المجلـد (١٩)، العـدد (٦٨)، الجـزء الثـاني، مـــارس ٢٠٢٥، ص ص ١ – ٤٣

متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم

إعداد

أريج إبراهيم أحمد الغامدي

باحثة ماجستير – تربية خاصة "تخصص الإعاقة الفكرية

"كلية التربية – جامعة جدة"

د / ريم محمود حمد غريب

أستاذ التربية الخاصة المشارك – قسم التربية الخاصة

"كلية التربية – جامعة جدة"

متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم

أريج الغامدي(*) & د/ ريم غريب(**)

ملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم، وتكونت العينة من (٢٠١) معلمًا ومعلمة في برامج التربية الفكرية الملحقة بالمدارس العامة (الحكومية/ الأهلية) بمدينة جدة، وبواقع (٩٥معلمًا، و١٠٦معلمة)؛ للكشف عن الفروق بينهم في الاستجابات حول تلك المتطلبات وفقًا للمتغيرات الآتية: النوع، والمؤهل العلمي. ولتقصي هذه المشكلة البحثية: استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي الارتباطي واعتمدت الاستبانة أداةً لها، وأشارت النتائج إلى أن اتفاق عينة الدراسة على متطلبات التربية البدنية المكيفة وأبعاد مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية جاء بدرجة كبيرة، وخلصت النتائج أيضًا إلى وجود علاقة ارتباطية متوسطة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α = ٠.٠١) بين الدرجة الكلية لمتطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم، في حين أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(α=0.05) في تقديرات المعلمين لمتطلبات التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير النوع، والمؤهل العلمي.

الكلمات المفتاحية: متطلبات التربية البدنية المكيفة، مفهوم الذات، الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية.

(*) باحثة ماجستير، تربية خاصة "تخصص الإعاقة الفكرية"، كلية التربية، جامعة جدة.

(**) أستاذ التربية الخاصة المشارك، قسم التربية الخاصة، كلية التربية، جامعة جدة.

Requirements of Adapted Physical Education and Their Relationship to the Development of Self-Concept Among Students with Intellectual Disabilities from Teachers' Perspectives

Areej Alghamdi & Reem Gharib

Abstract

The current study aimed to identify the requirements of adapted physical education and their relationship to the development of self-concept among students with intellectual disabilities from teachers' perspectives. The sample consisted of 201 teachers (95 male and 106 female) working in intellectual education programs attached to public and private schools in Jeddah. The study explored differences in teachers' responses to these requirements based on the following variables: gender, educational qualification. To address this research problem, the two researchers employed a descriptive correlational methodology and used a questionnaire as the primary data collection tool. The results indicated a high level of agreement among the sample on the requirements for adapted physical education and the dimensions of self-concept for students with intellectual disabilities. The findings also revealed a moderate, statistically significant correlation (at a significance level of $\alpha = 0.01$) between the overall score of adapted physical education requirements and the development of self-concept among students with intellectual disabilities from the teachers' perspectives. Additionally, the results showed statistically significant differences (at a significance level of $\alpha = 0.01$) in teachers' evaluations of adapted physical education requirements and the development of self-concept attributed to the variable of receiving training courses in sports for students with intellectual disabilities. However, no statistically significant differences (at a significance level of $\alpha = 0.05$) were found in teachers' evaluations of the requirements for adapted physical education for students with intellectual disabilities based on gender, educational qualification.

Keywords: Adapted Physical Education Requirements, Self-Concept, Students with Intellectual Disabilities.

المقدمة:

تعاظمت جهود النظم الدولية من أجل إصلاح المؤسسات التعليمية وتحسين جودتها؛ ولذا سخرت جهودها لتطوير أنظمتها التعليمية؛ فالتعليم عماد ورافعة التقدم في أي مجتمع؛ بوصفه أحد أهم العمليات وأكثرها تأثيراً في حياة الإنسان المستمرة من المهد إلى اللحد. ويتحدد مستقبل أي أمة بمدى اهتمامها بالخدمات التعليمية، وقدرتها على التغلب على المشكلات التربوية التي تعترض مسيرتها التعليمية.

وتشهد المملكة العربية السعودية اليوم تطورًا سريعًا ونموًا متزايدًا في مختلف المجالات، ولم ينعكس أثر هذا التطور على النواحي الاقتصادية والثقافية فحسب، بل انعكس أيضًا على أهداف التعليم في المملكة، ويتجلى ذلك في صدور قرار وزير التعليم ببدء تطبيق برنامج التربية البدنية في مدارس البنات؛ تحقيقًا لأحد أهداف رؤية المملكة (٢٠٣٠) في السعي إلى رفع نسبة ممارسي الرياضة في المجتمع وفق ما ورد في محور "مجتمع حيوي بيئته عامرة" (الجابر، ٢٠١٧، ص. ٢٢).

وتشمل التربية البدنية مجال الرياضة والصحة، بما في ذلك التمرينات البدنية، والأنشطة الحركية الفردية والجماعية والتي تتم في إطار الألعاب والمسابقات الترويحية، حيث يهدف الاهتمام بمجال الرياضة والصحة إلى غرس المفاهيم الصحيحة للأنشطة البدنية، ومنها العمل بروح الفريق الواحد وإدراك البعد التربوي للنشاط البدني، وتعزيز الاتجاهات الاجتماعية والسلوك التعاوني، وتحقيق الذات، وتنمية القدرات الحركية (وزارة التعليم، ٢٠١٦).

وفي ذات السياق، تعد التربية البدنية المكيفة من أحدث سبل الرعاية المقدمة للطلبة ذوي الإعاقة بشكل عام والطلبة ذوي الإعاقة الفكرية بشكل خاص؛ لما لها من أثر إيجابي وفعال على مختلف الجوانب الحياتية بما فيها الجوانب النفسية والاجتماعية بالدرجة الأولى؛ لأنها أحد وسائل المحافظة على الصحة النفسية وتطويرها. كما تُساهم التربية البدنية المكيفة في المواجهة الفعالة للعديد من المشكلات الناجمة عن الإعاقة مثل: نقص مفهوم الذات، والضغوط النفسية، ونقص الثقة بالنفس، والخوف من الاندماج الاجتماعي، والعزلة والانطواء، والسلوك العدواني، وبذلك يتحقق للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية النجاح من خلال ممارستهم للتربية البدنية المكيفة المناسبة لطبيعة قدراتهم (Elmerskog & Tellevik, 2012).

وقد حظي الطلبة ذوو الإعاقة الفكرية باهتمام كبير من المختصين التربويين والنفسيين؛ لما يترتب على الإعاقة من تحديات تشكل حاجزًا يحد من توافق الطلبة ذوي الإعاقة مع المحيط، وتعيقهم عن التقدم والاستمرار في الحياة كأشخاص قادرين على الإنتاج (عدواني وبوضياف، ٢٠١٨). ويشكل مفهوم الذات العامل الأساسي في الأداء الاجتماعي والتكيف النفسي للطلبة بشكل عام والطلبة ذوي الإعاقة بشكل خاص، كما أنه يُعد حجر الزاوية في رفاهية وسعادة الإنسان (ميزاب، ٢٠١٣). ويشير عبد الرحيم (٢٠٢٠) إلى أن مفهوم الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية عن ذاتهم وقدراتهم يؤثر بدرجة كبيرة على تفكيرهم وسلوكهم وأنشطة حياتهم اليومية، سواء كان داخل بيئة الأسرة أو خارجها في مواقف الحياة المختلفة.

وفي ضوء ما ذكر أعلاه، يمكن القول إن مفهوم الذات وتقبل الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية لذاتهم ولإعاقتهم من الأمور المهمة في البناء الكلي للشخصية، وأن هذا المفهوم لا ينبع من فراغ، وإنما يتحقق نتيجة وجود الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية في المجتمع، وإحساسهم بأنهم أعضاء فاعلون تتأثر علاقتهم بالأفراد المحيطين ويتأثرون بهم.

ولمّا كان للممارسة البدنية المكيفة الفضل في إتاحة مواقف للتفاعل مع الذات ومع الجماعة، ولأن من خلالها ينخفض لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية الشعور السلبي وينمو الشعور الإيجابي نحو الذات ونحو الآخرين؛ استوجب ذلك إلقاء الضوء على متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم.

مشكلة الدراسة:

بلغ عدد الطلبة ذوي الإعاقة في المملكة العربية السعودية (٦٣٢٠٧٨) طالب وطالبة، بحسب ما جاء في آخر تقرير منشور للهيئة العامة للإحصاء في مناطق المملكة لعام (٢٠١٧). وأشار الحساني والعبدالوهاب (٢٠٢٣) إلى أن الإعاقة الفكرية تعد من بين أكثر الإعاقات انتشاراً في المجتمعات. وتؤثر الإعاقة الفكرية بشكل ملحوظ على كافة الجوانب (النفسية، والاجتماعية، واللغوية، والانفعالية، والحركية). ونتيجة لهذا القصور فهم بحاجة ماسة إلى طرق وأساليب تعليم خاصة (الشافعي، ٢٠٢١). وتعتبر التربية البدنية المكيفة من بين الأساليب التعليمية الحديثة في

المملكة العربية السعودية للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية التي تساهم في تكيف الطلبة مع نفسهم ومع إطارهم الاجتماعي الذي يعيشون فيه، كما أن مفهوم الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية لذاتهم له دور مهم في توجيه سلوكهم، وتعزيز الشعور بالأمن النفسي وبالقدرة على التصدي للعقبات (معمرية، ٢٠١٢). وتؤدي ممارسة التربية البدنية المكيفة إلى الخروج من حالة الثبات والانطواء والعزلة، والتخلص من القلق والخوف، والحد من العدوان، وتعديل السلوك تجاه النفس والغير، كما تساهم في إدماجهم في المجتمع بطريقة فعالة (رابح، ٢٠١٣).

ومن خلال اطلاع الباحثة الأولى كمعلمة على الميدان التربوي نظرياً وعملياً، والباحثة الثانية كباحثة في الجوانب الجديدة في ميدان الإعاقة الفكرية، قد استشعرنا الحاجة إلى تسليط الضوء على متطلبات التربية البدنية المكيفة كأحد الأساليب التربوية التعليمية، وأنه توجب علينا – كباحثين– النظر في هذا الجانب أكثر وعدم إغفال أوجه القصور الواضح في الميدان، ومن خلال دراسة استطلاعية بسؤال عدد من المعلمين والمعلمات على رأس العمل حول أهم المفاهيم النفسية (مفهوم الذات)التي يفتقر إليها الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، وبالاطلاع على توصيات الدراسات السابقة (جوفندي وإلهان، ٢٠١٧؛ زواق وبلقاسم، ٢٠٢٠؛ الشافعي، ٢٠٢١؛ دردون وليمتيوى، ٢٠٢٢) من حيث توفير متطلبات التربية البدنية المكيفة وفاعلية التربية البدنية المكيفة في تنمية العديد من المفاهيم لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية واقتراح برامج تنمي من مفهوم الذات باستخدام الرياضة، ظهر إصرار الباحثتان وتوجههما في الدراسة الحالية والتي جاءت لتلقي الضوء على متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم وفي ضوء بعض المتغيرات.

واستناداً لما سبق يمكن بلورة مشكلة الدراسة في الأسئلة الآتية:

- ما متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم؟
- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α=٠.٠١) بين متطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) في تقديرات المعلمين لمتطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير النوع؟
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) في تقديرات المعلمين لمتطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير المؤهل العلمي؟

أهـــداف الـــدراســـة:

هدفت الدراسة الحالية إلى:

- التعرف إلى متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم.
- التحقق من وجود علاقة بين متطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم.
- دراسة الفروق في تقديرات المعلمين لمتطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير النوع (ذكر – أنثى).
- التعرف إلى الفروق في تقديرات المعلمين لمتطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير المؤهل العلمي (بكالوريوس – دراسات عليا).

