

أثر برنامج ترويجي علي تنمية المهارات الاستقلالية لذوي الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم)

أ.د/ بلال عبدالعزيز سيد احمد بدوي

أستاذ الترويج الرياضي بقسم الترويج الرياضي
كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان

أ.د / باسم محمد تهامي

أستاذ الترويج الرياضي بقسم الترويج الرياضي
- جامعة حلوان كلية التربية الرياضية للبنين

الباحث/ محمد خالد محمد يوسف

مدرب عام لفريق الاحتياجات الخاصة بأندية وادي دجلة

Doi: 10.21608/jsbsh.2023.213960.2455

المقدمة و مشكلة البحث:

يعتبر الترويج أحد المجالات التي تساعد في بناء شخصية المعاق فكرياً ، وذلك بما تمنحه من فرص للتعبير عن ذاته وقدراته وإبداعاته، كما أنه مجالاً غني بالأنشطة التي تشبع حاجة المعاق فكرياً الملحة للحركة والتأمل والتفكير والإبداع والتي يكتسب من خلال ممارستها اللياقة البدنية والنفسية والفسولوجية والمهارية ، وفي هذا يشير محمد الحمامي وعائدة عبد العزيز (١٩٩٨م) أن الترويج يزود الطفل بالخبرات والمعلومات بطرق تلقائية (٢٢ : ١٦٠) ، وتضيف تهاني عبد السلام (٢٠٠١م) أن ممارسة الأنشطة الترويحية تساعد على الشعور بالسعادة والفخر لإنجاز عمل ما (٤ : ٢٤٥).

كما يحتل الترويج الرياضي بأنواعه المختلفة مكان الصدارة في برامج الترويج ، ولا شك أن للمعاقين فكرياً الحق في ممارسة كافة أنواع الترويج ، مما دعا علماء النفس والترويج والتربية والباحثين في مجال الإعاقة لوضع مجموعة من الأسس النفسية التي يجب أن يتبعها العاملين مع المعاقين بصفة عامة والمعاقين فكرياً بصفة خاصة للحد من الآثار النفسية والتي منها ضرورة محاولة إدماج المعاق فكرياً في المجتمع حتى لا يشعر بالوحدة والعزلة واعطاءه الثقة في نفسه وخلق الظروف التي تدفعهم إلى المشاركة في البرامج المختلفة والمتنوعة المقدمة إليهم (٨ : ٤١-٤٢).

ويري (محمد الحمامي ، أمين الخولي) أن الأنشطة الترويحية تسهم في تطوير الحالة الصحية للفرد وتنمية العادات الصحية لديه فضلاً عن زياده مقدرته علي مقاومه المرض و المحافظة علي وزنه . كما يشير إلي أن أنشطه الترويج الاجتماعي بالبرنامج تسهم في إشباع الحاجات النفسية الأساسية للفرد كالحاجة الي الانتماء و التعاون و أثبات الذات ، كما تسهم في أتاحة الفرص لتكوين علاقات مع أفراد من ذوي الاهتمامات و الميول المشتركة وكذلك اشباع الدافع إلي العمل علي خدمة

الآخرين و خدمة المجتمع و ذلك من خلال المشاركة في مشروعات خدمة المجتمع وتنمية البيئة والمشاركة في المشروعات الخيرية والتطوعية . (٢١ : ٣٢ - ٣٧)

تعتبر العناية بالذات لدى المعاقين فكريا موضوعا هاما في حياتهم اليومية باعتبارها يعبر عن استقلاليتهم وتكيفهم الاجتماعي و المعرفي و الحركي ، ويعاني الطفل المعاق فكريا من القصور في مختلف المجالات ويعتبر مجال العناية بالذات هو الأهم حيث أن أي قصور في هذا الجانب سيؤثر على باقي الجوانب الأخرى في حياة الطفل ، حيث يفقد ثقته بذاته ، وفي الآونة الأخيرة بدأ اهتمام ذوي الإعاقة الاختصاص في مجال الإعاقة بالبحث في هذا الموضوع وتصميم البرامج الفاعلة لتدريب ذوي الإعاقة الفكرية ، وتهدف دراستنا الحالية إلى معرفة درجة مهارات العناية الذاتية عند فئة الدراسة ، كما تسعى إلى معرفة الفروق بين الجنسين (ذكور وإناث) في اكتساب هذه المهارات . ويشير سميح أبو مغلي ٢٠٠٢ أن مفهوم الذات هو المجموع الكلي لإدراكات الفرد ، وهو صورة مركبة ومؤلفة من تفكير الفرد عن نفسه وعن تحصيله وعن خصائصه وصفاته الجسمية والعقلية والشخصية واتجاهاته نحو نفسه وتفكيره بما يفكر الآخرون عنه وبما يفضل أن يكون . (١١ : ١٠٨)

طرق واساليب تعليم مهارات الحياة :

ذكر عمران والشناوي و آخرون (٢٠٠١) ثلاث طرق في تعليم مهارات الحياة على النحو التالي :

١- الطريقة التجميعية : حيث يدرّب الطفل على كل مهارة بصورة منفصلة حتى يصل إلى المستويات المطلوبة من سرعة الأداء ودقته ، وبعد ذلك يتم تجميع المهارة والتدريب عليها ككل وفقا لمبدأ التسلسل والربط السلوكي .

٢- الطريقة الجزئية : وفيها تقدم المهارة للطفل على صورة سلسلة من الإجراءات ، ويطلب من الطفل إعادة مانفذه الباحث على كل جزء منها على حدة صورة متسلسلة حتى يتم إنجاز المهمة وفقا لمبدأ التشكيل السلوكي .

