئاب لدى المراهقين الصم تعزى متغيرة(الجنس، السن، درجة الإعاقة).

12. **دراسة عادل محمد عواد ابو خوصة (2019) بعنوان: "تأثير برنامج رياضي ترويحي مقترح لتحسين بعض سلوكيات التفاعل الاجتماعي لدي اطفال مرضي التوحد " اطروحة الدكتوراه في فلسفة التربية البدنية والرياضية جامعة السودان.**

هدفة هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير البرنامج الرياضي الترويحي المقترح على تحسن سلوكيات التفاعل الاجتماعي لدي اطفال مرضي التوحد كما هدفت ايضا إلى تثير البرنامج الترويحي في تحسين (سلوك الاتصال مع الاخرين –سلوك التعاون – سلوك الادراك – سلوك ذات الدلالة الامائية) وقد اعتمد الباحث على المنهج التجريبي لمجموعة واحدة على عينة قدرها 9 افراد بمركز جمعية الحق في الحيات في قطاع غزة وتم استخدام القياس القبلي والبعدي و تم صياغة فرضيات الدراسة كما يلي:

- ✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوي الدلالة (0.05)، بين القياس القياسين (القبلي والبعدي)، (لسلوك الاتصال مع الاخرين) لصالح القياس البعدي.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوي الدلالة (0.05)، بين القياس القياسين (القبلي والبعدي)، (لسلوك التعاون مع الاخرين) لصالح القياس البعدي.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوي الدلالة (0.05)، بين القياس القياسين (القبلي والبعدي)، (لسلوك ادراك الدور والتمثيل) لصالح القياس البعدي.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوي الدلالة (0.05)، بين القياس القياسين (القبلي والبعدي)، (لسلوك الرموز ذات الدلالة الايماءات) لصالح القياس البعدي.

اظهرت النتائج ان للبرنامج الرياضي الترويحي دور فعال في تحسين التفاعل الاجتماعي لدي اطفال مرضي التوحد كما ساهم البرنامج في تحسين سلوكيات الاتصال والتعاون مع الاخرين وسولك

ادراك الدور وتحسين مستوي التعاون في مواجهة المواقف بهدوء والقدرة على التفكير والابداع رغم كل الصعوبات كما ادا مستوي تقليد الدور وتمثيله لدي اطفال التوحد بتأدية الدور بكل شجاعة في مواجهة الحقائق الابتكارية وكذلك تحسين مستوي الرموز الايماءات في التمتع بالصدق والصبر والتحرك بخفة ورشاقة.

13. دراسة صغيري رابح واخرون (2021) بعنوان: دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تمنية التوافق النفسي اجتماعي لدي المعاقين سمعيا المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية جامعة الجزائر العدد 01 المجلد 20.

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور النشاط الرياضي المكيف في تنمية التوافق النفسي لكل (التوافق الشخصي، التوافق الاجتماعي، التوافق الأسري، التوافق الانفعالي)، وقد اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي على عينة قومها 12 تلميذا معاقا سمعيا تم اختيار الغير ممارسين منهم بطريقة قصدية والممارسون تم اختيارهم بطريقة عشوائية، بمدرسة الأطفال المعاقين بصرياً بالمسيلة وتم استخدام مقياس التوافق النفسي للدكتورة إجلال محمد سرى" وتم صياغة الفرضيات على النحو التالي:

- ✓ توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الشخصي بين المعاقين سمعياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف وغير الممارسين لصالح الممارسين.
- ✓ توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الاجتماعي بين المعاقين سمعياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف وغير الممارسين لصالح الممارسين.
- ✓ توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الأسري بين المعاقين سمعياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف وغير الممارسين لصالح الممارسين.
- ✓ توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الانفعالي بين المعاقين سمعياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف وغير الممارسين لصالح الممارسين.

توصلت النتائج النهائية للدراسة عن وجود فروق دالة إحصائيا بين المعاقين سمعيا الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي المكيف ولصالح الممارسين، من خلال ما تم دراسته في هذه الدراسة بأن للنشاط الرياضي المكيف دور في تنمية التوافق النفسي لدى المعاقين سمعيا بأبعاده المدروسة

من خلال مقياس التوافق النفسي للدكتورة "إجلال محمد سرى" المتمثلة في (التوافق الشخصي، التوافق الاجتماعي التوافق الأسري، التوافق الانفعالي)، حيث أن مشاركة الأفراد المعاقين في الأنشطة الرياضي تفتح لهم المجال للاندماج مع الأخرين والتواصل والاحتكاك معهم، الأمر الذي يمنحهم المزيد من الثقة بالنفس والشعور بالرضى عن الذات والاحساس بالانتماء إلى المجتمع الذي يعيشون فيه، كما أن النشاط الرياضي المكيف بمجالاته المتنوعة التنافسية والترويحية يضمن مجالاً خصباً للتنفيس عن مكنونات النفس وتعلم احترام القوانين والعمل الجماعي وضبط الانفعالات حال الهزيمة أو الفوز وتطوير القدرات البدنية والمهارية لهؤلاء الأشخاص الذين حرمتهم إعاقاتهم و إصاباتهم من المشاركة مع الأفراد العاديين في النشاط الرياضي العام.

14. دراسة سليماني رحمة واخرون (2021) بعنوان: دراسة السمات الشخصية لدي التلاميذ المنخرطين في لعبة كرة اليد ضمن النشاط اللاصيفي للمرحلة المتوسط مجلة كلية التربية الاساسية جامعة بابل العراق، العدد 113 المجلد 27

هدفت الدراسة إلى معرفة خصائص ومميزات شخصية التلميذ المنخرطين في نشاط كرة اليد والاعتماد في هذه الدراسة على تلميذ كرة اليد والعمل على تطوير شخصيتهم وفق هذه المعاير والاهتمام بالإعداد النفسي للاعبين وتنمية شخصيتهم المطلوبة في هذا النشاط حيث وقد اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي على عينة قوامها 196 تلميذ تم اختيارهم بطريقة عمدية المقصودة وتم استخدام مقياس السمات الشخصية المعد من طرف الباحثة شخصيا سليماني رحمة والذي يحتوي على بي 9ابعاد (الانبساطية – الاجتماعية – تقدير الذات – الشجاعة – تحمل المسؤولية – الاستقلالية – الاصرار – الاتزان الانفعالي - السيطرة) وتم صياغة الفرضيات على النحو التالي:

- ✓ يتميز التلاميذ المنخرطين في كرة اليد بمستوي مرتفع على مستوي السمات الشخصية التالية (الانبساطية – الاجتماعية – تقدير الذات – الشجاعة – تحمل المسؤولية – الاستقلالية – الاصرار – الاتزان الانفعالي - السيطرة).
- ✓ توجد فروق في مستوي الشخصية تعزي لمتغير المستوي الاكاديمي لصالح التلاميذ السنة رابعة متوسط.

اظهرت نتائج الدراسة إلى انه يتميز التلاميذ المنخرطون في الأنشطة الرياضية المدرسية اللاصيفى لنشاط كرة اليد بالسمات الآتية(الانبساطية، الاجتماعية، تقدير الذات، تحمل المسؤولية، الاستقلالية، الاتزان الانفعالي السيطرة، الشجاعة، الإصرار) بمستوى مرتفع في جميع السمات، كما يتميز التلاميذ المنخرطون في الأنشطة الرياضية المدرسية اللاصفية لنشاط لكرة اليد بالسمات التالية وفق ترتيبها حسب درجة توفرها في اللاعبين وكالاتي: (الانبساطية، تقدير الذات، الاستقلالية، تحمل المسؤولية، الاجتماعية، السيطرة، الشجاعة، الاتزان الانفعالي، الإصرار)

توجد فروق في مستوى السمات الشخصية بين المستويات الدراسية الأربعة (المستوى الثانية متوسط والثالثة متوسط والرابعة متوسط) ويتميز تلاميذ المستوى الرابعة متوسط بمستوى عال من السمات الشخصية مقارنة مع المستويات.

أما ظهور سمة السيطرة والشجاعة في الترتيب السادس والسابع على الترتيب هذا راجع إلى طبيعة النشاط الذي يتميز بنوع من المواقف المتغيرة والتي تجعل من المنخرطين في هذا النشاط يميلون للسيطرة من اجل فرض قراراتهم وتوجيهاتهم أثناء المنافسة

15. **دراسة عبد القادر بن حاج الطاهر 2022 بعنوان: انعكاس ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف على بعض سمات الشخصية للمعاقين حركيا.،المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات، الجزائر العدد (02) المجلد 5**

هدفت الدراسة إلى معرفة انعكاس ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف على بعض سمات الشخصية للمعاقين حركيا لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا، حسب نوع الرياضة الممارسة، وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي على عينة قوامها 102 رياضي من ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا وكرة الطائرة جلوس تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية، وتم استخدام مقياس السمات الشخصية للعالم فرايبورج والذي اعد صورته للعربية الاستاذ محمد حسن علاوي بي 8 ابعاد (العصبية الاكتئابية – القابلية للاستثارة – العدوانية – تقدير الذات –القلق) وقد اكتفي الباحث بي 4 ابعاد (العصبية، العدوانية، الاكتئاب، الاجتماعية) وتم صياغة الفرضيات على النحو التالي:

- ✓ لا توجد فروق في سمات شخصية الرياضيين المعاقين حركيا تبعا لأصل الإعاقة الحركية.

- ✓ عدم وجود فروق في سمات شخصية الرياضيين المعاقين حركيا تعزى لمتغير السن.
- ✓ لا توجد فروق في سمات الشخصية لدى الرياضيين المعاقين حركيا تبعا للمستوى التعليمي
- ✓ تساهم ممارسة النشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف في الرفع من مستوى سمات الشخصية الموجبة لدى المعاقين حركيا.
- ✓ تساهم ممارسة النشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف في الخفض من مستوى سمات الشخصية السلبية لدى المعاقين حركيا.

اظهرت نتائج الدراسة إلى أن الممارسة الرياضية المكيفة تساهم في الرفع من مستوى سمات الشخصية الموجبة، والخفض من مستوى سمات الشخصية السالبة، كما بينت النتائج عدم وجود فروق في سمات الشخصية تبعا ل(السن، أصل الاعاقة الحركية، المستوى التعليمي)، ماعدا سمة تقدير الذات التي بينت النتائج عن وجود فروق تبعا لمتغير المستوى التعليمي ولصاح مستوى التعليم الجامعي.

اما فيما يخص سمة العدوانية فقد دلت النتائج عن مستوى منخفض هذه الأخيرة للرياضيين، و ترجع هذه النتيجة إلى طبيعة الأفراد الممارسين الذين يعانون من نقص أو فقدان عضو من أعضاء الجسم، وبالتالي فإنهم يبتعدون قدر الإمكان عن العنف والاحتكاك بالآخرين، إضافة إلى طبيعة الأنشطة الممارسة، فرياضة كرة الطائرة جلوس تعتبر من الرياضات المتوازية أي لا يوجد فيها احتكاك ما بين اللاعبين، أما كرة السلة على الكراسي المتحركة فتوجد فيها قوانين صارمة تمنع الاحتكاك العنيف مع الخصم، كما أن الممارسة الرياضية تنمي قيم التسامح، والروح الرياضية والصداقة ما بين المتنافسين، مما يساهم في خفض درجة العدوانية لدى الأفراد.

2ـ الدراسات الاجنبية:

01- دراسة أنصال تازيغول (Ünsal Tazegül 2016) بعنوان : التحقيق في تأثير الرياضة على الشخصية.

هدفت الدراسة لتحديد تأثير الرياضة على الشخصية، وتتكون عينة الدراسة من 50 طالبًا جامعيًا لا يمارسون الرياضة بانتظام ويشاركون في الدراسة طواعية بحيث يتم إعطاء الطلاب المشاركين

في الدراسة تدريبات اللياقة 4 أيام في الأسبوع لمدة 3 أشهر. لتحديد شخصية الطلاب المشاركين في الدراسة لتقييم خصائص الشخصية تم استخدام اختبار الشخصية القائمة على الصفات (SDKT) الذي طوره باكانلي وآخرون (2009) وتم استخدام حزمة برامج SPSS 20 لتحليل البيانات التي تم الحصول عليها، وتم استخدام الإحصائيات التكميلية واختبار t للعينة المشتركة لتحليل البيانات وبعد 3 أشهر من التدريب الرياضي، تم تحديد انخفاض في سمة العصابية وزيادة في أبعاد الانبساط والرضا والمسؤولية وفي نهاية الدراسة، تقرر أن الرياضة لها تأثير إيجابي على الشخصية في هذه الدراسة والعديد من الدراسات الأخرى التي أجريت من قبل، تبين أن الرياضة لها دور مهم في تنمية الشخصية والتواصل الاجتماعي.

02- دراسة إردال دمير واخرون (Erdal DEMIR 2016) بعنوان: التحقيق في خصائص شخصية السمع الرياضيون المعاقون المشاركون في بطولة الشباب الأوروبية الثانية بطولة ألعاب القوى لضعاف السمع.

الهدف من هذا البحث هو تقييم الخصائص الشخصية للرياضيين الوطنيين ضعاف السمع وتقييم العلاقة بين الجنس والفروع بخصائص الشخصية، ولهذا الغرض تم هذا البحث مصمم على نموذج الفحص، وتم إجراء البحث مع الرياضيين المشاركين في جلسة الاستماع الأوروبية الثانية للشباب في بطولة ألعاب القوى للمعاقين والتي أقيمت في طرابزون وتتكون مجموعة البحث من 67 رياضيا منهم 26 من تركيا، 2 من بلجيكا، 3 من إستونيا، 8 من ألمانيا، 4 من ليتوانيا، 1 من هولندا، 12 من بولندا، 9 من روسيا و2 من إسبانيا. 34.3٪ (ن = 23) من الرياضيين كانوا من الإناث، 65.7٪ (ن = 44) يمارسون ألعاب القوى الذكور وإناث وتم استخدام مقياس الشخصية المكون من 25 فقرة لقياس السمات الشخصية للمعاقين سمعيا ويتكون المقياس من 5 مجموعات فرعية بما في ذلك الانفتاح على الخبرة، والشعور بالمسؤولية، الانبساط والتوافق والاستقرار العاطفي. تم تطبيق المقياس وجهاً لوجه على الرياضيين من قبل اثنين الخبراء الذين يعرفون لغة ضعاف السمع في تحليل بيانات البحث والتكرار والنسبة المئوية، وتم إجراء اختبار التوزيع واختبار t واختبار مان ويتني.

اظهرت النتائج انه لم يكن هناك أي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين فروع الرياضة وخصائص الجنس والشخصية لدى الرياضيين.

الرياضيين ضعاف السمع لديهم مستوى "غير فعال أو منخفض" من السمات الشخصية المتمثلة في الاستقرار العاطفي.

الأفراد لا يشعرون بالتفاؤل بما فيه الكفاية، وذوي مزاج سهل، ولديهم مستوى عالٍ من القلق، ولكن كان لديهم "فعالية عالية" في الاداء.

مستوى السمات الشخصية للشعور بالمسؤولية عالٍ ويتميزون الانضباط، ولا يستسلمون في مواجهة الصعوبات، وينتبهون إلى ادق التفاصيل، ويخططون في كل ما يفعلونه.

03- دراسة ماركوس كلاين واخرون (Markus Klein2017) بعنوان: مفهوم الذات لدى المراهقين والعلاقة بين المشاركة الرياضية والأداء الحركي وسمات الشخصية.

هدفت الدراسة إلى مناقشة العلاقة بين المشاركة الرياضية وتنمية الشخصية ومفهوم الذات واحترامها، وتم في هذا البحث إجراء مسح موحد مع اختبارات على الأداء الحركي مع 1399 طالبًا (707 ذكور ؛ 692 إناث) لقياس مدى علاقة بين مفهوم الذات الجسدية والنشاط الرياضي لقياس الأداء الحركي (اختبار أداء الحركي الألماني) (اختبار دويتشر موتوريك 6-18)، وتم أيضًا تحليل العلاقات بين مفهوم الذات الجسدي والسمات الشخصية العامة (العصابية، والانبساط، والانفتاح على التجارب، والتوافق والضمير)، والتي تم قياسها باستخدام مقياس العوامل الخمسة للشخصية NEO Five Factor Inventory (NEO-FFI) بحيث يتم إعطاء أداء المحركة قيمة تنبؤية أعلى فيما يتعلق بالمفهوم الذاتي للموضوع (الجاذبية الجسدية من العلامة المحققة في التربية البدنية) الجاذبية البدنية

أظهرت النتائج على وجود العلاقات بشكل عام بين سمات الشخصية ومفهوم الذات الجسدي وتأثرها بالرياضة، وتأثير سمة "العصابية" بشكل قوي بشكل خاص الجاذبية الجسدية كما ان كلما زادت وضوح هذه السمة لدي افراد العينة، أرتفع تقييم الذات البدنية والرياضية بشكل خاص.

04- دراسة شريدا شارما (Shrida Sharma 2021) بعنوان: أثر المشاركة الرياضية للطفولة على تنمية صحة الشخصية.

هدفت هذه الدراسة الى تعرف على أثر المشاركة الرياضية على تنمية صحة الشخصية للأطفال، **ومحاولة** استخلاص استنتاجات بشأن السمات الشخصية الحالية للمشاركين بالنمو البدني والنضج البيولوجي والنمو السلوكي والرفاهية النفسية والاجتماعية وتجاربهم السابقة مع اللعب الرياضي، وتضمنت سمات الشخصية المستخدمة في هذه الدراسة الانبساط والعصابية، وهما اثنتان من السمات الشخصية الخمسة الكبرى، الانبساط والعصابية، وهما من السمات الشخصية الخمسة الكبار (Costa & McCrae 1992) الانبساط بالمهارات الاجتماعية المتزايدة والمشاركة في الرياضات الجماعية والعديد من الصداقات، بينما يرتبط العصابية بتدني احترام الذات والتشاؤم والكمال اللاعقلاني و تتكون الشخصية الصحية من الانبساط العائلي وانخفاض العصابية وكانت العينة متكونة من (114 إناث و 30 ذكرًا)

أظهرت النتائج أن الاطفال الذين استمتعوا بالرياضة لهم شخصيات صحية كبالغين كما أشارت النتائج إلى أنه بغض النظر عن الجنس، أن الأطفال كانوا أكثر انبساطًا وأقل عصبية من أولئك الذين لم يستمتعوا بممارسة الرياضة مزيد من البحث ضروري لاستكشاف الآليات الكامنة وراء العلاقة بين ممارسة الرياضة وتطوير سمات شخصية صحية محددة، وتعتبر فوائد الرياضة كبيرة بما يكفي بحيث يمكن تنفيذها بشكل أكبر في حياة الطفل كوسيلة لتشجيع وتعزيز النمو الصحي في مجموعة متنوعة من المجالات، كما أن التفاعل الاجتماعي هو المفتاح الاساسي في الرياضة ويمكن تطويرها من خلال الممارسة الجماعية، ومن المحتمل أن يكون ذلك بسبب كون التفاعل مع الآخرين جانبًا شائعًا في الرياضة. وهذا يتفق مع أن تكون النتائج مثل التفاعل الاجتماعي والانبساط جنبًا إلى جنب كالمنفتحين الذين يميلون إلى البحث عن المزيد من المواقف الاجتماعية ورغم عدم وجود دلالة قوية لذلك.

05- دراسة شيأويو تشنغ واخرون (Xiaoyu Cheng 2022) بعنوان: تأثير التمرينات البدنية على سمات شخصية المراهق.

هدفت هذه الدراسة إلى تأثير التمرينات البدنية على سمات شخصية المراهق، والعلاقة بين التمارين البدنية والسمات الشخصية للمراهقين، بالإضافة إلى التأثير الوسيط لعلاقة الأقران والتأثير المعتدل لعلاقة الوالدين بالطفل باستخدام عينات بيانات العامة للسمات الشخصية (العصابية، والانبساط، والانفتاح على التجارب، والتوافق والضمير).

تظهر نتائج الدراسة أن التمارين البدنية لها تأثير إيجابي كبير على تطور سمات الشخصية مثل العصابية والضمير والوفاق تمارس علاقات الأقران تأثير الوساطة بين التمارين البدنية وسمات شخصية المراهقين. ومع ذلك، فإن العلاقة بين الوالدين والطفل تخفف فقط من تأثير المحاكمة الجسدية على الضمير والموافقة.

3ـ التعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح لنا من خلال ما تم عرضه من الدراسات السابقة و المشابهة أنها أخذت عدة انواع من حيث المنهج والمتغيرات وفئات

من العينات المختلفة، وكذلك الخصائص والمتغيرات الأساليب الإحصائية، كما تميزت بالتباين في النتائج المتوصل إليها، وسيتم تحليل التعقيب على الدراسات السابقة والمشابهة من خلال النقاط التالية:

أولا – من حيث الأهداف:

هدفت معظم الدراسات السابقة والمشابهة إلى التعرف على تأثير البرنامج الرياضي الترويحي والتدريبي على المتغيرات النفسية ومنها دراسة:بشير حسام (2010)، عمارة نور الدين (2011)،أنصال تازيغول (2016 Ünsal Tazegül)، إردال دمير واخرون (Erdal 2016 DEMIR)، قتيبة احمد قسيم الحراحشة (2017)، حنة الهاشمي (2018)، هدال ياسين (2019)، عادل محمد أو خوصة (2018)، سميشة العيد (2018)، شيأويو تشنغ واخرون Xiaoyu (2022Cheng)، وهدفت دراسات اخرى إلى التعرف على دور النشاط الرياضي المكيف في علاج

بعض الاضطرابات النفسية وتنمية بعض الخصائص والسلوكية والنفسية الايجابية منها دراسة: سامي عبد القادر (2014)، صغيري رابح وأخرون (2019)، صغيري رابح وأخرون(2021)، **شريدا شارما(Shrida Sharma 2021)**، عبد القادر بن الحاج الطاهر (2022)، وهدفت بعض الدراسات الاخرى إلى التعرف على السمات الشخصية لدي الرياضيين الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي والعلاقة بين المتغيرات الخرى منها دراسة:شريفي حليم وأخرون (2011)، رائد عبد المير عباس وأخرون (2013)، بن الحاج الطاهر عبد القادر (2014)، سليماني رحمة واخرون (2021)، دراسة ماركوس كلاين واخرون(Klein Markus 2017)

ثانيا – من حيث المنهج المستخدم:

استخدمت بعض الدراسات السابقة المنهج التجريبي من خلال تطبيق برنامج رياضي ترويحي وتدريبي قائمة أو برامج علاجية قائمة على اللعب كدراسة: شريفي حليم (2011)، عمارة نور الدين (2011)، أنصال تازيغول (Ünsal Tazegül 2016)، إردال دمير واخرون (Erdal 2016 DEMIR)، قتيبة احمد قسيم الحراحشة (2017)، حنة الهاشمي (2018)، محمد عواد ابو خوصة (2019)، هدال ياسين (2019)، شيأويو تشنغ واخرون (Xiaoyu Cheng 2022)

واستخدمت معظم الدراسات الباقية المنهج الوصفي كدراسة:بشير حسام(2010)، رائد عبد المير عباس(2013)، سامي عبد القادر(2014)، بن الحاج الطاهر عبد القادر (2014)، ماركوس كلاين واخرون (Markus Klein 2017)

شميسة العيد (2018)، صغيري رابح وأخرون(2019)، سليماني رحمة واخرون(2021)، صغيري رابح وآخرون (2021)، **شريدا شارما(Shrida Sharma2021)**، عبد القادر بن الحاج الطاهر (2022).

وقد اعتمد الباحث على المنهج التجريبي لملائمته طبيعة الدراسة والعينة.

ثالثا – من حيث العينة:

تميزت العينات في الدراسات السابقة والمشابهة بالتنوع من حيث السن والجس والفئات المختلفة نظرا لطبيعة كل دراسة، واتفقت دراستنا في اختيار ذوي الاحتياجات الخاصة فئة الاعاقة السمعية، مع

دراسة كل من: إردال دمير واخرون (Erdal DEMIR2016)، قتيبة احمد قسيم الحراحشة (2017)، صغيري رابح واخرون (2019)، هدال ياسين (2019)، صغيري رابح وأخرون (2021)، وفئة اعاقة حركية في دراسة كل من بشير حسام (2010)،شريفي حليم وأخرون (2011)، سامي عبد القادر (2014)، بن الحاج الطاهر عبد القادر (2014)، عبد القادر بن الحاج الطاهر (2022)، ومن فئة التوحد في دراسة عادل محمود ابو خوصة (2019)، والفرق الرياضية الناشئة في دراسة عمارة نور الدين (2013)، وفئة التلاميذ الاسوياء في دراسة كل من حنة الهاشمي (2018)، شميسة العيد (2018)، سليماني رحمة وأخرون (2021)، **شريدا شارما Shrida 2021Sharma**)، شيأويو تشنغ واخرون (Xiaoyu Cheng 2022)

ودراسة كل من رائد عبد المير(2013)، أنصال تازيغول (Ünsal Tazegül 2016)، ماركوس كلاين واخرون (Markus Klein2017) لطلاب الجامعة.

رابعا – من حيث الادوات:

اختلفت الادوات وتعددت في هذه الدراسات السابقة نظرا لاختلاف الاهداف هذه الدراسات وتناولت بعض الدراسات البرنامج الرياضي الترويحي كمتغير مستقل مثل دراسة كل من: بشير حسام (2010)، قتيبة احمد قسيم الحراحشة (2017)، حنة الهاشمي (2018)، شميسة العيد (2018)، عادل محمد عوض أبو خوصة (2019)، هدال ياسين (2019)، واتفقت دراستنا مع هذه الدراسات كونها عالجت النشاط الرياضي الترويحي وأثره على المتغير التابع.

وتنوعت معظم الدراسات السابقة حيث تم استخدام الادوات التالية: مقياس السمات الشخصية من اعداد احمد زكي من اعداد الباحث (سامي عبد القادر 2014)، اختبار الشخصية من اعداد باكانلي وآخرون من اعداد الباحثة (Ünsal Tazegül 2016)، مقياس السمات الشخصية من اعداد جابر ابو حطب من اعداد الباحثين (صغيري وأخرون 2019)، ومقياس السمات الشخصية من اعداد الباحثة سليماني رحمة (الباحثة نفسها 2021)، ومقياس التوافق النفسي من اعداد إجلال محمد من اعداد الباحثين (صغيري واخرون 2021)، ومقياس العوامل الخمسة للشخصية في كل من دراسة ماركوس كلاين واخرون (Markus Klein2017)، إردال دمير واخرون (2016

Erdal DEMIR)، **شريدا شارما(Shrida Sharma 2021)**، شيأويو تشنغ واخرون (Xiaoyu Cheng 2022) ،

وقد اتفقت دراستنا مع كل من دراسة (شريفي حليم واخرون 2011)، (رائد عبد المير عباس واخرون 2013)، (عمارة نور الدين 2011)، (بن الحاج الطاهر عبد القادر 2014)، (عبد القادر بن الحاج الطاهر 2022)،، من خلال استخدامهم مقياس السمات الشخصية للدكتور محمد حسن علاوي.

وتعددت مختلف الأساليب الاحصائية نظرا لنوع البرنامج وطبيعة السمة المقاسة وطبيعة كل دراسة ويمكن حصر معظم الأساليب في ما يلي:

الفا كرونباخ – اختبار بيرسون – المتوسط الحسابي – الانحراف المعياري – اختبار ت – تحليل التباين

خامسا- من حيث النتائج:

توصلت أغلب الدراسات السابقة إلى النتائج التالية:

- ✓ أغلب البرامج الرياضية الترويحية والتدريبية والعلاجية القائمة على اللعب الترويحي كانت لها أثار في تنمية السمات الشخصية والتقليل من الاضطرابات النفسية لدي معظم افراد العينة.
- ✓ الأفراد الممارسين لأنشطة بدنية ورياضية الترويحية بصورة منتظمة يتميزون بدرجات منخفضة في مستوى الاكتئاب – القلق – العصبية - العدوانية.
- ✓ كما يتميزون بنسب متفاوتة في كل من الاجتماعية والسيطرة على النفس والثقة بالنفس.
- ✓ يوجد اختلاف في مستويات السمات الشخصية والمتغيرات الدراسة بعد تطبيق البرامج الرياضية الترويحية والبرامج العلاجية القائمة على اللعب الترويحي وغيره من الانشطة الرياضية بين الجنسين (ذكور- إناث).
- ✓ البرامج الأكثر فعإليه كانت تلك التي تتميز بشدة وكثافة معتدلة وتكرار من 02مرات إلى 03 مرات أسبوعيا.

استفاد الباحث من الدراسات السابقة:

- ✓ بناء الإشكالية.
- ✓ الاستفادة من الجانب النظري للدراسات السابقة والمشابهة.
- ✓ الاستفادة من البرامج السابقة والتعرف عليها لتصميم حصص البرنامج الترويحي المقترح.
- ✓ التعرف على المقاييس المستخدمة واختيار المقياس المناسب مع حاجات وقدرات أفراد العينة المختارة.
- ✓ تحديد المنهج المناسب للدراسة.
- ✓ اختيار الاسلوب الامثل لعرض البيانات وتحليلها وتفسيرها.
- ✓ مقارنة النتائج المتوصل إليها حاليا مع نتائج الدراسات السابقة والمشابهة والاستفادة منها في تحليل ومناقشة النتائج.

واختلفت دراستنا الحالية عن الدراسات السابقة بما يلي:

- ✓ تعتبر الدراسة الحالية من الدراسات النادرة على حد علم الباحث التي تناولت بناء برنامج رياضي لتنمية بعض سمات الشخصية لفئة المعاقين سمعيا.
- ✓ تعتبر كذلك من الدراسات النادرة التي تناولت متغيرات مشتركة بين السمات الشخصية والصحة النفسية والبرامج العلاجية بحيث جمعت عدة تخصصات في تخصص واحد.
- ✓ من حيث العينة وهي الافراد المعاقين سمعيا.
- ✓ من حيث مدة تطبيق البرنامج 3 اشهر وهي مدة كافية من وجهة نظر الباحث والسادة الخبراء المحكمين.

الفصل الأول

الترويح الرياضي

1. تمهيد
2. تعريف الترويح الرياضي
3. اهداف الترويح الرياضي
4. أغراض الترويح الرياضي
5. مميزات الترويح الرياضي
6. دور الألعاب الترويحية
7. النظريات المفسرة للترويح
8. مجالات الأنشطة الترويحية
9. سمات الترويح
10. علاقة التربية الرياضية بالترويح الرياضي
11. الترويح الرياضي عند المعاقين
12. مقاربات أنشطة البدنية الرياضية الترويحية
13. المقارنة الاجتماعية للنشاط الترويحي
14. البرنامج الرياضي الترويحي
15. خلاصة

تمهيد:

إن الترويح في المجتمع المتحضر تعتمد على المبدأ الإنساني الذي يطمح بتحويل وقت الفراغ إلى وقت ترويح يستثمره الإنسان في تطوير قدراته و إمكاناته الجسمانية والعقلية والمهنية، ووقت الفراغ في المجتمع يفتح أمام الإنسان الإمكانات والاحتمالات التي من شأنها أن تنمي شخصيته طالما أنه يستهدف ترسيخ التربية الإنسانية الفاضلة والتنمية الروحية وتحقيق الأهداف الاجتماعية وبعث وتجديد قوى الحيوية الجسمانية والروحية عند الأفراد والجماعات، فالدول المتقدمة حضاريا لا تهتم بتوفير وقت للترويح النفسي لأبنائها فحسب بل تهتم بالتخطيط العلمي لطرق ولأشكال استثماره حتى لا يتحول هذا الوقت إلى وقت ترتكب خلاله الجرائم أو بعض الانحرافات والمناشط غير التربوية التي تضر بحياة الفرد والمجتمع، وسوف نتناول عرض لمفهوم الترويح وللطرق الأساسية لتعريفه وكذلك الأهداف والغرض منه، ونعطي المفهوم العلمي للرياضة الترويحية، وخصائصه وأهميته، ونفصل في النظريات الخاصة به والمجالات المتعلقة به إضافة التكلم عن البرنامج الترويح الرياضي وارتباطاته بالجوانب المختلفة لأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة ولذوي الاعاقة السمعية خاصة

1 – تعريف الترويح:

تشير المعاجم اللغوية أن الأصل في كلمة الترويح (Recreation) هو أنها كلمة مركبة من جزئيين (Re) بمعنى اعادة و (creation) بمعنى خلق، أي أن المعنى الحرفي للكلمة هو إعادة الخلق وهو معنى مجازي يقصد به التجديد والانتعاش كنواتج لممارسة الأنشطة الترويحي.

حيث يرى (كاروس) Kraus أن الترويج هو تلك الأوجه من النشاط والخبرات التي تنتج من وقت الفراغ، والتي يتم اختيارها من ارادة الفرد وذلك لغرض تحقيق السرور والمتعة لذاته وقت الفارغ والتي يتم اختيارها وفقا واكتسابه للعديد من القيم الشخصية والاجتماعية. (زريقات، 2022، ص 09).

يشير كل من كمال درويش ومحمد الحماحمي (١٩٩٧) نقلا عن المنظمة الأمريكية للصحة أن الترويح الحياة هوا تحقيق الحاجات الإنسانية للتعبير الخلاق عن الذات، وتطور الصحة البدنية والصحة الانفعالية والصحة العقلية للفرد، والتحرر من الضغوط والتوتر العصبي المصاحب للحياة العصرية، وتوفير حياة شخصية وعائلية زاخرة بالسعادة والاستقرار حتى يمكن تحقيق إعادة التوازن النفسي للفرد المشارك في الأنشطة الترويحية، وأن النشاط الترويحي لأبد وأن تميزه العديد من الأهداف التي تحقق للأفراد الغاية المثلي من ممارسة الترويح.(الجارحي، 2009، ص44).

ويرى كرأوس Kraus أن الترويح هو تلك الأوجه من النشاط أو الخبرات التي تنتج عن وقت الفراغ، والتي يتم اختيارها وفقا لإدارة الفرد وذلك بغرض تحقيق السرور والمتعة لذاته واكتسابه العديد من القيم الشخصية والاجتماعية.

و عرفه كرأوس و باتس Bates بأنه نشاط وخبرة وحالة الفعالية تطرأ على الفرد من مشاركته في مناشط وقت الفراغ بدافع شخصي. ويرى كارلسون Carlson أن الترويج هو الخبرة في قضاء وقت فراغ ممتع يشترك فيه الفرد بمحض إرادته، ومن خلاله يحل على إشباع فوري. (البطراوي، وسلامة، 2013،ص 12).

ويعرفه الفاضل بأنه جميع أوجه الأنشطة البناءة والمقبولة اجتماعيا وعقائديا والتي تؤدى أثناء أوقات الفراغ ويتم اختيارها والاشتراك فيها نتيجة لدوافع داخلية، وفقا لإرادة الفرد، وذلك بغرض

اكتساب العديد من القيم الشخصية، وتطوير الشخصية، وتحقيق الرضا والسرور والسعادة من المشاركة ذاتها، وليس لدوافع خارجية كالكسب المادي أو المعنوي. (الفاضل احمد، 2007،ص 45).

أما بول فولكي " Foulqui.P "يرى أن الترويح هو اختياري زمن يكون من تلقاء النفس غير مجبرين على عمل محدد ويستطيع كل واحد منا أن يقضيه كما يشاء أو كما يرغب في ممارسته. (foulquie, 1978, p. 203)

ويمكن تعريف الترويح على انه " نشاط اختياري ممتع للفرد ومقبول من المجتمع ويمارس في أوقات الفراغ ويسهم في بناء الفرد وتنميته كما يمكن أن تحدد النشاط الترويحي في اتجاهين:

أ- الاتجاه الأول: يعرف الترويح على انه مزأولة نشاط اختياري في وقت الفراغ يستهدف التحرر من الإعياء ويحقق الانتعاش والتجديد

ب- الاتجاه الثاني: يعرفه على انه رد فعل عاطفي ونوع من العلاج الحيوي لتدعيم العلاقات الإنسانية والوصول إلى التوازن النفسي دون انتظار لأي مكافأة مادية.(هدي حسن وماهر حسن، 2007، ص 110).

2ـ أهداف الترويح:

الهدف الرئيسي للترويح هو السعادة سواء على المستوى الشخص على مستوى الأسرة أو غيرها... فعند ممارسة الأنشطة والخروج في أحضان الطبيعة سواء بمفرده أو مع أفراد الأسرة أو الاصدقاء سوف يشعر الفرد بسعادة بالغة سواء لقدرة الخالق في إعجازها أو نتيجة للمشي واكتساب اللياقة البدنية والحركية وتحسين كفاءة الأجهزة الحيوية ومن أهمها الجهاز الدوري والتنفسي، أو السعادة للخروج مع أفراد الأسرة، أو السعادة لاكتشاف العديد من أسرار الطبيعة السعادة للتخلص من أعباء الحياة وضغوط العمل ومشاكله، أو السعادة لتنمية الخبرات المرتبطة بالبيئة والطبيعة، أو السعادة للتعرف على العديد من أنشطة الخلاء، أو السعادة للتعرف على عوامل الأمان والسلامة المرتبطة بأنشطة الخلاء، أو السعادة لفهم أفضل للبيئة المحيطة، أو السعادة الإشباع الرغبة العودة إلى الطبيعة، أو السعادة للتمتع بجمال الطبيعة والمحافظة عليها، أو السعادة لإشباع الميل للمشاركة في نمط وأسلوب جديد للحياة، أو السعادة لإشباع الميل للمغامرة والمخاطرة.

وكذلك يهدف الترويح إلى اكتساب الخبرات المعرفية والاجتماعية والنفسية والبدنية أثناء استثماره لوقت الفراغ، وتهيئته لاستعادة الشفاء والعودة إلى العمل بنشاط وحيوية، وتجديد نشاط وحيوية الفرد والوقاية من التعب الذهني، وزيادة قدرة الفرد على زيادة إنتاجه في العمل ومن بين الأهداف الخاصة للترويح:

أ – الهدف الاجتماعية:

وهو تنمية القيم الاجتماعية المرغوبة كالتعاون والصدق، واحترام الغير وتكوين صداقات جديدة أثناء اللعب مع أصدقاء جدد والشعور بالانتماء والولاء للجماعة، والعمل على التعاون في تحقيق أهداف الجماعة التي ينتمي إليها الفرد، والقبول الاجتماعي من الآخرين، وتنمية القدرة على التفاهم مع الآخرين واحترام آرائهم، والتدريب على القيادة والتبعية والتعاون بين أعضاء الجماعة، وتقدير العمل الجماعي من خلال مساهمة كل عضو في الجماعة في أداء دوره.

ب – الهدف النفسية:

إشباع الميول والدوافع المرتبطة باللعب وبالهوايات مما في تحقيق الرضا النفسي للفرد، وتحقيق السرور والسعادة في الحياة من خلال الإقبال على المشاركة مما يؤدي إلى تخلصه من عناء العمل ومن أعباء الالتزامات أو من الارتباطات المدرسية وتنمية الصحة الانفعالية للفرد واعادة توازنه النفسي من خلال المشاركة في مناشط اللعب وزيادة المشاركة و الإنجاز، وإثبات الذات وذلك من خلال تحقيق النجاح في الخبرات والمواقف يواجهها الفرد اثناء النشاط، وتنمية الثقة بالنفس والتحرر من الخوف نتيجة المشاركة الناجحة للفرد، والتعبير عن الذات والتخلص من الميول العدوانية.

ج – الهدف المعرفية:

يكسب الخبرات والمعارف المرتبطة بالقواعد والقوانين المرتبطة باللعبة، كذلك يكتسب الخبرات المختلفة في كيفية شعل وقت الفراغ.

د – الهدف البدني:

فعند الخروج لرحلة صيد أو ممارسة نشاط دون أن يكون الهدف تنافسي أو الفوز فان الفرد سوف ينمو من الناحية البدنية ويظهر ذلك في المشي والجري والاستمتاع، ويساعد ذلك على تحسين اللياقة

البدنية والحركية، وتجديد نشاط وحيوية الجسم، وزيادة كفاءة الجهاز الدوري، والجهاز التنفسي. (الأزهري، 2019، ص 23)

ومن بين بين الاهداف الخاصة لترويح الأطفال المعاقين سمعيا:

- يساعد على تسهيل وسرعة شفاء المريض جسمانيا ونفسيا واجتماعيا.

- تسهيل تكيف مع حياة وجعله أكثر تقبلا للعلاج كما يساعد على تقليل عواقب العزلة بمساعدته على الاندماج.

- مساعدته على تعويض عدم المقدرة والعجز وتحديها بتشجيعه على إطلاق أقصى قدراته وإمكانياته الكامنة.

- تحسين الحالة النفسية ورفع الروح المعنوية والمحافظة عليها في أحسن حله.

- الحد من الاتجاهات العدوانية وتغييرها إلى اتجاهات وميول جديدة طبيعية متلائمة تساعده على التكيف مع المجتمع.

- تشجيع المعاقين في التعبير عن أنفسهم من خلال البرامج المعدة لذلك ومساعدتهم على إظهار هواياتهم وإمكانياتهم وتنميتها لتعطيهم قدرا من الاستمتاع والشعور بالرضا.

- محاولة التغلب على الإعاقة التي تمنعه من مزاولة حياته الطبيعية وتوسيع اهتماماته الشخصية حتى يكون أكثر رضاء ويعيش بالقوة الباقية، ويكتب مهارات جديدة وخبرات ذات فائدة. (حلمي إبراهيم وليلى السيد، 2008، ص 342).

3ـ أغراض الترويح:

أغراض الترويح يعتبر الترويح حقا إنسانيا لجميع الأفراد فى كل مكان بغض النظر عن اللون والجنس والعقيدة، ويأسر الترويح العالم بما له من آثار على البشر وما يؤثر فيه من عوامل يدفعها عجلة التقدم والتحضر.

إن احتياج الفرد للترويح يجعله يبحث يوما بعد يوم عن الحياه الغنية بالمعاني والبهجة والسعادة، حياة تتسم بالاتزان بين العمل والترويح كما أن فلسفة الترويح كأحد مظاهر الحياة اليومية من تعبير طبيعي تلقائي لبعض اهتمامات واحتياجات الفرد تتغير بل تتعدل وتصقل من خلال الممارسة، ويمكن

أن تلخص أغراض الترويح تبعا للاهتمامات والرغبات التي يمكن اعتبارها دوافع لممارسة الأنشطة الترويحية وتتمثل في:

أ - غرض حركي: حيث إن الدافع للحركة والنشاط يعتبر دافعا أساسيا لجميع الأفراد، ويزداد في الأهمية لدى الصغار والشباب، والغرض الحركي أساس النشاط البدني في البرنامج الترويحي

ب - غرض الاتصال بالآخرين تعتبر سمة محأولة الاتصال بالآخرين من خلال استخدام الكلمة المكتوبة أو المنطوقة هي سمة يتميز بها كل البشر، وأن قص القصص أو المناقشات الجماعية المحادثات، قراءة الشعر والقصة القصيرة إلى آخر كل هذه الأنشطة تشبع الرغبة في الاتصال بالآخرين وتبادل الآراء والأفكار

ج - غرض تعليمي عادة ما تدفع الرغبة في المعرفة إلى التعرف على كل ما هو في دائرة اهتمام الفرد وعادة ما يبحث الفرد عن اهتمامات جديدة تمهد للفرد معرفة ما يجهله. فإذا تتبعنا هواة المراسلة، وهواة جمع طوابع البريد، وهواة العملات المختلفة فإننا نجد أن ما هي إلا قنوات لتعلم الجديد.

د - غرض ابتكاري فني: تنعكس الرغبة في الابتكار والإبداع الفني على الأحاسيس والعواطف والانفعالات، وكذلك تعتمد الرغبة لابتكار الجمال تبعا لما يتذوقه الفرد، وما يعتبره الفرد خبرة جمالية من حيث الشكل واللون وكذلك الصوت أو الحركة .تهيئ الأنشطة الترويحية فرصا عديدة لإشباع الاهتمامات الفنية للفرد كالتمثيل والموسيقى والرقص الحديث، والنحت والرسم وكتابة القصص ونظم الشعر إلى آخر هذه الأنشطة التي يعبر الفرد من خلالها عن أحاسيسه ومشاعره ويستكشف إمكاناته ويصقلها ويحاول إثناءها نقل هذه المشاعر والأحاسيس والأفكار إلى الآخرين.

هـ - غرض اجتماعي: إن الرغبة في أن يكون الفرد مع الآخرين من أقوى الرغبات الإنسانية؛ فالإنسان اجتماعي بطبعه، وهناك جزء ليس بالقليل في الترويح المنظم أو غير المنظم يعتمد أساسا على تحقيق الحاجة إلى الانتماء.(تهاني،2001، ص115-116).

4ـ مميزات الألعاب الترويحية:

أ - تتيح للبراعم والناشئ فرصا متعددة مثل سرعة التفكير والتصرف والإدراك التصوري والتركيز.

ب – تشكيل وتقوية جسم وتنمية جميع وظائفه الحيوية.

ج – اكتساب البرعم أو الناشئ مزيد من القدرات والمهارات الحركية.

ج – ارتباطها بعنصر المرح والسرور والمنافسة والكفاح.

د – إمكانية ممارسة عدد كبير منها تحت ظروف مبسطة دون الحاجة إلى الكثير من المتطلبات المادية للأدوات والأجهزة.

ه – سهولة تعلم وإتقان عدد كبير منها في وقت قصير نسبيا مما يمنح للممارسين خبرات النجاح السارة التي تؤثر بصورة إيجابية على ثقة وبقدراته وعلى تكوين شخصيته.

و – ممكن ممارستها في أي وقت أثناء وحدة التدريب اليومية أو المعسكرات أو أوقات الراحة.

ي – لا يشترط ممارستها طبقا لقوانين أو قواعد ثابتة وهناك سهولة فى قوانين اللعبة بما يتناسب ويتلاءم مع الفوارق الموجودة. (أبو المجد والنمكي، 2001، ص 12).

وهناك مميزات خاصة للأنشطة الترويحية للأنشطة الترويحية العديد وتنقسم إلى ثلاثة اقسام وهي:

أولا: المميزات البدنية والفسيولوجية:

– تنمية لممارسة الفرد للترويح الرياضي بانتظام

– يكتسب الفرد العديد من التأثيرات الإيجابية سواء كانت بدنية أو فسيولوجية نذكر منها:

– الحصول على القوام المعتدل وذلك من خلال أداء التمرينات وممارسة بعض الألعاب والرياضات .

– زيادة مرونة وكفاءة مفاصل الجسم .

– تطوير اللياقة البدنية والمحافظة على مستوى لائق من عناصرها .

– رفع كفاءة عمل الجهازين الدوري والتنفسي.

– رفع مستوى الحيوية، الجلد ومقاومة التعب.

– الإقلال من احتمال الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية

- التخلص من الطاقة الزائدة عن احتياجات الفرد، مما يسهم في تحقيق الاسترخاء البدني والعصبي للجسم وتجديد نشاط حيوية الفرد. - الوقاية من التعب الذهني حيث أن ممارسة مناشط الترويح نؤدي إلى التخلص من الإرهاق الذهني.

-زيادة قدرة الفرد على زيادة إنتاجه في العمل مما يتيح له فرصة زيادة دخله المادي .

ثانيا: المميزات الاجتماعية:

هناك العديد من المميزات الاجتماعية التي يكتسبها الفرد نتيجة لممارسته للأنشطة الترويحية نذكر منها:

- تنمية القيم الاجتماعية المرغوب فيها مثل التعاون، احترام القانون الصدق .
- الشعور بالانتماء والولاء للجماعة .

تكوين صداقات جديدة من خلال ممارسة أنشطة ترويحية .

تعطي الفرصة للتدريب على إصدار القرارات .

تنمية العلاقات الإنسانية وذلك من خلال اللقاءات التي تتم في مجال الترويح والمشاركة في إحياء العديد من المناسبات الاجتماعية والقومية.

ثالثا: المميزات النفس

يكتسب الفرد العديد من المميزات النفسية نتيجة لممارسته النشاط الترويحية نذكر منها :

- تنمية الثقة بالنفس والتحرر من الخوف نتيجة للمشاركة الناجحة للفرد في مناشط الترويح التعبير عن الذات من خلال المشاركة في أداء العديد من مناشط الترويح كاللعب أو الرسم أو الكتابة مما يسهم في تقدير الذات وفي تنمية الابتكار .

- التخلص من الميول العدوانية وذلك من خلال إشباعها عن طريق مناشط الترويح وبخاصة الترويح الرياضي حيث يمكن للفرد من المشاركة في الرياضات القتالية كالكاراتيه والجودو والكونغ فو والتايكوندو .

- رفع مستوى الصحة العقلية .

- يوفر النشاط الترويحي التوازن بين الاستقلال والتبعية للممارسين. (متولي البطراوي وسلامة،2013 ص. 18-19).

5- دور الألعاب الترويحية في تنمية الجوانب المختلفة للممارسين:

تعتبر الألعاب الترويحية محورا هاما في أنشطة التربية الرياضية عامة وفي التدريب الرياضي على وجه الخصوص نظرا لمناسبتها لجميع الأعمار وفي برامج تدريب البراعم والناشئين تعتبر أحد المقومات الرئيسية، وتستحوذ الألعاب الترويحية على أعلى درجة في الأهمية لأنها قريبة من طبيعة البراعم والناشئين بالإضافة إلى دورها الهام في النمو البدني والحركي والانفعالي والاجتماعي، وفيما يلي ستوضح دور الألعاب الترويحية في نمو الجوانب المختلفة:

أ - دور الألعاب الترويحية تربوياً:

إن كل تأثير تربوي في وحدة التدريب، بل وفي اللعب نفسه عبارة عن جزء من التربية العامة للنشء نحو الأخلاق الحميدة، إذ يسهم ذلك في تربية الأطفال والفتيان بإكسابهم مختلف الصفات والسمات السلوكية الحميدة لبناء مجتمع جديد بعلاقات أفضل بين الناس ويتأسس على الصدق والإخلاص في العمل والفاعلية والنظام والتعاون والعمل الجماعي وإنكار الذات لصالح الجماعة وما إلى ذلك من مختلف السمات الحميدة.

كما يمكن للمربي الرياضي أن يشترك من وقت لآخر في اللعب، إذ يسهم ذلك في توطيد العلاقات بينه وبين الصف الدراسي كما يظهر أثره في إنعاش اللعب، مع مراعاة ألا يكون هو المحور الذي يدور حوله اللعب. وفي غضون ذلك كله يمكنه انتهاز الفرص العديدة للتأثير الإيجابي على تلاميذ الصف الدراسي ويتمثل ذلك في تمسكه بأهداب السلوك الرياضي (أبو المجد والنمكي، 2001، ص. 15).

-دور الألعاب الترويحية في تنمية القدرة الوظيفية لأجهزة الجسم:

لا تقتصر فائدة وأهمية الألعاب الترويحية على القيمة التربوية السابق ذكرها، بل يمتد تأثيرها ليشمل النواحي التشريحية الفسيولوجية والنواحي الحركية للفرد. فالمتطلبات الحركية المتعددة للألعاب الترويحية تؤثر بصورة إيجابية على تنمية القدرة الوظيفية للأعضاء الداخلية، وعلى تقوية الجهاز العضلي

واعتدال القامة، وعلى تنمية أعضاء الحواس المختلفة، وعلى ترقية القدرات الحركية للفرد .فالكثرة العددية للألعاب الترويحية والإمكانيات الكبيرة لتنوعها، ومدى استخدامها للكثير من الأدوات، بالإضافة إلى القدرة على تشكيل حجم وقوة الحمل الواقع على كاهل الأفراد، وارتباط ذلك كله بعنصري المرح والسرور مما يسهم بقدر وافر في العمل على تنمية القدرة الوظيفية لمختلف أجهزة الجسم ويعمل على إكساب الفرد للخبرات الحركية المتعددة.

- دور الألعاب الترويحية في الإعداد المهاري:

تعمل على إكساب حركة الطفل الخفة والرشاقة، وهذا بداية ينمي الذاكرة المهارية، كما تعتمد على فعالية الحركة والتي ترفع من معدلات التنسيق بين الجهاز العصبي والعضلي وينتج عنها انسجاما حركيا يقلل من الوصول إلى مرحلة التعب المؤثرة على الأداء المثإلى للمهارات، كما تساعد على الوصول إلى مستوى أداء أفضل للمهارات الأساسية وتعمل على سرعة التعلم، كما تحقق الألعاب الترويحية قاعدة وركيزة جيدة من المهارات الحركية الأساسية لدى البراعم والتي تضم مهارات الجري والوثب والمحأورة.. إلخ، (أبو المجد والنمكي، 2001، ص. 20).

ه – دور الألعاب الترويحية في الإعداد الذهني:

تساعد الألعاب الترويحية على النمو العقلي والإعداد الذهني للبراعم والناشئين فالناشئ والبرعم يحتاج إلى التفكير وتفيد المعلومات والمعارف التي يكتسبها مثل قوانين وميكانيكية الأداء المهارى والخططي المتضمنة في الألعاب المختلفة، وتساعد الألعاب الترويحية البراعم والناشئين على تحليل المواقف المفاجئة والمشحونة بالانفعال. والقدرة على اتخاذ القرار السريع تحت ضغط الظروف كذلك القدرة على التصور والتركيز.

و– دور الألعاب الترويحية في النمو الانفعالي والإرادي للشخصية (الإعداد النفسي) :

إن تكوين الشخصية السوية هو من أهم أهداف التدريب والرياضة، والنجاح في الحياة يتوقف إلى حد كبير على عوامل انفعالية ومن علامات النضج الانفعالي أن يكون الفرد متحرراً من الاتجاهات السلبية كالأنانية والاعتماد على الغير والخوف من تحمل المسئولية والانفعال المعتدل يزيد الخيال خصوبة وينشط التفكير ويزيد الميل إلى العمل، وفي ممارسة الألعاب مجال خصب لتنمية إنكار الذات، فالألعاب

تجعل البرعم والناشئ يشعر بالمسئولية ويعتمد على نفسه في كيفية مواجهة المنافس أو الموقف وفى أثناء اللعب يتحرر البرعم والناشئ من التوتر ويشعر بالثقة في نفسه وسعادة ورضا بما يقوم به، كما أن الحالة المزاجية تصبح أكثر ثباتا فلا تتذبذب لأسباب تافهة، ولا تتحول بسرعة من الفرح إلى الحزن أو بين التحمس والفتور، ولا الشعور بالعظمة والخيلاء لفوز أو لأسباب واهية ولا احتقار النفس والمهانة للهزيمة أو الإخفاق، أن الألعاب الترويحية بشكل خاص هي محورا أساسيا وطريقا مضمونا إذا ما دعم بالعلوم وأسسها فإنه يؤدى إلى بناء شخصية سوية انفعالا.

ي- دور الألعاب الترويحية في النمو الاجتماعي:

تساعد الألعاب الترويحية على النمو الاجتماعي، فالبرعم والناشئ أثناء اللعب يكتشف مسئوليته نحو الجماعة وحاجته إلى التبعية والقيادة وإلى ممارسة النجاح والشعور بالانتماء، كما يتعلم كيف يواجه مواقف الرضا والنصر ومواقف الضيق والهزيمة، ويتحقق ذلك بكفاءة في أثناء الألعاب الترويحية، والتعاون والحب والإخاء وتحقيق الذات واحترام حقوق الآخرين والرغبة في الفوز تجعل الفرد يبذل الجهد والعطاء، وبذلك ينمو لدى البرعم والناشئ علاقات إنسانية قيمة ووعي اجتماعي وجماعي ومعايشة تعاونية. (أبو المجد والنمكي، 2001، ص. 21).

وحتي تنجح الألعاب الترويحية لابد من ضبط المبادئ الرغبة النفسية للفرد وهي كما يلي:

*يكمن دور اللعب الترفيهي في تحقيق التوازن الانفعالي للشخص وتنمية وتنشيط علاقته الاجتماعية وتوسيع دائرة اتصالاته الإنسانية والترفيه بدعم العمل.

* الترفيه ليس مضيعة للوقت وإنما هو جزء هام للبناء التربوي والصحي للإنسان ويشار إليه بالوقت الذي يتم قضاؤه في الأنشطة التي يجب الشخص أن ينغمس فيها، بقصد أو بنية تجديد نشاطه ولكبر وتغيير رتابة العمل الروتيني الذي يقوم به.

* أنشطة الترفيه بوجه عام تكسب الفرد المتعة لأنها مصدر تبعث على سعادته وعلى استرخاء الجسد والعقل السليم، و من خصائصه أن يكون له هدف من وراء القيام به وليس مجرد نشاطا لسد أوقات الفراغ، وإنما أهدافه متعددة من الحفاظ على صحة الإنسان وتنمية شخصيته على كافة المستويات النفسية والتربوية والاجتماعية.

* لا بد وأن تكون مشاركة الإنسان في النشاط الترفيهي مشاركة إرادية واختباريه والإرادية معناها توافر الرغبة و الإقبال من جانب الشخص على النشاط الذي اختار أن يمارسه.

* أن يكون الإنسان راضيا عنه ليس مدفوعا إليه فالرضا النفسي يتحقق معه الاسترخاء وإشباع حاجة الفرد من الاستمتاع * أن يكون للترفيه وقت مخصص له بعيدا عن أية التزامات أو مسؤوليات تقع على عائق الفرد والتي ينبغي التخلص منها. فالشخص الذي يقضي معظم حياته منغصا في العمل ولا يجد لنفسه متنفسا بعيدا عنه ولا يمارس أية أنشطة ترفيهية تجدد نشاط جسده وعقله هو الأكثر عرضة للإصابة بالأمراض النفسية. لكن الترفيه الأداة الوحيدة التي تقلل أو تحد من الآثار السلبية لضغوط الحياة والعمل بين الحين والآخر.(حماد وابراهيم، 2018، ص 200).

* يرتبط اللعب الترفيهي بالحرية الإنسانية فالفرد يختار اللعب، وقد يقرر قواعده، وحين تقدم اللعب يجب أن يختار بين عدد من البدائل، فاللعب الترفيهي لا يمكن أن يكون إجبارياً، إذ أنه في أساسه تعبير عن حرية الإنسان وممارسته لها.

* تعمل هذه الحرية داخل إطار من المبادئ المتفق عليها، واللاعب الجيد يطيع هذه القواعد للعبة، فاللعب ليس نشاطاً فوضوياً قسرياً ولكنه نشاط قد خطط بعناية وله بناؤه المحدد، وعلى هذا فالقانون والنظام أساسيات في اللعب.(سمية طه، 2013، ص42).

6.النظريات المفسرة للترويح:

أولا ـ نظرية تكوين عقل الطفل :

هذه النظرية إلى العالم السويسري جان بياجيه (1896- 1980) إذ ينظر بياجيه إلى اللعب بأنه الوسيط الذي تتم من خلاله النماء العقلي أو المعرفي أو الأخلاقي أو القيمي في الأطفال، وإنَّ نظريته في اللعب ترتبط ارتباطاً وثيقاً بتفسيره لنمو الذكاء ويعتقد بياجيه أن وجود عمليتي التمثل والمطابقة ضروريتان لنمو كل كائن عضوي وأبسط مثل للتمثل هو الأكل، فالطعام بعد ابتلاعه يصبح جزءاً من الكائن الحي بينما تعني المطابقة توافق الكائن الحي مع العالم الخارجي كتغيير خطا لسير مثلا لتجنب عقبة من العقبات أو انقباض أعصاب العين في الضوء الباهر فالعمليتان متكاملتان إذ تتمم الواحدة والأخرى كما يستعمل بياجيه عبارتي التمثل والمطابقة في معنى أعم لينطبقا على العمليات العقلية

فالمطابقة تعديل يقوم به الكائن الحي إزاء العالم الخارجي لتمثل المعلومات كما يرجع النمو العقلي إلى التبادل المستمر والنشط بين التمثل والمطابقة ويحدث التكيف الذكي عندما تتعادل العمليتان أو تكونان في حالة توازن وعندما لا يحدث هذا التوازن بين العمليتين فإن المطابقة مع الغاية قد تكون لها الغلبة على التمثل وهذا يؤدي إلى نشوء المحاكاة وقد تكون الغلبة على التعاقب للتمثل الذي يوائم بين الانطباع والتجربة السابقة ويطابق بينها وبين حاجات الفرد وهذا هو اللعب، فاللعب والتمثل جزء مكمل لنمو الذكاء ويسيران في المراحل نفسها، ويمكن تلخيص ما سبق وفق رؤية بياجيه أن اللعب ينطوي على خاصية فطرية في قدرته على التكيف مع البيئة الطبيعية والاجتماعية التي يعيش فيها، وأن الإنسان يحقق التكيف مع البيئة عن طريق عمليتين هما:

1 - التمثل والموائمة: فعن طريق التمثل يقوم بإدخال التغيرات الثقافية التي تحدث في البيئة الخارجية إلى البنى العقلية والوجدانية، ويكملها مع خبراته السابقة، وعن طريق المواءمة يقوم بإجراء سلسلة من التحولات على مكوناته الداخلية من أجل أن يتلاءم مع الخارج ويتكيف معه، فإن حصل التوازن بين التمثل والمواءمة حصل تكيف ذكي، وإن تغلبت عملية المواءمة على عملية التمثل حصل ما يسمى بالتقليد أو المحاكاة.

2 - إن عملية التطابق بين التمثل والمواءمة وحاجات الفرد النمائية هي ما يسمى عند بياجيه باللعب، حيث يرى أن اللعب هو تمثيل خالص يحول حاصل المعرفة إلى ما يتناسب مع مطالب الفرد للنمو، ولهذا فإن اللعب عملية متكاملة مع النمو المعرفي لدى الطفل.

3 - وتكون فترة المراهقة - تصبح العمليات العقلية عمليات مجردة تجريداً تاما من الحالات المحسوسة جميعها وفي كل مرحلة من هذه المراحل تنمو مدارك الطفل بالتجربة من خلال التفاعل والتوازن بين مناشط التمثل والمطابقة لأن التجربة وحدها لا تكفي وترجع الحدود الفطرية في النمو لكل مرحلة إلى نضج الجهاز العصبي المركزي من جهة وإلى خبرة الفرد عن على ثلاثة افتراضات رئيسة البيئة المحيطة به من جهة أخرى مما تقدم نستخلص أن نظرية بياجيه في اللعب تقوم. (إبراهيم الكريمين، 2015، ص115).

□

ثانيا ـ النظرية التنفيسية أو التحليلية أو التخفيف:

نظرية مدرسة التحليل النفسي لصاحبها سيجموند فرويد، حيث استخدمها مع بداية القرن العشرين لمعالجة الأمراض النفسية والعقلية، وترجع نظرية مدرسة التحليل النفسي إلى عهد الفيلسوف اليوناني المشهور أرسطو الذي كان يرى أن وظيفة التمثيليات المحزنة هي مساعدة المشاهدين على تفريغ أحزانهم من خلال مشاهدة ما فيها من أحداث ووقائع، ومن الواضح أن النظرية المذكورة لا تكفي لتفسير اللعب فليس مقبولاً أن تكون وظيفة اللعب مقصورة على مجرد التنفيس؛ إذ أن هذه النظرية تركز على العاب الأطفال بخاصة، إذ ترى أن اللعب يساعد الطفل على التخفيف مما يعانيه من القلق والمكبوتات والامراض النفسية الذي يحاول كل إنسان التخلص منه بأية طريقة.

ويمكن أن يستخدم كأسلوب علاجي للأمراض النفسية عند الأطفال عن طريق قدرة على اللعب على تنفيس المشاعر الافكار والأحاسيس المكبوتة في العقل الباطن وبالتالي خفض التوترات والانفعالات والقلق التي كان يحس بها الطفل بسبب الكبت والحرمان والعجز عن تحقيق الرغبات وبذلك يعمل اللعب على التوفيق بين الخيال والواقع، فيعي دلالة الموقف وتختفي الأعراض التي أدت إلى تلك النوازع أو الرغبات المكبوتة.

ويساعد اللعب القائم على الوهم والخيال على الابتعاد عن الواقع المؤلم، ويمكن الطفل من ترتيب عالمه وأشيائه بالطريقة التي يريد، حيث يسقط الرغبات والأمنيات على أشياء الواقع، فيتخلص بذلك المريض من الأحاسيس والأفكار المكبوتة، وهكذا يحس بالراحة لأن أمانيه قد تحققت، و يتبين من استعراض هذه النظرية ان اللعب عند فرويد يؤدي وظيفة تنفيسية، حيث يسهم في تخفيف التوتر والانفعالات الناجمة عن العجز عن تحقيق الأماني والرغبات وفي الجانب الآخر، فإنَّ فرويد ينظر إلى اللعب كوسيلة علاجية، تعمل على تخليص الفرد من المكبوتات التي تكون لديه سواء من الضغوطات النفسية أو الاجتماعية أو حالات الحرمان في مرحلة الطفولة المبكرة كما إنه يعمل كوسيلة علاجية لتخليص الأفراد من تلك الأمراض النفسية التي يعانون منها، وذلك من خلال ممارسة بعض الألعاب العلاجية التي تتمثل في لعب الأدوار وغيرها .ويؤكد فرويد على أهمية اللعب وعلاقته بنشاط الخيال للطفل، حيث يفترض أن السلوك الإنساني يقرره مدى السرور أو الألم الذي يرافقه أو يؤدي لديه،

وإن الإنسان يعمل عادة على السعي وراء الخبرات التي تبعث على السرور واللذة والمتعة وتكرارها، أما الخبرات المؤلمة فيحاول تجنبها والابتعاد عنها. (إبراهيم الكريمين، 2015، ص97).

ثالثا ـ نظرية الممارسة:

«كارل جروس» منظر هذه النظرية أول عالم نفسي اعتبر اللعب من أهم نشاطات الطفل وعاملاً هاماً في سياق تفعيل فكره يقول «جروس» أن اللعب مجموعة من الممارسات العامة التي تهيئ الطفل لدور الراشد، وتعرف هذه النظرية اللعب بأنه «عبارة عن سلوك غريزي» لأن مبادرة الطفل للعب أمر غريزي ولون من السلوك النامي الذي لا يتوجب على الفرد أن يتخلى عنه في المستقبل بل يتضمن اللعب نشاطات ينبغي على الطفل ممارستها في مرحلة البلوغ، وتذهب هذه النظرية إلى أن اللعب وسيلة لتهيؤ الطفل لحياته المستقبلية ولممارسة أعمال الراشدين دون أن يتنبه هو نفسه لذلك.