أهميـــة الـــدراســـة:

الأهميـــة النظـــريـــة:

تتضح أهمية الدراسة الحالية من الناحية النظرية في إثراء الأدب التربوي؛ كونها تتطرق إلى متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية،

وبعد اطلاع الباحثتان تبين أن الدراسات التي تناولت متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية محدودة –على حد علم الباحثتان– في مجتمعنا المحلي في المملكة العربية السعودية. بالإضافة إلى ذلك، فإن هذه الدراسة سوف تفتح المجال لدراسات أخرى تتناول التربية البدنية المكيفة ومفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية بشكل مختلف ووفق متغيرات ومنهجية مختلفة، وتقديم بعض التوصيات التربوية، التي قد تنعكس بالإيجاب على تطوير مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة بشكل عام والطلبة ذوي الإعاقة الفكرية بشكل خاص.

الأهمية التطبيقية:

من حيث الأهمية التطبيقية للدراسة، فإن ما ستقدمه الدراسة الحالية من معلومات وبيانات حول متطلبات التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، ستساعد صناع القرار في تقديم الخدمات المناسبة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، وستساعد معلميهم في العمل والإعداد على توفير تلك المتطلبات التي تلبي احتياجات الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، وتنعكس إيجابًا على تحسين قدراتهم البدنية، ومهاراتهم الحركية والنفسية والاجتماعية والوظيفية والعيش باستقلالية قدر الإمكان.

حدود الدراسة:

- **الحدود الموضوعية:** تتحدد في متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم.
- **الحدود البشرية:** تتحدد في تطبيق أداة الدراسة على عينة من معلمي ومعلمات الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية (البسيطة).
- **الحدود المكانية:** تتحدد في المدارس (الحكومية / الأهلية) الملحق بها فصول دمج التربية الفكرية بمدينة جدة.
- **الحدود الزمانية:** تتحدد في إجراء الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول لعام (١٤٤٤هـ – ٢٠٢٣م).

مصطلحات الدراسة:

أولًا: التربية البدنية المكيفة (Modified Sports Activities):

تعرفها لجنة التربية البدنية المكيفة التابعة للاتحاد الأمريكي للصحة والتربية البدنية والترويح والإيقاع الحركي The American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance بأنها: برامج حركية متعددة الأغراض تتضمن أنشطة تطويرية ورياضية وألعاب معدلة، تتلاءم مع اهتمامات وإمكانيات وحدود وقدرات الطلبة ذوي الإعاقة وغير القادرين على المشاركة بنجاح أو بأمان في الأنشطة التي تتضمنها برامج التربية البدنية (AAHPERD, 1995).

وتعرفها الباحثتان إجرائيًا بأنها: مجموعة التدريبات الحركية والأنشطة الجسمية والألعاب التي تتم ممارستها في صف التربية البدنية في المرحلة (الابتدائية – المتوسطة – الثانوية)، والتي عُدّلت بما يتناسب مع قدرات الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة في المدارس (الحكومية/ الأهلية) الملحق بها فصول دمج التربية الفكرية.

ثانيًا: متطلبات التربية البدنية المكيفة (Requirements Modified Sports Activities):

هي تلك العناصر الواردة في بيان الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح والإيقاع الحركي (AAHPERD, 1995) تجاه التربية البدنية المكيفة، وتتمثل في تلبية الحاجات الخاصة للتعلم والحركة للطلبة ذوي الإعاقة، على أساس تقييم شامل؛ لإعطاء الطلبة ذوي الإعاقة المهارات اللازمة، وتعزيز اللياقة البدنية لديهم (Auxter et al., 2011).

وتعرفها الباحثتان **إجرائيًا** بأنها: التعديلات والتغيرات التي تساهم في نجاح تقديم التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة، وتشتمل على تهيئة ومساعدة القائمين على تقديم التربية البدنية في إعداد برامج التربية البدنية المكيفة وتنفيذها، وتوفير عوامل الأمن والسلامة والخدمات المساندة، وتضمين ذلك في الخطة التربوية الفردية للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، وتُقاس هذه العوامل من خلال الاستبانة التي قامت الباحثتان بإعدادها.

ثالثًا: مفهوم الذات (Self-Concept):

يعرف مفهوم الذات بأنه منظومة تصورات الفرد تجاه أفكاره ومشاعره وسلوكه ومظهره الخارجي، وطبيعة رؤية الآخرين له، وما يطمح أن يكون في ضوء انطباعاته عن واقعه (Michael, 2018).

وتعرفه الباحثتان **إجرائيًا** بأنه: رؤية كلية تعبر عن إدراك الفرد لذاته بأبعادها (الذات الشخصية، والذات الجسمية)، وتُشكّل من خلال التفاعل بين الفرد والبيئة المحيطة به، وتُقاس من خلال الاستبانة التي قامت الباحثتان بإعدادها.

رابعًا- الطلبة ذوو الإعاقة الفكرية البسيطة (Mild Intellectual Disabled Students):

هم الطلبة الذين يتميزون بقصور في الأداء الوظيفي الفكري، والذين يقل لديهم عن المتوسط بانحرافين سالبين، ويصاحبه خلل في السلوك التكيفي الذي يتضح في العديد من المهارات التكيفية والمفاهيمية والاجتماعية والعملية، وتظهر هذه الإعاقة قبل سن (٢٢) سنة، وتقع درجة ذكاءهم ما بين (٥٥-٧٠) درجة (AAIDD, 2021).

وتعرفهم الباحثتان **إجرائيًا** بأنهم: هم الأشخاص الذين تم تشخيصهم من قبل الجهات الرسمية والمعتمدة بأنهم من ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة، مما يؤهلهم لتلقي الخدمات التعليمية بمدارس التعليم العام الملحق بها فصول دمج التربية الفكرية بمدينة جدة.

خامسًا: معلمو الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية

Teachers of People With Intellectual Disability:

هم الكادر الأكاديمي الذين يعملون على تعليم الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية ورعايتهم وتأهيلهم في مدارس ومعاهد ومراكز وبرامج التربية الفكرية (الأمانة العامة للتربية الخاصة، ٢٠١٧).

وتعرفهم الباحثتان **إجرائيًا** بأنهم: الأفراد الذين يقومون بتعليم الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة، ويحملون المؤهل العلمي (بكالوريوس/ دراسات عليا) في تخصص التربية الفكرية، ويعملون في المدارس العامة الدامجة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية بمدينة جدة.

الإطـــار النظـــري

المحور الأول: متطلبات التربية البدنية المكيفة

مفهوم التربية البدنية المكيفة:

تعرف جمعية الصحة والتربية البدنية (SHAP, 2013) التربية البدنية المكيفة بأنها: تربية بدنية عُدّلت بحيث تكون مناسبة للطلبة ذوي الإعاقة كما هو الحال بالنسبة للطلبة العاديين، وتشمل التربية البدنية للطلبة ذوي الإعاقة تطوير الجوانب الآتية:

تطوير اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وترتكز على تحسين الصحة العامة واللياقة البدنية وتعزيز القدرات الحركية مثل: (القوة العضلية، والمرونة، والتحمل القلبي التنفسي).

المهارات الحركية الأساسية الكبيرة والدقيقة التي تؤدى إلى تحريك الجسم من مكان إلى اخر مثل: (اللقف، المشي، الجري، مسك العصا، ورمي الكرة).

مهارات الألعاب المائية والرقص هي نوع يجمع بين الفن والرياضة، والألعاب الفردية، والجماعية مثل: (التحكم في الجسد تحت الماء، وكتم الأنفاس، والرقص داخل الماء).

ويرى ماككيوبين (McCubbin, 2014) أن التربية البدنية المكيفة تعد المسار المستقبلي الذي يجب الاهتمام به والتركيز عليه؛ لضمان نتائج صحية أفضل للطلبة ذوي الإعاقة، وقد دعا إلى مزيد من التركيز على النشاط البدني المكيف من قبل المدرسة والموجه. أما داونز وآخرون (Downs et al., 2016) فقد عرفوها بأنها: تعليم متخصص لتلبية احتياجات الطلبة ذوي الإعاقة يُقدّم في أقل البيئات تقييدًا؛ مما يعني أنه يمكن تقديمه في فصل عام للتربية البدنية أو فصل منفصل أو مزيج من الاثنين معًا.

أهداف التربية البدنية المكيفة:

تتبع أهداف التربية البدنية المكيفة من أهداف التربية البدنية العامة في الجانب البدني والنفسي والاجتماعي، لكنها ترتكز على وضع برنامج تربوي خاص يتكون من ألعاب وأنشطة رياضية، وحركات إيقاعية تتناسب مع ميول الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية وقدراتهم وحدودهم، والذين

لا يستطيعون المشاركة بأمان في برنامج التربية البدنية العامة، بحيث تعمل على وصول الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية إلى أقصى قدرة بدنية، وتساعدهم على تقبل ذواتهم واعتمادهم على أنفسهم، وتمكينهم من الاندماج في المجتمع (الجبور، ٢٠١٢).

وتعمل التربية البدنية المكيفة على تحسين نوعية حياة الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، من خلال تعزيز تواصلهم الاجتماعي مع الآخرين (Yılmaz et al., 2015). كما أن للتربية البدنية المكيفة دورًا مهمًا في النمو الصحي للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية؛ لذلك توفر لهم الفرصة للحصول على النشاط البدني الذي يتوافق مع إعاقتهم في كلا البيئتين (Erickson et al., 2012). كما تعمل التربية البدنية المكيفة على تقوية أجهزة الجسم الحيوية والتوازن بين أجهزة الجسم المختلفة؛ حتى يُتاح لأجهزة الجسم فرصة أداء وظائفها كاملة (Vest et al., 2006).

أهمية التربية البدنية المكيفة:

عكس الاهتمام الكبير بالطلبة ذوي الإعاقة الفكرية على المستوى العالمي تحولًا ملحوظًا نحو تقديم سبل الرعاية المناسبة لهم، باعتبارهم من الفئات الاجتماعية التي حرمت من الكثير من أنماط الرعاية لفترة طويلة (الجهني، ٢٠٢٠). وبحسب ما أقرته الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح في اجتماعها السنوي عام (١٩٧٨) م، أن للإنسان حق في الترويح الذي يتضمن الرياضة إلى جانب الأنشطة الترويحية الأخرى، وقد أجمع العلماء على مختلف تخصصاتهم في علم البيولوجيا وعلم النفس والاجتماع بأن التربية البدنية والرياضية والترويحية مهمة للطلبة ذوي الإعاقة بشكل عام وللطلبة ذوي الإعاقة الفكرية بشكل خاص؛ لأهميتها بيولوجيًا (بكاي، ٢٠١٨)، حيث إن البناء البيولوجي للجسم البشري يحتم ضرورة الحركة، حيث أجمع علماء البيولوجيا المتخصصين في دراسة الجسم البشري على أهميتها في الاحتفاظ بسلامة الأداء اليومي المطلوب من الطلبة العاديين، أو الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية (عقبه، ٢٠١٠).