٣- الطريقة الكلية : ويستهدف فيها تقديم المهارة ككل للطفل في تمرين واحد أو عمل تطبيقي شامل، ويحدث هذا عندما تكون إجراءات المهارة بسيطة غير مركبة ، أو سبق تقديم بعض أجزائها مهارات أخرى، وتقدم هذه الطريقة عندما يراد توضيح الربط بين العمليات المكونة للمهارة أمام الطفل وهذه الطريقة تعد من الطرق المركبة في تعليم الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية . (١٧ : ٢٠)

أهمية مهارات العناية الذاتية :

١. تساعد على إدراك الذات وتحقيق الثقة بالنفس .
٢. تساعد على اكتساب قدر كبير من الاستقلال الذاتي
٣. اكتساب المهارات يخفف من العبء الملقى على الأسرة .
٤. تزيد من ثقة الطفل المعاق فكريا بذاته وجسمه .

٥. هي مهارات أساسية لبناء أشكال أخرى من المهارات اللاحقة مثل المهارات الأكاديمية والاجتماعية والمهنية . (٥ : ٩)

وتعرف الإعاقة الفكرية بأنها اضطراب في واحد أو أكثر من تلك العمليات السيكلولوجية الأساسية التي يتضمنها الفهم و استخدام اللغة المنطوقة أو المكتوبة و التي يمكن أن تعبر عن نفسها علي هيئة قصور في واحد أو أكثر من قدرات الطفل علي الاستماع ، أو التفكير ، أو التحدث ، أو الكتابة ، أو التهجي ، أو إجراء العمليات الحسابية ، ومن ثم فإن مثل هذه الإعاقة تعد بمثابة حالة تتعارض مع تحقيق إنجاز أكاديمي يتناسب مع عمر الطفل ، كما تتعارض مع قيامه بأنشطة الحياة اليومية بذلك الشكل وتلك الكيفية التي نتوقعها ممن هم في مثل سنه . (١٦ : ٣)

كما تعرف الإعاقة الفكرية بأنها حالة تتصف بانخفاض القدرة الفكرية العامة " الذكاء " لأقل من المتوسط بمقدار انحرافين معياريين ، و القصور في مهارات السلوك التكيفي ، وتحدث هذه الحالة في المرحلة النمائية ، أقل من ١٨ سنة . (٢ : ٥)

ومن منطلق ذلك يتجلى دور التربية البدنية والرياضة من خلال الترويج الرياضي في مساعدة ذوي الإعاقة الفكرية ، إلا أنه في بعض الأحيان تتمركز محاور النشاط على تنمية المهارات الاستقلالية . ففكر الباحثون أن البرامج الترويحية من أفضل المواقف الحياتية والأنشطة اليومية التي تساعد بل تحفز ذوي الإعاقة الفكرية على اكتشاف قدراته ، وانطلاق ملكاته وهو المناخ المهيئ لتنمية المهارات الاستقلالية لذوي الإعاقة الفكرية بشكل مركز في إطار من الترويج الممنهج.

هدف البحث :

تأثير برنامج ترويحي علي تنمية المهارات الاستقلالية لذوي الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم)

فروض البحث

توجد فروق دالة احصائيا بين القياسات القبليّة والبعدية في المهارات الاستقلالية قيد البحث لصالح القياسات البعدية .

اهمية البحث :

تتضح اهمية البحث في ان البرامج الترويحية تؤثر إيجابياً على المعاقين فكريا و تكسبهم اتجاهات و قيماً و سلوكيات سليمة و تساعدهم على تنمية مهاراتهم و الاعتماد على انفسهم في الحياة اليومية مما يجعلهم يتوائمون مع انفسهم و مع افراد المجتمع الذي يعيشون فيه ، حيث تلعب البرامج الترويحية دورا هاما في تنمية نواحي النقص لدى المعاقين فكريا فإذا فقد المعاق فكريا قدرته على التمتع بأي جانب من جوانب الحياة فإن هذه الأنشطة الترويحية تعوضه من خلال شعوره بإمكانيته اثناء الممارسة .

المصطلحات المستخدمة بالبحث :

البرامج الترويحية :

مجموعة الأنشطة المنظمة تحت إشراف رائد ترويحي من أجل تحقيق هدف التربية الترويحية ألا و هو تغيير سلوك الأعضاء أثناء وقت الفراغ إلى سلوك أمثل وذلك عن طريق تنمية معلومات و مهارات و تكوين اتجاهات إيجابية نحو شغل وقت الفراغ . (٤ : ٢٣٣)

المهارات الإستقلالية :

يقصد بها مهارات الحياة اليومية وهي أحد مظاهر السلوك التكيفي الاجتماعي مثل تناول الطعام والشراب، وإستخدام المراوض، والنظافة الشخصية ارتداء ونزع الملابس. (٦ : ٢٣٩)

الإعاقة الفكرية :

يعرف سعيد العزه الإعاقه الفكرية سلوكيا بإنها حالة تتميز بمستوي عقلي وظيفي دون المتوسط تبدأ أثناء فترة النمو ، ويصاحب هذه الحالة قصور في النضج العقلي و التوافق الاجتماعي و قدره علي التعلم لدي الفرد . (١٠ : ١٣٢)

المعاقين فكريا القابلين للتعلم :

تعرف آيات يحيي المعاقين فكريا هم من لديهم قصور جوهري في القدرات العقلية والتي تكون وظائفها دون المتوسط ويكون هذا مصحوبا بقصور في جانبين أو أكثر من المهارات التوافقية المرتبطة بالأنشطة اليومية التالية (الاتصال ، رعاية الذات ، الحياة المنزلية ، المهارات الاجتماعية ، الصحة والأمان ، العمل الأكاديمي ، قضاء وقت الفراغ) ويظهر هذا القصور قبل سن الثامنة عشر وبقليل من الملاحظة يمكن التعرف على الطفل المعاق فكريا من سمات تشكل في مجملها عدم النضج الاجتماعي وضعف التوافق الحركي وكذا امكانية الجسم وبعض التشوهات القوامية . (٣ : ٣)