إن هذه النظرية وهي الأكثر استبانة الموضوع لعب الأطفال من سائر النظريات الأخرى، انبثقت كما يتضح مما ذكره مقررها «كارل جروس» في كتابيه «لعب الحيوان» و «لعب الإنسان من نظرية الانتخاب الطبيعي لداروين فجروس يرى أن اللعب أسلوب للحفاظ على النوع الحيواني لأنه وسيلة للممارسة وعامل لتطور المهارات الضرورية المرحلة الكبر، وبناء على هذا يتناسب ذكاء الحيوان و استعداده طردياً مع طول فترة طفولته، وطول هذه الفترة عند الإنسان يمكن الأطفال من اختبار مختلف أنواع النشاطات الأخرى خلالها

١ - الألعاب العاطفية التي تتبلور بفاعلية الإبداع الفني - .الألعاب العسكرية ومنها: الصيد وبعض المباريات الرياضية. الألعاب الاجتماعية التي تكشف جميع الارتباطات الاجتماعية عن طريق التعامل مع الآخرين.

٤ـ الالعاب التقليدية الدراماتية وهي نماذج لوقائع الحياة العادية. أيقن «جروس» أن اللعب وسيلة للتعلم. إذاً، التعليم عبارة عن نموذج للنشاط الذي ينطبع به اللعب فيتحول إلى تعلم منتظم . تؤكد نظرية «جروس» على الوظيفة البيولوجية لمثل هذه النشاطات المصحوبة باللعب وهو خلاف لما يذهب إليه سبـر وشيار اللذان يجردان اللعب عن أي هدف. إننا لن نبتعد عن الواقع فيما لو قلنا أن قيمة مساعى جروس تكمن في أنها تسعى لإثبات دور اللعب في اعداد الناشئة المجتمعات المختلفة خلال

التدريب والممارسة الأداء في وظائف وأعمال وسلوكيات الكبار أي أن الطفلة الصغيرة في الحقيقة تعمل من خلال اللعب بالعرائس على تأهيل اللا شعور لديها الأمر رعاية الاطفال. (موثقي،2004، ص 80).

رابعا- النظرية السلوكية

تمثل النظرية السلوكية إحدى نظريات التعلم، التي تأكد أن تغيير في السلوك يأتي نتيجة تكرار الارتباطات بين المثيرات والاستجابات في البيئة، ومن أعلامها بافلوف وثورندايك وواطسن وغيرهم، ويرى سكنر أن اللعب سلوكيات تعلمية، يمكن أن يكتسبها الطفل بفضل ما يترتب على استجابته لنشاط اللعب من تعزيزات تشعره بالرضا والسرور فيعمل على تكرار هذا السلوك الإجرائي، فيكتسبه كأهداف تعلمية مرغوب فيها، ونظراً لأن اللعب خبرات تعلمية موجودة في البيئة الخارجية التي يعيش فيها الطفل، فإن نشاط اللعب يمثّل أحد المعطيات أو المثيرات التعلمية في البيئة المرغب فيها من الأطفال مما يجعلهم يستجيبون إليه بصورة تلقائية أو بصورة إرادية، فإذا أتبعت هذه الاستجابات التلقائية أو الإرادية بمعززات فإن الطفل يشعر بالرضا والسرور، ويقبل على نشاط اللعب الذي تم تعزيزه عليه، وحيث أن سكينر يرى أن اللعب، أنماطا سلوكية تعلمية يمكن أن يكتسبها الطفل، يترتب على استجابته لنشاط اللعب الحصول على معززات تشعره بالرضى والسرور، فإن الطفل يكرر السلوك الإجرائي، ويكتسبه كأهداف تعلمية تعليمة مرغوب فيها، وهذا يؤكد على أن اللعب يشكل الأداة أو الوسيلة التي تمكن الطفل من تحقيق الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه بدون ان يشعر، ويمكن المتعلم من اكتساب استجابات جديدة لتعديل سلوك جديد، إذا اعتبر اللعب نشاطا تعليميا ينطوي على أهداف مرغوبة. (الصوالح،2004، ص 50-51).

خامسا- نظرية الطاقة الفائضة (السينسر وشيلر):

نظرية الطاقة الزائدة (Surplus Energy) الشهيرة تنسب هذه النظرية للشاعر شيللر الذي قام بوضع أسس البناء هذه النظرية وقدّمها الفيلسوف هيربرت سبنسر وقدمها بصورة علمية ومفادها إن اللعب وجد ليقوم بتخليص الفرد من الطاقة الزائدة المختزنة في جسمه وهي الطاقة التي تشترك بها البشرية جمعاء، فالفرد عندما تتوافر لديه طاقة مخزونة وزائدة عن حاجته فإنه يلجا إلى ممارسة اللعب

للتفريغ عن تلك الطاقة، ويشير هيربرت بأن الأطفال لديهم طاقة زائدة أعلى من الفئات العمرية الأخرى لذا نراهم في سعي دؤوب لممارسة اللعب أكثر من غيرهم، لأن الأطفال هنا هم في رعاية وعناية والديهم اللذان هما مصدر الأمان والحب والحنان لهم ويقدمون لهم الرعاية الصحية اللازمة وكذلك الغذاء والكساء والشراب ويهتمون بنظافتهم، فالأطفال هنا لا يقومون بمثل تلك السلوكيات لذا تتوفر لديهم طاقة زائدة ومخزونة لذا يصرفونها في اللعب في أوقات فراغهم لأن اللعب من وجهة نظرهم يشعرهم بالراحة النفسية والجسمية، ويشعرهم بالسعادة وترى الأطفال يمارسون اللعب وينتقلون من ممارسة لعبة ما إلى لعبة أخرى وأن كان هذا الطفل متعباً أو مرهقاً. (رويدة، 2018، ص 47).

لذلك فقد تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السليمة النشطة ويزداد تراكمها وبالتالي تضغط حتى تصل إلى درجه يتحتم فيها وجود منفذ لهذه الطاقة واللعب وسيله ممتازة لاستنفاذ هذه الطاقة الزائدة المتراكمة ومن جهة ثانية فإن اللعب يخلص الفرد من تعبه المتراكم على جسده وتأثيراته العصبية نتيجة واجباته المهنية والاجتماعية وهنا يعتبر اللعب وسيله ضرورية للتوازن الإنساني والنفسي مع غيره من مجالات الترويح.(هدي حسن وماهر حسن، 2007، ص221).

سادسا ـ النظرية التلخيصية أو إيجاز الأصول:

صاحب هذه النظرية هو ستانلي هو لو خلاصتها: إن اللعب هو تلخيص لضروب النشاطات المختلفة التي مر بها الإنسان البشري عبر القرون والأجيال وحتى الفترة الراهنة، وأن ما يقوم به من ألعاب وحركات ما هو إلا تكرار أو تمثيل للغرائز، التي مرت بها مراحل تطور الحياة الإنسانية في مسيرة التاريخ، وليس إعدادا للتدريب على نشاط مقبل ومواجهة صعاب الحياة فألعاب القفز والتسلق والصيد وجمع الأشياء العاب فردية أو جماعية غير منظمة ولعل هذا يشير إلى حياة الإنسان الأول عندما كان يصطاد الحيوانات ويسخرها لمصلحته بمعنى آخر أن اللعب غريزة فطرية يقوم بها الكائن الحي لكي يعبر عن الغرائز التي يشترك فيها مع أجناسه الذين سبقوه زمانيا في سلم التطور. المختلفة. هي فالطفل حينما يجمع حوله جماعات الرفاق ليلعب معهم إنما يمثل في عمله نشأة الجماعات الأولى في حياة الإنسان كما أنه إذا قدمنا له عدداً من المكعبات فإنه يشرع في بناء منزل أو ما يشبهه وهذه تمثل مرحلة من

مراحل التقدم في الحياة فالإنسان يلخص في لعبه إذا أدوار المدنية التي مرت عليه كما يلخص الممثل على المسرح تماما تاريخ أمة من الأمم في ساعات قليلة، وهذه دلالة على أنَّ الألعاب التي يقوم بها في الوقت الحاضر إنما هي تلخيص للحركات والألعاب وأوجه النشاطات التي كان يمارسها بنفسه في الزمن الماضي .وعلى الرغم من قصور هذه النظرية في تفسير ظاهرة اللعب إلا إنها تتميز بقدرتها على لفت انتباه الناس نحو أهمية اللعب وتفسيره كظاهرة سلوكية، إضافة إلى تقديمها تفصيلات كثيرة حول مضمون اللعب ومفهومه، وتمثل استعادة لأنماط الألعاب في الحياة البدائية التي عاشها الأجداد والأسلاف. (الختان، 2014، ص66).

سابعا: نظرية النموذج التفاعلي ما بين العوامل الشخصية والموقفية:

تبنى هذه النظرية على التفاعل بين الشخصية وبين البيئة(Environment) أي بين مدخل العوامل الشخصية وعوامل الموقفية وفي ضوء ذلك فان النظر إلى الشخصية من ناحية السمات الشخصية فقط أو من ناحية الموقف فقط قد يؤدي إلى التوصل إلى نتائج غير دقيقة بل ينبغي الربط بين كل من العوامل الشخصية والسمة والموقف بصورة متفاعلة حتى يمكن التوصل إلى نتائج أكثر دقة لفهم الشخصية والتنبؤ بسلوكها، ولتدليل على مضمون هذا التصور وخاصة في مجال علم النفس الرياضي اذ قد يكون الشخص عدوانياً في موقف معين لكن لا يكون كذلك في بعض المواقف الحياتية العامة وكذلك بالنسبة لسمة القلق قد يكون قلقاً لأداء امتحان لكن لا يكون في المواقف الاستجابة الحركية كذلك، وقد حاول كوكس cox تقيم النموذج التفاعلي ما بين العوامل الشخصية للاعب الرياضي وما بين الموقف الرياضي وأثره على السلوك الرياضي وهذه تشكل نسبة قدرها 50٪ أما النسبة الباقية والمتمثلة بـ القدرات البدنية والحركية والمهارية ودرجة صعوبة الأداء أو المهمة ومستوى المنافسة تمثل 50٪. (مجدي حسين وجابر السيد، 2020، ص 40).

7ـ مجالات الأنشطة الترويحية:

1ـ الترويح الرياضي:

نشأت الرياضة وتكونت في ظل الترويح وارتبطت إلى أقصى حد بوقت الفراغ، وعلى الرغم من الاستقلال النسبي للرياضة عن الترويح في العصر الحديث كنظام اجتماعي ثقافي، إلا أنها مازالت ولسوف تظل مرتبطة بالترويح، لأن جوهر الرياضة يتأسس في المقام الأول على أهداف ترويحية، ولأن عوامل الالتقاء كثيرة بين قيم النظامين من حيث أهميتها للإنسان مثل المتعة والتسلية والبهجة وإزالة التوتر والاسترخاء والصحة واللياقة، والخبرة الجمالية والإثارة والتنافس والجهد البدني، والإنجاز الشخصي، والتنافس الشريف، والتعبير عن النفس، وتحقيق الذات وغيرها.

ويعتبر الترويح الرياضي من الأركان الأساسية في برامج الترويح لما يتميز به من أهمية كبرى من المتعة الشاملة للفرد بالإضافة لأهميته في التنمية الشاملة للشخصية من النواحي البدنية والصحية والعقلية الاجتماعية.

والمقصود بالترويح الرياضي هو ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من الأنشطة البدنية والرياضية، كما أنه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيرا على الجوانب البدنية والفسيولوجية للفرد الممارس لأوجه أنشطته التي تشتمل على الألعاب والرياضات، كما تمثل الرياضات والألعاب الجانب الأعظم من برامج الترويح الرياضي، ويمكن تنظيم أنشطتها وفقا لأهداف واحتياجات واهتمامات الأفراد والجماعات، كما أن الاشتراك في تلك الأنشطة يتأثر بالمستوى المهاري، السن، الجنس، الحالة البدنية، والحالة الصحية للفرد.

اختلفت الآراء حول تقسيم وتصنيف الأنشطة الترويحية الرياضية، وتتبنى هذا تقسيم أنشطة الترويح الرياضي كما يلي:

* **الألعاب والمسابقات ذات التنظيم البسيط**: هذه الألعاب والمسابقات تهتم بميول واهتمامات الأطفال وصغار السن وهي تعتمد على بعض القوانين أو القواعد لتنظيمها والاشتراك فيها لا يحتاج لمستوى عال من المهارة أو الأداء بل يمكن لمختلف الأعمار الاشتراك في تلك الأنشطة بما يتفق مع مستوى قدراتهم البدنية والعقلية واهتماماتهم وميولهم، كألعاب الكرة، ألعاب الماء.

* **الألعاب أو الرياضات الفردية:** حيث يفضل العديد من الأفراد ممارسة أوجه النشاط بمفردهم، وقد يرجع ذلك لاستمتاعهم بالأداء الفردي، أو لصعوبة الاتفاق مع الأصدقاء أو الزملاء على ممارسة نوع معين من النشاط أو وقت معين للممارسة، كصيد الأسماك والمشي والجري والجولف والسباحة وركوب الدراجات.

* **ألعاب أو رياضات الفرق:** تعتبر الألعاب أو الرياضات الجماعية التي تعتمد على تكوين الفرق ذات أهمية للشباب، ولذلك فهي تتوافق مع اهتماماتهم، والاشتراك فيها يكون على مستوى عال من التنظيم بالمقارنة بالمشاركة في الألعاب والرياضات الأخرى لوجود بعض القواعد والتنظيمات التي يجب اتباعها، ككرة القدم وكرة الطائرة وكرة السلة.

2ـ الترويح الاجتماعي

يسهم الترويح الاجتماعي في إيجاد فرص التفاعل بين الأفراد والجماعات وتوثيق العلاقات والروابط بينهم في جو يتميز بالمرح والسرور والبعد عن الشكليات والرسميات ويتضمن الترويح الاجتماعي في مشاركة أكثر من فرد في نشاط ما، ولذا فإنه بعد أي نشاط يكون الدافع من ممارسته هو المشاركة الاجتماعية بغرض الترويح دون التقدير بالسن أو بمكانة الممارسة.

* **النشاط الرياضي الجماعي:** حيث يتم تكوين فرق من مجموعة من الأفراد ليشاركوا معا في ممارسة النشاط الرياضي، مما يتيح الفرص للعب الجماعي والمشاركة الاجتماعية في وقت الفراغ دون التقيد بالجنس أو السن أو بالقوانين المنظمة للألعاب التي يتم المشاركة في فرقها.

* **النزهات الخلوية:** يتم تنظيمها من خلال الجماعات ثم يقومون سويا بالنزهات والترحال الجماعي بغرض الترويح عن أنفسهم، وقد تتسم تلك النزهات بالسيارات أو الدراجات أو البواخر أو الزوارق أو الخيول أو أي وسائل أخرى، وتعد تلك النزهات من أمتع أنشطة الترويح الاجتماعي.

* **المسابقات الخاصة:** تتضمن المهرجانات والعروض التي تتميز بالجو الاجتماعي وتتيح الفرص للتعارف بين المشاركين في أنشطتها، والتلاقي بين جماعات من فئات خاصة. (طه عبد الرحيم،2006، ص 27-28).

3ـ الترويح الثقافي

الثقافة هي أسلوب الحياة في أي مجتمع بشري، ومن البدايات الأولى للجنس البشري، والثقافة أهم ما ميز المجتمع البشري، فعادات الجماعة وأفكارها واتجاهاتها تستمد من التاريخ ثم تنتقل اجتماعيا إلى الأجيال المتعاقبة، واللغة هي العامل الرئيسي لنقل الثقافة، وإن كانت بعض أنماط السلوك والاتجاهات تكتسب بوسائل أخرى غير اللغة، ودرجة التنظيم الثقافي تساعد على التمييز بين الجماعات، أي أن الثقافة تشمل شتى أنواع السلوك اجتماعيا وسياسيا واقتصاديا، ويمثل البعد الثقافي واحد من أهم أبعاد التنمية، إذ لا ينبغي أن تنعكس التنمية في نهاية المطاف ليس فقط في ارتفاع مستويات الرفاهية المادية للمواطنين، وزيادة مشاركتهم السياسية على نحو فعال وتعزيز التماسك الاجتماعي، وإنما ينبغي أن تقضي إلى ارتفاع قدرة المواطنين على الوصول للثقافة الراقية بمنابعها المختلفة.

ويرتبط فهم الطبيعة الشمولية للثقافة بفهم وقت الفراغ وأنشطته، وفهم وقت الفراغ وأنشطته يرتبط بالثقافة، والترويح الثقافي يهدف إلى إكساب ممارسيه المعرفة والمعلومات والمفاهيم.

وتتنوع أشكال أنشطة الترويح الثقافي فتشمل الأنشطة الأدبية والعقلية واللغوية، ويمكن تصنيف أنشطة الترويح الثقافي وفق ما يلي:

* **القراءة**: كقراءة القصص والروايات والصحف المجلات والكتب، وقد تكون القراءة حرة أي غير منظمة بمعنى قيام الفرد في وقت فراغه بالقراءة في أي مكان يستريح إليه سواء بالمنزل أو الحدائق. وقد تكون القراءة في أماكن منظمة وتحت إشراف معين كالمكتبات العامة أو مكتبات المدارس أو الأندية أو مراكز الشباب، كما تعد القراءة من أقيم الأنشطة الثقافية، فالكلمة المقروءة تعد من وسائل الاتصال الفعالة وتؤثر في الفكر والسلوك الإنساني نتيجة لتأثر العقل والوجدان بها.

* **الكتابة**: تعد من أرقى الأنشطة الثقافية، كما تعد من أنشط المستوى الأول للاشتراك في أنشطة وقت الفراغ والترويح، وهو المستوى الابتكاري، كما يطلق عليه مصطلح الكتابة الابتكارية. (طه عبد الرحيم،2006، ص 31).

4ـ الترويح الفني

الترويح الفني يهتم بالأنشطة التي تؤدي إلى الاستمتاع بالقيم الجمالية والإبداع والابتكار والتذوق الفني، كما أن أنشطته تناسب جميع المراحل العمرية، والاهتمامات والقدرات والخبرات، ولذلك لتعدد وتنوع برامجه ومجالاته.

وللأطفال كما للكبار فمنهم الخاص، أي طريقتهم في التعبير عن أنفسهم من خلال أنشطة فنية متنوعة تشكيلية كانت أو سمعية أو بصرية أو حركية، ولكل مرحلة سنية ما يناسبها من هذه الأنشطة تبعا للنمو العقلي والإدراكي. (طه عبد الرحيم، 2006، ص34).

5. الترويح الخلوي :

للمقصود بالترويح الخلوي هو ذلك النوع من الترويح الذي تشتمل برامجه مختلف أوجه النشاط التي تتم بعيدا عن الأماكن المغلقة، و التي تتم في خارجها، أي أنشطه الترويح الخلوي ذات العلاقة المباشرة بالطبيعة وعواملها والذي من خلاله يستطيع الفرد ان يستمتع بجمال وفهم الطبيعة وتشير عطيات خطاب 1982 ان الترويح الخلوي يعتبر من الاركان الهامه في الترويح ويقصد به قضاء وقت الفراغ بين احضان الطبيعة حيث يسهم في اشباع ميل الفرد للمغامرة، ومن أمثلة الترويح الخلوي الفنون البدوية المتوفرة في الخلاء، الرحلات الخلوية، النزهات والرحلات، التجوال والترحال، تجوال هواة الجمع (جمع الحشرات الفراشات...)، الاستكشاف الصيد، المعسكرات ومن اهداف الترويح الخلوي انه يساهم في تحقيق العديد من الاهداف والتي من اهمها - :تعلم حياة الخلاء وتنميه المعرفة بالخلاء وتنمية الخبرات المرتبطة بالطبيعة. التخلص من اعباء وسط الحياة العصرية، و الابتعاد عن التلوث البيئي للاستفادة من الهواء النقي، اشباع ميل الأفراد إلى المغامرة وتنمية التذوق الجمإلى لدى الفرد و تقدير جمال الطبيعة والتأمل في عظمه الله سبحانه وتعالى، (متولي البطراوي وسلامه، 2013، 41-42).

5ـ الترويح العلاجي:

تشير العديد من الدراسات العلمية إلى أن للترويح دور هام في الوقاية من العديد من أمراض العصر وذلك كأمراض القلب والأوعية الدموية والتي منها ضغط الدم، السكر، الجلطة الدموية،

وذلك إلى جانب البدانة وآلام المفاصل والظهر، وكذلك لمناشط الترويح وبخاصة الترويح الرياضي دور هام في علاج تلك الأمراض، كما أن الأبحاث العلمية التي تناولت المعاقين بالدراسة قد أكدت على أهمية مناشط الترويح للمعاقين عقلياً وللصم ولضعاف السمع وللمصابين بالعمى الكلي والجزئي وللبكم وللمعاقين بدنياً ومضطربي السلوك ولذا فإن الترويح العلاجي يعد وسيلة من وسائل العلاج الهامة لذوى الاضطرابات النفسية والعقلية والعصبية وللمعاقين وللمرضى بوجه عام، لما لمناشط الترويح من تأثير إيجابي على الجوانب البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية لممارسيها، ومن ثم فقد أصبح الترويح العلاجي جزءاً أساسياً في برامج العلاج في العديد من المستشفيات والعيادات الطبية، إذ أصبح العلاج الطبي أو الطبيعي يتضمن برامج الترويح التي يجب أن يمارسها المريض أو المعاق بجانب البرامج العلاجية الأخرى.

ويشير كل من ادمز Adams و دانيال Daniel وبولمان Pullman إلى أن الترويح العلاجي يهدف إلى تقديم المساعدة في علاج المرضى وفى تأهيلهم وكذلك في تعديل سلوكهم وفى تكيفهم مع مجتمعهم، كما أن البرنامج الترويحي النموذجي يهدف إلى استعادة المرضى للياقتهم البدنية والإسهام في الارتقاء بقدراتهم العقلية، وفى نمو قدراتهم الإبداعية وكذلك مساعدتهم في التعبير الذاتي وفي نموهم الشخصي إلا أنه يجب أن تتمشى أوجه مناشط الترويح العلاجي للمريض أو المعاق بوجه عام مع العديد من المتغيرات والتي من أهمها ما يلي: من المريض أو المعاق.

. - طبيعة المرض أو الإعاقة أو الإصابة.

- الحالة البدنية والنفسية للمريض أو المعاق

- القدرات التي مازال يتم الاحتفاظ بها

-احتياجات وتطلعات المريض أو المعاق.

- النظرة الشخصية الى الذات.

- الميول والاتجاهات نحو مناشط وقت الفراغ والترويح.

- التقارير الطبية ومدى التقدم في العلاج.(الحماحمي وعايدة، 2009، ص 148-149).

8ـ سمات الترويح:

سمات الترويح للترويح عدة خصائص تميزه عن غيره من المناشط الأخرى، فيحدد عطية محمد الخطاب خصائص الترويح كما يلي:

الهادفية: معنى أن الترويح بعد نشاطا هادفا وبناء، إذ يساهم في تنمية المهارات والقيم والاتجاهات التربوية والمعرفية لدى الفرد الممارس لنشاطه، وبالتالي تطوير وتنمية شخصية الفرد.

الدافعية: بمعنى أن الإقبال والارتباط بمناشطه يتم وفقا لرغبة الفرد وبدافع من ذاته للمشاركة، ومن ثم تكون المشاركة إرادية.

الاختيارية: بمعنى أن الفرد يختار نوع النشاط الذي ينطله عن غيره من المناشط الترويحية الأخرى للمشاركة فيه. "

يتم في وقت الفراغ: وذلك يعني أن الترويج يعد أهم المناشط التربوية والاجتماعية لاستثمار وقت الفراغ التي يكون الفرد متحررا من ارتباط العمل أو من أي التزامات أو واجبات أخرى.

حالة سارة: إن مناشط الترويح تجلب السرور والمرح إلى نفوس المشاركين فيها وبذلك يكونوا في حالة سارة اثناء مشاركتهم في مناشط ترويحية من أجل التوازن النفسي، وذلك يعني أن المشاركة في مناشط الترويع تودي إلى التحقيق الاسترخاء والرضا النفسي وكذلك إشباع الرغبات. (القرة غول وعبد المجيد، 2019، ص 204).

من أهم سمات أو خصائص الأنشطة الترويحية:

-يحتوى على نشاط .يحدده الدافع من أجله .

-متنوع وأشكاله متعددة.

- يمارسه كل الأجناس والألوان والأديان.

- جاد وغرضه في ذاته .

-يتسم بالمرونة التجديد.

الاحساس بالسعادة، ويعتبر الدافع الرئيس وراء ممارسة النشاط الترويحي، وليس المكسب المادي يمارس الناس أنشطة الترويح بصور مختلفة منها أنشطة فردية أو جماعية، مختلطة أو نوعية، بأدوات أو بدون أدوات، ويقومون فيها بأدوار كثيرة مختلفة.(الأزهري، 2018، ص 43).

9-علاقة التربية الرياضية بالترويح الرياضي:

فالترويح نشاط يقوم به الفرد يهدف لتجديد طاقاته وبناء شخصيته الخلقية والحمية والاجتماعية والنفسية ويقوم الفرد بهذا النشاط في وقت فراغه أو وقته الخبر الوقت. الحالي من العمل، وعند رغبة الفرد في ممارسة هذا النشاط فانه يستطيع اختيار وفارسة ما هو مناسب وبناء على ميوله ورغباته بحرية في وقت فراغه ويعود عليه بالفائدة.

فالترويح وسيلة يستطيع الفرد من خلاف الهروب من مشاكله وضغوط عمله وحياته الروتينية الغارة مؤقتة يمارس من خلافا النشاط الترويحي تسم يعود إليها مرة ثانية ولكنه يعود سعيد متجدد ونشيط إلى عمله وحياته وبحيوية وتفاؤل فالترويح شعور ونشاط يعمل على تجديد حالة الفرد بجميع جوانبها البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية وما يميز الترويح عن غيره من الواجبات والأمور الحياتية الأخرى ما يلي:

1- تمارس الأنشطة الترويحية في وقت الفراغ والأوقات الخالية من التزامات العمل

2 يتميز النشاط الترويحي بالمتعة عند ممارسته

3-اختباري يتوفر فيه عامل الحرية الشخصية في اختيار نوعية النشاط الممارس يكون النشاط بناء عليه يعود عليه بالنفع والفائدة ولا يضر بالفرد بدنياً أو اجتماعياً أو بأي جانب آخر من جوانب حياته

4. نشاط هادف وغرضه في ذاته وليس أساساً للكسب المادي .

هناك علاقة وثيقة بين التربية الرياضية والترويح فبرامج التربية الرياضية تكسب الفرد جوانب ايجابية في مختلف النواحي البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية من خلال ممارسة الأنشطة البدنية المختلفة التي تعود على الفرد بالمتعة والسرور واشباع رغباته وميوله فالترويج لا يقتصر على برامج الأنشطة البدنية والرياضية بل يشمل برامج اجتماعية وثقافية وفنية وغيرها من الأنشطة المتنوعة حيث أن الأنشطة الرياضية الترويجية تعمل على التنمية الشاملة للفرد، ومن هنا أهتمت التربية الرياضية

بالأنشطة الترويحية في برامج النشاط الداخلي والنشاط الخارجي في المدرسة وعمدت إلى إعداد وتأهيل المتخصصين في هذا المجال لتنفيذ هذه البرامج. (خطايبة، 2011، ص 95-96).

10.الترويح الرياضي عند المعاقين:

مهما اختلفت أنواع إعاقتهم فهم بصفة عامة أفراد من المجتمع لهم ما للأسوياء من حقوق وعليهم أيضاً واجبات لكن اكتسابهم للمهارات والخبرات الضرورية اللازمة للحياة الطبيعية تكون بدرجة ضعيفة وقد تكون بدرجة ضعيفة جدا وذلك وفقا لنوع الإعاقة ودرجتها لذلك نجد أن تعلمهم لهذه المهارات وتلك الخبرات يحدث ببطء ويحتاج إلى وقت طويل للتدريب على هذه الضروريات اللازمة للحياة كالتنقل والحركة بمختلف أنواعها التي لابد أن يمارسوها لقضاء حاجاتهم

الضرورية بالرغم من اختلاف هذه الحركة من معوق إلى آخر وفقاً النوع الإعاقة التي ألحقته ولابد من القيام بها، ونظرا لأن التربية الرياضية خير وسيلة في المساهمة للتدريب هذه الفتاة حتى يمكنهم القيام بالحركات المختلفة الضرورية لهم لقضاء حاجاتهم واهتماماتهم ويرجع ذلك للأنشطة الرياضية من تأثير فعال في تنمية وتقوية اجهزة الجسم وكذلك لتعدد أنواع الأنشطة الرياضية وفروعها المختلفة وإمكان ممارستها في جميع الأوقات والأماكن بإدخال بعض التعديلات في الملاعب والأدوات المستخدمة وقد لا تحتاج إلى أدوات في بعض منها عند الممارسة.

فكان لابد من النظر إلى هذه الفئة باعتبار أنها ليست عبنا على المجتمع وقوة عاطلة يستفاد بها بل العكس فهي قوة منتجة لابد من العمل على الاستفادة منها في جميع المجالات فهناك كثير من الأعمال التي تتناسب مع كل فئة من فئات الإعاقة تساعد على إدماجهم في المجتمع وكذلك وضع الثقة في أنفسهم وبث الشعور فيهم بتقديم كافة أنواع الخدمات التعليمية والصحية والمهنية لكل فئة بما يتمشى مع الحالة التي يعانون منها وبتخصيص المدارس الخاصة والمهنية لكل فئة حتى يسهل وضع البرنامج الخاص الذي يتمشى معهم. (متولي البطراوي وسلامة، 2013، ص 105-106).

11.مقاربات الترويح

أولا: مقاربات الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية

1- المقاربة النفسية للنشاط البدني الترويحية:

يرى الدكتورة تهاني عبد السلام إن للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية جوانب نفسية أهمها:

1- يوفر النشاط البدني الترويحي الفرص لتجربة خبرات جديدة والشعور بالاطمئنان والأهمية الذاتية.

2- يوفر الفرص لإشباع رغبة حب الاستطلاع، والاجتماعية وتأكيد الذات والتقليد والمحاكات، والتعبير عن النفس

3- يوفر الفرص لتنمية الثقة بالنفس ويقضي على الخجل ويبعث على السعادة في الوصول وتحقيق النجاح

4- يعمل على تنمية صفات مثل الأمانة الإخاء والتحكم في المشاعر والريادة والتبعية، والتلقائية والشجاعة، والأصالة الطبيعية

5- يوفر أعظم الفرص للتخلص من الميول العدوانية في ظروف اجتماعية مقبولة.

6- يعمل على رفع الصحة العقلية.

7- عين الفرص لعدم التمادي في أحلام اليقظة.

8- يوفر التوازن بين الاستقلالية والتبعية للممارس.

9- يعمل على تنمية النصح العاطفي لدى المارس من خلال مواقف عديدة ومتنوعة تنشأ أثناء الممارسة.

في حين يرى كل من د. محمد محمد الحماحمي و د.عايدة عبد العزيز تأثيرات الجوانب النفسية فيما يلي:

1. إشباع الميول والدوافع المرتبطة باللعب والهوايات مما يساهم في تحقيق الرضا النفسي للفرد عن مشاركته في النشاط البدني الترفيه.

2. تحقيق السرور والسعادة في الحياة من خلال إقبال الفرد على المشاركة في النشاط الترويحي، مما يؤدي إلى التخلص من عناء العمل ومن أعباء الالتزامات النشاط البدني أو من التحرر من الارتباطات الأسرية أو الاجتماعية ومن ثم إحساسه بالسرور والسعادة لذلك، ولاستمتاعه بنشاطه.
3. تنمية الصحة الانفعالية للفرد وإعادة توازنه النفسي من خلال مشاركته في النشاط البدني الترويحي التي تسهم في تخلصه أو الإقلال من التوتر النفسي و من درجة القلق وحدة الاكتئاب لديه.
4. زيادة القدرة على الانجاز واثبات الذات وذلك من خلال تحقيق النجاح في التجارب والمواقف والخبرات التي يواجهها الفرد في مواقف النشاط مما يؤدي أيضا إلى تنمية مفهوم الذات الايجابي لديه.

ثانيا: المقارنة الاجتماعية للنشاط الرياضي الترويحية :

ولخصها الدكتورة تهاني عبد السلام فيما يلي:

-1- :يعمل على تنمية الفرد من الناحية الاجتماعية، وهناك اتجاهات كالتعاون، الصدق، والعدل، يمكن تنميتها من خلال الممارسة.

2-إن الكيان والروح الرياضية، قد تكون ناتجا لممارسة الأنشطة الترويحية.

3- تتوفر فرص عديدة لتبادل الآراء، واكتشاف رغبات جديدة وتكوين صداقات جديدة من خلال الممارسة.

4- تهيئ الفرص للممارس لأن يشعر بالاطمئنان والثقة والتوجه الذاتي (جابر، 2020، ص 208-209).

كما قام الدكتور محمد محمد الحماحمي وعايدة عبد العزيز في تقديم ملخص في العناصر التالية:

1- تنمية القيم الاجتماعية المرغوبة وذلك كالتعاون واحترام القانون واحترام الغير واحترام المواعيد وخدمة الآخرين

2- تكوين وتوطيد الصداقات من خلال المشاركة في جماعة اللعب أو جماعات الهويات مما يتيح الفرص للتعارف وللتقارب بين الأفراد وبعضها أو بين الجماعات وبعضها وتكوين وتوطيد الصداقات بينهم

3- الشعور بالانتماء والولاء للجماعة وذلك من خلال العمل على مشاركة الجماعة في مناشطها والعمل على التعاون في تحقيق أهداف الجماعة التي ينتمي إليها الفرد، وكذلك الخطو بالقبول الاجتماعي

4- تنمية القدرة على التفاهم مع الآخرين واحترام آرائهم وذلك من خلال المشاركة في المناشط الرياضية التي تعتمد على الجوار والاستماع وتبادل الرأي بين الأفراد، أو المناقشات بوجه عام.

5- تنمية العلاقات الإنسانية وذلك من خلال اللقاءات التي تتم في مجال أوقات الفراغ، ذلك المشاركة في إحياء العديد من المناسبات الاجتماعية والقومية، من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي الترفيهي.

6- التدريب على القيادة وذلك من خلال تبادل الأدوار في الجماعات والتعاون فيما بين أعضائها على أهداف الجماعات.

تقدير العمل الجماعي من خلال المساهمة لكل عضو في الجماعة على أداء دوره في التنظيم والتنفيذ والتعاون والنجاح في تحقيق الأهداف التي تسعى الجماعة إلى تحقيقها (جابر، 2020، ص 210).

12. فوئد الترويح الرياضي للمعاقين:

فهناك مجموعة الفوائد التي تعود على الشخص المعاق عند اشتراكه في أنشطة رياضية وترويحية أول هذه الفوائد تنعكس على القدرة الحركية والفسيولوجية، وهذا بالطبع يساعد الشخص على مواجهة ظروف الحياة بأسلوب أسهل، فالإنسان في حياته اليومية يحتاج إلى المشي وقد يضطر إلى حمل بعض الأمتعة وأحيانا أخرى إلى الهرولة والجري وبرغم أن الحياة الحديثة قللت كثيرا من الاستخدام العضلي للجسم فلا زالت هناك متطلبات من الإنسان العصري تجعله يحتاج إلى قدرة حركية وفسيولوجية، ومن أهم القواعد للرياضة والترويح وللخواص هو إعطاء المشترك قدرا لا بأس من

الثقة بالنفس ويتوقف هذا على نوع النشاط وقدرة المشترك على النجاح فيه لذلك من المهم أن يكون الرائد واعيا لهذه النقطة فكما يقال في علم النفس لا شيء ينجح مثل النجاح نفسه لذلك يجب على الرائد أن يعطى المشترك الخاص قدرا من النشاط الذي يستطيع أن ينجح فيه سواء أكان النشاط رياضيا تمثيليا موسيقيا والشخص الذي يثق في نفسه يصبح عضوا فعالا في الدوائر الاجتماعية المحيطة به، وأول هذه الدوائر عن العائلة وتليها الجيرة ثم المدرسة ثم الحي ثم المدينة ثم المجتمع بأكمله لذلك على الرائد أن يرى أن التوسع في هذه الدوائر يكون منظما وتدريجيا بحيث يسمح للمشترك أن ينجح في كل خطوة يخطوها من دائرة صغيرة إلى دائرة أكبر ثم أكبر وهكذا، وإذا تمكن الشخص المعاق بمساعدة رائده أن يقوى من جسده ويثق في نفسه ويصبح عضوا فعالا في مجتمعه فهناك عائد اقتصادي محلي وقومي فإنه على الأقل يقل اعتماد مثل هذا الشخص على المجتمع اعتمادا كليا حيث يمكنه أن يقوم بعمل ما ويستطيع أن يؤدى مهمته بنفسه وهكذا، يعد كل هذا كسبا سياسيا محليا وقوميا ودوليا، وهذا ما تسعى إليه المجتمعات المختلفة على اختلاف مبادئها واتجاهاتها.(ليلي السيد وحلمي ابراهيم، 2008، ص75).

13ـ البرنامج الرياضي الترويحي:

البرنامج الترويح تعتبر البرامج الترويحية من أهم الوسائل التربوية لتحقيق أهداف التربية بوجه عام، وفي تحقيق أهدافها في استثمار وقت الفراغ بوجه خاص لذلك أكدت العديد من الدول المتقدمة على أهمية البرامج الترويحية في مجال أوقات الفراغ وذلك لأهمية دورها في تطوير وتنمية شخصية الفرد ككل وفي تحقيق النمو المتكامل له، ويرى روبرت زايس Robert Zais أن مصطلح تصميم Designالبرنامج يشير إلى عملية اتخاذ القرارات التي ترتبط بطبيعة مكونات البرنامج وكذلك تنظيمها فيما بينها، ولذلك فإن كثير من المؤسسات الاجتماعية والتربوية اهتمت بتصميم البرامج الترويحية وذلك وفقا لأهم الأسس العلمية والاتجاهات التربوية الحديثة لتحقيق أفضل فائدة تربوية تعود على الأفراد والمشاركين في مناشطها المختلفة، وذلك على المستوى الفردي أو على المستوى الجماعي .

تعريف البرنامج الترويحي:

عرفه الحماحمي (1982) على أنه الوسيلة التي يمكن للترويح من خلالها تحقيق الأهداف والأعراض المرجوة منه.

وعرفه شيار Shiiller على أنه مجموعة من الأنشطة الترويحية المختارة على الأسس العلمية السليمة والتي تتناسب مع الأفراد المستفيدين منها من حيث القدرات البدنية، العقلية النفسية الاجتماعية الصحية وذلك من أجل تحقيق الهدف من البرنامج.(متولي البطراوي، وسلامة،2013، ص 52).

نهائي عبد السلام (2001) على أنه مجموعة من الأنشطة الترويحية المنظمة تحت إشراف رائد ترويحي من أجل تحقيق هدف التربية الترويحية ألا وهو تغيير سلوك الأفراد أثناء وقت الفراغ إلى السلوك الأمثل وذلك عن طريق تنمية معلومات ومهارات وتكوين اتجاهات إيجابية نحو شغل وقت الفراغ، ويتم التفاعل بين العضو والرائد الخبرة الترويحية حتى يكون هناك أثر تتركه الخبرة في نفس المشتركين سواء كانت الخبرة منظمة أو غير منظمة، فقد يكون لمجرد التهيئة الذهنية لتعلم نشاط ترويحي معين أكبر الأثر في نفس المشترك، وينتج عنه اتجاه إيجابي نحو ممارسة ذلك النشاط، أي أننا نهدف في البرنامج الترويح إلى تذوق وتعلم خبرات متعددة في مجال الأنشطة الترويحية بغرض التأثير على اتجاهات المشتركين ثم تغيير أنماط سلوكهم إلى السلوك الأمثل من حيث استخدام وقت الفراغ وممارسة أنشطة ترويحية. (تهاني، 2001، ص233).

عناصر بناء البرنامج الترويحي:

ان تصميم أو بناء البرامج الترويحية يتأثر بالعديد من المتغيرات الثقافية والاجتماعية وكذلك الاقتصادية المرتبطة بالمجتمع، بالإضافة إلى طبيعة المستفيدين من تلك البرامج، ولذلك كان من الضروري دراسة تلك المتغيرات عند تصميم البرامج الترويحية لكي تتمشى مع الفلسفة التربوية للمجتمع ومع احتياجات الأفراد ستفيدين من البرامج، ولذا فإن تصميم البرامج الترويحية يتطلب

إتباع العديد من نتائج الدراسات العلمية الحديثة حتى يمكن أن تتوافر للبرامج المعايير العلمية التي تحقق لها النجاح في بلوغ أهدافها، وفيما يلي توضيح لأهم عناصر بناء البرنامج:

***دراسة المجتمع**: يحدد البناء الاجتماعي الفلسفة التربوية التي تسود المجتمع فتخطيط البرامج الترويحية ينبغي أن يكون على صلة وثيقة بالحياة التي يحياها المستفيدون منها، وكذلك بالظروف الاجتماعية يعيشون فيها، حتى تتحقق الفائدة المرجوة من البرامج فكل مجتمع لا يظل دائما على حالة واحدة، بل يتغير باستمرار في النواحي السياسية والاقتصادية وكذلك الاجتماعية فالتغيير الاجتماعي يحدث نتيجة للعديد من العوامل ولدراسة العوامل التي تؤثر في المجتمع، يستدعي الموقف جمع بيانات عن الموضوعات التالية:

- المستوى الاجتماعي والاقتصادي للفرد
- مدى انتشار التعليم والثقافة في المجتمع
- التقدم العلمي والتكنولوجي للمجتمع.
- العلاقات الأسرية
- اهتمامات المجتمع بالتربية الرياضية والترويح
- مقدار أوقات الفراغ المتوفرة لدى أفراد المجتمع.
- العادات والتقاليد السائدة في المجتمع.
- حجم البطالة في المجتمع. (متولي البطراوي وسلامة،2013، ص 53).

***تخطيط البرامج الترويحية**: لابد وأن يتمشى مع المواقف الجديدة التي يواجهها المستفيدون من هذه البرامج وأيضاً المشكلات التي تواجههم، وكذلك الاختراعات الحديثة التي تظهر في المجتمع، فكلما زادت الثورة المعلوماتية والتكنولوجية زاد نتيجة لذلك وقت الفراغ لدى الإنسان، وبالتالي يعتبر من المشاكل الملحة التي تقابل الإنسان، ولابد من تخطيط البرامج الترويحية بهدف استثمار وقت الفراغ.

* **دراسة الأفراد المنتفعين من البرنامج**: نظرا لأن البرنامج الترويحي يدور حول المستفيدين منه، ينبغي دراسة الأفراد الذين وضع من أجلهم البرنامج، وذلك لأنه إذا اقتصرنا فقط في تخطيط البرنامج الترويحي على الأسس الاجتماعية السائدة في المجتمع فإننا نكون قد أغفلنا عنصر هام في العلمية

التخطيطية للبرنامج ألا وهو الأفراد المستفيدين، ولقد أكدت بحوث علم النفس على أهمية دراسة خصائص مراحل النمو في المراحل العمرية المختلفة وذلك للكشف عن ميول ودوافع وحاجات كل مرحلة من مراحل النمو فدراسة مراحل النمو تشتمل على الجوانب البدنية – الحركية - الانفعالية – العقلية – الاجتماعية.

فالتخطيط للبرامج الترويحية يختلف باختلاف المراحل السنية وكذلك الجنس والحالة الصحية للأفراد الذين سوف يشاركون في البرامج الترويحية، وتتأثر البرامج أيضاً بالمستوى الثقافي والتعليمـ والاجتماعي للأفراد، ومن ثم لابد من دراسة كل هذه المتغيرات عند تصميم البرامج الترويحية حتى تتفق مع حاجات الأفراد، فيتم الاستفادة من دراسة الأفراد في تحقيق فيما يلي:

– الكشف عن الميول والحاجات والاتجاهات نحو الأنشطة الترويحية التي يمكن ممارستها.

–اختيار الأنشطة الترويحية المناسبة للأفراد طبقا لنوعهم (ذكور إناث) وكذلك طبقا لمرحلتهم السنية، لحالتهم الصحية.

– مراعاة المستوى الثقافي – الاجتماعي – التعليمي وكذلك الاقتصادي للأفراد المستفيدين من البرنامج.

معرفة قدرات الأفراد المستفيدين من البرنامج لتحديد ما يمكن أدائه.(متولي البطراوي وسلامة،2013، ص 55).

-التعرف على استعدادات وقدرات الأفراد لتحديد مدى ما يمكن للفرد أدائه من نوع ومستويات النشاط.

– استثارة دافعية هؤلاء الأفراد للمشاركة الإيجابية في مناشط البرنامج.

- تفهم حاجات الأفراد.

- اختيار أوجه النشاط المناسبة للأفراد موضوع البرنامج وفقا لنوعهم (ذكور أو اناث ووفقا لمرحلتهم السنية ولحالتهم الصحية ووفقا لاستعداداتهم وقدراتهم وميولهم ودوافعهم.

-الاهتمام بالمعاقين وكبار السن وفقا لحالتهم الصحية أو لطبيعة الإعاقة.

– اختبار طرق الأشراف التربوي المناسبة لهؤلاء الأفراد وفقا لنوعهم (ذكور أو إناث) ووفقا لمرحلتهم السنية ولحالتهم الصحية.

-اختيار الخبرات التربوية المناسبة لخبراتهم السابقة.

-مساعدة الأفراد من ذوئ الميول المشتركة في هواياتهم علئ التلاقي وتكوين الجماعات التي تساعدهم في تبادل المعرفة المرتبطة بتلك الهوايات.(درويش ومحمد الحماحمي، 2007، ص152).

* **دراسة الإمكانات**: الإمكانات هي كل ما ومن يساهم في تحقيق هدف معين حالي أو مستقبلي من تسهيلات وملاعب وأجهزة وأدوات وميزانية وظروف للتخطيط والإدارة والتقويم لتحقيق تلك الأهداف، جغرافية ومعلومات وكوادر متخصصة متبعين الأسلوب العلمي وتشتمل الإمكانات جانبي رئيسيين هما الإمكانات المادية والبشرية، وتتضمن الإمكانات المادية المنشآت والأجهزة والأدوات والميزانية الإمكانات البشرية فتشتمل علئ الكوادر القيادة من مشرفين -مدربين – فنيين – رواد.(متولي البطراوي وسلامة،2013، ص 56)

ولذا فإن دراسة الإمكانات لا تقتصر علئ الإمكانات المادية الخاصة بالمنشآت وبالأجهزة وبالأدوات المرتبطة بمختلف مناشط الترويح بل تشمل الإمكانات البشرية التي تُعد علئ درجة كبيرة من الأهمية نظرا لديناميكية وحركة العنصر البشرئ وأثره الفعال في تحقيق التعاون بين الأفراد وبعضهم وبين الجماعات وبعضها لتحقيق أهداف البرنامج، ويجب علئ مصممي برامج الترويح من دراسة الإمكانات المتاحة والإمكانات التي يمكن توفيرها في ضوء التمويل المقرر العملية بناء البرنامج وذلك فيما يرتبط بكل من الإمكانات المادية والبشرية من حيث الكم والكيف أو النوع، ولذا فإن علئ هؤلاء المصممين للبرامج القيام بإجراء العديد من الإحصائيات التي تسعئ إلئ الحصول عن بيانات دقيقة عن أهم الإمكانات التالية:

–المتوفر من المنشآت التي تخدم كافة مناشط الترويح وذلك من حيث العدد أو الكم.

- المتاح من الأجهزة والأدوات المرتبطة بالترويح الرياضي أو الترويح الخلوي أو الترويح الاجتماعي أو الترويح الفني أو الترويح الثقافي وذلك من حيث العدد أو الكم.

- الإمكانات المتوفرة في البيئة المحيطة ومن الإمكانات التي توفرها الطبيعة حالة كافة المنشآت التي تخدم مناشط الترويح المختلفة وذلك من حيث النوع أو الكيف.

-الأجهزة والأدوات المرتبطة بمختلف أنواع الترويح وذلك التمويل المالي ومصادره.

-الوقت المخصص لتنفيذ البرنامج والوقت المخصص لتنفيذ كل نشاط على حده.

-الاستعانة بي القيادات المهنية للعمل في مجال الترويح.

- من يمكن الاستعانة به من القيادات المتطوعة للعمل في مجال الترويح المتاح من الوسائل التعليمية ومن وسائل الاتصال الجماهيري .

- المتوفر من الإسعافات الأولية والتسهيلات الطبية.

-المتوفر من الإمكانات المرتبطة بتوفير عوامل الأمان والسلامة للأفراد للنشاط أثناء ممارستهم.(درويش ومحمد الحماحمي، 2007،ص 155-156).

اتجاهات المعاقين نحو برامج الترويح:

إن عدم اندماج المعوقين مع المجتمع وتفاعلهم معه من أبرز المشاكل التي يعاني منها المعاقين، حيث أن عملية التفاعل معهم لها أهمية كبيرة في حياتهم النفسية والاجتماعية، وهناك متغيرات تلعب دورها في تجديد عملية التفاعل ما له علاقة بالمعوق نفسه ومنها ما له علاقة بالمجتمع، وقد دلت أغلب الدراسات والبحوث إلى أن الاتجاهات نحو المعاقين هو ما يمكن تغييره باتجاه البرامج الترويحية المختلفة كما أشارت دراسات وبحوث أخرى إلى أن طبيعة نظرة المعوق لنفسه هو العامل الحاسم في مدى قبول الناس أو رفضهم له، فالمعاق المقبول لعوقه يقبله الناس أكثر من الآخرين غير المتقبلين لأنفسهم، وهذا تلعب البرامج الترويحية دوراً كبيراً في هذا المجال إذ يمكن في ضوء هذه البرامج تكوين الاتجاهات إيجابية نحو المعوقين ومساعدتهم لكي يعيشوا حياتهم الاجتماعية والنفسية الجديدة بفاعلية اكثر.(القرة غولي وعبد المجيد، 2019، ص 212).

البرامج الترويحية ودورها في تأهيل المعاقين:

إن برامج وأنشطة الترويح متعددة ويمكن مارستها تبعاً لإمكانيات وقدرات الأفراد المعاقين وميولهم واستعدادهم الفطري فهي ليست وسيلة لقضاء وقت الفراغ فحسب إنما تعود على الأفراد المعاقين بالقائدة وتفتح أمامهم آفاقاً مليئة بالسعادة والبهجة، والبرامج الترويحية بالنسبة لهذه الفئة ليست طرفاً كماليا تمليه العاطفة بل أسلوباً علمياً مقتناً يستطيعون من خلاله ممارسة الأنشطة الترويحية المختلفة وأن يتكيف مع واقع جديد.

إن الأنشطة الترويحية ضرورة ملحة للمعاقين لأنها تدعوهم لإعادتهم بالمجتمع وتحقيق أكبر قدر ممكن من الفعالية لأجل تقدمهم ونجاحهم في التكيف مع المجتمع، فالترويح من خلال برامجه وأنشطته وأهدافه ولغاياته يقوم بتطوير إمكانيات وكفاءات وقدرات المعاقين ليشعروا بالمشاركة الفعلية والحركة الدؤوب ومن ثم تأهيله تأهيلاً بدنياً ونفسياً واجتماعياً.

إن التربية الترويحية هي علمية موجهة تربوية لها أغراضها وأهدافها للأصحاء والمعاقين على حد سواء، فهي لم تعد برامج ترفيهية لقضاء أوقات الفراغ فحسب، وإنما هي وسيلة لتحقيق غاية وهدف شامل ألا وهو التأهيل البدني والنفسي والاجتماعي لهذه الفئة.

خطوات التأهيل الترويحي للمعوقين:

1 -**اكتشاف الحالة:** أولى خطوات التأهيل الترويحي للمعوقين هو تحديد حجم المجتمع وحصر حالات الإعاقة مكتسبة أو وراثية ثم تصنيفها.

2-مرحلة الإعداد البدني:

تبدأ هذه المرحلة بعملية الفحص الطبي أولاً لتحديد نوع الإعاقة ودرجته ونوع العلاج المطلوب والذي يشمل إتمام العلاج الطبي إذا تبين أن المعوق يحتاج إلى بعض العمليات الجراحية أو العلاج بالعمل حيث يمارس المعوق بعض الأنشطة الترويحية الرياضية لتدريبه على القيام بحركات معينة تفيد خطة العلاج. وأخيراً التجريب البدني بالاستعانة بالأجهزة التعويضية كالأطراف الصناعية أو النظارات أو الكراسي المتحركة أو أجهزة السمع مع تقديم المساعدة الممكنة لاستخدامها، وبذلك تتم

عملية الربط بين التأهيل الترويحي العلاجي والتأهيل الحياتي وهذه أسمى غاية من غايات الترويح للمعاقين.

3-. مرحلة المتابعة:

من خلال البرامج والأنشطة الترويحية يتم التعرف على متابعة نشاط درجة تكيف المعوق مع زملائه، وكذلك التعرف على قدراته العقلية والنفسية والميول الشخصية والتعرف على مشكلاته، وبذلك فإن القائد الترويحي في مجال المعاقين تضاف له مهمة أخرى وهي التعرف ويجب مراعاة النقاط التالية عند اختيار البرامج الترويحية لهم على المشاكل التي يتعرض لها المعوق ومحاولة حلها..(القرة غولي وعبد المجيد، 2019، ص 213).

ما يجب مراعاته عند وضع البرنامج الترويحي للمعاقين:

عند اختيار برامج وأنشطة الترويح للمعوقين يجب أن يكون العاملون مع هذه الفئة متخصصين من الناحية النفسية والرياضية والاجتماعية والعلاجية وأن لهم القدرة على التحمل وحب العمل مع هذه الفئة ويجب مراعات النقاط التالية عند اختيار البرنامج الترويحي لهم:

1 .أن يتم اختيار البرامج والأنشطة الترويحية بصورة متنوعة وأن لا تختص بأجزاء معينة من الجسم دون الأخرى.

2 يجب اختيار البرامج والأنشطة الترويحية متماشيا مع قدراتهم النفسية والعقلية وتتناسب مع نوع إعاقتهم.

3 أن يكون النشاط الترويحي فرضياً أي تؤدي إلى رفع مستوى القدرة أو تعليم أو زيادة كفاءة أو اكتساب سمة اجتماعية حميدة أو إنجاز عمل ذي نفع عام.

4 عند اختيار النشا الترويحي للمعوق فيجب أن يكون منسجماً وملبياً لحاجة المجتمع ومشيراً العناصر المتعة والرغبة والاندفاع والمثابرة في نفوس المعوقين.

5 يجب الاختيار الأنشطة الترويحية التي تؤدي إلى تأهيل المعوق وتصحيح بعض الأوضاع النفسية والجسدية..(القرة غولي وعبد المجيد، 2019، ص 214).

اهداف البرنامج الرياضي الترويحي للمعاقين سمعيا:

لكى يستطيع المعاق سمعيا العمل بكفاءة ويصبح إنسانا منتجا في المجتمع وفي حدود قدراته الباقية لابد أن يهدف برنامج التربية الرياضية إلى تنمية ما يلى:

1. تعلم المهارات الحركية الأساسية من خلال الأنشطة الرياضية لتنمية وزيادة كفاءته الإدراكية الحركية عن طريق الأنشطة الفردية والجماعية وإثارة دافعيتهم للممارسة بالمنافسات والمسابقات المتنوعة.
2. لمهارات الحركية الطى تنمى التوافق الحركي والبدني وكذلك بالأنشطة الإيقاعية، واستخدام الآلات النقرية كالطبول والدفوف والتمبورين، حيث تحدث تلك الآلات ذبذبات يمكن أن يستجيب لها الطفل الأصم، فالرقص بأنواعه ينمي الحس الإيقاعي كما أن الرقص الجماعي يولد الشعور بالتماسك والانتماء .
3. الاهتمام بالأنشطة الجماعية التعاونية لأن فقد السمع يؤدى إلى فقد الاتصال بالآخرين فهم في حاجة إلى النضج الاجتماعي، حيث إن التربية الرياضية هي الوسيلة لتنمية المهارات الاجتماعية، ويجب استخدام الإشارات خلال اللعب والمثيرات البصرية والأعلام لأنهم لا يسمعون الصفارة.
4. إختلال التوازن للمعاق سمعيا النتاج عن عدم قيام القنوات الهلالية بوظائفها يوجب على المدرس الابتعاد عن المهارات التي تتطلب شدة في التوازن والتسلق والعمل على الاجهزة، وذلك لتوفير الأمان من صعوبة عدم الاتزان. (حلمي ابراهيم وليلى السيد، 1998، ص 152).
5. ضمان اشتراك أكبر عدد ممكن من الأعضاء في ممارسة نواحي الأنشطة المتنوعة.
6. ضمان تحقيق أكبر فائدة ممكنة.
7. تهيئة الفرص لاكتشاف ذوي القدرات والاستعدادات الخاصة (الموهوبين من الاعاقة).
8. تنمية الهوايات الموجودة وتشجيع الممارسين .
9. - اكتساب المعاقين سمعيا القيم الخلقية والسلوكية المطلوبة للعلاقات الإنسانية.
10. توسيع الأفق للأعضاء لاختيار البرامج وتفادي القصور الناشئ عن الخبرات المحدودة.

11. الاستفادة من مصادر يمكن بالاستعانة بها في وضع وتنفيذ البرنامج. (القرة غولي، وعبد المجيد، 2019، ص 28).

اختيار البرنامج الترويحية:

يتم اختيار البرامج الترويحي وفق الخطوات التالية:

1-الكشف عن حاجات الأعضاء ومطالبهم عن طريق التحدث أو الملاحظة أو المناقشة.

2- دراسة هذه الحاجات وتحديد أسلوب وخطوات ما يجب البدء به.

3- وضع الخطة التي تكفل تحقيق هذه الاحتياجات والرغبات .

4-توزيع المسؤوليات على أعضاء الجماعة وتنفيذ الخطة الموضوعة.

5 تقدير وتقييم عملية التنقيل ونتائجها.

ولعل الإجابة على الأسئلة تنير الطريق إلى مزيد من التوضيح لوضع البرنامج وما يجب أن يقوم به الباحث والمشرف على النشاط الترويحي حيال المامه وتنفيذه:

1 .لمن توضع البرامج ؟.

2- لماذا تم توضع هذه البرامج ؟.

3- ماذا تحوي هذه البرامج ؟.

4-متى يبدأ تنفيذ البرنامج ؟.

5-كيف تقوم الجماعة بتنفيذ البرنامج ؟. (القرة غولي وعبد المجيد، 2019، ص 28).

تقويم البرنامج الرياضي الترويحي:

- خطوات تقويم البرنامج الترويحي:

يشير درويش وآخرون (1982) أنه من الضروري عند تقويم البرنامج الترويحي أن يتبع الرائد الترويحي خطوات خاصة لهذا الغرض.

أولاً تحديد أهداف التقويم:

إن تحديد الهدف من التقويم هي أولى الخطوات التي يقوم بها الرائد الترويحي لوضع برنامج تقويمي، فيؤدي ذلك إلى نجاح الخطوات التالية فالأهداف الواضحة أساس عملية التخطيط للبرنامج

والتي على أساسها سوف يتم تحديد المواقف التربوية التي يمكن من خلالها ملاحظة أنماط سلوك الأعضاء وتحديد أنواع الوسائل التي سوف تستخدم في جمع البيانات .كما أن تصنيف الأهداف على نحو يسهل اختيار وسائل التقويم المناسبة لها، فهناك أهداف تتصل بالمهارات والقدرات الحركية وبالات الجو والميول، وهكذا.

ثانيا: تحديد المواقف التربوية:

التي يمكن من خلالها ملاحظة سلوك الأعضاء يتم ترجمة الأهداف إلى أنماط من السلوك يمكن ملاحظتها وذلك للكشف عن نمو وتقدم الأعضاء نحو أهداف البرنامج، ويفضل تحديد بعض المواقف وإتاحتها للأعضاء من قبل الرائد الترويحي حتى يتفاعلوا مع هذه المواقف، وبالتالي فيكون هناك فرص لظهور جوانب السلوك الذي نتوقعه من الأعضاء وذلك يدل على أنهم حققوا الأهداف المرغوبة.

ثالثا: تحديد أنواع الوسائل التي سوف تستخدم في التقويم:

بعد الخطوتين السابقتين تأتي هذه الخطوة وهي اختيار أفضل وسائل التقويم، وهنا يختار الرائد الترويحي الوسائل المناسبة لتحقيق ما يريده من التقويم، ومن وسائل التقويم -المقابلة الشخصية الملاحظة -دراسة الحالة -الاستبيان.

رابعا: جمع البيانات وتبويبها واستنتاج ما تدل عليه النتائج:

بعد الثلاث خطوات السابقة تأتي هذه الخطوة، فعلى الرائد الترويحي أن يقوم بتحليل النتائج التي تم التوصل إليها، وتصنف النتائج وتحلل وتفسر في ضوء الأهداف المنشودة، وذلك لتحديد نقاط القوة وكذلك للوقوف على نقاط الضعف. (متولي البطراوي وسلامة، 2013، ص 63-65).

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل، نستنتج أن الأنشطة الرياضية الترويحية تساهم بشكل كبير في تحسين حياة الأفراد والجماعات، سواء الاسوياء أو ذوي الاحتياجات الخاصة فهي تساهم في التربية العامة للأفراد وهاذا ما اكدته اغلب الدراسات والباحثين والمنظرين على الدور الفعال الذي يحققه الترويح على الفرد من التوازن النفسي وتحقيق التفاعل الاجتماعي وكذلك تفريغ الانفعالات والشحنات التي من شئنها ان تترسخ لدي الافراد وتصبح سمة سلبية، وبالتالي فإن الترويح الرياضي عامل مهم في الوقاية من مختلف السلوكيات الانحرافين وذلك باعتبار أن استثمار أوقات الفراغ بمثل هذه الأنشطة الترويحية الرياضية يعزز لدى الفرد الثقة بالنفس ويمنحه الشعور بالسعادة والمتفائل، ويتعدى الترويحية الرياضي حتي يصل بالاستمتاع بوقت الفراغ إلى تنمية الثقة بالنفس والاعتماد على ذاته والروح الرياضية وعمل صداقات تخرجه من عزلته وتدمجه في المجتمع.

الفصل الثاني

السمات الشخصية

1. تمهيد:
2. تعريف السمات.
3. تصنيف السمات.
4. تعريف الشخصية.
5. تعريف سمات الشخصية
6. النظريات المفسرة للسمات الشخصية.
7. خصائص السمات الشخصية.
8. بناء الشخصية.
9. مكونات الشخصية.
10. محددات الشخصية.
11. التوجيه الايجابي للسمات الشخصية.
12. تنمية الشخصية باللعب.
13. اهم السمات الشخصية التي يدرسها الباحث.
14. أثر الرياضة في الشخصية

تمهيد:

يعتبر موضوع السمات الشخصية من الموضوعات الهامة التي يتم بها الكثير من العلماء من منظرين و باحثين في هذا المجال، وإن التعرف على هذه السمات الشخصية في علم النفس عامة وعلم النفس الشخصية خاصة تمدنا بمؤشرات أولية، وتبين ظهور ملامح أولية سواء في القوة أو في العجر أو طريقة استنتاج سلوك الفرد، ويشترك الكثير من الأفراد في سماتهم الشخصية والتي تظهر في سلوكياتهم خلال مراحل نموهم الأولى والتي تميل بها إلى الإيجابية أو السلبية أو إلى الثبات النسبي خلال المراحل العمرية اللاحقة، كما يجب الأخذ بعين الاعتبار أن هذه السمات الشخصية والتي يتميز بها الأفراد مجموعة من الاضطرابات النفسية لديهم والتي تستلزم التدخل العاجل لحل بعض المشكلات التي تتطلب المواجهة والعلاج كما أنهم يتشابهون مع أقرانهم في العديد من الاحتياجات الأساسية لأنها تعد من أهم الضروريات البيولوجية والنفسية للإنسان، ويختلف كثير من الأفراد أو الاطفال في السمات الشخصية لديهم التي تفرضها خصائصهم النوعية.

ويتناول الباحث في هذا الفصل، التعريف الكامل للسمات وللشخصية وكيفية تكونها لدى الأفراد، والعوامل المثثرة في تكوينها، واهم النظريات المفسرة للسمات الشخصية بالإضافة إلى دور الرياضة في تأثيرها على السمات وتوجيهها توجيها إيجابيا، وكذلك التعرف على مختلف خصائصها وعلى أمهم السمات التي تطرقا إليها الباحث في دراسته.

1ـ تعريف السمات

تعددت تعاريف علماء نفس الشخصية وكذلك تعـددت تعاريفهم للسمات، تبعاً لاختلاف نظرياتهم من الشخصية.

والسمة Trait بصفة عامة يمكن أن تشير إلى الاتجـاه المميـز للشخص لكي يسلك بطريقة معينة، أو هي أي صفة يمكن أن نفرق علـى أساسها بين فرد وآخر وهناك ثلاث تفسيرات للدلالة على مفهوم السمة:

ففي التفسير الأول :نعزى السمة إلى السلوك الذي يقوم به الفـرد في عديد المواقف، إذ أننا نميل إلى وصف السلوك بجملة وصفية كان نقول أنه يعمل بثقة، أو أنه حذر في معاملاته، أو أنـه عـدواني عنـدما يتنافس مع آخرين، أي أننا في هذه المرحلة نعزو السمة إلـى الـسلوك لا إلى الشخص نفسه.

وفي التفسير الثاني :نقوم بنسب السمة إلى الشخص الذي يقـوم بالسلوك، كأن نقول أن الشخص واثق من نفسه أو شـخص عـدواني أو شخص حذر.