أما من الناحية الاجتماعية يمكن للتربية البدنية المكيفة أن تشجع على تنمية العلاقة الاجتماعية بين الطلبة، وتخفف من العزلة والانغلاق أو (الانطواء) على الذات، وتستطيع أن تحقق

انسجامًا وتوافقًا بين الطلبة. فالجلوس جماعة في مركز أو ملعب أو في نادي أو مع أفراد الأسرة وتبادل الآراء والأحاديث من شأنه أن يقوي العلاقات الجيدة بين الأفراد، ويجعلهم أكثر أخوة وتماسكًا، وتتمثل الجوانب والقيم الاجتماعية للتربية البدنية المكيفة في الروح الرياضية، والتعاون، وتقبل الآخرين، والتنمية الاجتماعية، والمتعة، والبهجة، واكتساب المواطنة الصالحة، والتعود على القيادة والتبعية، والارتقاء والتكيف (محمد، ٢٠١٩). وتكمن الأهمية النفسية للتربية البدنية المكيفة في الحاجات الفسيولوجية، كالحاجة إلى الأمن والسلامة، حيث يوجد علاقة مباشرة إلى حد ما بين الحاجة إلى الأمن والسلامة والاشتراك في الأنشطة البدنية، كذلك الحاجة إلى الانتماء، وتوجد عدة دراسات أثبتت أن الانتماء قد يتم عن طريق الأنشطة البدنية، والحاجة إلى تحقيق الذات، حيث إن تحقيق الذات هو الغاية العليا للإنسان، والمقصود بتحقيق الذات هو الوصول إلى مستوى من الرضا النفسي لا يتخلله أي انعدام في الحاجات النفسية أو الشعور بالأمن والانتماء، وممّا لا شك فيه أن التربية البدنية المكيفة تمثل مجالًا مهمًا يُمكّن الشخص من تحقيق ذاته (زيدان، ٢٠١١).

وبالرغم من أن التربية البدنية المكيفة تشمل الأنشطة التلقائية، فقد أجمع العلماء على أن هناك أهمية تربوية تعود على الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية (كريمة، ٢٠١٨). حيث إن التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُساعد على تعلم المهارات، وتساهم في اكتساب مهارات جديدة يمكن استخدامها مستقبلًا، وتقوية الذاكرة حيث يوجد نقاط معينة يتعلمها الشخص أثناء الاشتراك في التربية البدنية المكيفة، ويكون لها أثر فعال على الذاكرة حيث إن الكثير من المعلومات التي تكرر أثناء الممارسة تُسترجع عند الحاجة إليها، والمساعدة على اكتساب قيم وخبرات جديدة (Douglas et al., 1990). ويرى بعض المختصين في الصحة العقلية أهمية التربية البدنية المكيفة من الناحية العلاجية، حيث تكاد تكون المجال الوحيد الذي تتم فيه عملية التوازن النفسي شريطة ألا يكون الهدف منها تمضية وقت الفراغ، كل هذا من شأنه أن يجعل الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية أكثر توافقًا مع

البيئة، وأكثر قدرة على الخلق والإبداع، وقد تعيد التربية البدنية المكيفة توازن الجسم فهي تُخلصه من التوتر العصبي ومن العمل الآلي، وتجعله كائنًا أكثر مرحًا وارتياحًا (عقبة، ٢٠١٠).

المحور الثاني: الإعاقة الفكرية

مفهوم الإعاقة الفكرية:

وشهد مفهوم الإعاقة الفكرية تنوعًا واسعًا نتيجة لاختلاف الميادين التي اهتمت بتفسير هذه الإعاقة، كالطب وعلم النفس وعلم الاجتماع، وهذا بدوره أدى إلى ظهور العديد من التعريفات للإعاقة الفكرية. حيث يشير التعريف الطبي إلى وصف الحالة وأعراضها وأسبابها، دون وصفها بطريقة رقمية تعبر عن مستوى ذكاء الفرد. بينما التعريف السيكو متري يعتمد على درجة الذكاء (I.Q) كمحك أساسي في تعريف الإعاقة الفكرية. بينما يعتمد التعريف الاجتماعي على مدي نجاح أو فشل الفرد في الاستجابة للمتطلبات الاجتماعية مقارنة بالفئة العمرية المنتمي لها (هوساوي والحازمي، ٢٠١٢).

ويعد وصف الإعاقة الفكرية بقصور جوهري في الأداء العقلي والسلوك التكيفي، مع حدوث الإعاقة أثناء فترة النمو، من أحدث التعريفات التي فسرت الإعاقة الفكرية (Schalock et al., 2021).

ويختلف هذا التعريف عما سبقه بأنه استبدل مصطلح التخلف العقلي بمصطلح الإعاقة الفكرية. كما أن المصطلح الحديث يوفر الدعم لهم ويمكنهم من العيش بفعالية في بيئاتهم واحترام كرامتهم.

الخصائص العامة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية:

يعد ضعف القدرة على الانتباه وقصور الذاكرة، من الخصائص العقلية التي تؤثر في قدرة الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية على التعلم والتحصيل الأكاديمي، إضافة إلى أنهم يواجهون صعوبة في نقل أثر التعلم والتعلم العرضي والتجريدي، ويقصد بانتقال أثر التعلم: الأثر الذي يتركه تعلم الفرد لمهارة ما على تعلمه مهارة أخرى، أو قدرته على توظيف ما تعلمه في موقف سابق في المواقف الجديدة ذات العناصر المشابهة. كما أن لديهم مشكلات لغوية مختلفة كالتأخر اللغوي ومحدودية

الحصيلة اللغوية، ومشكلات في النطق مثل: الحذف والتشويه وكذلك الإملاء، وتتأثر كلٌ من القدرة العقلية واللغوية بدرجة الإعاقة، فكلما زادت شدة الإعاقة ضعفت على أثرها القدرة العقلية واللغوية عند الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية (مصطفى والريدي، ٢٠١١).

ويرى ماتسون وديمبسي ولوفيلو (Matson et al., 2009)أن القصور في الجانب العقلي يعرض الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية لمشكلات اجتماعية مختلفة، كعدم القدرة على اكتساب المهارات الاجتماعية المناسبة، وفرط الاستجابات الاجتماعية غير اللائقة، ومن الخصائص الاجتماعية أيضًا تأخر النضج الاجتماعي والتكيف، واكتساب العادات الضرورية، وعدم القدرة على تكوين الصداقات، وقد تعود المشكلات الاجتماعية عند الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية إلى تدني القدرة العقلية، وفي أحيان أخرى تنشأ بسبب اتجاهات الآخرين السلبية نحوهم وطرق معاملتهم، وتؤدي هذه الاتجاهات السلبية إلى العديد من المشكلات النفسية، مثل: تدني مفهوم الذات وانخفاض الدافعية الذي يرتبط أيضًا بخبرات الفشل والإخفاق التي يواجهونها، وهذا بدوره يُشعرهم بالاكتئاب والإحباط، أو الخوف والعدوانية، ومن جانب آخر يُظهر بعض الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية الضعف والحاجة إلى التعاطف؛ للحصول على رعاية الآخرين واهتمامهم (الخطيب، ٢٠١٠).

يُعد النمو البدني والحركي لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية أكثر جوانب النمو تطورًا مقارنة بالجوانب الأخرى، كما أنه يتحسن بتقدم العمر، وعلى الرغم من ذلك فهناك فروق واضحة بين الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية وأقرانهم الطلبة العاديين من حيث سرعة النمو وليس تسلسله (الجبور، ٢٠١٢). ولا يختلف الطلبة ذوو الإعاقة الفكرية البسيطة عن أقرانهم العاديين في هيئتهم الجسدية، بخلاف الطلبة ذوي الإعاقة المتوسطة والشديدة، وبشكل عام يلاحظ أن وزن الطفل ذي الإعاقة الفكرية وحجمه أصغر من وزن الطفل العادي (مصطفى والريدي، ٢٠١١).

المحور الثالث: مفهوم الذات

مفهوم (مفهوم الذات):

لم يختلف العاملون بعلم النفس قديمًا أو حديثًا حول قضية أو موضوع مثلما اختلفوا حول مفهوم الذات سواء في عملية تمييزه عن المفاهيم الأخرى كتقدير الذات أو التقرير الذاتي أو الإدراك الذاتي، أو في إيضاح تداخله مع مصطلحات مثل الأنا أو الروح أو النفس، أو في تحديد تعريفاته كموضوع أو كعملية.

ويختلف الباحثون في تعريفهم لمفهوم الذات، بحيث يتعذر القول بوجود تعريف واضح ومحدد لهذا المفهوم، أو وجود تعريف يحظى باتفاق جميع الباحثين في مجال علم النفس. حيث يعرف الأشول (٢٠١١) مفهوم الذات بأنه: صورة الذات أو فكرة الشخص عن ذاته، وهو تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتعميمات الخاصة بالذات، ويبلوره الفرد ويعتبره تعريفًا نفسيًا لذاته. كما يعرفه هيربرت (٢٠١٩) بأنه: مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وهي تمثل معتقدات توقع النجاح ودرجة الفشل.

أهمية مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية:

يمثل مفهوم الذات أهمية في حياة الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، فهو الذي يوجه أفعالهم في المواقف المختلفة، وينمو مفهوم الذات من خلال الخبرات التي يكتسبها الطلبة من خلال تفاعلهم مع المحيط الاجتماعي، فالطلبة يؤثرون في الآخرين ويتأثرون بهم، وبمقدار هذا التأثير ونوعه يتشكل ذاته، كما أن لصورة الطلبة عن ذاتهم أثر كبير وأهمية بالغة في مستقبلهم وحياتهم، بالإضافة إلى أن مفهوم الذات يعمل على تحقيق الاتساق بين أفعالنا ونظرتنا إلى أنفسنا سلبية كانت أم إيجابية (الخمايسة، ٢٠١٦). ويعد مفهوم الذات من العوامل المهمة في النجاح الأكاديمي، والشخصي، والاجتماعي؛ ممّا ينعكس على تفاعل الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية مع ذاتهم ومع الآخرين إيجابًا أو سلبًا، فالمستوى المرتفع من مفهوم الذات يسهم في توظيف المهارات التي يمتلكها الطلبة في التوجيه والسيطرة على الاستثارات الفائقة لديهم (القطناني، ٢٠١١).

أثر ممارسة التربية البدنية المكيفة على مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية

يعد ميدان التربية الخاصة أحد الميادين التربوية، والذي شهد اهتمامًا كبيرًا من أجل تحسين الخدمات المقدمة للطلبة ذوي الإعاقة والتي تشمل البرامج المقدمة لهم، وآلية التعليم وخدمات التأهيل، وإستراتيجيات القياس والتشخيص (السحيمي والزارع، ٢٠٢١).

ولكي تتحقق رؤية المملكة (٢٠٣٠)، المتمثلة في توفير فرص تعليمية تضمن استقلالية الطلبة ذوي الإعاقة بما فيهم الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية واندماجهم في المجتمع، وتحقيق مخرجات تعليمية جيدة، فإن على إدارات ومؤسسات التربية الخاصة أن تعمل على تطوير سياساتها بما يتناسب مع أهداف الرؤية الجديدة، وتطوير البرامج والخدمات المقدمة للطلبة من ذوي الإعاقة الفكرية وفق الممارسات المتفق عليها عالميًا في ميدان التربية الخاصة، والاستمرار في تقييم المعلمين في المراحل المهنية كافة (وزارة التعليم، ٢٠٢١). وفي وقتنا المعاصر لم يعد منطقيًا النظر إلى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية على أنهم عبء على المجتمع، بل يجب النظر إليهم على أنهم جزء من المجتمع كما يجب تربيتهم، وتعليمهم، وتحسين مهاراتهم، والتعامل معهم بكل إيجابية، والعمل بشكل مستمر لدمجهم في المجتمع، وتمكين تكيفهم مع مطالب الحياة في حدود قدراتهم وطاقتهم وخصائصهم التي يمتلكونها (جالم وآخرون، ٢٠٢٢).

وتُعد التربية البدنية المكيفة من الوسائل التربوية الفاعلة التي تحقق أهداف التربية الخاصة، فهي تعمل على التنمية الشاملة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية في الجوانب كافة الاجتماعية والنفسية والمعرفية والشخصية والحركية والصحية (زمالي وآخرون، ٢٠٢١). فأهمية التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تنبع من أهداف موضوعة مسبقًا؛ بهدف التخفيف بما يشعرون به من عبء نفسي وجسمي واكتساب تكامل الشخصية الخاصة بهم، والعمل على تطويرها (صغيري، ٢٠١٣).