الدراسات السابقة :

الدراسات باللغة العربية :

- قام محمد كمال السموندي و آخرون (٢٠١٥) (٢٠) بدراسة هدفت الي التعرف علي مستوى المشاركة في المعسكرات الترويحية و علاقتها بالمسؤولية الاجتماعية لدي طلاب الجامعة و أستخدم المنهج الوصفي و بلغت العينة (٤٧٥) طالب و طالبة من المشاركين في المعسكرات الترويحية بالجامعة ، و توصل الي أدراك طلاب الجامعة لأهمية المشاركة في المعسكرات الترويحية ، و أن طلاب الجامعة من الكليات العملية أكثر أدراكا لأهمية المشاركة في المعسكرات الترويحية .
- بينما استهدفت دراسة سليمان، إبراهيم (٢٠١٢) (١) التعرف على أنماط المشكلات السلوكية المنتشرة لدى التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة والمتوسطة وعلاقتها بكل من متغير الجنس (ذكور وإناث، وتكونت العينة من ٦٣ تلميذا من ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة، وتم استخدام مقياس

المشكلات السلوكية المعد خصيصا لهاتين الفئتين، وتم التوصل إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير الجنس (ذكور وإناث، بينما ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير معامل الذكاء في اتجاه ذوي الإعاقة الفكرية المتوسطة الذين كانت لديهم مشكلات سلوكية أكبر منها لدى ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير العمر الزمني في اتجاه المرحلة العمرية الثالثة من ١٦ - ٢١ عاما.

- استهدفت دراسة محمد عبد الصبور (٢٠١٢) (١٩) التعرف على نوع العلاقة بين البيئة الاجتماعية وبعض الاضطرابات السلوكية لدى التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية و أقرانهم العاديين، وكذلك التعرف على كل من الفروق في إدراك البيئة الاجتماعية والفروق في الاضطرابات السلوكية بين كل من التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية وأقرانهم العاديين، وتكونت العينة من ٢٨٢ تلميذا وطبقت بمدينة الرياض وتم استخدام مقياس البيئة الاجتماعية (إعداد الباحث)، ومقياس الاضطرابات السلوكية (إعداد الباحث)، وتم التوصل إلى وجود ارتباط دال بين البيئة الاجتماعية والاضطرابات السلوكية لدى كل من التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية وأقرانهم العاديين، توجد فروق دالة إحصائية في إدراك البيئة الاجتماعية بين كل من التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية وأقرانهم العاديين لصالح التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية في الاضطرابات السلوكية بين كل من التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية وأقرانهم العاديين لصالح التلاميذ العاديين لصالح ذوي الإعاقة الفكرية، لا توجد فروق دالة إحصائية في إدراك البيئة الاجتماعية تبعا لاختلاف المرحلة التعليمية (الابتدائية - المتوسطة) بالنسبة لعينة ذوي الإعاقة الفكرية، في حين وجدت فروق دالة إحصائية في الاضطرابات السلوكية تبعا لاختلاف المرحلة التعليمية (الابتدائية - المتوسطة) بالنسبة لعينة العاديين لصالح المرحلة المتوسطة .

- قام عياد و سعد الدين (٢٠١٠) (١٨) بدراسة في فلسطين بعنوان "فاعلية تصور مقترح لتضمين بعض المهارات الحياتية في مقرر التكنولوجيا للصف العاشر الأساسي بفلسطين " هدفت إلى تعرف فاعلية تطبيق وحدة من وحدات التصور المقترح في تنمية المهارات الحياتية لدى الطالبات. وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي للتوصل إلى التصور المقترح، كما تم استخدام المنهج التجريبي لقياس أثر تطبيق إحدى وحدات التصور المقترح على تنمية المهارات الحياتية لدى طالبات عينة البحث، وقد تمثلت أدوات البحث في بطاقة ملاحظة المهارات الحياتية المتعلقة بحل المشكلات والسلامة والأمان والاتصال وإدارة الوقت، والاقتصاد واتخاذ القرار. وطبقت الدراسة على عينة الدراسة المكونة من (٣٥) طالبة. وقد بينت النتائج أن التصور المقترح قد حقق فاعلية مقبولة، وكان له تأثير كبير في تنمية المهارات الحياتية والتفكير المنظومي لدى طالبات عينة البحث بعد دراستهن لها .

- قام ناجي محمد قاسم و فاطمة فوزي عبد الرحمن (٢٠٠٤) (٢٣) دراسة بعنوان فاعلية برنامج

ترويحى على تنمية بعض المهارات الحياتية و النفسية و الحركية لدى الاطفال المعاقين ذهنيا وقد استخدم المنهج التجريبي بأستخدام مجموعة واحدة ، على عينة بلغت (٣٠) طفل حددت بنسبة الذكاء من (٥٠ - ٧٠ %) و تراوح العمر الذمنى من (١١-١٤) سنة و تراوح العمر العقلى من (٥ - ٩) سنة وتوصل الباحثان الى للبرنامج الترويحى تأثيرا ايجابيا على تحسين بعض المهارات الحياتية - قيد البحث و النفسية و الحركية - ومن أهم النتائج الاهتمام بوضع برامج تساعد على تنمية و تطوير قدرتهم فى محاولة لاكسابهم المهارات الحياتية فى موافق اللعب و التى تساعد الطفل على التكيف مع نفسه و مع المجتمع المحيط بيه .