وفي التفسير الثالث :يمكن تسمية المفهوم أو الـصفة أو السمة، بعد أن نقرر إمكانية وصف الشخص بصفة مـا نتيجـة ملاحظـة سلوكه لمرات متكررة، فإننا نشير إلى هذه الصفة كـشيء مـا ونعطيهـا اسماً، فنقول أن هذا الشخص لديه سمة معينة هي سـمة الثقـة بـالنفس أو الحذر أو العدوانية أو غير ذلك من السمات.

ولكن كيف نحدد وجود السمة عند فرد معين، إننا في السعادة لا نلاحظ السمة، إنما نستنتجها من سلوك الفرد، وهذا الاستنتاج لا يأتي من مجرد ظهور السمة في سلوك الشخص واستجاباته، ولكن يرتبط تحديد وجودها باستمرار ظهور السلوك الذي يشير إليه .

وأصحاب نظرية السمـات يرون أن الشخصية تتكون من مجموعة ما لدى الفرد سمات، وإذا كانت هذه السمات موجودة فإننا نتمكن من قياسها كأبعاد للشخصية. فالشخصية تبعا لذلك تكون كـالشكل الهندسي الذي له أبعاد يمكن قـيـاسـها لمعـرفة خصائصه، والسمات هي أبعاد الشخصية التي يمكن قياسها لمعرفة خصائصها فإذا عرفنا أن ممارسة الرياضي يمتلك ممن خلالها سمة الثقة بالنفس أو الاجتماعية أو ضبط النفس بذلك نكون قد عرفنا بعدا من أبعاد شخصيته، وإذا عرفنا أن

اللاعب الرياضي يتسم بسمة الثبات الانفعالي عن طريق الملاحظة الموضوعية في المنافسات والممارسات الرياضية أو عن طريق اختبار يقيس هذه السمة فبذلك نكون قد عرفنا بعدا آخر من أبعاد شخصية اللاعب الرياضي. وهكذا تكون للشخصية أبعاد بعدد السمات التي يمكن ملاحظتها وقياسها بدقة. (علاوي، 2002، ص174).

•تعريف موردون البورت :G. Allport

السمة بناء نفسي عصبي مركزي عام خاص بالفرد، يعمل على جمل المدارات المتعددة متساوية وظيفيا، كما يعمل على إصدار وتوجيه اشكال متساوية من السلوك التكيفي والتعبيري. (p 123 , ruibi,1996).

•تعريف ريموند كاتل :R. Cattell

السمة هي مجموعة ردود الأفعال والاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة وسماح بهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد ومعالجتها بنفس الطريقة في معظم الأحيان.

•تعريف ايزنك :Eysenck

السمة تجمع ملحوظ من النزعات الفردية للفعل، وبعبارة أخرى فإن السمة ببساطة هي اتساق ملحوظ من عادات الفرد أو أفعاله المتكررة.. (طارق محمد واخرون، 2013، ص51).

ويعرفها محمد مصطفى زيدان :بأنها» استعداد عام أو نزعة تطبع سلوك الفرد بطابع خاص وتشكله وتلونه وهذا هو المعنى الشائع للسمة.

ويعرفها عبد المنعم حنفى بأنها: (الصفة الجسمية أو العقلية أو الانفعالية أو الاجتماعية الفطرية منها أو المكتسبة، العامة أو الخاصة التي تستنتجها من سلوك الأفراد وتنصف هذه السمات بالدوام النسبي، ويشترك في الاتصاف بها مختلف الأفراد بدرجات متقاربة، فهي اختلاف في الدرجة وليس في النوع).

تعريف أحمد عبد الخالق السمة بأنها: (حفلة أو خاصية ذات دوام نسبي يمكن أن يختلف فيها الأفراد فتميز بعضهم عن بعض أي توجد فروق فردية فيها وقد تكون السمة وراثية أو مكتسبة وهي أم جسمية أو معرفية أو انفعالية أو منغلقة بمواقف اجتماعية).

بينما يعرفها فؤاد أبو حطب» بأنها سمات أحادية القطب في مقابل سمات ثنائية القطب فالسمه ذات القطب الواحد Unipolar تلك التي تمتد من الصغر إلى أكبر مقدار، أما ذات القطبين Bipolarتلك التي تمتد من قطب إلى قطب مضاد مسار بلقطه الصفر.

بينما يعرفها أحمد زكي صالح، بأنها» مجموع أساليب النشاط التي ترتبط فيما بينها بعلاقة قوية وترتبط بغيرها ارتباطاً ضعيفاً.

وتعرف السمة بأنها العلاقة المميزة أو الخصائص والصفات التي تميز الفرد عن غيره من الأفراد ومن الضروري لفهم ذلك أن نرجع إلى المقولة المشهورة وأنا أشبه كل الناس«،» أنا أشبه بعض الناس«،» أنا لا أشبـه أحـد، وهذه الأخيرة هي السمات التي تميز الفرد عن غيره من الأفراد.(أحلام حسن، 2014، ص 23).

2ـ تصنيف السمات:

أولاً: السمات العامة، والسمات الخاصة:

رأى البورت أن هناك سمات خاصة وسمات عامة

- **فالسمات الخاصة:**

هي التي تقوم بدور دافعي بالنسبة للفرد، فهي التي تحـدد أنمـاط سلوكه، كما رأى أنه من الصعب أن يتفق فردان في سماتهم لأن الـسمات تعمل بطريقة فريدة لدى كل شخص تبعاً لاستعداداته.

- **أما السمات العامة:**

وهي مشتركة وتنمو بين الناس نتيجة للخبرات والثقافة وعلى ذلك عندما يتشابه الفرد مع الأفراد الآخرين في جوانب معينة مـن اسـتجاباته وسلوكه فإننا بذلك نشير إلى السمات العامة أو المشتركة بين الأفـراد، ونقصد بالسمات العامة تلك الشائعة أو المشتركة بين عـدد كبيـر نـسبياً من الأفراد في ثقافة أو حضارة معينة .أو قد تكون شائعة بين الناس بصفة عامة ولكن بدرجات متفاوتة.

وفي نفس الوقت عندما تختلف استجابات الأفراد بعـضهم عـن بعض فإننا بذلك نشير إلى السمات الخاصة أو الفردية، فعلى سبيل المثال سمة كسمة الثبات الانفعالي أو ضبط الذات يمكن أن

تكون سمة عامة شائعة في بعض الحضارات ولكنها تختلف في درجاتها من فرد لآخر، وبذلك يمكن أن نطلق عليها سمة عامة . (طارق محمد واخرون، 2013، ص53).

وسمة مثل العدوانية يمكن أن تكون سمة خاصة يتسم بها شخص ما ولا يتسم بها شخص آخر يمكن أن نطلق عليها سمة خاصة

كما رأى البورت أن السمات الفردية يمكن تقسيمها إلى ثلاث فئات:

السمات الرئيسية Carelinal traits

وهي الصفات التي لها القوة وتستطيع من خلالها أن تنفذ إلى كل وجه من أوجه حياة الفرد، وهي غالباً ما تطبع سلوك الفرد عموماً وقد يشتهر بها مثل سمة العدل في الخليفة عمر بن الخطاب رضي عنه.

- **السمات المركزية Central traits**

وهي خصائص ذات أهمية ولكن ليس على مستوى السمات الرئيسة كسمات مثل العدوانية والخجل، وهذا النوع من السمات هو الأكثر شيوعاً ويظهر في العديد من جوانب حياة الفرد إلا أنها لا تحمل قوة السمات الرئيسية.

- **السمات الثانوية :Secondary traits**

وهي الخصائص التي تنشأ كتفصيلات أو سلوكيات موقفية وهى تبدو قليلة الأهمية بالنسبة لسلوك الفرد.

ثانياً: السمات السطحية والسمات المنبعية:

أشار القريطي نقلا عن ريموند كاتل Raymond Cattel

إلى أن السمات تحدد سلوك الشخص وأن السمات الشخصية يمكن أن تحدث على الأقل في مستويين، وبذلك فرق بين: (طارق محمد واخرون، 2013، ص54).

-السمات العامة Commern traits

وهي التي يمتلكها كل الناس.

السمات الفريدة :Unique traits

التي يمتلكها شخص بعينه ولا يمكن أن توجد لدى شخص آخر بصورة مطابقة تماماً، كما قسمها إلى انوع متعددة منها:

-السمات المزاجية :'Temperement traits

وهي التي تعكس الاتجاهات المشكلة لأسلوب الفرد، مثل الاتجاه إلى أن يكون الفرد سريع التهيج والاستثارة أو الهدوء أو الشجاعة.

-السمات القدرة Ability traits

مثل الذكاء أو المهارة في التعامل مع المواقف المتغيرة .

-السمات الديناميكية :Dynamic traits

وهي التي تشكل الدافعية والميول والاتجاهات والنزعات.

وفي ضوء التصنيف الذي وضعه كاتل Cattel يمكن تصنيف

السمات إلى سمات سطحية Sufrace traits، إذ يرى أن هناك سمات يمكن ملاحظاتها بسهولة وتبدو في التفاعل مع الأخرين وفي إنجاز الأعمال وفي الإجابة على استخبارات الشخصية، كما يبدو أنها قريبة من السطح في شخصية الفرد وتعدل بسهولة في إطار الظروف البيئية أي أنها أقل ثباتاً ومن أمثلة ذلك سمة الحيوية وسمة المرح.

أما السمات المنبعية فهي السمات التي لا يتم التعبير عنها مباشرة ولكن يتم التعبير عنها عن طريق السمات السطحية، وقد أشار كاتل إلى أنها المكونات الحقيقية الكامنة وراء السمات السطحية والتي تسهم في تفسير سلوك الفرد. (طارق محمد واخرون، 2013، ص55).

3ـ تعريف الشخصية:

✓ **ومن أشهر التعريفات للشخصية:**

-تعريف البورت Allport: الشخصية هي التنظيم الدينامي في الفرد لجميع الأجهزة النفسية والجسمية الذي يحدد توافقه الفريد مع بيئته.

-وتعريف كاتل Cattel: الشخصية هي ما يمكننا التنبؤ بما سيفعله الشخص عندما يوضع في موقف معين.

-ويرى فروم FROMM: أن الشخصية هي مجموعة السمات النفسية والجسمية الموروثة والمكتسبة التي تميز الفرد وتجعل منه شخصاً فريداً لا نظير له، ويؤكد فروم دور الأسرة في تشكيل خلق الطفل باعتبارها "الوكالة النفسية للمجتمع" وعن طريقها يكتسب الخلق الاجتماعي مع احتفاظه بما سماه الخلق الفردي. (كمال يوسف، 2015،ص41).

-ويعرف ايزنك Kyrence الشخصية، الها التنظيم الثابت المستمر نسبيا تخلق الشخص ومزاجه وجسده، وهذا التنظيم هو الذي يجدد تكيفه بيرت Bert فقد عرف الشخصية، بالها ذلك النظام الكامل من الميول والاستعدادات الجسمية والعقلية الثابتة نسبيا، التي تعد تميزا خاصا للفرد والتي يتحدد بمقتضاها اسلوبه الخاص في التكيف مع البيئة المادية والاجتماعية.

-وتعرف ليندا دافيدوف الشخصية: تلك الأنماط المستمرة والمنسقة نسبيا من الإدراك والتفكير والاحساس والسلوك التي تبدو لتعطي الناس ذاتيتهم المميزة.

والشخصية تكوين متكامل يتضمن الافكار، الدوافع، الانفعالات، الميول، الاتجاهات، والقدرات والظواهر المشابهة.

-ويعرف Woodworth and Marquis الشخصية: هي الأسلوب العام لسلوك الفرد كما يظهر في عاداته التفكيرية وتغيراته واتجهاته وميوله وطريقة سلوكه وفلسفته الشخصية في الحياة

اما Roback فيعرف الشخصية: هي مجموع استعداداتنا المعرفية والانفعالية والتزوعية.(سوسن شاكر، 2015، ص21).

-ويعرف موريس Morris فالشخصية: بأنها " نمط الفرد الفريد من الأفكار و المشاعر و السلوك الثابت على مدى الزمان و عبر المواقف. (Morris , 1996, p 09).

-ويذكر محمد حسن علاوي في كتابة " علم النفس الرياضي " مجموعة من التعاريف الشخصية من حيث المثير والاستجابة والوسيط وكانت كما يلي:

أ- تعريف الشخصية كمثير:

تهتم تلك التعريفات بالمظهر الخارجي للإنسان ومدى قدرته على التأثير في الآخرين واستثارة استجابات إيجابية من جانب العديد من الآراء الآخرين في مواقف مختلفة، وذلك أكثر من اهتمامها

بطبيعة الإنسان وتكوينه وتحت هذا المفهوم يمكن الاستناد إلى التعريف التالي للشخصية " بأنها مجموعة الأفعال التي تأثر في الآخرين بمعنى الحالة الاجتماعية للفرد. (الششتاوي، 2014، ص 18).

ب – تعريف الشخصية كاستجابة.

حيث يهتم هذا التعريف للشخصية على انها استجابة أو السلوك الذي يستجيب له الفرد في المواقف المختلفة أو باستجابة الفرد للمميزة للمثيرات الاجتماعية واسلوب توافق مع المظاهر الاجتماعية في البيئة.

ج – تعريف الشخصية كمتغير وسيط أو تكون فرض ى داخلى:

الشخصية هي استعداد لنوع معين من السلوك يظهر في كثير من المواقف المتعددة وهذا الاستعداد يتكون مما يسمى بالعادات والسمات والخصائص أو القيم والدوافع والاتجاهات وهذا ما يسمى بالوسيط بين المثير والاستجابة. (الششتاوي، 2014، ص 19).

4 ـ تعريف سمات الشخصية: Identifying Personality Traits (Dispositions)

وهي ما يُمَكِّنُ من تنظيم سلوك الفرد وتحديده ضمن عدد محدد من الأبعاد Dimensions حيث نقول عن شخص ما إنه سعيد ومسرور أو أنه عدواني أو أنه شخص بحاجة لأن يكون محبوباً أو أنه بخيل و شحيح ...إلخ. (محمد قاسم، 2009، ص 188).

تعرف السمات الشخصية بأنّها: "السمات المميزة لأفكار الشخص و مشاعره و أفعاله لجعل الفرد مختلفا عن الأشخاص الآخرين.

وتعرف أيضا بأنها خاصية داخلية ثابتة إلى حد ما وموثوقة ودائمة تم استنتاجها من اتجاه الأفعال و التوقعات والمشاعر والعادات داخل الشخص.(مقحوت، 2010، ص 134).

كما تعرف أيضا بأنها: مجموعة من الخصال أو الصفات الشخصية التي تتمتع بقدر من الدوام و التي تظهر من خلال سلوك الفرد في المواقف المختلفة، تشمل تلك الصفات جوانب انفعالية و اجتماعية وعقلية وجسمية واستجاباته و أسلوبه المميز في التكيف مع البيئة.

و عرفها بدر الأنصاري (1997) بأنها: نمط سلوكي مركب، يميّز الفرد عن غيره من الأفراد، و يتكون من تنظيم لمجموعة من الوظائف والسمات و الأجهزة المتفاعلة معا، و التي تظم القدرات

العقلية والانفعالية والإرادة والتركيب الجسمي الوراثي والوظائف الفسيولوجية والأحداث التاريخية الحياتية، التي تحدد طريقة الفرد الخاصة في استجاباته والأسلوب المميز في التكيف مع بيئته. (مقحوت، 2021، ص 135).

5 ـ النظريات المفسرة للسمات الشخصية:

أولا: نظرية السمات عند ألبرت" :Allport "

يرى " ألبرت " أنّ للسمة أكثر من وجود إسمي بمعنى أنها تماثل وجود العادة المركبة، إلا أنها أكثر عمومية منها، إضافة إلى أنّ السمة تحدد السلوك بشكل دينامي، و يتابع" ألبرت " بأنه لكي نعرف أنّ لشخص ما سمة يجب أن تتوافر لدينا استجابات متكررة بحيث تبدو مستقلة كوظيفة للمحدد نفسه الكامن في الشخصية، و يمكن عن طريق الملاحظة أو دارسة تاريخ حياة الفرد أن نستدل على وجودها، و لإثبات وجود السمة يمكن استخدام الطرائق الإحصائية من خلال تحديد درجة الاتساق بين الاستجابات المنفصلة، و استقلال السمات الواحدة عن الأخرى استقلالا نسبيا و صنف " ألبرت " السمات إلى سمات خاصة و سمات عامة و هي:

-السمات الخاصة: هي التي تقوم بدور دافعي بالنسبة للفرد فهي التي تحدد أنماط سلوكه، كما رأى أنّه من الصعب أن يتفق فردان في سماتهم لأن السمات تعمل بطريقة فريدة لدى كل شخص تبعا لاستعداداته.

-السمات العامة: وهي مشتركة و تنمو بين الناس نتيجة للخبرات و الثقافة و على ذلك عندما يتشابه الفرد مع الأفراد الآخرين في جوانب معيّنة من استجاباته و سلوكه فتسمى: السمات العامة أو المشتركة بين الأفراد، و نقصد بالسمات العامة تلك الشائعة. بذلك نشير إلى السمات المشتركة بين عدد كبير نسبيا من الأفراد في ثقافة أو حضارة معيّنة، أو قد تكون شائعة بين الناس بصفة عامة ولكن بدرجات متفاوتة.

وفي الوقت نفسه عندما تختلف استجابات الأفراد بعضهم عن بعض فإننا بذلك نشير إلى السمات الخاصة أو الفريدة، فعلى سبيل المثال سمة كسمة الثبات الانفعالي أو ضبط الذات يمكن أن

تكون سمة عامة شائعة في بعض الحضارات و لكنّها تختلف في درجاتها من فرد لآخر، و بذلك يمكن أن نطلق عليها سمة خاصة.

كما رأى " ألبرت " أن السمات الخاصة (أو الفردية) يمكن تقسيمها إلى ثلاث فئات:

-السمات الرئيسية: و هي صفات لها القوة التي تستطيع من خلالها أن تنفد إلى كل وجه من أوجه حياة الفرد، و هي غالبا ما تطبع سلوك الفرد عموما و قد يشتهر بها مثل :سمة العدل في الخليفة" عمر بن الخطّاب - "رضي الله عنه- .

-السمات المركزية: و هي خصائص ذات أهمية و لكن ليس على مستوى السمات الرئيسية كسمات مثل العدوانية و الخجل، و هذا النوع من السمات هو الأكثر شيوعا و يظهر في العديد من جوانب حياة الفرد إلا أنها لا تحمل قوة السمات الرئيسية.

-السمات الثانوية: وهي الخصائص التي تنشأ كتفصيلات أو سلوكيات موقفية وهي تبدو قليلة الأهمية بالنسبة لسلوك الفرد. (مقحوت، 2020، 136-137).

ثانيا: نظرية التعلق جون بولي:

يعد جون بولبي و ماري اينسوورث (Bowlby & Ainsworth) هما المؤسسان لهذه النظرية، و مفهوم التعلق في رأي بولبي هو "القدرة على الدفاع ضد المخاطر و الاضرار التي تلحق بالفرد من خلال علاقاته بالبيئة المحيطة"، حيث يفترض أن التعلق نمط ثابت في الشخصية، وقد توصلت دراسات عديدة إلى وجود مؤشرات على ثبات أسلوب التعلق و تأثيره على الطريقة التي يرتبط بها الأشخاص مع بعضهم البعض في علاقات اجتماعية متبادلة.

وانطلاقا من هذا وضع (بولبي) مفهوما أساسيا في نظريته أطلق عليه (العلاقات الآمنة) حيث يعرفها بأنها تلك التفاعلات التي يستجيب من خلالها الآباء للطفل الذي يكون في حالة مشقة و يقومون بمساعدته على تنظيم انفعالاته و إشعاره بالراحة و العناية .

كما أدخلت) ماري) على النظرية مفهوم جديدا هو(الأساس الآمن) و تقصد به "أن تلبية الحاجات الفسيولوجية و الوجدانية للطفل تجعله يشعر بأن الشخص الراعي سوف يكون متاحا كلما

احتاج إليه مما يجعله يشعر بالأمان "و أطلقت عليه(النمط الآمن) ووجدت أن هذا النمط يكون أقل اضطرابا و أكثر تواصلا مع المجتمع وأقرانه كما وجدت نمطين للتعلق هما:

أ -النمط المتجنب :و يفتقد إلى التقارب مع المحيطين كما يفتقر إلى السلوك الاستكشاف و أقل بحثا عن المساندة الاجتماعية و ذلك لخوفه الشديد من رفض الآخرين له.

ب -النمط القلق :و يتميز هذا النمط بالتقارب و التعلق بالآخرين بشكل مستمر و يشعر بالضيق عند الانفصال.

من خلال ما سبق يتضح أن الأفراد الذين ينتمون إلى الأنماط غير الآمنة، وهذا يؤدي القلق والمتجنب يفتقدون إلى المهارات الاجتماعية للتفاعل مع إلى عدم تقديرهم الجيد للمساندة المقدمة، كما يفتقدون إلى القدرة على التعبير عن مشاعرهم، ومن ثم يكونون أكثر تأثرا بالمواقف الضاغطة، فأسلوب التعلق الخاص بالفرد ربما يؤثر على الطريقة التي يرتبط بها الفرد مع الآخرين وبالطريقة التي يواجه بها تحديات المواقف، من خلال هذه النظرية يتضح أن نمط أو أسلوب التعلق في الطفولة المبكرة تحدد طريقة ارتباط الفرد بالمحيطين به حيث أن إدراك الفرد لوجود أشخاص في محيطه يمدونه بالمساندة و الدعم يجعله يحسن بأنه محبوب و له قيمة حيث يؤدي هذا إلى شعور الفرد بالأمان و الراحة. (حدة، 2016، ص135).

ثالثا: نضريه الإرشاد العقلاني الانفعالي البرت إليس:

تستند هذه النظرية إلى الأفكار التي نادت بها المدرسة الرواقية والأيبقورية والتي ترى أن الأشياء في ذاتها وطبيعتها لا تثير الخوف أو القلق لدى الفرد ولكن الآراء التي يكونها الفرد عن هذه الأشياء و الموضوعات أو الطريقة التي يدرك بها تلك الأشياء هي السبب الحقيقي وراء ذلك، وبعبارة أخرى فإن الاضطرابات الانفعالية في نظر **إليس** تعتمد على وجود أفكار ومعتقدات خاطئة لدى الفرد، وأن الفرد مسؤول عن إزعاج نفسه إلى حد كبير بسبب أفكاره اللاعقلانية، ولقد رأى "إليس "أن الأفراد نادرا، إن لم يكن مستحيلا ما يكون لديهم أفكارا ومشاعر وسلوكيات نقية، وأن رد الفعل عبارة عن حالة مركبة من الإدراك أو التفكير والعمليات الحسية الحركية، فالتفكير والانفعال لا يمثلان عمليتين منفصلتين أو مختلفتين لكنهما يتداخلان على نحو ذو دلالة ويعملان في

علاقة (السبب والنتيجة)، حيث يؤدي التفكير إلى الانفعال، كما يؤثر الانفعال على التفكير وعلى السلوك.

ومن الخطأ القول أن تغيير الانفعالات وحدها يؤدي إلى تغيير التفكير أو أن تغيير التفكير يؤدي إلى تغيير الانفعالات والحقيقة أن هناك علاقة دائرية بينهما، فانفعالات الفرد سواء الإيجابية أو السلبية غالبا ما تكون مرتبطة بأفكاره ومعتقداته نحو المواقف والأشياء المختلفة، فالأفكار تؤثر على مشاعر الفرد وسلوكه، كما أن الانفعالات تؤثر على أفكاره وسلوكه، كما أن التصرفات السلوكية تعكس ما لدى الفرد من أفكار ومشاعر، ومن ثم فإن حدوث تغييري جانب من هذه الجوانب الثلاثة يؤثر بالتالي على الحالتين الآخرين. (سهير، 2010، ص 62).

رابعا: نظرية الذاتSelf :

مؤسس نظرية الذات (كارل روجرز) وهو واضع اسس طريقة العلاج المتمركز حول المريض المسترشد ."عرف روجرز الذات أو مفهوم الذات على انه نموذج منظم ومتسق من الخصائص المدركة" للانا "مع القيم المتعلقة بها.

ويرى روجرز ان مفهوم الذات ينمو مع الاطفال حينما يلاحظون اعمالهم الخاصة كما يلاحظون سلوك الآخرين، فخلال سنوات الطفولة الأولى المبكرة يتعلم الاطفال الكثير من السلوك ويحددون لأنفسهم سمات معينة وهم على درجة عالية من الوعي مثل الغضب، العناد، الغيرة، العدوانية الطفلية، وكذلك يتعلم هؤلاء الأطفال الكثير من السمات الايجابية مثل التعاون، التقارب، تقبل الآخر التفهم، حتى تتكون لديهم)أنا(اجتماعية، وهكذا تتطور لديهم مفاهيم الذات ببطء، ويرى روجرز ان الكائنات البشرية تجاهد لتحقيق التناسق بين الخبرات وصورة الذات.

ادرك روجرز مرحلة الطفولة ادراكا دقيقا وعدها مرحلة حرجة لنمر الشخصية فيما بعد، وهو بذلك يتقارب مع النظريات الدينامية في تقييمها لأهمية مرحلة الطفولة ويرى فيها مرحلة تكوينات متعددة منها الفكرية والاجتماعية والنفسية والتربوية، فالطفل يتعلم الدفء من الاسرة)والديه واخوته (ويتعلم القبول والرفض من الاسرة ويتعلم الاحترام والتقدير الذاتي من نفسه ومن الآخرين في المجتمع.

يقول روجرز ان الاطفال سوف يعملون اي شئ لإشباع هذه الحاجات والحاجات تتطلب الاشباع واذا ما اشبعت تترك اثرا نفسيا في الذات: اهمه الحرمان أو النقص الانفعالي أو الاجتماعي، فالأسرة تعلم الطفل اشباع حاجاته مثل الحب، المعرفة، الفهم، الانتماء، التفاعل الاجتماعي، التقدير، الخضوع، تحقيق الذات المعاضدة، التعاون.

يضيف روجرز لكي يحصل الاطفال على قبول الوالدين عادة ما ينكر ادراكاتهم الخاصة، وانفعالاتهم واحساساتهم وكذلك افكارهم ويؤدي هذا الاسلوب الى مشكلات على المستوى البعيد، وي المستقبل حينما تتكون الشخصية وتأخذ طابع الخصوصية.

على الرغم أن روجرز يعترف ان الوراثة والبيئة تحددان الشخصية على نحو ما فإنه يركز على الحدود التي تضعها الذات والتي يمكن أن تمتد إلى مراحل العمر اللاحقة، فهذا أنه يخاطب الافراد بنفس الطريقة التي يخاطب بها الطفل اقرانه أو ابويه، ونحن نعلم أن الذات الحقلية سريعة الغضب والاستثارة وتكون عادة اتخاذ القرارات لديها غير مدروسة

وهو تعبير عن سلوك اناني وحب الامتلاك، وهي بذلك تعبير عن عدم النضج النفسي ويتحكم فيها الانفعال، فالذات الطفلية تطلب كل شيء ولا تعطي شيئا.

أما في النضج يبدأ الناس في تقبل انفسهم ويصبحون أكثر انفتاحا على في الآخرين لما اكتسبوه من خبرات وتكون درد ي الحياة من اجل تحقيق الذات، وهي ما تسمى بالذات الراشدة أو البالغة أي أن كل الناس في المجتمع يسلكون المواقف ويتخذون القرارات بناء على المنطق والموضوعية دون انفعالات. (الإمارة،2014ص 217).

خامسا: نظرية الأنماط بافلوف (Pavlov's Types):

انطلق بافلوف (Pavlov) في شرح نظريته عن الأنماط الشخصية من ثلاثة منطلقات أساسية وهي:

الأول :الجهاز العصبي هو مركز الفعاليات النفسية، وأن ما يسميه بعضهم بالارتباطات النفسية ليس إلا ارتباطات فزيولوجية وان مختلف الدراسات المخبرية التي قام بها لفترة طويلة من الزمن تعطي دليلاً كافياً على ذلك.

الثاني: هناك ظاهرتين أساسيتين في التكوين النفسي للإنسان والحيوان (هما عمليتا الإثارة والكف، وانهما مترابطتان، وأن فعالية الإنسان والحيوان) منطلق منهما باستمرار، وأن الأولى تمثل نشاط الإنسان وإنتاجه بينما تمثل الثانية، وهي الكف، النزوع الى الراحة واستعادة النشاط وحماية الخلايا من الإعياء والإفراط في صرف الطاقة.

الثالث :أن الإنسان يحمل قدرة على التكيف، وأنه في ذلك يحمل الكثير من الأفعال المنعكسة الطبيعية التي تبقى ثابتة ومتناسبة مع مؤثرها الأصلي، والكثير من الأفعال المنعكسة الشرطية التي تكون مكتسبة وقابلة للتعديل والتحويل، من هذه المنطلقات يأتي بافلوف للحديث عن أنماط المزاج عند الإنسان عن طريق الحديث عن الأنماط التي يجدها عند الكلب على أساس أن التشابه في التكوين الفزيولوجي بين الاثنين يكفي لمثل هذا التعميم فهناك أولاً نمطان متطرفان يقابل أحدهما الإثارة وشدتها، ويقابل الثاني الكف وهدوءه.

وهناك ثانياً حال متوسط معتدل عنده شيء من الطرفين ولذلك فهو متوازن، ولكن هذا الحال المتوسط يعود، هو نفسه، إلى نمطين تبعاً لغلبة الإثارة أو الكف؛ فتكون الإثارة هي الغالبة في أحدهما، ويكون الكف هو الغالب في الثاني .وهكذا نحصل على أنماط أربعة للأمزجة كما يقول بافلوف، وهي كما يلي:

1 - المندفع الذي يتميز بشدة الاستثارة، والاندفاع، والطيش وكثرة التسلط، والعدوانية ويبدو ذلك واضحاً عند الحيوان الذي يميل إلى العدوان.

2 - الخذول الذي يتميز بضعف النشاط، وتطرف الهدوء، والاكتئاب والسكينة، والخضوع، والتخاذل.

3 - النشط المتزن الذي يتميز بالاعتدال مع ظهور النشاط وكثرة الحركة والملل السريع حين لا يوجد ما يشغله، وهو فعال ومنتج.

4 - الهادئ المتزن الذي يتميز بالقبول والمحافظة والرزانة، وهو عامل جيد ومنظم.

وينعطف بافلوف نحو الأنماط عند ابيقراط ليقارن بينها وبين ما قال به هو يقول بافلوف أن ابيقراط قد اقترب من الحقيقة كثيراً من حيث قوله بالأنماط الأربعة للمزاج، ولكنه ابتعد عما يقبله العلم الحديث في الأساس الذي اعتمده في ذيل التصنيف.(البرت، 2014،ص 18).

سادسا: نظرية إيزنك Eysenck :

لم يتبع إيزنك طريقة الأنماط في تفسير الشخصية كما اتبعها يونج jung ولكنه حاول المزج بين نظرية الأنماط ونظرية السمات، والتي تصف الشخصية بأنها تتألف من مجموعة من الصفات النفسية حيث يختلف الناس فيما بينهم في درجاتهم على كل سمة.

فنظرة ايزنك في الشخصية نظرة بنائية طبقية، فالطبقة الأولى تتكون من الاستجابات العادية الطى تتكرر كثيرا في مقابل الاستجابات النوعية وبعض هذه الاستجابات العادية تتجمع لتكون مجموعة مستقلة داخل الشخصية، ويطلق على هذه المجموعة اسم السمة التي تمثل شكلا من أشكال تجمع الميول والنزعات والسمات بدورها تتجمع في شكل أبنية أعم، وهذه الأبنية تكون الأنماط، فالنمط من وجهه النظر هذه يتكون من مجموعة منتظمة من السمات كما أن السمة تتكون من مجموعة منتظمة من الاستجابات العادية، وبعبارة أخرى فإن النمط يمثل العامل العام والسمة هي العامل الطائفي والاستجابات العادية هي العامل الخارجي ومن ثمة فأن وايزنك بهذا يحاول وصف الشخصية بأقل عدد ممكن من العوامل غير المتداخلة، ويتحدد موقفها على أقل عدد ممكن من الأبعاد وهو بهذا قد اقترب كثيرا من نظرية الأنماط بما ابتكره من منهج إحصائي جديد هو التحليل المعياري وتتمثل القواعد المفسرة للشخصية فيما يسميه ايزيك أبعاد الشخصية

والبعد الأول لأى شخصية يتكون من الانطواء والانبساط والبعد الثاني الذي يتعامد معه هو الميل الى العصاب كذلك هناك بعد أن آخران هما الذكاء والميل إلى الذهان أو المرض العقلي وهذه الأبعاد الأربعة كافية للكشف عن معظم النواحي المتباينة في الشخصية. وقد تم دراسة العلاقة بين الانطواء والانبساط من جهة والميل إلى العصاب والذكاء والذهان من جهة أخرى كأساس لوصف الناس تبعا لهذه الأبعاد الأربعة، ثم وضعهم في أنماط يختلف كل عن الأخر. (فوزي وفاضل، 2005، ص56).

6ـ خصائص السمات الشخصية:

وفي فترة زمنية اهتم العلماء بالمظاهر الخارجية للشخصية" السلوك الظاهر " وتناظروا عن المظاهر الداخلية للشخصية وأضاف كل من أمين فوزى، وبثينه فاضل أن مفاهيم الشخصية يمكن إيجاز أهم خصائصها فيما يلى:

1 - الافتراضية: حيث أن الشخصية شيء "غير ملموس " ولكن يمكن الاستدلال عليه من خلال السلوك الصادر من الشخص المراد دراسته وملاحظته وبالتالي هذا السلوك يمكن قياسه لمعرفة جوانب هذه الشخصية.

2- التفرد: ويأتي ذلك من خلال أن كل شخصيه تختلف عن غيرها من الشخصيات الأخرى مع ملاحظة أنه قد يكون هناك تشابه في بعض الصفات نتيجة لعامل الوراثة.

3- التكامل: حيث أن الشخصية مرارا من مجموعة متكاملة من النواحي البنية والنفسية والفسيولوجية والمدرسية وغير ذلك من الجوانب الموجودة داخل كل إنسان.

4- الديناميكية: وتتصفح في معظم التعريفات وهذا يدل على أنها غير ثابته ومستقرة بصفة نهائية بل هنالك تفاعل وانسجام أو تعارض على أشخاص آخرين أو بيئة مختلفة منتجة لتفاعل الشخص مع البيئة المحيطة له تؤثر في متغيراته الاجتماعية والنفسية والثقافية

5- الاستعداد للسلوك: وهوا ناتج عن مجموع العادات والصفات والميول والاتجاهات التي تميز الفرد

6- الزمنية: حيث أن الشخصية تمر بمراحل الماضي والحاضر والمستقبل (مع المراحل العمرية الثلاث) حيث تمر الشخصية بالمراحل الثلاث وتتفاعل معها.

ويرى أنور الجراية أن هناك نظرة أخرى لعلماء الاجتماع حيث تعرف الشخصية لدى علماء علم النفس الاجتماعي على أن: " الشخصية تعتبر دلاله على ما هو مميز ومستقر في نفسية شخص ما حتى يحيطه طابعة الفردي أو الشخصي في كيان وأسلوب علاقته، و كما يقال عادة أن هذه الشخصية تشكل هيكلة حركية أو دينامية للجوانب الذهبية والوجدانية والاندفاعية الغرائزية والخلقية. (الششتاوي، 2014،ص 21).

ويمكن إيجاز أهم الخصائص التي تشتمل عليها جميع مفاهيم الشخصية كما يلى:

أ- أن الشخصية مكون افتراضي يتم الاستدلال عليه من خلال السلوك الذي يمكن ملاحظته وقياسه فنحن لا نرى ولا تلمس ولا نسمع للشخصية وجودا، وإنما نفترض وجودها ونستدل عليها ونصدر حكماً عليها من خلال السلوك الصادر.

ب- الشخصية وحدة مميزة خاصة بالفرد حتى ولو كانت هناك سمات مشتركة بينه وبين غيرة من الأفراد نتيجة للوارثة أو المعايشة في ظروف بيئية واجتماعية واضحة.

ج- الشخصية تنظيم وتكامل في كل من الجوانب البدنية والمعرفية والانفعالية للفرد حيث تتفاعل هذه الجوانب وتصدر نمطاً خاصاً ومميزاً من السلوك يختلف عن ذلك النمط السلوكي الذي يصدر من الآخرين وحتى ولم يتحقق هذا التكامل دائماً فهو هدف سعى الفرد دائماً إلى تحقيقه، وهذه التنظيمات المميزة للفرد " البدنية والمعرفية والانفعالية " تتفاعل وظيفياً مع بعضها البعض لتكون التنظيم الوظيفي المتفرد للفرد.

د- الشخصية هي نتاج للعلاقة الدينامية بين الفرد من جهة وبيئته الثقافية والاجتماعية من جهة أخرى من خلال مراحل حياته المختلفة فالفرد يكتسب شخصية متميزة نتيجة تفاعلا مع بيئته الاجتماعية والمادية بكل ما فيها من تغيرات ثقافية، وبقدر

تفاعله ونشاطه في هذه البيئة خلال مراحل حياته.

هـ- الشخصية هي تنظيم مستعد لأنماط معينة من السلوك يظهر في معظم المواقف التي يواجهها الفرد وهذا الاستعداد من مجموع الأفكار والمعتقدات والاتجاهات والقيم والعادات والدوافع التي تميز الفرد عن غيرة من الأفراد.

و- الشخصية تتضمن فكرة الزمن فالشخصية لها تاريخ ماضي، حاضر، ومستقبل، فالمواقف التي يتعرض لها الفرد في ماضيه تؤثر في شخصيته الحاضرة والمستقبلية. (الششتأوي، 2014، ص 22-23).

7ـ بناء الشخصية:

بناء الشخصية Structure of Personality:

وهي تتكون من ثلاثة نظم هي الهو id، الأنا ego، والأنا الأعلى super-ego إلا أنها جميعاً تتفاعل معاً تفاعلاً وثيقاً بحيث يصبح من المستحيل فصل تأثير كل منها على الآخر فالسلوك محصلة التفاعل بينهما.

أولا: الهو id:

وهو أساس الحياة عند الإنسان، حيث يولد الشخص مزودا به ويظل معه طوال حياته فهو مورث وغريزي كما أنه يحوي العمليات العقلية المكبوتة التي فصلتها المقاومة عن الحياة النفسية الشعورية وهو مستودع الطاقة النفسية.

كما أنه يزود النظامين الآخرين بطاقاتهما، وهو يخضع فقط لمبدأ اللذة، ولا يهتم بشيء آخر فهو لا يعرف قوانينا ولا يخضع لقواعد في بحثه في شهواته إنه القوى المحركة لوجود الإنسان وليس له مكان مادي في جسم الإنسان بل أنه نظام نفسي حقيقي أقرب صور الهو الخام نجده في دراسة سلوك الطفل الصغير أو الذهان.(الداهري، 2008، ص 199).

في تحقيق اللذة يستخدم الهو في تجنب الألم عمليتين هما «الفعل المنعكس والعمليات الأولية» والفعل المنعكس رد فعل طبيعي يؤدي إلى خفض التوتر مباشرة أما العمليات الأولية فهي تتضمن رجعاً سيكولوجياً أكثر تعقيداً، تحاول تفريغ التوتر بتكوين صورة لموضوع من شأنه أن يزيل هذا التوتر في هذه العمليات الأولية «أحلام النوم» التي تعتبر بمثابة محاولة تحقيق لرغبة ما.

ثانياً: الأنا ego:

لو ترك الهو «في صورته الخام» لأساليبه الخاصة فقد يحطم نفسه، إلا أنه يحتاج إلى ما يضبط طاقة ويوجهها نحو أكبر إشباع، ويقدر ما تسمح به مطالب الحياة، دون أن يهدم نفسه ويحطمها، والأنا هي ما تقوم بكل هذه الوظائف فهي تتبنى مبدأ الواقع وتقوم العمليات الثانوية على عكس الهو الذي يخضع لمبدأ اللذة ويستخدم العمليات الأولية، والأنا تعمل على تأجيل مبدأ اللذة مؤقتاً، وإن كان مبدأ اللذة سوف يظهر في النهاية ولكن عندما يوجد الموضوع المرغوب فيه، ثم يخفض التوتر، فالأنا امتداد للهو وليس مستقلا عنه فهي «الجزء المخصص لإيجاد مخارج تخدم

أغراض الهو، فهو يحقق الاستمتاع الذي يسمح للهو الاستمتاع به أيضاً، ولكن يستمتع بها بذكاء وتعقل وفي ضبط واختبار وتقرير ما يشبع وكيف يشبع»، والخضوع لمبدأ الواقع يلزم الأنا بالدفاع عن الشخصية والعمل على توافقها مع الشخصية وهو يعمل على تحقيق أهداف الهو ولا يحبطها، وهو يستمد قوته منها وهو غير منفصل عنها.

ثالثاً: الأنا الأعلى super ego:

وهو آخر عمليات النمو في أبعاد الشخصية فهو المثل الداخلي للقيم التقليدية للمجتمع، وهو موجود داخل الفرد وليس خارجه، فهو الجانب الخلقي للشخصية أو المثالي وليس الواقعي، وهدفه هنا تحقيق الكمال وليس اللذة، ومعايير النشاط فيه تخضع لمعايير المجتمع، وهو يقوم بإنشاء استجابة الثواب والعقاب ناقلاً لها من الأبوين، حيث إنه ستدخل ما يعاتبه عليه الوالدان داخل ضميره الذي يمثل شقا من شقي الأنا الأعلى والشق الثاني هو أناه المثلى (وعملية الاستدخال التي يستخدمها اسمها الاستدماج حيث يعاقب الشخص الضمير بأنه يجعله يشعر بالألم.

بينما أناه الأعلى بأن تجعله يشعر بالفخر بنفسه). وبتكوين الأنا الأعلى يحل الضبط الذاتي محل الضبط الصادر عن الوالدين.

وظائف الأنا الأعلى هي:

1 ـ كيف دفعات الهو (وخاصة الدفعات الجنسية والعدوانية وذلك لإدانة المجتمع لها).

2 ـ إقناع الأنا بإحلال الأهداف الأخلاقية محل الأهداف الواقعية.

3 ـ العمل على بلوغ الكمال (يميل إلى معارضة الهو والأنا معاً). ولكن الأنا الأعلى تتصف بأنها غير منطقية كما يتصف بذلك الهو. (الداهري، 2008، ص 200 - 201).

8ـ مكونات الشخصية:

في ضوء المفهوم المتكامل للشخصية بأنها جماع الخصائص والصفات الجسمية والانفعالية والعقلية والاجتماعية للفرد تتكامل أثناء تفاعله في المواقف الحياتية المختلفة. ويمكن أن نتصور هذا البناء العام الحيوي للشخصية حيث تتكون من:

أولا: المكونات الجسمية: وهي تلك التي تتناول إمكانات الفرد وقدراته واستعداداته الجسمية من حيث الوزن والطول والهيئة العامة والمهارات الحركية والإمكانات الحيوية وتكامل وظائف الأعضاء وسلامتها والصحة العامة للفرد.

ثانيا: المكونات العقلية: وهي تلك التي تتناول إمكانات الفرد من ذكاء وقدرات عقلية عامة وظائفية وقدرات خاصة وعمليات عقلية عليا وكذلك المهارات اللغوية ومدى التآزر من الوظائف العقلية لهذه المكونات.

ثالثا: المكونات الانفعالية: وهي تلك التي تتناول السمات الانفعالية والأنشطة المتعلقة بها، وعلاقة ذلك بالاتزان الانفعالي للفرد ومدى انعكاس ذلك على سلوكيات الفرد وتصرفاته ومنها (التعاطف الاتزان الانفعالي – الغضب – الغيرة – الخوف... إلخ).

رابعاً: المكونات الاجتماعية: وهي تلك التي تشتمل على ما يكتسبه الفرد من قيم واتجاهات ومعايير نتيجة لعملية التنشئة الاجتماعية بداية من الأسرة ومروراً بالمدرسة وجماعة الأصدقاء والنادي ووسائل الاعلام وحتى تتسع علاقاته في المجتمع بما يشمله من أجهزة ومؤسسات وانعكاس ذلك على الأدوار الاجتماعية التي يلعبها الفرد والتزامه بها في إشباع حاجاته وتحقيق أهدافه.(احلام حسن، 2011، ص 27).

9ـ محددات الشخصية (العوامل المؤثرة في الشخصية):

إن الخصائص المكونة للشخصية تؤثر فيها مجموعة من العوامل تتغير تغيرا إيجابيا أو سلبيا عند اجتماعها وتفاعلها فيما بينها، ومع أن معظم النظريات تتفق على أن الشخصية نمط متسق وثابت نسبيا، إلا أنها تختلف في تفسير محددات هذا الثبات النسبي، ويمكـن تقسم المحددات على النحو التالي:

أولا: المحددات الوراثية:

تمثل الوراثة كل العوامل الداخلية التي كانت موجودة عند بداية الحياة أي عنـد الإخصاب، وتنتقل الوراثة إلى الفرد من والديه، ويرى أنصار الوراثة بذلك أننا لا نرث لـون العينين، أو لون الشعر والبشرة والخصائص الجسمية فحسب، بـل نـرث أيضا الخصائص العقلية والاجتماعية والانفعالية والخلقية.

وعلى هذا الأساس يمكن القول بأن هناك مجموعة كبيرة من العوامل يمكن الرجوع إليها في تفسير شخصية معينة، وهذه العوامل تجمع بين العوامل الوراثية والبيئية معا فالعوامل الوراثية يمكن أن تمدنا باحتمالات كثيرة للغاية لتفسير كل من التشابهات والاختلافات بين الأفراد داخل الأسرة الواحدة، كما أن البيئة وما يتصل بها من عمليات التعلم، تمدنا كذلك باحتمالات أخرى لا حصر لها، وطالما أن كل صفة من المحتمل أن تتأثر بالمحددات الأساسية الكامنة في الجهاز التكويني، كما تتأثر في الوقت نفسه بمجرى حياة الفرد في بيئة مليئة بالمثيرات، فمن المستحيل إذا عزو أي سمة مفردة من سمات الشخصية إلى الوراثة وحدها أو إلى البيئة وحدها، فهما متضامنتان معاً منذ بداية الحياة، ومن الممكن القول إذا إن الشخصية هي دالة أو وظيفة للعوامل الوراثية والبيئية معاً، وأن العلاقة بين هذين العاملين ليست علاقة إضافية، بل هي علاقة ضرب وحاصل ضرب بمعنى أنه إذا كان أحد طرفي العلاقة يساوي صفرا كانت النتيجة تساوي صفرا كذلك، ولا يكون ثمة وجود شخصية، وهذا ما عبر عنه «ألبورت» بقوله الشخصية هي الوراثة البيئية.(رياض، 2005، ص17).

ثانيا: المحددات البيولوجية

المقصود بالمحددات البيولوجية: بنية الفرد من حيث أجهزة جسمه المختلفة، كالجهاز العصبي والجهاز الغددي والجهاز الدوري... الخ، كذلك الأنسجة المختلفة والخلايا في تلك الأنسجة وفي الدم والعظام، ويشترك في هذا تشريحا في جميع أفراد الجنس البشري، حيث يتكون الإنسان من اندماج حيوان منوي ببويضة فيتكون ما يعرف بـ: (البويضة المخصبة) التي ينمو بالانقسام المتضاعف بمعنى أن الخلية المخصبة تنقسم إلى خليتين وتنقسم الخليتان إلى أربع، ثم إلى ثمان، وإلى ستة عشر، وهكذا تتكون ملايين الخلايا، وتلعب المحددات البيولوجية دورا مهما في بناء الشخصية ويظهر هذا الدور بشكل مباشر كما هو الحال في تأثير إفرازات الغدد في السلوك أو بشكل غير مباشر عندما يتأثر موقف الناس من الفرد بصفاته الجسمية.

يؤثر الجهاز العصبي تأثيرا مباشرا في سلوك الشخص، فالجهاز العصبي الذي يتكون من الجهاز العصبي المركزي القائد لكل تصرفات الإنسان، هو الذي يصدر الأوامر لكل عضلات الجسم

والجهاز العصبي الطرفي الذي يتلقى الأوامر وهو الذي يصل الجهاز العصبي المركزي بكل أنحاء الجسم عن طريق العضلات وبالعالم الخارجي عن طريق الحواس والذي يتكون من الأعصاب.

وأما الجهاز الغددي فهو الجهاز الذي يحتوي على عدد منها: الغدد الصماء، أي التي تصب إفرازاتها في الدم مباشرة، والغدد غير الصماء، والتي تصب إفرازاتها خارج الجسم كالغدة العرقية والبولية واللعابية، والتركيز يكون على الغدد الصماء لمدى تأثير إفرازاتها على سلوك الشخص حيث اثبتت معظم الدراسات ان نسبة الافراز الغددي لدي الابن اثناء الغضب أو الخوف هي نفسها كمية الافراز لدي الأب.(أبو أسعد، 2010، ص21).

ثالثا: المحددات الجغرافية

يتغاضى كثير من الباحثين عن أثر العوامل والمحددات الجغرافية في تشكيل الشخصية فمن المشاهد المعروفة أن أسلوب حياة الجماعة بأسرها يتأثر لكونها تعيش في الصحراء، أو في المناطق الجبلية أو في منطقة معتدلة المناخ، أو أنها تعيش في أرض قاحلة، تضطرها إلى العمل المتواصل، هذه العوامل المختلفة ذات أثر في شخصية الجماعة بأسرها، وفي شخصيات الأفراد التي تتكون منهم هذه الجماعة.

رابعا: المحددات الثقافية

إن الثقافة تحدد بوضوح كيف تسلك فئتين غير متماثلين من الناس، الأولى: قد تنحدر من بيئة ذات مستوى غني بالخبرات، وهي تختلف عن الثانية التي تنحدر من مستوى فقير، وهذه الظروف التي تصادف أي شخص فإنها بالتأكيد تولد تأثير عظيم في شخصيته.

خامسا: المحددات الاجتماعية

ويقصد بها العوامل التي تتوقف على البيئة التي يعيش فيها الفرد، ونميز فيها بين مجموعتين من العوامل:

المجموعة الأولى: وتتعلق بالظروف الاجتماعية داخل البيت، وهي ذات قيمة كبيرة على شخصية الفرد، ويمكن أن نميز في هذه المجموعة أربعة عوامل وهي:

- الحالة الاقتصادية للأسرة، وتعتبر الحالة من هذا الجانب طبيعية إذا كان مستوى الأسرة الاقتصادي فوق خط الحاجة والعوز، بحيث تكون مواردها كافية لسد حاجاتها الأساسية من غذاء وكساء ومأوى ورعاية صحية وتعليم
- الظرف المنزلي الطبيعي: وهو أن تكون الأسرة مكونة من أب وأم وأولادهما المنجبين من زواجهما، ويعيشون جميعا في بيت واحد، وفي حالة اختلال هذا الوضع لسبب من الأسباب اعتبرت الظروف غير طبيعية، كأن يشرف على الأطفال زوجة الأب أو زوج الأم أو احد الأقرباء، أو يعيشون في دار للحضانة.(أبو سعد، 2010، ص23).
- المعاملة العائلية: وهي الطريقة التي يسلكها الوالدان في المنزل في معاملة أبنائهما، فقد يكون أسلوبا يتسم بالتسامح والتساهل، أو يتميز بالعنف والتعنت، أو جامعا بين الاثنين بطريقة متناقضة.
- صلاحية أفراد الأسرة للتربية: إذا أن وجود أفراد أسرة منحرفين أو شاذين سيؤثر سلبا على تربية الأولاد.

أما المجموعة الثانية من العوامل الاجتماعية فهي ما تتعلق بظروف نشاط الفرد خارج المنزل وهي:

- أحوال العمل وملاءمته لميول الفرد، إذ أن العمل غير المناسب الذي لا يلائم مواهب الفرد وميوله قد يجره إلى الانحراف أو إلى التمرد، وقد ينعكس على شخصيته فتبرز عليها علامات عدم التكيف.
- الطريقة التي يقضي بها أوقات فراغه، من نشاط رياضي أو هوايات علمية أو فنية أو أدبية لها علاقة وثيقة في تكوين شخصيته، وإضفاء صفة الاتزان أو الضعف عليها نوع الأقران والأصدقاء الذين يصاحبون الفرد في أوقات فراغه، ونشاطاته الترويحية، له أثر واضح على توجيه ميول الفرد وتعزيز اتجاهاته.

إن المؤسسات الاجتماعية التي تحيط بالشخص تؤثر بلا شك في شخصيته، فالأسرة التي نشأ بينها، والمدرسة التي تعلم فيها، وعلاقته بالمؤسسة الدينية ثم مهنته إلى غير ذلك، على أن الأسرة

كأحد المحددات الاجتماعية، هي أقوى سلاح يستخدمه المجتمع في عملية التطبيع الاجتماعي، ونقل التراث من جيل إلى جيل آخر. (عطية، 2007) وقد أشار كولي إلى إنه: " إذا كان الوجود البيولوجي للجنين يتشكل في رحم الأم، فإن شخصية الطفل تتشكل في رحم الأسرة. (أبو سعد، 2010، ص24).

سادسا: محدد التعليم

في عبارة مشهورة للعالم النفسي واطسن: " أعطوني مجموعة من الأطفال الأصحاء سليمو البنية، وأنا كفيل أن أخرج منهم الطبيب والضابط والمحامي والتاجر ورئيس العمل، بل والشحاذ واللص، وذلك بصرف النظر عن استعدادهم وميولهم وقدراتهم وأعمال آبائهم وأصولهم الوراثية، فليس ثمة شيء أسمه وراثة القدرات أو المهارات أو المزاج أو التكوين العقلي. (غنيم، 1978) وتبعا لذلك فإننا نكون طبقا لما شجعنا لأن نكون عليه، وأبعد من ذلك أنه إذا اختلف تاريخ الفرد من الإثابة تختلف شخصيته، فالفرق بين الشخص الناجح والشخص غير الناجح طبقا لنظريات التعليم، يرجع إلى وجود عنصر المكافأة أو نمط المكافأة وليس لعنصر الوراثة. (أبو سعد، 2010، ص25).

سابعا: محددات المواقف

هناك حقائق ثلاثة أشار إليها «ألبورت» عند النظر في محددات الموقف:

الحقيقة الأولى: أن معظم الناس عندما يواجهون بمواقف جديدة غريبة عليهم يميلون إلى التحفظ في السلوك أو الانسحاب، أو بعبارة أخرى يميلون إلى تجنب اتخاذ موقف إيجابي نشيط، أما في المواقف المألوفة عادة فإنهم يكونون أكثر فاعلية ونشاطاً وتعبيرا عن أنفسهم، وفي ضوء هذه الحقيقة فإننا نميل إلى تحقيق ذواتنا، وإذا عجزنا عن ذلك فإننا نميل إلى الانسحاب.

الحقيقة الثانية: أن صغار الأطفال موقفيون أكثر من الكبار، فهم يحيون الموقف المباشر الذي يمرون به، فهم في حالة مرحهم يمرحون بصخب وفي حالة خوفهم يخافون بشدة، كل ذلك حسب المواقف المباشرة، وكأنهم يفتقرون إلى الشخصية الداخلية حتى يمرون بمثل هذه المواقف، ومن الواضح أن الكبار عامة أقل خضوعاً للموقف من الأطفال.

الحقيقة الثالثة: أن معظم الناس يقومون بدور كبير في خلق المواقف التي يستجيبون لها، فالشخص الذي يحب الحفلات والاجتماعات يسعى إلى عقد هذه الحفلات، وقد يفسر مرحه وسروره بأنه نتيجة للموقف، ولكن إليس الموقف نفسه نتيجة لعوامل تتصل بشخصيته هو أيضاً. وباختصار، إن المواقف التي نجد فيها أنفسنا غالباً ما تكون نتيجة مباشرة لشخصيتنا. (رياض، 2005، ص23).

10ـ التوجيه الإيجابي للسمات الشخصية :

تعرف الاتجاهات بأنها "الأفكار والمعتقدات والمشاعر والمواقف المسبقة التي يحملها الفرد نحو ظاهرة معينة مما يجعله يستجيب ايجاباً أو سلباً نحوها، ويذكر (المتولي، 1989) نوعان من الاتجاهات ايجابي وسلبي فالاتجاه الايجابي نحو ظاهرة ما تلعب دورا هاما في الارتقاء بنشاط الفرد وتمثل القوى التي تحركه وتثيره وتساعده على الاستمرار في تلك الظاهرة بصورة منتظمة، أما الاتجاه السلبي يسهم في انخفاض مستوياتهم نحو الظاهرة، وينقل المتولي عن انستاسي Anastasi بأن هناك من يربط الاتجاه بالميل فيعرفه بأنه ميل الفرد للاستجابة بشكل ايجابي أو سلبي نحو مجموعة خاصة من المثيرات، ومن المهم عند تقدير الاتجاه، يجب تزويد الرياضي بحالة يتم فيها توضيح السلوك الذي يعكس هذا الاتجاه، فهناك تداخل وعلاقة بين المعارف والاتجاهات حيث تزويد الرياضيين بالمعارف الخاصة بلعبته بطرق شيقة، وأساليب حديثة مع الاهتمام والتحضير، لذلك فإنه سيخلق نوع من الاتجاه الإيجابي نحو ممارسة اللعبة الرياضية الخاصة به، وبالتالي تساعد على التطبيق والتنفيذ والإتقان، فإذا كنا نرغب في تدريس الأطفال الصغار المساهمة أو المشاركة في لعبة معينة، فإننا يجب أن نحدد إن كان لديهم معارف، أو وصف لهذه المشاركة.

ويذكر (الطالب والويس (1993) نظريتان للاتجاهات: نظرية التعرض للمثير ونظرية التنافر المعرفي، فيعرض الفرد في النظرية الأولى لمثير معين بصورة متكررة واقتران ذلك بمشاعر سارة يجعله يكون استجابة إيجابية إزاء ذلك المثير واتجاها موجباً نحوه والعكس صحيح للاتجاه السالب أما نظرية التنافر المعرفي فإن الفرد الذي يدفع لاتخاذ موقف نحو مثير معين يختلف عن الاتجاه النفسي عنده نحو ذلك المثير سيميل الى تغيير الاتجاه نحو المثير باتجاه الموقف الذي اتخذه، وكذلك الشخص الذي يسلك

سلوكا في مجال معين يتعارض مع اتجاهه في نفس المجال سيعيش حالة صراع وعدم توازن تدفعه إلى تغيير السلوك أو تغيير الاتجاه النفسي لخلق تطابق بين السلوك والاتجاه والتخلص من التنافر.(فياض الخزاعلة واخرون، 2018، ص 231).

أ - مكونات الاتجاه النفسي

إن الاتجاه النفسي هو مجموع ميول ومشاعر الفرد، وقناعاته تجاه مثير معين، ومعنى ذلك أن للاتجاه النفسي عدة مكونات متداخلة فيما بينها، وهذه المكونات هي كما يأتي:

1- المكون المعرفي: يمثل هذا الجانب المعتقدات والقناعات حول بعض الأحكام المتعلقة بالمثير، وهي معتقدات يعتنقها الفرد حول المثير.

2- المكون العاطفي: يمثل هذا الجانب الاستجابة الانفعالية أو العاطفية تجاه مثير معين وهذه الاستجابة قد تكون إيجابية أو سلبية أو محايدة.

3- المكون النزوعي أو السلوكي: يمثل هذا الجانب أساليب أو نزوعات الفرد السلوكية تجاه المثير، يجب أن نؤكد هنا عدم اشتراط كون المثير موضع اهتمام الفرد ملموساً أو مرئياً، بل يمكن أن يكون المثير مجرداً، مثل حب الممارسة في رياضة معينة وهنا يكون استغلال للمثير بتغير السلوك..(فياض الخزاعلة واخرون، 2018، ص 231).

ب - التغيير في اتجاهات السمات الشخصية:

يمكن تغيير الاتجاه النفسي للسمات السلوكية إما: بتغيير الاتجاه بعكس مسار الاتجاه الحالي، أي بتغيير الاتجاه السلبي إلى اتجاه إيجابي، أو تغيير الاتجاه الإيجابي إلى اتجاه سلبي.

إن تعديل أو تغيير الاتجاه يعتمد على مستوى الاتجاه وطريقة تكوينه فهناك المستوى البسيط الذي يتأثر بالدعاية وأساليب الإعلام الحديثة، وهناك المستوى المعقد الذي ترتبط فيه مجموعة من المواقف والاتجاهات الجزئية البسيطة لتكون اتجاهاً من المرتبة العالية .

إن الاتجاه من النوع الأول (البسيط) هو الاتجاه الذي يسهل تغييره، أما الاتجاه من النوع الثاني (المعقد) الذي يصبح على شكل (سمة)، فيمتاز بالقدرة على مقاومة التغيير لأن كل عنصر من عناصره يرتبط بالعناصر الأخرى، ولا يمكن تغيير هذه العناصر كل على حدة، وعلى هذا المستوى تقع السمات

الأساسية التي تكون الذات، وكل ما هو دون هذا المستوى من السمات الأساسية في الشخصية يمكن تعديله أو تغييره، ومن العوامل الأكثر شيوعاً في تغيير الاتجاهات ما يأتي:

1 - تلعب الدافعية دوراً هاماً في تكوين الاتجاهات وفي تغييرها.

2 - تتطور اتجاهات الفرد بسبب ظهور حاجات جديدة اثناء الممارسة.

3 - تتكون الاتجاهات وتتغير من خلال عملية التعلم.

4 - إن التغيير الاتجاهات يتوقف على وجود تغيير في حاجات الأفراد.

5 - التغييرات التي تتم في اتجاهات الأفراد تحدث من خلال الموقف أو الدور الذي يلعبه الفرد.

6 - تغيير الاتجاهات يتأثر بكل العوامل التي تؤثر في تكوين الاتجاهات.

وبهذا تنمو صفة التسيب أو صفة الانضباط، وهنا يأتي دور علم النفس في تشخيص هذه السمات، ومساعدة الطالب والرياضي في تنمية السمات المرغوب فيها، باستخدام أساليب كثيرة مستخدما بذلك أساليب البحث العلمي ومنهجياته المختلفة عن طريق الاستبيانات والمقاييس المختلفة، والمقننة علمياً وبدرجات عالية من الصدق والثبات والموضوعية.(فياض الخزاعلة واخرون، 2018، ص 236).

ونستنتج هنا أنه يمكن للفرد أن يتعلم من حياته كيف يكظم غيظه عند الغضب، لكن هذا لا يعني أن النزعات العدوانية أو العصبية التي عنده تتلاشى ولكنها تظل قائمة وقد يبقى قيامها فترة طويلة وقد تكون غير منتهية، خاصة أن هناك من يذهب إلى مفهوم الغريزة في تفسير طبيعة العدوان أو الاكتئاب أو العصبية حيث أن استعداد الإنسان للغضب هو استعداد فطري الأصل والنزوع إلى الغضب ليس أمرا يغرس إنما هو ناشئ عن مصدر ثابت للطاقة لا يمكن القضاء عليه، كما أن للمقاتلة والغضب قيمة حيوية فيما يتعلق بالفرد وحياته وذلك لأن الغاية من هذه الغريزة هي التغلب على تلك العوامل التي تقف في وجه الكائن الحي وتحول دون تحقيقه الغايات الحيوية اللازمة له.

وان الذين يذهبون إلى إرجاع العدوان أو غيرها من السمات سواء الايجابية أو السلبية إلى غريزة فطرية ويؤكدون آثار الوراثة فيه لا ينكرون اثر البيئة كل الإنكار، حيث انه يجب الانتباه إلى المناسبات التي يظهر فيها هذه السمات والى مكانة قيود المجتمع وإجراءاته من تهذيب هذا النزوع الفطري، لكن

هذا التهذيب لا يعدل تعديلا أساسيا في الطبيعة الأصلية للسمة ولا يلبث الإنسان أن يعود في الأوقات الحرجة إلى الأصل والى اشكال السلوك الأساسية وحتى غير المهذبة في تعبيره عن عدوانه (بلال، 2015، ص 275).

ويرى أصحاب النظريات السلوكية وغيرهم Cognitive theory أن اكتساب السلوك من البيئة أكبر من أن يكون نتيجة ارتباط استجابات خاصة بمثيرات خاصة مهما كانت قوة الاشراط، حيث يرون أن الأساليب السلوكية لها فاعلية ولكن ليس نتيجة الأسباب التي يفسرها المعالج السلوكي، لأنها تؤدي إلى تغييرات اتجاهية أو تغير السلوك لدى الفرد المضطرب نفسياً، فالإنسان عند تولمان Tolmanوالذي اشتق علم النفس الحركي أساساً من أعماله له هدف وغرض، والغرضية Purposive عنده تذهب إلى أبعد من التفسير الميكانيكي لاكتساب السلوك، فالمثير عنده يعمل كإشارة ستحدث توقعاً ما على حد قول النظرية السلوكية، فإن أصحاب النظريات السلوكية لم يناقشوا ما يحدث بين المثيرات والاستجابات، وهذا أشارت إليه النظرية المعرفية حيث أخذت في الاعتبار الجوانب المعرفية التي تثيرها الأحداث والمواقف لدى الفرد، كالأفكار والتوقعات والمعتقدات، والتخيلات... إلخ (Beck T.A, 1996, p.02).

11ـ تنمية الشخصية باللعب:

يتم الترتيب والتعبير عن مجمل مدى حاجات وانفعالات الأطفال، اللعب فتتعامل موضوعات لعبهم مع الهجران، والموت، والقوة، والقبول والرفض إذ تتم ممارسة الانفعالات وربطها بالحاجات، لكن مع التظاهر كحاجز بين الخوف الحقيقي من الهجران.

ويدعم كل من اللعب، الشخصية، والعقل بعضهم البعض، ولا يمكن فصلهم، وجميعهم يرتبطون بالعواطف اللعب ليس ببساطة أنشطة محتملة التي قد ينشغل بها الطفل فمن الدقة القول بأن اللعب تعبير عن شخصية الطفل، عقله، ومشاعره، و هناك بعض طرائق التشابه بين العقل والشخصية أيضاً، وهنا نجد العلاقة القوية بين نمو الشخصية الصحية ومحاولة فهم هذا العالم، يصبح العقل أكثر تركيباً، وثباتاً، وأحسن تنظيماً، وأكثر قوة مع ذلك، تبقى أحياناً الشخصية وتنظيمها للعواطف غير متطورة، وضعيفة التشكيل، وسيئة التكيف بالنسبة للبعض، فإن عملية العيش ينتج عنها نمو

شخصيات متكيفة جيدة التركيب، وصحية وبالنسبة لآخرين تبقى الشخصية المبكرة غير الكاملة للطفولة إلى الأبد.

