

## النشاط الترويحي وأهميته في تطوير الثقة بالنفس للمعاقين

أ.م.د. إسماعيل عبد الغني محمود القره غولي  
كلية الطب البيطري – جامعة بغداد

٢٠٠٨ م

١٤٢٨ هـ

### ملخص البحث

احتوى البحث على ثلاث محاور

الاول / شمل المقدمة ومشكلة البحث التي اكدت على ماللتربية الرياضية من دور في سعادته الانسان ورفاهيته ،كما احتوى هذا المحور على اهمية البحث والحاجة اليه وثبت كذلك اهداف البحث وهي (التعرف على اثر ممارسة النشاط الرياضي على تطوير الثقة بالنفس للمعاقين والتعرف على اثر النشاط الرياضي في اندماج المعاق بالمجتمع ، اضافة لتساؤلات البحث والتعرف باهم المصطلحات المستخدمة في البحث).

وشمل المحور الثاني (الاطار النظري) الذي احتوى على عدة مواضيع دارت حول الاعاقه (اسبابها وانواعها) والدراسات المشابهه.

اما المحور الثالث فأحتوى على اجراءات البحث التي تناولت ( منهج البحث – عينه البحث – مجالات البحث – والتجربه الاستطلاعية) كما تم تثبيت استمارة الاستبيان ونتائجها ملحقه في البحث

واخيراً تطرق الباحث الى الاستنتاجات والتوصيات وتثبيت للمراجع

## Recreational activity and its importance in the development of self-confidence for the disabled

Contains a search on the three axes I / included Introduction and research problem, which confirmed the Mallterbah sports role in human happiness and well-being, also contained this axis on the importance of research and the need for it and found as well as the objectives of the research, namely, (identify the impact of physical activity on the development of self-confidence for the disabled and identify the impact of physical activity in integration of the disabled community, in addition to the research questions and identify the most important terms used in the research).

Included a second axis (theoretical framework), which contained several topics revolved around disability (causes and types) and similar studies.

The third axis Vahtoy on measures that dealt with research (research method - the same research - research - experience and reconnaissance) was also fitted with the questionnaire and the appendix in the search results

Finally, the researcher referred to the conclusions and recommendations, and installation of the references

### الباب الأول

#### ١- التعريف بالبحث

##### ١-١ المقدمة وأهمية البحث

التربية الرياضية كانت وستظل وتبقى دائماً وأبداً منارةً و دليلاً لتحقيق هدف واحد هو سعادة الإنسان ورفاهيته . فالأنشطة الرياضية متعددة ويمكن ممارستها تبعاً لإمكانات وقدرات الأفراد وميولهم القصري . فهي ليست وسيلة لقضاء وقت الفراغ فحسب إنما تعود على الأفراد بالفائدة وتفتح أمامهم آفاقاً مليئة بالسعادة والبهجة . آن الإنسان نفسه يستطيع خوض الصراع معها فهو بعد هدئه من الصدمة يستطيع يلقي أعلى مشاعر الإنسانية وقع اللياقة الفكرية لكي يزيل هذه الماسي والكوارث وتفاديها في المستقبل. لذا

بدأت الدول والمؤسسات الإنسانية تفكر بإيجاد أفضل الطرق والوسائل الاجتماعية الصحية والرياضية. للعمل علي تعويضهم لمل فقدوه وإعادة التوازن لهم وضمهم إلى المجتمع . أن ممارسة النشاط الرياضي والبدني يشكل العامل التطوري ليس بدنيا فحسب وإنما صحياً ونفسياً واجتماعياً وان هذه الممارسة تؤثر بقوة على شخصية المعوق وثقته بنفسه وإعادة التوازن له .

### ٢-١ أهمية البحث

يعتبر النشاط الترويحي لفئة المعاقين أهمية خاصة من حيث استثمار الطاقات العامة واستثمار الوقت في العائد البدني والاجتماعي والنفسي لطرق الترويح. وتحتل الأنشطة الرياضية بأنواعها المختلفة مكان الصدارة في برامج الترويح فيما يسمى بالترويح الرياضي.