الدراسات باللغة الأجنبية :

- قام برايتومانفريدو **Bright ,A – Manfredo ,M** (٢٠٠٠) (٢٤) بدراسة بعنوان "تأثير القدرة الشخصية علي الاتجاهات الترويحية (المشاركة الترويحية)" بهدف التعرف علي اتجاهات الممارسين للأنشطة الترويحية في الأماكن المفتوحة ، باستخدام مقياس الاتجاهات لفازيو **Fazio** ١٩٨٦ ، وتم تطبيقه على مجموعتين من الممارسين للأنشطة الترويحية في الخلاء من الجنسين (أحدهما ضابطة والأخرى تجريبية) وقد أشارت النتائج إلى أن أفراد المجموعة التجريبية التي قامت بالممارسة خلال التوجيه كانت اتجاهاتهم افضل من أفراد المجموعة الضابطة .

- دراسة " وايت و كوادل **wight&cowidle** " (١٩٩٦م) (٢٥): بعنوان "تأثير برنامج السباحة تدريبي للمعاقين ذهنيا على مفهوم الذات والتحمل الدوري التنفسي"، بهدف التعرف على تأثير برنامج تدريبي مائي على كفاءة الجهاز التنفسي ومفهوم الذات عند المعاقين ذهنيا ، استخدم الباحث المنهج التجريبي، قامت عينة البحث على عدد (٣٠) فرد معاق ذهنيا ومن أهم النتائج ان تفوق المجموعة التجريبية فى زيادة كفاءة الجهازين الدوري التنفسي واحترام الذات عن المجموعة الضابطة

أجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي (مجموعة تجريبية) باستخدام القياس القبلي و البعدي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث .

مجتمع البحث :

يمثل مجتمع البحث مجموعة من ذوي الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم) الذين يتراوح أعمارهم ما بين (٩ : ١٢) سنة ، وتتراوح نسبة ذكائهم ما بين ٥٠ - ٧٠٪، من المركز النموذجي للتعاقف الفكري .

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من أجمالي الطلاب و الطالبات ذوي الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم) من المركز النموذجي للتعاقف الفكري ، وقد تراوح أعمارهم من (٩ : ١٢) سنة ،

وتتراوح نسبة ذكائهم ما بين ٥٠ - ٧٠٪ ، وقد بلغ قوام العينة (١٥) طالب وطالبة من ذوي الإعاقة الفكرية القابلين للتعلم ، وقد راعي الباحثون في اختيار العينة أن يكون أفراد العينة يعيشون في ظروف بيئية متشابهة

أدوات جمع البيانات

أستعان الباحث في جمع البيانات بالأدوات الآتية :

- بناء مقياس للبرنامج .
 - تحديد (٤) أبعاد للمقياس توصل إليها الباحثون من خلال ما جمعه من معلومات عن طريق الاطلاع علي الدراسات المرجعية والمراجع المتخصصة .
 - قام الباحثون بعرض الأبعاد المقترحة علي الخبراء في مجال الترويح ، لأبداء الرأي و قد أرتضي الباحثون البقاء علي البعد الذي يحوز علي نسبه عالية .
- اختبار الذكاء (لاستانفورد بينيه) لذوي الإعاقة الفكرية :**

مقياس ستانفورد بينيه عبارة عن صندوق به مجموعة من اللعب المقننة وبطاقات مطبوعة وكراسة تسجيل وكراسة تعليمات وكراسة معايير وأسئلة مرتبة وفق مستوي العمر الذي ستطبق عليه وهو يبدأ من سنتين حتي سن الرشد ، ويستغرق هذا الاختبار من ٣٠ - ٤٠ دقيقة ويتم تسجيل مستويات الضعف العقلي في صورة نسبة ذكاء ، وتم تطبيق المقياس من قبل المتخصصين المركز النموذجي للتعريف الفكري . (١٤ : ٣٩٦ ، ٣٩٧) .

المعاملات العلمية :

الثبات : استخدم الباحثون لحساب الثبات طريقة معامل ألفا كرونباخ للتجزئة النصفية . وجاءت قيم معامل الثبات ما بين (٠.٨٧٢) ، (٠.٩٧٦) علي جميع ابعاد المقياس مما يدل علي ان ابعاد المقياس علي درجه مقبولة من الثبات جدول (١) .

الصدق : استخدم الباحثون صدق الاتساق الداخلي لحساب صدق عبارات المقياس من خلال إيجاد معامل الارتباط بين كل عباره و الدرجة الكلية للبعد الذي تمثله ، وقد جاءت جميع العبارات داله احصائيا عند مستوي دلالة 0.05 مما يدل علي ان العبارات علي درجه مقبولة من الصدق جدول (٢) .

جدول (١) معاملات الثبات باستخدام التجزئة النصفية ومعامل ألفا لكرونباخ لأبعاد المقياس (ن = ١٥)

م	ابعاد المقياس	معامل الفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			سييرمان براون	جتمان
١	المهارات الاستقلالية (العناية بالذات)	٠.٨٧٢	٠.٧٦٧	٠.٧٧٢
٢	مهارات اجتماعيه	٠.٨٧٧	٠.٨٦٩	٠.٨٦٢
٣	مهارات التواصل	٠.٨٩٠	٠.٧٦٢	٠.٧٥٩
٤	مهارات حركيه	٠.٩٧٦	٠.٩٤٩	٠.٩٢٨

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٢٨) مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٠.٣٦١

يتضح من جدول (١) ما يلي :

جاءت قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لأبعاد المقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٥ علي جميع ابعاد المقياس مما يشير إلى ان ابعاد المقياس تتسم بدرجة عالية من الثبات .