لا يمكن الاستغناء عن العملية التي تسمى" التجريد الانعكاسي "وهي ضرورية في حالة العقل لكنها ليست ضرورية ويمكن الاستغناء عنها في حالة الشخصية وتنظيم الانفعالات، وقد طوَّرَ بياجيه هذا المفهوم الخاص بالتجريد الانعكاسي ليصف الطريقة التي يقوم فيها العقل بتطويق نفسه بسلم النمو في التجريد الانعكاسي، يحضر الطفل أشكالاً معروفة، من خلال النشاط التمثيلي، العلاقات غير المتحققة والغير مفهومة إلى أشكال مفهومة مما يجعل من السلوكات العملية محتملة يعني ذلك، أن العمليات الطبيعية، المنتظمة، تطور العقل ببساطة من خلال النشاط المتمثل من استحضار الأفكار غير المتعة إلى نقطة التركيز التمثيلية، و من الضروري وجود عملية تشبه عكسية لعقل الطفل لتطور شخصية الطفل تحم توازن بين الحاجات في هذا المثال، تساعد قدرة في نمو الشخصية وفي المحتملة ضمن هذا العالم، وتتابع هذه العملية عندما يتمكن الطفل من اعادة توجيه الضرورية للانفعالات بشكل واعي لتجبر الطفل لإعادة تقديم الأهداف والروابط بين الأفعال المحتملة وتحقيق الأهداف.

إن التوازي بين العقل والشخصية يتم تأسيسه من خلال العملية المشتركة من التناسق بين الغاية الوسيلة والتجربة الانعكاسية، وحتى تستمر الشخصية بالنمو، يجب أن يتم تضمينها باستمرار في النشاط الانعكاسي للعب الرمزي هو الطريقة التي يدم فيها الطفل حاجاته العاطفية واهتماماته، وكذلك كيف يمكن التوصل لهذه الحاجات والاهتمامات قد يلجا الكبار للعلاج، أو التحليل، أو الطقوس، أو العمل، لكن الطفل يعتمد على اللعب لتطوير شخصيته، تشير هذه العملية إلى الدور الهام والضروري الذي يشغله اللعب في حياة الأطفال فمن خلال العملية الحرة، وغير المقيدة في اللعب. ..غير مقيدة لأنها حرة من الكبح وتخفي العائم أما الحاجات والاهتمامات المباشرة يقدم الحفل أشكالا تمثيلية من اللاوعي ويدخل في الانفعالات النفسية. (بشناق، 2013، ص 478-479).

- **التربية البدنية والرياضة تصنع شخصية:**

تقوم الممارسة والقيادة الناجحة في التربية البدنية والرياضة على توافر جملة من السمات الشخصية سواء للقائد أو للممارس، ومن أبرز هذه السمات، ما يلي:

- القدرة على تفهم الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضة.
- توافر السمات البدنية والعقلية الضرورية لممارسة الدور القيادي.
- توافر المهارات والخبرات الفذة في الإنجاز.
- توافر سمات اجتماعية ونفسية رفيعة تجعله في قمة السمو والاقتداء.
- توافر مقومات مكتسبة تضفي على دوره المزيد من النجاح.(رمضان، 2008، ص32).

12ـ أهم السمات الشخصية التي يدرسها الباحث عند ذوي الاعاقة السمعية:

1- العصبية:

ويذكر أحمد عبد الخالق (1987) أنه انفعال غير سار وشعور مكدر بتهديد وعدم راحة واستقرار، وهو كذلك إحساس بالشد والتوتر، وخوف لا مبرر له من الناحية الموضوعية وغالباً ما يتعلق هذا الخوف بالمستقبل المجهول، كما تتضمن استجابة مفرطة، لمواقف، ولكن الفرد الذي يعاني من العصبية يستجيب لمواقف تصعب مواجهته.

أما فرج طه وآخرين (1992) فيرون أن العصبية حالة من الخوف والتوتر والقلق تصيب الفرد، وهو حالة من الانغمار نتيجة الإثارة أو حالة من الهول في بعض الأحيان بقدر ما هو إشارة إنذار أو بأنه شعور بالخوف والخشية من المستقبل دون سبب معين يدعو للخوف، أو هو الخوف المزمن، فالخوف مرادف للحصر، إلا أن الخوف استجابة لخطر محدد، بينما الحصر استجابة الخطر غير محدد وطالما أن المصدر الحقيقي للخطر غير معروف للشخص العصابي، فإن استخدام الحصر يقتصر على المخاوف العصابية .(عبد الواحد، 2014، ص 61).

الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد الذين يعانون من اضطرابات جسمية (مثل اضطرابات الدورة الدموية والتنفس والهضم وغيرها)، واضطرابات حركية كالإحساس بالألم، واضطرابات نفس جسمية عامة كاضطراب النوم والإرهاق والتوتر، وسرعة الإحساس بالتعب

والحساسية للتغيرات الجوية وفقدان الراحة .ووضوح بعض المظاهر العصبية والجسمية المصاحبة للاستثارة الانفعالية. (علاوي، 2007، ص149).

والدرجة المنخفضة على هذا البعد تميز الأفراد الذين يتسمون بقلة الاضطرابات الجسمية والاضطرابات العامة النفس جسمية، وبعدم وضوح المظاهر العصبية والجسمية المصاحبة للاستثارة الانفعالية. (طارق محمد وآخرون،2013، ص 61).

2- الاكتئابية:

ويذهب فريقر (1982) Drever إلى أن الاكتئاب حالة انفعالية تنطوي على شعور بالنقص، واليأس، ويصاحب تلك الحالة انخفاض في النشاط النفسي الجسمي ويذكر كمال دسوقي (1988) أن الاكتئاب حالة الفعالية، تنطوي على شعور بعدم الكفاية وفقدان الأمل، ويصاحبها انخفاض في النشاط الجسمي النفسي، وتكدر، واغتمام وحزن ونكد وياس، وقنوط، وعدم الاستجابة للتنبيهات مع الحط من قدر النفس والاجهاد، وتثبيط الهمة والقابلية للتعب، وصعوبة التفكير.

ويقدم طلعت منصور وآخرون (1989) تعريفاً للاكتئاب بأنه حالة مرضية يشعر معها الفرد باليأس والأسى والعجز عن التركيز والأرق وفقدان الثقة.(سليمان عبد الواحد، 2011، ص 94).

الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد الذين يتسمون بالاكتئاب والتذبذب المزاجي والتشاؤم والشعور بالتعاسة وعدم الرضا والخوف والإحساس بمخاوف غير محددة والوحدة، وعدم فهم الآخرين لهم، وعدم القدرة على التركيز، والميل للعدوان على الذات والإحساس بالذنب. (علاوي، 2007، ص149).

والدرجة المنخفضة على هذا البعد تميز الأفراد الذين يتسمون بالمزاج المعتدل، والقدرة على التركيز والاطمئنان والأمن والثقة بالنفس والقناعة. (طارق محمد وآخرون،2013، ص 62).

3- القابلية للاستثارة:

تعرف الاستثارة بأنها حالة جسمية ونفسية ثائرة يضطرب لها الإنسان كله جسماً ونفساً، وبالتالي فالانفعال غيرة أو حالة ذات صيغة وجدانية نفسية الأصل والتكشف في السلوك والوظائف الفسيولوجية، وتشير كلمة وجدانية إلى جوانب الإحساس باللذة أو السرور أو الألم التي تقترن

بالحالات الانفعالية، وقد تكون فطرية أو مكتسبة كالغضب والخوف لأنها تظهر مبكراً في الطفولة ولأن مثيراتها بسيطة، وهي انفعالات أولية، أما الانفعالات المكتسبة فهي تكتسب من البيئة، ومنها الخجل والشعور بالذنب مثلاً وغالباً ما تكون انفعالات مركبة من عدة انفعالات فالإحباط يمكن النظر إليه على أن نتيجة مزيج من الغضب والاشمئزاز والغيرة يمكن اعتبارها مؤلفة من الغضب والخوف والشعور بالنقص وحب التملك (عبد الواحد، 2014، ص 41).

الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية، وشدة التوتر وضعف القدرة على مواجهة الإحباطات اليومية العادية، والإزعاج وعدم الصبر والغضب، والاستجابات العدوانية عند الإحباط، وسرعة التأثر والحساسية. (علاوي، 2007، ص149).

والدرجة المنخفضة على هذا البعد تشير إلى الأفراد الذين يتميزون بقدر ضئيل من الاندفاعية والتلقائية، كما يتميزون بالهدوء والمزاج المعتدل والقدرة على ضبط النفس والصبر والقدرة على تحمل الإحباط.(طارق محمد وآخرون،2013، ص 62).

4- الاجتماعية:

تشير معظم الدراسات إلى أن الرياضي محب للناس، سهل المعاشرة واجتماعي لدرجة كبيرة، والشخص الاجتماعي يتسم بالدفء والاستعداد للتعاون مع الزملاء والاهتمام بالناس والثقة بهم والتكيف مع الآخرين ومثل هذه السمات تشير إلى رغبة الفرد في أن يكون مقبولاً من الآخرين في معظم المواقف ويفضل المواقف المرتبطة بالآخرين ويهم بالتعرف الاجتماعي وهي سمات هامة للرياضيين وسمة الاجتماعية تبدو للعامل A في استخبار كائل وسمة " الثقة" في استخبار الدافعية الرياضية AMI ولا تزال الحاجة ماسه إلى عدد من الدراسات لتحديد الاتجاه الذي تظهر فيه هذه السمه أي يجب تأكيد أن الاشتراك في الرياضة يسهم في تطوير وتنمية سمة الاجتماعية لدى الرياضيين وإلى أي درجة؟ وهل يمكن القول بأن الشخص غير الاجتماعي ينبغي أن يستبعد من ممارسة الرياضة في مقتبل عمره؟ وثمة سؤال آخر: هل ينبغي على الشخص أن يكون اجتماعياً حتى يصبح لاعباً ممتازاً؟ وهل تختلف سيمة الاجتماعية للاعبي الألعاب الفردية عن الأنشطة الجماعية (سوسن شاكر، 2015، ص 64).

وهي ايضا القدرة على التفاعل مع الآخرين ومحاولة التقرب للناس وسرعة عقد الصداقات والمرح والحيوية والنشاط واكتساب دائرة كبيرة من المعارف. (علاوي، 2007، ص149).

والشخص الاجتماعي يتسم بالدفء والاستعداد للتعاون مع الزملاء والاهتمام بالناس والثقة بهم والتكيف مع الآخرين ومثل هذه السمات تشير إلى رغبة الفرد في أن يكون مقبولا من الآخرين في معظم المواقف ويفضل المواقف المرتبطة بالآخرين ويهم بالتعرف الاجتماعي وهي سمات هامه للرياضيين.

أصحاب الدرجة العالية يتميزون بالقدرة على التفاعل مع الآخرين ومحاولة التقرب للناس، وسرعة عقد الصداقات ولديهم دائرة كبيرة من الاهتمامات من طرف الاخرين، كما يتميزون بالمرح والحيوية والنشاط ويتسمون بالمجاملة وكثرة التحدث وحضور البديهة.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بقلة الحاجة للتعامل مع الآخرين والاكتفاء بالذات وتجنب اللقاءات مع الآخرين وتفضيل الوحدة، كما أن لديهم مخزون ضعيف من المعارف، كما يتميزون بالبرود وعدم الحيوية وقلة الحديث. (طارق محمد وآخرون،2013، ص 63).

5- العدوانية:

وترى "ممدوحة سلامة" 1990 أن العدوان "هو الشعور الداخلي بالغضب والاستياء والعداوة، ويعبر عنها ظاهريا في صورة فعل أو سلوك يقصد به إيقاع الأذى وإلحاق الضرر أو أي شيء من هذا القبيل، كما يوجه أحيانا إلى الذات، ويظهر في شكل عدوان لفظي أو بدني".

ويشير" سعد مرزوق" أن العدوان" هو الاعتداء المادي نحو الآخرين والذي يتضمن الهجوم أو الضرب ويعادله من اعتداء معنوي كالإهانة والازدراء كما أنه محاولة لتخريب ممتلكات الآخرين، وهو أيضا سلوك يحمل عواقب مخزية تتضمن تدمير الذات أو إيذاء الذات. (محمد سري، 2000، ص78).

الدرجة العالية على هذا البعد تشير إلى الأفراد الذين يقومون تلقائياً بالأعمال العدوانية البدنية أو اللفظية أو التخيلية، ويستجيبون بصورة الفاعلية ويتصدون للآخرين بهجوم والمشاحنات

والعراك، ويتميزون بالاندفاع وعدم القدرة على السيطرة على أنفسهم وعدم الهدوء وعدم النضج الانفعالي.

والدرجة المنخفضة تشير إلى قلة الميل التلقائي للعدوان، والتحكم في الذات والسلوك المعتدل الذي قد يتميز بالهدوء الزائد والنضج الانفعالي. (طارق محمد وآخرون،2013، ص 61).

6- السيطرة:

وهي السمة التي تميز الأفراد ذوى الاستجابات العدوانية والميل للسلطة واستخدام العنف ومحاولة فرض الآراء والاتجاهات على الآخرين وفي معظم هذه الدراسات تم التوصل إلى أن الرياضيين يتسمون بسمة السيطرة في مواقف حياتهم كما يظهرون هذه السمة في مواقف التحصيل الرياضي وعامل السيطرة مركب عريض، وكما يشير محمد حسن علاوي حيث يصفه بإثبات وتوكيد الذات والقوة والعنف والعدوان التنافسي وسمة السيطرة تؤثر في الفرد وتجعله في حاجة إلى القوة التي تتميز بالرغبة في التأثير أو التحكم في الآخرين، وعلى بيئة الفرد من خلال إخضاعهم أو إغرائهم أو إصدار الأوامر المهمة والرغبة في السيطرة لا تأثر في الفرد على بيئته أو على الآخرين فقط بل أيضا الرغبة في سيطرة الفرد على نفسه وذاته. (الششتأوي،2014، ص 66-65).

أصحاب الدرجة العالية يتميزون بالاستجابة بردود أفعال عدوانية سواء أكانت لفظية أو جسمية أو تخيلية والارتياب في الآخرين وعدم الثقة بهم والميل للسلطة واستخدام العنف ومحاولة فرض اتجاهاتهم على الآخرين.

وأصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بالاعتدالية واحترام الآخرين والاتجاه لرفض استخدام أسلوب العنف والعدوانية والميل للثقة بالآخرين، ولا يعشقون السلطة ولا يحاولون السعي لفرض اتجاهاتهم على الآخرين.(طارق محمد وآخرون، ص 63).

13- أثر الرياضة في الشخصية:

هناك العديد من المفاهيم النفسية المرتبطة بالرياضة، إلا أن الشخصية تمثل مرتبة متقدمة في تلك المفاهيم، حيث تؤدى تلك الدراسات المرتبطة بالشخصية إلى نتائج ذات أهمية كبيرة، قد يتوقف

عليها نجاح الرياضيين في مسابقاتهم، وبذلك نستطيع أن نقول أن فهم الأفراد وشخصياتهم يمكنها أن تلعب دورا كبيرا في الحياة العامة بشكل عام وفي المجتمع الرياضي بشكل خاص.

وتكتسب الرياضة أهميتها من ارتباطها بظاهرة اللعب، تلك الظاهرة الإنسانية التي أثبتت الأبحاث العلمية مالها من أهمية في تكوين الشخصية السوية، فاللعب يعد بحق مدرسة الطبيعة في التعلم وعن طريقه يحدث التنفيس عن الرغبات المكبوتة، وفيه تتسرب الطاقة الزائدة، وعن طريقه يحدث الاستجمام ويتم الاستمتاع والترويح، وبفضله تكتسب الكثير من الخبرات المتنوعة، وعن طريقة تستطيع الشخصية الإنسانية أن تحقق احتياجاتها إلى الإنجاز والتحقق والتميز والتفرد، وتقوم الأنشطة الفردية بمنح الشخصية ما تحتاج إليه من ثقة ونجاح، كما تمنحها الألعاب الجماعية ماتحتاج إليه من اعتراف وقبول وانتماء.

وتقوم الرياضة ليس فقط بدورها في تكوين الشخصية، بل أنها تسهم كذلك في التعرف عليها على حقيقتها وطبيعتها، هذا التعرف الذي يعدِّلُ قدراتها وميولها وإمكانياتها التي تعد خطوة أساسية وضرورية في عملية علاجها وتنميتها وتوجيها وتحديد إعدادها وتكوينها، وذلك من خلال مؤثراتها الآتية:

01- الأثر الصحي:

تعمل الرياضة أساساً على تحقيق الصحة بمفهومها الشامل من صحة جسمية وعقلية ونفسية واجتماعية، فهي غنية بالفرص التي تحقق الصحة بمعناها المتكامل. (فوزي وفاضل، 2014، ص26).

فالتربية الصحية والرياضة ترتبط ارتباطا وثيقا وجب علينا أن نؤكدها من خلال العلاقة بين التغذية الجيدة وبين ما يترتب عليها من قدرة على ممارسة النشاط الرياضي بكفاءة، وأيضاً العلاقة بين قضاء وقت الفراغ بطريقة تساعد على تجديد حيوية الجسم من خلال ممارسة أنواع الأنشطة الرياضية، وأثر ذلك على صحة الفرد، الأمر الذي يتطلب تنمية المعرفة بأن الرياضة ضرورة من ضرورات الحياة، فالرياضة تلعب دورا هاما في المستوى الصحي للشعب، حيث أنها تساعد الناس على اكتساب

حياة صحية، ومن خلال التردد المنتظم على الملاعب يقتصر الطريق الى الأطباء، وإننا دائما نؤكد أن تطور القدرات الجسمية للفرد يعتبر من المحتويات الرئيسية لتكوين الشخصية المتطورة النامية.

ولذلك وجب علينا أن نضع في حسابنا أن للرياضة أهمية كبيرة في الحفاظ على المستوى الصحي للشعب، ولذا يجب أن نعمل على توفير الإمكانيات المادية والبشرية لممارسة الرياضة، والاهتمام بدور الرياضة في المجتمع وترويجها والعمل على زيادة عدد الممارسين لها، بالإضافة الى تزويد الأفراد بالمعلومات والمعارف المفيدة، وتدريبهم على العادات الصحية السليمة.

02- الأثر اللياقي:

إن من أهم سمات وقتنا المعاصر، تطور النمو العقلي للإنسان لأسمى درجات التطور، متوغلا في ثنايا العلوم والمعارف، محققا للثورة التكنولوجية، في حين قل جهد الإنسان العضلي لأن الآلة أغنته عن الحركة والنشاط، الأمر الذي أدى إلى هزالة البدن، وتفاقم خطر انتشار أمراض ضعف اللياقة البدنية كأمراض القلب والتوتر والإجهاد ..ونتيجة للخوف من هذه المخاطر انطلقت دعوة عامة في أنحاء العالم تستهدف ضرورة الاهتمام باللياقة الشاملة للفرد، فلا أحد يستطيع أن ينظر إلى العالم اليوم باندفاعه والتوتر الذي يسوده، والتنافس المنتشر في ارجائه، والمطالب الجسمية التي تتطلبها الحياة فيه، ثم يجرؤ على الزعم بأن الجسم يمكن أن يهمل فكلنا يحتاج إلى القوة والتحمل ومكونات اللياقة البدنية الأخرى.

وللرياضة دور أساسي في إنماء اللياقة الشاملة للأفراد، كما تسهم عن طريق برامجها المختارة في إتاحة فرص الإعداد البدني والارتقاء بالمستوى الصحى.

03- الأثر الاجتماعي:

تعتبر الرياضة من أهم الوسائل وأجداها لتحقيق النضج الاجتماعي وإشاعة روح الجماعة بين الأفراد، وذلك لما تنمية مجالاتها العريضة الواسعة من فرص اللقاء والتعارف والأخذ والعطاء، وما تضيفه أنظمتها من أسس ومبادئ اجتماعية كالعمل للصالح العام واحترام الآخرين، وضرورة التحكم في الانفعالات في مواقف مشحونة بالإثارة، كما يحدث في أثناء التنافس الرياضي.

وتستند الرياضة في أغلب برامجها على الجماعة لأن وحدة النشاط فيها هي(الملعب أو الفريق) وأنه لا يجوز للفرد أن يستأثر باللعب وحدة، وإنما مع آخرين غيره، مما يساعد على تقوية أواصر الصداقة لاكتساب الفرد للصفات الاجتماعية المطلوبة، والتنازل تدريجيا عن بعض مصالحه الشخصية في سبيل مصلحة الجماعة فتذيل بذلك بعض الميول الفردية التي ولد مزودا بها (كالفردية والأنانية) ويتحول الفرد من الاهتمام بنفسه والتمركز حولها إلى الاهتمام بالجماعة، ويصبح قادرا على التفاعل مع غيره.

كما أن ميادين الرياضة لم تمهل النواحي الذاتية في الفرد، بل وجدت طريقها إليها لتعمل على إعداده فرديا واجتماعيا في آن واحد، فقسمت له ميادين الألعاب إلى فردية تنمى الأقدام والشجاعة والاعتماد على النفس وتحمل المسئولية، وألعاب جماعية يتدرب خلالها على التخطيط التعاوني وتنفيذ الخطة معا، فنقوى بذلك روح التعاون والعمل من أجل النهوض بالمجتمع وزيادة تماسك بنيانه. (فوزي وفاضل، 2014، ص27).

04- الأثر الخلقي:

لكل نوع من النشاط فرديا كان أم جمعيا تأثير خاص على الشخص من الناحية الخلقية، فالرياضة تهدف إلى اكتساب الفرد صفات خلقية معينة عن طريق ممارسة أنواع المختلفة من الألعاب والنشاطات الرياضية.

فمجالاتها زاخرة بالأحداث الصغيرة والكبيرة التي تؤول خلالها المثاليات الخلقية، كالتواضع وإنكار الذات والجرأة، وقوة الإرادة، والأمانة وغيرها من الصفات الخلقية الحميدة إلى ممارسة تطبيقية، وخبرة يكتسبها الفرد الرياضي ويتدرب عليها عمليا، فنصبح جزءا لا يتجزأ من صفاته الشخصية التي يلتزم بها في حياته اليومية.

هذا ويمكن استغلال هذه الفرص المتعددة، أفضل استغلال بالتوجيه والإرشاد لتثبيت المبادئ الخلقية الحميدة في نفوس الأفراد، وذلك لأن الفرد حينما يستغرق في الأداء الرياضي يطلق عادة لنفسه العنان على السجية، فتبرز محاسنه وعيوبه وتظهر ميوله الوراثية المتميزة بالفردية والأنانية التي توارثها الإنسان جيلا بعد جيل، وهنا تكون الفرصة مواتية للعمل على استبدال هذه الميول بصفات

خلقية سامية تتأكد على طريق التكرار حتى تصبح عادة ملازمة له، وجزء من سلوكه وتصرفاته في حياته الخاصة والعامة.

وليس أدنى شك في أن أفضل طريقة لتربية الخلق هو ما يتم عن طريق الممارسة العملية، ليس عنى طريق الأمر والنهي والتلقين، فلن يجدى كثيرا أن نأمر اللاعب بأن يكون صادقا وأمينا، وأن تنهية عن ارتكاب الأخطاء بالمناقشة الشفوية وحدها، لأن تنمية الأخلاق بصورة إيجابية لا تتأنى إلا بالتجربة والممارسة، الأمر الذي يبرز القيمة الفعلية للرياضية في تنشئة المبادئ الخلقية وتقويتها، نظرا لارتكاز كافة برامجها على الممارسة العملية..

وإن ما يحدث في ساحتها من مواقف متباينة يطابق تماما ما يحدث على الحياة، ففي الملاعب هزيمة وانتصار، وما على الفرد إلا أن يتقبل مرارة الهزيمة بنفس الروح التي يتقبل بها حلاوة النصر، فلا تثنية عن عزمه، ولا توقفه عن مواصلة سيره كما لا يدفعه النصر إلى الغرور والتكبر.

وميادين الحياة شأنها شأن ساحات اللعب، فيها نصر وهزيمة ونجاح وفشل، وأن من أهم واجبات الفرد أن يكون دوما على استعداد لتحويل الهزيمة إلى نصر، وأن ينهض من جديد إذا سقط. (أحمد أمين وبثنية محمد، 2014، ص28).

5 -الأثر العقلي والفكري:

وكما تهدف الرياضة إلى تكوين الجسم السليم، وإلى اكتساب الصفات الخلقية والاجتماعية فإنها تهدف أيضاً إلى تدريب الناحية العقلية وتنظيم التفكير وحسن التصرف في المواقف المختلفة لأنه كما ذكرنا سابقا-الشخص وحدة واحدة – فإذن لا يمكن أن نفصل الناحية الحركية عن التفكير لأن كل حركة ما في لعبة من الألعاب لابد وأن يسبقها دور في التفكير في ماهية الحركة وتوجيهها توجيها صحيحا، فمثلا اللاعب الذي يحاول أن يستخلص الكره من خصمه لابد له أن يفكر كيف. ..ومتى وهل يستخلصها من الجانب أو من الأمام، ثم عندما تأتى اللحظة المناسبة التي اختارها الشخص بعد تفكير ينقض ويستخلص الكرة، ثم بعد ذلك يفكر في كيفية التخلص منها هل يمررها لزميله أم يجرى بها وكيف يخدع خصمه وهل. .وهل؟. .الخ، كل هذه العمليات عقلية سريعة تحدث كثيرا في

أي لعبة من الألعاب، ولابد أن يتدرب الفرد على إصدار أحكام سريعة جدا، وذلك لأن الألعاب تتطلب سرعة الحركة والأداء فجزء من الثانية يغير سير المباراة. (فوزي وفاضل، 2014، ص30).

كما أن الرياضة تعمل على انتقاء الآلاف من شباب العالم في محراب التنافس الشريف (الأولمبياد)، وغيرها كثير من المواقف الأخرى التي تعتبر مفاتيح لأسرار العقل في أن يستوعب وينتج.

6- الأثر الانفعالي:

وكما أن الرياضة تؤثر على الناحية العقلية، فأنها تؤثر على الناحية الانفعالية للفرد، أو بمعنى أوضح تساعد على تدريب العواطف كالسرور والفرح والحزن والانفعالات المختلفة، فالشخص الذي يمارس الرياضة، لابد أن يتعلم كيف يكبت غضبه أثناء اللعب ويقتصد في إظهار سروره إذا انتصر أو حزنه إذا انهزم، كما أن التقاليد الرياضية تحتم على الشخص ألا يزهو أو يفخر أو يظهر عواطف الغرور، بل يجب أن يكون متواضعا في فوزه كريما مع خصمه، كذلك يقبل الهزيمة بصدر رحب دون عصبية أو انفعال أو غضب، والرياضة كفيلة بإكساب الفرد هذه الصفات الانفعالية.

فالرياضة وتطبيقاتها تعتبر أفضل مجال لاكتشاف ميول الفرد وأخلاقياته وقدراته وإبراز مميزاته وعيوبه والوقوف على واقع شخصيته، لأن الفرد في مجال اللعب ينطلق على سجيته دون تكلفة، تاركا لنفسه العنان فتتضح مقدرته، ويتميز سلوكه، ويظهر أمام الآخرين على حقيقة أمره، فتتأسس بوضوح فكرة الآخرين عنه، يستقى من خلالها فكرة صحيحة عن نفسه.

7- الأثر الجمالي:

إن الرياضة تساعد على نمو الشخصية، بما تكسبه للفرد من جسم رشيق متناسق في جمال ونضاره ينعكس على النفس شعورا بالقبول والرضا والثقة، فالرياضة لديها الكثير مما نستطيع تقديمه في الناحية الجمالية، فجسم الإنسان قطعة فنية إذا أُحسِنَ تنميتها، فليس هناك أجمل من الجسم البشرى الكامل التناسب والنماء، كما أن هناك جمال الحركة الذي يمكن تنميته عن طريق النشاط البدني، والمتأمل في حركات راقصة الباليه، أو لاعب الجمباز أو الغطس يشعر حقا بالجمال الخلاق ويحسه، أما الممارس لهذه الحركات فهو لا يستشعر بجمال الحركة فقط ولكنه يعيشها.

مما سبق يتضح أن الرياضة لا تهدف إلى تكوين الفرد من الناحية الجسمانية فقط وليس هذا هو غرضها الأساسي، بل انها تسهم في تكوين شخصية الفرد تكوينا متزنا من جميع نواحيه الجسمانية والخلقية والاجتماعية والعقلية والنفسية، كل هذا فضلا عما يكتسبه الفرد من معلومات تتعلق بالصحة من حيث التغذية والنظافة والسلوك الصحي، كما تزداد المعارف والمعلومات العامة للشخص وذلك باحتكاكه واختلاطه والتفاعل اجتماعيا وثقافيا، مع مجتمعات خارجية.

8- الأثر الترويحي:

إن حدة التوتر النفسي، والصخب الدائم قد يجعل حياة الإنسان صعبة في هذا العصر، إذا لم يكن له هواية مفيدة يمارسها في وقت فراغه، فالرياضة بتطور برامجها، وتعدد ألوانها، تفتح الباب أمام كل فرد في أن يمارس ضربا من النشاط الترويحي الذي يتفق مع قدراته واستعداداته ومع ميوله ورغباته مما يؤدى إلى اكتساب هواية مفيدة، وتدعم شخصيته وتعينه على الحياة المتجددة الزاخرة، فالنشاط الترويحي يبدأ من مجرد مشاهدة شروق الشمس وغروبها إلى الاشتراك الفعلي في الفرق المسرحية أو الموسيقية إلى كتابة القصص والقراءة وسماع الموسيقى، وتحتل الرياضة مكان الصدارة بين الوسائل الترويحية الهادفة نظراً لتنوع برامجها، وتعدد أشكالها، حيث تسهم بشكل إيجابي في حسن استغلال وقت الفراغ واستثماره، الأمر الذي يؤثر في الشخصية تأثيرا مفيدا حسنا. (فوزي وفاضل، 2014، ص31-32).

خلاصة:

إن علم نفس الشخصية، يدرس المظاهر الوظيفية للفرد جميعها يدرس الإنسان ككل – باعتباره وحدة متكاملة، علم النفس التجريبي (إدراك – انفعال – تذكر) والاجتماعية التي يدرسها علم النفس الاجتماعي (معايير الجماعة – الثقافة...) وفي نفس الوقت فإن علم نفس الشخصية يزودنا بالأساس النظري والتجريبي لفهم علم النفس المرضي والعلاجي.

كما أن طرائق دراسة الشخصية كانت تتم بصورة عقلانية ذاتية من قبل الفلاسفة وقبل أن يستقل علم النفس عن الفلسفة. أما الآن فإن طريقة البحث هي الطريقة التجريبية (بأنواعها المختلفة) وهي محاولات منظمة تتم بطرق واستراتيجيات واضحة للحصول على معلومات يمكن أن يُعاد بحثها وتكرارها من قبل آخرين وباستخدام هذه التقنية يتم الوصول إلى صدق النظرية وثباتها.

ولأن تغيير الشخصية بالتحليل النفسي العلاج بالتحليل النفسي يتضمن طرقاً غير مباشرة كما يتم التقويم والقياس في التحليل النفسي، وهذا بسبب كون الصراعات المسببة لمشكلات المريض لا شعورية بشكل رئيسي، علاوة على ذلك، فإن الهدف الرئيس لتغيير الشخصية أو علاجها بالتحليل النفسي، هو جعل المريض على وعي بالعمليات والدوافع اللاشعورية، أي جعل ما هو لا شعوري شعورياً، ويحدث هذا التغيير والعلاج بشكل رئيسي خلال عملية كشف الفرد وتفهمه للأسباب والعوامل الأساسية التي تقف خلف سلوكه، وهذا غالباً ما يُرافق بالتفريغ أو التنفيس الانفعالي المكثف بالدوافع التي تستند إلى مشكلات التكيف الخاصة بمرحلة الطفولة، والصراعات التي حدثت فيها.

الفصل الثالث
الاعاقة السمعية

1. تمهيد
2. تعريف الاعاقة السمعية
3. تشريح الجهاز السمعي
4. اليات السمع
5. اسباب الاعاقة السمعية
6. تصنيف الاعاقة السمعية
7. نسبة انتشار الاعاقة السمعية
8. تشخيص الاعاقة السمعية
9. خصائص المعاقين سمعيا:
10. التواصل مع المعاقين سمعيا:
11. خلاصة الفصل

تمهيد

تلعب حاسة السمع دورا بارزا في التفاعل الاجتماعي والتواصل مع الآخرين حيث تسمح للفرد بسماع الأصوات والكلمات التي ينطق بها الآخرون من حوله مما يساعده على تعلم اللغة السائدة في جماعته، وبالتالي تقوم بتلقي الموجات الصوتية وتحويلها إلى موجات كهربائية تنتقل إلى الدماغ عن طريق العصب السمعي، وفي الدماغ تتم ترجمة تلك الموجات الكهربائية وتفسيرها وإعطاؤها معنى، وحتى نفهم ذلك جيدا علينا معرفة عمل الجهاز السمعي وأجزاء الأذن ووظيفة كل جزء فيها.

ويأتي ذكر السمع في القرآن الكريم قبل الإبصار في كثير من الآيات ذكر الله تعالى حاسة السمع في أكثر من موضع في القرآن الكريم مؤكداً على أهميتها وأنها تسبق كل الحواس في الوجود لأهميتها ولعظم تأثيرها في الشخصية، قال تعالى: ﴿**والله أخرجكم من بطون أمهاتكم لا تعلمون شيئا وجعل لكم السمع والأبصار والأفئدة لعلكم تشكرون**﴾ [النحل: 78]، ﴿**ولا تقف ما ليس لك به على إن السمع والبصر والفؤاد كل أوليك كان عنه مسئولا**﴾، [الإسراء: 36]، ﴿قل هو الذي أنشأكم وجعل لكم الشمع قليلا ما تشكرون﴾، [الملك: 23].

ولذلك فإن أي قصور ينتاب حاسة السمع يؤثر على أدائها الوظيفي، ويترك أثرا سلبيا على الفرد وعلى جوانب شخصيته، عقليا واجتماعيا، وانفعاليا، وأكاديميا، ولغويا، وجسميا، وحركيا. ويجعله ذلك في حاجة ماسه لها.

ويتناول الباحث في هذا الفصل، التعرف على تشريح مبسط للجهاز السمعي وكيفية حدوث إليه السمع، وتعريف الإعاقة السمعية وكذلك تصنيفات الإعاقة السمعية، وأسبابها، ونسبة انتشارها، وطرق تشخيصها، وكذلك التعرف على مختلف خصائص الأفراد المعاقين سميعا، والمشاكل التي تواجههم، وطرق الوقاية من الاعاقة السمعية والتعرف أيضا على طرق التواصل لديهم.

تعريف الإعاقة السمعية : Defining Hearing Impairment

أشار كل من نورثرن ودأونز (Northern & Downs،1991) إلى ظهور العديد من التعريفات للإعاقة السمعية حسب المهتمين بهذه المشكلة؛ فعلى سبيل المثال يهتم الأطباء والعاملون في مجال القانون على درجة الفقدان السمعي وذلك من أجل التمييز بين ضعاف السمع والمصابين بالصمم الكامل، بينما يهتم التربويون بالمضامين التربوية والآثار الناتجة عن الإعاقة السمعية على التعلم والتواصل.

فعرف الخطيب والحديدي (2005) الإعاقة السمعية: "بأنها مستويات متفاوتة من الضعف السمعي تتراوح بين ضعف سمعي بسيط وضعف سمعي شديد".(الجوالده، 2016، ص 181).

ويعرف القريوتي (2003) الإعاقة السمعية: هي خلل في الجهاز السمعي عند الفرد مما يحد من قيامه بوظائفه، أو يقلل من قدرته على سماع الأصوات؛ مما يجعل الكلام المنطوق غير مفهوم لديه".

ويرى الزريقات (2003) أن مصطلح الإعاقة السمعية يشمل كلا من الصمم (Deafness) والضعف السمعي (Limited Hearing) فالصمم يعني أن حاسة السمع غير وظيفية لأغراض الحياة اليومية، الأمر الذي يحول دون القدرة على استخدام حاسة السمع لفهم الكلام واكتساب اللغة أما الضعف السمعي فيعني أن حاسة السمع لم تفقد وظائفها بالكامل، فعلى الرغم من أنها ضعيفة، إلا أنها وظيفية بمعنى أنها قناة، يعتمد عليها لتطور اللغة.

ويعرف كل من(أحمد اللقاني، وأمير القرشي، 1999، 16) الإعاقة السمعية إلى انها مصطلح يشير إلى وجود العجز في القدرة السمعية بسبب وجود مشكلة في مكان ما في الجهاز السمعي، فقد تحدث هذه المشكلة في الأذن الخارجية أو الأذن الوسطى أو الداخلية، أو في العصب السمعي الموصل للمخ، والفقدان السمعي قد يتراوح مداه من الحالة المعتدلة إلى أقصى حالة من العمق والتي يطلق عليها الصمم.

وتعرف (ماجدة السيد،2000، 13) الإعاقة السمعية بأنها حرمان الطفل من حاسة السمع إلى درجة تجعل الكلام المنطوق ثقيل السمع مع أو بدون استخدام المعينات السمعية وتشمل الإعاقة السمعية الأطفال الصم وضعاف السمع.

ويعرفها (إبراهيم الزريقات، 2011،56) على أنها " أي نوع أو درجة من الفقدان السمعي والتي تصنف ضمن بسيط، متوسط، شديد، أو شديد جداً.

يعرف (جمال الخطيب، 2012، 24) الإعاقة السمعية على أنها مدى تأثير الفقدان السمعي على إدراك وفهم اللغة المنطوقة. ومما سبق يمكن تعريف الإعاقة السمعية بأنها تشير إلى درجة "الفقدان السمعي الذي يتراوح من الفئة البسيطة إلى الشديدة جداً، ويشتمل على الأطفال الصم والأطفال ضعاف السمع. (مصطفي والشربيني، 2013، ص 48).

-التعريف التربوي:

أولا: الضعف السمعي (Hard Of Hearing)

عرف القريطي (2001) ضعاف السمع: بأنهم أولئك الذين لديهم قصور سمعي أو لديهم بقايا سمعية، ومع ذلك فإن حاسة السمع لديهم تؤدي وظائفها بدرجة ما، ويمكنهم تعلم الكلام واللغة سواء باستخدام معينات سمعية أو دونها".

ثانياً: الصمم (Deafness)

يعرف القريوتي (2006) الأطفال الصم: "بأنهم أولئك الأفراد الذين لا يمكنهم الانتفاع بحاسة السمع في أغراض الحياة اليومية، سواء من ولدوا فاقدين للسمع تماما، أو بدرجة أعجزتهم عن الاعتماد على آذانهم في فهم الكلام، وتعلم اللغة المنطوقة، مما يترتب عليه في جميع الأحوال فقدان المقدرة على سماع الكلام وتعلم اللغة وهكذا يكون الصمم سابقا على اكتساب الكلام واللغة".

ويعرف سميث (Smith،2004 الشخص الأصم بأن الشخص غير القادر على سماع الأصوات وإدراكها في البيئة المحيطة سواء باستخدام المعينات الطبية أو دونها، كما أنه غير قادر على استخدام السمع كطريقة أولية في اكتساب المعلومات من البيئة.

-من حيث درجة الفقدان:

أولا: ضعيف السمع:

ويعرف يسلدك والجوزين (Ysseldyke&Algozzine،1995) ضعيف السمع: "بأنه الفرد الذي يعاني من فقدان حاسة السمع بحيث يبلغ مقدار الفقدان السمعي (35 _ 69) ديسبل مما يجعل من الصعب عليه فهم الكلام عبر الأذن دون استخدام معينات سمعية ".

ويعرف يوسف (2007) ضعيف السمع: " بأنه الفرد الذي يعاني من فقدان في حاسة السمع أكثر من (34) ديسبل، وأقل من (70) ديسبل، مما يجعله بحاجة إلى أساليب تعليمية أخرى لفهم الكلام وخدمات تربوية متخصصة للتعلم سواء باستخدام المعينات السمعية أو دونها".(الجوالده، 2016، ص 182).

ثانيا: الصمم:

ويعرف مورز (Moores. 1996) الشخص الأصم بانه ذلك الشخص الذي يكون مقدان الفقد السمعي لديه 70 ديسبلا أو اكثر ويعيق فهم الكلام من خلال الأذن وحدها وباستعمال السماعات الطبية أو بدونها (مصطفي والشربيني، 2013، ص 49).

-من حيث السبب:

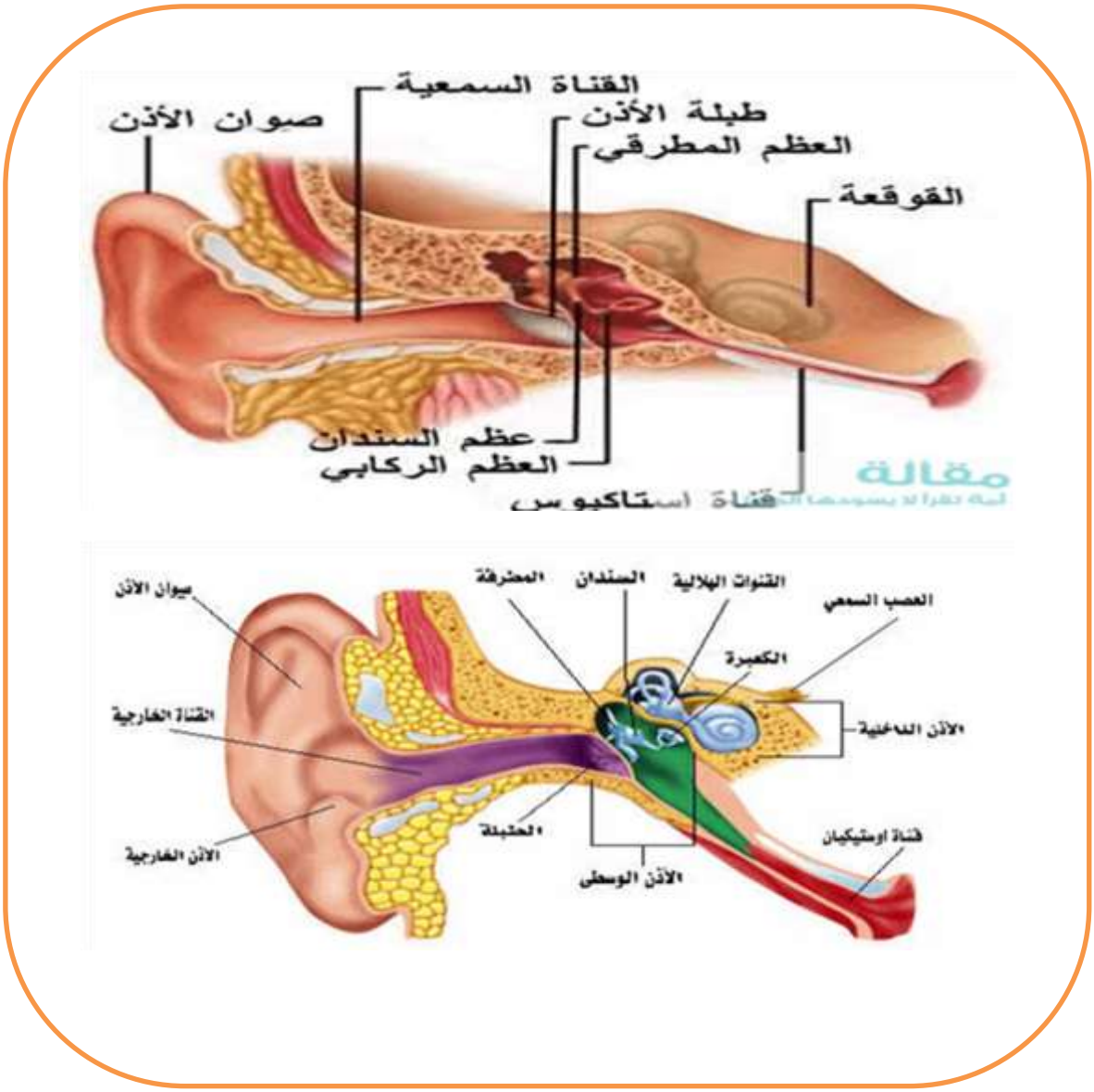
أولا: الضعف السمعي: هوا فقدان جزئي لقدرة الفرد على السمع، لكن الجزء المتبقي من السمع يمكن تطوير مهاراته اللغوية بمساعدة اجهزته السمعية، وكلما زادت درجة فقدان السمع زادت درجة العاقة.

ثانيا: الصمم: هو خلل في وظائف السمع يعيق قدرة الفرد على اكتساب اللغة وفهم الكلام بالأذن وحدها أو باستخدام المعينات السمعية مما يقلل من قدرته على التواصل مع الآخرين عن طريق الكلام.(الشريف، 2016، ص 290).

2. جهاز السمع (التشريح)

أولا: تشريح الأذن:

بما أن الإعاقة السمعية مرتبطة بخلل فسيولوجي يصيب الجهاز السمعي، لذلك لا بد من الإلمام بأجزاء هذا الجهاز ووظيفة كل جزء، ويظهر الشكل رقم (1/ 2) رسماً تخطيطياً للأذن ويبين أجزاءها المختلفة.



الشكل (1) الشكل(2): يوضحان أجزاء الأذن

للتعرف على الإعاقة السمعية لا بد من معرفة إليه السمع الطبيعي حتى يتسنى لنا وصف أية مظاهر غير طبيعية أو أي خلل يحصل ويؤثر على السمع الطبيعي ولمعرفة السمع الطبيعي لابد من معرفة تشريح الأذن.

يتألف الجهاز السمعي من جزأين رئيسين هما: الأذن، والجهاز السمعي العصبي المكون من العصب السمعي والدماغ.

حيث تتكون الأذن من الأذن الخارجية والأذن الوسطى والأذن الداخلية.

: **The Outer Ear أ. الأذن الخارجية:**

يتكون هذا الجزء من:

❋ **الصيوان**: هو الجزء الخارجي الظاهر من الأذن وهو عبارة عن غضروف وهو أكثر الأجزاء بروزا وهو مغطى بالجلد ويخدم في عملية تجميع وتركيز الأمواج الصوتية إلى القناة السمعية الخارجية، وحماية قناة الأذن، وينقسم الصيوان إلى حلزونية الصيوان الخارجية وصحن الأذن، ووظيفته تجميع الموجات الصوتية وتسهيل دخولها إلى القناة الخارجية (الجوالده، 2016، ص185).

❋: **القناة السمعية الخارجية**: وتمتد من صحن الأذن إلى أن تصل الطبلة والتي تفصل الأذن الخارجية عن الوسطى، وتحتوي القناة السمعية الخارجية على نوعين من الغدد:

❋ **الغدد العرقية**: فائدتها أنها تساعد على تهوية الأذن وتعطيل هذه الغدد يؤدي إلى الغليان بالأذن

❋ **الغدد الصمغية**: فائدتها إفراز الصمغ (الشمع) الذي يؤدي إلى حفظ رطوبة القناة السمعية ويمنع دخول الأجسام الغريبة إلى الأذن

❋ **الطبلة**: عبارة عن غشاء رقيق يفصل الأذن الوسطى عن الأذن الخارجية وتتكون من ثلاث طبقات:

الطبقة الخارجية: وهي استمرار لطبقة الجلد المحيط بالقناة السمعية الخارجية.

الطبقة المخاطية: وهي استمرارية للغشاء المخاطي الذي يبطن الأذن الوسطى.

طبقة الألياف: تتفرغ من المنتصف وتقل كلما ابتعدنا عن الوسط.

الأذن الوسطى: The Middle Ear.

عبارة عن حجرة عظيمة غير منتظمة تقع ما بين الطبلة والأذن الداخلية ويتراوح حجمها ما بين (1 ـ 2 سم) وارتفاعها (15 ملم) وعرضها (2 ـ 4 ملم) وتغطي الأذن الوسطى بغشاء مخاطي ويوجد في الأذن الوسطى ثلاث عظيمات تعمل كحلقة وصل ما بين الطبلة والجدار العظمي للأذن الداخلية وهي المطرقة والسندان والركاب.

أ - **المطرقةMalleus** : وهي أكبر العظيمات الثلاث، يقع رأس المطرقة في الحجرات العلوية للأذن الوسطى وتتصل مع الطبلة من جهة السندان من جهة أخرى، والذي يتصل بأسفل العظمة الثالثة وهي الركاب وتتصل العظيمات بعضها البعض بواسطة أحزمة ليفية داخل الأذن الوسطى، وعندما تهتز طبلة الأذن تحت تأثير الموجات الصوتية التي تقع عليها، وتهتز تبعا لذلك العظيمات الثلاث الموجودة في الأذن الوسطى ووظيفة المطرقة نقل الذبذبات والمحافظة على الطبلة من التمزق.(الجوالدة، 2016، ص186)

ب- **السندان Incins**: ويتكون من الأجزاء التالية (الجسم واليد الصغيرة واليد الطويلة).

ج- **الركاب Stapes**: يتصل رأس الركاب بالسندان، وتتصل رجل الركاب بالنافذة البيضأوية.

د- **قناة إستاكيوس**: وهي امتداد للجمجمة ولها فوائد:

- تحتضن جميع أجزاء الأذن الوسطى وتعطيها مجالاً للحركة.
- موازنة الضغط الخارجي وضغط الهواء.
- التخلص من إفرازات الأذن الوسطى.

ج . الأذن الداخلية The Inner Ear:

وهي عبارة عن تجويف عظمي موجود بداخل عظمة الصخرة وتشتمل على جزأين رئيسين:

أ- القنوات شبه الهلالية Semicireular Canais: ووظيفتها:

- حفظ التوازن.
- تزويد الدماغ بمعلومات عن حركة الرأس وموضعه.

- الإحساس بالسرعة.

وهي عبارة عن ثلاث قنوات شبه دائرية مليئة بالسائل وتقع في الجزء الأعلى من الأذن الداخلية.

ب- **القوقعة Cochlea**: وهي جزء حلزوني الشكل يحتوي عدداً كبيراً جداً من الشعيرات الدقيقة وعن طريقها يتم تحويل الصوت إلى موجات كهربائية تنتقل عن طريق العصب السمعي إلى الدماغ.

وتتكون من ثلاث دهاليز أو أقنية أسطوانية الشكل وهي:

- القناة الطبلية.
- القناة الدهليزية. Vestieblar.
- القناة القوقعية،Cochlear Duct .

ثانياً: الجهاز السمعي العصبي المكون من العصب السمعي والدماغ

أ – العصب السمعي: بعد أن تمتلئ تلك القنوات بسائل نسيجي يوجد به مئات الآلاف من الخلايا السمعية الدقيقة المعروفة باسم الخلايا الشعرية Clarion. (الجوالده، 2016، ص 186).

ويتميز السائل المحيط بالحساسية العالية لما يصل إليه من ذبذبات الموجات الصوتية فيحرك الخلايا الشعرية الدقيقة، التي تحول الحركة الميكانيكية إلى نبضات كهربائية تلتقطها أطراف العصب السمعي الملتصق بالقوقعة إلى المخيخ.

ب. الدماغ: يوجد بالدماغ مراكز السمع تترجم النبضات الكهربائية الملتقطة من أطراف العصب السمعي إلى رموز مسموعة ذات معنى.

السمع وفقدان السمع Hearing and Hearing Loss:

- ✓ تنتقل الأمواج الصوتية من خلال القناة السمعية إلى طبلة الأذن، الأذن الوسطى، القوقعة، و(عبر العصب السمعي) إلى الدماغ.
- ✓ يعرقل التلف أو التعطل في الأذن الخارجية أو الوسطى مرور الصوت ويسبب فقدان سمع توصيلي.
- ✓ يسبب تلف القوقعة أو العصب السمعي في الأذن الداخلية فقدان سمع حسي عصبي.

- ✓ يصيب فقدان السمع الثنائي كلتا الأذنين، أما فقدان السمع الأحادي فيصيب أذناً واحدة.(الجوالده، 2016، ص187).

ثالثا: آليات السمع:

يمكن أن نقسم إليه سمع الإنسان إلى ثلاث مراحل كما يلي:

* المرحلة الأولى: في الأذن الخارجية: يقوم صيوان الأذن بالتقاط الذبذبات الصوتية وتجميعها، وتنتقل عبر القناة السمعية إلى الطبلة وتهتز الطبلة؛ وتعتمد شدة اهتزازها على شدة الذبذبات الصوتية وزخمها.

* المرحلة الثانية: في الأذن الوسطى: تنتقل الذبذبات الصوتية من الطبلة إلى المطرقة الثبتة على جدار الطبلة من جهة الأذن الوسطى، وبحسب مبدأ عمل الروافع تنتقل الذبذبات إلى السندان ومن ثم إلى الركاب إلى أن تصل بصورة مضخمة ومركزة إلى الفتحة أو النافذة البيضاوية، حيث تكون هناك نقطة الالتقاء بين الأذن الوسطى والأذن الداخلية من هنا نرى أن وظيفة العظيمات هي نقل الذبذبات وتضخيمها وتركيزها.

* المرحلة الثالثة: في الأذن الداخلية: حيث تجري العملية في الأذن الداخلية بالآلية التالية: يقوم السائل الليمفاوي الخارجي بنقل الذبذبات الصوتية إلى السلم الطبلي ثم إلى السلم الوسطي حيث تمتلئ هذه القناة بالسائل الليمفاوي الداخلي، ونتيجة لوجود

فرق في الجهد بين هذين السائلين يتأثر الغشاء القاعدي الذي يحمل أنابيب جسم كورتي، أثناء حركة الاهتزاز تتلامس أنابيب كورتي مع الشعيرات التي تغطي الغشاء السقفي الذي يوجد في القناة الثالثة (السلم الدهليزي) ونتيجة لوجود فرق في الجهد بين

القناة الوسطى والقناة الثالثة تتولد تيارات (سيالات عصبية) تتلقفها الألياف والعقد العصبية لتنقلها إلى المراكز الحسية في الدماغ، ومعروف أن جسم كورتي يعمل على حفظ التوازن بتحكم مباشر من المخيخ.(الجوالده، 2016، ص187-188).

3. أسباب الإعاقة السمعية:

تنوعت وتعددت أسباب الإعاقة السمعية ما بين وراثية جينية أو مكتسبة أو اثناء الولادة أو بعدها ويرجع ذلك إلى تعقد تركيب الأذن وتعدد مصادر الأمراض التي تصيب الأذن ما بين وراثية أو التهابات أو ضوضاء أو أورام وغير ذلك، وليس هناك شك في أن ما يحدث قبل الولادة من مؤثرات يعتبر أسباباً محتملة للإصابة بفقدان السمع ولكن دورها غير مؤكد. والجدير بالذكر أن السبب الحقيقي في لا يزال مجهولا تماما ويمكن تقسيم أسباب الإعاقة السمعية حسب العوامل المسببة لها إلى:

أولاً: العوامل الوراثية الجينية:

تشير الدراسات إلى أن حوالي 50٪ من حالات الإعاقة السمعية تُعزى لأسباب وراثية، والمرض هنا ينتقل للجنين عن طريق الجينات الحاملة للمرض من الأم أو الأب أو الأجداد وقد لا يكون المرض ظاهراً في الأقارب الحاليين من الأسرة، ويوجد منه نوعان.

* الأول: يولد به الطفل ويلاحظ أنه لا ينتبه إلى الأصوات من حوله مهما كانت مرتفعة ويتأخر في النطق عن أقرانه.

* الثاني: في هذه الحالة يولد الطفل طبيعياً ويسمع الأصوات من حوله جيداً ويتكلم مثل أقرانه في موعده ولكنه يفقد السمع في سن معينة قد تكون الخامسة أو السادسة من عمره.

كما يساعد زواج الأقارب على الإصابة بالإعاقة السمعية خاصة في العائلات التي ينتشر بها الصمم، وفي دراسة قامت بها الإدارة العامة للتأهيل الاجتماعي للمعوقين عن العلاقة بين قرابة الوالدين وبين وجود حالات إعاقة سمعية متكررة في الأسرة الواحدة وتوصلت الدراسة إلى أنه في حالات الإعاقة السمعية المتكررة في الأسرة تزداد نسبة من كان آباؤهم أقارب وهذا يزيد احتمال مسئولية الوراثة عن حالات الإعاقة السمعية المتكررة في الأسر ومسئولية التزاوج القريب عن تجميع هذه العوامل الوراثية.

ثانياً: عوامل بيئية أو مكتسبة:

ويمكن تقسيمها إلى عوامل تحدث قبل الميلاد وأثناء الميلاد وبعد الميلاد

كما يلي:

أ – عوامل قبل الميلاد:

وهنا تعود الأسباب إلى:

* حدوث شذوذ جيني في اختلاف العامل الريزيسي (RH) بين الأم والجنين، ويطلق عليه صمم خلقي ولادي.

* نتيجة نقص الأكسجين خلال فترة الحمل ويسمى ذلك بالصمم المكتسب.

* إصابة الأم الحامل بالفيروسات مثل الحصبة الألمانية والالتهاب السحائي.

* التهابات الغدد النكفية والحصبة والإنفلونزا، وخاصة في شهور الحمل الأولى أثناء تكوين الجنين داخل الرحم مما ينتج عنه عدم اكتمال نمو الأجهزة والأعضاء المختلفة ومن بينها الجهاز السمعي.(الشريف، 2016، ص291-292).

* تناول الأم الحامل لأدوية ضارة بالجنين دون استشارة طبية إذ تؤدى هذه الأدوية إلى عدم اكتمال نمو الجنين ومن ثم ولادته بعيوب خلقية.

* التسمم الحملي والنزيف الذي يحدث قبل الولادة والأمراض التي تصيب الأم أثناء الحمل كالتهابات الغدد النكفية والزهري والتيفويد.

ب - عوامل تحدث أثناء الولادة(وتكون مصاحبة لعملية الولادة مثل):

* الولادة المتعسرة التي تطول مدتها.

* ولادة الجنين قبل موعده مما يحتاج إلى وضعه في حضانة.

* ولادته مصاباً بالصفراء إذ أن زيادة نسبة الصفراء في الدم عن 340 ميكرومول/ لتر يؤدى إلى فقدان السمع خاصة عند ملاحظة تلون عين قرنية المولود باللون الأصفر.

ج - عوامل تحدث بعد الميلاد:

* إصابة الطفل ببعض الأمراض خصوصاً في السنة الأولى من حياته مثل الحميات الفيروسية والميكروبية كالحمى الشوكية أو الالتهاب السحائي والحصبة والتيفويد والإنفلونزا والحمى القرمزية والدفتريا، ويترتب على هذه الأمراض تأثيرات مدمرة في الخلايا السمعية والعصب السمعي، وتعتبر الحصبة الألمانية أكثر الأسباب الولادية شيوعاً للضعف السمعي والصمم.

* التهاب الأذن الوسطى الذي يشيع بين الأطفال في سن مبكرة، وأورام الأذن الوسطى أو تكدس بعض الأنسجة الجلدية بداخلها.

* تأثر الجهاز السمعي لدى الطفل نتيجة لوجود بعض الأشياء الغريبة داخل الأذن أو القناة الخارجية مثل الحصى والخرز والحشرات والأوراق وغيرها وكذلك نتيجة لتراكم المادة الشمعية أو صماخ الأذن في القناة السمعية مما يؤدى إلى انسداد الأذن، فلا تسمح بمرور الموجات الصوتي بدرجة كافية أو تصل مشوهة إلى طبلة الاذن.(الشريف، 2016، ص 293).

* وتمثل الحوادث التي تصيب الفرد سواء في الرأس أو الأذن واحدة من العوامل البيئية العارضة التي تؤدي إلى إصابة بعض أجزاء الجهاز السمعي كإصابة طبلة الاذن الخارجية بثقب وحدوث نزيف في الأذن نتيجة آلة حادة أو لطمة أو صفعة شديدة أو التعرض لبعض الحوادث، كحوادث السيارات والسقوط من أماكن عالية.

* وكذلك ترجع بعض أسباب ضعف السمع إلى التهابات الجهاز التنفسي العلوي مثل التهاب الأنف والجيوب الأنفية والحلق واللوزتين واللحمية، والحنجرة والبلعوم الأنفي بقناة استاكيوس مما يؤدي إلى الالتهاب غير الصديد للأذن الوسطى والذي يؤدي إلى وجود رشح خلف طبلة الأذن ومن ثم يتسبب في ضعف السمع أو الالتهاب الصديدي المتكرر والمزمن والذي يتسبب في ثقب طبلة الأذن وتأكل عظميات السمع.

* الضوضاء التي تمثل أكثر العوامل تأثيرا على عملية السمع، وطبقا لإحصاء المركز القومي لإحصاءات الصحة 1994 فإن الضوضاء تمثل 23.4 % من جملة الأسباب المؤدية للإعاقة السمعية أما الأصوات الحادة الفجائية فتمثل 10.3 %. (الشريف، 2016، ص 294).

4- تصنيف الإعاقة السمعية:

أ- التصنيف حسب مكان الإصابة:

يميز هذا التصنيف ثلاث فئات من الإعاقة:

*. الإعاقة السمعية التوصيلية (Conductive Hearing Loss): يعاني أطفال هذه الفئة من مشكلة في توصيل الصوت من الأذن الخارجية والوسطى إلى الأذن الداخلية؛ ويكون ذلك بسبب

إمـا وجـود تجمع للمادة الصمغية أو تجمـع السـوائل أو الالتهاب أو النمـو الخاطئ للعظميـات السمعية، ومعظـم الإعاقات السمعية التوصيلية تعالج بشكل تلقائي طبيا أو جراحيا ويمكن للسمع أن يعود إلى وضعه الطبيعي.

❋. الإعاقة السمعية- العصبية (Sensorineural Hearing loss): يعاني أفـراد هـذه مـن الفـئـة مـن مشكلات تتصـل بـالأذن الداخلية والعصب السمعي وصولاً إلى الدماغ، وفي هذه الحالات يشوه الإدراك السمعي وتصل الأصوات مشوشة، وغالباً يكون هذا النوع من الإعاقة غير قابل للتصحيح بالإجراءات الطبية والجراحية والصوت قد لا يصبح واضحاً حتى باستخدام المعينات السمعية.

❋. الإعاقة السمعية المركزية (Central Hearing Loss): إن ما يحدث هنا هو التفسير الخاطئ لما يتم سماعه بالرغم من أن حاسة السمع طبيعية، فالمشكلة ترتبط بتوصيل السيالات العصبية مـن جـذع الدماغ إلى القشرة السمعية الموجودة في الفص الصدغي في الدماغ، وذلك نتيجة الأورام أو التلـف الـدماغي، وفي هذا النوع أيضـا تكـون المعينات السمعية محدودة الفائدة.(غسان، 2016، ص178).

ب – تصيف حسب العمر الزمني:

ويركز هذا التصنيف على الأثر الذي تتركه الإعاقة على اكتساب اللغة، وذلك للعلاقة القوية التي تربط بين اكتساب اللغة وسلامة حاسة السمع، ويطلق عليه ايضا التصنيف التربوي وهنا تصنف الإعاقة السمعية إلى:

❋- الصمم قبل اللغوي Prelingual: ويشير إلى ذلك الصمم الذي يحدث عند الميلاد، أي في سن مبكرة قبل اكتساب اللغة وتطورها أو تطور الكلام لدى الطفل ويذكر الخطيب، (2002) أن المشكلة هنا تكمن في أن الطفل لا يستطيع اكتساب اللغة

والكلام بطريقة طبيعية، فعدم قدرته على سماع الكلام تعني عدم القدرة على تقليد كلام الآخرين ومراقبة كلامه، لذلك فهو يحتاج إلى تعلم اللغة بصرياً، وغالبا ما يستخدم أساليب التواصل اللغوية.

*- الصمم بعد اللغوي Postlingual: ويشير إلى ذلك الصمم الذي يحدث بعد أن تتطور اللغة لدى الطفل، أي بعد اكتسابها.

ج- التصنيف حسب شدة الفقدان السمعي:

يعتبر التصنيف التالي لعتبة السمع من التصنيفات الأكثر شيوعاً، ويطلق عليه أحياناً التصنيف الفسيولوجي، وهي كالآتي:

* الإعاقة السمعية البسيطة جداً (Slight): ويتراوح الفقدان السمعي بين (25-40) ديسبل، وقد يواجه الفرد هنا صعوبة في تمييز الأصوات الخافتة، لكنه لا يواجه مشكلات تذكر في المدرسة.

* الإعاقة السمعية البسيطة Mild: ويتراوح الفقدان السمعي بين (41-54) ديسبل، ويستوعب الفرد هنا الكلام وجهاً لوجه، لكنه قد يضيع 50٪ من المناقشة الصفية، ويفضل أن يلتحق بالصف الخاص ليستفيد من برامجه، كذلك فستفيده المعينات السمعية كثيراً.

* الإعاقة السمعية المتوسطة Moderate: ويتراوح الفقدان السمعي بين (55-69)، ولا يستوعب الفرد الكلام إلا على شكل صراخ، ويعاني الفرد هنا من اضطرابات كلامية، ويجب أن يلتحق بالصف الخاص.

* الإعاقة السمعية الشديدة Severe: ويتراوح الفقدان السمعي بين (70-89)، ولا يسمع الفرد هنا الكثير من الأصوات العالية، ويعاني من اضطرابات شديدة في الكلام، والفرد هنا بحاجة للالتحاق بمدرسة خاصة بالمعاقين سميعا.

* الإعاقة السمعية الشديدة جدا Profound: ويزيد الفقدان السمعي عن (90) ديسبل، ولا يسمع الفرد هنا إلا بعضاً من الأصوات العالية جداً، ويحتاج الفرد هنا للدوام الكامل في مدارس الصم، وتعلم طرق التواصل المختلفة.(البسطامي وفتيحة، 2016، ص309-310).