ويشير (محمود عبد الفتاح عنان) ١٩٩٠ أن للمعاقين الحق في الممارسة لكافة أنواع الترويح بالطرق المشروعة في مجتمعنا الإسلامي وذلك وفق إمكانيات وطرق أعاقتهم وميولهم. وتهتم تلك الأنشطة الترويحية في الاتجاهات التنافسية في مجالات رياضة المعوقين وكذلك القيمة العلاجية والرقابة الشخصية للترويح في مجالات تحليل الشخصية والسلوك. (١٢ - ٣٠).

### ٣-١ أهداف البحث

١. التعرف على اثر ممارسة النشاط الرياضي على تطوير الثقة بالنفس للمعاقين.
٢. التعرف على اثر النشاط الرياضي على اندماج المعاق بالمجتمع.

### ٤-١ تساؤلات البحث

١. هل للنشاط الرياضي اثر في تطوير الثقة بالنفس للمعاقين.
٢. هل للنشاط الرياضي اثر في اندماج المعاق بالمجتمع

## ٥-١ التعريف بأهم المصطلحات المستخدمة في البحث:-

### - المعاق

كل شخص اصبح غير قادر على الاعتماد على نفسه في مزاولته عمله أو القيام بعمل آخر أو نقص قدرته عن ذلك نتيجة لقصور عضوي أو عقلي أو حسي أو نتيجة عجز خلقي منذ الولادة (٦-٢٧).

### - الشلل

التوقف المستديم أو الوقتي لوظيفة العضو وقد يكون ذلك الإحساس أو الحركة الإرادية كما بينها (TOMAS ١٩٧٨) ، وقد يكون الشلل كاملاً أو جزئياً وتتراوح شدته بين العجز الكامل العجز الجزئي (١١-٨٧).

### - المُقعد:-

ذلك الفرد الذي تعوق حركته ونشاطه الحيوي فقدان أو خلل أو عاهة أو مرض أصاب عضلاته أو عظامه بطريقة تحد من وظيفتها العادية و بالتالي تؤثر على تعليمه وعاالته لنفسه (١١-٨٧).

## الباب الثاني

### ١-٢ الإطار النظري للإعاقة - أسبابها - أنواعها

#### المعاق

هو الشخص الذي لديه عجزاً أو اضطراباً أو نقصاً جسدياً أو عقلياً أو حسيّاً أو نفسياً كلياً أو جزئياً يمنع من القيام بممارسة حياته اليومية (٤ - ٤٥) كما يقصد بالمعوقين الأفراد الذين لديهم قصور نتيجة مرض عضوي أو حسي أو عقلي أو حركي . حيث يرجع ذلك إلى أسباب وراثية مكتسبة . كما يحدث نتيجة أمراض أو حوادث مما يعجز

الفرد عن أداء متطلباته الأساسية مما يؤثر على نمو الطبيعة أو قدرته على تعلم أو مزاوله العمل أو تكيف الاجتماعي.

ويعاني البعض الآخر من إعاقات متعددة وقد قدرت هيئة الصحة العالمية عدد المعوقين في العالم عام ١٩٩٢ بحوالي ٥٣٠ مليون معوق تقريباً من سكان العالم منهج ١٢٢ مليون يشكلون نسبة ١١-٥% من مجموع سكان العالم ونجد هذه النسبة في المجتمعات النامية لتصل إلى ٥% من تعداد أفراد المجتمع . كما تختلف تلك النسبة من مجتمع إلى آخر. (٦ - ٥٠)

الإعاقة هي العجز الذي يؤثر على النشاط الحركي للفرد فيمنعه من أداء وظائفه الحركية بنفس المستوى المعتاد . الإعاقة هي عدم قدرة الشخص على تأدية عمل يستطيع غيره من الناس تأديته و يصبح العجز إعاقة عندما يحد من قدرة الشخص على القيام بما هو متوقع منه في مرحلة معين (٤ - ٤٠).