وقد أشار الروسان (٢٠١٠) إلى أن الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية لديهم قصور ملحوظ في النمو الحركي، وما يتضمنه من مهارات مثل المشي والتوازن، وغيرهما من المهارات الحركية التي تتطلب التحكم والتوافق العضلي العصبي، ولذلك فإن الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية يتعرضون للعديد من التحديات المستقبلية التي تعترضهم في حياتهم التعليمية أو العملية، وبالتالي لا بد من إيجاد بيئات تعليمية وبرامج تربوية متنوعة؛ لتنمية قدراتهم الاجتماعية والنفسية والبدنية.

الدراسات السابقة:

قامت الباحثتان بحصر جميع هذه الدراسات المرتبطة بعنوان الدراسة الحالية مرتبة من الأقدم إلى الأحدث في محوريين رئيسيين:

المحور الأول: الدراسات السابقة المرتبطة بمتطلبات التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية

سعت دراسة ماجوكو(Majoko, 2019) التعرف إلى واقع مشاركة التلاميذ ذوي الإعاقة (الإعاقة الفكرية، وصعوبات التعلم، والإعاقة البصرية، والتوحد، والإعاقات العاطفية/ السلوكية، والشلل الدماغي، والإعاقات الجسدية، ومتلازمة داون) في التربية البدنية في المرحلة الابتدائية في زمبابواي، واستخدم الباحث المنهج النوعي، وتكونت عينة الدراسة من (٢٤) معلمًا للتربية البدنية، وكشفت نتائج الدراسة عن أنه لدى المعلمين ميول إيجابية نحو مشاركة الطلبة ذوي الإعاقة في التربية البدنية، وقد ذكرت الدراسة عددًا من مقومات تطبيق التربية البدنية المكيفة مثل فهم شخصية الطالب، وإقامة علاقات اجتماعية إيجابية بين المعلمين والطلبة، وتعزيز العلاقات الاجتماعية الإيجابية بين الطلبة أنفسهم، ودعم ثقافة التعاون بين الطلبة.

وأجرت الشافعي (٢٠٢١) دراسة هدفت التعرف إلى متطلبات التربية البدنية المعدلة للتلميذات ذوات الإعاقة الفكرية في المدارس العادية من وجهة نظر فريق العمل المدرسي، ووفقًا للمتغيرات الآتية: طبيعة العمل، وسنوات الخبرة، والمرحلة التعليمية، ولتحقيق ذلك استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، واعتمدت الاستبانة أداةً لها، واختيرت العينة بطريقة عشوائية من العاملات الإناث في برامج التربية الفكرية الملحقة بالمدارس العادية في مدينة الرياض، قوامها (٢٣٠) عاملة، وأشارت النتائج إلى أن اتفاق عينة الدراسة على متطلبات التربية البدنية جاء بدرجة كبيرة جدًا، كما أسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق بين استجابات عينة الدراسة حول المتطلبات، وتوفير الخدمات المساندة تُعزى إلى متغير طبيعة العمل ومتغير سنوات الخبرة، وكشفت النتائج أيضًا عن وجود فروق حول "تعديل منهج التربية البدنية العامة" تُعزى إلى اختلاف المرحلة التعليمية.

وهدفت دراسة أجرتها شعبان والجدعاني (٢٠٢١) التعرف إلى واقع ممارسة الأنشطة الرياضية المكيفة للأشخاص ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة من وجهة نظر المعلمين في ضوء

بعض المتغيرات: "النوع، والمؤهل العلمي، ونوع القطاع"، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٥) معلمًا ومعلمة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية اختيروا بالطريقة العشوائية في مدينة جدة وباستخدام المنهج الوصفي، وأظهرت النتائج أن درجة تطبيق الأنشطة الرياضية المكيفة مع الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة كانت بدرجة متوسطة، مع عدم وجود فروق في مجال (البيئة الفيزيقية الحسية للأنشطة الرياضية، ودرجة توافر الموارد البشرية المؤهلة لتدريب الأنشطة الرياضية، ودور معلمي الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية لتفعيل الأنشطة الرياضية) تُعزى لمتغير النوع، والمؤهل العلمي، مع وجود فروق في مجال (البيئة الفيزيائية الحسية للأنشطة الرياضية) تُعزى لمتغير نوع القطاع وجاء لصالح القطاع الخاص، وأوصت الباحثتين بأهمية تفعيل الأنشطة الرياضية المتنوعة مع الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من قبل مختصين مؤهلين باعتماد برامج تدريبية مخططة ومنظمة.

وعن تأثير الأنشطة البدنية المكيفة على الطلبة ذوي الإعاقة، قامت شنوقي (٢٠٢٢) بدراسة للتعرف إلى مدى تأثير النشاط البدني الرياضي المكيف على الصحة النفسية لفئة ذوي الاحتياجات الخاصة، وقد استُخدِم المنهج الوصفي، واشتملت عينة الدراسة (٢٠) فردًا من الطلبة ذوي الإعاقة من مركز ذوي الاحتياجات الخاصة بولاية باتنة اختيروا بطريقة قصدية، ولجمع البيانات استخدمت الباحثة استبيانًا حول الصحة النفسية يتكون من ثلاثة محاور، وقد أشارت أهم النتائج إلى أن النشاط البدني الرياضي المكيف له تأثير إيجابي على الصحة النفسية للطلبة ذوي الإعاقة، وأوصت الدراسة بضرورة إشراك الطلبة ذوي الإعاقة بمختلف إعاقاتهم في البرامج البدنية المكيفة، وإدراج برامج التحضير النفسي الخاصة بالطلبة ذوي الإعاقة في برامج إعداد المدربين.

المحور الثاني: الدراسات السابقة المرتبطة بمفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية

ويتأثر مفهوم الذات بنوع الإعاقة ومدى شدتها، وهذا ما ذكرته دراسة شبيغلمان وهاجاني (Shpigelman & HaGani, ٢٠١٩)، والتي هدفت إلى تقييم تأثير نوع الإعاقة وظهورها على مفهوم الذات وصورة الجسم، على عينة قوامها (١١٩) بالغًا (فوق سن ١٨ عامًا) يعانون من أنواع مختلفة من الإعاقات في أستراليا، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وقامت بتصميم استبانة ضمن مجموعة من المتغيرات (الجنس، والحالة الأسرية، وشدة الإعاقة)، وبإجراء معامل ارتباط

بيرسون و ANOVA ونماذج الانحدار الخطي المتعددة، أظهرت النتائج أن الطلبة الذين يعانون من إعاقات نفسية غير مرئية لديهم مستويات أقل من مفهوم الذات وصورة الجسم مقارنة بالطلبة ذوي الإعاقات الجسدية المرئية، ووجد أن نوع الجنس والحالة الأسرية ومستوى شدة الإعاقة مرتبطان بمفهوم الذات وصورة الجسم، وأوصت الدراسة بتعديل خدمات الرعاية الصحية لتلبية الاحتياجات النفسية للطلبة الذين يعانون من أنواع مختلفة من الإعاقة، ويجب تحديد الممارسات في المجتمع التي من شأنها تحسين مشاعر الطلبة ذوي الإعاقة وأفكارهم.

وتناولت دراسة زواق وبلقاسم (٢٠٢٠) مفهوم الذات الشخصي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى المعاقين سمعيًا الممارسين للنشاط الرياضي المكيف على مستوى ولاية الجزائر، وبلغ عدد أفراد عينة الدراسة (٩٠) فردًا أعمارهم بين (١٨-٢٨) سنة اختيروا بطريقة عشوائية، وتكونت أداة الدراسة من مقياس مفهوم الذات ومقياس التوافق النفسي، وقد استعمل في هذه الدراسة المنهج الوصفي، ومن بين أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات الشخصي والتوافق النفسي الاجتماعي لدى المعاقين سمعيًا الممارسين للنشاط البدني المكيف، وأوصت الدراسة بتوفير الدعم والإمكانيات للمراكز والنوادي التي تُعنى برعاية الطلبة ذوي الإعاقات، واقتراح برامج رياضية لتعزيز مفهوم الذات والتوافق النفسي لديهم.

وقد يكون مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة متغيرًا حاسمًا يؤثر على جوانب مختلفة من شخصيته مثل: التكيف والتحفيز والتعبير عن الذات والنضج الاجتماعي وما إلى ذلك، وهذا ما أوضحته دراسة رنا (Rana, 2020)، والتي هدفت إلى دراسة مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة، وضمن مجموعة من المتغيرات (النوع، والخلفية السكنية، ونوع الإعاقة)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي المسحي لجمع البيانات، واختيرت عينة قوامها (٢٠٤) من الطلبة في مختلف المدارس الابتدائية الحكومية في منطقة كانجرا من خلال أخذ العينات العشوائية، وكشفت النتائج أنه لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مفهوم الذات، ولكن الطلبة ذوي الإعاقة في البيئة الريفية والحضرية تختلف اختلافًا كبيرًا في مفهوم الذات، حيث عُثِر على الطلبة ذوي الإعاقة في البيئة الحضرية لديها مفهوم ذاتي أفضل من الطلبة ذوي الإعاقة في البيئة الريفية، ولم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات فيما يتعلق بمتغير نوع الإعاقة، وأوصت

الدراسة بوجوب خلق بيئة جيدة وتوفير فرص تفاعل أفضل من قبل المعلمين، وكذلك إعطاء أنواع مختلفة من الندوات والبرامج التعليمية وغيرها من الأكاديمية والمهنية، وإدراج الأنشطة في خطط الطلبة ذوي الإعاقة.

وهدفت دراسة خضر وذكي (٢٠٢٠) التعرف إلى فعالية اختبار رسم الذات في التعرف إلى مدى التحسن في مفهوم الذات لدى الأطفال المعاقين عقليًا الخاضعين لبرامج تنمية المهارات، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتمثلت أدوات الدراسة في استمارة البيانات الأولية، ومقياس الصورة الجاذبية من برنامج البورتاج، وقائمة المشكلات السلوكية، واختبار رسم الشخص، والملاحظة المنظمة، واختبار رسم الذات، وطُبّقت على عينة قوامها (٣) من الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية بمحافظة المنوفية في مصر، وأشارت نتائج الدراسة إلى ضرورة الاعتماد على اختبار رسم الذات في الوقوف على مدى التحسن في مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية الخاضعين لبرامج تنمية المهارات، وأظهرت النتائج أنه من خلال تطبيق الخطط التأهيلية الفردية على الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية الهادفة إلى تأهيلهم وتنمية مهاراتهم في المجالات المختلفة تشمل (المجال الاتصالي اللغوي، المجال الإدراكي المعرفي، والمجال الحركي الجسمي، والمجال الاجتماعي، ومجال الرعاية الذاتية، ومجال تعديل السلوك)، وقد انعكس بشكل إيجابي على تحسن مفهوم الذات لديهم، وأوصت الدراسة المتخصصين الذين يقومون بتنمية مهارات الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية وتعديل سلوكهم باستخدام اختبار رسم الذات باعتباره وسيلة سهلة وسريعة ودقيقة، كما يُمكنهم من التعرف إلى مدى تحسن مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية.

التعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح من عرض الدراسات السابقة اتفاق جميع الدراسات على الآثار والنتائج الإيجابية المترتبة على ممارسة التربية البدنية المكيفة، بالإضافة إلى نقص مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة بشكل عام والطلبة ذوي الإعاقة الفكرية بشكل خاص، ويتبين ممّا سبق من مراجعة الأدبيات ذات العلاقة بعنوان الدراسة الحالية أهم الفجوات البحثية التي ستحاول الدراسة الحالية تغطيتها؛ نظرًا لتزايد الأبحاث التربوية والنفسية التي اهتمت بمعالجة العديد من المشكلات النفسية والسلوكية لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية.