5- نسبة انتشار الاعاقة السمعية:

وقد أشارت إحصاءات دائرة التعليم في الولايات المتحدة الأمريكية إلى وجود 0.13٪ من الطلبة في المدارس العامة في المرحلة العمرية من 6 سنوات إلى 17 سنة ضمن فئتي الصم والإعاقة السمعية.

كما يشير سميث وتيلر 2010 إلى أن الإعاقة السمعية تعتبر الإعاقة الأقل انتشارا بين الأطفال في الولايات المتحدة الأمريكية، وبالمقابل الأكثر انتشارا بين كبار السن كونها إعاقة مرتبطة بالتقدم في العمر، وكما يشير نانسي ودودسون،2007 في سميث وتايلر 2010 إلى أن حوالي 50٪ من الأشخاص في عمر 70 سنة يعانون من إعاقة سمعية.

ووفقاً لتقديرات منظمة الصحة العالمية يعاني أكثر من 5٪ من سكان العالم – 360 مليون نسمة – من فقدان السمع (328 مليون من البالغين و32 مليون من الأطفال) غالبية هؤلاء الناس يعيشون في البلدان المنخفضة الدخل والبلدان المتوسطة الدخل، كما يعاني حوالي ثلث الأشخاص الذين تتجاوز أعمارهم 65 عاما من العمر من فقدان السمع، أو يعد أكثر انتشاراً في هذه الفئة العمرية في جنوب آسيا، وآسيا والمحيط الهادئ وأفريقيا جنوب الصحراء الكبرى.

أما في الدول العربية فإنه لا توجد إحصاءات دقيقة وشاملة عن انتشار الإعاقة السمعية، وتجاهل هذه الإحصاءات في معظم هذه الدول يدل على أن مشكلة الإعاقة السمعية لم تطرح نفسها كقضية اجتماعية تستحق التعامل معها على أساس من التخطيط الجيد لها لمواجهتها. مواجهة بشكل علمي، وإنا تواجه الآن بأسلوب جزئي.

وفي المملكة الأردنية الهاشمية، فإن الإعاقة السمعية تقع في المرتبة الثانية من حيث الانتشار، حيث بلغ عدد المصابين بالإعاقات السمعية حوالي (3500) شخصاً، وتشكل الإعاقة السمعية نسبة (1٪) من مجموع الإعاقات الأخرى وفقاً لإحصاءات عام 2000،(البسطامي وفتيحة، 2016، ص 212).

6 ـ تشخيص الاعاقة السمعية:

هنالك العديد من الطرق المستخدمة في قياس وتشخيص الإعاقة السمعية، وهنه الطرق هي:

أولا: الطريقة التقليدية (Traditional Method)

وهي طريقة غير دقيقة وتهدف للكشف المبدئي عن إجمالي إصابة الفرد بالإعاقة السمعية، ومن تلك الطرق:

❋. طريقة الهمس (Whisper Test): وفي هذه الطريقة نقوم بمناداة الطفل باسمه بصوت منخفض للتأكد من سلامة الجهاز السمعي لديه فإذا لم يسمع الطفل نرفع درجة الصوت ومن خلال ذلك نستطيع التعرف مبدئيا على وجود خلل من عدمه في حاسة السمع لدى الطفل.

❋. طريقة دقات الساعة (Watch Test): وفي هذه الطريقة نطلب من الطفل أن ينصت لسماع دقات الساعة فإذا قام بسماعها كان وضعه طبيعيا وإذا لم يستطيع سماع دقات الساعة، فإن ذلك مؤشر على وجود خلل في حاس السمع لدى الطفل.

ثانياً: الطرق العلمية الحديثة (Modern Methods)

يقوم بإجراء تلك الطرق أخصائي في قياس القدرة السمعية ويطلق عليه مصطلح (Audiologist) وهذه الطرق تتصف بالدقة مقارنة مع الطرق التقليدية وأهمها:

❋. طريقة القياس السمعي الدقيق (Pure fon - Audiometry):

وفي هذه الطريقة يحدد أخصائي السمع درجة / عتبة القدرة السمعية للفرد بوحدات تسمى (Hertz) والتي تمثل عددا من الذبذبات الصوتية في كل وحدة زمنية، وبوحدات أخرى تعبر عن شدة الصوت تسمى ديسبل (dB)، ويقوم الأخصائي بقياس القدرة السمعية للفرد، بوضع سماعات الأذن، على أذني المفحوص، ولكل أذن على حدة، ويعرض على المفحوص أصواتاً ذات ذبذبات تتراوح من (125 ـ 8.000) وحدة هيرتز، ذات شدة تتراوح من صفر إلى (110) وحدة ديسبل، ومن خلال ذلك يقرر الفاحص مدى التقاط المفحوص للأصوات ذات الذبذبات والشدة المتدرجة.

❋. طريقة استقبال الكلام وفهمه (Speech Audiometry):

وفي هذه الطريقة يعرض الفاحص أمام المفحوص أصواتا ذات شدة متدرجة ويطلب منه أن يعبر عن مدى سماعه وفهمه للأصوات المعروضة عليه، (السيد نبيل واخرون، 2018، ص 71).

-القياس السمعي للأطفال الصغار:

يتم الفحص السمعي للأطفال الرضع بالاعتماد على المنعكسات الأولية، إذ تلاحظ استجاباتهم للأصوات العالية بشكل لا إرادي أو عن طريق إصدار أصوات بدرجات مختلفة من جميع الجهات وملاحظة استجاباتهم لها.

ويمكن إجراء الفحص السمعي مع الأطفال الصغار عن طريق ما يعرف بالقياس من خلال اللعب، حيث توضع السماعات على أذن الطفل ويقدم له نغمة أو حديث بدرجات مختلفة في الشدة ويطلب منه القيام بعمل محبب له عند سماع الصوت (الجوالدة، 2016، ص198-199).

الاختبارات التربوية المستخدمة في القياس السمعي:

في هذه الطريقة يستخدم الأخصائي اختبارات التمييز السمعي المقننة أهمها:

***. مقياس ويب مان للتمييز السمعي (1978، Wepman Auditory Discrimination Test):**

حيث صمم هذا الاختبار للتمييز بين الأصوات المتجانسة، ويقدم للفئات العمرية من سن 5-8 سنوات، ويعتبر هذا الاختبار من الاختبارات الفردية المقننة ويتألف من أربعين زوجا من المفردات التي لا معنى لها، منها ثلاثين زوجاً تختلف في واحدة من الأصوات المتجانسة، في حين لا تختلف العشرة الباقية في واحدة من الأصوات المتجانسة، بل وضعت للتمويه على الطفل، وتختلف الأزواج المتجانسة من المفردات، إما في أولها وعددها ثلاثة عشرة، أو في وسطها وعددها أربعة أزواج، أو في آخرها وعددها ثلاثة عشر زوجاً.

***. مقياس جولدمان فرستو ودكوك للتمييز السمعي.**

صمم هذا المقياس لقدرة الفرد على التمييز السمعي بين مجموعات من المفردات المتشابهة من حيث اللفظ، ويتكون المقياس من مجموعة من المفردات مرتبة في سلاسل حيث تضم كل سلسلة أربع مفردات متشابهة من حيث اللفظ م (Write, Light، Bite،Night) وهو

مؤلف من مجموعة من الصور يطلب منه المفحوص الإشارة إلى الصورة التي سمع لفظها. (الداهري، 2016، ص178).

ومما يجدر ذكره أن جميع الاختبارات التربوية تعتمد فيها أساليب قياس المعاق سمعيا على الطرق الأدائية

7. خصائص المعاقين سمعيا:

7-1 الخصائص اللغوية:

يؤكد هالاهان، وآخرون، 2009، على أن أكبر الآثار السلبية للإعاقة السمعية يظهر أوضح ما يكون في مجال الاستيعاب والتعبير اللغوي، وعليه فإن المعوقين سمعيا يعانون من تأخر واضح في النمو اللفظي، وتتضح درجة هذا التأخر كلما كانت درجة الإعاقة السمعية أشد، وكلها حدثت الإصابة بالإعاقة السمعية في وقت مبكر، ويعتبر العمر الذي بدأت فيه الإصابة بالإعاقة السمعية عاملا هاما في تحديد درجة التأخر في النمو اللفظي، والأطفال الذين يعانون من صعوبات سمعية منذ الولادة يواجه نموهم اللفظي عجزا واضحا منذ الطفولة المبكرة رغم أنهم يصدرون أصوات ويبدؤون في المناغاة كباقي أقرانهم، إلا أن مراحل النمو اللفظي اللاحقة تتأثر بشكل واضح، وبشكل عام تتسم اللغوية بمجموعة من المؤشرات كطريقة الصوت العالية، وبطئ الكلام، وذخيرة لغوية محدودة، والكلام غير واضح، وعدم القدرة على التمييز بين الحروف، وحذف بعض الحروف وتشويه البعض الآخر.

يعد الافتقار اللغوي واللغة اللفظية وتأخر النمو اللغوي اخطر النتائج المترتبة على الإعاقة السمعية على الإطلاق، والتي ترتبط بدرجة فقدان السمع فالمصابين بالصم الشديد والحاد الذين قبل الخامسة يعجزون عن الكلام أو يصدرون أصوتا غير مفهومة، رغم أنهم يبدون مرحلة المناغاة في نفس الوقت مع أقرانهم العاديين، إلا أنهم لا يواصلون مراحل النمو الفظي التالي لعدة أسباب أهمها:

-أنهم لا يتمكنون من سماع النماذج الكلامية واللغوية الصحيحة من الكبار وبالتالي لا يتمكنون من تقليدها.

-أنهم نتيجة للإعاقة السمعية لا يتلقون أية تغذية راجعة أو أي ردود أفعال بشان ما يصدرون من أصوات سواء من الآخرين أو من داخل أنفسهم، ويفتقرون إلى التعزيز السمعي بينما يعاني ضعاف السمع من مشكلات لغوية بدرجات متفاوتة تتمثل

بصعوبة سماع الأصوات المنخفضة، وعدم فهم ما يدور حولهم من مناقشات، ومشكلات تناقص عدد المفردات اللغوية وصعوبات التعبير اللغوي بالنسبة لذوي الإعاقة السمعية المتوسطة.(البسطامي وفتيحة، 2016، ص 322- 323).

7-2 الخصائص العقلية (المعرفية):

لقد تم التوضيح ان الإعاقة السمعية تؤثر بشكل واضح على النمو اللغوي للفرد وبما ان معظم علماء النفس التربويين يشيرون إلى ارتباط القدرة العقلية بالقدرة اللغوية فمن البديهي أن يكون أداء الأفراد المعوقين سمعياً متدنياً على اختبارات الذكاء، وذلك بسبب تشبع تلك الاختبارات بالناحية اللفظية، والسؤال الذي يطرح نفسه هنا وأنه لو تم تصميم اختبارات ذكاء وخاصة بالصم تركز على الجوانب الأدائية فهل سيكون أداؤهم متدنيا على هذه الاختبارات؟، على كل حال يجب الإشارة إلى أن اختبارات الذكاء بوصفها الحالي والمشبعة بالناحية اللفظية لا تقيس قدرات الصم العقلية الحقيقية، وهذا تشير معظم الدراسات أنه لا توجد علاقة قوية بين درجة الإعاقة السمعية ومعامل الذكاء، وأنه لا أثر للإعاقة السمعية على ذكاء الفرد، إذ أشارت الدراسات إلى أن المعوقين سمعيا قادرون على التعلم والتفكير التجريدي وأن لغة الإشارة هي بمثابة لغة حقيقية. (الجوالده، 2012، ص 49).

7-3 الخصائص التربوية (التحصيل المدرسي):

من الطبيعي أن تتأثر الجوانب التحصيلية للأصم وبخاصة في مجالات القراءة، والكتابة، والحساب؛ وذلك بسبب اعتماد هذه الجوانب التحصيلية اعتماداً أساسياً على النمو اللغوي، وحيث أن الدراسات – كما ذكرنا سابقاً – اشارت بشكل عام إلى أن الأفراد المعوقين سمعيا ليس لديهم تدن في القدرات العقلية مقارنة بأقرانهم السامين، لذلك فإن الانخفاض الواضح في التحصيل الأكاديمي لديهم يمكن تفسيره بعدد من العوامل أهمها:

*. عدم ملاءمة المناهج الدراسية لهم حيث أنها مصممة بالأصل للأفراد السامعين.

*. انخفاض الدافعية للتعلم العالم، لديهم تحت ظروفهم النفسية الناجمة عن الحالات التي ليست بحاجة لأساليب، إلا أن ذلك لا يعني بالضرورة أنهم لا يستطيعون تحصيل مستويات عليا من التحصيل الأكاديمي فإذا أتيحت لهم الفرص المناسبة من برامج تربوية مركزة وطرائق تدريس فعالة فإنهم يستطيعون الحصول على درجات عليا مشابهة لأقرانهم السامعين.

هذا وتجدر الإشارة إلى أن درجة الإعاقة السمعية تلعب دورا هاما في التحصيل المدرسي فكلما زادت درجة الإعاقة السمعية قلت فرص المعوق سمعيا للاستفادة من البرامج التربوية، وهذا مع العلم بأن التحصيل الأكاديمي يتأثر بمتغيرات أخرى غير شدة الاعاقة السمعية مثل القدرات العقلية والشخصية والدعم الذي يقدمه الوالدين والعمر عند حدوث الاعاقة السمعية والوضع الاقتصادي والاجتماعي للأسرة والوضع السمعي للوالدين. (الجوالده، 2012، ص 55).

7-4 الخصائص الاجتماعية والانفعالية:

تعتبر اللغة الوسيلة الأولى في التواصل لذلك يعاني المعاقون سمعياً من مشكلات تكيفية في نموهم الاجتماعي وذلك بسبب النقص الواضح في قدراتهم اللغوية، وصعوبة التعبير عن أنفسهم، وصعوبة فهمهم للآخرين، سواء أكان ذلك في مجال الأسرة، أو العمل، أو المحيط الاجتماعي بشكل عام، لذا يبدو الفرد الأصم وكأنه يعيش في عزلة مع الأفراد العاديين الذين لا يستطيعون فهمه، وهم مجتمع الأكثرية الذي لا يستطيع أن يعبر الإشارة أو بلغة الأصابع، ولهذا السبب يميل المعاقون سمعياً إلى تكوين النوادي والتجمعات الخاصة بهم، إذ تعتبر هذه النوادي والتجمعات ذات الأهمية خاصة بالنسبة لهم، بسبب تعرض الكثير منهم لمواقف الإحباط التي تترتب على نتائج التفاعل الاجتماعي بين الأفراد العاديين والصم. حيث أن الأفراد المعوقين سمعياً يحاولون تجنب المواقف التي تؤدي إلى التفاعل الاجتماعي مع مجموعة من الأفراد، ويميلون إلى إقامة علاقات اجتماعية مع فرد واحد أو أثنين، لذلك فهم يميلون إلى العزلة كذلك يعانون من بطء في النضج الاجتماعي مقارنة بأقرانهم السامعين وذلك بسبب مشكلات التواصل اللفظي لدى هؤلاء الأفراد.

أما فيما يتعلق بالجوانب الانفعالية للمعوقين سمعياً فقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن الأفراد المعوقين سمعياً أكثر عرضه للضغوط النفسية والقلق والتوتر من أقرانهم العاديين، مع ضرورة الإشارة إلى أن تأثير الإعاقة السمعية على الجوانب الانفعالية للفرد.

تختلف من فرد إلى آخر، وذلك استناداً على عوامل عديدة تتعلق بالظروف الفردية، إلا أن ذلك لا يعني أن سوء التوافق الانفعالي نتيجة حتمية للأفراد المعوقين سمعيا، ومما يجدر ذكره ايضا أن الاشخاص المعوقين سمعيا يميلون إلى التفاعل مع الاشخاص يعانون مما يعانون منه، وهم يفعلون ذلك أكثر من أية فئة أخرى من فئات الإعاقة المختلفة، من فئات الاعاقة المختلفة وربما بسبب حاجتهم إلى التفاعل اجتماعياً والشعور بالقبول من الأشخاص الآخرين. (القمش والمعايطة، 2011، ص93-94).

7-5 الخصائص الجسمية والحركية:

إن فقدان السمع يؤدي إلى حرمان المعوق سمعيا من الحصول على التغذية الراجعة السليمة، مما يؤثر سلبا على وضعه في الفراغ، وعلى حركات جسمه مما يؤدي إلى تطور أوضاع جسمية خاطئة لديه، ويتأخر النمو الحركي للمعوقين سمعيا عند مقارنته بالنمو الحركي للأشخاص العاديين، كذلك فإن بعضهم يمشي بطريقة مميزة فلا يرفع قدميه عن الأرض، وترتبط هذه المشكلة بعدم مقدرتهم على سماع الحركة، وربما لأنهم يشعرون بشيء من الأمان عندما تبقى القدمان على اتصال دائم بالأرض، لذا فإن الأشخاص المعوقين سمعيا كمجموعة لا يتمتعون باللياقة البدنية مقارنة بالأشخاص العاديين.

وتعد الإعاقة السمعية من المهارات الحركية للمعوق سمعيا مقارنة بالعاديين، بالإضافة إلى أنه نظرا لإعاقة الجهاز السمعي ودوره فإن ذلك يؤدي لمشاكل في الجهاز التنفسي، واضطراب عملية التنفس بشكل طبيعي واضطراب في استجاباته للأشياء، ومن ثم يؤثر هذا العوق السمعي على الحركة لدى الأصم، فرد الفعل الحركي لديه به قصور نتيجة عدم وجود انتباه للأفعال والمؤثرات الصوتية، وبالتالي فإنه يفتقد الاستجابة التلقائية الطبيعية والمباشرة للمثير الصوتي، وتتخذ استجاباته قدرة أقل من تلك لدى عادي السمع.

إن الطفل الأصم عندما يصرخ فإنه يشعر بحركاته العضلية ولكنه لا يستطيع أن يسمع الصوت الذي يحدثه، لذلك فإنه يفقد نوعا مهما من المثيرات والشعور بالأمان، إذ أنه لا يوجد اختلاف واضح للحاجات الجسمية بين الطفل الأصم وعادي السمع، خاصة وأن الساعات المنتظمة من النوم والهواء الطلق والطعام الجيد، كل ذلك يقدم لكلا النوعين فرصا أفضل للنمو الجسمي. (مصطفى والشربيني، 2013،ص 125).

7- 6 الخصائص الشخصية:

وبما أن حاسة السمع هي إحدى الحواس الهامة لدى الفرد بحيث تربطه بالعالم الخارجي، وتعرفه ما يدور حوله من أحداث وعندما يفقد الفرد هذه الحاسة يميل إلى العزلة والانسحابية عن المجتمع ويصبح في عالم مغلق له سماته وخصوصياته عن الأفراد العاديين.

ويشير ميدو(Meadow ،1981) إلى ارتفاع معدلات انتشار اضطرابات الشخصية ثلاث مرات في المعوقين سمعياً عن مثيلاتها لدى عاديي السمع.

وأشار (فتحي عبد الرحيم، 1990، 231- 232) إلى دراستين حول النضج الاجتماعي اتضح فيهما أن الأطفال الصم في الإقامة الداخلية حصلوا على درجات في مقياس فينلاند للنضج الاجتماعي أقل من درجات زملائهم من الأطفال عاديي السمع الذين يعيشون في إطار بيئاتهم الأسرية، إلا أن أطفال المدارس اليومية للصم والأطفال الصم في سن ما قبل المدرسة حصلوا على نسب عادية في النضج الاجتماعي، وتوصلت معظم الدراسات التجريبية التي تدور حول خصائص الشخصية عند الأطفال الصم إلى أن الأطفال الصم كانوا على درجة أقل من التوافق بالنسبة للتوافق العام، والتوافق مع المدرسة، والتوافق الاجتماعي.

ومن خلال الدراسات التي استعرضها مصطفى فهمي (1980) استطاع أن يستنتج من هذه الدراسات أهم الصفات البارزة في شخصية الطفل الأصم وهي:

1. إن الطفل الأصم يميل بسبب إعاقته الحسية إلى أن ينسحب من المجتمع ولذلك فهو غير ناضج اجتماعياً بدرجة كافية.

2. إن الأطفال الصم كمجموعة لديهم مشكلات خاصة بالسلوك مثل العدوان ت والسرقة والرغبة في التنكيل والكيد بالآخرين وتوقيع الإيذاء بهم.

3. إن الأطفال الصم يميلون غالباً إلى الإشباع المباشر لحاجاتهم بمعنى أن مطالبهم يجب أن تشبع بسرعة.

4. إن استجابات الطفل الأصم لاختبارات الذكاء التي تتفق مع نوع الإعاقة، لا تختلف عن استجابات الطفل عادي السمع.

5. إن التكيف الاجتماعي غير واضح لدى الأطفال الصم كما أثبت ذلك اختبار روجرز للشخصية، ومقياس براون للشخصية.

6. إن الأطفال الصم قد أظهروا عجزاً واضحاً في قدرتهم على تحمل المسئولية. (مصطفى والشربيني، 2013، ص 154-153).

7. أثبت اختبار فينلاند للنضج الاجتماعي أنهم غير ناضجين من ناحية النضج الاجتماعي وذلك بسبب عجزهم عن التفاعل مع المجتمع، لأن التفاعل الذي يتم بين الفرد وأفراد المجتمع الآخرين يؤدي حتماً إلى نضجهم اجتماعياً.

8. إن المخاوف تظهر بصوره واضحة لدى البنات الصم، وأكثر هذه المخاوف ظهوراً هي الخوف من المستقبل.

وتعزى ارتفاع معدلات انتشار اضطرابات الشخصية لدى المعوقين سمعياً إلى الغياب الكلي أو الجزئي لمعرفة الصم لغة الإشارة، وتدني مستوى القراءة لديهم عن أقرانهم، فيكون مستوى القراءة دون الصف بمعدل (2.9) والتحاق بعضهم بالتعليم الرسمي دون الآخر، وافتقاد الكثير منهم إلى المعرفة بأسس الأمن الاجتماعي، ويفتقر الأطفال الصم إلى التواصل اللفظي كما نجده لدى عادي السمع، كما أنهم محرومين من اللعب اللفظي، ومن دفء التواصل الاجتماعي مع الراشدين في بيئتهم، كما أنهم يعانون من الحرمان الحسي، والكثير من المشكلات الانفعالية تعترض حياتهم. (مصطفى والشربيني، 2013، ص 155).

8- العوامل المؤثرة في شخصية المعاق:

إن الشخصية هي نتاج العوامل المشتركة التي تتكون من الصفات الفطرية التي يولد الفرد مزودا بها والعوامل البيئة المحيطة به، لذا فان المعاق سمعيا عندما يأتي إلى عالم لا يبدو عليه أي اختلاف عن غيره من الأطفال في حاجاته الأساسية والانفعالية وفي دوافعه وأهدافه وتطلعاته، كما انه لا يختلف عن غيره في الشعور بالحاجة إلى تقبل الآخرين له واهتمامهم به وإشعاره بالحب والألفة والصحبة والصداقة، غير انه في أحيان كثيرة بقابل بالرفض والازدراء والخجل من صحيته، والبعد عن الارتباط به والرغبة في الخلاص منه أو بالشفقة عليه والرثاء الحالة، وإبداء العطف وإسباغ الحماية الزائدة عليه وتتأثر شخصية الطفل المعاق سمعيا في الحالتين بنوعية المعاملة فقد اتجه في الحالة الأولى إلى تنمية النزعة العدوانية لديه وسيطرته على سلوكه أو إلى الشعور بالشك والخجل وفقدان الثقة بالنفس، كما قد تتصف شخصيته في الحالة الثانية بالتهرب من تحمل المسؤولية مع شدة الميل إلى الاعتماد على غيره وفقدان الشعور بالاستقلالية، ويعود السبب في ذلك إلى اضطراب شخصية المعاق سمعيا إلى معاناته وحرمانه المادي والمعنوي وعدم إشباع بعض الحاجات الضرورية مثل: الحاجة إلى الأمن والحاجات الصحية والحاجة للانتماء وعدم توفر علاقات إنسانية مبنية على الحب والتقدير والاحترام، كما ان هناك مجموعة من العوامل التي تؤثر على شخصية المعاق سمعيا ويمكن إجمالها في عاملين أساسين هما :أولا: عوامل داخلية: وتتمثل في: طبيعة الإعاقة لدى المعاق سمعيا: ان تأثير الإعاقة السمعية لا ينحصر في عدم القدرة على الكلام ولكن الواقع يشير بعكس ذلك فالعجز عن الكلام ليس إلا احد اضعف الآثار التي يمكن ان تنتج عن الإعاقة السمعية، فالتعبير عن النفس والاستجابة للآخرين لا يتم إلى من خلال ما يطلق عليه بالتغذية الراجعة" وعملية التواصل هذه في الأساس لعملية أخرى لها أهميتها وهي "عملية التفاعل الاجتماعي وما يتصل بها من قيام العلاقات الشخصية، وتلك العلاقات هي المسئولة عن قيام حياة اجتماعية فعالة وتشكيل مفهوم الذات لدى الفرد وما يرتبط بنمو مفهوم الذات للأصم وبعلاقاته المحيطين به، ويطلق عليها الحاجات النفسية والاجتماعية (مرسي، 2015، ص 57-56).

أ - صراعات المعاق سمعيا:

إن عدم اكتمال الشكل الطبيعي للتواصل بين المعاق سمعيا ومن حوله يؤدي إلى فقدان واضطراب الحياة النفسية للمعاق سمعيا ويتمثل ذلك في صراعات كثيرة تبدأ منذ طفولته وتستمر معه

إلى آخر حياته، فالأطفال المعاقون سمعيا يوضعون بصورة متكررة في أنواع معينة من المواقف السيكولوجية الناتجة. عن عدم قدرتهم على استيعاب اللغة المنطوقة مما يدفعهم إلى الاعتماد على الآخرين حتى مرحلة متقدمة من العمر، وقد ذلك معاملة والديه تتسم بالتدليل أو النفور والقسوة أو الحماية الزائدة مما يؤثر على مركز الطفل في الأسرة وموقفه بين إخوته وبالتالي على توافقه الشخصي والاجتماعي، ويستمر هذا التأثير حتى بعد دخول الطفل المدرسة وظهور أنواع جديدة من القيم والمعايير لا يستطيع أن يجاريها مما يؤدي إلى الصراع الداخلي ويؤثر ذلك على شخصيته وسماته وتوافقه...وان هؤلاء الأفراد يعانون من الخجل والانسحاب الاجتماعي ويتصفون بتجاهل مشاعر الآخرين ويسيئون فهم تصرفاتهم ويتصفون بالأنانية، كما يتأثر مفهومهم عن ذواتهم بهذه الإعاقة . وإجمالا تلك الصراعات تتمثل في فشل الأصم في إشباع حاجاته، ونقص فهم المحيطين لإشارته عندما يطلب منهم شيئا، بالإضافة إلى الاتجاهات الوالدية الخاطئة والمتمثلة في: القسوة والتدليل والحماية الزائدة وإثارة لألم النفسي بالإضافة إلى التفرقة ورفض التقبل والإهمال وإحساس الطفل ان الآخرين يعاملونه كأنه إنسان شاد (مرسي، 2015، ص 58،59).

ثانيا: عوامل خارجية وتتمثل في:

الأسرة:

إن وجود طفل أصم في الأسرة يثير الانفعالات والخلافات الأسرية التي تعمل على زيادة الاضطراب والفوضى تجاه تنشئة الأصم مما يحد من نشاطه الاجتماعي ويؤثر على نضجه الاجتماعي، وبالتالي نجد ان النمو الاجتماعي لن ينضج بالصورة المرغوبة ومن ثم يجب أن يعمل الوالدان كوحدة متماسكة في صياغة قوانين المنزل وإلا يكون لكليهما قواعده المستقلة، فينبغي أن يكون سلوك الوالدين نحو ابنهما الأصم يثبت محبتهم له وتشجيعهما له مهما كانت درجة إعاقته، كما يجب أن يبتعد الآباء عن العقوبة الصارمة والتدليل الزائد للأصم. (رفعت، 2005، من 61).

ومن أهم الأعمال التي يمكن لأسرة الطفل المعوق سمعيا القيام بها هو السعي لمنع حدوث الشعور بالعزلة أو تعميقه نتيجة الحرمان الطفل من سماع ما يدور حوله، ويعتمد تحقيق هذا الهدف على العلاقة القائمة بين الطفل المعوق سمعيا وأفراد أسرته الذين يمكنهم أن يلعبوا دورا هاما في هذا

المجال، وبما أن مشاعر الطفل المعوق سمعيا اتجاه نفسه تعتبر انعكاسا لمشاعر المحيطين به، فسوف يتأثر بطبيعة انظرتهم إليه، مما قد يؤثر تأثيرا سلبيا عليه من جميع الوجوه مالم يعمل هؤلاء الأفراد على تقبل إعاقة الطفل بشكل طبيعي خال من التحيز أو الاضطهاد. (بن عبد الرحمان، 2020، ص 51).

المجتمع:

ويتمثل في المجتمع الذي يولد فيه المعاق سمعيا وينمو بين أفراده الجيران والمدرسة وزملاء المدرسة والمعلمين...الخ، ويتعامل معهم بشتى أساليب الاتصال، ويذكر سامي عبد السلام نقلا عن عبد الرحمان سليمان (2001) انه كلما زادت درجة الإعاقة السمعية حدة ازداد التباعد بين المعاق سمعيا والعاديين، وتضاءلت بالتالي فرص التفاعل فيما بينهم لافتقارها إلى لغة تواصل مشتركة لذلك فإننا غالبا ما نجد ان الصم أكثر اندماجا وتفاعلا وتوافقا فيما بينهم كجماعة متفاهمة، بينما يكون الأصم بالنسبة لجماعة العاديين أكثرا نزعة للانسحاب وميلا للعزلة والانطواء ولذلك يجب ان يقوم المجتمع بدور مكمل للأسرة، وذلك بتهيئة الفرص الكافية من أجل أن يتعلم بها المعاق سمعيا واندماجه بالآخرين وتفاعله معهم، ومن ثم توافقه وتحسين صحته النفسية، وإذا لم يحدث ذلك فان المجتمع يقف في وجه المعاق سمعيا ويعيق إشباع حاجاته مما يجعله فريسة للاضطرابات النفسية والسلوكية.(مرسي، 2015، ص61-60).

9- مشكلات افراد ذوي الاعاقة السمعية:

9- 1 المشكلات النفسية لذوي الإعاقة السمعية

يرى كل من نورثينيرن ودأونز (Northern & Downs، 2002) أن هناك ثلاثة متغيرات هامة للمشكلات النفسية للصم وهي:

1. درجة الحماية الزائدة الأبوية.
2. التوقعات غير الواقعية.
3. فعالية التواصل بين الطفل ولآباء.

العديد من المشكلات النفسية تعود كما يرى مورز (Moores، 1996) إلى:

ا. العلاقة غير الجيدة بين الآباء والمعاقين سمعياً.

ب. التوقعات غير الواقعية من قبل الآباء.

ج. ضعف قدرة الآباء على تقبل الحقيقة التي تشير إلى أن الأطفال المعاقين يختلفـون عن لآخرين في نموهم.

د. أساليب تربية غير مناسبة.

الاتجاهات السلبية نحو الإعاقة.

و. مهارات التعامل الاسرية الضعيفة مع الضغوط والأزمات غير المتوقعة.

ز. ضعف قـدرة الآبـاء على التواصـل يـومياً مـع أطفـالهم لتحقيـق احتياجـاتهم

9- 2 المشكلات الاجتماعية لذوي الإعاقة السمعية:

مما لا شك فيه أن الإعاقة السمعية لها دور في تدني مهارات التواصـل بـين الطفـل ومجتمعه، لذا يكون غير قادر على التفاعل الاجتماعي، وغير قادر على اكتساب الخبرات الحياتية التي تمكنه وتؤهلـه ليـكـون له دور فعال في مجتمعه، وبالتالي يفقد القدرة على التواصل، ويتقلص دوره في المجتمع، ويؤثر العزلة والانطواء، ويكون غير قادر على التكيف.(الجلامده، 2016، ص636).

الاجتماعي السليم، وعدم القدرة على المنافسة على قدم المساواة مع العاديين، ويتولد لديـه شعور بعدم الرغبة في المشاركة في أي عمل جماعي، أو مناسبة جماعية بسبب عدم قدرته على إنشاء علاقات اجتماعية مع الآخرين، وذلك لضعف مهاراته اللغوية في التواصـل خاصـة التواصل اللغوي المنطوق، وهنا يجد لديه صعوبة في التعبير عن نفسه، وصعوبة في فهمه للآخرين. وبالتالي يؤثر العزلة والانطواء، ويتولد لديه شعور بالحزن على نفسه، وندب حظه، وحقده على الآخرين، ويجد في العنف وسيلة لإخراجه من العزلة التي يعيش فيها، وتتسم تصرفاته وسلوكه مع الآخرين بالعنف والكره، والتحدي الذي كثيراً ما تصاحبه الرغبة في تحطيم المجتمع والقضاء عليه، وتخريب كل ما تصل إليه يده.

حيث يلاحظ أن لمعوقين سمعيا يحاولون تجنب مواقف التفاعل الاجتماعي في مجموعة يعانون مما يعانون منه، ويميلون إلى مواقف التفاعل التي تتضمن فردا واحداً أو فردين، وبشكل عام يمكن القول إن الأطفال المعوقين سمعيا يميلون إلى العزلة نتيجة إلى احساسهم بعدم المشاركة أو الانتماء إلى الأطفال

الآخرين، وحتى في العابهم يميلون إلى الألعاب الفردية التي لا تتطلب مشاركة مجموعة من الطلبة .(الجلامده، 2016، ص637).

تشير بعض الدراسات إلى أن الأطفال الصم أكثر عرضة للضغوط النفسية والقلق وانخفاض مفهوم الذات، ويلاحظ أيضاً أنهم أكثر عرضة لنوبات الغضب بفعل الصعوبات التي يواجهونها في التعبير عن مشاعرهم، ولنفس السبب نجد أن الأطفال الصم يعبرون عن غضبهم وإحباطهم بعصبية ويظهرون ميلا أكبر للعدوان الجسدي.

7- 3 المشكلات الانفعالية لذوي الإعاقة السمعية:

يعيش الطفل ذي الإعاقة السمعية في قلق واضطراب انفعالي بسبب وجوده في عالم صمت خال من الأصوات واللغة، كما أنه معزول عن الرابطة بالعالم الخارجي، وهو في ذلك محروم من معاني الأصوات التي ترمز للعطف والتقدير، مما يعمق مشاعر النقص والعجز لديه، وأنه يميل إلى العزلة والهروب من تحمل المسؤولية، ومن ثم يتسم بالاضطراب النفسي الانفعالي كمرجع للانطوائي، وعدم شعوره خلال مرحلة الطفولة بالحنان أو عطف الأمومة.

ومرجع ذلك إلى أن هؤلاء الأطفال يعانون الاحباط بسبب فقدهم لوسيلة الاتصال المتمثلة في اللغة نتيجة عدم فهم الآخرين لهم، كما أن إحجام الطفل الأصم عن التعبير عن مشاعره بصدق وأمانة في الواقف ومع الأشخاص المختلفين من الاسباب الرئيسية لتعرضه للقلق والصراع والاضطرابات النفسية، كما أن قمع التعبير عن المشاعر يعمل على زيادة النزعات العصبية، ويؤدي به إلى الشعور بالنقص وخيبة الأمل، ونتيجة لذلك لديهم عدم اتزان عاطفي بدرجة كبيرة إذا ما قورنوا بعاديي السمع، ويتسم بعضهم بالصلابة والانقباض بالإضافة إلى التشكك في الآخرين، وأساس ذلك أنهم يرون الآخرين متخاطبين يتكلمون بما لا يسمع الصم، فيظنون أن الأمر سوءاً لهم، وقد تبدو منه استجابات عدوانية وفقاً لما يقدرونه من تشكك فيها، ويميلون للإشباع المباشر لحاجاتهم بمعنى أن مطالبهم يجب أن تلبى بسرعة أي سريعة الاشباع.(الجلامده، 2016، ص638).

تنحصر مشكلات الصم الانفعالية بالمظاهر التالية:

1. تجاهل مشاعر الآخرين في معظم الأحيان.

2. المبالغة والتشويش في مفهوم الذات لديهم.

3. سوء توافق شخصي واجتماعية.

4. الرغبة في الإشباع المباشر لحاجاتهم.

5. الاندفاعية والحركة الزائدة وعدم القدرة على ضبط النفس.

6. عدم الاستقرار الانفعالي.

7. تسيطر عليهم مشاعر الاكتئاب والقلق بدرجة مرتفعة.

8. لديهم درجة مرتفعة من السلبية والجمود وتقلب المزاج..(الجلامده، 2016، ص639).

7- 4 المشكلات الأسرية لذوي الإعاقة السمعية

ومن المشكلات التي تواجه الأسرة هي عدم القدرة، وعدم فهم حاجات الطفل الأصم، ومقاومته الذاتية لأي سلوك استقلالي، وعدم الرغبة في تنمية قدراته، وعلى تحمل الإحباط بطريقة مقبولة، بالإضافة إلى عجزه عن التواصل اللفظي، فالطفل الأصم لديه صعوبة في التعبير عن شاعره، وحاجاته ولديه صعوبة في فهم الآخرين من حوله، وخاصة أفراد أسرته، فهو يتعرض لنوبات حادة من الانفعال، قد تكلفه التعرض للعقاب البدني، أو يدفع الآباء للخضوع لرغباته، لعم فهم لغة الطفل، يوجه الآباء أيضاً قلقاً زائداً عند تطبيق نظام خاص يحيه هذا الطفل، فكثيراً ما يساء فهم التعبيرات، وتبقى مشكلة سوء الفهم قائمة بسبب مشكلة التواصل اللغوي، ويجب أن يتفهم الآباء مبدأين مهمين أثناء أداء دورهم:

1. الخطأ في السلوك أمر وارد وطبيعي في مراحل الطفولة.

2. إن النظام عملية تعلم، وليس أسلوبا عقابيا، فسوء السلوك لا يعني بالضرورة أن الطفل سيء، فالطفل في السابعة من عمره يرفض أن يغسل أسنانه، ويمارس نوعاً من اثباته

لذاته، واتخاذ القرار، ويمكن حل المشكلة بمساعدة الطفل الأصم في قرارات الأسرة، والتواصل معم ووضع سلوكيات معينة، والاستجابة له، لأنه ساهم في وصفها

إن الاسر التي لديها طفل أصم جميعا تعاني من مشكلات مشتركة من اهمها:

1. الاجهاد الجسمي والوقت الذي يحتاجه الطفل الأصم للاهتمام والعناية به.

2. تجنب مخالطة الأسرة والعزلة الاجتماعية وعدم الثقة في المستقبل وصعوبات التواصل.

3. الحالات النفسية التي يمر بها أفراد الأسرة والفرد في حد ذاته.

4. التوتر والخوف والترقب في فترات نمو الطفل المعرفية واللغوية ودخوله المدرسة حتى الزواج والاستقلال. (الجلامده، 2016، ص640).

7- 5 المشكلات النفسية الحركية لذوي الإعاقة السمعية:

بانه سبق وان ذكرنا أن الصمم وخاصة الصمم الكلي يؤثر على عملية التحكم الجسمي(توازن – تنسق) مما يجعل الشخص الأصم يعاني من صعوبات في التحكم الجسمي سواء على مستوى التنقل (خطوت قوية ومتأرجحة) أو على مستوى التعبير الجسدي (حركات سريعة غير منسقة). كذلك يعاني من صعوبات من حيث الايقاع الوقتي الجسمي، بحيث تكون هناك حركات غير منتظمة وغير منسقة.

كما يعاني من صعوبات عل مستوى التنسيق البصري اليدوي، وهذا راجع إلى التحكم الجسمي – توازن، والإيقاع الجسمي.

يحتاج الطفل الأصم إلى متابعة نفسية حركية وخاصة في المراحل الأولى من الحياة، وهذا من أجل تمكينه من الإحساس بجسمه، وكذلك التحكم في حركاته وفق الإيقاع الخاص بكل حركة، وتمكين الطفل من فهم العلاقات المكانية والزمنية ويبتدئ من جسمه ثم المحيط الخارجي مع التركيز على التوازن الجسمي ولتحكم في تناسق الحركات لجسمية والقدرة على التركيز أثناء الأداء الجسمي.

تعتبر مشكلة التوازن والتنسيق وخاصة (التنسيق البصري) من أكبر المشاكل التي يعاني منها الأصم من الناحية النفس حركية. وخاصة في المراحل الأول من حياته كونه يعاني من صعوبات نفس حركية تخص التحكم الجسمي، ولكن وكما نعرف أن الطفل يتكيف مع المحيط الخارجي وفق التقليد، ونظراً لعدم وجود متابعة فإن الطفل يمكن أن يقع في اضطرابات حدة حداً على مستوى التحكم في الجسم .(الجلامده، 2016، ص641).

9- 6 المشكلات الاقتصادية لذوي الاعاقة السمعية:

يحتاج المعاق سمعيا إلى التأهيل والعلاج الطبي وشراء الأجهزة والمعينات السمعية مما يعرض الأسرة للطبقات الاقتصادية والتي قد لا تقوى عليها امكانيات الأسرة كذلك فإنه يحتاج إلى نوع خاص من التعليم ومدارس للتربية الخاصة مما يرهق كاهل الأسرة كذلك على الأسرة إعالته وذلك في حالة عدم قدرته على الحصول على عمل مناسب حتي يكون قادرا على متطلباته الشخصية .

9-7 المشكلات الترفيهية لذوي الاعاقة السمعية

سبق القول ان معاناة المعاق سمعيا من عدم قدرته على الاتصال بسبب مشاكل اللغة والكلام والسمع تحد قدرته من الاستمتاع بمباهج الحياة وقضاء وقت فراغه والترفيه عن نفسه بالمقارنة بالأطفال العاديين حيث يصعب عليه ممارسة الألعاب الجماعية والأنشطة الجماعية أو إشباع اهتماماته وهواياته بطريقة مناسبة.

9- 8 المشكلات التعليمية لذوي الاعاقة السمعية

دلت البحوث والدراسات أن الأطفال المعاقين سمعيا يعانون من البطيء في التعلم وضعف القدرة على التحصيل الدراسي وتعرضهم للنسيان كما أنهم يحتاجون لنوع خاص من التعليم المستمر بطرق تتناسب مع طبيعة الاعاقة مه وجود نقص في هذه المؤسسات التعليمة الخاصة ونقص في المعلمين المؤهلين في هذا المجال مما يشكل عوائق امام التعليم الطفل كما ان بعضهم قد ل يستطيع استعمال تعليمهم العالي بسبب عدم توفر الظروف الملائمة لهم في الجامعات المختلفة.(حنة، 2010، ص 100).

10- الوقاية من الاعاقة السمعية:

سوف تتضح صورة الوقاية من الإعاقة بشكل أفضل إذا عرضت في ضوء مستويات الإعاقة الثلاثة وهي:

أ. الوقاية الأولية:

وهي جملة الإجراءات التي تهدف إلى الحيلولة دون حدوث نقص في السمع أو فقد للبصر، وذلك من خلال تحسين مستوى الرعاية الصحية الأولية.

إجراءات الوقاية في هذا المستوى:

1. التخطيط لمرحلة ما قبل الحمل (الكشف عن حالات عدم توافق العامل الرايزيسي، إجراء الاختبارات الكشفية للتأكد من عدم الإصابة بأمراض فقدية أو مزمنة، الحصول على المطاعيم اللامة).

2. تطعيم الأطفال ضد امراض الطفولة سواء الفيروسي منها أو البكتيري(الحصبة الألمانية، النكاف، التهاب السحايا...).

3. امتناع الأم عن تناول العقاقير الطبية أثناء الحمل دون استشارت الطبيب.

4. مراجعة الأم للأطباء بشكل دوري والحصول على رعاية صحية منتظمة.

5. الإرشاد الصحي.

6. إزالة المخاطر البيئية.

7. توعية الجماهير. (الجوالدة، 2012، ص197).

ب. الوقاية الثانوية:

وهي جملة الإجراءات التي تسعى لمنع تطور حالة الضعف إلى حالة عجز وذلك من خلال الكشف المبكر والتدخل العلاجي المبكر.

إجراءات الوقاية في هذا المستوى:

1. الكشف المبكر عن نقص السمع عند الأطفال.

2. توفير المعينات السمعية عند الحاجة.

3. تقديم خدمات التدخل المبكر.

4. المعالجة الطبية والجراحية المناسبة عند اللزوم.

ج. الوقاية الثالثة:

وهي جملة الإجراءات التي تهدف إلى منع تفاقم حالة العجز وتطورها إلى حالة إعاقة، وذلك من خلال تعزيز القدرات المتبقية لدى الفرد والحد من التأثيرات السلبية العجز لديه.

إجراءات الوقاية في هذا المستوى:

1. تقديم خدمات التربية الخاصة والتأهيل.

2. تعديل اتجاهات الأسرة والمجتمع.

3. تقديم خدمات الإرشاد والتدريب الأسري.

4 توفير فرص الدمج الاجتماعي.(الجوالدة، 2012، ص198)

11- التواصل مع المعاقين سمعيا:

يحتاج المعاقين سمعيا إلى التدرب والتعلم على طرق تواصل تمكنهم من الاحتكاك والتفاهم مع شرائح المجتمع المختلفة، كما تساعدهم على الاستقلال الذاتي وكذا تسيري شؤون حياتهم، لذلك فإن هناك العديد من الأساليب والطرق المختلفة في التواصل مع أفراد هذه الإعاقة، وصنفت طرق التواصل مع المعاقين سمعيا إلى ثلاثة طرق رئيسية للإتصال وهي:

أولا: الطريقة الشفوية Oral Communication

تتضمن هذه الطريقة تدريب البقايا السمعية لدى الطفل المعاق سمعيا كما تتضمن تعليمه قراءة الكلام وتؤكد على ضرورة استخدام المعينات السمعية وتتضمن:

أ. التدريب السمعي Auditory Training

ويقصد به تعليم المعاق سمعيا لتحقيق الاستفادة القصوى من البقايا السمعية المتوفرة لديه وتركز هذه الطريقة على استغلال بقايا السمع لدى الطفل و المحافظة عليها وتنميتها واستثمارها عن طريق تدريب الأذن والانتباه السمعي وتعويد الطفل على الوعي وملاحظة الأصوات المختلفة في البيئة والتمييز بينها، وللتدريب السمعي دور مهم في تطوير قدرة الطفل على السمع وتحسين النمو اللغوي لديه خاصة إذا تم في مرحلة مبكرة، وتستخدم في التدريب السمعي معينات سمعيه تساعد في توصيل ما يصدر من أصوات وتمكين المعاق من تكرارها وتقليدها مع تدريبه على تهذيب وتنظيم عملية التنفس وعلاج عيوب النطق، وتلائم هذه الطريقة ضعاف السمع الدين بإمكانهم التقاط بعض الأصوات باستخدام معينات سمعية أو بدونها أكثر الأطفال الصم الذين لا يسمعون

وقد أوضحت الدراسات أنه يمكن للصم أن يتعلموا الكلام بشكل شبه عادي، إذا توفر لهم العلاج المناسب في الوقت المناسب، مادامت أجهزتهم وطاقاتهم سليمة غير منقوصة، ويمكن أن يرتقوا باللغة إذا ارتبطت لغتهم بلغة مجتمعهم المكتوبة والمقروءة (محمد عقل،2016، ص95).

ب. قراءة الشفاه Lip Reading

ويطلق عليها أحيانا قراءة الكلام Speech Reading وأحيانا اسم القراءة البصرية، وتهتم بتعليم الطفل المعاق سمعيا استخدام ملاحظاته البصرية لحركة الشفاه ومخارج الأصوات بالإضافة إلى بقايا السمع من أجل فهم الكلام الموجه إليه.

وتعتمد قراءة الشفاه على عاملين أساسيين الأول هو الإدراك البصري المتمثل في ملاحظة حركات اللسان والشفاه والثاني هو الإدراك اللمسي المتمثل في وضع يد الطفل على فمه لكي يحس بالهواء الصادر منه عند نطق بعض الحروف أو وضع يده على الحنجرة أو الأنف ليحس بالاهتزازات أو الذبذبات عند نطق حروف أخرى.

وقراءة الشفاه أو قراءة الكلام الذي تتحرك به الشفاه وترسم بعض ملامحه على الوجوه مهمة وضرورية للصم وضعاف السمع لاكتساب اللغة وهي وسيلتهم لفهم الناس وفهم ما يقولون، إلا أن ملامح الوجه وما يرسم عليه من انفعالات لصور الحياة وأحداثها، تساعدهم في فهم وإدراك صورة الكلمة المنطوقة المرسوم، فكثيراً ما يفهم الشخص العادي ما رسم على الوجه من كلمات منطوقة مثل الفرح والحزن والخوف وقد يضطر الشخص العادي إلى فهم الرسائل الشفوية في وجود معوقات لسماع الصوت حيث يقوم البصر مقام السمع في استقبال الكلام وفهم المقصود منه.

وهناك ثلاثة أساليب مختلفة لتعليم قراءة الشفاه وهي:

أ- الأسلوب التحليلي: حيث تتم تجزئة الكلمة إلى مقاطع لفظية حيث يتعلم الطفل نطق الحروف الساكنة والحروف المتحركة ثم يتعلم نطق مجموعة من الحروف المتحركة وهكذا ثم يجمع هذه المقاطع لتكوين كلمة كاملة.

ب- الأسلوب الكلي: ويهتم هذا الأسلوب بالوحدة الكلية حيث يتم تعليم الطفل فهم معنى النص أولا ثم تمييز الكلمات المكونة للنص ثم الحروف المكونة للكلمات.

ج- أسلوب يقوم على إبراز الأصوات المرئية أولا ثم الأصوات المدغمة بعد ذلك(الطريقة التحليلية). ونظرا لأن هناك تشابها في شكل وحركة الشفتين عند نطق أصوات بعض الحروف علاوة على أن بعض الحروف (الحروف الحلقية) لا تظهر على الشفتين فان البعض يستخدم حركات

اليد أمام الوجه لمساعدة قارئ الشفاه على تمييز تلك الأصوات الصعبة ويعرف هذا الأسلوب بأسلوب الكلام المرمز Cued speech وتتداخل عملية تعليم قراءة الشفاه التدريب على النطق. (محمد عقل،2016، ص96-97).

ويرى بعض المتخصصين أن هناك بعض من القواعد التي يجب مراعاتها في تعليم قراءة الشفاه وأهمها:

- ربط منطوق الكلمة أو أشكالها الصوتية بمدلولاتها الحسيه من خلال الإدراك الحسي البصري واللمسي للطفل حتى يكون لها معنى واضحاً في ذهنه.

- مراعاة مستوى نمو الطفل والبدء بالأمور التي تتصل اتصالا مباشرا بحياته واحتياجاته الأساسية.

- البدء بالطريقة الكلية التي تبدأ بالجملة وتنتهي بالكلمات والحروف.

- تشجيع الطفل على التعلم واستثارة دافعيته باستمرار والبدء بالكلمات السهلة والتي يمكن نطقها بسهولة ثم التدرج إلى الأصعب.

- أن تتم عملية تعليم قراءه الشفاه من خلال الأنشطة والعمل وأثناء اكتساب الخبرات والتجارب مع جذب انتباه الطفل الأصم كلما أمكن إلى فهم الكلام وقراءة الوجه والشفاه أثناء قيامه بالأعمال المحببة إلى نفسه.(محمد عقل،2016، ص98).

ثانيا: الطريقة اليدوية Manual Communication.

وهذه الطريقة تلائم الصم الذين لا يستطيعون سماع الكلام حتى باستخدام المعينات السمعية وتهدف إلى إكسابهم المهارات التواصلية عن طريق الإبصار وذلك- 100- من خلال الإشارات والحركات اليدوية و الوصفية كبديل عن اللغة اللفظية.

ومن أهم أشكال التواصل اليدوي: لغة الإشارة والتهجي الإصبعي

أ - لغة الاشارة .Sign Language

تعرف لغة الإشارة بأنها عبارة عن رموز مرئية إيمائية تستعمل بشكل منظم، وتتركب من اتحاد وتجميع بشكل اليد وحركتها مع بقية أجزاء الجسم التي تقوم بحركات معينة تماشياً مع الموقف، وتعد

لغة الإشارة أسهل الطرق لتمكين المعوق سمعياً من التواصل، والتعبير عن آرائه وأفكاره في ظل غياب اللغة اللفظية، بالإضافة إلى كونها بسيطة ومرنة وعالمية يشترك فيها أفراد الجنس البشري كله.

وتنقسم اللغة الإشارية إلى قسمين:

* الوصفية: وهي الإشارات اليدوية التلقائية التي تصف فكرة معينة

غير الوصفية: وهي الإشارات اليدوية التي لها دلالاتها الخاصة وتكون بمثابة لغة خاصة لدى الصم واحيانا تعبر عن مجموعة من الاحرف.

ويرى (عبد الحي، 2001) أن استعمال لغة الإشارة باستمرار يعمل على تكوين عادة ملاحظة حركة اليدين وبالتالي إغفال الوجه وتعبيراته، وأيضاً عادة الاعتماد على لغة الإشارة بشكل كامل وبالتالي إهمال توظيف البقايا السمعية، وتنمية قراءة الكلام واللغة الطبيعية..(زياد كامل واخرون،2013 ص214).

ب - التهجي الإصبعي Finger spilling

تعتمد هذه الطريقة على تصوير حرف من الحروف الهجائية والأرقام بشكل خاص يؤديه المعلم أمام الطفل مكونا الجمل والعبارات. وتقوم هذه الطريقة على التهجي عن طريق تحريك أصابع اليدين في الهواء وفقا لحركات منتظمة وأوضاع معينة تمثل الحروف الأبجدية

يعرف مورس (Moorse،2001) أبجدية الأصابع بأنها عملية استخدام اليدين في تهجئة الحروف المختلفة وذلك بإعطاء كل حرف شكلا معيناً، ويتم التفاهم بين مستخدمي الأبجدية عن طريق حركات الأصابع وتهجئة الكلمات يدوياً بدل نطقها لفظياً.

إلا أنها كطريقة تواصل تعتمد على قراءة الأحرف والكلمات، وتشترك مع قراءة الكلام في عدد من المشاكل التي قد تعترضها. كما تحتاج إلى تعلم القراءة والكتابة أولاً، وتدريب ومران ثانياً.

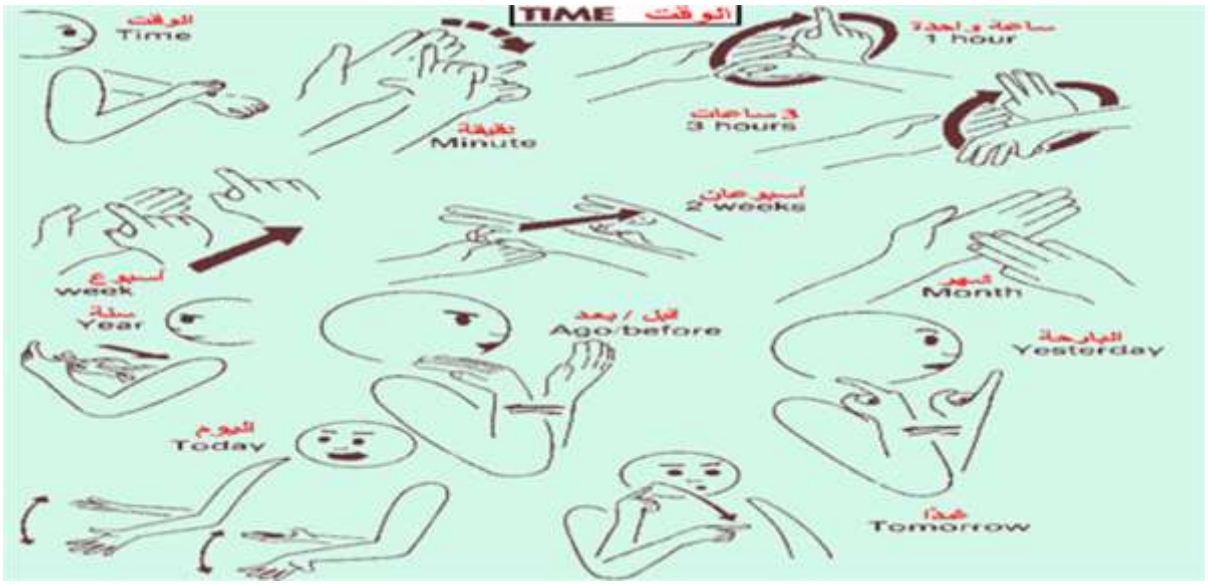
ثالثا: طريقة الاتصال الكلي Total communication:

التواصل الكلي هو الطريقة التي تسمح للتلاميذ المعوقين سمعياً استخدام كل الوسائل المتاحة في عملية التواصل، مثل لغة الإشارة وهجاء الأصابع وقراءة الكلام وتعبيرات الوجه، والقراءة والكتابة والرسم، مع استخدام المعينات السمعية، فالأطفال الذين يتقنون أبجدية الأصابع نتواصل

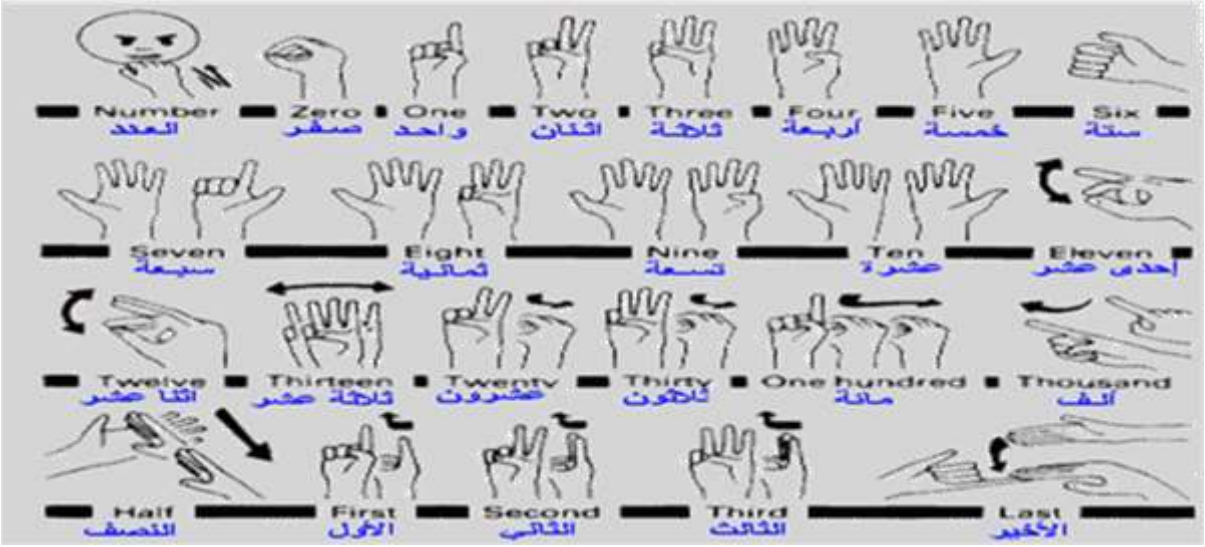
معهـم بـاللفظ مع ابجدية الأصابع، بينما نقرن اللفظ بالإشارة لمن يتقنونها ولا يتقنون سواها، وفي كل الحالات تستخدم حركات الجسم وتعبيرات الوجه لإضفاء مزيد من الإيضاح للأفكار والمفاهيم المراد التعبير عنها.(زياد كامل وأخرون،2013 ص215).



.الشكل رقم (03) يمثل الحروف الابجدية العربية بشكل الاصابع



الشكل رقم (04) يمثل الوقت بلغة الاصابع



الشكل رقم (05) يمثل الارقام بلغة الاصابع

خلاصة

من خلال ما تم ذكره في هذا الفصل يتضح لنا بأن مفهوم الإعاقة السمعية هو ذلك التعريف الذي يبدأ من الضعف السمعي البسيط إلى المتوسط، إلى الشديد وهو الصمم، وهذا ما يجعل المعاق سمعيا جيد صعوبات في اكتساب اللغة إلى تجعله يندمج في مجتمعه ويطور ذاته .وتختلف أسباب هذه الإعاقة فمنها ما هو وراثي ومنها ما يصب الأم الحامل أثناء فرتة الحمل أو أثناء الوَلدة ومنها ما قد يتعرض له الفرد من أمراض أو إصابات خلال حياته اليومية، وتختلف طرق تشخيص هذه الإعاقة فقد كانت هناك أساليب تقليدية بسيطة للكشف عنها ومع التقدم العلمي فقد متكن الباحثين والمختصين من تطوير آلت وطرق للكشف عنها بأساليب متقدمة، ويتميز أفراد هذه الفئة بالعديد من الخصائص على المستوى الأكاديمي أو النفسي أو اللغوي أو الاجتماعي أو الشخصي، وبالإضافة إلى الوقاية التامة التي تبدا من فترت الحمل إلى فترت ايقاف تفاقم الاعاقة باستعمال ادوات حديثة تساعد المعاق على اكتساب اللغة كما أن الفراد هذه العينة العديد من طرق التواصل البديلة إليت وجب عليهم تعلمها والتدرب عليها والتحكم فيها لتسهيل عملية التواصل مع الآخرين.

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

1. الفصل الأول: الإجراءات المنهجية للبحث
2. الفصل الثاني: عرض وتفسير النتائج
3. الفصل الثالث: مناقشة نتائج الفرضيات

الفصل الأول

الإجراءات المنهجية للبحث

تمهيد

1. الإجراءات المنهجية للبحث
2. الدراسة الاستطلاعية
3. الدراسة الأساسية

تمهيد:

هدفت دراستنا الحالية إلى التعرف على أثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا، وسيتناول الباحث في هذا الفصل وصفا لكل من منهج الدراسة وعينتها، وطريقة اختيارها، وإجراءات ضبطها، بالإضافة إلى أدوات الدراسة ودلالة صدقها وثباتها، حيث استخدم الباحث كل من مقياس السمات الشخصية، بالإضافة إلى البرنامج الرياضي الترويحي المقترح الذي تم بنائه من قبل الباحث، كذلك الإجراءات التي اتبعها الباحث في تطبيق الدراسة، والأساليب الإحصائية المستخدمة لتحليل البيانات والتحقق من فروض الدراسة.

الإجراءات المنهجية للبحث

1ـ منهج الدراسة:

ويقصد بالمنهج العلمي مجموعة من القواعد التي يتم وضعها بغرض الوصول الى الحقيقة، وبطبيعة الحال، فإن المنهج السليم هو المنهج الذي يفسح أكبر مجال لحرية التفكير، مع وضع بعض الشروط التي تحد من خيال الباحث دون أن تقضي عليه .وهناك العديد من مناهج البحث العلمي (مصطفي وعبد الحميد، 2010، ص 25).

وبما ان موضوع البحث " اثر برنامج رياضي ترويحي مقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا "، ومما تضمنته أ هداف الدراسة استخدم الباحث في تطبيق دراسته المنهج التجريبي لدراسة أثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح، و قد استخدم الباحث التصميم التجريبي لمجموعة واحدة بقياس قبلي وقياس بعدي و ذلك لكون هذا التصميم أنسب تصاميم المنهج التجريبي للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح الحالي.

كما أن المنهج التجريبي من المناهج الهامة في مجال العلوم الاجتماعية والسلوكية، وتعني التجربة القدرة على توفير الشروط والظروف المناسبة بغرض إعادة إحياء ظاهرة أو حدث معين، وكذلك ملاحظة الظاهرة بعد إجراء أو إدخال بعض التعديلات عليها من خلال توفير ظروف وشروط جديدة لها، وبصفة عامة فالمنهج التجريبي هو ذلك المنهج الذي فيه نجرب تأثير متغير مستقل أو أكثر على متغير تابع، وملاحظة التغيرات الناتجة وتفسيرها، وتتضمن التجربة في أبسط صورها على الأقل متغيرا مستقلا وآخر تابعا، ويمكن أن تشتمل على أكثر من متغير مستقل وتابع. (مصطفي وعبد الحميد، 2010، ص 27).

ومن اهم مراحل المنهج المتبع في الدراسة الحالية فتلخصت في مرحلتين أساسيتين:

1-1- مرحلة الدراسة الاستطلاعية: والتي مكنت الباحث من ضبط أدوات الدراسة والتحقق من خصائصهما السيكومترية.

1-2- مرحلة الدراسة الأساسية: والتي تم فيها تطبيق البرنامج الترويحي وجمع وترتيب البيانات ومعطيات الدراسة.

2.الدراسة الاستطلاعية:

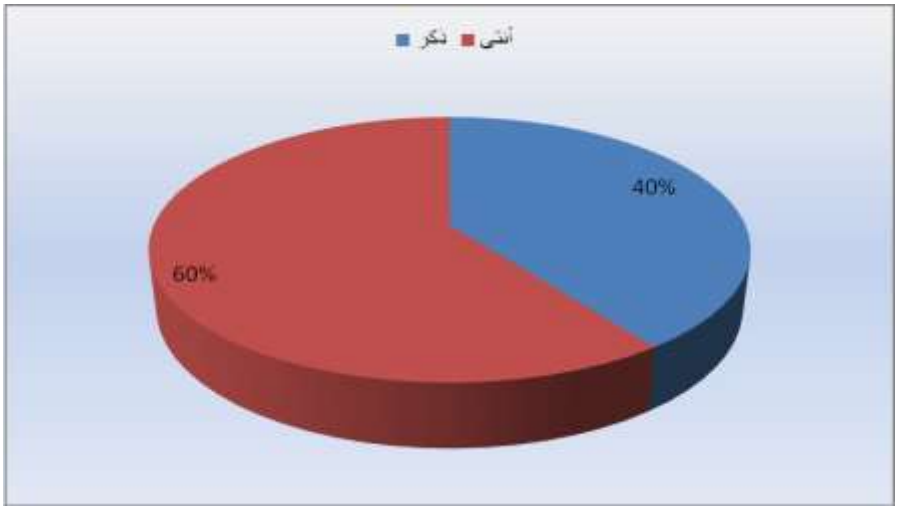
تهدف الدراسة الاستطلاعية إلى التعرف على أهم الفروض التي يمكن إخضاعها للبحث العلمي الدقيق، حتى يتمكن الباحث من أخذ صورة واضحة على ميدان بحثه بهدف التمكن من دراسة المشكلة.(مقدم، 2008، ص.146).