و يذكر أحد الناس ان كل كلمة إعاقة عن الشيء يوقعه عوقا الي حرفه وحسية ومنه التعويق أو الإعتاق Hand Rapped أي المنع أو الأشغال عن الهدف المراد. ان كلمة معوق في اللغة الإنجليزية هي Sapied: كما يستخدم حاليا مصطلح أيغير القادر وهي حالته من الضرر البدني أو العجز ويطلق هذه المصطلح على من تعوقه قدرته الخاصة عن النمو السوي ألا يساعده خاصة (١-٣٢).

### أسباب الإعاقة

هناك أسباب متعددة تؤثر على قدرات الفرد و مكانته لممارسة حياته مثل الأسوياء تتدرج من العجز الطفيف إلى العجز الكلي لذلك قد تكون هذه الأسباب وراثية أي أثناء فترة الحمل أو أثناء الولادة أو بعد اي مكتسبة.

اما التصنيف الشائع للمعوقين فيقسمهم العلماء إلى الفئات التالية:-

### أنواع الإعاقة

١. المعوقين جسدياً:-

وهم من لديهم عجز في الجهاز الحركي أو البدني بصفة عامة كالكسور والبشر أصحاب الأمراض المزمنة مثل شلل الأطفال والتدرن والسرطان و القلب وغيرهم.

٢. المعوقين حسيّاً:-

وهم من لديهم عجز في الجهاز الحسي كالمكفوفين والصم والبكم.

٣. المعوقين عقلياً:-

و هم مرضى العقول وضعاف في قدراتهم العقلية (١ - ٣٢)

٤. المعوقين اجتماعياً:-

وهم الذين عاجزون عن التفاعل السليم مع أفراد المجتمع و ينحرفون عن معايير وثقافة مجتمعهم كالمشردين والجانحين والمجرمين وغيرهم (٣ - ٧).

### الإعاقة الجسمية

المعوق جسدياً هو الشخص الذي يعاني من درجة العجز البدني و سبب يعيق حركته و نشاطه نتيجة خلل أو عاهة أو مرض أصاب عضلاته أو مفاصله أو عظامه بطريقة تحد من وظيفته العادية بالتالي تؤثر على العملية التعليمية وممارسة حياته بصورة طبيعية و يعرف البعض الإعاقة الجسمية بأنها ما يتصل بالعجز Motoy في وظيفة الجسم الداخلية سواء كانت أعضاء متصلة بالحركة كالأطراف أو المفاصل ومثال لذلك نقص كامل لطرف أو جزء منه أو شلل طرف أو أكثر أو مجموعات عضلية . و قد تكون تلك الإعاقة من الولادة او نتيجة لإصابته أثناء العمل أو الحوادث او الحروب وهي الاعاقة التي لها صفة الدوام والتي تؤثر تأثيراً كبيراً على ممارسة الفرد حياته الطبيعية سواء كان هذا التأثير تاماً أو نسبياً.

كما نجد العجز للاعضاء المتصلة بالعملية البيولوجية كالرئتين والقلب والأمراض المزمنة.

## ٢-٢ الدراسات المتشابهة

نظراً لقلّة الدراسات في هذا المجال سوف تذكر دارسين ذات ارتباط بهذا البحث.