أوجه الاتفاق والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

من حيث الهدف:

اتفقت دراسة (شنوقي، ٢٠٢٢) مع الدراسة الحالية في استخدام التربية البدنية المكيفة وتأثيرها على العديد من المفاهيم والمهارات لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية (التكيف العاطفي والإدارة الذاتية والتنشئة الاجتماعية، والمهارات الحركية، الصحة النفسية)، بينما تسعى الدراسة لمعرفة مدى تأثير وتطوير التربية البدينة المكيفة لمفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، وكذلك اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة خضر وذكي (٢٠٢٠) في قياس مدى تحسن وتطور مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية باستخدام اختبار رسم الذات، بينما تسعى الدراسة الحالية لقياس التحسن باستخدام متطلبات التربية البدنية المكيفة. وتناولت دراسة زواق وبلقاسم (2020) مفهوم الذات الشخصي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى المعاقين سمعياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف، بينما تقوم الدراسة الحالية بمعرفة العلاقة بين متطلبات التربية البدينة المكيفة ومفهوم الذات الشخصي والجسمي لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية.

أيضاً دراسة الشافعي (٢٠٢١) حيث تشابهت مع الدراسة الحالية في دراسة متطلبات التربية البدنية المكيفة مع اختلاف أن الدراسة الحالية تبحث العلاقة بين متطلبات التربية البدينة المكيفة وعلاقتها في تطوير مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي لإعاقة الفكرية.

من جانب آخر اختلفت باقي الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في الهدف من الدراسة وهو التعرف على وجود علاقة بين متطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، ولكن اتفقت في مواضع أخرى سيتم ذكرها.

من حيث العينة:

اتفقت دراسة كلاً من (ماجوكو، ٢٠١٩؛ وشعبان والجدعاني، ٢٠٢١) اتفقت مع الدراسة الحالية في عينتها المكونة من المعلمين والمعلمات. وفي المقابل اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة الشافعي (٢٠٢١) حيث اعتمدت الشافعي في دراستها على مجتمع المعلمات الإناث فقط وهنا يكمن الاختلاف حيث ستعتمد الدراسة الحالية على مجتمع المعلمين الذكور والإناث.

واختلفت دراسة كلاً من (شبيغلمان وهاجاني، ٢٠١٩؛ وزواق وبلقاسم، ٢٠٢٠؛ ورنا، ٢٠٢٠؛ وخضر وذكي، ٢٠٢٠؛ وشنوقي، ٢٠٢٢) حيث اعتمدت هذه الدراسات عينة من الطلبة ذوي الإعاقة.

من حيث فئة الإعاقة ومتغيرات الدراسة

تتشابه الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة من حيث فئة الإعاقة وهي فئة الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية عدا دراسة (زواق وبلقاسم، ٢٠٢٠) حيث كانت فئة الإعاقة في هذه الدراسة الطلبة ذوي الإعاقة السمعية.

وتتفق العديد من الدراسات كما في دراسة (شبيغلمان وهاجاني، ٢٠١٩؛ رنا، ٢٠٢٠؛ الشافعي، ٢٠٢١؛ وشعبان والجدعاني، ٢٠٢١) مع الدراسة الحالية في بعض المتغيرات المتمثلة في (الجنس، سنوات الخبرة، والمؤهل العلمي، ونوع القطاع)، بينما اختلفت باقي الدراسات من حيث المتغيرات مع الدراسة الحالية.

من حيث المكان:

تتفق الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات التي طُبقت في المملكة العربية السعودية مثل دراسة شعبان والجدعاني (٢٠٢١) حيث طبقت في مدينة جدة، والشافعي (٢٠٢١) في مدينة الرياض.

كذلك طبقت العديد من الدراسات في بيئات عربية، مثل دراسة (زواق وبلقاسم، ٢٠٢٠؛ وشنوقي، ٢٠٢٢) حيث طبقت في الجزائر، وكذلك دراسة (خضر وذكي، ٢٠٢٠) كانت في مصر. وطبقت كلاً من دراسة (ماجوكو، ٢٠١٩؛ وشبيغلمان وهاجاني، ٢٠١٩؛ ورنا، ٢٠٢٠) في بيئات أجنبية.

من حيث المنهجية والإجراءات:

اتفقت معظم الدراسات مع الدراسة الحالية على اعتماد المنهجية الوصفية (بمختلف أنواعها)، كما في دراسة رنا (٢٠٢٠) فقد استخدمت المنهج الوصفي المسحي من خلال القيام بدراسة مفهوم

الذات لدى عينة من الطلبة ذوي الإعاقة، بالإضافة إلى دراسة كلاً من (شبيغلمان وهاجاني، ٢٠١٩؛ وزواق وبلقاسم، ٢٠٢٠؛ وخضر وذكي، ٢٠٢٠؛ والشافعي، ٢٠٢١؛ وشعبان والجدعاني، ٢٠٢١؛ وشنوقي، ٢٠٢٢) فقد استخدمت أيضاً المنهج الوصفي من خلال الاستبانة كآداة للدراسة.

بينما اختلفت دراسة (ماجوكو، ٢٠١٩) حيث استخدمت المنهج النوعي من خلال جمع البيانات عن طريق المقابلات، بينما سعت الدراسة الحالية إلى استخدام المنهج الوصفي الارتباطي؛ للوصول إلى هدف الدراسة وهو وجود علاقة بين متطلبات التربية البدنية المكيفة ومفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية.

ما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة

من خلال استعراض الدراسات السابقة وأوجه الاتفاق والاختلاف بينها وبين الدراسة الحالية يمكن تحديد الفجوة البحثية التي تُحاول الدراسة الحالية تغطيتها، حيث لم تجد الباحثتان من خلال تقصيها وبحثها في الدراسات السابقة دراسات تناولت متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات وتحسينه لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية في المدارس العامة، وهو ما يميز الدراسة الحالية.

كما تنفرد الدراسة الحالية بالحدود المكانية، حيث لم تجد الباحثتان أي دراسة محلية تناولت متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية بمدينة جدة، كما أن معظم الدراسات السابقة دراسات استخدمت المنهج الوصفي التحليلي، بينما الدراسة الحالية تعتمد على المنهج الوصفي الارتباطي وضمن خمس متغيرات.

وبالنظر إلى التطور التاريخي للدراسات البحثية السابقة، نجد أنها تنظر إلى المعلمين على أنهم حجر الزاوية، لذلك رأت الباحثتان أنه لا بد من تسليط الضوء على المعلمين (ذكورًا وإناثًا)، والأخذ بآرائهم في متطلبات التربية البدنية المكيفة، واستخدامها في تطوير مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية.

وتسعى الدراسة الحالية لسد الفجوة في الأدبيات من خلال توفير البيانات حول متطلبات التربية البدنية المكيفة ومفهوم الذات والعلاقة بينهما، وقد استُفيد من الدراسات السابقة في إثراء الإطار النظري للدارسة الحالية من خلال الاستفادة من الأطر النظرية، وأدبيات هذه الدراسات، واعتُمِد عليها في بناء أداة الدراسة، وتحديد منهج الدراسة، والأساليب المناسبة لتحليل النتائج وتفسيرها التي توصلت إليها الدراسة.

كم تسعى الدراسة الحالية إلى تقديم مقترحات يمكن أن يُسهم تطبيقها في تطوير خدمات التربية البدنية المكيفة وتحسينها لفئات الإعاقة كافة، بالإضافة إلى تقديم حلول أخرى تُساعد على تطوير مفهوم الذات والعديد من المفاهيم التي تُواجه قصورًا واضحًا لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية.

منهج الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة:

تم اعتماد المنهج الوصفي الارتباطي، لمناسبته لطبيعة الدراسة، وتحقيق أهدافها، والإجابة على تساؤلاتها، حيث يذكر العساف (٢٠١٢) أن المنهج الوصفي الارتباطي يستخدم في حالة الرغبة في التحقق من وجود علاقة كانت موجودة فهل هي طردية أم عكسية، موجبة أم سالبة.

مجتمع الدراسة وعينتها

ويتكون **مجتمع الدراسة الحالية** من جميع المعلمين والمعلمات بمدارس التعليم العام (الحكومية / الأهلية) الملحق بها فصول دمج التربية الفكرية بمدينة جدة.

تم تحديد **عينة الدراسة الحالية** بالاستناد على الإحصائية الرسمية الصادرة عن قسم التخطيط والمعلومات بإدارة تعليم مدينة جدة حول عدد معلمي ومعلمات التربية الفكرية بمدارس التعليم العام (الحكومية / الأهلية) الملحق بها فصول دمج التربية الفكرية بمدينة جدة للعام (٢٠٢٣)، والبالغ عددهم (٤٠٥) معلمًا ومعلمة، وبناءً على قانون حساب حجم العينة (Moore, McCabe, Duckworth, & Sclove, 2003)، والذي يُعطي أقل عدد لحجم العينة يمكن من خلاله تعميم النتائج على مجتمع الدراسة، كان الحد الأدنى لعدد عينة الدراسة من المعلمين (١٩٨) معلمًا، وقد اختيرت عينة مكون من (٢٠١) معلمًا ومعلمة ممثلين لمجتمع الدراسة.

خصائص أفراد عينة الدراسة:

اولًا: النوع

جـــدول (١)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير النوع

النـــوع	التكـــرار	النسبـــة
أنثى	١٠٦	٪٥٢,٧
ذكر	٩٥	٪٤٧,٣
المجموع	٢٠١	٪١٠٠

ثانيًا: المؤهل العلمي:

جـــدول (٢)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغير المؤهل العلمي

المؤهل العلمي	التكرار	النسبة
بكالوريوس	116	٪57.7
دراسات عليا	85	٪42.3
المجموع	201	٪100

أداة الدراسة:

توافقًا مع طبيعة البيانات المُراد جمعها، والمنهج المُتبع، وأهداف الدراسة وتساؤلاتها؛ استخدمت الباحثتان الاستبانة أداةً لجمع البيانات؛ كونها تتمتع بدلالات صدق وثبات عالية.

وتتألف أداة الدراسة من ثلاثة أقسام:

- **القسم الأول:** يحتوي على مقدمة تعريفية بأهداف الدراسة، ونوع البيانات والمعلومات التي تود الباحثتان جمعها من أفراد عينة الدراسة.
- **القسم الثاني:** يحتوي على البيانات الديموغرافية لأفراد عينة الدراسة، وهي على النحو الآتي: (النوع، والمؤهل العلمي).
- **القسم الثالث:** يتكون هذا القسم من (٣١) عبارة، موزعة على محورين، كل محور مقسم لعدة أبعاد.

وقد أجيب على جميع الأسئلة التي تضمنتها الـ (٣١) فقرة باستخدام مقياس ليكرت الخماسي للحصول على استجابات أفراد عينة الدراسة، وفق درجات الموافقة الآتية: (موافق بشدة – موافق – محايد – غير موافق – غير موافق بشدة).

صدق أداة الدراسة:

أولًا: الصدق الظاهري للأداة Face Validity (صدق المحكِّمين).

قامت الباحثتان بعرض أداة الدراسة بصورتها الأولية على عدد من المحكمين المختصين في مجال التربية الخاصة، حيث بلغ عدد المحكمين (٨) محكمين، حيث طلبت الباحثتان من السادة المحكمين تقييم جودة الاستبانة، من حيث قدرتها على قياس ما أعدت لقياسه، والحكم على مدى ملاءمتها لأهداف الدراسة، وذلك من خلال تحديد مدى وضوح كل عبارة، ومدى ارتباط كل عبارة بمحورها، وأهميتها، وسلامتها لغويًا، إضافةً إلى إبداء رأيهم في حال وجود أي تعديل، أو حذف، أو إضافة عبارات للاستبانة.