2-1- عينة الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة استطلاعية أولية في الفترة الممتدة من 08 ديسمبر 2022 إلى غاية 16 فيفري 2023 على عينة متكونة من (12) تلميذا (ذكور وإناث)، معاقين سمعيا والمتمدرسين داخل مدرسة الأطفال المعوقين بصريا الشهيد ثامر المبروك بولاية المسيلة، والجدول التالي يوضح ذلك:

الجدول رقم (01) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية
ذكر	5	40%
أنثى	7	60%
الإجمالي	12	%100



الشكل رقم (06) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس

من خلال الجدول أعلاه، وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية والبالغ عددهم إجمالا (12) فرد، نلاحظ أن عدد الذكور قدر بـــ 05 أفراد بنسبة 40 %. في حين نلاحظ أن عدد الإناث قدر بـ 07 فرد أي ما نسبته 60% وهم الأعلى نسبة.

2-2- نتائج الدراسة الاستطلاعية:

توصل الباحث بعد إجراءه للدراسة الاستطلاعية إلى النتائج التالية:

- ✓ صعوبة فهم أفراد العينة لمحتوى محاور عبارات المقياس و التوصل إلى نسبة ملائمة لثبات المقياس .
- ✓ بالاستعانة بالأخصائيين النفسانيين العاديين والمربيين وبعض من أفراد عائلة لكل معاق.
- ✓ صالحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البرنامج الرياضي الترويحي المقترح.
- ✓ ملائمة الملعب كرة اليد وملعب كرة السلة لأفراد العينة
- ✓ تغير فترة الممارسة المعتادة وهي الفترة المسائية بعد اكتمال الدراسة.
- ✓ ملاءمة زمن وأهداف الحصص لأفراد عينة الدراسة.

2-3- وصف أدوات القياس المستخدمة:

تم الاعتماد في الدراسة الاستطلاعية على مقياس محمد حسن علاوي للسمات الشخصية وبعض الحصص من البرنامج الرياضي الترويحي المقترح.

2-2-1- مقياس محمد حسن علاوي للسمات الشخصية:

قائمة فرايبورج للشخصية (Freiburger Personlichkeitsinventar)FPI وضعها في الأصل جركن فارنبرج Fahrenberg و هربرت سيلج Selg و راينر ها ميل Hampel من أساتذة علم النفس بجامعة فرايبورج بألمانيا عام 1980 وتهدف القائمة إلى قياس 09 أبعاد عامة للشخصية بالإضافة إلى 03 أبعاد فرعية، وتتضمن القائمة 202 عبارة، كما أنها لها صورتين أ، ب تشتمل كل منها على 114 عبارة، وقد قام ديل Diel من جامعة جيسن Giesen بألمانيا بتصميم صورة مصغرة للقائمة تتضمن الثمانية أبعاد الأولى من على 56 عبارة، وقد قام محمد حسن علاوى باقتباس القائمة الأصلية والقائمة المصغرة وقدم منها باللغة العربية.

ويتميز هذا المقياس كونه يصلح لقياس الشخصية لدى لاعبي الألعاب الرياضية وقد يتضمن (08) أبعاد وتحتوي هذه الأبعاد فقرات إيجابية وسلبية وهي كالتالي:(محمد حسن علاوي، 2007، ص137).

الجدول رقم (02) يوضح أبعاد قائمة فرايبورج مع أرقام العبارة الإيجابية و السلبية

الرقم	الإبعاد	الإيجابية	السلبية
1	العصبية	54.38.23.18.15.4.3	/
2	الاكتئابية	55.52.40.37.34.25.21	/
3	القابلية للاستثارة	53.46.39.36.33.31.05	/
4	الاجتماعية	48.28.12	02.14.47.51
5	الهدوء	56.45.43.42.29.20.1	/
6	العدوانية	49.44.41.27.26.10.7	/
7	السيطرة	50.30.24.22.16.11.9	/
8	الضبط	35.32.19.17.13.8.6	/

2-3-1- الخصائص السيكومترية لمقياس محمد حسن علاوي للسمات الشخصية في الدراسة الحالية:

أ-الصدق:

-الصدق الظاهري:

للتحقق من صدق المقياس اعتمد الباحث على الصدق الظاهري وذلك من خلال عرض المقياس على مجموعة من الأساتذة والخبراء (أسمائهم ورتبهم في الملحق رقم01)، والمشهود لهم بمستواهم العلمي وتجربتهم الميدانية في المجالات الدراسية، وترتب على صدق المحكمين إجماعهم على صلاحية المقياس لقياس ما وضع لأجله.

- صدق الاتساق الداخلي:

لقد جرى التّحقق من صدق المقياس عن طريق حساب الاتساق الداخلي للعبارات، والذي يعتمد على حساب معامل الارتباط بيرسون بين العبارات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

الجدول رقم (03): معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط
العصبية		الاستثارة		الهدوء		السيطرة	
س3	0.67**	س5	0.45*	س1	0.02	س9	0.80**
س4	0.43*	س31	0.45*	س20	0.01	س11	0.75**
س15	0.83**	س33	0.49**	س29	0.04	س16	0.80**
س18	0.56**	س36	0.50**	س42	-0.02	س22	0.79**
س23	0.83**	س39	0.62**	س43	0.20	س24	0.50**
س38	0.75**	س46	0.50**	س45	0.02	س30	0.21
س54	0.71**	س53	0.35	س56	0.03	س50	0.79**
الاكتئابية		الاجتماعية		العدوانية		الضبط	
س21	0.83**	س2	0.47**	س7	0.67**	س6	0.07
س25	0.59**	س12	0.51**	س10	0.51**	س8	0.22
س34	0.68**	س14	0.50**	س26	0.83**	س13	0.14
س37	0.62**	س28	0.32	س27	0.87**	س17	0.09
س40	0.58**	س47	0.76**	س41	0.75**	س19	0.07
س52	0.90**	س48	0.66**	س44	0.73**	س32	0.23
س55	0.89**	س51	0.64**	س49	0.92**	س35	0.18

** دال عند (α= 0.01)، * دال عند (α= 0.05)

يتضح من الجدول رقم(03): أن أغلب معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.01) و(α= 0.05)، باستثناء عبارات بعد الهدوء وبعد الضبط حيث جاءت عبارات هذين البعدين جميعها غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α= 0.05)، لذا فقد تم حذف البعدين السابقين كما تم حذف كل من العبارة رقم 53 في بعد الاستثارة، والعبارة رقم 28 في بعد الاجتماعية، والعبارة رقم 30 في بعد السيطرة لأنها أيضا جاءت غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α= 0.05).

ب- **الثبات**: يقصد بالثبات أن يعطي المقياس النتائج ذاتها في كل مرة يتم اعتماده بغض النظر عن الفرد القائم بعملية القياس، وللتأكد من ثبات المقياس استخدم الباحث طريقتين (التطبيق وإعادة التطبيق).

- معامل ألف كرونباخ.
- معامل بيرسون بين التطبيق الأول الثاني.

تم التأكد من ثبات المقياس عن طريق معامل الثبات لألفا كرونباخ، وكذا معامل بيرسون بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني بفارق زمني مدته أربعة عشر يوم بين التطبيقين والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

جدول رقم (04): معامل ألفا- كرونباخ ومعامل بيرسون بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني

أبعاد المقياس	معامل التطبيق وإعادة التطبيق	معامل ألفا كرونباخ
العصبية	0.56**	0.89
الاكتئابية	0.64**	0.80
الاستثارة	0.78**	0.82
الاجتماعية	0.53**	0.80
الهدوء	0.27	0.50
العدوانية	0.78**	0.91
السيطرة	0.71**	0.83
الضبط	0.21	0.45

يتضح من الجدول رقم (04): أن قيمة معامل ألفا كرونباخ لبعد العصبية قدرت بـــ (0.89)، في حين قدرت قيمة ألفا كرونباخ لبعد الاكتئابية (0.80)، أما بعد الاستثارة فقد قدرت قيمة ألفا كرونباخ بـــ (0.82)، بالنسبة لبعد الاجتماعية قدرت قيمة ألفا كرونباخ بـــ (0.80)، وقد جاءت قيمة ألفا كرونباخ لبعد الهدوء منخفضة حيث قدرت بـــ (0.50)، في حين بلغت قيمة ألفا كرونباخ لبعد العدوانية (0.91) ولبعد السيطرة (0.83)، وأخيرا جاءت قيمة ألفا كرونباخ لبعد الضبط منخفضة حيث قدرت بـــ (0.45)، وبالنظر لقيم معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين نلاحظ أن معظم معاملات الارتباط بين التطبيقين جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.01) و(α= 0.05) باستثناء كل من بعد الهدوء والضبط حيث جاءت قيمة معامل بيرسون غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α= 0.05) وبالتالي تم حذفهما.

3ـ الدراسة الأساسية:

3-1- مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة فئة المعاقين سمعيا المتواجدين داخل مدرسة الأطفال المعوقين بصريا الشهيد ثامر المبروك بولاية المسيلة والبالغ عددهم (40)، وفقا لاستمارة الإحصائيات بالمدرسة لسنة 2022.

3-2- عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (15) معاق سمعيا، مما يشكلون نسبة (37.5 %) من مجتمع الدراسة، تم اختيارهم بطريقة عمدية وفقا للشروط التالية:

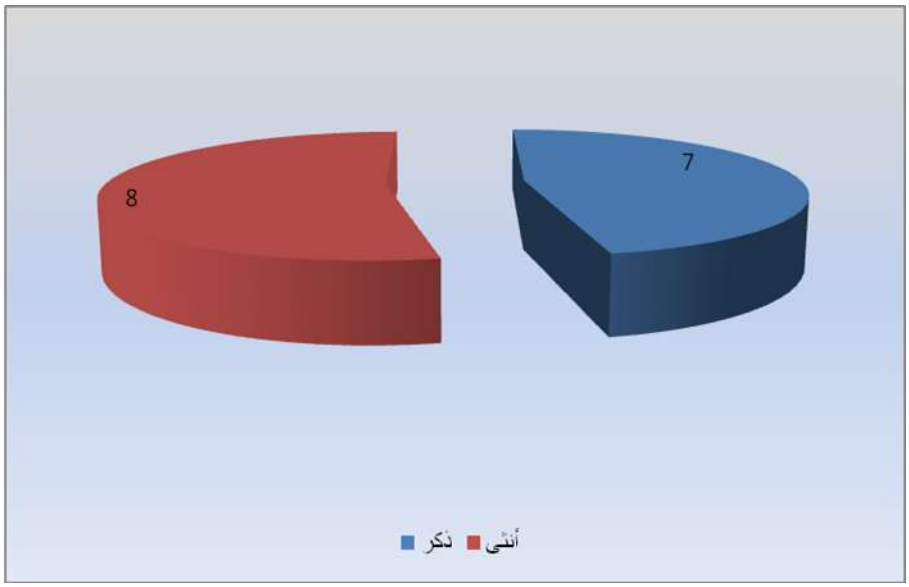
- ✓ نوعية الإعاقة :وراثية ومكتسبة، ومتقاربة في نسبتها.
- ✓ خلو أفراد العينة من إعاقات أخرى أو أي أمراض مصاحبة يعيق ممارسته للرياضة.
- ✓ المستوى التعليمي :أفراد العينة هم تلاميذ المرحلة المتوسطة.
- ✓ استثناء بعض التلاميذ من المشاركة وتغيرهم لأقسام اخرى.
- ✓ استثناء عينة الدراسة من المشاركة مع أي مربي أو أي متربص اخر داخل المدرسة.

- ✓ أفراد عينة الدراسة لا يمارسون أي نشاط رياضي داخل وخارج المؤسسة ماعدا الحصة الأسبوعية المقررة في المنهاج الدراسي مع الباحث المتربص.

الجدول التالي يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغير الجنس:

الجدول رقم (05) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية
ذكر	7	46.66%
أنثى	8	53.33%
الإجمالي	15	%100



الشكل رقم (07) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (15) فرد، نلاحظ أن عدد الذكور قدر بـــ 07 أفراد بنسبة 46.66 %. في حين نلاحظ أن عدد الإناث قدر بـ 08 فرد أي ما نسبته 53.33% وهم الأعلى نسبة.

3-3- متغيرات الدراسة :اشتملت الدراسة على المتغيرات التالية:

- ✓ **المتغير المستقل**: ويتمثل بالبرنامج الرياضي الترويحي المقترح .
- ✓ **المتغير التابع**: سمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا.

3-4- مجالات الدراسة:

المجال البشري :طبقت الدراسة على (15) فرد ممن يعانون من إعاقة سمعية والذين تقع أعمارهم بين (14- 16) سنة.

المجال الزمني :تم إجراء الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة بين 09 مارس 2023 إلى 31 ماي 2023، حيث تم في هذه الفترة تطبيق المقياس، (القياس القبلي)، ثم بعد ذلك تطبيق البرنامج الرياضي الترويحي المقترح، ثم القياس البعدي.

المجال المكاني :تم تطبيق البرنامج الرياضي الترويحي المقترح ومختلف بقاعة الرياضة لمدرسة المعاقين بصريا الشهيد ثامر المبروك ببلدية المسيلة.

3-5- البرنامج الرياضي الترويحي المقترح:

تم بناء البرنامج الرياضي الترويحي المقترح في ضوء مجموعة من الاعتبارات والتي تتمثل في المحاور الآتية:

- ✓ قام الباحث بالاطلاع على عدد من المصادر والمراجع العلمية العربية والأجنبية التي تناولت التربية الرياضية والبدنية والبرامج الترويحية والخصائص النفسية والاجتماعية والجسمية والفسيولوجية والمهارية للمراهقين من ذوي الإعاقة السمعية.
- ✓ الاطلاع على الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تمت في مجال الرياضة الترويحية لذوي الاحتياجات الخاصة.
- ✓ **صدق محتوى البرنامج الرياضي الترويحي :**

تم عرض البرنامج الرياضي المقترح بصورته الأولية على (07) دكاترة خبراء من ذوي الاختصاص في مجال :النشاط الرياضي الترويح، والنشاط البدني المكيف والتدريب الرياضي حيث طلب منهم إبداء رأيهم في البرنامج الرياضي من حيث الألعاب المختارة ومدتها، وعدد الحصص

التدريبية وحدودها الزمنية والفنيات والأدوات التي تتطلبها ومدى مناسبتها لأهداف البرنامج، وقد أجمع الخبراء)أسمائهم ورتبهم العلمية في الملحق رقم 01)، على ملائمة محتوى البرنامج الرياضي)كما هو موضح في الملحق رقم 04).

وقام الباحث بوضع البرنامج الرياضي الترويحي كما يلي:

أولا :هدف البرنامج:

الهدف العام:

يهدف البرنامج الرياضي الترويحي المقترح في التأثير على السمات الشخصية.

الأهداف الجزئية:

- ✓ الخفض من درجة العدوانية والعصبية والاكتئابية والسيطرة .
- ✓ اعادة توجيه السمات السلبية مثل العصبية والاكتئابية والعدوانية والسيطرة واستثمارها بطرق ايجابية.
- ✓ تنمية السمات الإيجابية مثل سمة الاجتماعية
- ✓ مساعدة المعاق سمعيا على التكيف والاندماج داخل المجتمع اقرانه وخارج مجتمعه.
- ✓ بث المرح والسرور في نفوس الأفراد المشاركين من المعاقين سمعيا بالاعتماد على عنصر التشويق والاثارة .
- ✓ الترويح والارتقاء بروح الجماعة وتعويدهم على التعاون والصفات الأخلاقية الأخرى وحب الانتماء للجماعة.
- ✓ استثمار الطاقة الزائدة عند المعاق سمعيا في أنشطة رياضية وذلك لتدعيم بعض الصفات العقلية والنفسية السوية.
- ✓ تنمية الشعور بالسعادة لدى المعاق سمعيا وذلك من خلال الشعور بالانتماء داخل مجتمع اقرانه والألفة والأخوة والصداقة.
- ✓ التخلص من الضغوط النفسية والأعباء الدراسية واليومية من خلال مجموعة الألعاب الترويحية والمنافسات المقترحة في البرنامج.

- ✓ اعادة توجيه الافكار في حياة المعاق سمعيا اليومية من خلال البرنامج الرياضي الترويحي.

ثانيا :الأسس التي يقوم عليها البرنامج الرياضي الترويحي المقترح:

تم بناء البرنامج الرياضي الترويحي على مجموعة من الأسس وهي كالتالي:

- ✓ أن يعمل البرنامج الرياضي الترويحي على التوصل إلى الأهداف الموضوع من أجلها .
- ✓ أن يتناسب البرنامج مع استعدادات وقدرات المعاقين سمعيا ويتماشى مع الإمكانات المتوفرة داخل المدرسة
- ✓ مراعاة الفروق الفردية من خلال التنوع في أنشطة البرنامج.
- ✓ مراعاة الخصائص النفسية والحركية والجسمية لهذه الفئة.
- ✓ الاعتماد على عامل التشويق بحيث تكون مكونات البرنامج مشوقة وجذابه.
- ✓ أن يتسم البرنامج بالمرونة، فيسمح بإدخال بعض التعديلات إذا لزم ذلك وفقا للظروف المتغيرة.
- ✓ مراعاة الاستمرارية في تنفيذ البرنامج دون انقطاع.
- ✓ تجنب أي نوع من أنواع العقاب البدني أو المنع من الممارسة أو التهديد مع تكرار المدح والثناء أثناء الأداء
- ✓ السعادة والمرح والسرور أثناء أداء مختلف نشاطات البرنامج.
- ✓ احترام التغير اثناء الممارسة وعدم الانحياز.
- ✓ تسليط العقوبات الايجابية من غير المنع من الممارسة.
- ✓ التركيز على الألعاب الصغير الترويحية والألعاب الجماعية التي تعتمد على التفاعل والمشاركة بين افراد المجموعة والتدرج من السهل إلى الصعب ومن الفردي إلى الجماعي.
- ✓ ان تكون الألعاب سهلة وبسيطة بحيث لا تتطلب قدرات عالية من التركيز والتوازن الحركي.
- ✓ استخدام ادوات مختلفة الاحجام والاشكال.
- ✓ توفير عوامل الامن والسلامة.
- ✓ شرح برنامج اللعبة قبل التنفيذ مع شرح اللعبة القادمة عند الانتهاء.

- ✓ منع الاحتكاك اثناء تنفيذ البرنامج.

ثالثا :محتوى البرنامج الرياضي الترويحي-

- ✓ مدة تطبيق البرنامج الرياضي (08) أسبوع.
- ✓ يتكون البرنامج الرياضي المقترح من (24) وحدة تدريبية.
- ✓ عدد الوحدات التدريبية في الأسبوع(03) وحدات أسبوعيا.
- ✓ زمن الوحدة التدريبية(01) ساعة.
- ✓ إجمالي زمن الوحدات في الأسبوع180 دقيقة في الأسبوع.
- ✓ إجمالي زمن الوحدات في الشهر720 دقيقة في الشهر.
- ✓ زمن الإحماء15 دقيقة في الوحدة.
- ✓ زمن الجزء الرئيسي30 دقيقة في الوحدة.
- ✓ زمن الجزء الختامي أو الرجوع للحالة الطبيعية 15 دقيقة في الوحدة.

ولقد روعي أثناء تنفيذ هذا البرنامج الرياضي الترويحي مجموعة من الاعتبارات التالية:

اعتبارات لتسهيل التواصل:

- ✓ وقوف المنشط في مكان يسمح بملاحظة ورؤية جميع المشتركين.
- ✓ استخدام وسائل جذب الانتباه البصرية.
- ✓ منع استخدام المعينات السمعية لتجنب أي احتكاك الا في بعض التمارين التي تتطلب استخدام المعينات السمعية.
- ✓ وضع إشارات معينة والاتفاق المبدئي عليها.
- ✓ استخدام وسائل التحفيز والانتباه.
- ✓ التركيز على الانتباه للمنشط ومركز اللعبة.

اعتبارات أثناء التنفيذ

- ✓ التأكد من عدم وجود موانع صحية لدى افراد العينة.
- ✓ مراعاة عوامل الأمن والسلامة للأفراد.

- ✓ الاهتمام بعمليات الإحماء قبل البدء في أي تمرين.
- ✓ مراعاة التدرج في الحمل.
- ✓ تجنب الإسراع الغير المدروس في عملية التنفيذ.
- ✓ التدرج في عملية التنفيذ.
- ✓ مراعات الفوارق الفردية للصحة الجسمية اثناء التنفيذ.

رابعا: تنفيذ البرنامج الرياضي الترويحي المقترح:

قبل البدء في تنفيذ البرنامج الرياضي الترويحي المقترح تمة عدة لقاءات بين الباحث وأفراد العينة، وذلك بهدف خلق جو تسوده الثقة، والتعرف اكثر على افراد العينة وبعد التأكد من صلاحية البرنامج وقابلية أفراد العينة التجريبية للتطبيق تم تنفيذ البرنامج الرياضي الترويحي المقترح وفق ثلاث مراحل أساسية كالتالي:

أ- مرحلة القياس القبلي:

تم إجراء القياس القبلي للمجموعة يوم 09 و12 مارس 2023، وذلك بتطبيق مقياس السمات الشخصية على أفراد المجموعة.

ب- مرحلة تطبيق البرنامج الرياضي الترويحي المقترح:

قام الباحث بتطبيق حصص البرنامج الرياضي الترويحي على المجموعة بالقياس القبلي خلال الفترة الممتدة بين 13مارس 2023 إلى 24 ماي 2023، علما أن أيام التطبيق هي الاثنين، والثلاثاء، والأربعاء)، ولمدة (02)، أشهر متتالية، ولم تخضع المجموعة لأي برنامج رياضي ترويحي آخر.

ج- مرحلة القياس البعدي:

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الرياضي الترويحي المقترح قام الباحث بإجراء القياس البعدي وذلك يوم 25 و28 ماي 2023 على نفس المجموعة وفي نفس الظروف وبنفس الطريقة، وطبق مقياس السمات الشخصية.

خامسا :الأدوات المستخدمة في البرنامج:

- ✓ قاعة الرياضة لمدرسة الأطفال المعاقين بصريا الشهيد ثامر المبروك بالمسيلة، ساعة إيقاف، أحبال، أعلام، كرات، أقماع، أطواق، بالونات.
- ✓ سجلات المركز للحصول على بيانات شخصية لكل أفراد عينة الدراسة .

سادسا :تقويم البرنامج الرياضي الترويحي المقترح:

يتم تقويم فعالية البرنامج الرياضي الترويحي المقترح بمدى تأثيره في الخفض من درجة الاكتئاب والعدوانية والعصبية والسيطرة واعادت توجيها أو استثمارها وتنمية السمات الاجتماعية والتحكم في الانفعالات لدى المجموعة التجريبية استنادا إلى مقياس السمات الشخصية.

4ـ الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

تم استخدام جملة من الأساليب الإحصائية في هذه الدراسة مستعينين في ذلك ببرنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في نسخته 22، وذلك بتطبيق الأساليب التالية:

أولا/ فيما يخص الخصائص السيكومترية:

- ✓ معادلة ألفا كرونباخ في التناسق الداخلي.
- ✓ معامل الارتباط بيرسون في التطبيق وإعادة التطبيق وصدق الاتساق الداخلي.

ثانيا/ فيما يخص فرضيات الدراسة:

- ✓ اختبار التوزيع الطبيعي Shapiro-Wilk
- ✓ المتوسط الحسابي
- ✓ الانحراف المعياريّ.
- ✓ اختبار الدلالة الإحصائية " (Ttest) لعينتين مترابطتين.
- ✓ مستوي الدلالة Sig.
- ✓ اختبار الدلالة العملية (T – COHEN'S D)

خلاصة:

حاولنا في هذا الفصل باعتباره الإجراءات المنهجية للبحث في إعطاء نظرة عن المنهج المستخدم وعينة الدراسة كما أحاط بظروف اختيار العينة في حدود المجال الزماني والمكاني، كما تم توضيح لأدوات القياس والبرنامج الرياضي الترويحي المقترح والذي سيتم تطبيقه من خلال هذا كله تمهيدا للنتائج الأساسية كما أوضح الباحث الأدوات الإحصائية التي استعملت في كل ذلك تمهيدا للوصول إلى نتائج هذا البحث وتحليلها ومناقشتها.

الفصل الثاني

عرض وتفسير النتائج

تمهيد

1. عرض وتفسير الفرضية الأولى
2. عرض وتفسير الفرضية الثانية
3. عرض وتفسير الفرضية الثالثة
4. عرض وتفسير الفرضية الرابعة
5. عرض وتفسير الفرضية الخامسة
6. عرض وتفسير الفرضية السادسة
7. عرض وتفسير الفرضية العامة

تمهيد:

إن النتائج الخام المتوصل إليها من استعمال أي وسيلة لجمع المعلومات ليس له أي هدف ما لم تعرض و تحلل هذه النتائج تحليلا دقيقا يسمح من استنباط الحقائق.

والاختبار صحة الفرضيات الدراسة الحالية، قام الباحث بالتحليلات الإحصائية الضرورية التي سيتم عرضها لاحقا بالتفصيل في هذا الفصل والتي ستسمح لنا اختيار كل فرضية علي حدا، لهذا الغرض طبقنا اختبار (ت) (t.test) للدلالة الإحصائية واختبار كوهين (T – COHEN'S D) للدلالة العملية للمجموعتين وذلك لقياس دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في مختلف متغيرات البحث الحالي من السمات الشخصية.

وعليه سنتطرق في هذا الفصل إلى تحليل كل النتائج المتحصل عليها من المقياس المطبق ومقارنته بالفرضيات.

1 ـ عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

نصت الفرضية الأولى لهذه الدراسة على: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي في مستوى العصبية لدى المعاقين سمعيا ".

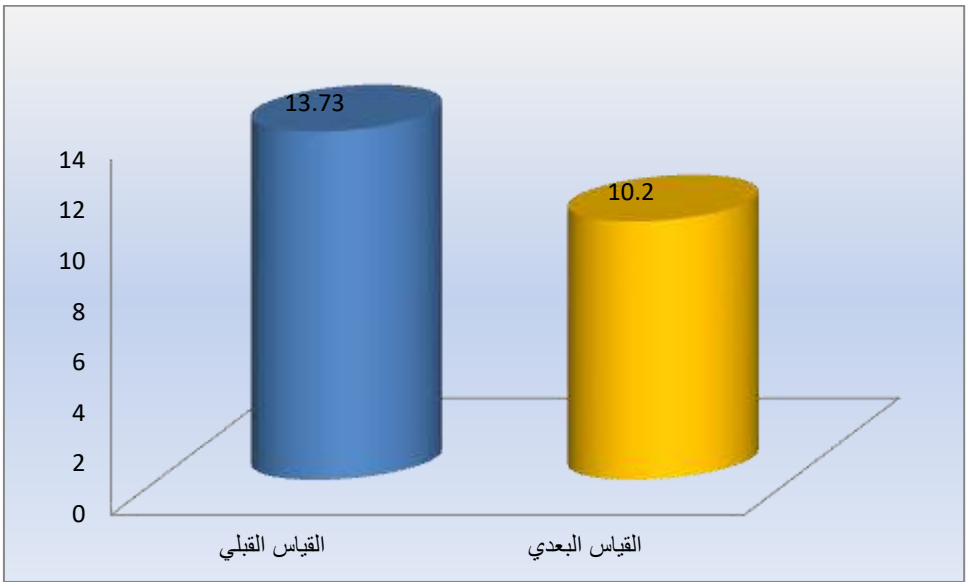
ولتحقق من صحة الفرضية تم الاعتماد على اختبار الدلالة الإحصائية (T test)، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية:

الجدول رقم (06) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في العصبية

اختبار شابيرو ويلك	مستوى الدلالة 0.051 /0.215	النتيجة: توزيع طبيعي			الاختبار المناسب" ت" لعينتين مترابطتين			
البرنامج الرياضي الترويحي		حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "T"	مستوى الدلالة sig	القرار
العصبية	القياس القبلي	15	13.73	3.78	14	2.99	0.01	دالة عند 0.05
	القياس البعدي	15	10.20	2.88				

يتضح من الجدول رقم (06) و كذا الرسم البياني رقم (08) أن متوسط العصبية في القياس القبلي بلغ قيمة (13.73) بانحراف معياري (3.78) وهو أعلى من متوسط العصبية في القياس البعدي البالغ (10.20) بانحراف (2.88)، وبالنظر إلى قيمة اختبار الفروق (Ttest) والتي بلغت (2.99) في مستوى الدلالة ،(SIG=0.01)، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية لأنها أقل تماما من (α=0.05)، أي أن للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح أثر في خفض سمة العصبية لدى الأطفال المعاقين سمعيا في القياس البعدي، ومنه نستطيع القول بأنه تم قبول فرضية الدراسة القائلة " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى العصبية، ولصالح القياس البعدي لدى المعاقين سمعيا" ورفض الفرضية الصفرية القائلة بـــ: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين

القياس القبلي والبعدي في مستوى العصبية لدى المعاقين سمعيا "، ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هي 95٪ مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5٪.



الرسم البياني رقم (08) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في مستوى العصبية باعتماد الباحث على مخرجات نتائج spss

2ـ عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية لهذه الدراسة على: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي في مستوى الاكتئابية لدى المعاقين سمعيا ".

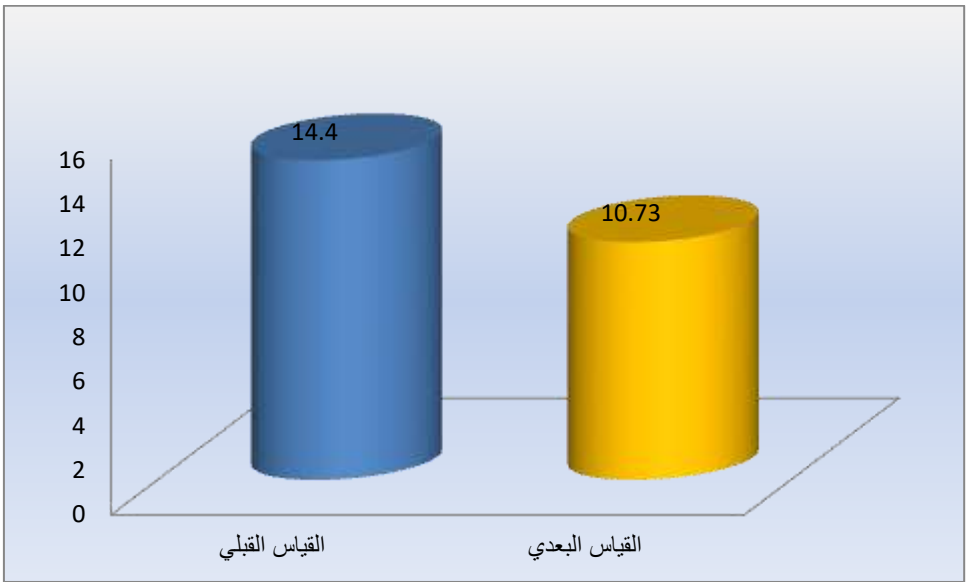
ولتحقق من صحة الفرضية تم الاعتماد على اختبار الدلالة الإحصائية (T test)، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية:

الجدول رقم (07) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في الاكتئابية

اختبار شابيرو ويلك	مستوى الدلالة 0.201 /0.316	النتيجة: توزيع طبيعي			الاختبار المناسب" ت" لعينتين مترابطتين			
البرنامج الرياضي الترويحي		حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "T"	مستوى الدلالة sig	القرار
الاكتئابية	القياس القبلي	15	14.40	3.85	14	3.90	0.00	دالة عند 0.05
	القياس البعدي	15	10.73	3.10				

يتضح من الجدول رقم (07) و كذا الرسم البياني رقم (09) أن متوسط الاكتئابية في القياس القبلي بلغ قيمة (14.40) بانحراف معياري (3.85) وهو أعلى من متوسط الاكتئابية في القياس البعدي البالغ (10.73) بانحراف (3.10)، وبالنظر إلى قيمة اختبار الفروق (Ttest) والتي بلغت (3.90) في مستوى الدلالة ،(SIG=0.00)، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية لأنها أقل تماما من (α=0.05)، أي أن للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح أثر في خفض سمة الاكتئابية لدى الأطفال المعاقين سمعيا في القياس البعدي، منه نستطيع القول بأنه تم قبول فرضية الدراسة القائلة "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في مستوى الاكتئابية لدى المعاقين سمعيا " ورفض الفرضية الصفرية القائلة بـــ: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين

القياس القبلي والبعدي في مستوى الاكتئابية لدى المعاقين سمعيا "، ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هي 95٪ مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5٪.



الرسم البياني رقم (09) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في مستوى الاكتئابية باعتماد الباحث على مخرجات spss

3- عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

نصت الفرضية الثالثة لهذه الدراسة على: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي في مستوى القابلية للاستثارة لدى المعاقين سمعيا ".

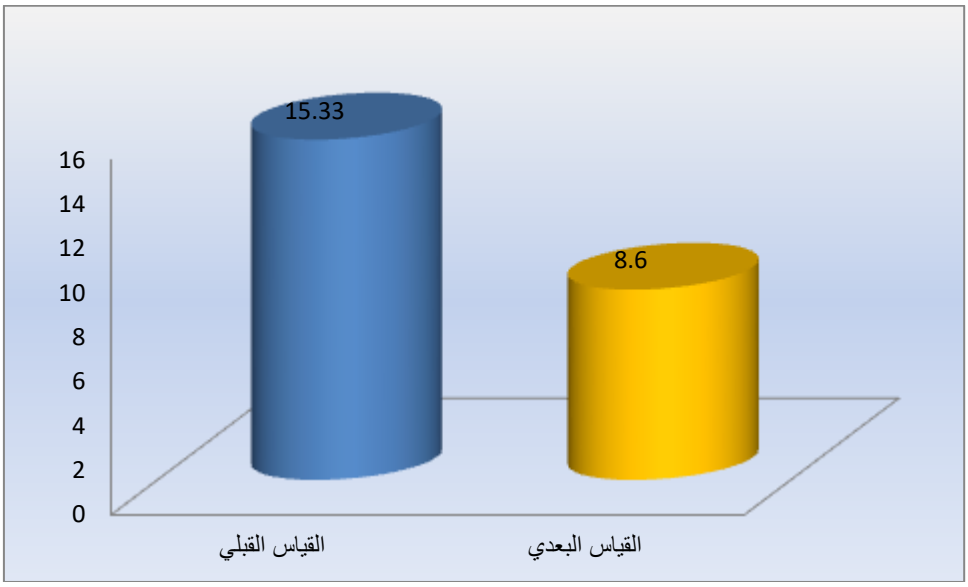
ولتحقق من صحة الفرضية تم الاعتماد على اختبار الدلالة الإحصائية (T test)، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية:

الجدول رقم (08) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في الاستثارة

اختبار شابيرو ويلك	مستوى الدلالة 0.242 /0.220	النتيجة: توزيع طبيعي			الاختبار المناسب" ت" لعينتين مترابطتين			
البرنامج الرياضي الترويحي		حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "T"	مستوى الدلالة sig	القرار
القابلية للاستثارة	القياس القبلي	15	15.33	2.69	14	6.95	0.00	دالة عند 0.05
	القياس البعدي	15	8.60	2.35				

يتضح من الجدول رقم (08) وكذا الرسم البياني رقم (10) أن متوسط القابلية للاستثارة في القياس القبلي بلغ قيمة (15.33) بانحراف معياري (2.69) وهو أعلى من متوسط الاستثارة في القياس البعدي البالغ (8.60) بانحراف (2.35)، وبالنظر إلى قيمة اختبار الفروق (Ttest) والتي بلغت (6.95) في مستوى الدلالة ،(SIG=0.00)، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية لأنها أقل تماما من (α=0.05)، أي أن للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح أثر في خفض سمة الاستثارة لدى الأطفال المعاقين سمعيا في القياس البعدي، منه نستطيع القول بأنه تم قبول فرضية الدراسة القائلة "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في مستوى الاستثارة لدى المعاقين سمعيا" ورفض الفرضية الصفرية القائلة بـــ: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين

القياس القبلي والبعدي في مستوى الاستثارة لدى المعاقين سمعيا "، ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هي 95٪ مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5٪.



الرسم البياني رقم (10) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في القابلية للاستثارة باعتماد الباحث على مخرجات spss

4.عرض وتفسير نتائج الفرضية الرابعة:

نصت الفرضية الرابعة لهذه الدراسة على: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي في مستوى الاجتماعية لدى المعاقين سمعيا ".

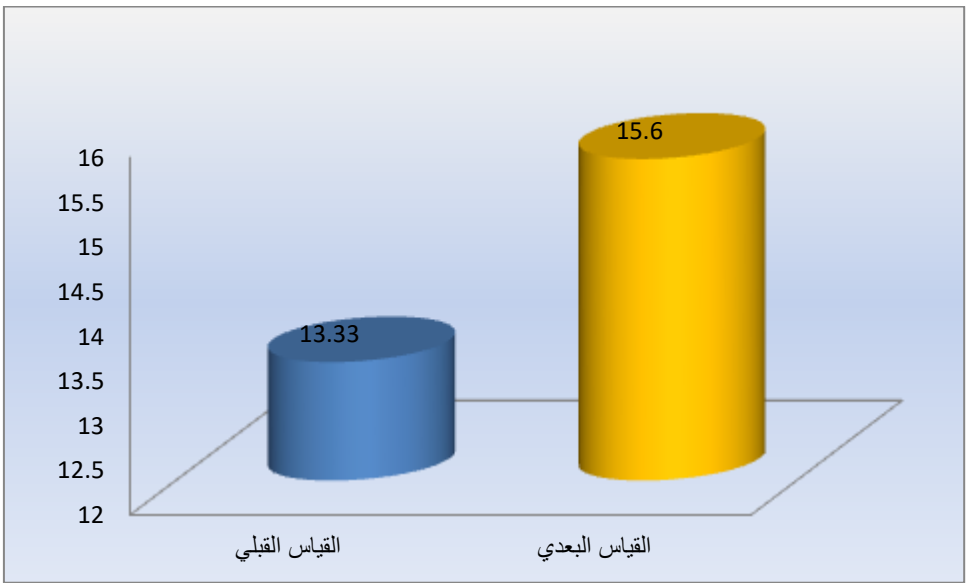
ولتحقق من صحة الفرضية تم الاعتماد على اختبار الدلالة الإحصائية (T test)، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية:

الجدول رقم (09) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في الاجتماعية

اختبار شابيرو ويلك	مستوى الدلالة /0.067 0.059	النتيجة: توزيع طبيعي			الاختبار المناسب" ت" لعينتين مترابطتين			
البرنامج الرياضي الترويحي		حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "T"	مستوى الدلالة sig	القرار
الاجتماعية	القياس القبلي	15	13.33	1.49	14	-2.69	0.018	دالة عند 50.0
	القياس البعدي	15	15.60	2.69				

يتضح من الجدول رقم (09) و كذا الرسم البياني رقم (11) أن متوسط الاجتماعية في القياس القبلي بلغ قيمة (13.33) بانحراف معياري (1.49) وهو أدنى من متوسط الاجتماعية في القياس البعدي البالغ (15.60) بإنحراف (2.69)، وبالنظر إلى قيمة اختبار الفروق (Ttest) والتي بلغت (2.69-) في مستوى الدلالة ،(SIG=0.018)، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية لأنها أقل تماما من (α=0.05)، أي أن للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح أثر في رفع سمة الاجتماعية لدى الأطفال المعاقين سمعيا في القياس البعدي، ومنه نستطيع القول بأنه تم قبول فرضية الدراسة القائلة " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في مستوى الاجتماعية لدى المعاقين سمعيا" ورفض الفرضية الصفرية القائلة بـــ: " لا توجد فروق ذات دلالة

إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى الاجتماعية لدى المعاقين سمعيا "، ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هي 95٪ مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5٪.



الرسم البياني رقم (11) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في مستوى الاجتماعية باعتماد الباحث على مخرجات spss

5.عرض وتفسير نتائج الفرضية الخامسة:

نصت الفرضية الخامسة لهذه الدراسة على: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي في مستوى العدوانية لدى المعاقين سمعيا ".

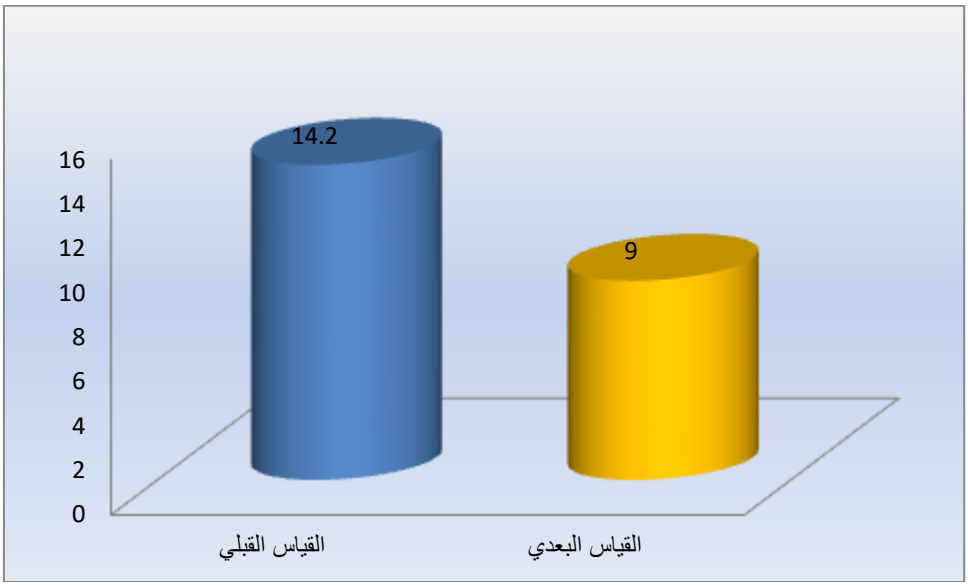
ولتحقق من صحة الفرضية تم الاعتماد على اختبار الدلالة الإحصائية (T test)، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية:

الجدول رقم (10) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في العدوانية

اختبار شابيرو ويلك	مستوى الدلالة 0.521 /0.344	النتيجة: توزيع طبيعي			الاختبار المناسب" ت" لعينتين مترابطتين			
البرنامج الرياضي الترويحي		حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "T"	مستوى الدلالة sig	القرار
العدوانية	القياس القبلي	15	14.20	4.34	14	3.86	0.002	دالة عند 0.05
	القياس البعدي	15	9.00	2.23				

يتضح من الجدول رقم (10) و كذا الرسم البياني رقم (12) أن متوسط العدوانية في القياس القبلي بلغ قيمة (14.20) بانحراف معياري (4.34) وهو أعلى من متوسط العدوانية في القياس البعدي البالغ (9.00) بانحراف (2.23)، وبالنظر إلى قيمة اختبار الفروق (Ttest) والتي بلغت (3.86) في مستوى الدلالة ،(SIG=0.002)، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية لأنها أقل تماما من (α=0.05)، أي أن للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح أثر في خفض سمة العدوانية لدى الأطفال المعاقين سمعيا في القياس البعدي، ومنه نستطيع القول بأنه تم قبول فرضية الدراسة القائلة "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في مستوى العدوانية لدى المعاقين سمعيا" ورفض الفرضية الصفرية القائلة بـــ: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين

القياس القبلي والبعدي في مستوى العدوانية لدى المعاقين سمعيا "، ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هي 95٪ مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5٪.



الرسم البياني رقم (12) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في مستوى العدوانية باعتماد الباحث على مخرجات spss

6.عرض وتفسير نتائج الفرضية السادسة:

نصت الفرضية السادسة لهذه الدراسة على: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي في مستوى السيطرة لدى المعاقين سمعيا ".

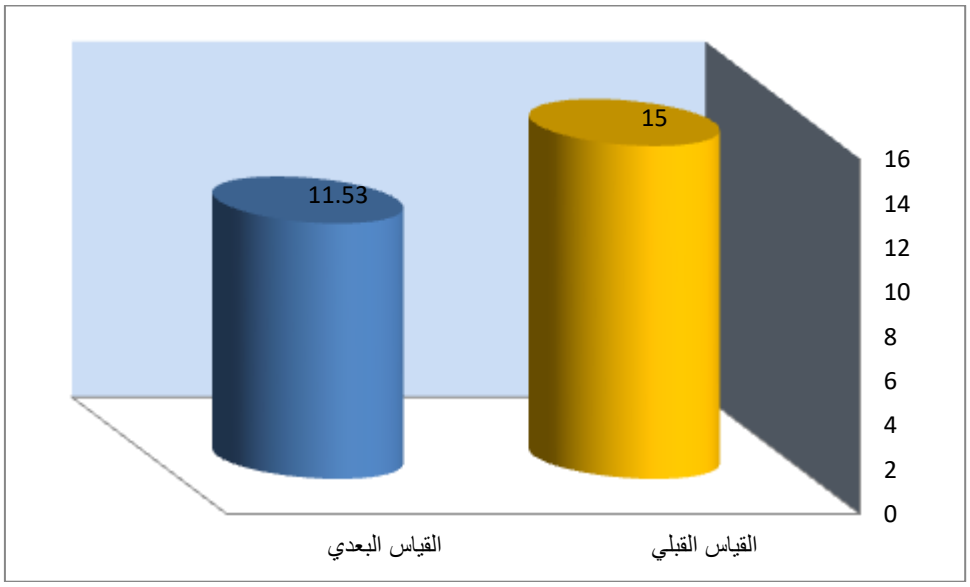
ولتحقق من صحة الفرضية تم الاعتماد على اختبار الدلالة الإحصائية (T test)، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية:

الجدول رقم (11) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في السيطرة

اختبار شابيرو ويلك	مستوى الدلالة 0.249 /0.120	النتيجة: توزيع طبيعي			الاختبار المناسب" ت" لعينتين مترابطتين			
البرنامج الرياضي الترويحي		حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "T"	مستوى الدلالة sig	القرار
السيطرة	القياس القبلي	15	15.00	2.39	14	5.08	0.000	دالة عند 0.05
	القياس البعدي	15	11.53	2.29				

يتضح من الجدول رقم (11) و كذا الرسم البياني رقم (13) أن متوسط السيطرة في القياس القبلي بلغ قيمة (15.00) بانحراف معياري (2.39) وهو أعلا من متوسط السيطرة في القياس البعدي البالغ (11.53) بانحراف (2.29)، وبالنظر إلى قيمة اختبار الفروق (Ttest) والتي بلغت (5.08) في مستوى الدلالة ،(SIG=0.000)، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية لأنها أقل تماما من (α=0.05)، أي أن للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح أثر في خفض سمة السيطرة لدى الأطفال المعاقين سمعيا في القياس البعدي، ومنه نستطيع القول بأنه تم قبول فرضية الدراسة القائلة " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في مستوى السيطرة لدى المعاقين سمعيا" ورفض الفرضية الصفرية القائلة بـــ: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين

القياس القبلي والبعدي في مستوى السيطرة لدى المعاقين سمعيا "، ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هي 95٪ مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5٪.



الرسم البياني رقم (13) يوضح الفروق بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي في مستوى السيطرة باعتماد الباحث على مخرجات spss

7.عرض وتفسير نتائج الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة على انه أثر ايجابي للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا

ولتحقق من صحة الفرضية تم الاعتماد على اختبار الدلالة العملية (T – COHEN'S D)، لقياس أثر البرنامج الرياضي الترويح المقترح، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالي:

جدول رقم (12) يوضح حجم الأثر للبرنامج الرياضي الترويحي حسب الابعاد التي تم قياسها

الابعاد	العصبية	الاكتئابية	القابلية للاستثارة	الاجتماعية	العدوانية	السيطرة
قيمة T المحسوبة	2.99	3.90	6.95	2.69	3.86	5.08
كوهين d	0.77	1.00	1.79	0.71	0.99	1.31

من خلال الجدول رقم (12) والذي يبين حجم الأثر بالنسبة للبرامج الترويحي على المتغير التابع (سمات الشخصية) لدى أفراد عينة الدراسة حيث نلاحظ أن قيمة كوهين أو ما يطلق عليه بحجم الأثر بلغة ما بين (0.71) إلى (1.79)، وهي نسب مرتفعة، وهاذا ما يدل على أن الفرق بين المتوسطين على الابعاد لا تظهر دلالتها في الجانب الاحصائي فقط بل حتي في الجانب العملي ولذا نستنتج أن للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح اثر على أرض الواقع بالنسبة للعينة المستهدفة مما يؤدي بذلك لتطبيقها على مجموعات أخرى.

نستنتج مما سبق أن للبرنامج الترويحي فعالية عملية على أرض الواقع.

الفصل الثالث

مناقشة نتائج الفرضيات

تمهيد

1. مناقشة الفرضية الأولى
2. مناقشة الفرضية الثانية
3. مناقشة الفرضية الثالثة
4. مناقشة الفرضية الرابعة
5. مناقشة الفرضية الخامسة
6. مناقشة الفرضية السادسة
7. مناقشة الفرضية العامة

1- مناقشة نتائج الفرضية الأولي (العصبية).

تنص نتائج الفرضية الأولي على انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي العصبية ولصالح القياس البعدي لدي المعاقين سمعيا.

ويتضح لنا من خلال الجدول رقم (**06**) أن قيمة (**Ttest**) بلغت قيمتها **2.99** في مستوي الدلالة **sig** = **0.01** وهي قينة ذات دالة احصائية في **α** عند **0.05** مما يدل على أن للبرنامج الرياضي الترويحي أثر في خفض مستوي العصبية عند المعاقين سمعيا.

ويري الطالب الباحث أن العصبية لدي الأطفال المعاقين سمعيا فطرية مكتسبة من البيئة المحيطة به واحيانا تكون ممزوجة بالوراثة أو نتيجة تكوين افكار خاطئة، وسمة العصبية يصعب علاجها في الوقت الحالي بل هي تتطلب سنوات لتتلاشي مع تقدم المعاق سمعيا في العمر لأن البرنامج الرياضي الترويحي المقترح ساهم في خفض هذه السمة فقط لكنها تظهر مع ضهور الموقف المثير لها وبنسبة اقل لهذا نجد أن الاحتكاك المباشر اثناء اداء الالعاب الترويحية تولد نوع من العصبية الإيجابية اتجاه اقرانه سواء من اجل الفوز أو من اجل افراغ كبت أو غيره وليس من أجل إلحاق الضرر بالزملاء وهي في نضر الباحث عصبية مفرطة إيجابية تصل لأقصي درجاتها وهذا ما يميز البرنامج الرياضي الترويحي المقترح بحيث يسمح للمنافسة ان تكون قائمة بعصبتيها لكنها لا يسمح بالاحتكاك المباشر مع الزميل ولا يولد الإحباط مثل المنافسات الرياضية الأخرى التي تكون فيها احباط يولد العصبية وفي هذا البرنامج الترويحي المقترح نجد ان المعاق سمعيا في نصف اداء الألعاب الترويحية يتخذ موقف العزم والتغلب بالمثابرة والنجاح، وبالتالي لن يكون الهدف هوا كبت سمة العصبية بل هي اخراجها مع تعديلها وتعديل السلوك وتوجيهها من طرف الباحث، والتي تكون بكسر مسار الانتباه.

ويشير **سيجموند فرويد** في النظرية التنفيسية أو التخفيف إذ أن اللعب يساعد الطفل على التخفيف مما يعانيه من القلق والمكبوتات والامراض النفسية الذي يحاول كل إنسان التخلص منه بأية طريقة، ويمكن أن يستخدم اللعب كأسلوب علاجي للأمراض النفسية عند الأطفال عن طريق قدرة على اللعب على تنفيس المشاعر الافكار والأحاسيس المكبوتة في العقل الباطن وبالتالي خفض التوترات والانفعالات والقلق التي كان يحس بها الطفل بسبب الكبت والحرمان والعجز عن تحقيق الرغبات.

فإنَّ فرويد ينظر إلى اللعب كوسيلة علاجية، تعمل على تخليص الفرد من المكبوتات التي تكون لديه سواء من الضغوطات النفسية أو الاجتماعية أو حالات الحرمان في مرحلة الطفولة المبكرة التي يعانون منها، وذلك من خلال ممارسة بعض الألعاب العلاجية التي تتمثل في لعب الأدوار وغيرها، ويؤكد فرويد على أهمية اللعب وعلاقته بنشاط الخيال للطفل، حيث يفترض أن السلوك الإنساني يقرره مدى السرور أو الأمل الذي يرافقه أو يؤدي لديه، وإن الإنسان يعمل عادة على السعي وراء الخبرات التي تبعث على السرور واللذة والمتعة وتكرارها، أما الخبرات المؤلمة فيحاول تجنبها والابتعاد عنها. (رائد أحمد، 2015، ص97).

وتشير نظرية الطاقة الزائدة لي **سينسر وشيلر** الشهيرة إلى أن الفرد عندما تتوافر لديه طاقة مخزونة وزائدة عن حاجته فإنه يلجا إلى ممارسة اللعب للتفريغ عن تلك الطاقة، ويشير هيربرت بأن الأطفال لديهم طاقة زائدة أعلى من الفئات العمرية الأخرى لذا نراهم في سعي دؤوب لممارسة اللعب أكثر من غيرهم، (رويدة، 2018، ص 47)

لذلك فقد تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السليمة النشطة ويزداد تراكمها وبالتالي تضغط حتى تصل إلى درجه يتحتم فيها وجود منفذ لهذه الطاقة واللعب وسيله ممتازة لاستنفاذ هذه الطاقة الزائدة المتراكمة ومن جهة ثانية فإن اللعب يخلص الفرد من تعبه المتراكم على جسده وتأثيراته العصبية نتيجة واجباته المهنية والاجتماعية وهنا يعتبر اللعب وسيله ضرورية للتوازن الإنساني والنفسي مع غيره من مجالات الترويح.(هدي حسن وماهر حسن، 2007، ص221).

وينقل المتولي عن انستاسي Anastasi بأن هناك من يربط الاتجاه بالميل فيعرفه بأنه ميل الفرد للاستجابة بشكل ايجابي أو سلبي نحو مجموعة خاصة من المثيرات، ومن المهم عند تقدير الاتجاه، يجب تزويد الرياضي بحالة يتم فيها توضيح السلوك الذي يعكس هذا الاتجاه، فهناك تداخل وعلاقة بين المعارف والاتجاهات حيث تزويد الرياضيين بالمعارف الخاصة بلعبته بطرق شيقة، وأساليب حديثة مع الاهتمام والتحضير، لذلك فإنه سيخلق نوع من الاتجاه الإيجابي نحو ممارسة اللعبة الرياضية الخاصة به، وبالتالي تساعد على التطبيق والتنفيذ والإتقان، فإذا كنا نرغب في تدريس الأطفال الصغار المساهمة أو

المشاركة في لعبة معينة، فإننا يجب أن نحدد إن كان لديهم معارف، أو وصف لهذه المشاركة.(سلمان فياض واخرون، 2018، ص 231).

وتتفق نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة بشير حسام (2010) والتي أظهرت أن هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي الترويحي للمعاقين كما أن النشاط الرياضي الترويحي يساهم في التقليل من مختلف الاعراض الجسمية والامراض النفسية، كلقلق وغيرها وكذلك دراسة عمارة نور الدين (2011) والتي اظهرت أن للتدريب النفسي أثر على السمات الشخصية كضبط النفس واكتساب السمات الخلقية التي من شئنها الارتقاء بمستوي الأداء الرياضي في حين كان لدراسة شريفي حليم واخرون (2011) الاثر الايجابي في التأثير على سمة العصبية وتوجيهها رغم الإعاقة حيث أثر النشاط الرياضي ساهم في خفض هذه السمة وتتفق ايضا مع دراسة سامي عبد القادر (2014) والتي كانت نتائجها أن النشاط الرياضي يساهم في الاخضاع وضبط النفس وتعديل السلوك السلبي للفرد مثل العصبية والقلق والانطواء بالإضافة أنها تساعدها على تجاوز مواقف الإحباط والفشل والرسوب التي خلفتها الإعاقة وهذا ما اثبتته دراسة أنصال تازيغول (Ünsal Tazegül 2016) أن الرياضة لها تأثير إيجابي على الشخصية وفي الخفض من سمة العصبية كذلك دراسة ماركوس كلاين واخرون (Markus Klein 2017) والتي من نتائجها وجود علاقة بين السمات الشخصية وتقدير الذات وتأثر سمة العصبية بالرياضة وكلما كانت الممارسة الرياضية حاضرة كلما زاد تقدير الذات لأفراد العينة بالإضافة إلى دراسة حنة الهاشمي (2018) والتي تقول أن للبرنامج الرياضي الترويحي اثر في تنمية شخصية الفرد والتخفيف من القلق والارتباك والاضطراب الذين بدورهما يؤديان بالفرد إلى العصبية المفرطة كما أن دراسة بن شميسة العيد (2018)، أكد ان لمحددات الترويح الاثر على الانعكاس الإيجابي لممارسة الترويح الرياضي على الانحراف السلوكي وان النشاط الرياضي الترويحي يعتبر من اهم الوسائل التي تساعد الفرد على التقليل من الشحناء والانفعالات وتأكد دراسة شريدا شارما (Shrida Sharma 2021) أن الاطفال الذين استمتعوا بالرياضة لهم شخصيات صحية كبالغين كما أشارت النتائج إلى أنه بغض النظر عن الجنس، أن الأطفال كانوا أكثر انبساطًا وأقل عصبية من أولئك الذين لم يستمتعوا بممارسة الرياضة بالإضافة إلى دراسة عبد القادر بن

الحاج الطاهر (2022) والتي اظهرت نتائجها ان للنشاط البدني الرياضي المكيف يساهم في الخفض من السمات السلبية كالعصبية وغيرها.

في حين لم تتفق دراستنا مع دراسة إردال دمير واخرون (Erdal DEMIR2016) التي تشير ان الافراد ذوي الاعاقة السمعية لديهم مستوىً عالٍ من القلق، الذي يلاحظ بدقة اثناء تنفيذ البرامج الرياضية، وبالتالي نقول أن الفرضية تحققت بواسطة البرنامج الرياضي الترويحي الذي له اثر في خفض وتوجيه سمة العصبية.

2. مناقشة نتائج الفرضية الثانية (الاكتئابية).

تنص نتائج الفرضية الثانية على انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي الاكتئابية ولصالح القياس البعدي لدي المعاقين سمعيا.

ويتضح لنا من خلال الجدول رقم (**07**) أن قيمة (**Ttest**) بلغت قيمتها **3.90** في مستوي الدلالة **sig** = **0.00** وهي قينة ذات دالة احصائية في **α** عند **0.05** مما يدل على أن للبرنامج الرياضي الترويحي أثر في خفض مستوي الاكتئابية عند المعاقين سمعيا.

ويري الطالب الباحث أن الاكتئاب لدي الأطفال المعاقين سمعيا هوا شعورهم بالأعراض الحزن واليأس والكآبة وانخفاض المعنويات، وكذلك فقدان الاهتمام بالمظهر العام والإحساس بعدم القيمة الذاتية، مع عدم القدرة على الاستمتاع بالحياة، وفقدان الأمل في المستقبل واللامبالاة بالأحداث الجارية، وفقدان القدرة على التركيز واضطرابات النوم واضطرابات الشهية والانفصال وتجنب الاتصال بالآخرين ورفض التفاعل الاجتماعي مع أفراد المجتمع لذا نجد ان البرنامج الرياضي الترويحي يمنحه قدرة على التفاعل الاجتماعي وتغير أفكاره وتوجيهها إلى تفكير ايجابي مما يؤدي إلى تغير مزاجه فندرك أن الهدف التشويق والإثارة قد تحقق لدي المعاق سمعيا، بممارسته للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح ويكون قد حقق مبدأ الانا الأعلى، ويمكن القول أن الاكتئابية عند المعاق سمعيا قد تم توجيهها من سمة إلى مرض، قابل للانخفاض وقابل للعلاج، ومن سمة إلى حالة، واستقرارها نسبيا مع التقدم في العمر، والذي يظهر ذلك في أغلب تصرفاته بالأخص عند خروجه من المدرسة وفي البيت ومع أقرانه الاسوياء كما يؤدي البرنامج الترويحي المقترح إلى زيادة التفاعل الاجتماعي الذي قد يمنح فرصة التقاء بالمعاقين من مختلف السن أو المستوي الدراسي، والاختلاط بهم فقد يساعد مجرد تبادل تحية رياضية أو اداء لعبة يكون فيها الهدف واحد مع الزميل في تحسين مزاج المعاق سمعيا.

وبالتالي يكون البرنامج الرياضي الترويحي قد تم تكوين الفرد فيزيولوجيا وبيونفسي اجتماعي مما يجعل الفرد واثق من نفسه حريص ومحب لغيره مما يعزز الثقة بالنفس وتقدير لذاته.

وتشير نظرية بيك في العلاجية أن الأطفال الذين يعانون من المشاعر الاكتابية هم أشخاص لديهم أخطاء في طريقة التفكير تؤدي بهم إلى نتائج غير منطقية، فالشخص المنطقي يجمع المعلومات الضرورية ثم يصل منها إلى استنتاجات تناسب مع المعلومات التي جمعها، فيصبح يصدر الأحكام بناء على

معلومات ناقصة، ويصل إلى نتائج لا تتسق مع واقعه، والتي تأدي به زيادة تنشيط الميكانيزمات المرتبطة بالاكتئاب والقلق والبارانويا والاضطرابات وقد يُظهر الطفل نفسه الاستجابة اثناء التمرينات البدنية (أبو حمادة، 2015، ص121).

وتأكد نظرية الاتزان والتعويض وفق تفسير كورنرادلاج إلى أن اللعب هو الذي يتيح لبعض الغرائز والميول والرغبات الموجودة لدى الطفل التي لا تتسع الحياة الجدية بتغذيتها وتقديمها إلى الظهور، فلكل إنسان حياته وأعماله ونشاطاته الخاصة التي تتيح لبعض الغرائز والميول المتصلة بطبيعة هذا العمل أو النشاط بالظهور والنمو، إذ يقوم اللعب بتغذية الغرائز الأخرى وإشباعها، فلولا ممارسة اللعب الذي يغذي هذه الغرائز والميول لاختل التوازن في قدرات الفرد النفسية، وقد فسر كورنرادلاج وآخرون اللعب من حيث وظيفته التي تكمن في تعويض النقص الموجود في حياته الحقيقية والواقعية من خلال ممارسة سلوك النشاط أو اللعب. (الحيلة، 2010، ص 74).

وتتفق نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة بشير حسام (2010) والتي أظهرت أن هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي الترويحي للمعاقين ولفئة الممارسين في ما يخص التقليل من سمة الاكتئابية كما أن النشاط الرياضي الترويحي له كفاءة، وفعالية عالية بالارتفاع بمستوياتهم النفسية، وكذلك دراسة عمارة نور الدين (2011) والتي اظهرت أن للتدريب النفسي أثر على الارتقاء بمستوى عمل الأجهزة الوظيفية للجسم من خلال التغيرات الايجابية للمتغيرات الفسيولوجية والنفسية في حين كان لدراسة هدال ياسين (2019) الأثر الإيجابي للبرنامج الرياضي الترويحي بحيث كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي وكذلك دراسة عبد القادر بن الحاج الطاهر (2022)، أن الممارسة النشاط الرياضي المكيفة يساهم في الرفع من مستوى سمات الشخصية الموجبة، والخفض من مستوي السمات السلبية كالاكتئابية وغيرها.

في حين لم تتفق دراستنا مع دراسة رائد عبد المير عباس واخرون (2013) والتي كانت نتائجها انه لا يوجد فرق بين الرياضيين وغير الرياضيين في سمة الاكتئابية وكذلك دراسة بن حاج الطاهر عبد القادر (2014)، والتي أظهرت نتائجها على وجود علاقة طردية ما بين سمة(الكتائبية) ودافع تجنب

الفشل، بالإضافة إلى دراسة إردال دمير واخرون (Erdal DEMI2016 والتي تأكد ان الأفراد المعاقين سمعيا لا يشعرون بالتفاؤل بما فيه الكفاية، وذوي مزاج سهل، كما انهم لديهم مستوى "غير فعال أو منخفض" من السمات الشخصية المتمثلة في الاستقرار العاطفي.

وبالتالي نقول أن الفرضية تحققت بواسطة البرنامج الرياضي الترويحي الذي له اثر في خفض سمة الاكتئابية.

3ـ مناقشة نتائج الفرضية الثالثة (القابلية للاستثارة).

تنص نتائج الفرضية الثالثة على انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي القابلية للاستثارة ولصالح القياس البعدي لدي المعاقين سمعيا.

ويتضح لنا من خلال الجدول رقم (**08**) أن قيمة (**Ttest**) بلغت قيمتها **6.95** في مستوي الدلالة **sig** = **0.00** وهي قينة ذات دالة احصائية في **α** عند **0.05** مما يدل على أن للبرنامج الرياضي الترويحي أثر في خفض مستوي الاكتئابية عند المعاقين سمعيا.

ويري الطالب الباحث ان اكتئاب أو عزلة أو تشاؤم وانطواء وقد ينتهي ذلك إلى عزلة طويلة على النفس، وسمة يصعب علاجها، فالغضب الانفعال لا يجب كبته أصلاً بل ينبغي تحويل طاقته وإلى تنافس مع الاقران أو إلى مباراة رياضية أو تسابق نحو الإصلاح وهذا ما يراه الباحث في البرنامج الرياضي الترويحي المقترح بحيث يسمح له بإظهار انفعالاته بطريقة ايجابية اثناء اللعب دون المساس في قوانين وشروط اللعبة، كما ان المعاق سمعيا في امس الحاجة للانفعال الايجابية اثناء اللعبة والتي قد تفيد سمات اخرى مثل التقليل من العدوانية لديه وتفسير النتيجة على أن المعاق سمعيا قد انتقل جزئياً من حياة الطفولة ودخل جزئياً إلى مرحلة أخرى هي حياة المراهقين، لان مبدأ الانا والانا الأعلى قد حقق.