جدول (٢) معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المهارات الاستقلالية (العناية بالذات) والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي اليه (ن = ١٥)

م	العبارات	معامل الارتباط
١	يقوم المعاق فكريا بتنظيف حجرة نومه .	٠.٦٤٤
٢	يجلس المعاق فكريا بطريقه لائقة .	٠.٦١٢
٣	يشارك المعاق فكريا في المناسبات الأسرية المتعددة .	٠.٣٢٢
٤	يتجنب المعاق فكريا الأخطاء الرئيسية (كهراء - نار) .	٠.٤٩٨
٥	يتمكن المعاق فكريا من ارتداء حذائه بمفرده .	٠.٦٦٥
٦	يخلع المعاق فكريا الحذاء عند دخول منازل الآخرين .	٠.٦٣٣
٧	يقوم المعاق فكريا بتنسيق الملابس بعد ارتدائها .	٠.٦٠٧
٨	لا يصدر المعاق فكريا أصواتا عالية علي المائدة (عند الطعام)	٠.٤٥٤
٩	يطرق المعاق فكريا الباب قبل الدخول .	٠.٦٥٠
١٠	يقوم المعاق فكريا بالتمييز بين أماكن الغرف .	٠.٧٤٤
١١	يستطيع المعاق فكريا باستقبال الضيوف .	٠.٤٥٢
١٢	يعتني المعاق فكريا بممتلكاته و ممتلكات الآخرين والحفاظ عليهم .	٠.٦٥٢
١٣	يستمتع المعاق فكريا ألي الآخرين (فهم الحوار) .	٠.٤٢٥
١٤	يميز المعاق فكريا بين الملابس النظيفة و الغير نظيفة .	٠.٦٤١
١٥	يستطيع المعاق فكريا استخدام أدوات الطعام (ملعقة - شوكة)	٠.٨٤١
١٦	يلبس المعاق فكريا ثيابه بمفرده .	٠.٧٩١
١٧	يقوم المعاق فكريا بالاستحمام بمفرده .	٠.٥٩٧
١٨	يتناول المعاق فكريا الطعام بمفرده .	٠.٦٧٨
١٩	تخطي المعاق فكريا الشارع بمفرده .	٠.٢١١
٢٠	تتمي المهارات الاستقلالية المعاق فكريا علي حل المشكلات .	٠.٢٨٤
٢١	يميز المعاق فكريا بين المكان النظيف و الغير نظيف .	٠.٦٨٢
٢٢	يستطيع المعاق فكريا استخدام أدوات النظافة الشخصية (الصابونة - الفوطة - الفرشاة) .	٠.٦٩١

قيمة ر الجدولية عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٠.٣٦١

يتضح من جدول (٢) ان معامل الارتباط بين كل عبارة من العبارات والمجموع الكلي للبعد الاول قد تراوحت ما بين (٠.٢١١ الي ٠.٨٤١) وبمقارنة قيمة (ر) المحسوبة بقيمة (ر) الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً بين العبارات والمجموع الكلي للبعد فيما عدا العبارات ارقام (٣ ، ١٩ ، ٢٠) وبذلك يصبح عدد عبارات البعد الاول (١٩) عبارة والنتائج تدل على ان عبارات

البعد الاول تتسم بدرجة عالية من الصدق .

إعداد البرنامج:

الهدف من البرنامج :

التعرف على اثر برنامج تروحي على تنمية المهارات الاستقلالية لذوى الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم) .

برنامج تروحي لتنمية المهارات الاستقلالية :

من خلال الإطار المرجعي للبحث استخدم الباحثون تمارين تروحيه التي تم تحديدها من خلال المراجع العلمية والتي تتناسب مع ذوى الإعاقة الفكرية لتحقيق الهدف من البحث ، وتم إجراء التعديلات اللازمة أصبح عدد الوحدات (٣٦) وحدة ، يكون زمن الوحدة (٦٠ق) .

أسس وضع البرنامج التروحي :

من خلال خبرة الباحثون في مجال البحث والاطلاع على المراجع والدراسات العلمية تم مراعاة الأسس التالية لتحقيق هدف البرنامج التروحي :

- مراعاة أن تحقق التدريبات الهدف من البرنامج .
- مراعاة التشويق والإثارة فى مكونات البرنامج .
- مراعاة التدرج من السهل إلى الصعب .
- استخدام عبارات التشجيع والإثابة الفورية .
- ان تكون محتويات البرنامج بسيطة وغير مركبة .
- مراعاة توزيع محتوى البرنامج على عدد الوحدات .
- مراعاة توفر الإمكانيات والأدوات اللازمة .
- أن يتمشى البرنامج التروحي لتنمية المهارات الاستقلالية مع خصائص المرحلة السنية.
- أن يتمشى البرنامج التروحي لتنمية المهارات الاستقلالية مع ميول ورغبات عينة البحث
- عدم وصول ذوى الإعاقة الفكرية إلى مرحلة الإجهاد .