### ١- دراسة سيد جمعة خميس ١٩٨١ م

- عنوانها :- دراسة لبعض النواحي البدنية للمعوقين جسمىاً  
عينة البحث:- تمثلت عينة البحث على ٤٠ معوق جسدياً  
المنهج المستخدم :- استخدم الباحث المنهج التجريبي  
نتائج البحث :- توصل الباحث إلى أهمية دور التربية الرياضية كنشاط سواء كانت البدانة أو التقنية في عدم ممارسة العلاج الطبيعي.  
- كما توصل الباحث إلى أن لكل المختصين في مجال الطب الطبيعي والعلاج الطبيعي والرياضي . يمكن ان يحقق افضل النتائج فى العلاج الطبيعي والتأهيل لمساعدة المعوقين على تعديته النشاط الذي تتطلبه الحياة اليومية ووقايتهم من المضاعفات .  
- من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية أمكن زيادة الأنشطة الرياضية وأمکن زيادة الانبساطية و تقليل الانطوائية الإعاقة كما زاد الاتزان الانفعالى والقلق العصبي .  
- ارتفعت القدرة البدنية (قوة القبضة) من خلال البرنامج الموضوع.

### ٢- باحث- اسماعيل القره غولي ٢٠٠٨-٢٠٠٩

- عنوان البحث:- النشاط الترويحي وأهميته في تطوير الثقة بالنفس للمعاقين .  
منهج البحث:- استخدم الباحث المنهج الوصفي و طبيعة البحث.  
عينة البحث : شملت ١٢ لاعباً في منتخب بغداد لكرة السلة.  
أهم الاستنتاجات:- أن لممارسة النشاط الرياضي دور متميز في تطوير الثقة بالنفس لدى ممارسيها.

### الباب الثالث

#### ٣- إجراءات البحث

##### ٣-١ منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملائمته طبيعة البحث.

##### ٣-٢ عينة البحث

المعوقين المقعدين النزلاء في مراكز إعادة التأهيل في وسام المجد (عددهم ٥٠) وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية.

##### ٣-٣ المجال الزمني

٢٠٠٨ ٣-٢٣ ٢٠٠٨ ٣-١٣

##### ٣-٤ التجربة الاستطلاعية

قام الباحث بأجراء تجربة على المعوقين المقعدين الذين يتدربون في صالة مركز إعادة التأهيل في وسام المجد وكذلك النزلاء في المركز للفترة من ٨-١٠ ٢٠٠٨ وكان الهدف من الدراسة .

١. التأكد من سلامة اللاعبين المعوقين (الجزء العلوي)

٢. حصول الموافقة من قبل المعوقين على اجراء الاختبار لهم

٣. التأكد من عينة البحث ووقت تواجدها .

٤. موافقة المعوقين على الإجابة على استمارة الاستبيان

##### ٣-٥ الأدوات المستخدمة في البحث

١. استمارة استبيان



٢. مقابلة الشخصية مع المعوقين المقعدين الموجدين في المركز.

### ٦-٣ المعالجات الإحصائية

النسبة المئوية = الجزء / الكل × ١٠٠

## الباب الرابع

### ٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

#### ٤-١ عرض النتائج

### جدول (١)

يمثل الانشطة الترويحية في المركز

النسبة المئوية	لا	نعم	العدد	نوع النشاط
%٩٨	١٠	٣٨	٤٨	توجد أنشطة ترويحية في المركز
%٩٥	٥	٣٠	٣٥	الانشطة الترويحية في المركز تلبي رغباتكم
%١٠٠	-	٤٢	٤٢	الانشطة الترويحية الموجودة في المركز تكفي لقضاء وقت الفراغ
%٩٨	٢	٤٦	٤٨	الانشطة الترويحية في المركز تخلق علاقات اجتماعية جيدة مع زملائكم

نلاحظ من خلال جدول رقم (١):-

بعد تحليل البيانات التي تم الحصول عليها من خلال النسبة المئوية أن توجد في المركز أنشطة ترويحية بعدد مناسبة تعمل على زحت المعوقين في المركز وكانت نسبة المئوية %٩٨ والانشطة الترويحية الموجودة في المركز تلبي رغباتهم بنسبة %٩٥

والأنشطة الترويحية الموجودة في المركز تكفي لقضاء وقت الفراغ بنسبة ١٠٠%  
والأنشطة الترويحية في المركز تخلق علاقات اجتماعية جيدة مع زملائهم بنسبة ٩٨%