وإلى جانب اخر فان البرنامج الرياضي الترويحي المقترح، يمنح المعاق سمعيا الاستجابات الانفعالية التي تعد من بين العناصر المهمة في التفاعل بين الإنسان وبيئته وتحدث الاستجابات ردا على تغير مهم اثناء اللعب حيث تؤثر الانفعالات بقوة في سلوك المعاق داخل الجماعة المحيطة به بعقلانية تتخللها قوانين وضوابط رياضية اثناء الاداء كما ان مشاركته في الأنشطة المختلفة وتطور سلوكه الاجتماعي، وتمكنه من ضبط انفعالاته والتعبير عنها في الوقت المناسب الأمر الذي يؤثر بشكل واضح على شخصيته المعاق المعتدلة.

ويشير **سيجموند فرويد** في النظرية التنفيسية والتخفيف إذ أن اللعب يساعد الطفل على التخفيف مما يعانيه من المكبوتات والامراض النفسية الذي يحاول كل إنسان التخلص منه بأية طريقة، كما يعتبر اللعب كوسيلة علاجية، تعمل على تخليص الفرد من الانفعالات الناتجة عن العجز عن تحقيق الاماني أو الرغب في الحصول على شيء أو فقدان شيء والتي تنتج من الضغوطات النفسية أو الاجتماعية أو حالات الحرمان في مرحلة الطفولة المبكرة.(رائد أحمد، 2015، ص97).

ويرى **البرت إليس** في نظريته أن الاضطرابات الانفعالية يكون نتيجة وجود أفكار ومعتقدات خاطئة لدى الفرد، وأن الفرد مسؤول عن إزعاج نفسه إلى حد كبير بسبب أفكاره اللاعقلانية، ولقد رأى" إليس "أن الأفراد نادرا، إن لم يكن مستحيلا ما يكون لديهم أفكارا ومشاعر وسلوكيات نقية، وأن رد الفعل عبارة عن حالة مركبة من الإدراك أو التفكير والعمليات الحسية الحركية، فالتفكير والانفعال لا يمثلان عمليتين منفصلتين أو مختلفتين لكنهما يتداخلان على نحو ذو دلالة ويعملان في علاقة (السبب والنتيجة)، حيث يؤدي التفكير إلى الانفعال كما يؤثر الانفعال على التفكير وعلى السلوك. بأفكاره ومعتقداته نحو المواقف والأشياء المختلفة، فالأفكار تؤثر على مشاعر الفرد وسلوكه، كما أن الانفعالات تؤثر على أفكاره وسلوكه، كما أن التصرفات السلوكية تعكس ما لدى الفرد من أفكار ومشاعر (سهير محمود، 2010، ص62).

وتتفق نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة بشير حسام (2010) والتي أظهرت أن هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط الرياضي الترويحي للمعاقين ولفئة الممارسين في ما يخص التقليل من حساسية التفاعل كما أن النشاط الرياضي الترويحي له كفائية، وفعالية بالارتقاء بمستوياتهم النفسية والانخراط في علاقات مثيرة مع الافراد العاديين وبالتالي ادماج في المتجمع، وكذلك دراسة شريفي حليم واخرون(2011) ودراسة سامي عبد القادر (2014)، والتي تشير أن النشاط البدني الرياضي يعطي للفرد فرصة للتحكم في انفعالاته وإخضاعها لسيطرته واستقرارها وتلاؤمها مع مثيراتها وتتفق ايضا مع دراسة بن شميسة العيد (2018) التي تبين نتائجها أن من أهم وسائل الترويح المساعدة في التقليل من الانحراف وتفريغ الشحنات الانفعالية خاصة لدى فئة المراهقين، توفير جو امن ومكان مهيئ داخل المراكز الرياضية والمنشئات الرياضية وكذلك دراسة صغيري واخرون (2019)، حيث اشارت للارتفاع الواضح في السمات الشخصية للممارسين في ما يخص الاتزان الانفعالي ويشير ايضا صغيري واخرون (2021) أن النشاط الرياضي المكيف بمجالاته المتنوعة التنافسية والترويحية يضمن مجالاً خصباً للتنفيس عن مكبوتاتهم النفسة وتعلم احترام القوانين والعمل الجماعي وضبط الانفعالات حال الهزيمة أو الفوز وتطوير القدرات البدنية والمهارية لهؤلاء الأشخاص الذين حرمتهم إعاقاتهم و إصاباتهم من المشاركة مع الأفراد العاديين في النشاط

الرياضي العام بالإضافة إلى دراسة سليماني رحمة واخرون (2021) التي أظهرت **نتائجها أن** التلاميذ المنخرطون في الأنشطة الرياضية المدرسية اللاصفي لنشاط كرة اليد يتميزون بسمة الاتزان الانفعالي في المواقف الصعبة للمنافسة لأن اللاعبين يكونون في درجة عالية من الإصرار على الهدف وتأكد دراسة عبد القادر بن حاج الطاهر(2022) أن الممارسة الرياضية المكيفة تجعل الرياضيين المعاقين يتميزون بانخفاض في مستوي القابلية للاستثارة التي خلفاتها نقص عضو من أعضاء الجسم.

في حين لم تتفق دراستنا مع دراسة رائد عبد المير عباس واخرون (2013) والتي اشارت نتائج الدراسة انه لا يوجد فرق بين الرياضيين وغير الرياضيين في سمة الاتزان الانفعالي لأن ذلك يعود إلى النضج في المرحلة العمرية.

وبالتالي نقول أن الفرضية تحققت بواسطة البرنامج الرياضي الترويحي الذي له اثر في خفض سمة القابلية للاستثارة.

4. مناقشة نتائج الفرضية الرابعة (الاجتماعية).

تنص نتائج الفرضية الرابعة على انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي الاجتماعية ولصالح القياس البعدي لدي المعاقين سمعيا.

ويتضح لنا من خلال الجدول رقم (**09**) أن قيمة (**Ttest**) بلغت قيمتها **2.69**- في مستوي الدلالة **sig** = **0.018** وهي قينة ذات دالة احصائية في **α** عند **0.05** مما يدل على أن للبرنامج الرياضي الترويحي أثر في رفع مستوي الاجتماعية عند المعاقين سمعيا.

ويري الطالب الباحث أن اللعب الترويحي يجعل المعاق يتصرف بحرية معتدلة دون تقييد واللعب للطفل المعاق فرصة للتخلص من الصراعات، وتخفيف من حدة التوتر،كما أنه أحسن الوسائل لتصريف الافكار السلبية .ويرجع الباحث أن البرنامج الترويحي له تأثير إيجابي ملموس في إتاحة الفرصة لهم لممارسة الأنشطة الترويحية المختلفة التي تساهم في تحسين سلوكيات التفاعل الاجتماعي وتفريغ طاقاتهم الزائدة وانفعالاتهم الناتجة عن مواقف الإحباط وحل مشكلاتهم، والعمل على تفاعلهم مع الآخرين، وتوجيه سلوكهم العشوائي إلى حالة السلوك الهادف والفعال، وإكسابهم القدرة على نقل القلق والتوتر إلى أداة اللعب بدلاً من نقلها على زملائه، وانشغال المعاقين سمعيا بأنشطة اللعب تمنحهم العديد من الصفات التي تؤدي إلى إشغال وقتهم، وهذه الجزء الأهم في حياتهم لأنها تجلب لهم العادة والسرور بالإضافة إلى حب الذات والصداقة مع الاسوياء.

كما ان البرنامج الرياضي الترويحي المقترح يخلق المواقف التعليمية التدريبية التي تتطلب التعاون مثل الألعاب الجماعية والألعاب الصغيرة والألعاب وأنشطة التنافس وغيرها من الأنشطة التي تتطلب عملاً جماعياً، فعند تفاعل المعاق مع تلك المجموعات واندماجه معها فإنه يصل التلميذ إلى درجة مناسبة من التفاعل والتعاون مع جميع أقرانه.

وفي هذا الصدد يشير "أمين الخوالي" أن ممارسة النشاط البدين الرياضي تنمي القيم الاجتماعية المقبولة حيث ينمو الفرد من خلال قيم اجتماعه، وعبر تفاعل اجتماعي ثري، حيث يستخدم قدراته لصالح فريقه، فيعتاد على التعاون ويتعلم التفاهم والإيثار، ويدرك الفرد من خلال هذا التفاعل معاين التماسك والمشاركة والانتماء، كما يوفر النشاط فرصا لنمو العلاقات الاجتماعية من خلال ربط الصداقات والألفة الاجتماعية، وقبول الفرد كما ان أوقات الفراغ تفيد المعاقين في قضاء جل أوقاتهم في

ممارسة الرياضة مع أقرانهم من نفس الفئة، للابتعاد عن الضغوط الأسرية والاجتماعية، ما يوفر هلم فرص إقامة عالقات مع الرفقاء، والاحتكاك بهم ومن هذا تنمى سمة الاجتماعية للفرد لممارسة، كما تميز الأفراد بمستوى مرتفع في سمة تقدير الذات. (الخوإلى، 2001، ص 172).

وتشير نضرية التعلق لجون بولبي أن تلبية الحاجات الفسيولوجية و الوجدانية للطفل تجعله يشعر بأن الشخص الراعي سوف يكون متاحا كلما احتاج إليه مما يجعله يشعر بالأمان "و أطلقت عليه(النمط الآمن) ووجدت أن هذا النمط يكون أقل اضطرابا و أكثر تواصـلا مع المجتمع وأقرانه، ومن خلال هذه النظرية يتضح أن نمط أو أسلوب التعلق في الطفولة المبكرة تحدد طريقة ارتباط الفرد بالمحيطين به حيث أن إدراك الفرد لوجود أشخاص في محيطه يمدونه بالمساندة و الدعم يجعله يحسن بأنه محبوب و له قيمة حيث يؤدي هذا إلى شعور الفرد بالأمان و الراحة وهذا ما نجده في البرنامج الرياضي الترويحي الذي يعد وسيلة هامة للتقارب بين المدرب والمعاق سمعيا بالإضافة إلى الالعاب الجماعية التي لا تولد الاحتكاك المباشر مع أقرانه. (حدة، 2016، ص135)

وتتفق نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة بشير حسام (2010) والتي كان من أهدافها إدماج المعاقين حركيا داخل المجتمع والتي توصلت نتائجها ان للبرنامج الرياضي الترويحي اثر في الانخراط المعاقين حركيا في علاقات مثيرة مع الأفراد العاديين واندماجهم في المجتمع بالإضافة إلى دراسة عمارة نور الدين (2011) والتي اظهرت أن للتدريب النفسي أثر على السمات الشخصية والاحتفاظ بها مثل الاجتماعية وكذلك أنها تحافظ على مستواهم النفسي اثناء التدريب كذلك دراسة شريفي حليم واخرون (2011)، حيث كان من نتائجها ان النشاط الرياضي يساهم في الرفع من مستوي السمات الشخصية ويختلف مستوياتهم من سمة غلي اخرى بحيث كانت الاجتماعية في اعلا مستويات وهذا ما أكدته دراسة رائد عبد المير واخرون (2013)، ودراسة سامي عبد القادر (2014)، ودراسة أنصال تازيغول (Ünsal Tazegül 2016) حيث أن الرياضيين الممارسين للنشاط الرياضي يتميزون بسمات عالية من الاجتماعية وتساهم الرياضة في تطوير شخصيتهم من خلال التعاون والتماسك والمشاركة والتنافس كما تساهم في إقامة علاقات الاجتماعية والصداقات مع الغير وتتفق ايضا مع دراسة بن شميسة العيد (2018)، حيث تشير نتائج الدراسة أن محددات الترويح

تظهر اثار ايجابية على الانحراف السلوكي في الابعاد النفسية السلوكية والاجتماعية داخل الوسط المدرسي وخارجه كما أن الأنشطة الترويحية تساهم في التقليل من الانحرافات السلوكية التي من شئنها ان تجعل الفرد غير مندمج اجتماعيا، وتشير نتائج دراسة صغير رابح واخرون (2019) أن الممارسين للنشاط الرياضي المكيف إلى تفوقهم الواضح و ارتفاع مستوى سماتهم الشخصية والاجتماعية بصفة خاصة لدى المعاقين سمعياً مقارنة بأقرانهم غير الممارسين من خلال الاندماج و التنافس و خوض تجارب التي من خلالها يكسرون حاجز العزلة والخوف، ويثبتون أنفسهم وتعبرون عما لا يستطيعون قوله لفظياً وتأكد دراسة عادل محمد عواد ابو خوصة (2019) في نتائجها أن للبرنامج الرياضي الترويحي دور فعال في تحسين التفاعل الاجتماعي لدي أطفال مرضي التوحد كما ساهم البرنامج في تحسين سلوكيات الاتصال والتعاون مع الاخرين وسولك ادراك الدور وتحسين مستوي التعاون في مواجهة المواقف بهدوء وكذلك دراسة صغيري رابح واخرون (2021) التي توصلت نتائجها أن مشاركة الأفراد المعاقين سمعيا في الأنشطة الرياضي المكيفة والترويحية تفتح لهم المجال للاندماج مع الأخرين والتواصل والاحتكاك معهم، الأمر الذي يمنحهم المزيد من الثقة بالنفس والشعور بالرضى عن الذات والاحساس بالانتماء إلى المجتمع الذي يعيشون فيه وتشير دراسة شريدا شارما(Shrida Sharma 2021) أن التفاعل الاجتماعي هو المفتاح الاساسي في الرياضة ويمكن تطويرها من خلال الممارسة الجماعية، ومن المحتمل أن يكون ذلك بسبب كون التفاعل مع الآخرين جانبًا شائعًا في الرياضة. وهذا يتفق مع أن تكون النتائج مثل التفاعل الاجتماعي والانبساط جنبًا إلى جنب كالمنفتحين الذين يميلون إلى البحث عن المزيد من المواقف الاجتماعية ورغم عدم وجود دلالة قوية لذلك وتأكد أيضا دراسة سليماني رحمة اخرون (2022) أن الاطفال المشاركين في كرة اليد في النشاط اللاصيفي يتميزون بقدرات عالية من سمة الاجتماعية حيث أن التدريب الرياضي يسعي إلى أحداث تغيرات في انماط سلوك الفرد من خلال توجيهها لأفضل الأساليب المبنية على الفهم الصحيح للشخصية والعوامل المحددة للسلوك وتتفق ايضا هذه النتائج مع دراسة عبد القادر (2022)، حيث تأكد أن أفراد الفئة المستهدفة من الدراسة يصبحون متعطشون لممارسة الأنشطة الرياضية المكيفة، كما يجدون قضاء جل أوقاتهم في ممارسة الرياضة مع أقرانهم من نفس الفئة، لابتعاد عن الضغوط السرية

واجتماعية، ما يوفر هلم فرص إقامة عالقات مع الرفقاء، والاحتكاك بهم، كما تتيح ممارسة الأنشطة الجماعية فرص للأفراد لتنمية العمل الجماعي باعتبار المسؤولية المشتركة في الفريق، مما يولد لدى الفرد بعض السلوكيات الاجتماعية الإيجابية

لم تتفق نتائج الفرضية مع دراسة قتيبة احمد قسيم الحراحشة (2017)، حيث أظهرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة احصائيا لمتغير العزلة الاجتماعية بين المجموعتين ووجود أفضلية للمجموعة غير المدمجة مقارنة بالمدمجة.

وبالتالي نقول أن الفرضية تحققت بواسطة البرنامج الرياضي الترويحي الذي له اثر في رفع من سمة الاجتماعية والاندماج في المجتمع.

5ـ مناقشة نتائج الفرضية الخامسة (العدوانية).

تنص نتائج الفرضية الخامسة على انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي العدوانية ولصالح القياس البعدي لدي المعاقين سمعيا.

ويتضح لنا من خلال الجدول رقم (**10**) أن قيمة (**Ttest**) بلغت قيمتها **3.86** في مستوي الدلالة **sig** = **0.002** وهي قينة ذات دالة احصائية في **α** عند **0.05** مما يدل على أن للبرنامج الرياضي الترويحي أثر في رفع انخفاض مستوي العدوانية عند المعاقين سمعيا.

ويرى الطالب الباحث ان العدوان أمر طبيعي عند المعاق سمعيا بل إن العدوان اذ لم ينتج عن المعاق سمعيا يشير إلى انه هناك خلل نفسي أو عضوي داخله لذا نجد ان معظم المعاقين سمعيا محبطين مقراتنا بالأسوياء لهذا نجد ان كل تلك الاحباطات والتكتمات عن ما بداخلهم تولد لهم نوع من العدوانية التلقائية.

كما أنها غريزة بيولوجية فطرية فوجب تعديل أنواع السلوك العدواني الذي يتم ملاحظته في ممارسة الرياضة وخاصة عندما يقوم اللاعب بإعاقة منافسه عن تحقيق هدفه عندئذ يصاب اللاعب بالإحباط الذي يدفعه لسلوك عدواني نحو منافسه، وقد تنتقل عدوانية على بديل آخر في حالة عدم قدرته على العدوان كما نجد في البرنامج الترويح المقترح يولد نوع من الصداقة والتسامح اثناء المنافسة مما يخفض درجة العدوانية لدي المعاقين سمعيا واستثمارها في نوع التمرين الذي يرغب فيه المعاق سمعيا ومدي تكراره للعب والغاء الدوافع العدوانية وهنا تكون العدوانية قد وجهة لنوع التمرين الذي يرغب فيه المعاق سمعيا وبهذا يكون العدوان موجه لتحقيق الاهداف الحميدة بحيث تكون المواجهة مع الخصم اثناء اللعبة بعدوانية طبيعية وليست بالحاق الضرر وهنا يكون قد تعلم المواجهة ووجه تركيزه للفوز والمنافسة، كما أن مساعدة المعاق سمعيا من تعديل سلوكه العدواني غير المرغوب فيه، فوجب الاهتمام برغباته وتوجيه أفكار المعاق وتشجيعه والثناء عليه، كذلك عندما يكف عن المظاهر السلبية لسلوكه والاشتراك بفاعلية أثناء الممارسة، أي أن الباحث أو أي مدرب آخر وجب عليه القيام بعملية تعزيز لسلوك للمعاق سمعيا.

ويشير جون دولارد وزملاؤه في نظرية الاحباط – السلوك العدواني ان الانسان يستجيب للإحباطات باستجابات كثيرة منها العدوان، فالإحباط قد يسبب العدوان وقد لا يسبب بحسب

الظروف التي يتم فيها الاحباط بل ان هذه النظرية تصرح بان الاحباط هو العامل الاساس والأول والاخير في العدوان ويرى اصحاب هذه النظرية ايضاً ان العدوان لا يصدر عن غريزة، بل يكون في العادة نتيجة احباط، سابق أو توقع لهذا الاحباط، فالإنسان يغضب ويعتدي في المواقف التي تهدد امنه أو تلك التي تشعره بالإهانة والحرمان، وقد يكون العدوان وسيلة للتمويه على شعور بالنقص، أو لتوليد الذات، ويلاحظ في هذا الشأن (ميلر) يرى ان السلوك العدواني الموجه نحو هدف بديل، وشدته ممكن ان يتنبأ بهما من خلال قوة الدافع الذي يثير العدوان ضد الهدف الاصلي، وقوة ميل الاستجابة المانعة ومن ثم درجة تشابه المثير بين الاهداف الاصلية والبديلة، وافترض (بيركومتز) ان الانسان لا يعتدي الا اذا غضب وتهيج واسباب غضبه كثيرة، منها الاحباط الاهانة، والنقد، وأن الاحباط لا يؤدي بالضرورة الى العدوان ولكنه قد يؤدي الى الغضب الذي يجعل الانسان مهيأ للعدوان إذا ما وجدت المثيرات في البيئية الملائمة، ويرى اصحاب هذه النظرية، ان العدوان قد لا يتوجه نحو مصدر الاحباط الاصلي أو المحبط الاصلي، ففي احياناً كثيرة يقوم الفرد بتوجيه عدوانه نحو الشخص الذي سبب له الاحباط أو الموقف، فالعدوان هنا يتجه ويزاح نحو هدف اخر اضعف واقل خطورة من المحيط (كامل طه، 2016، ص 186-187).

وتشير نظرية (كونر لورينز K.lorenz) إلى العدوان باعتباره سلوكا غريزيا، فقد افترض "لورينز" أن العدوان ينشأ أساسا من غريزة القتال وهي غريزة موجودة عند الإنسان والعديد من الحيوانات، وهذه الغريزة هي جزء من الإرث التطوري للإنسان، ويرى "لورينز" أن غريزة القتال لها طاقة عدوانية يتم إنتاجها باستمرار داخل الكائن الحي وبمعدلات ثابتة، ولذلك فهي تتراكم مع الوقت، وبناء على ذلك فالسلوك العدواني يحدث تبعا لعاملين:

الأول: كمية الطاقة العدوانية المتراكمة.

الثاني: وجود شدة وقوة المثير المولد للعدوان والتي أسماها "لورينز " بالمثيرات المفجرة للعدوان ويرى "لورينز" أن الكائن الحي ما لم يسلك بطريقة عدوانية من وقت لآخر، فإن الطاقة العدوانية تتراكم، حتى يمكن لأقل قدر من المثيرات المولدة أن تفجر العدوان، بل قد يحدث مع تراكم الطاقة ظهور السلوك العدواني بطريقة تلقائية مع غياب أي مثير مفجر له، وعلى ذلك فمشاركة الفرد في أفعال

عدوانية غير ضارة تقلل من احتمالية حدوث الانفجارات العدوانية العنيفة، وعلى الرغم من أن وجهة نظر "لورينز" تؤكد على حتمية العدوان، إلا أنه يرى أن العدوان يمكن التحكم فيه وضبطه، وإعادة توجيهه.(حجاز، 2001، ص 82).

وتتفق نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة بشير حسام (2010)، وشريفي حليم واخرون (2011) والتي تأكد ان للنشاط الرياضي الترويحي له أثر في التقليل من صفة العدوان لدي الممارسين كما أن المعاق في أمس الحاجة لهذه الصفة وتتفق ايضا نتائج دراسة دراسة سامي عبد القادر(2014)، تعدل الممارسة الرياضية السمات السلبية لدى الفرد مثـل الانطوائية والعصبية والقلق، وتشير دراسة عبد القادر بن الحاج الطاهر (2022) أن الانشطة البدنية تساهم من خفض مستوي العدوانية وترجع طبيعته العدوانية لدي المعاقين بسبب فقدان العضو لكن الممارسة الرياضية تجعلهم يفرغون هذه السمة بالأخص كرة الطائرة جلوس التي تمنع الاحتكاك المباشر مع المنافس.

ولم تتفق دراستنا مع دراسة رائد عبد المير واخرون (2013)، والتي اظهرت نتائجها إن ارتفاع والانخفاض في مستوي العدوانية يعود للمرحلة العمرية غذ ان الفرد ينمو اجتماعيا فهوا المسؤول عن محاسبة النفس والتحكم في انفعالاته بالإضافة إلى دراسة بن حاج الطاهر عبد القادر (2014) والتي أظهرت نتائجها علو وجود علاقة طردية بين العدوانية ودافع إنجاز النجاح.

وبالتالي نقول أن الفرضية تحققت بواسطة البرنامج الرياضي الترويحي الذي له اثر في خفض سمة العدوانية.

6ـ مناقشة نتائج الفرضية السادسة (السيطرة).

تنص نتائج الفرضية السادسة على انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوي السيطرة ولصالح القياس البعدي لدي المعاقين سمعيا.

ويتضح لنا من خلال الجدول رقم (**11**) أن قيمة (**Ttest**) بلغت قيمتها **5.08** في مستوي الدلالة **sig** = **0.000** وهي قينة ذات دالة احصائية في **α** عند **0.05** مما يدل على أن للبرنامج الرياضي الترويحي أثر في انخفاض مستوي السيطرة عند المعاقين سمعيا.

ويرى الطالب الباحث أن هذه السمة سلبية وجب الخفض منها عند المعاق سمعيا كما انها كلم ارتفعت تولد نوع من المخاوف لدي المعاق سمعيا وتولد لديه نوع من الانغماس في المخاطر عكس الأطفال الأسوياء من السلوك والتصرفات لأثبات ذاته وأنانية دون شعور لما يصدر عنه بحيث يكون الانا الأعلى لديه غير موجود والانخفاض الكبير في هذا المبدئ، بل تتحكم فيهه دوافع وأفكاره اللامنطقية وعقلانية وتزد هذه السمة أو الحالة مع اعتقاد المعاقين سمعيا أن العالم الخارجي هوا عالم عدائي لهم مما ترتفع هذه السمة، وهذا ما يحدث بالضبط لسمة السيطرة فنجد أن المعاقين سمعيا عند ممارسة البرنامج الرياضي الترويحي يخضعون لقوانين صارمة تعمم على كل افراد العينة فيؤثر ذلك على مسار العقلي وافكارهم وتخضعها لجميع القوانين والمبادئ السارية اثناء الممارسة، كما أن البرنامج الترويحي المقترح يعطي لهم فرصة للتعاون من اجل الفوز أو تحقيق هدف المنافسة وهنا يكون الاتجاهات الإيجابية نحو اللعب الترويحي دورا مهما للمعاق سمعيا.

ويشير (مصطفى أبو سعد 2004، 208) إلى أن الإعاقة من أكثر أسباب فقدان الثقة بالنفس، فالإعاقة تقود صاحبها إلى أحد الطريقين: إما أن يكون كغيره من الأصحاء ويقوم بالتعويض غير المباشر عن إعاقته فيستثمر ما لديه من ابداعات، أو أن يكون غير عاديا، وفي هذه الحالة سيسلك طريقا من اثنين، إما الانسحاب كالانطواء و العزلة وضعف الثقة بالنفس، أو طريق العداء والشراسة وحب الذات والأنانية المفرطة كتعويض مباشر عن إعاقته فيكون حالة كمن قيل فيهم " كل ذي عاهة جبار" أنانيا في معظم تصرفاته، وتعتبر مرحلة المراهقة هي أنسب المراحل في حياة الفرد لتنمية الثقة بالنفس حيث تشير نانسى جويرا وآخرون (2014) إلى أنه على الرغم من أن الوعى الذاتي وفهم الذات لدى الطفل يبدأ في مرحلة الطفولة الوسطى حيث يبدأ الطفل في دمج آراء الآخرين في فهم ذاته، فأيضاً

البحث عن هويته الذاتية و التنمية الذاتية طويلة المدى يجعل مرحلة المراهقة هي المرحلة المثإليه التي يبدأ فيها بناء الثقة **(https://jsep.journals.ekb.eg/article_84306.html)**).

و في الأسلوب المعرفي السلوكي يصبح المعاق " مشاركا نشطا " في العملية العلاجية فيكون هو المعالج لنفسه، حيث يتم تدريبه على علاج الذات وصناعة القرار بل و تعزيز الذات أي أن يكون المعزز الخارجي لأدائه في هذه الحالة معززا داخليا بالإضافة إلى أساليب تنظيم الذات الأخرى، وبذلك يصبح لدى العاق القدرة على التحكم في مهاراته الخاصة وتعميمها مع الإبقاء على المهارات التي تعلمها، الأمر الذى يوفر الكثير من الوقت للمعالج أثناء العملية العلاجية .(ايمان وهشام، 2007، ص 134-138)

وتشير **نظرية آدلر** أن الشخصية هي ديناميكية تسعى إلى هدف متكامل، وذلك لأن الانحراف ناتج أساساً عن الغاية الموهومة التي كونها لنفسه في مراحل الطفولة. إذ أن الوهم هو الذي يوجه سلوك الانانية أو السيطرة، التي يلجأ بها الفرد إلى أساليب مختلفة من الأوهام ليتحقق عن طريقها ما يحلم به فيه من رغبة في السيطرة، ولهذا فإن دور المعالج في أن يبدأ بإخراج هذه الافكار في حياة العميل، وجعلها في نطاق الشعور حتى لا تؤثر على حياة العميل، فمن الضروري تعديل الفهم الخاطئ عن الحياة العامة، حتى يتمكن من مواجهة الحقيقة والابتعاد عن الافكار الوهمية التي لا تتطابق نع نطالب الحياة الانسانية، وكذلك الابتعاد عن اسلوب حياته الذي يعتبر شاذاً وأن يقبل الأهداف التي يظهر فبها الميول الاجتماعية والمشاركة الوجدانية مع المجتمع الذي يعيش فيه

واعتقد آدلر ايضا أن الطبيعة الإنسانية تعد أساسا أنانية وخلال عمليات التربية فإن بعض الأفراد ينمونها ولديهم اهتمام اجتماعي قوي، ينتج عن رؤية الأخرين مستجيبين لرغباتهم ومسيطرين على الدافع الأساسي للمنافسة دون مبرو ضد الأخرين يتطلبا السلطة والسيطرة عليهم (عادل نجيب، 2005).

تتفق دراستنا مع دراسة شريفي حليم واخرون (2011)، حيث تشير نتائج دراسته في انخفاض مستوى السيطرة لدي المعاقين منخفض مما يعني ان الممارسة الرياضية أثرت بشكل اجابي على توجيه شخصية الافراد الممارسين وكذلك **دراسة إردال دمير واخرون** (Erdal DEMIR2016) التي تثبت

ان المعاقين سمعيا لديهم مستوى عال في بعض السمات الشخصية وبشعور بالمسؤولية عال، ويتميزون الانضباط، ولا يستسلمون في مواجهة الصعوبات، وينتبهون إلى ادق التفاصيل، ويخططون في كل ما يفعلونه.

لم تتفق دراستنا مع دراسة مع دراسة صغيري رابح واخرون (2019) والذي اعتبر هذه السمة إجابيه وجب تنميتها عند المعاقين سمعيا وكذلك دراسة رائد عبد المير وأخرون، (2013)، والتي كانت من نتائجها عدم وجود فروق في سمة السيطرة بين الرياضيين والغير رياضيين.

وبالتالي نقول أن الفرضية تحققت بواسطة البرنامج الرياضي الترويحي الذي له اثر في خفض من سمة السيطرة.

7ـ مناقشة نتائج الفرضية العامة

تنص نتائج الفرضية العامة على انه يوجد أثر ايجابي للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا.

ويتضح لنا من خلال الجدول رقم (**12**) أن حجم الأثر بلغة ما بين (0.71) إلى (1.79) وهي قينة ذات دالة عملية على ابعاد السمات الشخصية مما يدل على أن للبرنامج الرياضي الترويحي أثر ايجابي في التأثير على السمات الشخصية عند المعاقين سمعيا.

ومن هذه النتائج يرى الباحث أن البرنامج الرياضي الترويحي المقترح يساهم في التأثير في الحالة النفسية للمعاق سمعيا بتغير حالاته المزاجية بشتي انواعها كحالة الإثارة الانفعالية أو العاطفية متنوعة وغير دائمة، كما انه تم تحقيق عنصر التشويق بمشاعر الابتهاج والسعادة عندما عند الممارسة فعند توجيه سمة إلى حالة فقد تتم تنميتها بطريقة ايجابية تسمح للمعاق سمعيا بتنويع افكاره الايجابية وخبراته تمثلا للاستجابات للعالم المحيط بالمعاق سمعيا، وقد تكون في استجاباتك مؤشرا جيدا للأساس النفسي فعندما تستجيب باستمرار للمواقف الاجتماعية بالهدوء وتقبل الاسوياء فهي مؤشر جيدا للاندماج في المجتمع وتقبله، كما أن أهمية للبرنامج الترويحي المقترح للشخص المعوق لما له من فائدة إصلاح كثير من عيوب الجسم وإزالة التوتر النفسي وتنشيطه وتدريبه على كثير من العادات الاجتماعية الحسنة والنماذج الخلقية وحقه على التفكير وحل المشكلات، هذا إضافة إلى المتعة التي يجدها المعوق عادة في تطبيق تنفيذ البرنامج وما يتعلمه من وسائل مفيدة.

وتتفق نتائج الدراسة مع دراسة عمارة نور الدين (2011)، ودراسة هدال ياسين(2019)، وكذلك دراسة شريفي حليم واخرون (2011)، ودراسة حنة الهاشمي (2018) التي تم استخدام فيهم المنهج التجريبي وكان له الأثر في التأثير الإيجابي على متغيرات التابعة للبحث.

و منه نستنتج أن النشاط الرياضي الترويحي أثر في تنمية السمات الشخصية الإيجابية والخفض من السمات السلبية كما يعتبر من أ هم الأنشطة التي يجب أن يمارسها ذوي الإعاقة السمعية سواء داخل المراكز البيداغوجية أو خارجها بصورة منتظمة على مبدأ المساوات بينهم وبين الأسوياء وهذا ما يجعل الفرضية العامة محققة.

استنتاج

من خلال قيامنا بهذه الدراسة وعلى ضوء النتائج المتحصل عليها المتعلقة بي أثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا يمكن ان نجيب على التساؤلات المطروحة في بداية الدراسة:

- ❖ توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في الخفض من سمة العصبية لدي المعاقين سمعيا .
- ❖ توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في الخفض من سمة الاكتئابية لدي المعاقين سمعيا
- ❖ توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في الخفض من سمة القابلية للاستثارة لدي المعاقين سمعيا .
- ❖ توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في رفع من سمة الاجتماعية لدي المعاقين سمعيا .
- ❖ توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في الخفض من سمة العدوانية لدي المعاقين سمعيا
- ❖ توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في الخفض من سمة السيطرة لدي المعاقين سمعيا .
- ❖ يوجد أثر للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح على أبعاد مقياس السمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا.

توصيات

من خلال قيامنا بهذا البحث وعلى ضوء النتائج المتحصل عليها قمنا بوضع جملة من التوصيات والاقتراحات أملين أن تأخذ بعين الاعتبار مستقبلا وأن تساعد كل من يهمه الأمر وهذه التوصيات والاقتراحات متمثلة فيما يلي :

- ❖ الاهتمام بالأنشطة الرياضية الترويحية لما لها من أهمية في التقليل من مختلف المشاكل النفسية لدي أفراد ذوي الاحتياجات الخاصة
- ❖ توفير الهياكل و المنشآت الرياضية اللازمة لممارسة النشاط الرياضي الترويحي.
- ❖ دمج هذه الفئة داخل المجتمع من اجل عدم شعورهم بالعزلة والانطواء.
- ❖ ضرورة العمل على تصحيح وتعديل نظرة المجتمع إلى أفراد ذوي الاحتياجات الخاصة .
- ❖ محاولة تصميم أنشطة بدنية رياضية ترويحية مكيفة بطريقة تمكن المعاق سمعيا من اللهو واللعب من خلالها، فالتعليم عند هذه الفئة في العادة أسهل عندما يكون على شكل لهو ولعب.
- ❖ تصميم أنشطة رياضية ترويحية حسب درجة الاعاقة وحسب متطلبات كل معاق بحيث تكون مرتبطة بالأهداف والمشاكل والمواقف التي يمر بها الفرد المعاق سمعيا في حياته اليومية مما يساعده على تحقيق قدر من الثقة بالنفس والاحساس الإيجابي بالتفاؤل وتقديره لذاته.
- ❖ الاستفادة من الخبراء والاساتذة في مجال النشاط البدني الرياضي الترويحي في اعداد برامج تخصص الأنشطة الترويحية قصد العناية الجيدة بفئة المعاقين خاصة من الناحيتين النفسية والاجتماعية.
- ❖ قطع العزلة الاجتماعية ومساعدة المعاق سمعيا على استئناف اتصالاته الاجتماعية مع الآخرين.
- ❖ ضرورة الأخذ بالاعتبار أن الصحة الشخصية والتي تلعب دور في الاتجاه نمو المعاقين بحيث يراع ذلك عند اختيار تطبيق بعض مقاييس الصحة النفسية والشخصية.

- ❖ يراعي عند اعداد البرامج الرياضية الترويحية ان يأخذ فالاعتبار متغير السمات الشخصية لمكوناته المختلفة، مع التركيز على الابعاد ذات العلاقة بالاتجاهات الايجابية وهي: الاندماج في المجتمع، الاتزان الانفعالي تحسين الذات.
- ❖ بتقليص الحواجز بين مجتمع الأصحاء ومجتمع ذوي الاحتياجات الخاصة من خلال تفاعلهم مع هؤلاء تدريجيا داخل المؤسسات التربوية العامة والمنشئات الرياضية وإشراكهم في مختلف الأنشطة التي يقوم بها الاسوياء في مختلف الرياضات.

اقتراحات

في ضوء ما توصلت إليه نتائج الدراسة الحالية، يقترح الباحث إجراء الدراسات التالية:

- ❖ إجراء دراسات أخرى مشابهة على فئات ذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقين سمعيا – بصريا – حركيا).
- ❖ دراسة تأثير البرنامج الرياضي الترويحي المقترح على مختلف السمات الشخصية التي لم يتطرق إليها بحثنا مثل (الانبساطية والانطواء وضبط النفس والهدوء) بالإضافة إلى السمات الخمسة الكبرى للشخصية
- ❖ إجراء دراسات حول اقتراح مقاييس خاصة للسمات الشخصية بالأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة.
- ❖ تصميم أنشطة رياضية ترويحية تعمل على التقليل من الآثار والمشاكل الحياتية الناجمة عن الإعاقة التي يعاني منها
- ❖ ضرورة استعمال الألعاب الشبه الرياضية بأهداف الترويحية في كل من الرياضات الفردية والجماعية لأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة.

الخاتمة

خاتمة

إن ألهداف إجراء هذا البحث هو علاج بعض المشكلات النفسية والسمات الشخصية السلبية التي يعاني منها التلاميذ المدارس البيداغوجية من فئة الإعاقة السمعية، وذلك بمعرفة أثر ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في تنمية بعض سمات الشخصية، ومن ثم معرفة أثره في تحسين مستوى السمات الإيجابية باعتبار مستوى العصبية والعدوانية والاكتئابية تزداد أكثر في المرحلة العمرية الأولى، بسبب تعرضهم المستمر للضغوط النفسية والنقص الذي خلفته الاعاقة وافكارهم الخاطئة ضد المجتمع باعتبار الاسوياء هم عالم عدائي لهم.

حيث تم التركيز على النشاط الرياضي الترويحي الذي يعبر من أهم النشاطات التي اعتنى بها كثيرا من الباحثين والمتخصصين لما له من أهمية ومنفعة كبيرة لجميع شرائح المجتمع، أطفال، مراهقين، مسنين إضافة إلى فئة أفراد ذوي الاحتياجات الخاصة التي تتطلب منهم عناية كبيرة لإخراج هذه الفئة من أزماتهم ومحاولة التغلب على مشاكلهم النفسية وبالطبع لن يتأتى ذلك إلا بممارسة النشاط الترويحي بمختلف أشكاله .ومن خلال التطرق لهذه الدارسة التي تتمثل في أثر برنامج رياضي ترويحي مقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدى المعاقين سمعيا، حيث شملت عينة البحث على 15 فردا معاق سمعيا من كلا الجنسين تم اختيارهم بطريقة قصدية، وإنطاقا مما تضمنته أ هداف الدراسة استخدم الباحث في تطبيق دراسته الميدانية على المنهج التجريبي ذو التصميم المجموعة الواحدة بقياس قبلي وبعدي لدراسة أثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح، وتم الاعتماد على مقياس السمات الشخصية الذي قام بترجمته الدكتور محمد حسن علاوي، وبعد إجراء القياس القبلي للسمات الشخصية للمعاقين سمعيا تبين وجود السمات السلبية المؤثرة على حياة افراد العينة المستهدفة، وإجراء بعدها(24) وحدة رياضية ترويحية المتمثل في البرنامج الترويحي المقترح لهذه الفئة وبمعدل ثلاثة حصص في الأسبوع على مدة شهرين، أعيد إجراء القياس البعدي لهذه العينة واعتمادا على الدراسات السابقة والدراسة النظرية الحالية، واستنادا الى تحليل النتائج توصل الطالب الباحث إلى أن الأنشطة الرياضية الترويحية لها اثر إيجابيا على المعاقين سمعيا في تنمية السمات الشخصية بتوجيهها وتخفيضها والتأثير على النواحي

الاجتماعية والجسمية والمعرفية والانفعالية، وخفض كل من التوتر والاكتئاب والغضب والاضطراب، والتعب وأمكن تفسير تحسن الحالة المزاجية نتيجة تدعيم مفهوم الذات، ومشاعر الكفاية والاستمتاع، وزيادة الفوائد النفسية، وزيادة الإحساس بالتحكم والسيطرة الإيجابية كما أنه هذه الممارسة للأنشطة الترويحية يشعرون على نحو أفضل نفسيا وانفعاليا وروحانيا، ويطلق عليها الطاقة العالية أو حالة الطلاقة النفسية وأهم خصائصها الإحساس بالوعى واليقظة العقلية والتحرر، وعدم الإحساس بثقلهم على المجتمع.

قائمة
المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

ـقائمة المصادر والمراجع:

أولا: المصادر

- القران الكريم:
- [النحل: 78]
- [الإسراء: 36]
- [الملك: 23]
- [السجدة: 09]

ثانيا: المعاجم:

أ- الكتب:

1. ابن منظور جمال الدين، (2003):لسان العرب، المجلد الأول والخامس، (ط1)، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.

ثالثا: قائمة المراجع باللغة العربية

1. إبراهيم جابر، (2020): الترويح وانشطة الخلاء في التربية البدنية، (ط1)، دار الجديد للنشر والتوزيع، زرالدة، الجزائر.
2. إبراهيم سليمان عبد الواحد، (2014): الشخصية الإنسانية واضطراباتها النفسية، (ط1)، الوراق للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
3. إجلال محمد سري، (2000): الأمراض النفسية والاجتماعية، دار عالم الكتب للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.

4. احلام حسن محمود، (2011): سيكولوجية الشخصية، دار المعرفة الجامعية للنشر والتوزيع، الاسكندرية، مصر.
5. أحمد امين فوزي، بثنية محمد فاضل، (2014): الشخصية الرياضية (اعادها وملامحها النفسية)، (ط1)، مؤسسة عالم الرياضة دار الوفاء لدنيا الطباعة الاسكندرية، مصر.
6. أحمد امين فوزي- بثنية محمد فاضل، (2005): سيكولوجية الشخصية الرياضية، المكتبة المصرية للطباعة للنشر والتوزيع الإسكندرية –مصر.
7. أحمد امين فوزي، بثنية محمد فاضل، (2005): سكلوجية الشخصية الرياضية، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع، الاسكندرية، مصر.
8. أحمد عبد اللطيف أبو سعد، (2010): علم النفس الشخصية، (ط1)، دار عالم الكتاب الحديث، أربك، الاردن.
9. أحمد محمد عبد الخالق، (2019): علم النفس الشخصية، دار المعارف الجامعية طبع- نشر- توزيع، الاسكندرية، مصر.
10. أسامة فروق مصطفى، السيد كامل الشربيني، (2013): الاعاقة السمعية، (ط1)، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
11. أسعد شريف الامارة، (2014): سيكولوجية الشخصية، (ط1)، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
12. إسماعيل القرة غولي، مروان عبد المجيد إبراهيم، (2019): التربية الترويحية وأوقات الفراغ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
13. إكرام خطابية، (2011): أسس وبرامج التربية الرياضية، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
14. أماني متولي البطراوي، محمد عبد العزيز سلامة، (2013): مقدمة في الترويح وأوقات الفراغ، دار ماهي للنشر والتوزيع، الاسكندرية، مصر.

15. أمين محمود سهير، (2010): الإرشاد النفسي لذوي الاحتياجات الخاصة، (ط1)، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

16. إيمان فؤاد كاشف و هشام إبراهيم عبد الله (2007): تنمية المهارات الاجتماعية للأطفال ذوى الاحتياجات الخاصة، دار الكتاب الحديث، القاهرة، مصر

17. حلمي إبراهيم، ليلى السيد فرحات، (1998): التربية الرياضية والترويح للمعاقين، (ط1)، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

18. حلمي محمد ابراهيم، ليلي السيد فرحات،(2008): التربية الرياضية والترويح للمعاقين، (ط2)، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

19. حمادي محمد، إبراهيم أحمد، (2018): اللعب ووظائفه التربوية والترفيهية، (ط1)، دار حامد للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

20. رائد أحمد إبراهيم الكريمين، (2015): سيكولوجية اللعب ودلالتها التربوية بين النظرية والتطبيق، دار جليس الزمان، عمان، الاردن.

21. رويدة زهير عبد الله، (2018): سيكولوجية اللعب واثرها على الطفل، (ط1)، دار مكتبة الكندي للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

22. زياد كامل اللالا، شريفة عبدالله الزبيري، صائب كامل اللالا، فوزية عبد الله الجلامدة، مأمون محمد جميل حسونة، وائل محمد الشرمان، وائل امين العلي، يحيى احمد القبيلي، يوسف محمد العايد، (2013): اساسيات التربية الخاصة، (ط2)، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

23. سامي عبد السلام مرسي، (2015): فاعلية الذاتية لذوي الاعاقة السمعية، (ط1)، الوراق للنشر والتوزيع، الاردن.

24. سامي محسن الختان، (2014): سيكولوجية اللعب، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

25. سعد رياض، (2005): الشخصية أنواعها- امراضها- فن التعامل معها، (ط1)، مؤسسة أقرا للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
26. سليمان عبد الواحد يوسف إبراهيم، (2011): علم النفس الشخصية، (ط1)، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
27. سمية طه جميل، (2013): سيكولوجية اللعب والتعلم لدى الاطفال المعاقين عقليا في ضوء الاتجاهات المعاصرة، الإسكندرية، مصر.
28. سمير محمد عقل، (2016): التدريس لذوي الاعاقة السمعية، (ط1)، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
29. سناء عدنان بشناق، (2013): اللعب ركيزة اساسية في المناهج، (ط1)، دار الفكر ناشرون وموزعون، عمان، الاردن.
30. سوسن شاكر مجيد، (2015): اضطرابات الشخصية انماط قياس، (ط2)، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
31. صالح حسن الداهري، (2008): سيكولوجية الابداع والشخصية، (ط1)، دار صفاء النشر والتوزيع، عمان، الاردن.
32. صالح حسن الداهري، (2016): اساسيات الاعاقة البصرية والسمعية والعقلية ونظرياتها الاسباب والعلاج، (ط1)، دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
33. صالح حسن الداهري، (2016): سيكولوجية الاعاقة الجسمية والصحية ونظرياتها، (ط1)، دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
34. صلاح احمد مجدي حسين، إبراهيم جابر السيد، (2020): الترويح وانشطة الخلاء في التربية البدنية، دار الجديدة للنشر والتوزيع، زرالدة، الجزائر.
35. صوالحة محمد، (2010): علم النفس اللعب، ط3، دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

36. طارق محمد بدر الدين، فتحي محمد بدد الدين، محمد امين حنفي، (2013): الأنشطة اللوجستية والسمات الشخصية، (ط1)، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ممصر.

37. طه عبد الرحيم، (2006)، مدخل إلى الترويح، (ط1)، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية، مصر.

38. عايد علي زريقات، 2022، الترويح الرياضي والمهارات الحياتية، دائرة المكتبة الوطنية، عمان، الاردن.

39. عبد الحي أبو فجر غسان، (2016):تربية الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، (ط1)، دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

40. عبد السلام تهاني، (2001): الترويح والتربية الترويحية، (ط1)، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

41. عبد الفتاح عبد المجيد الشريف، (2016): أساليب رعاية المعاقين عقليا وحركيا وبصريا وسمعيا، (ط1)، دار المكتب العربي للمعارف، القاهرة، مصر.

42. عمر أبو المجد وجمال إسماعيل النمكي، (2001): الألعاب التكتيكية والترويحية الحديثة في كرة القدم، (ط1)، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.

43. عمرو عمر رفعت، (2005)، الإعاقة السمعية، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر.

44. غانم البسطامي، محمد فتيحة، (2016): مقدمة في التربية الخاصة نظرة حديثة، (ط1)، دار الكتاب الجامعي، الأردن.

45. فاضل احمد، 2007: الترويح الرياضي، جامعة نايف العربية السعودية.

46. فؤاد عيد الجوالدة، (2016): مقدمة في التربية الخاصة، (ط1)، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

47. فؤاد عيد الجوالده، (2012):الاعاقة السمعية، (ط1)، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

48. فوزية عبد الله الجلامدة، (2016): المشكلات السلوكية النفسية التربوية لدي ذوي الاحتياجات الخاصة، (ط1)، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن.

49. كارل البرت،(2014): أنماط الشخصية اسرار وخفايا، ترجمة حسين حمزة، (ط1)، دار كنوز المعرفة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

50. كمال درويش، محمد محمد الحماحمي (2007)، رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، (ط3)، مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.

51. كمال يوسف بلال، (2015): الصحة النفسية للشخصية، (ط1)، دار الاعصار العالمي للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

52. محمد احمد صوالحة، (2004): علم النفس اللعب، (ط1)، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

53. محمد السيد الششتأوي، (2014): سيكولوجية الشخصية الرياضية، (ط1)، دار الوفاء لدنيا الطباعة، الاسكندرية، مصر.

54. محمد حسن علاوي، (2002): علم النفس التدريب والمنافسات الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ممصر.

55. محمد حسن علاوي، (2007): مدخل في علم النفس الرياضية، مركز الكتاب للنشر، (ط6)، القاهرة، ممصر.

56. محمد حسن قنطاني، محمح عثمان ميسون، سليم الألاء البنا، (2012): التربية الخاصة: رؤية حديثة في تعديل السلوك، دار امواج للطباعة والنشر، عمان، الأردن.

57. محمد سلمان فياض الخزاعلة، حسين عبد الرحمان السخني، منصور حمدون الزبون، عباس عبد رية الشوكي، (2018): اللعب عند الاطفال، وتطبيقاته التربوية، (ط8)، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

58. محمد صلاح الدين مصطفي، أحمد رجاء عبد الحميد، أحمد عبد المنعم، ماجدة محمد عبد الحميد، (2010): خطوات البحث العلمي والمناهج، دار المشروع العربي، بغداد، العراق.

59. محمد عبد العزيز سلامة، أماني متولي البطراوي، (2013): مقدمة في الترويح و أوقات الفراغ، ماهي للنشر و التوزيع، مصر.

60. محمد قاسم القريوتي، (2009): السلوك التنظيمي دراسة السلوك الإنساني الفردي و الجماعي في منظمات الأعمال، الأردن، دار وائل للنشر. عمان، الاردن.

61. محمد قاسم عبد الله، (2009): الشخصية استراتيجيات ونظرياتها وتطبيقاتها الإكلينيكية والتربوية "الشخصية وعلاجها النفسي"، دار المكتبي للطباعة والنشر والتوزيع، دمشق، سورية.

62. محمد محمد الحماحمي، عايدة عبد العزيز مصطفي، (2009)، الترويح بين النضرية والتطبيق، (ط7)، مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.

63. محمد يوسف حجاج، (2001): التعصب والعدوان في الرياضة، مكتبة الانجلو مصرية، القاهرة، مصر.

64. محمود عبد البصير الجارحي، 2009، تعديل بعض مواد القانون نقابة المهن الرياضية لأنشاء شعبة الترويح،(ط1)، دار الوفاء للطباعة والنشر، الاسكندرية، مصر.

65. مريم ابراهيم حنة، (2010): الرعاية الاجتماعية والنفسية للفئات الخاصة والمعاقين، المكتبة الجامعية الحديثة، مصر.

66. مصطفى نور القمش، خليل عبد الرحمان المعايطة، (2011): سيكولوجية الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة (مقدمة في التربية الخاصة)، (ط4)، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

67. منى أحمد الأزهري، (2018): الترويح والتربية للأطفال في الخلاء، (ط 2)، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.

68. ناصر الدين إبراهيم احمد أبو حماد، (2015): أسس التوجيه والإرشاد النفسي للطلبة العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة، (ط1)، دار عالم الكتاب الحديث للنشر والتوزيع، بيروت، لبنان.

69. نبيل السيد حسن، جبريل بن حسن العريشي، عيد عبد الواحد على، وفاء بنت رشاد، (2018): علم النفس اطفال ذوي الغحتياجات الخاصة، (ط1)، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

70. هالة السعيد، (2016): الإعاقة السمعية، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.

71. هايدة موثقي،(2004): علم النفس اللعب، (ط1)، دار الهادي للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، لبنان.

72. هدي حسن محمود محمد، ماهر حسن محمود محمد، (2007): الترويح وأهميته في التوافق النفسي الاجتماعي لمتحدي الإعاقة الذهنية، (ط1)، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية، مصر.

73. ياسين رمضان، (2008): علم النفس الرياضي، (ط1)، دار اسامة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

74. إليس آدلر،(2005): معنى الحياة، ترجمة عادل نجيب بشرى، المجلس الأعلى للثقافة، القاهرة، مصر.

75. يوسف حدة،(2016): استراتيجيات الارشاد لتخفيف الضغوط النفسية وتنمية الصحة النفسية، (ط1)، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

*****

ب- الرسائل العلمية:

1-ابن عبد الرحمان بلقاسم، (2020):دراسة مقارنة لمفهوم الذات وعلاقته بالتوافق النفسي اجتماعي لدي الممارسين للنشاط البدني الرياضي والغير ممارسين لذوي الاعاقة السمعية، اطروحة الدكتوراه في النشاط البدني الرياضي المكيف والصحة، جامعة المسيلة .

2-بشير حسام، (2011): فاعلية النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق الصحة النفسية وادماج المعاقين حركيا، اطروحة الدكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3.

3-حنة الهاشمي، (2018): أثر برنامج رياضي ترويحي مقترح على خفض قلق الامتحان لدي تلاميذ المرحلة الثانوية (17-18سنة)، اطروحة الدكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية - جامعة المسيلة.

4-عادل محمد عواد ابو خوصة (2019): تأثير برنامج رياضي ترويحي مقترح لتحسين بعض سلوكيات التفاعل الاجتماعي لدي اطفال مرضي التوحد، اطروحة الدكتوراه في فلسفة التربية البدنية والرياضية، جامعة السودان.

5-فتيحة مقحوت، (2021): السمات الشخصية والحاجة النفسية – الاجتماعية للطلاب الموهوبين والمتفوقين اكاديميا، اطروحة دكتوراه في علم النفس الاجتماعي، جامعة بسكرة.

6-هدال ياسين، (2019): أثر البرنامج الرياضي الترويحي المقترح في الخفض من درجة الاكتئاب لدى المراهقين الصم، اطروحة الدكتوراه في النشاط البدني الرياضي المكيف والصحة، جامعة المسيلة .

ج- المجلات العلمية:

1-ابن حاج الطاهر عبد القادر، (2014): بعض سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية الإنجاز الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا، مجلة مركز البصيرة للبحوث والاستشارات والخدمات التعلمية، الجزائر، المجلد (5)، العدد (10).

2-رابح صغيري ، نطاح كمال، عروسي الدراجي، (2019): دور النشاط الرياضي المكيف في تنمية بعض بعض السمات الشخصية لدي المعاقين سمعيا، مجلة الابداع الرياضية لعلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة مسيلة، المجلد (10)، العدد(3)،

3-رابح صغيري، نطاح كمال، عروسي الدراجي، (2021): دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تمنية التوافق النفسي اجتماعي لدي المعاقين سمعيا، المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية، جامعة الجزائر، المجلد (20) العدد(01).

4-رائد عبد المير عباس، ميم صالح كريم، (2013): السمات الشخصية لدي الرياضين وغير الرياضين، مجلة كلية التربية الاساسية جامعة بابل العراق، العدد (10).

5-سامي عبد القادر، (2014): دور النشاط البدني المكيف (كرة السلة على الكراسي المتحركة) في تنمية بعض السمات لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا (16-18 سنة)، مجلة المعارف الرياضية لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة، المجلد (09)، العدد(16)،.

6-سليماني، حرشاوي يوسف، كحلي كمال، (2021): دراسة السمات الشخصية لدي التلاميذ المنخرطين في لعبة كرة اليد ضمن النشاط اللاصيفي للمرحلة المتوسط، مجلة كلية التربية الاساسية جامعة بابل، العراق، العد(113)، المجلد (27).

7-شريفي حليم، حبارة محمد، (2011): السمات الشخصية المميزة للاعبي كرة السلة على الارائك المتحركة، مجلة الابداع الرياضية لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة مسيلة، مجلد (02)، العدد(02).

8-عبد القادر بن حاج الطاهر، (2022): انعكاس ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف على بعض سمات الشخصية للمعاقين حركيا.،المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات، جامعة جيجل، المجلد (5)، العدد (02).

رابعا: قائمة المراجع الأجنبية :

Books :

01 - Morris, C. G. (1996). Psychology. (9th ed). New Jersey: PrenticeHall

02 - Hocine, Ruibi. (1996). Repert Theorique et methodologique dans l'edude de la parsonnalité. Cien A.P.S- R.S.E- PS.

03- Paul foulquie (1978).vocabulaire des science sociales. Paris: presses universitaires de Franc

04-Nancy Guerra , Kathryn Modecki , Wendy Cunningham (2014): Developing Social Emotional Skills for the Labor Market – The Practice Model , Policy Research Working Paper 7123 , Social Protection and Labor Global Practice Group , World Bank Group.

Magazines :

01- Klein, M., Fröhlich, M., & Emrich, E. (2017). Self-Concept in Adolescents—Relationship between Sport Participation, Motor Performance and Personality Traits. *Sports*, *5*(2), 22. **https://doi.org/10.3390/sports5020022**

02- Tazegül, Ü. (2016). THE INVESTIGATION OF THE EFFECT OF SPORTS ON PERSONALITY. *Journal of Educational Research*, *1*(4).

03- Sharma, S. (n.d.). (2021). *Sports and Personality: The Effects of Childhood Sports Participation on Healthy Personality Development*.

04- Liao, Y., Cheng, X., Chen, W., & Peng, X. (2022). The Influence of Physical Exercise on Adolescent Personality Traits: The Mediating Role of Peer Relationship and the Moderating Role of Parent–Child Relationship. *Frontiers in Psychology*, *13*, 889758. **https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.889758**

05- Demir, E., Sertbas, K., Senturk, U., & Vural, M. (2016). Investigation of personality characteristics of hearing impaired athletes participating in 2nd European youth hearing impaired athletics championships. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, *18*(1), 76. **https://doi.org/10.15314/tjse.70535**

06 - Beck, R. Piroivano, M. (1996): Facilities Communicators Performance on Task of receptive Language. Journal of Child and Development Disorder. Vol. (6) No. (5)

خامسا: المواقع الإلكترونية:

https://jsep.journals.ekb.eg/article_84306.html
21:21 – 2023 /09 /02

https://www.ons.dz/spip.php?rubrique207
23:51 – 2023 /09 /20

الملاحـــــــق

الملحق رقم (01)

قائمة أسماء السادة الخبراء والمحكمين لمقياس محمد حسن علاوي للسمات الشخصية

الرقـــــــــم	الإســـم واللقـــب	موقع العمل	الجـــــامعة
01	د. حنة الهاشمي	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	جامعة الأغواط
02	أ.د. الهنداوي عمر	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	جامعة الأردن (الهاشمية)
03	أ.د. بعيط عيسي	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	جامعة الأغواط
04	أ.د. قطاف محمد	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	جامعة الأغواط
05	أ.د. عمارة نور الدين	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	جامعة المسيلة
06	أ.د. حبارة محمد	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	جامعة المسيلة
07	د. لبشيري أحمد	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	جامعة المسيلة

الملحق رقم (02)

قائمة أسماء السادة الخبراء والمحكمين لترشيح البرنامج الرياضي الترويح المقترح

الرقـــــــــم	الإســـم واللقـــب	موقع العمل	الجـــــامعة
01	د. حنة الهاشمي	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	جامعة الأغواط
02	أ.د. الهنداوي عمر	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	جامعة الأردن (الهاشمية)
03	أ.د. بعيط عيسي	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	جامعة الأغواط
04	أ.د. قطاف محمد	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	جامعة الأغواط
05	أ.د. عمارة نور الدين	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	جامعة المسيلة
06	أ.د. حبارة محمد	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	جامعة المسيلة
07	د. لبشيري أحمد	معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	جامعة المسيلة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عمار ثليجي الأغواط

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص النشاط البدني الرياضي الترويحي

في إطار إعداد أطروحة ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراه في علوم
وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تخصص :نشاط بدني رياضي ترويحي

تحت عنوان :

أثر برنامج رياضي ترويحي مقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدي الأطفال المعاقين سمعيا

نطلب منكم وضع علامة على الخيار المناسب من مجموعة العبارات المقترحة حسب ما تشعرون به خلال الأسبوع الماضي [X]

المعلومات الشخصية :

الأسم واللقب :.....

السن:.....

الجنس :(ذكر – انثي).....

المستوى الدراسي .....