ثانيًا: صدق الاتساق الداخلي للأداة

للتحقق من صدق الاتساق الداخلي للاستبانة، تم اختيار عينة استطلاعية مكونة من (٣٠) معلم ومعلمة تربية فكرية بمدارس التعليم العام (الحكومية / الأهلية) الملحق بها فصول دمج التربية الفكرية بمدينة جدة، ووفقًا للبيانات حُسِب معامل ارتباط بيرسون (Pearson's Correlation Coefficient)؛ وذلك بهدف التعرف على درجة ارتباط كل عبارة من عبارات الاستبانة بالدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه العبارة. واتضح أن قيم معامل ارتباط كل عبارة من العبارات مع محورها موجبة، ودالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (٠.٠١) فأقل؛ مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي بين عبارات الاستبانة، ومناسبتها لقياس ما أُعدت لقياسه.

ثالثًا: الصدق البنائي

قد حُسِب معامل ارتباط بيرسون (Pearson's Correlation Coefficient)؛ وذلك بهدف التعرف على درجة ارتباط كل بُعد من أبعاد الاستبانة بالدرجة الكلية للمحور الذي ينتمي إليه، وأظهرت النتائج أن قيم معامل ارتباط كل بعد مع الدرجة الكلية موجبة، ودالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (٠.٠١) فأقل؛ مما يشير إلى الصدق البنائي لأبعاد الاستبانة، ومناسبتها لقياس ما أُعدت لقياسه.

ثبات أداة الدراسة:

أولًا: استخراج معادلة ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha.

تم التأكد من ثبات أداة الدراسة من خلال استخدام معامل الثبات ألفا كرونباخ (معادلة ألفا كرونباخ) ((Cronbach's Alpha (α))، وظهر أن معامل ثبات ألفا كرونباخ العام للمحور الأول عالٍ حيث بلغ (٠.٩١٢)، وكذلك للمحور الثاني حيث بلغ (٠.٨٧٩)؛ وهذا يدل على أن الاستبانة تتمتع بدرجة ثبات مرتفعة يمكن الاعتماد عليها في التطبيق الميداني للدراسة، كما أن معامل الثبات عالٍ لكل بُعد من أبعاد الاستبانة.

ثانيًا: طريقة التجزئة النصفية Split-Half.

تم تجزئة فقرات الاستبانة إلى جزأين، ثم حُسِب معامل الارتباط بين درجات جزئي الاستبانة، وبعد ذلك صُحّح معامل الارتباط بمعادلة جوتمان؛ بسبب عدم تساوي التباين وقيم ألفا لجزئي الاستبانة، وتم الحصول على أن معامل الثبات العام للمحور الأول عالٍ حيث بلغ (٠.٩٢٣)، وكذلك للمحور الثاني حيث بلغ (٠.٨٣٩)؛ وهذا يدل على أن الاستبانة تتمتع بدرجة ثبات مرتفعة يمكن الاعتماد عليها في التطبيق الميداني للدراسة، كما أن معامل الثبات عالٍ لكل بُعد من أبعاد الاستبانة.

نتائج الدراسة ومناقشتها

النتائج الخاصة بالسؤال الأول ومناقشتها

"ما متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية؟"

لتحديد أبرز متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية بمدينة جدة، حُسِب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لهذه المحاور، وصولًا إلى تحديد متطلبات التربية البدنية المكيفة وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم، وفيما يلي يوضح جدول (٣) النتائج العامة لهذا الأمر.

أولًا: استجابات أفراد عينة الدراسة حول متطلبات التربية البدنية المكيفة

جـــــدول (٣)

استجابات أفراد عينة الدراسة حول متطلبات التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية

م.	محاور الاستبانة	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري	الترتيب
		قيمة المتوسط	درجة الموافقة		
1	البعد الأول: تضمين أهداف التربية البدنية المكيفة في البرنامج التربوي الفردي للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية	٣,٨١	كبيرة	٠,٧٨٨	٣
2	البعد الثاني: كفايات معلمي التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية.	٤,٢٧٨٦	كبيرة جدًا	٠,٧٠٢	١
٣	البعد الثالث: توفير عوامل الأمن والسلامة في حصص التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية.	٤,٠٨٠٢	كبيرة	٠,٨٩٩	٢
الدرجة الكلية لمتطلبات التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية		٤,١	كبيرة	٠,٦٩٨	.

يتضح من خلال النتائج أن مستوى **متطلبات التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم** كانت بمتوسط (٤.١٠)، أي بدرجة **كبيرة** وفقًا للمعيار الذي اعتمدته الدراسة حسب مقياس ليكرت الخماسي، وتبين من النتائج أن البُعد الثاني (كفايات معلمي

التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية) في الترتيب الأول بمتوسط حسابي (٤.٢٧٨٦)، وبدرجة كبيرة جدًا، وفي المرتبة الثانية جاء البُعد الثالث (توفير عوامل الأمن والسلامة في حصص التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية) بمتوسط (٤.٠٨٠٢)، وهو بدرجة كبيرة، يليها البُعد الأول وفي المرتبة الأخيرة (تضمين أهداف التربية البدنية المكيفة في البرنامج التربوي الفردي للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية) بمتوسط (٣.٨١)، وهي بدرجة كبيرة.

وتعزو الباحثتان هذه النتيجة إلى أن المشاركين في الدراسة (معلمي ومعلمات التربية الفكرية)، يدركون أهمية مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، ومدى مساهمته في زيادة الاتزان النفسي للطلبة والذي يتحدد على أساس مدى التكامل بين طاقات الجسم والعقل وقدراته على القيام بالواجبات المحاطة به من قبل المجتمع وقدرته على التكيف والإنتاج وتحقيق الذات، وإنشاء العلاقات الاجتماعية بما يمكنه من مواجهة مطالب الحياة وذلك يساعده على الإحساس بالرضا والسرور والوسائل التي تحقق مستوى أفضل من الصحة النفسية والتوازن الانفعالي للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة البمباوي وآخرون (٢٠١٧) التي أكدت على أهمية إعداد برامج تدريبية تقدم الإستراتيجيات والفنيات والأساليب المختلفة التي تساعد على تنمية المهارات ومفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية.

ثانيًا: استجابات أفراد عينة الدراسة حول تطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية:

جـــــــدول (٤)

استجابات أفراد عينة الدراسة حول تطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية

م.	محاور الاستبانة	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري	الترتيب
		قيمة المتوسط	درجة الموافقة		
1	البعد الأول: الذات الشخصية	٣,٤٥	كبيرة	٠,٧٤٥	١
2	البعد الثاني: الذات الجسمية.	٣,٤٤٩	كبيرة	٠,٧٤٣	٢
الدرجة الكلية لتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية		٣,٤٤٩	كبيرة	٠,٧٢٣	٠

يتضح من خلال النتائج أن مستوى **تطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم** كان بمتوسط (٣.٤٤٩)، أي بدرجة **كبيرة** وفقًا للمعيار الذي اعتمدته الدراسة حسب مقياس ليكرت الخماسي، وتبين من النتائج أن البُعد الأول (الذات الشخصية) في الترتيب الأول بمتوسط حسابي (٣.٤٥)، وبدرجة كبيرة، وفي المرتبة الثانية جاءت البُعد الثاني (الذات الجسمية) بمتوسط (٣.٤٤٩)، وهي بدرجة كبيرة.

ويمكن تفسير هذا على أنه كلما كان الطلبة يملكون مفهومًا ذاتيًا شخصيًا متوازنا وإيجابيًا يؤدي هذا إلى شعورهم بالتوافق الشخصي، ويكون لديهم القدرة على تحقيق السعادة والرضا، وبالتالي إشباع الحاجات الأولية الفطرية والثانوية المكتسبة بطريقة سليمة ومتوازنة، والشعور بالثقة بالنفس الذي هو عبارة عن فهم الإنسان لذاته فهمًا سليمًا، وهذا يملك تأثيرًا كبيرًا على سلوكهم وتصرفاتهم وردود أفعالهم مع العالم الخارجي، والتي تثمر على النواحي البدنية والنفسية والخلقية لذوي الإعاقة، كما تعد الذات الجسمية مؤشرًا مهمًا لجوانب مختلفة من شخصية الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، ويرتبط بثقتهم في أنفسهم وفي طريقة تعاملهم مع البيئة المحيطة بهم ومن ناحية أخرى فإن الطلبة الذين لديهم اتجاهات أو تصورات إيجابية نحو أجسامهم يتمتعون بدرجة مرتفعة من التقدير لذاتهم.

وتتفق هذه النتيجة مع ما ذكرته دراسة شبيغلمان وهاجاني (Shpigelman & HaGani, 2019) حيث أوصت الدراسة بتلبية الاحتياجات النفسية للطلبة الذين يعانون من أنواع مختلفة من الإعاقة، واختلفت الدراسة الحالية مع دراسة رنا (Rana, 2020) التي قامت بدراسة مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة، ووجدت اختلافًا كبيرًا وانخفاضًا في مفهوم الذات ضمن مجموعة من المتغيرات.

النتائج الخاصة بالسؤال الثاني ومناقشتها

"هل توجد علاقة ارتباطية بين متطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم؟"

وللإجابة عن السؤال صيغ الفرض الصفري الآتي:

"لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة **($\alpha \leq 0.05$)** بين متطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم "

وللتعرف إلى ما إذا كانت هنالك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين متطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية؛ استخدمت الباحثتان معامل ارتباط بيرسون (Pearson's Correlation Coefficient)؛ لتوضيح العلاقة بين أبعاد متطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول الآتي:

جـــــــدول (٥)

نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson's Correlation Coefficient)

للعلاقة بين أبعاد متطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية.

الأبعـــــــاد	معامل ارتباط بيرسون	القيمة الاحتمالية Sig.	اتجاه العلاقة	قوة العلاقة	التعليق
تطـويـر مفهـوم الـذات					
البُعد الأول: تضمين أهداف التربية البدنية المكيفة في البرنامج التربوي الفردي للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية	.٥٣٥**	٠,٠٠٠	طردي	متوسطة	دالة إحصائيًا
البُعد الثاني: كفايات معلمي التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية	.٤١٠**	٠,٠٠٠	طردي	متوسطة	دالة إحصائيًا
البُعد الثالث: توفير عوامل الأمن والسلامة في حصص التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية	.٤٧٢**	٠,٠٠٠	طردي	متوسطة	دالة إحصائيًا
الدرجة الكلية لمتطلبات التربية البدنية المكيفة	.٥٢٧**	٠,٠٠٠	طردي	متوسطة	دالة إحصائيًا

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول السابق ما يلي:

أن معامل الارتباط بين **الدرجة الكلية لمتطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم** يساوي ٠.٥٢٧، وهو معامل ارتباط موجب، ومتوسط (أكبر من ٠.٣٥ إلى ٠.٧٥)، وأن القيمة الاحتمالية (.Sig) تساوي ٠.٠٠٠، وهي أقل من مستوى دلالة (α = ٠.٠١)؛ وهذا يدل على وجود علاقة ارتباطية **طردية متوسطة** ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α = ٠.٠١) بين الدرجة الكلية لمتطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية من وجهة نظر معلميهم.