زمن البرنامج :

تم تطبيق برنامج تروحي لتنمية المهارات الاستقلالية لمدة (ثلاثة أشهر) (١٢) أسبوع بواقع (٣) وحدة في كل أسبوع (الأحد ، الثلاثاء ، الخميس) بإجمالي (٣٦) وحده ، زمن الوحدة (٦٠) دقيقة وتم توزيع زمن كل وحدة (٦٠) دقيقة على أجزاءه (١٠ق الإحماء ، ٤٠ق الجزء الأساسي ، ١٠ق ختام)

عرض و مناقشة النتائج :

أولا : عرض النتائج :

جدول (٢) معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المهارات الاستقلالية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه (ن = ١٥)

معامل الارتباط	العبارات	م
٠.٦٤٤	يقوم المعاق فكريا بتنظيف حجرة نومه .	١
٠.٦١٢	يجلس المعاق فكريا بطريقه لائقه .	٢
٠.٣٢٢	يشارك المعاق فكريا في المناسبات الأسرية المتعددة .	٣
٠.٤٩٨	يتجنب المعاق فكريا الأخطاء الرئيسية (كهراء - نار) .	٤
٠.٦٦٥	يتمكن المعاق فكريا من ارتداء حذائه بمفرده .	٥
٠.٦٣٣	يخلع المعاق فكريا الحذاء عند دخول منازل الآخرين .	٦
٠.٦٠٧	يقوم المعاق فكريا بتنسيق الملابس بعد ارتدائها .	٧
٠.٤٥٤	لا يصدر المعاق فكريا أصواتا عالية علي المائدة (عند الطعام)	٨
٠.٦٥٠	يطرق المعاق فكريا الباب قبل الدخول .	٩
٠.٧٤٤	يقوم المعاق فكريا بالتمييز بين أماكن الغرف .	١٠
٠.٤٥٢	يستطيع المعاق فكريا بأستقبال الضيوف .	١١
٠.٦٥٢	يعتني المعاق فكريا بممتلكاته و ممتلكات الآخرين والحفاظ عليهم .	١٢
٠.٤٢٥	يستمتع المعاق فكريا ألي الآخرين (فهم الحوار) .	١٣
٠.٦٤١	يميز المعاق فكريا بين الملابس النظيفة و الغير نظيفة .	١٤
٠.٨٤١	يستطيع المعاق فكريا استخدام أدوات الطعام (ملعقة - شوكة)	١٥
٠.٧٩١	يلبس المعاق فكريا ثيابه بمفرده .	١٦
٠.٥٩٧	يقوم المعاق فكريا بالاستحمام بمفرده .	١٧
٠.٦٧٨	يتناول المعاق فكريا الطعام بمفرده .	١٨
٠.٢١١	تخطي المعاق فكريا الشارع بمفرده .	١٩
٠.٢٨٤	تنمي المهارات الاستقلالية المعاق فكريا علي حل المشكلات .	٢٠
٠.٦٨٢	يميز المعاق فكريا بين المكان النظيف و الغير نظيف .	٢١
٠.٦٩١	يستطيع المعاق فكريا استخدام أدوات النظافة الشخصية (الصابونة - الفوطه - الفرشاة) .	٢٢

قيمة ر الجدولية عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٠.٣٦١

يتضح من جدول (٢) ان معامل الارتباط بين كل عبارة من العبارات والمجموع الكلي للبعد الاول قد تراوحت ما بين (٠.٢١١ الي ٠.٨٤١) وبمقارنة قيمة (ر) المحسوبة بقيمة (ر) الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائيا بين العبارات والمجموع الكلي للبعد فيما عدا العبارات ارقام (٣ ، ١٩ ، ٢٠) وبذلك يصبح عدد عبارات البعد الاول (١٩) عبارة والنتائج تدل على ان عبارات البعد الاول تتسم بدرجة عالية من الصدق .

جدول (٣) دلالة الفروق بين القياسات القبليه والبعديه فى ابعاد والدرجة الكلية للمقياس قيد البحث

قيمة ت	انحراف الفرق	متوسط الفرق	القياسات البعديه		القياسات القبليه		ابعاد المقياس
			ع	م	ع	م	
١٣.٤١٥	١.٦٠٠	٢١.٤٦٦	٣.٣٩٧	٥٣.٦٠٠	٥.٤٢٣	٣٢.١٣٣	المهارات الاستقلالية (العناية بالذات)

يتضح من جدول (٣) ان جميع قيم (ت) المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة

(٠.٠٥) ما بين القياسات القبلية والقياسات البعدية في جميع ابعاد المقياس والدرجة الكلية ولصالح القياسات البعدية .

جدول (٤) نسب التغير بين متوسط القياسات القبلية والقياسات البعدية في ابعاد والدرجة الكلية للمقياس قيد البحث

ابعد المقياس	القياسات القبلية	القياسات البعدية	نسب التغير
المهارات الاستقلالية (العناية بالذات)	٣٢.١٣٣	٥٣.٦٠٠	66.8

يتضح من جدول (٤) ان نسب التغير ما بين القياسات القبلية والبعدية في جميع ابعاد المقياس قد توصلت إلي (٦٦.٨) . كما بلغت (٤٦.٦) في الدرجة الكلية للمقياس .

ومما سبق وما اشارت اليه الجداول أرقام (١) ، (٢) ، (٣) ، (٤) من وجود فروق دالة. إحصائياً بين القياسات القبلية والبعدية ، في المهارات الاستقلالية للمعاقين فكريا (القابلين للتعلم) قد ترجع إلى التأثير الإيجابي للبرنامج التروحي المقترح ، حيث اشتمل على العديد من الأنشطة ، والمسابقات التي ساعدت على سرعة استيعاب المهارات الاستقلالية في جو ملئ بالمشيرات السمعية والبصرية و الحركية ، وما قد روعي عند تصميم البرنامج ليتناسب مع الفروق الفردية ومع خصائص واحتياجات أفراد عينة البحث لكي يسهل تعلمها ويؤكد ذلك ما ذكره (ابراهيم ، سليمان) (٢٠١٠م) في أن الأنشطة و القدرات و السلوكيات و الوسائل و الطرق و الكفاءات التي يمتلكها الفرد و التي من شأنها مساعدته علي التفاعل الأيجابي و قدره علي التكيف و التعامل بفاعليه مع متطلبات الحياه اليومييه و تحدياتها. (٢٠ : ١)