### جدول (٢)

يمثل الانشطة الترويحية في المركز

النسبة المئوية	لا	نعم	العدد	نوع النشاط
٩٨%	٣٥	٣٨	٤٨	وقت ممارسة الانشطة الترويحية ملائم لوقتهم
١٠٠%	٤٠	٣٠	٤٢	الانشطة الترويحية تطور الثقة بالنفس عندهم
٩٥%	٢٨	٤٢	٣٣	الاجهزة والادوات المستخدمة تكفي لممارسة النشاط
٩٨%	٦	٤٦	٤٣	الاجهزة والادوات المستخدمة في هذا النشاط تلبي رغباتهم

نلاحظ من خلال جدول رقم (٢) :-

بعد تحليل البيانات التي تم الحصول عليها من خلال النسبة المئوية أن وقت ممارسة الانشطة الترويحية ملائم لوقتهم والنسبة المئوية ٩٨% والانشطة الترويحية تطور الثقة بالنفس عندهم بنسبة ١٠٠% والاجهزة والادوات المستخدمة تكفي لممارسة النشاط بنسبة ٩٥% والاجهزة والادوات المستخدمة في هذا النشاط تلبي رغباتهم بنسبة ٩٨% .

جدول (٣)

يمثل الانشطة الترويحية في المركز

النسبة المئوية	لا	نعم	العدد	نوع النشاط
%٩٥	٥	٢٨	٣٣	هناك تفاعل بينهم وبين مدرسي التربية البدنية
%١٠٠	١	٣٩	٤٠	تنظم مسابقات رياضية ترويحية لهم
%٩٨	٢	٣٨	٤٠	ادارة المركز متعاونة في تلبية رغباتهم
%٩٨	٢	٣٨	٤٠	القاعات التي تمارس فيها الانشطة الترويحية ملائمة

نلاحظ من خلال جدول رقم (٣):-

بعد تحليل البيانات التي تم الحصول عليها من خلال النسبة المئوية أن هناك تفاعل بينهم وبين مدرسي التربية البدنية نسبة المئوية %٩٥ وتنظم مسابقات رياضية ترويحية لهم بنسبة %١٠٠ وادارة المركز متعاونة في تلبية رغباتهم بنسبة %٩٨ وتوجد قاعات التي لممارسة فيها الانشطة الترويحية ملائمة بنسبة %٩٨ .

جدول (٤)

يمثل الانشطة الترويحية في المركز

النسبة المئوية	لا	نعم	العدد	نوع النشاط
%١٠٠	١	٣٥	٤٦	ممارستك للانشطة الترويحية جاءت برغبتهم
%١٠٠	٢	٣٥	٣٧	يشعر عند ممارسة النشاط الترويحي بالسعادة والارتياح
%١٠٠	٢	٤٤	٤٦	الانشطة الترويحية مساعدة في التقليل من الاعاقة
%١٠٠	١	٤٨	٤٩	يشعر عند ممارسة الانشطة الترويحية بالسعادة عند وجود أفراد العائلة

نلاحظ من خلال جدول رقم (٤):-

البيانات التي تم الحصول عليها من خلال النسبة المئوية أن ممارستك للانشطة الترويحية جاءت برغبتهم نسبة المئوية ١٠٠% ويشعرهم عند ممارسة النشاط الترويحي بالسعادة والارتياح بنسبة ١٠٠% والانشطة الترويحية مساعدة في التقليل من الاعاقة بنسبة ١٠٠% ويشعرون عند ممارسة الانشطة الترويحية بالسعادة عند وجود أفراد العائلة بنسبة ١٠٠% .