السنة الدراسية

2023/2022

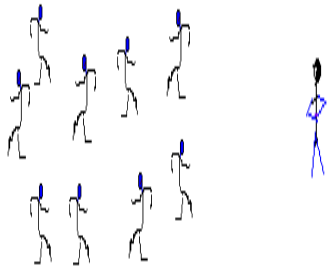
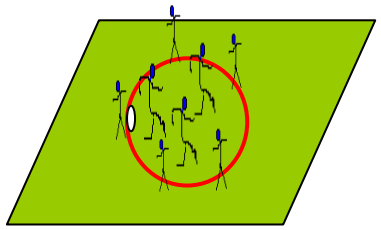
عبـــــــــــــــــــــــــــــارات مقياس محمد حسن علاوي

الرقم	البنود (العبـــــــــــــــــــــــــارات)	دائما	أحيانا	أبدا
02	يصعب علي أن أجد ما أقوله أو اشرحه عند محاولة التعرف على الناس			
03	تسرع دقات قلبي بدون بذل أي مجهود عنيف			
04	أشعر بأن دقات قلبي تصل إلى رقبتي دون أن أعمل عملا شاقا			
05	افقد السيطرة على اعصابي و لكنني استطيع التحكم فيها بسرعة			
07	أجد متعة في مضايقة أو معاكسة الآخرين			
09	إذا أخطأ البعض في حقي فإنني أتمنى أن يصيبهم الضرر			
10	سبق لي القيام بأداء بعض الأشياء الخطرة لغرض التسلية أو المزاح			
11	اضطر الى استخدام القوة البدنية لحماية حقي			
12	استطيع أن أبعث المرح بسهولة في سهرة مملة			
14	أعتبر نفسي غير لبق في تعاملي مع الآخرين			
15	أشعر بضيق التنفس أو بضيق الصدر			
16	أتخيل بعض الضرر الذي يحدث نتيجة بعض الأخطاء التي ارتكبتها			
18	معدتي حساسة (أشعر بألم أو ضغط أو انتفاخ في معدتي)			
21	أفعل أشياءا كثيرة أندم عليها فيما بعد			
22	الشخص الذي يؤذيني أتمنى له الضرر			
23	اشعر كثيرا بانتفاخ في بطني كما لو كانت ممتلئة بالغازات			
24	عندما يغضب أحد أصدقائي من بعض الناس فإنني أدفع إلى الانتقام منه			
25	أجد أن الحياة لا معنى لها			
26	يسعدني أن أظهر أخطاء الآخرين			
27	يدور في ذهني عندما أكون وسط جماعة كبيرة أحداث مشاجرة و لا أستطيع مقاومة هذا التفكير			
31	عندما أغضب أو أثور فإنني لا أهتم بذلك			
33	لا استطيع التحكم في ضيقي و غضبي			
34	أحلم بعدة أشياء في الليل أعلم أنها لن تتحقق			
36	لسوء الحظ أنا من الذين يغضبون بسرعة			
37	تدور في ذهني أفكار غير مهمة تسبب لي الضيق			
38	أجد صعوبات في محاولة النوم			

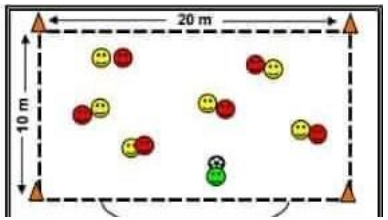
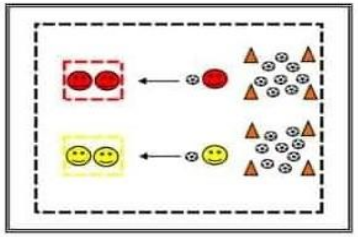
39	أقول أشياء بدون تفكير و أندم عليها فيما بعد			
40	يراودني التفكير في حياتي الحالية			
41	أحب أن أعمل في الناس بعض المقالب غير المؤذية			
44	أحب إزعاج الآخرين			
46	أستأثر بسرعة مع الآخرين			
47	يصعب على كسب الآخرين لصفي			
48	أستطيع أن أصف نفسي بأنني شخص متكلم			
49	أفرح عند إصابة بعض من أحبه			
50	أفضل أن تلحق بي إصابة بالغة على أن أكون جبانا			
51	أميل إلى عدم بدأ الحديث مع الآخرين			
52	أفقد القدرة على التفكير			
54	أشعر بالإنهاك و التعب و التوتر			
55	يراودني التفكير بأنني لا أصلح لأي شيء			

الحصص التطبيقية للبرنامـــــج الرياضي الترويحـــي المقترح

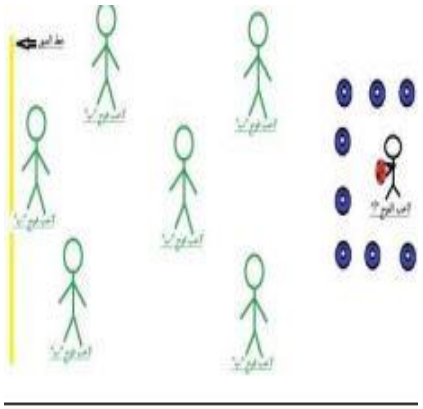
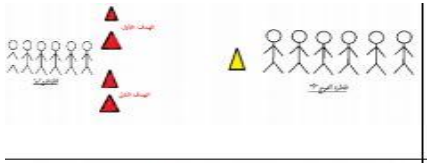
الحصة رقم : 01	الهدف من الحصة: تنمية الصفات الاجتماعية لدى الطفل	الوسائل : (اقمعة– ميقاتي)	المدة : 1 ساعة

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن** : 15 دقيقة **الهدف من القسم:** التحضير والتسخين	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ . • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة .	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن** : 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية رد الفعل وسرعة الاستجابة . • تنمية بعض الصفات البدنية مثل (السرعة، الرشاقة، المرونة)	**اللعبة الاولى: (لعبة تتبع الدليل الصحيح)** : يتم تقسيم التلاميذ إلى فوجين ، تكون اللعبة على شكل منافسة بين الافراد . يتم اختيار تلميذ ماهر من كل مجموعة ليكون الدليل ويقف في المكان المخصص له والتلاميذ امامه ، يقوم التلاميذ بتقليد الحركات التي يقوم بها الدليل سواء الحركات الحرة او الحركات التي تتطلب الاجهزة كسرقة القمع أو الحبل .... والتلميذ الذي يفشل يخرج من اللعبة . تحتسب النقطة على الفريق الذي لا يخسر له افراد كثيرون هوا الفريق الفائز في اللعبة اللاعب الذي يستبعد يقوم بواجبات يحددها القائد او الفريق الفائز	–التركيز مع تعليمات الاستاذ • التموقع يكون امام الدليل والمنشط • السرعة في الأداء لكسب الرهان	
	اللعبة الثانية: (لعبة التمريرات العشر) : يتم تقسيم التلاميذ إلى 2 أفواج ، كل فوج يحتوي من 5 الي 10 تلاميذ بحيث فوج يلعب الكرة بين زملائه من خلال التمريرات والفوج الاخر يحاول اقتناص الكرة منه يتم احتساب عدد التمريرات بين الزملاء وعند البلوغ الي 10 تمريرات تحتسب نقطة للفريق بشرط اثناء التمرير لا ترجع الكرة للزميل الذي مررها وعند الحصول الفوج على النقطة توضع الكرة على الارض لتبدا عند الفريق الاخر	التركيز مع تعليمات المنشط • وضعية التحرك وطريقة الصحيحة في استقبال وتمرير الكرة • مداعبة الكرة من خلال التمرينات • السرعة في الأداء	
القسم الختامي **الزمن** : 15 دقائق **الهدف من القسم:** تهدئة التلاميذ والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة :** 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات المرونة لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

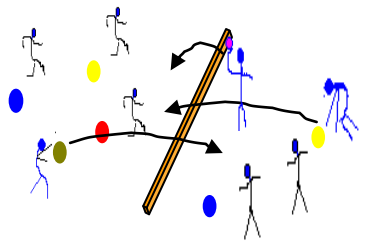
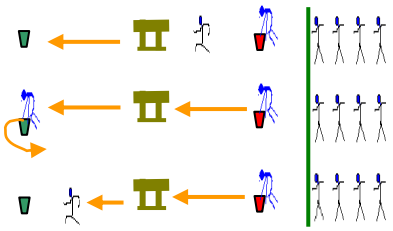
الحصة رقم : 02 **الهدف من الحصة: تنمية صفات العمل الجماعي** **الوسائل : (اقمعة– ميقاتي – كراة يد + سلة)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ . • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة .	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية الاستجابة لإشارة بصرية • تنمية بعض الصفات البدنية مثل (السرعة، الرشاقة، المرونة) • التمتع بالالعاب وخلق حالة من الارتياح والمرح داخل الفوج	**اللعبة الاولى: (لعبة تتبع الارقام)** : تقسيم التلاميذ إلى مجموعات ، يقف كل تلاميذ بشكل عشوائي غير منضم . يقوم التلاميذ بهرولة خفيفة حول الملعب مع التركيز على المنشط وعند اعطاء الاشارة حول رقم معين يتجمع التلاميذ بعدد الرقم الذي اعطاه المنشط . كل تلميذ لا يجد العدد المناسب يخرج من اللعبة	التركيز مع تعليمات المنشط • الإنطلاق يكون عند اعطاء الاشارة برقم معين . • التأكيد على المسك التلاميذ بين زملائهم . .	
	اللعبة الثانية: (مسابقة نقل الكرة بالتتابع) : يقسم الفصل إلى أربع قاطرات ويحدد خط البداية وخط النهاية ، وأمام كل قاطرة طوقان احدهما بداخله كرة طبية بعد اعطاء الاشارة يقوم الطالب الأول من كل قاطرة بالجري ورفع الكرة الطبية من داخل الطوق والجري بها ووضعها في الطوق الآخر الموجود في خط النهاية والعودة وهكذا . والقاطرة التي تنتهي أفراد مجموعتها أولا تصبح هي الفائزة	التركيز مع تعليمات المنشط • الإنطلاق يكون من وراء الاقماع. • التأكيد على لمس يد الزميل للإنطلاق التالي . • وضع الكرة في الدائرة التالية فقط دون تجاوز أحد الدوائر .	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعب القادمة** : الزمن 5 د وذلك بخلق جو مع المدرب	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

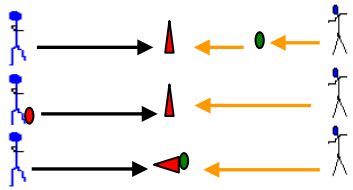
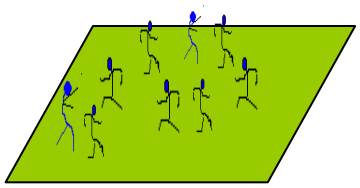
الحصة رقم : 03 | **الهدف من الحصة: تنمية روح التحلي بالصبر** | **الوسائل : (اقمعة– ميقاتي - كرات)** | **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ . • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة .	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الاهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض الصفات البدنية مثل (السرعة، الرشاقة، المرونة) • تنمية مهارة الجري مع مراوغة بالكرة • خلق حالة من السعادة والسرور والمتعة أثناء المنافسة	**اللعبة الاولى: (لعبة تجاوز الصيادين)** : تقسيم المجموعة إلى فوجين، تكون المنافسة على شكل مواجهة لاعب من فوج مقابل أعضاء الفوج الآخر، يتم رسم مربع بواسطة الاقماع في نصف ملعب كرة اليد، يقف لاعب من الفوج " أ " داخل المربع ممسكا كرة لينة بيديه، ينتشر أعضاء الفوج " ب " في نصف كرة اليد، عند إعطاء الإشارة من المنشط يرمي اللاعب داخل المربع الكرة لأحد الأعضاء المنتشرين داخل نصف الملعب ويركض نحو تجاوز خط الوصول الواقع خلف أعضاء الفوج " ب " المنتشرين دون أن تلمسه الكرة المنتقلة بين اعضاء الفوج "ب". تحتسب نقطة كلما تجاوز اللاعب داخل المربع خط الوصول دون اصطياده . يتم تغيير الافواج لإعلان الفوج الفائز.	التركيز مع تعليمات المنشط • يجب تناقل الكرة بين أعضاء الفوج المنتشرة مرتين على الاقل. • يمكن للاعب الهارب التوقف تغير الإتجاه المراوغة ...	
	اللعبة الثانية: (لعبة المناورة الجسدية) : يقف أعضاء الفوج " أ " وراء القمع الأصفر، في حين يقف أعضاء الفوج " ب " بين الاقماع الحمراء، عند الإشارة ينطلق اللاعب من الفوج " أ" محاولا تجاوز أحد الهدفين، دون لمسه من قبل لاعب الفوج " ب" ، ثم تعاد اللعبة مع كامل الفوجين لتحديد الفوج الفائز.	التركيز مع تعليمات المنشط • يجب على اللاعب " أ " محاولة المراوغة من خلال تغيير الإتجاه لتحقيق الهدف .	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعب القادمة** : الزمن 5 د وذلك بخلق جو مع المدرب	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

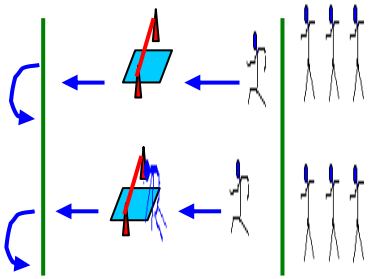
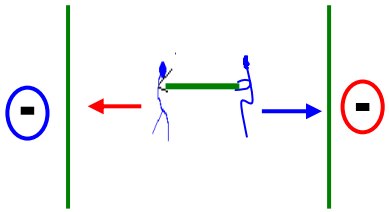
الحصة رقم : 04 **الهدف من الحصة: القدرة على التكيف مع اصعب الظروف** **الوسائل : (اقمعة– ميقاتي - كرات)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ . • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة .	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض الصفات البدنية مثل (السرعة، الرشاقة، المرونة) • تنمية سرعة الإستجابة وسرعة رد الفعل . • تنمية روح الجماعة وخلق جو من السرور والمرح .	اللعبة الاولى: (لعبة التخلص من الكرات) : يقسم الفصل إلى فريقين – يقف كل فريق على جانب الملعب ومع كل فريق عدد متساوي من الكرات ، وعند إعطاء الإشارة يحاول كل فريق رمي الكرات التي معه في جانب الفريق الآخر من فوق حاجز مرتفع بينهما وإعادة إي كرة تصل إليه من الفريق الآخر بسرعة ، وبعد فترة محددة يوقف السباق ، وتعد الكرات في كل نصف ملعب والفريق الذي يكون عنده أقل عدد من الكرات يصبح هو الفائز.	التركيز مع تعليمات المنشط • الإنطلاق يكون بعد الإشارة . • إرسال الكرات يكون فوق الحاجز في حركة سريعة . • الدقة في التصويب	
	اللعبة الثانية: (لعبة التعليمات المرئية) : يقسم الفصل إلى أربع قاطرات يقفون على خط البداية ، وأمام كل قاطرة سلة من الكرات ، وفي المنتصف مقعد سويدي وبعد إعطاء الإشارة يجري الأول من كل قاطرة لأخذ الكرة من السلة والجري فوق المقعد السويدي مع الاتزان ونقلها إلى السلة الأخرى الموجودة على خط النهاية ثم العودة .... وهكذا حتى نقل جميع الكرات والقاطرة التي تنتهي أولاً هي الفائزة .	التركيز مع تعليمات المنشط • الإنطلاق يكون بعد الاشارة . • التركيز مع اللحصول على الكرة باسرع وقت ممكن .	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة** : 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

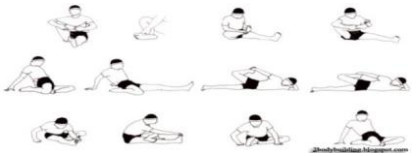
الحصة رقم :05 **الهدف من الحصة: تطوير القابلية للاستمرار على اسلوك الايجابي** **الوسائل : (اقمعة– ميقاتي - كرات – حبل)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة .	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الهدف الثانوية من القسم:** • تنمية التوافق والبصري . • تنمية بعض الصفات البدنية مثل (السرعة، الرشاقة، المرونة) • التمتع بالحصة وما تتضمنه من ألعاب ومنافسات	**اللعبة الاولى: (لعبة اسقاط السولجان)** يقسم التلاميذ إلى مجموعات متساويتين تقفان مواجهتان على مسافة 10 متر ، وفي منتصف المسافة صولجانات أو أقماع ، المجموعة الأولى تصوب الكرة محاولة إسقاط الصولجانات والأخرى ثبت الكرة بالقدم وتصوب على الصولجانات ، وهكذا ..... المجموعة الفائزة هي التي تسقط أكبر عدد من الصولجانات	التركيز مع تعليمات المنشط • على كل لاعب التركيز على التصويب . • محاولة ايصال الكرة الي الصولجان.	
	اللعبة الثانية: (لعبة صيد المكان) : تقسيم المجموعة إلى 04 أفواج، يقف كل فوج في مربع آمان في الزاوية المحددة، يقف الصياد في منتصف المساحة المخصصة للعب، عند إعطاء المنشط الإشارة يسعى أعضاء كل فوج لتغيير مربع أمانهم دون لمسهم من قبل الصياد، كل من يلمس من قبل الصياد يصبح في مجموعته، تستمر اللعبة حتى القبض على كامل المجموعة.	التركيز مع تعليمات المنشط • على الصياد لمس المشارك خارج مربع الأمان . • على جميع المشاركين الحركة الدائمة والسعي لتغيير المكان دون توقف.	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة** : الزمن 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

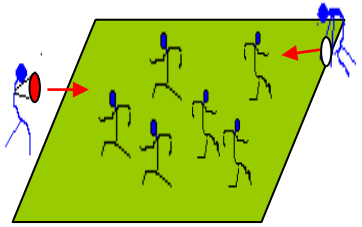
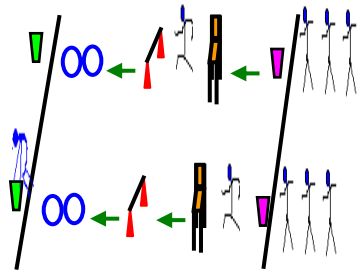
الحصة رقم : 06 **الهدف من الحصة: تنمية الإستفادة من الطاقة الزائدة** **الوسائل : (اقمعة– ميقاتي– حبل – عصى – طوق)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة .	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الاهداف الثانوية من القسم:** • تنمية الاستجابة لإشارة بصرية. • تنمية بعض الصفات البدنية مثل (السرعة، الرشاقة، المرونة) • تنمية سرعة رد الفعل . • توفير جو من الفرحة والسرور.	**اللعبة الاولى: (سباق الزحف تحت الحبل) :** يقسم الفصل إلى قاطراتين مع كل قاطرة عصى، ويحدد البداية والنهاية وفي المنتصف حبل او عصي بارتفاع 50سم من الأرض ويجري التلاميذ بسرعة نحو القاطرة الأول وعندما يصل الي قاطرة يقوم بالزحف تحت الحبل والجري إلى خط النهاية ثم العودة إلى زميله .... وهكذا والقاطرة التي تنتهي أولا هي الفائزة مع تحديد عقوبة للفريق الخاسر يحددا الفريق الفائز .	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على المنشط عند اعطاء الاشارة • تقديم وضعية الزعف وتطبيقها دون خطئ	
	اللعبة الثانية: (شد الحبل للحصول على الصولجان) يوضع طوقان بداخلها صولجان والمسافة بينهما 10 متر ويرسم دائرة بالمنتصف يقف بداخلها طالبان يمسكان بالحبل ، وبعد إعطاء الإشارة يبدأ كل طالب شد زميله في اتجاه الطوق القريب لدية للحصول على الصولجان مع تتبع المسار الصحيح المرسوم ، ومن يستطيع مسك الصولجان أولا يعتبر هم الفائز .	التركيز مع تعليمات المنشط • على الاعب التالي التركيز على مسار الزميل السابق لينطلق عكسه لتجاوزه . • المحافظة على المسار الصحيح .	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة :** الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء :** الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة :** 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

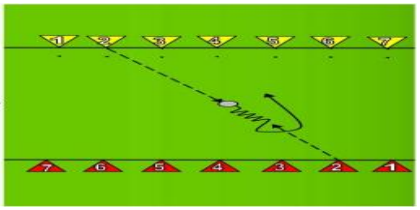
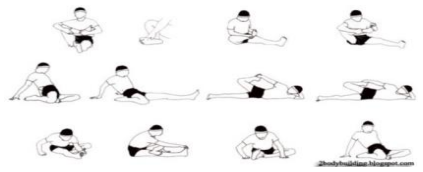
الحصة رقم : 07 **الهدف من الحصة: تنمية التعاون بين الطلبة لانجاز الأداء المطلوب بأقصى سرعة** **الوسائل : (اقمعة– ميقاتي– كرات سلة– عصى)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة .	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض الصفات البدنية مثل (السرعة، الرشاقة، المرونة) • مداعبة الكرة والتعرف عليها اكثر • تنمية روح الجماعة والتعاون ونكر الذات خلق جو تنافسي– يمتاز بالفرحة والسرور.	**اللعبة الاولى: (لعبة ارجاع الاقمعة)** : تقسيم المجموعة إلى فوجين، تكون المنافسة على شكل اعادة الاقمعة للحالة الاولي التي كانو عليها – يتم وضع الاقمعة في وضعية مقلوبة وكل قمع خلف قمع اخر بي 1 متر وتتم المراوغة بكرة السلة بين الاقمعة وكل ما يمر التلميذ بجانب القمع يقوم بأرجاع الاقمع وارجاعه للحالة الاولي التي كانو عليها والتركيز على تنطيط الكرة السلة والمراوغة بين الاقمعة والتلميذ الذي يكمل بسرعة يعطي الكرة للتلميذ الذي خلفه وتحتسب النقطة للفريق الذي يكمل بأسرع زمن ممكن .	التركيز مع تعليمات المنشط • الانطلاق السريع والانتباع اثناء الانحناء . • التركيز على الكرة وعدم افلاتها . • السرعة في الأداء لكسب الرهان.	
	اللعبة الثانية: (لعبة تسديد اكثر من كرة) : في طول ملعب كرة اليد يصطف المشاركين وفق فوجين "أ" و"ب" ، يجري التلاميذ حول الاقمعة الي غاية القمع الاخير ثم القفز حول القاطرة الي ان يحمل الكرة ويسدد ثلاثة تسديدات وتحتسب النقاط حسب التسديدات المحققة ثم يعود للخلف ليبدئ التلميذ الاول من جديد .	التركيز مع تعليمات المنشط • الإنطلاق يكون من وراء الخط. • يكون الانطلاق من داخل الدوائر فقط. • السرعة في الأداء لكسب الرهان.	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة** : 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات المرونة • لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

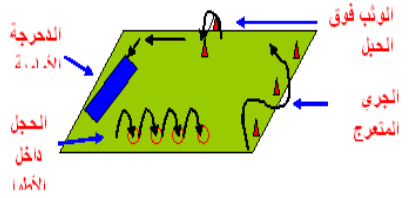
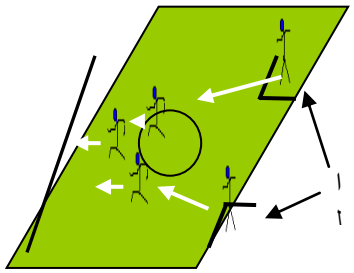
الحصة رقم : 08 **الهدف من الحصة: تنمية صفة التعاون ونكر الذات وروح الجماعة** **الوسائل : (اقمعة– ميقاتي– كرات سلة – دلو– كرسي– عصى)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة .	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض عناصر اللياقة (الرشاقة، المرونة)، تنمية سرعة الأداء والانتشار الجيد داخل مساحة اللعب، خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح والسرور	**اللبعة الاولى: (لعبة الصياد والحيوانات) : :** يرسم مربع ويقف على حدود المربع طالبين ومعهم كرة (صيادون) وباقي الطلاب منتشرين داخل المربع (حيوانات) يحاول الصيادون إصابة أكبر عدد من الحيوانات داخل المربع والمصاب يخرج من اللعبة وهكذا حتى يبقى طالبين يصبحون هم الفائزون ويصبحون الصيادون .	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على الاداء دون اخطاء . • يمكن تجزئة السلسلة لقسمين.	
	اللعبة الثانية: (لعبة التسجيل نقل الكرات) : يقسم الفصل إلى أربع قاطرات وأمام كل قاطرة سلة كرات وكرسي وعارضة وأطواق وفي الخط النهائي سله توضع فيها الكرات ، وعند اعطاء الاشارة يقوم أوائل كل قاطرة بأخذ كرة من السلة ثم الجري والصعود فوق الكرسي ثم الهبوط والوثب من فوق العارضة ثم الهبوط والقفز بين الأطواق حتى يصل الى السلة ويضع الكره ثم يعود للمس زميله وهكذا حتى تعرف القاطرة الفائزة	التركيز مع تعليمات المنشط • تناقل الكرة بين أعضاء الفوج . • المساعدة في ايصال الهدف المطلوب • الإبتعاد عن التدافع والخشونة.	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة :** الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء :** الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة :** 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

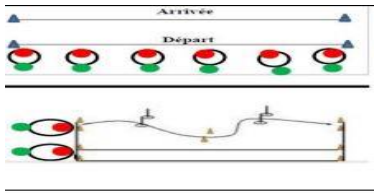
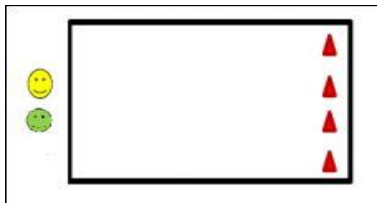
الحصة رقم : 09 **الهدف من الحصة: إشباع الحاجات النفسية** **الوسائل : (ميقاتي– اقمعة– كرة سلة)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة .	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية التوافق العصبي العضلي، تنمية سرعة الإستجابة لمثير ، تنمية مهارة التحمل ، خلق جو من المرح يمتاز بالفرح والسرور.	**اللعبة الاولى: (لعبة تخطي الموانع)** : يقف التلاميذ في خط البداية، ثم ينطلق التلميذ الاول بالكرة بين الاقمعة ثم الدوران والدحرجة حول القمع ثم دحرجة امامية حول القمع بدون ترك الكرة ثم يقوم بالقفز فوق الاقمعة بدون ترك الكرة ثم يقوم بالجري بالطريقة الخلفية على نصف الملعب ومن ثم حمل الكرة باليدين امامه مع مد الذراعين حتي ينتهي الخط الفائز هوا من يقوم بالأداء الجيد دون لمس الادوات او الاقمعة	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على حركة المنشط أثناء الدوران والدحرجة . • إحترام قواعد اللعب وعدم لمس الموانع .	
	اللعبة الثانية: (لعبة اختطاف الكرة): يتم تقسيم المجموعة لفوجين متقابلين في منتصف الملعب وأعطاء كل تلميذ رقم معين – واعطاء الفريق الاخر ارقام معينة بدون معرفة التلاميذ ارقام بعضهم البعض ثم وضع الكرة في المنتصف وعند اعطاء الاشارة لرقم معين رجري كل تلميذ بتجاه الكرة لأختطافها التلميذ الفائز هوا الذي يحصل على الكرة وتحتسب نقطة للفريق الفائز	التركيز مع تعليمات المنشط • الانطلاق يكون عند اعطاء الاشارة مع النظر للرقم المطلوب .	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة** : 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

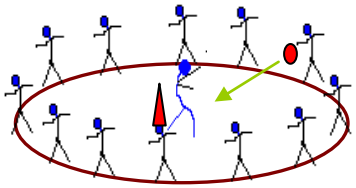
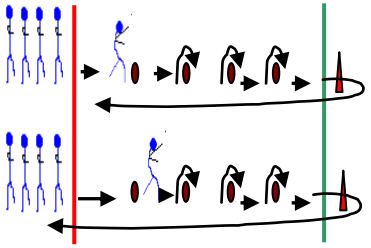
الحصة رقم : 10 **الهدف من الحصة: تنمية صفة التعاون وعدم الانانية** **الوسائل : (ميقاتي –اقمعة – دوائر – كرات)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض عناصر اللياقة (السرعة، الرشاقة، المرونة)، الجماعة، تنمية سرعة رد الفعل، خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح السرور. • تنمية حاست السمع البسيطة بردت الفعل	**اللعبة الاولى: (لعبة محطات التوقف) :** المحطة الأولى: الوثب من فوق الحبل . المحطة الثانية: الدحرجة الأمامية على المرتبة. المحطة الثالثة: الحجل داخل الدوائر . المحطة الرابعة: الجري المتعرج بين الأقماع .	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على الادوات وتطبيق الانحنئات الصحيحة • تفادي التدخلات بين الادوات وعدم لمسها .	
	اللعبة الثانية: (لعبة قائد القلعة): في ملعب كرة اليد يرسم في الأركان مربع صغير 3 × 3 يسع لعشرة طلاب يتجمع الطلاب داخل دائرة في منتصف الملعب ويقف كل قائد داخل مربع صغير ، تبدأ اللعبة عند إعطاء الإشارة بأن يتحرك الطلاب داخل الدائرة بالجري إلى خارج الدائرة للوصول إلى خط الأمان على بعد 10 أمتار وأثناء ذلك يحاول كل قائد لمس أكبر عدد منهم والذي يلمسه يعود إلى مربعه الصغير (القلعة) ، تكرر اللعبة والقائد الذي يجمع أكبر عدد يكون هو الفائز .	التركيز مع تعليمات المنشط • الانطلاق يكون عند رؤية الإشارة. • يجب تجاوز جميع الحواجز للوصول الي المربع .	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة :** الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء :** الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة :** 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

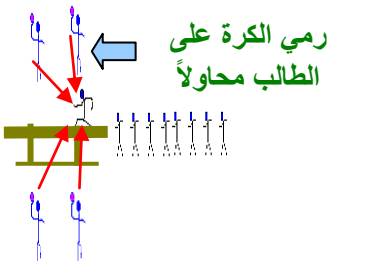
الحصة رقم : 11 **الهدف من الحصة: تنمية تنمية صفة التعاون ونكر الذات وروح الجماعة** **الوسائل : (اقمعة– ميقاتي)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض عناصر اللياقة (الرشاقة، المرونة)، تنمية سرعة الأداء، خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح السرور.	**اللعبة الاولى: (لعبة سابق الخيول)** : يتم تقسيم المشاركين في خط الوسط إلى قسمين "أ" و "ب" يقف أعضاء الفوج "أ" أما أعضاء الفوج "ب "، كل لاعب يلف الزميل الذي أمامه بواسطة صدرية، عند إعطاء الاشارة يتم المتسابق مثل الخيول، يتم تغيير اللاعبين وزيادة درجة الصعوبة بوضع حواجز أو اقماع للف حولها.	التركيز مع تعليمات المنشط • لف الصدرية يكون بطريقة سلسة. • اثناء الجري يمنع الضغط من طرف السائق.	
	اللعبة الثانية: (لعبة إصابة الاقماع): تكون المنافسة زوجية وعبر إقصائيات، توضع مجموعة من الاقماع متباعدة عن بعضها البعض، على بعد 08 أمتار يقف المشتركون مثنى مثنى، كل مشارك له الحق في رمي ثلاث رميات لإصابة الاقماع ثم المقارنة مع الزميل لإقصاء ذو أقل إصابات، تتم الاقصائيات حتى الوصول لفائز واحد.	التركيز مع تعليمات المنشط • منطقة الرمي خلف الخط. • الكرات المستعملة تكون لينة . • إفراغ منطقة الرمي من المشتركين.	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة :** 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

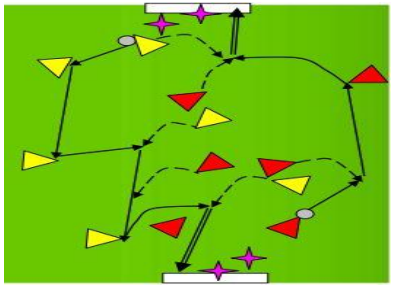
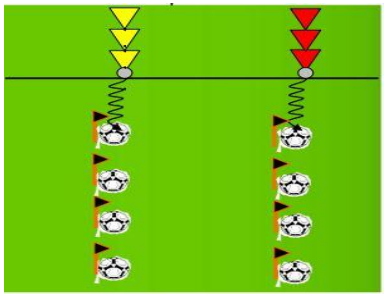
الحصة رقم : 12	الهدف من الحصة: تنمية الاستجابة السمعية البصرية	الوسائل : (اقمعة– ميقاتي – كرات – كرة جرس)	المدة : 1 ساعة

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الهدف من القسم:** • تنمية بعض عناصر اللياقة (الرشاقة، المرونة)، تنمية سرعة الأداء، خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح السرور. •	**اللعبة الاولى: (لعبة حماية الحصن)** : يقف التلاميذ في دائرة ويوضع في مركز الدائرة صولجان (الحصن) ويختار أحد التلاميذ لحماية الحصن ثم يقوم التلاميذ بالدوران وتبادل الكرة ثم بالتصويب على الحصن بالكرة بينما يدافع الحارس عنه بإبعاد الكرة وإذا نجح تلميذ في إصابة الحصن يتبادل المكان مع الحارس.. وهكذا.	التركيز مع تعليمات المنشط • الدوران دون توقف مع تبادل الكراة • أثناء التسديد يكون بمراوغة نضر الحارس • التركيز على حامل الكرة	
	اللعبة الثانية: (لعبة سباق الوثب فوق الكرات الطبية): يقسم الفصل إلى أربع قاطرات ويوضع أمام كل قاطرة عدد من الكرات الطبية المسافة بينهما متر واحد ، بعد اعطاء الإشارة يجري الطالب الأول من كل قاطرة للوثب بكلتا القدمين من فوق الكرات الطبية حتى خط النهاية ثم العودة .... وهكذا ، والقاطرة التي تنتهي أولاً تصبح هي الفائزة .	التركيز مع تعليمات المنشط • التناقل يكون عبر القفز • عدم لمس الكرات • محاولت الوصول باسرع وقت ممكن	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة :** 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

الحصة رقم : 13 **الهدف من الحصة الاندماج داخل المجموعة والتعاون الجماعي** **الوسائل : (اقمعة– ميقاتي –كراسي –كرات جرس)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض عناصر اللياقة (الرشاقة، المرونة)، تنمية سرعة رد الفعل، التعرف على قدم الارتكاز، خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح والسرور.	**اللعبة الاولى: (لعبة التخلص من الكرة)** : يقسم التلاميذ إلى فريقين – يقف كل فريق على جانب الملعب ومع كل فريق عدد متساوي من ببساط الارضي وعند رئية الإشارة يحاول كل فريق تمرير البساط المربع فوق الرأس ومحاولة صنع به طريق يمر به الي حافت الملعب والفريق الذي يكمل أولا يصبح هوا الفائز .	التركيز مع تعليمات المنشط • ترك مسافة بين الفوجين لعدم وبين الحاجز • رمي الكرة يكون عبر وضعية التسديد في كرة الطائرة	
	اللعبة الثانية: (لعبة المقعد السويدي): يضع مقعد سويدي في منتصف الملعب ويقف الطلاب على شكل قاطرة خلف المقعد للمرور فوق المقعد واحد تلوى الواحد محاولين الاتزان وعدم لمس الكرة جسده بحيث يقف ستة طلاب على جانبي المقعد على بعد 7 امتار محاولين إصابة الطلاب الذين يحاولون المرور من فوق المقعد السويدي ، والطالب ألتي تصيبه الكرة يخرج من اللعبة حتى يبقي طالب يصبح هو الفائز .	التركيز مع تعليمات المنشط • الارتكاز يكون فوق المقعد • تسديد الكرات في الخصم .	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة :** 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

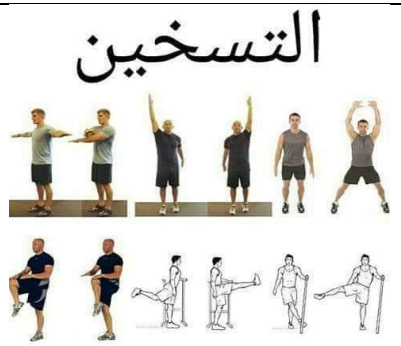
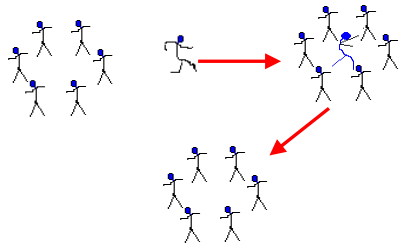
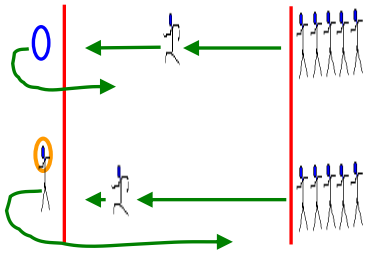
الحصة رقم : 14 **الهدف من الحصة : تنمية التعاون بين التلاميذ لانجاز الأداء المطلوب** **الوسائل : (ميقاتي– اقمعة––كراسي يد وسلة)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض عناصر اللياقة (الرشاقة، المرونة)، تنمية صفة التعاون ونكر الذات وروح الجماعة، تنمية سرعة الأداء، خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح والسرور.	**اللعبة الاولى: (التسديد الثنائي)** : يقسم التلاميذ الي مجموعتين A و B في نطاق ملعب كرة اليد ولكل فريق حارس مرمة ،وتعطي لكل فريق كرة يد او سلة و يحاول كل فريق تسديد الكرة في مرما الخصم واذا حصل احدي الفريقين على الكرتين فبأمكانه المهاجمة بكلتي الكرتين الفريق الفائز هوا الذي يسجل عدد اكبر من الاهداف ولا تحتسب أي تسلل عند الهجوم	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على الاداء الجيد • يجب تنفيذ وضعيات الرماية الكرة • التركيز على حامل الكرة • الاستحواذ الصحيح على الكرة .	
	اللعبة الثانية: (منافسة جلب الكرات): يقسم التلاميذ الي فوجين **و** يقف التلاميذ في قطارين خلف الاقمعة ومع كل لاعب في مقدمة القطار كرة قدم ويقف الجميع خلف خط البداية، يبدا الاوئل في كل قطار عند اعطاء الاشارة المدرب بالجري بالكرة وعند اول قمع يوقف الكرة ويحمل الكرة الطيبة ويعود ليضعها عند خط البداية ويكرر ذلك التلميذ الذي بعده في القمع الثاني .... والثالث حتي القمع الرابع والفريق الفائز هوا الذي ينهي المسابقة بسرعة .	التركيز مع تعليمات المنشط • الانطلاق يكون من خلف الخط . • التأكيد على لمس يد الزميل عند الرجوع . • يجب إحضار الكرة الطيبة واحد فقط	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	تمارين التهدئة : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية تمارين الاسترخاء : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء مناقشة اللعبة القادمة : 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

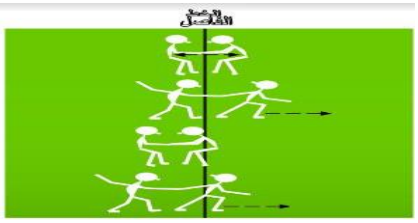
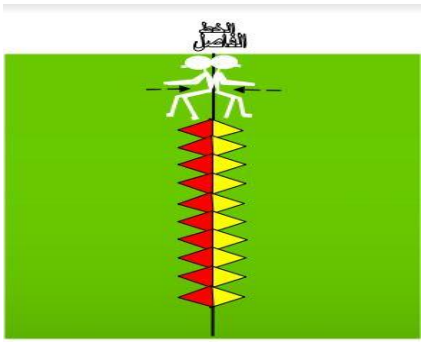
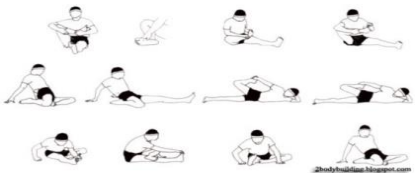
الحصة رقم : 15 **الهدف من الحصة : تحسين الحالة النفسية بشكل عام بين التلاميذ** **الوسائل : (ميقاتي– اقمعة)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض عناصر اللياقة (الرشاقة، المرونة)، تنمية سرعة الأداء، خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح والسرور.	**اللعبة الاولى: (القفز فوق الزميل)** : يقسم التلاميذ الي مجموعتين A و B في نطاق ملعب كرة اليد وفي نهاية الملعب قمع للفريق A و قمع للفريق B يقوم التلاميذ بوضعية القرفصاء ويقوم التلميذ في الصف الاخير بالقفز دون ان يلمس زميله حتي يصل الي الزميل الاول ومن ثمة ينطلق التلميذ في اخر الصف حتي يصل الفريق الي القمع **والفريق الفائز هوا من يصل الي القمع اولا**	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على الاداء الجيد • يجب تنفيذ وضعيات القفز بالأرجل والايدي • الانطلاق بأسرع ما يمكنه .	
	اللعبة الثانية: (النفق): يتم تقسيم المشتركين إلى فوجين "أ" و "ب" يقوم التلاميذ بالتقارب على خط مستقيم مع فتح الارجل وتشكيل نفق ويقوم التلميذ في الصف الاخير بالزحف بين ارجل زملائه حتي يصل الي بداية الصف ويقوم التلميذ الاخير بالانطلاق بمجرد وصول زميله الي بداية الصف وهاكذا حتي يصلو الي نهاية الخط والفريق الفائز هوا من يصل الي الخط اولا	التركيز مع تعليمات المنشط • الانطلاق يكون من خلف الخط . • التأكيد على الزحف • الوصول الي القمع	
القسم الختامي **الزمن :** 10 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء مناقشة اللعبة القادمة : 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

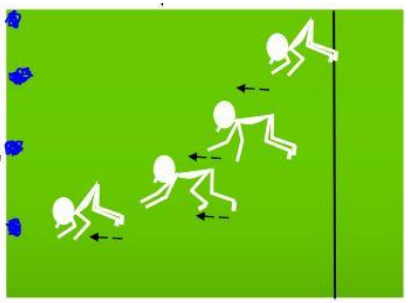
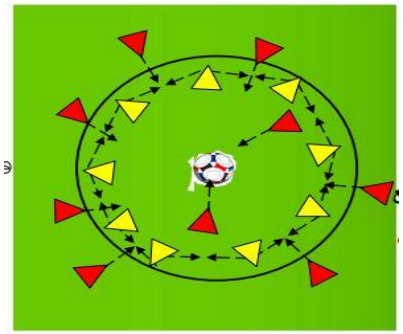
الحصة رقم : 16 **الهدف من الحصة : تنمية صفة التعاون وروح الجماعة** **الوسائل : (ميقاتي– اقمعة– دوائر)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض عناصر اللياقة (الرشاقة، المرونة)، تنمية سرعة الأداء، خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح والسرور.	**اللعبة الاولى: (الذئب والدجاج)** : يقسم الفصل إلى عدة دوائر كل دائرة مكونة من 5– 6 أفراد ويقف داخل كل دائرة تلميذ يمثل الديك ويقف خارج الدوائر كلها تلميذ يمثل الثعلب وعند الإشارة يجري الثعلب ليدخل أي دائرة (بيت الدجاج) فيجري التلميذ (الديك) إلى دائرة أخرى ويحاول تلاميذ الدوائر الأخرى تسهيل مهمته. ومن يمسكه الثعلب ينضم الي مجموعته	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على الاداء الجيد • يجب تنفيذ قواعد العبة الصحيحة • الانطلاق باسرع ما يمكنه .	
	اللعبة الثانية: (سباقات الطوق): يقسم التلاميذ الي فوجين يقف التلاميذ في أربع قاطرات ويوضع أمام كل قاطرة طوق وعند بدء إشارة المدرس يجري التلميذ الأول من كل قاطرة ويمرر الطوق حول نفسه من أسفل إلى أعلى ثم يضعه على الأرض ثم يعود ليلمس زميله الذي يليه ليقوم بنفس العمل والقطار الذي ينتهي أولا يعتبر فائز.	التركيز مع تعليمات المنشط • الانطلاق يكون من خلف الخط . • التأكيد وضع الطوق وأدائه • الوصول الي الزميل ولمسه	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة** : 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

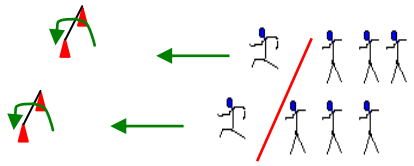
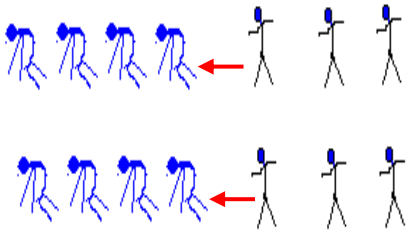
الحصة رقم : 17 **الهدف من الحصة : تنمية الشخصية القوية والقدرة على التكيف وفي جميع الظروف** **الوسائل : (ميقاتي– اقمعة– حبل)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض عناصر اللياقة (الرشاقة، التحمل والقوة المرونة)، تنمية سرعة الأداء، خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح والسرور.	**اللعبة الاولى: (المقاومة)** : ينقسم التلاميذ الي صفين متقابلين وبينهما خط مستقيم ويتم التشابك بالايدي وعند اعطاء الاشارة يتم كل لاعب بشد او جذب منافسه خلف الخط الفريق الذي يفوز هوا من يجذب عدد اكبر من منافسيه خلف الخط	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على الاداء الجيد • يجب على كل تلميذ اجبار المنافز عبور الخط • الاداء عبر الشد والجذب.	
	اللعبة الثانية: (الدفع بالضهر): يقسم التلاميذ الي فوجين يقف التلاميذ في الوضعية الخلفية بحيث يلتصق الضهر على الضهر ويتم رسم خطين افقيين كل نوع من الخط يمثل فريق معين وعندا اعطاء الاشارة يتم الدفع بالضهر محاولتا ابعاد الخصم خلف الخط والفريق الذي يفوز هوا من ينجح بدفع الخصم خلف الخط **ممراعات الخصائص المورفولوجيا لتتطابق مع كل تلميذ الخصم**	التركيز مع تعليمات المنشط • الانطلاق يكون بين خطين الخصم • التأكد من الاتساق الجيد • دفع الزميل خلف الخط	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة** : 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

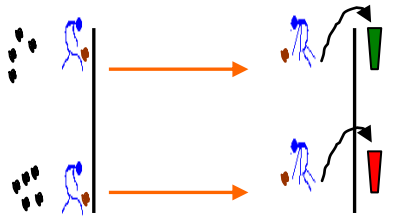
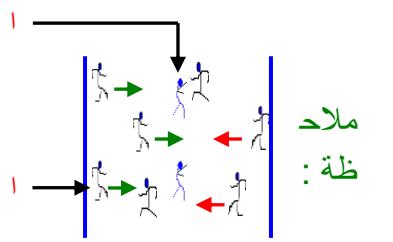
الحصة رقم : 18 **الهدف من الحصة : إستنفاذ الطاقة الزائدة وإشباع الحاجات النفسية** **الوسائل : (ميقاتي– اقمعة– كرة)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض عناصر اللياقة (الرشاقة، التحمل والقوة المرونة)، تنمية سرعة الأداء، خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح والسرور.	**اللعبة الاولى: (سباق القرفصاء)** : ينقسم التلاميذ الي صفين على شكل قطار افقي وفي نهاية الملعب مجموعة من الاقمعة وعلى نصف الملعب خطين يبعدان على بعضهما 3 امتار وعند اعطاء الاشارة يقوم التلاميذ بالجري وعند الوصول الي الخط الاول يقومن بالانبطاح على شكل القرفصاء وعند الخط الثاني يوم بالجري الخلفي الفريق الذي يفوز هوا من يصل الي القمع اولا مع احتساب عدد التلاميذ	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على الاداء الجيد • يجب على كل تطبيق الوضعيات الجري • الوصول الي القمع والعودة بأسرع ما يمكن .	
	اللعبة الثانية: (الدفع بالضهر): يقسم التلاميذ الي فوجين الفوج الاول خارج الدائرة بصفته مهاجم والفريق الاخر داخل الدائرة بصفته مدافع عن الكرة ويحاول الفريق المدافع منعه الفريق الاخر من الاستحواذ على الكرة ويمكن للفريق المهاجم عند حصوله على الكرة تبادل الكرة بين الزملاء يد بيد حتي يخرج من الدائرة واذا خرجت الكرة من الدائرة التلاميذ الذين يتم امساكهم يخرجون من اللعبة	التركيز مع تعليمات المنشط • الانطلاق يكون خارج الدائرة • التأكد من وضعيات المنع المطلوبة • دفع او عرقلته يعتبر خطئ	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة** : 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

الحصة رقم : 19 **الهدف من الحصة : واستنفاذ الطاقة والتخفيف من القلق التنافس** **الوسائل : (ميقاتي– اقمعة– حبل– عصى)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض عناصر اللياقة (الرشاقة، التحمل والقوة المرونة)، تنمية صفة التعاون وروح الجماعة، تنمية سرعة الأداء، خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح والسرور.	**اللعبة الاولى: (سباق تتابع الوثب فوق العصي)** : يقسم الفصل إلى أربعة قاطرات ويمسك التلميذان الأماميان عصا على ارتفاع مناسب ويحدد خط البدء وتقف القاطرة خلفه وعند البدء يجري التلاميذ ويثبون فوق العصا ويعودون إلى أماكنهم والذي ينتهي أولا هو الفائز.	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على الاداء الجيد • الوصول الي القمع والعودة بأسرع ما يمكن . • القفز فوق الخط	
	اللعبة الثانية: (سباق الثعابين): يقسم الطلاب إلى 4 مجموعات المجموعة الأولي والثانية تؤدى انبطاح مائل المجموعة الثالثة والرابعة تقوم بالزحف من تحت المجموعة الأولى والثانية المجموعة التي تنتهي أول تعتبر هي الفائزة يتم التبديل بين المجموعات .	التركيز مع تعليمات المنشط • الانطلاق يكون عند اعطاء الاشارة • التأكد من وضعيات الزحف والانحناء • السرعة في الاداء	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة** : 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

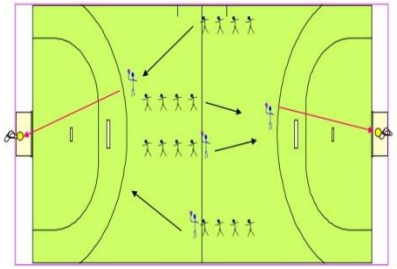
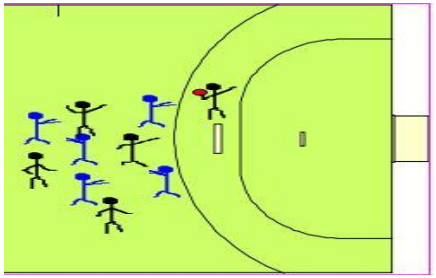
الحصة رقم : 20 الهدف من الحصة : التقليل من عنف المنافسة وتقبل الخسارة بكل روح رياضية الوسائل : (ميقاتي– اقمعه– كارات– عصى – دلو) المدة : 1 ساعة

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض عناصر اللياقة (الرشاقة، التحمل والقوة المرونة)، تنمية صفة التعاون وروح الجماعة، تنمية سرعة الأداء، خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح والسرور.	**اللعبة الاولى: (سباق نقل البيض داخل السلة) :** قسم التلاميذ الي 4 مجموعات يقوم التلميذ الاول بدحرجة كرة الي ان يصل الي الزميل الاول ويقوم الزميل الثاني بالدحرجة الكرة حتي يصل الي السلة وهاكذا حتي يتم ادخال جميع الكرات في السلة الفريق الفائز هو من يدخل جميع الكرات باسرع وقت ممكن .	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على الاداء الجيد • الوصول الي الزميل مع الانحناء والدحرجة • ادخال الكرة داخل السلة	
	اللعبة الثانية: (سباق الثعابين): يرسم خطان متوازيان بينهما مسافة مناسبة ويقسم الفصل إلى مجموعتين ويطلق عليها (الغنم) ويقفون على الخطين ، ويختار المعلم طالبان يمثلان (الذئب) ويقفان في منتصف المسافة ، وعند الإشارة يتبادل المجموعتان أماكنهما ويحاول كل من الطالبين (الذئاب) اصطياد اكبر عدد ممكن من (الغنم) حتى يبقى طالبان يصبحان هما (الذئاب)	التركيز مع تعليمات المنشط • الانطلاق يكون عند اعطاء الاشارة • التأكد من مسك الزميل • السرعة في الاداء	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة :** الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء :** الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة :** 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

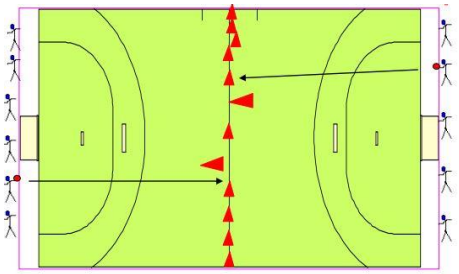
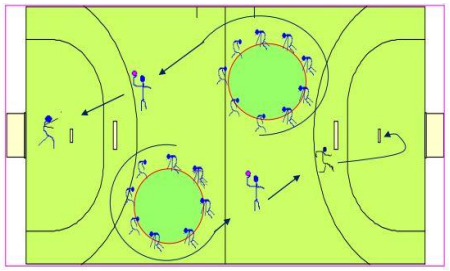
الحصة رقم : 21 الهدف من الحصة : تنمية الاتجاه نحوا التنافس الوسائل : (ميقاتي– اقمعه– كارات) المدة : 1 ساعة

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض عناصر اللياقة (الرشاقة، التحمل والقوة المرونة)، تنمية صفة التعاون وروح الجماعة، تنمية سرعة الأداء ورد الفعل ، خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح والسرور.	**اللعبة الاولى: (سباق نقل البيض داخل السلة)** : يقسم التلاميذ الي مجموعتين متقابلتين على بعد 1 متر ووضع قمع بين كل تلميذين ويقف في نهاية الفريق المنشط ويقوم الاستاذ بأداء حركات اللمس الراس والكتف والارجل وعند اللمسة الخامسة يحاول كل تلميذ اختطاف القمع قبل زميله الفائز هو يمسك القمع اولا .	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على الاداء الجيد • الوصول الي القمع بأسرع ما يمكن • التركيز على الزميل	
	اللعبة الثانية: (السباق الصعب): يقسم التلاميذ الي فريقين على طريقة قطار يحمل التلميذ الاول الكرة وتمريرها فوق رأسه للزميل الذي خلفه دون ان يراه وعند الوصول الي اخر زميل يقومون بالانبطاح ويقوم الزميل الاخير بالقفز بين الزملاء المنبطحين حتي يصبح هوا الاول وهكذا الي ان يصلو الي نهاية الخط	التركيز مع تعليمات المنشط • التمرير يكون عند اعطاء الاشارة • التأكد من مسك الكرة والتمرير الجيد • السرعة في الاداء	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة** : الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء** : الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة** : 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

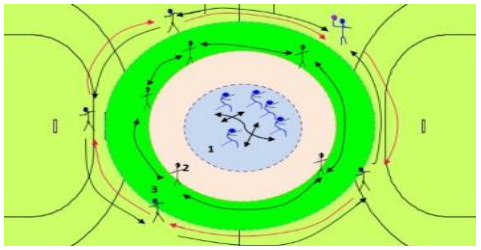
الحصة رقم : 22 الهدف من الحصة : زيادة مستوى الدافعية نحو تحقيق الهدف التنافسي : (ميقاتي– اقمعه– كارات) المدة : 1 ساعة

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية بعض عماصر اللياقة (السرعة، الرشاقة، المرونة)، تنمية صفة التعاون وعدم الانانية وروح الجماعة تنميت التركيز خلق جو تنافسي يمتاز بالفرح السرور.	**اللعبة الاولى: (الصياد الماهر) :** يقسم التلاميذ الي مجموعتين كل مجموعة على حافت الملعب على شكل قاطرة يقوم التلميذ الاول بالتنطيط الكرة بالدوران حول الاقمعة الي غاية الوصول الي المرمي بحيث يكون بينه وبين المرمي 9 امتار وعلى عارضة المرمة الحلقة (الصحن) المربوطة ويتم التسديد فيها الفريق الفائز هوا من يسدد داخل الحلقة عدة اهداف	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على الاداء الجيد • التنطيط والدواران حول القمع • التسديد بوضعية كرة اليد	
	اللعبة الثانية: (التميز بالتدريب): يحدد لاعب ماهر من كل مجموعة ليكون دليلا, ويقف خلفه باقي أعضاء المجموعة. يقوم اللاعبون بتقليد الحركات التي يقوم بها الدليل سواء الحركات الحرة أو على الأجهزة كالتخطي والقفز .... الخ. تحتسب نقاط على اللاعب الذي يقلدها بشكل صحيح والذي يفشل في تقليد حركات الدليل يستبعد لحين ينتهي زمن اللعبة.	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على التقليد الاشارة • السرعة في الاداء • الانتباه الجيد	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة :** الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء :** الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة :** 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

الحصة رقم : 23 **الهدف من الحصة : الارتقاء بمستوياتهم النفسية** **الوسائل : (ميقاتي– اقمعه– كاراة)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة .	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي الزمن : 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية التوافق العصبي العضلي، تنمية الدقة في التصويب ، خلق جو من المرح يمتاز بالفرح والسرور. • الارتقاء بمستوياتهم الفنية والمهارية	**اللعبة الاولى: (لعبة صياد القمع) :** ينقسم التلاميذ الي فريقين كل فريق مقابل الاخر على حافت الملعب ولكل فريق مجموعة من الكرات ويتم وضع مجموعة من الاقمعة على خط الافقي في منتصف الملعب وعند اعطاء الاشارة يحاول التلاميذ التسديد على الاقمعة بالترتيب والفريق الفائز هوا الذي يسقط عدد كبير من القمعة	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على التسديد في القمع • إحترام قواعد اللعب • عدم تجاوز الخط .	
	اللعبة الثانية: (لعبة اختطاف الكرة): يتم تقسيم المجموعة لفوجين كل فوج يشكل دائرة ويقوم تلميذ من كل ليقوم بالدوران حول الدائرة وبيده كرة وعندما يضع الكرة عند احد الزملائه يركض بسرعة نحوا المرمي ، ليقوم بعد ذلك التلميذ التي وضعت عنده الكرة بالتسديد على المرمي والفريق الفائز هوا الذي يسدد عدد اكبر من الكرات	التركيز مع تعليمات المنشط • الانطلاق يكون عند اعطاء الاشارة • التركيز على التلميذ اثناء الدوران • الدقة في التسديد	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة :** الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء :** الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة :** 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

الحصة رقم : 24 **الهدف من الحصة : ضبط الانفعالات اثناء التركيز على الهدف** **الوسائل : (ميقاتي– اقمعه– منديل)** **المدة : 1 ساعة**

أقسام الحصة	وضعيات الأداء	معايير النجاح	التشكيلات
القسم التمهيدي **الزمن :** 14 دقائق **الهدف من القسم:** التحضير والإحصاء	• التحية الرياضية ، تقييم الحالة النفسية والجسدية للتلاميذ • جري خفيف حول الملعب ثم القيام بالتسخين مع الحركة المرونة التنفسية العميقة وذلك بلف الذراعين ثم الجذع ثم الركبتين و القدمين تمديد العضلات والمفاصل ضرب العقب للوراء مع تمديد العضلات والمفاصل والاطراف السفلية. • **تمرينات المرونة:** أنظر للجزء الخاص بتمرينات المرونة .	الانضباط والتركيز والهدوء مع تعليمات المنشط. • التسخين الجيد لتفادي وقوع في الإصابات . • الدقة والانتباه أثناء أداء الحركات • شرح موجز لهدف الحصة بحركات الاصابع	
القسم الرئيسي **الزمن :** 30 دقيقة **الأهداف الثانوية من القسم:** • تنمية الاستجابة لإشارة بصرية. • تنمية بعض الصفات البدنية مثل (السرعة، الرشاقة، المرونة) • تنمية سرعة رد الفعل . • تفعيل جو من المرح والسرور	**اللعبة الاولى: (بر– البحر) :** ينقسم التلاميذ الي فوجين ويتم رسم خطين بينهما مسافة 2 متر ويجلس التلاميذ وراء الخطين للفوج الاول والفريق الثاني خلف الخط مع الجلوس واعطاء الضهر بالضهر الفريق الاول يحمل اللون الاحمر والفريق الثاني يحمل اللون الاصفر وعند اعطاء الاشارة من المدرب باللون الاحمر يقوم الفريق الذي يحمل هذا اللون بمطاردة الفريق الذي يحمل اللون الاصفر قبل وصوله لخط النهاية والذي يتم الامساك به يخرج من اللعبة وهاكذا تعاد اللعبة للفريق الاخر الفريق الفائز هوا الذي يمسك عدد اكبر من التلاميذ .	التركيز مع تعليمات المنشط • التركيز على المنشط عند اعطاء الاشارة • السرعة في الانطلاق • الانتباه الجيد	
	اللعبة الثانية: (القط والفئر) يقوم التلاميذ بتشكيل دائرة وسط الملعب وكل تلميذ جالس ويقوم تلميذ بالجري خارج الدائرة وبيده منديل وعندما يسقط المنديل عند احد التلاميذ يقوم التلميذ الذي سقط عنده المنديل بملاحقة زميله وتعتبر منطقة الامان هي المكان الذي سقط فيه المنديل الفائز هوا من يصل الي منطقة الامان والتلميذ الذي يمسك به يبقي داخل الدائرة	التركيز مع تعليمات المنشط • على الاعب التالي التركيز على مسار الدائرة . • المحافظة على المسار الصحيح . • الجلو بعد دورتين	
القسم الختامي **الزمن :** 15 دقائق **الهدف من القسم:** التهدئة والاسترخاء	**تمارين التهدئة :** الزمن 05 د جري خفيف حول الملعب وصولا الي المشي وذلك للرجوع بالجسم إلى الحالة الطبيعية **تمارين الاسترخاء :** الزمن 05 د أنظر للملحق الخاص بتمارين الاسترخاء **مناقشة اللعبة القادمة :** 5 د وذلك بفتح الحوار مع التلاميذ والاستاذ	إتباع تعليمات المنشط • إتمام جميع التمارين والحركات لضمان تهدئة الجسم والاسترخاء الجيد	

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية
الرقم .....
التاريخ : 2021/12/06

جامعة عمار ثليجي الأغواط
المدير المساعد المكلف بما بعد التدرج
و البحث العلمي و العلاقات الخارجية

طلب تسهيل مهمة للطالب الباحث

السيد المحترم مدير النشاط الاجتماعي لولاية المسيلة

أرجو التكرم بالموافقةِ على تسهيل مهمة الطالب الباحث

السيد : حرمة زكريا

إلى غاية تاريخ :

و مخاطبة الجهات التالية :

- السيد مدير مدرسة المعاقين سمعيا بالمسيلة
- السيد مدير مدرسة المعاقين بصريا بالمسيلة

و ذلك لحساب البحث ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراه (D.LMD) و الموسم بـــــ :

اثر برنامج رياضي ترويحي مقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدى المعاقين سمعيا.
دراسة ميدانية لأطفال الصم البكم بالمسيلة .

إسم المشرف : أ.د بعيط بن جدو رضوان معهد : علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

التوقيع : ..... التاريخ : .....

تنسيب نائب العميد المكلف بما بعد التدرج و البحث العلمي و العلاقات الخارجية :

أوافق ☑ لا أوافق ☐

توقيع نائب العميد : ..... التاريخ 06 / ديسمبر / 2021

قرار السيد مدير النشاط الاجتماعي لولاية المسيلة :

☐ أوافق , و مخاطب الجهات المذكورة .

☐ لا أوافق

المدير المساعد المكلف بما بعد التدرج والبحث العلمي والعلاقات الخارجية

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

المسيلة في : ..... 09 ديسمبر 2021

ولاية المسيلة

مديرية النشاط الاجتماعي و التضامن

الرقم:...../ و.م/م.ن.إ/2021

السيد /

مـــديـــر النشاط الاجتماعي و التضامن

الى السيد/

مدير مدرسة المعاقين بصريا (الشهيد ثامر المبروك) بالمسيلة

الموضـوع : ف/ي إجراء تربص ميداني .

الـمرجـع : مراسلة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

جامعة عمار ثليجي الاغواط بتاريخ 06 12 2021

بنـاءا على الطلب المشـــار إليه بالمـرجع أعـــلاه ، يشرفنـــي أن أطلـب منـكم السمـاح

للطالب: حرمة زكرياء بإجـــراء التربـص الميدانـــي لحساب البحث ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراء على مستوى مؤسستكم ابتـداء من2022/01/20 إلى غاية نهاية التربص وذلك في إطار ما يسمح به القانـون و النظام الداخلي للمؤسسة مع ضرورة مرافقة المعني في الميدان .

ملاحظة الفئة المستهدفة في البحث هي فئة الاعاقة السمعية

تقبلـــوا تحياتنـــــا

عن الوالي ومفوض منها
مدير النشاط الاجتماعي والتضامن
لولاية المسيلة
عيسى عبدالعالي

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التضامن الوطني والأسرة وقضايا المرأة

ولاية المسيلة المسيلة في :

مديرية النشاط الاجتماعي والتضامن

مدرسة الأطفال المعاقين بصريا : الشهيد ثامر المبروك

إشهاد إداري

يشهد السيد / مدير مدرسة الأطفال المعاقين بصريا لولاية المسيلة ، بأن الطالب :

اللقب : حرمة **الأسم : زكرياء**

المولود بتاريخ 1990/09/14 - ببوسعادة ولاية المسيلة

قد قام بدراسة ميدانية المتعلقة بإتمام اطروحة الدكتوراه تحت عنوان : **أثر برنامج رياضي ترويحي مقترح في تنمية بعض سمات الشخصية لدي الأطفال المعاقين سمعيا .**

وذلك خلال الفترة الأولي : 2022/02/02 الي 2022/05/30

والفترة الثـــــــانية : 2023/03/02 الي 2023/05/30

المـــــدير :

مدرسة الأطفال المعوقين بصريا
المدير
المسيلة

ملاحق رقم (05) spss

Correlations

		العصبية	س3	س4	س15	س18	س23	س38	س54
العصبية	Pearson Correlation	1	.670**	.438*	.835**	.566**	.835**	.758**	.717**
	Sig. (2-tailed)		.000	.015	.000	.001	.000	.000	.000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		الاكتئابية	س21	س25	س34	س37	س40	س52	س55
الاكتئابية	Pearson Correlation	1	.834**	.595**	.680**	.623**	.581**	.908**	.891**
	Sig. (2-tailed)		.000	.001	.000	.000	.001	.000	.000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		الاستثارة	س5	س31	س33	س36	س39	س46	س53
الاستثارة	Pearson Correlation	1	.452*	.451*	.493**	.505**	.624**	.503**	.357
	Sig. (2-tailed)		.012	.012	.006	.004	.000	.005	.053
	N	20	20	20	20	20	20	20	20

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		الاجتماعية	س2	س12	س14	س28	س47	س48	س51
الاجتماعية	Pearson Correlation	1	.473**	.515**	.507**	.327	.767**	.668**	.646**
	Sig. (2-tailed)		.006	.004	.004	.053	.000	.000	.000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		الهدوء	س1	س20	س29	س42	س43	س45	س56
الهدوء	Pearson Correlation	1	.026	.012	.041	-.022-	.202	.023	.031
	Sig. (2-tailed)		.900	.947	.902	.908	.286	.904	.945
	N	20	20	20	20	20	20	20	20

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		العدوانية	س7	س10	س26	س27	س41	س44	س49
العدوانية	Pearson Correlation	1	.672**	.512**	.830**	.872**	.752**	.730**	.929**
	Sig. (2-tailed)		.000	.004	.000	.000	.000	.000	.000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		السيطرة	س9	س11	س16	س22	س24	س30	س50
السيطرة	Pearson Correlation	1	.802**	.750**	.805**	.791**	.502**	.212	.790**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.005	.260	.000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		الضبط	س6	س8	س13	س17	س19	س32	س35
الضبط	Pearson Correlation	1	.074	.225	.145	.098	.078	.235	.186
	Sig. (2-tailed)		.798	.165	.754	.741	.845	.261	.325
	N	20	20	20	20	20	20	20	20

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.898	7

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.802	7

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.825	7

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.801	7

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.503	7

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.915	7

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.836	7

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.457	7

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
العصبية -القياس القبلي	.924	15	.215
العصبية -القياس البعدي	.882	15	.051

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
الاكتئابية -القياس القبلي	.934	15	.316
الاكتئابية -القياس البعدي	.921	15	.201

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
الاستثارة -القياس القبلي	.887	15	.220
الاستثارة -القياس البعدي	.891	15	.242

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
الاجتماعية -القياس القبلي	.890	15	.067
الاجتماعية -القياس البعدي	.883	15	.059

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
العدوانية -القياس القبلي	.937	15	.344
العدوانية -القياس البعدي	.987	15	.521

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
السيطرة -القياس القبلي	.835	15	.120
السيطرة -القياس البعدي	.899	15	.249

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	العصبية -القياس القبلي	13.7333	15	3.78845	.97817
	العصبية -القياس البعدي	10.2000	15	2.88345	.74450

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	العصبية -القياس القبلي & العصبية -القياس البعدي	15	.084	.767

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower	Upper			
Pair 1	العصبية -القياس القبلي - العصبية -القياس البعدي	3.53333	4.56488	1.17865	1.00539	6.06128	2.998	14	.010

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	الاكتئابية -القياس القبلي	14.4000	15	3.85079	.99427
	الاكتئابية -القياس البعدي	10.7333	15	3.10453	.80159

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	الاكتئابية -القياس القبلي & الاكتئابية -القياس البعدي	15	.470	.077

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower	Upper			
Pair 1	الاكتئابية -القياس القبلي - الاكتئابية -القياس البعدي	3.66667	3.63842	.93944	1.65178	5.68156	3.903	14	.002

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	الاستثارة -القياس القبلي	15.3333	15	2.69037	.69465
	الاستثارة -القياس البعدي	8.6000	15	2.35433	.60788

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	الاستثارة -القياس القبلي & الاستثارة -القياس البعدي	15	-.101-	.719

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower	Upper			
Pair 1	الاستثارة -القياس القبلي - الاستثارة -القياس البعدي	6.73333	3.75056	.96839	4.65634	8.81032	6.953	14	.000

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	الاجتماعية -القياس القبلي	13.3333	15	1.49603	.38627
	الاجتماعية -القياس البعدي	15.6000	15	2.69391	.69556

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	الاجتماعية -القياس القبلي & الاجتماعية -القياس البعدي	15	-.142-	.614

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower	Upper			
Pair 1	الاجتماعية -القياس القبلي - الاجتماعية -القياس البعدي	-2.26667-	3.26161	.84214	-4.07289-	-.46045-	-2.692-	14	.018

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	العدوانية -القياس القبلي	14.2000	15	4.34577	1.12207
	العدوانية -القياس البعدي	9.0000	15	2.23607	.57735

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	العدوانية -القياس القبلي & العدوانية -القياس البعدي	15	-.169-	.547

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	العدوانية - القبلي القياس -العدوانية البعدي القياس	5.20000	5.21262	1.34589	2.31335	8.08665	3.864	14	.002

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	السيطرة -القياس القبلي	15.0000	15	2.39046	.59255
	السيطرة -القياس البعدي	11.5333	15	2.29492	.61721

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	السيطرة -القياس القبلي & السيطرة -القياس البعدي	15	.365	.182

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	السيطرة -القياس القبلي - السيطرة - القياس البعدي	-3.46667-	2.64215	.68220	4.92984-	2.00349-	5.082	14	.000