ترجع تلك الفروق إلي ما احتواه البرنامج من أنشطة ومسابقات بإيقاعات وأدوات مختلفة ساعدت على استئارة اهتمام الأطفال المعاقين فكريا للممارسة الفعالة مع ادخال روح البهجة والسرور وفي هذا يذكر حلمي إبراهيم وليلي فرحات (١٩٩٨) أنه يراعى في اختيار محتوى البرنامج للأطفال المعاقين فكريا أن يتضمن أنشطة ترويحية ترفيهية يستخدم فيها المشيرات المختلفة كالإيقاع والموسيقى والأدوات ذات الألوان المبهرة . (٢١٨ : ٧)

وتتفق " سالي سعيد عبده ٢٠١٤ " ، نقلا عن " أمين أنور الخولي ، جمال الدين الشافعي " ، علي أن عملية تقويم البرامج تعمل علي تحقيق عدة أغراض من أهمها مراجعة البرامج و المقررات لتطوير الجوانب التي تحتاج الي تعديل في ضوء ما تم تحقيقه من أغراض تعليميه و يتم ذلك من خلال المستوي العام للدارس و يتم من منظور " سرعة أو بطء عمليات تنفيذ الوحدات و أغراض التعلم ، سهولة و صعوبة المادة التعليمية ، و المادة مشوقه و متسلسله ، اتصال المحتوي بالأغراض التعليمية . (١٥٣ : ٩)

وفي هذا الصدد وعن أثر البرنامج بما يتضمنه من أنشطة ترويحية متعددة تذكر عطيات خطاب (١٩٩٠) أن الحفلات و الرقص و الحفلات الترويحية و حفلات الأكل و المنوعات و الترويح الخلوي و يشمل النزاهات و الرحلات و التجوال و الترحال و المعسكرات ، بالإضافة الي الترويح الرياضي و هو له

أهمية كبرى في المتعة الشاملة للمعاق فكريا و يساهم في التنمية الشاملة للشخصية في جميع النواحي و تتمثل في الألعاب الصغيرة الترويحية و الرياضات المائية و التمرينات و ألعاب القوي و رياضات الخلاء و كذلك الترويح العلاجي و نشاط الخدمة العامة حيث يقوم به المعاق فكريا لخدمة المجتمع و يمنح المعاق الرضا النفسي و إشباع حاجاته . (١٥ : ٨٨)

الاستنتاجات :

- ١- تساعد المهارات الاستقلالية المعاق فكريا على إدراك الذات وتحقيق الثقة بالنفس .
- ٢- تساعد المهارات الاستقلالية على اكتساب قدر كبير من الاستقلال الذاتي
- ٣- تخفف المهارات الاستقلالية العبء الملقى على الأسرة .
- ٤- تزيد من ثقة الطفل المعاق فكريا بذاته وجسمه .

التوصيات :

- ١- اعتماد البرنامج الترويحي المستخدم في هذه الدراسة كأحد الخيارات المحتملة في تنمية المهارات الاستقلالية لدى المعاقين فكريا .
- ٢- دراسة فاعلية البرنامج الترويحي على فئات متباينة من ذوي الإعاقات الفكرية في الأعمار المبكرة .
- ٣- دمج الطلاب ذوي الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم) بدروس التربية البدنية العامة لما لذلك من تأثيرات إيجابية علي المستوى النفسي والاجتماعي والتعليمي (إلي حد مقبول).
- ٤- دراسة فاعلية استراتيجيات التعليم و التدريب المقترحة في تنمية بعض المهارات الاستقلالية لدي المعاقين فكريا .

قائمة المراجع :

- ١- إبراهيم ، سليمان عبد الواحد يوسف : المهارات الحياتية ضرورة حتمية في عصر المعلوماتية ، إيتراك للنشر ، القاهرة ، ٢٠١٠ م .
- ٢- أحمد محمد جاد الرب أبو زيد ، هبه جابر عبد الحميد : ذوي الإعاقة المزدوجة (الإعاقة الفكرية و اضطراب التوحد) ، الناشر (جامعة الزقازيق - كلية علوم الإعاقة و التأهيل - مركز المعلومات التربوية و النفسية و البيئية)، ٢٠١٦ م .
- ٣- آيات يحيى عبد الحميد : " تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية للمعاقين " ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة حلوان (٢٠٠٣) م .
- ٤- تهاني محمد عبد السلام: "أسس الترويح والتربية الترويحية "، دار الفكر العربي ، القاهرة، ٢٠٠١ م.
- ٥- جابر جابر عبد الحميد ، الراجحي دعاء السيد محمد ، إبراهيم أماني سعيدة سيد : دراسة مقارنة للمهارات الحياتية للأطفال المعاقين عقليا في ضوء مستويات ٧ جودة الحياة لدى الأمهات، معهد