وتعزو الباحثتان ذلك إلى وعي المعلمين والمعلمات بأهمية تطوير مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية باستخدام أساليب جديدة؛ كونه أحد المفاهيم الناقصة والتي تحتاج إلى تحسين وتطوير لديهم، كما أن التربية البدنية المكيفة تؤثر إيجابيًا على رفع مستوى مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، فهي تؤثر على الذات الشخصية وذلك من خلال إدراك الفرد لقدراته ومكانته ومظهره الشخصي والقيم والمعتقدات التي يكتسبها من خلال ممارسة التربية البدنية المكيفة، كما يساعد على رفع مستوى الذات الجسمية، فنجد أن ممارسة التربية البدنية المكيفة تستهدف بشكل أساسي الجانب البدني للممارس؛ ممّا يؤثر على صورة الجسم والصفات البدنية والحركية، وهذا ما أكدته دراسة زواق وبلقاسم (٢٠٢٠) بوجود علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات الشخصي والتوافق النفسي الاجتماعي لدى المعاقين سمعيًا الممارسين للنشاط البدني المكيف مع اختلاف فئة الإعاقة في الدراسة الحالية، كذلك دراسة خضر وذكي (٢٠٢٠) ودراسة عمر (٢٠٢٢) اللتين أكدتا على استخدام أساليب جديدة لتطوير مفهوم الذات وتحسينه لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية كاستخدام اختبار رسم الذات الذي انعكس بشكل إيجابي على تحسن مفهوم الذات لديهم، واستخدام برنامج نفس حركي لتنمية مفهوم الذات، كذلك دراسة شنوقي (٢٠٢٢) التي أكدت التأثير الإيجابي على الجانب النفسي للطلبة ذوي الإعاقة، وأوصت الدراسة بإدراج برامج التحضير النفسي الخاصة بالطلبة ذوي الإعاقة في برامج إعداد المدربين، ومن جانب آخر أظهرت دراسة جوفندي وإلهان (Guvendi &

(Ilhan, 2017أن التربية البدنية المكيفة لها تأثير وعلاقة بتطوير العديد من المفاهيم لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية مثل التكيف العاطفي والإدارة الذاتية والتنشئة الاجتماعية.

النتائج الخاصة بالسؤال الثالث ومناقشتها:

الفروق باختلاف النوع:

"هل هناك فروق في تقديرات المعلمين لمتطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير النوع؟"

وللإجابة عن السؤال صيغ الفرض الصفري الآتي:

"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في تقديرات المعلمين لمتطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير النوع."

استخدمت الباحثتان اختبار "ت لعينتين مستقلتين": *Independent Sample T-test* "؛ للتعرف على الفروق في استجابات عينة الدراسة حول متطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير النوع، حيث جاءت النتائج كما يوضحها الجدول الآتي:

أولًا: متطلبات التربية البدنية المكيفة

جدول (٦)

نتائج اختبار "ت لعينتين مستقلتين": Independent Sample T-test "للفروق بين استجابات أفراد عينة الدراسة لمتطلبات التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية طبقًا لاختلاف متغير النوع

البُعد	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	الدلالة	التعليق
تضمين أهداف التربية البدنية المكيفة في البرنامج التربوي الفردي للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية	ذكر	٩٥	٣,٨٨٤٢	٧٦٤٩٧.	١,٢٦٧	٢٠٧.	غير دالة
	أنثى	١٠٦	٣,٧٤٣٤	٨٠٥٥٨.			
كفايات معلمي التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية	ذكر	٩٥	٤,٢٠٤٧	٧٩٩٨١.	١,٤١٨-	١٥٨.	غير دالة
	أنثى	١٠٦	٤,٣٤٤٩	٥٩٦٢٧.			
توفير عوامل الأمن والسلامة في حصص التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية	ذكر	٩٥	٤,١٠٧٩	٩٠٠٩٥.	٤١٢.	٦٨١.	غير دالة
	أنثى	١٠٦	٤,٠٥٥٤	٩٠٠٧٤.			
الدرجة الكلية	ذكر	٩٥	٤,٠٩٦٧	٧٦٠٥٥.	٠٦٣.-	٩٥٠.	غير دالة
	أنثى	١٠٦	٤,١٠٢٩	٦٤١٣٣.			

ثانيًا: تطوير مفهوم الذات

جـــــدول (٧)

نتائج اختبار "ت لعينتين مستقلتين": Independent Sample T-test "للفروق بين استجابات أفراد عينة الدراسة لتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية طبقًا لاختلاف متغير النوع

البُعـــــد	النـوع	العـدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	الدلالة	التعليق
الذات الشخصية	ذكر	٩٥	٣,٥١١٦	٧٩٨٢٥.	١,١١٥	٢٦٦.	غير دالة
	أنثى	١٠٦	٣,٣٩٤٣	٦٩١٩٧.			
الذات الجسمية	ذكر	٩٥	٣,٥١٨٤	٧٨٤٨٧.	١,٢٥٦	٢١٠.	غير دالة
	أنثى	١٠٦	٣,٣٨٦٨	٧٠٠٤٥.			
الدرجة الكلية	ذكر	٩٥	٣,٥١٤٦	٧٧٢١٩.	١,٢١٢	٢٢٧.	غير دالة
	أنثى	١٠٦	٣,٣٩١٠	٦٧٤٠٧.			

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجداول السابق ما يلي:

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(**0.05=α**) في تقديرات المعلمين لمتطلبات التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير النوع، كذلك تبين من النتائج في الجدول رقم (٧) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(0.05=α) في تقديرات المعلمين لتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير النوع.

ويشير ذلك إلى أن المعلمين والمعلمات في المدارس العامة لديهم درجة متقاربة من الاحتياج لتلك المتطلبات كما أنهم يملكون مستوى متقاربًا من المعرفة بتلك المتطلبات؛ ممّا أدى إلى عدم وجود فروق تُعزى لمتغير النوع في تحديد متطلبات التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، بالإضافة إلى وعي المعلمين والمعلمات بأهمية مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية كونه أحد المفاهيم النفسية المفقودة لديهم ومدى ملاحظتهم التحسن في مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية باستخدام التربية البدنية المكيفة أدى إلى عدم وجود فروق في تقديراتهم، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة شعبان والجدعاني (٢٠٢١) ودراسة العمري وآخرون (٢٠٢٣) حيث أكدتا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغير النوع، واختلفت الدراسة الحالية مع دراسة الشافعي (٢٠٢١) حيث اعتمدت في دراستها على مجتمع المعلمات الإناث فقط.

الفروق باختلاف المؤهل العلمي:

"هل هناك فروق في تقديرات المعلمين لمتطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير المؤهل العلمي؟"

وللإجابة عن السؤال صيغ الفرض الصفري الآتي:

"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في تقديرات المعلمين لمتطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير المؤهل العلمي."

استخدمت الباحثتان اختبار "ت لعينتين مستقلتين": Independent Sample T-test "؛ للتعرف إلى الفروق في استجابات عينة الدراسة حول متطلبات التربية البدنية المكيفة وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير المؤهل العلمي، حيث جاءت النتائج كما يوضحها الجدول الآتي:

أولًا: متطلبات التربية البدنية المكيفة

جـــــــدول (٨)

نتائج اختبار "ت لعينتين مستقلتين": Independent Sample T-test "للفروق بين استجابات أفراد عينة الدراسة لمتطلبات التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية طبقًا لاختلاف متغير المؤهل العلمي

البُعـــــــد	المـؤهـل العلمـي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	الدلالة	التعليق
تضمين أهداف التربية البدنية المكيفة في البرنامج التربوي الفردي للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية	بكالوريوس	١١٦	٣,٨٥٥٢	٧٨٣١٢.	٩٥٠.	٣٤٣.	غير دالة
	دراسات عليا	٨٥	٣,٧٤٨٢	٧٩٤٧٢.			
كفايات معلمي التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية	بكالوريوس	١١٦	٤,٢٩٩٨	٦٨١٠٤.	٥٠٠.	٦١٨.	غير دالة
	دراسات عليا	٨٥	٤,٢٤٩٧	٧٣١٨١.			
توفير عوامل الأمن والسلامة في حصص التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية	بكالوريوس	١١٦	٤,٠٨٣٠	٨٩٧٦٠.	٠٥١.	٩٦٠.	غير دالة
	دراسات عليا	٨٥	٤,٠٧٦٥	٩٠٦١٤.			
الدرجة الكلية	بكالوريوس	١١٦	٤,١١٩٩	٦٨١٢١.	٤٧٢.	٦٣٧.	غير دالة
	دراسات عليا	٨٥	٤,٠٧٢٧	٧٢٤٤٧.			

ثانيًا: تطوير مفهوم الذات

جـــــدول (٩)

نتائج اختبار "ت لعينتين مستقلتين": Independent Sample T-test "للفروق بين استجابات أفراد عينة الدراسة لتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية طبقًا لاختلاف متغير المؤهل العلمي

البُعـــــــــد	المؤهل العلمي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	الدلالة	التعليق
الذات الشخصية	بكالوريوس	١١٦	٣,٥١٧٢	٧١٤٦٠.	١,٥٠٦	١٣٤.	غـــير دالة
	دراسات عليا	٨٥	٣,٣٥٧٦	٧٧٨٣٣.			
الذات الجسمية	بكالوريوس	١١٦	٣,٥١٧٢	٧١٤٥٤.	١,٥٢٧	١٢٨.	غـــير دالة
	دراسات عليا	٨٥	٣,٣٥٥٩	٧٧٣٨١.			
الدرجة الكلية	بكالوريوس	١١٦	٣,٥١٧٢	٦٩٣٠٥.	١,٥٥٩	١٢١.	غـــير دالة
	دراسات عليا	٨٥	٣,٣٥٦٩	٧٥٦١٤.			

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجداول السابق ما يلي:

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(**0.05=α**) في تقديرات المعلمين لمتطلبات التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير المؤهل العلمي، كما تبين من النتائج في الجدول رقم (٩) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(α=0.05) في تقديرات المعلمين لتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية تُعزى لمتغير المؤهل العلمي.

ويدل ذلك على أن وعي المعلمين والمعلمات لممارسة التربية البدنية المكيفة لا يتعلق بمؤهل علمي، فهو ينم على الفهم والاستيعاب لحاجة أساسية للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية وهي ممارسة الأنشطة الرياضية تبعًا لإمكانياتهم وقدراتهم الفعلية، ومن زاوية أخرى تدل هذه النتيجة على التقارب في المؤهل العلمي (البكالوريوس) للغالبية العظمى من عينة الدراسة التي فرضت نوعًا ما من التقارب في وجهات النظر حول تقدير متطلبات التربية البدنية المكيفة ودورها في تطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة شعبان والجدعاني (٢٠٢١) في عدم وجود فروق تُعزى لمتغير المؤهل العلمي.

توصيات الدراسة:

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة، يوصى بالآتي:

- تقديم التربية البدنية المكيفة في برامج التربية الفكرية الملحقة بالمدارس العامة، بحيث تتضمن المتطلبات الواردة في الدراسة الحالية.
- العمل على إعداد برامج ما قبل الخدمة في الجامعات والكليات؛ لتأهيل المتخصصين في مجال التربية البدنية المكيفة بما يسهم في ممارستها على أرض الواقع، وتنمية مفهوم الذات.
- السعي لتطبيق برنامج الوصول الشامل للمرافق والملاعب في برامج التربية الفكرية الملحقة بالمدارس العادية من خلال التعاون مع الجهات المختصة بما يحقق أهداف التربية البدنية المكيفة، وتطوير مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية.
- التقييم المستمر لأداء الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، وتقييم فعالية مشاركتهم في التربية البدنية المكيفة؛ ممّا يسهم في تطوير مفهوم الذات لديهم.
- تعريف فريق العمل المدرسي والطلبة غير ذوي الإعاقة في المدارس العامة بخصائص الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية، وطرق التعامل معهم لإزالة المخاوف المتعلقة بمشاركتهم في حصص التربية البدنية وتحقيق التعلم التعاوني بشكل فعال؛ ممّا يساهم في تطوير مفهوم الذات.
- عقد البرامج التدريبية وبرامج التطوير المهني للمعلمين والمعلمات المشاركين في البرامج التربوية الفردية؛ لضمان تحقيق أهداف الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية في التربية البدنية المكيفة، وبالتالي تطوير مفهوم الذات.
- توفير الموارد المالية والتجهيزات والأدوات المتعلقة بالتربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية في المدارس العادية بما يُسهم في الاستفادة من برامجها التربوية لتعزيز مشاركة أولياء الأمور في البرنامج التربوي الفردي للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية في التربية البدنية المكيفة، بما يسهم في تحقيق أهدافهم في تلك البرامج وزيادة مفهوم الذات للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية.