#### ٢-٤ تحليل ومناقشة النتائج

من الجدول رقم (١) يبين إن الأنشطة الترويحية متوفرة في المركز بنسبة ٩٨% والانشطة الموجودة تلبى رغباتهم وتمكنهم بصحة جيدة بنسبة ٩٩% والانشطة الموجودة في المركز خلقت علاقات اجتماعية مع زملائهم في التعامل بنسبة ٩٧% . وفي الجدول رقم (٢) نلاحظ أن وقت ممارسة الأنشطة الترويحية ملائمة لوقتهم بنسبة ٩٥% ونشاط قد عزز الثقة في النفس بين معظمهم بنسبة ٩٩% وتوفير الأجهزة والأدوات المستخدمة تلبى رغباتهم بنسبة ٩٦% . والجدول رقم (٣) اتضح أن هناك تفاعل بين مدرسي التربية البدنية والمعاقين بنسبة ٩٨% وهناك تقديم مسابقات بينهم في المركز بنسبة ٩٧% والإدارة بالمركز متعاونة معهم بنسبة ١٠٠% .

## الباب الخامس

### ٥- الاستنتاجات والتوصيات

#### ١-٥ الإستنتاجات

- في ضوء أهداف وتساؤلات وخطوات البحث و نتائجه تمكن التوصل إلى ما يلي:-
- ١- أن وجود الانشطة الترويحية في المركز ضروري لإتاحة العيش للمعاقين والتقدم في إنجاز أعمالهم و إثبات وجودهم في المجتمع
  - ٢- قلة في الأجهزة والأدوات المستخدمة في المراكز والصالات والللاعب.
  - ٣- ان المسابقات التي تجري في المركز لها دور فعال في إعطاء الثقة بالنفس بين زملائهم وتعودهم الثبات
  - ٤- عدد ممارسة كالنشاط الرياضي مع وجود لأفراد أسرته يشعر المعاق بمساعدة وارتياح و إعطاء قوة أكبر.

#### ٢-٥ التوصيات

- ١- أكثر من الانشطة الترويحية في المراكز الملائمة لحياتهم مع حياة باقي المجتمع.
- ٢- زيادة الأدوات والأجهزة والملاعب والصالات في المراكز المعاقين بما يتلاءم مع طبيعة الإعاقة
- ٣- الإكثار من المسابقات بين الزملاء في داخل المراكز وخارج المراكز متنافسين
- ٤- ضرورة وجود أفراد عائلتهم عند ممارسة النشاط أو المسابقات لتشجيعهم ودمجهم بمجتمع

### المصادر والمراجع

- ◀ أحمد النماس (التربية البدنية للمعوقين جسميا بيروت ١٩٩٠ ف)
- ◀ حلمي إبراهيم (التربية الرياضية والترويح للمعاقين - دار الفكر العربي ١٩٩٨ ف)
- ◀ عبد الفتاح عثمان (الرعاية الاجتماعية للمعاقين - مكتبة الجلو مصرية ١٩٨١ ف)
- ◀ سيد جمعة خميس (دراسة بعض النواحي البدنية النفسية للمعوقين ١٩٨١ ف رسالة دكتوراه)
- ◀ د. ليلى السيد فرحات (التربية الرياضية والترويح للمعاقين - دار الفكر العربي ١٩٩٨ ف)
- ◀ محمد السيد فهمي (السلوك الاجتماعي للمعوقين - مكتبة الجامعة الحديثة الإسكندرية ١٩٩٨ ف)
- ◀ محمد صبحي حسانين (القوام السليم - دار الفكر العربي مصر ١٩٩٥ ف)
- ◀ محمد عبد السلام (القوام السليم - دار الفكر العربي مصر ١٩٩٥ ف)
- ◀ محمد عبد المنعم نورة (حلقة تربية الموهوبين والمعاقين في بلاد العرب والقاهرة)
- ◀ ماجدة السيد عبید (الإعاقة الحسية الحركية - عمان ١٩٩٩ ف)
- ◀ ديفيد ورتير (رعاية الأطفال المعوقين - ١١ ١٩٩٨ -)