- الدراسات و البحوث التربوية ، العدد ٣ ، ٢٠١٣ م .
- ٦- حبيب منصور : المرجع في رعاية وتربية وتعليم ذوي الاحتياجات الخاصة ، الموسوعة الذهبية ، ط١ ، عمان ، ٢٠٠٥ م .
- ٧- حلمى ابراهيم ، لىلى فرحات : التربية الرياضية و الترويح للمعاقين ، ط١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، (١٩٩٨) م .
- ٨- حنان فايز محمود: " برنامج ترويحى مقترح وأثره على تنمية الوعى بالذات لذوات الاحتياجات الخاصة من الاطفال المعاقين ذهنياً " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية، جامعة الإسكندرية ٢٠٠٤ م .
- ٩- سالي سعيد عبده : تقويم برنامج الإدارة الرياضية في ضوء بعض المعايير الحاكمة و مواصفات الخريج ، رسالة دكتوراه ، غير منشوره ، مكتبة كلية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ٢٠١٤ م .
- ١٠- سعيد حسني العزة : التربية الخاصة لذوي الإعاقات العقلية و البصرية و السمعية و الحركية ، الدار العلمية الدولية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، ٢٠١٥ م .
- ١١- سميح أبو مغلي ، عبد الحافظ سلامة ، فدوي أبو رداحه : التنشئة الاجتماعية للطفل ، دار اليازوري للنشر و التوزيع ، عمان ، ٢٠٠٢ م .
- ١٢- سميح قاسم ، نادية بوضياف بن زعموش : مهارات العناية بالذات لدى الأطفال المعاقين ذهنياً ، دراسة ميدانية ، جامعة قاصدي مرباح ورقلة ، الجزائر ، ٢٠١٧ م .
- ١٣- سهي احمد أمين : المتخلفون عقليا بين إفساءة والإهمال (التشخيص- العلاج)، دار أقباء للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة ، (٢٠٠٠) م .
- ١٤- عبد المطلب القريطي: (١٩٩٦م) سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة، القاهرة، دار الفكر العربي .
- ١٥- عطيات محمد خطاب : أوقات الفراغ و الترويح ، دار المعارف المصرية ، ط٤ ، القاهرة ، (١٩٩٠) م .
- ١٦- علي بن محمد بكر هوساوي ، سعد بن محمد بن عبد الله : أهمية تعلم المهارات الأجماعية في مرحلة المراهقه لذوي الإعاقه الفكرية من وجهة نظر معلميه في برامج الدمج بالمرحلة المتوسطة ، الناشر (مؤسسة التربية الخاصة و التأهيل) ، المملكة العربية السعودية ، ٢٠١٧ م .
- ١٧- عمران ، تغريد ، الشناوي ، رجاء ، صبحي ، عفاف : المهارات الحياتية ، مكتبة زهراء الشرق ، القاهرة ، ٢٠٠١ م .
- ١٨- عياد، فؤاد وسعد الدين هدى : فاعلية تصور مقترح لتضمين بعض المهارات الحياتية في مقرر التكنولوجيا للصف العاشر الأساسي بفلسطين، مجلة جامعة الأقصى، سلسلة العلوم الإنسانية ١٤

(١) ١٧٤ ، ٢٠١٠ م .

١٩- محمد عبد الصبور: البيئة الاجتماعية وعلاقتها ببعض الاضطرابات السلوكية لدى التلاميذ ذوي الإعاقة فكرياً وأقرانهم العاديين. مجلة كلية التربية بالزقازيق. ٧٤ ١٥٥-٢٠٥ ، ٢٠١٢ م .

٢٠- محمد كمال السموندي ، حسام جودة ، أحمد الشافعي : علاقة المشاركة في المعسكرات الترويحية بالمسئولية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة ، مجلة كلية التربية الرياضية ، العدد الرابع و العشرون ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، ٢٠١٥ م .

٢١- محمد محمد الحماحمي ، أمين الخولي : أسس برامج الترفيه الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٠ م .

٢٢- محمد محمد الحماحمي ، عايدة عبد العزيز : الترويح بين النظرية و التطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، ط٣ ، القاهرة ، ١٩٩٨ م .

٢٣- ناجي محمد قاسم، فاطمة فوزي عبد الرحمن: (٢٠٠٤م) فعالية برنامج تروحي على تنمية بعض المهارات الحياتية والنفسية والحركية لدي الأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم"، المؤتمر العربي الأول، الإعاقة الذهنية بين التجنب والرعاية، ١٣- ١٤ يناير ٢٠٠٤م ، الجمعية النسائية، جامعة أسيوط للتنمية .

24- Bright ,A and Manfredo ,M : Moderating effects of personal importance on the accessibility of Attitudes toward recreation participation ,Journal of leisure sciences ,London,17(4) ,P 281 –294,2000.

25- Wight,Cowdle:" The effect of a Swimming training program for the mentally handicapped on Self – Concept and Cyclic respiratory endurance ,1996.

ملخص البحث

أثر برنامج تروحي علي تنمية المهارات الاستقلالية لذوي الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم)

أ.د/ بلال عبدالعزيز سيد احمد بدوي

أ.د/ باسم محمد التهامي

الباحث/ محمد خالد محمد يوسف

يهدف البحث إلى التعرف علي مدي تأثير برنامج تروحي علي تنمية المهارات الاستقلالية لذوي الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم)، وإستخدام الباحثون المنهج التجريبي ، وطبقت الدراسة علي عينة قوامها (١٥) طالب و طالبه.

ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحثون : تخفف المهارات الاستقلالية العبء الملقى علي الأسرة ، تزيد من ثقة الطفل المعاق فكريا بذاته وجسمه .

ويوصى الباحثون : دمج الطلاب ذوي الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم) بدروس التربية البدنية العامة لما لذلك من تأثيرات إيجابية علي المستوى النفسي والاجتماعي والتعليمي (إلي حد مقبول).

Abstract

The impact of a recreational program on the development of independence skills for people with intellectual disabilities (who are able to learn)

Prof. Bilal Abdulaziz Sayed Ahmed Badawi

Prof. Basem Mohamed El Tohamy

Researcher. Mohamed Khaled Mohamed Youssef

The research aims to identify the extent of the impact of a recreational program on the development of independence skills for people with intellectual disabilities (who are able to learn), and the researchers used the experimental approach, and the study was applied to a sample of (15) male and female students.

Among the most important findings of the researchers: Independence skills reduce the burden placed on the family, and increase the intellectually disabled child's confidence in himself and his body.

The researchers recommend: Integration of students with intellectual disabilities (who are able to learn) in general physical education lessons, because of its positive effects on the psychological, social and educational level (to an acceptable extent).