البحوث المستقبلية المقترحة:

في ضوء النتائج التي توصلت لها الدراسة، تقترح الباحثتان الآتي:

- إجراء دراسة تتناول واقع تقديم متطلبات التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية في المدارس العامة والاستعانة بقائمة المتطلبات الواردة في الدراسة الحالية.
- إجراء دراسة للكشف عن معوقات تقديم التربية البدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية في المدارس العامة وإيجاد الحلول لها.
- إجراء دراسات مشابهة باستخدام المنهج النوعي لتحديد متطلبات التربية المدنية المكيفة للطلبة ذوي الإعاقة الفكرية وعلاقتها بتطوير مفهوم الذات لديهم.
- إجراء دراسات مشابهة على عينة أخرى من المعلمين في مناطق مختلفة ومقارنتها بنتائج هذه الدراسة.
- إجراء المزيد من الدراسات حول العلاقة بين مفهوم الذات والاستعانة بمتطلبات أخرى غير الواردة في الدراسة الحالية.

□

قائمة المراجع

المراجع العربية:

الأشول، عادل. (٢٠١١). *علم نفس النمو*. مكتبة الأنجلو المصرية.

الأمانة العامة للتربية الخاصة. (٢٠١٧). *إحصائيات معاهد وبرامج التربية الفكرية التابعة لوزارة التربية والتعليم*. مطابع الأمانة الخاصة.

بكاي، زكرياء. (٢٠١٨). *دور النشاط البدني الترويحي في التقليل من الضغوطات النفسية لدى المعافين بصريًا* (رسالة ماجستير غير منشورة). الجزائر.

الجابر، مريم. (٢٠١٧). *إقرار برنامج التربية البدنية بمدارس البنات*. شبكة العربية.

جالم، محمد، مويسي، فريد، وسبع، بوعبد الله. (٢٠٢٢). عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى أطفال متلازمة داون– دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية المكيفة. *المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية*، ١٩(١)، ٢٩٩– ٣١٢.

الجبور، نايف. (٢٠١٢). *رياضات ذوي الاحتياجات الخاصة*. مكتبة المجتمع العربي.

الجهني، احمد. (٢٠٢٠). المعوقات الإدارية والبشرية التي تعيق تنفيذ حصة التربية البدينة لذوي الإعاقة الذهنية من وجهة نظر المعلمين في مدينة جدة. *مجلة الباحث للعلوم الرياضية والاجتماعية*، (٦)، ١–٢٨.

الحساني، سامر، والعبدالوهاب، ريم. (٢٠٢٣). *تدريس الطلاب ذوي الاعاقات كثيرة الانتشار*. دار النشر الدولي.

خضر، عادل كمال، وذكي، ياسمين رضا. (٢٠٢٠). فعالية اختبار رسم الذات في التعرف على مدى التحسن في مفهوم الذات لدى الأطفال المعاقين عقليا. *علم النفس*، ٣٣ (١٢٤)، ٦٣ – ٨٥.

الخطيب، جمال. (٢٠١٠). *مقدمة في الإعاقة العقلية*. دار وائل للنشر والتوزيع.

الخمايسة، عمر. (٢٠١٦). مفهوم الذات لدى طالبات تخصص الارشاد النفسي والتربوي في كلية الاميرة عالية الجامعية في ضوء بعض المتغيرات، *مجلة كلية التربية*، ١ (١٦٧)، ٦٤٧– ٦٦٦.

دردون، كنزة، وليمتيوى، فاطمة. (٢٠٢٢). فعالية الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة في تنمية سمات الشخصية عند المعاقين ذهنياً. *مجلة المحترف*، *٩* (٣)، ٤٧ – ٦٢.

الروسان، فاروق. (٢٠١٠). *مقدمة في الإعاقة العقلية*. دار الفكر للنشر والتوزيع.

زمالي، محمد، بن يوسف، دحو، وبلخير، قدور. (٢٠٢١). تأثير النشاط البدني المكيف على مهارة الوثب لدى الأطفال المصابين بالفصام الذهني من ١٢-٦ سنوات. *المجلة العلمية العلوم والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية*، *١٨* (١)، ٣١٣ – ٣٢٩.

زواق، محمد، وبلقاسم، عبد الرحمن. (٢٠٢٠). مفهوم الذات الشخصي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى المعاقين سمعياً الممارسين للنشاط الرياضي المكيف. *حوليات جامعة الجزائر*، *٣٤* (٢)، ٦٠٩-٦٢٨.

زيدان، حسين. (٢٠١١). الأنشطة البدنية والرياضية وذوي الاحتياجات الخاصة. *مجلة الإبداع الرياضي*، (٤)، ١٠٩- ١٢٦.

السحيمي، سعاد، سلمان، رياح، والزارع، نايف. (٢٠٢١). مستوى تطبيق معايير مجلس الأطفال غير العاديين CEC في البرامج التربوية الفردية للطلبة ذوي الإعاقة العقلية من وجهة نظر معلميهم. *مجلة التربية الخاصة والتأهيل*، *١٢* (٤١)، ١- ٤٦.

الشافعي، دانية. (٢٠٢١). متطلبات التربية البدنية المعدلة للتلميذات ذوات الإعاقة الفكرية في الدارس العادية. *مجلة التربية*، ٥ (١٩٢)، ٥-٤٥.

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

شنوقي، زينب. (٢٠٢٢). الصحة النفسية ودور النشاط البدني الرياضي المكيف في تحقيقها لذوي الاحتياجات الخاصة. *مجلة المنظومة الرياضية*، *٩* (٢)، ٥٠٧- ٥٢٠.

صغيري، رابح. (٢٠١٣). دور النشاط البدني المكيف في التقليل من السلوك العدواني لدى الأطفال المعاقين ذهنيا القابلين للتعلم من وجهة نظر المربين. *مجلة الإبداع الرياضي*، (١٠)، ١١٩-١٣٥.

عبد الرحيم، نسمة. (٢٠٢٠). مفهوم الذات وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من المراهقين المعاقين بصرياً. *مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية*، (٤)، ١٢٤-١٢٦.

عدواني، حنان، وبوضياف، نادية. (٢٠١٨). دور الانشطة البدنية الرياضية المكيفة كمدخل علاجي ووقائي من الضغوط والمشكلات النفسية التي يعاني منها ذوي الاحتياجات الخاصة. *مجلة الشامل للعلوم التربوية والاجتماعية*، ١ (١)، ٩٨-٩٩.

العساف، صالح. (٢٠١٢). *المدخل الى البحث في العلوم السلوكية*. مكتبة الزهراء.

عقبة، ودغنوش. (٢٠١٠). *أثر التربية البدنية على الأطفال ذوي التخلف النفسي الحركي دراسة حالة على الأطفال ذوي التخلف النفسي الحركي البسيط بولاية باتنة* (رسالة ماجستير منشورة). معهد التربية البدنية الرياضية سيدي عبد الله الجزائر.

عمر، رويدا. (٢٠٢٢). تأثير برنامج نفس حركي باستخدام القصص الحركية على تنمية بعض التفاعلات الاجتماعية ومفهوم الذات لدى الأطفال المعاقين عقلياً المدمجين. *مجلة بحوث التربية البدنية وعلوم الرياضة*، (٣)، ٢٨٠٥- ٢٩٤٣.

القطناني، علاء. (٢٠١١). *الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتهما بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة في ضوء نظرية محددات الذات*(رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية، جامعو الازهر.

كريمة، ناصر. (٢٠١٨). *النشاط البدني الرياضي المكيف كاستراتيجية في الدمج الأكاديمي لأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة ٦-١٢ سنه* (رسالة ماجستير منشورة). كلية العلوم الاجتماعية. جامعة البويرة.

محمد، تمار. (٢٠١٩). *مطبوعة مقياس مدخل إلى النشاط البدني الرياضي المكيف*. معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة.

مصطفى، ولاء، والريدي، هويدة. (٢٠١١). *الإعاقة الفكرية*. دار الزهراء.

معمرية، بشير. (٢٠١٢). *علم نفس الذات*. دار الخلدون للنشر والتوزيع.

ميزاب، ناصر. (٢٠١٣). *إشكالية مفهوم الذات عبر مقاربات نفسية مختلفة*. دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع.

وزارة التعليم (٢٠٢١). *تطوير المناهج والخطط الدراسية لطلبة التربية الخاصة.. نقلة نوعية في تعزيز فرص التعلّم وتجويد المخرجات*(moe.gov.sa) .

وزارة التعليم بالمملكة العربية السعودية. (٢٠١٦). *الحقيبة التدريبية لبرنامج التربية البدنية المعززة لصحة الطالبات. الشؤون التعليمية (بنات).*

LIST OF REFERENCES

American Association on Intellectual and developmental Disabilities. (2021). *Intellectual Disability*: Definition, Classification, and Systems of Supports, (*11*).

Auxter, D., Pyfer, J., Zittel, L., Roth, K., & Huettig, C. (2011). Principles and Methods of Adapted Physical Education and Recreation: International Edition (11th ed). NY: McGraw-Hill.

Douglas, K. (1990). Information processing correlates to computer Assisted world learning by Mentally Retarded students. *American Journal on Mental Retardation*, 94.

Downs, S. J., Fairclough, S. J., Knowles, Z. R., &Boddy, L. M. (2016).Physical activity patterns in youth with intellectual disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 33, 374–390. doi:10.1123/APAQ.2015-0053.

Elmerskog. B Tellevik, J. M. (2012) Participation in Ecologically Valid Activities Mobility and Rehabilitation in An African Environment. *Visual Impairment Research*, 4(*3*), 25- 40.

Erickson, A. S. G., Noonan, P. M., & McCall, Z. (2012).Effectiveness of online professional development for rural special educators. *Rural Special Education Quarterly*, 31, 22-32.

Guvendi, B., Ilhan, E. (2017). Effects of Adapted Physical Activity Applied on Intellectual Disability students to Ward Level of Emotional Adjustment, Self - Managing and Socialization. *Parent and Teacher Interactive Research Journal of Human Sciences*, 14(*4*), 3879-3894.

Herbert, W. (2019). Self-concepts of young children 5 to 8 years old of age. Measurement and multidimensional structure. *journal of education psychology* .p 317.

Majoko, T. (2019). Inclusion of Children with Disabilities in Physical Education in Zimbabwean primary Schools. *SAGA Open*, 1-16.

Matson, J. L., Dempsey, T., LoVeullo, S. V.(2009). Characteristics of Social Skills for dult with intellectual Disability, Autism and PDD-NOS. *Research in Autism Spectrum disorder*, 3(*1*), 207- 213.

McCubbin, J. (2014). Adapted physical activity: Influential impacts to establisha field of study. *Kinesiology Review*, 3, 53–58.

Michael, Goossens. (2018). Teachers ' Perceptions of Bullies and Bullying Behavior. *OISE University of Toronto* , 1-38.

Rana, N. (2020). Self-Concept Of Children with Special Needs Studying in Inclusive Setting. *Journal of Disabilities and Impairments*, 34(*2*), 141- 151.

Schalock, R. L., Luckasson, R.., & Tassé, M. J. (2021). Intellectual disability: Definition, diagnosis, classification, and systems of supports (12th Edition). Washington, DC: American Association on Intellectual and Developmental Disabilities.

Shpigelman, C, & HaGani, N. (2019). The impact of disability and visibility on self-concept and body image: Implications for mental health nursing. Journal of psychiatric and mental health nursing, 26(4), 77- 86.

The Society of Health and Physical Educators. (2013). *Adapted Physical Education*.

Vest, D., Cornman,L., Burrows, J. &Pedrick, S. (2006). *Adapted Physical Education Resource Guide* . USA : The School Board of Brevard County.

Yılmaz, A., Şentürk, U. &Demir, E. (2015). Content Analysis of the Applications Toward Physical Activity in Mentally Handicapped. *Academic Social Research Magazine*, 3(*13*), 312-327.