

عنوان المداخلة

فاعلية الانشطة الرياضية الترويحية في ادماج الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة اجتماعيا

إعداد:

الدكتور: شوقي قدادرة- جامعة الشهيد حمة لخضر الوادي

العنوان الالكتروني: kedadra68@gmail.com

الأستاذ: عبد اللطيف قنوعه- جامعة الشهيد حمة لخضر الوادي

العنوان الالكتروني: tifaguenoua@gmail.com

ملخص

تهدف هذه المداخلة فاعلية الأنشطة الرياضية الترويحية من اجل ادماج الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة عن طريق ممارسة العديد من الحركات والتمرينات والألعاب الرياضية بطريقة منظمة وتحت اشراف مختصين في الرياضة بتوجيهات وطرق علمية من أجل إعطاء الطفل اثبات نفسه ومدى قدرته في العمل الرياضي وتدرجيا المشاركة مع افراد اخرين من نفس السن من عادين وبداية حياة جديدة للاندماج اجتماعيا.

Cette communication vise l'importance des activités récréatives sportives pour l'intégration d'enfants ayant des besoins spéciaux grâce à l'exercice de nombreux mouvements, exercices et sports de manière ordonnée et sous la supervision de spécialistes de l'orientation sportive et des méthodes scientifiques afin de permettre à l'enfant de prouver lui-même et sa capacité à travailler dans les sports et à participer progressivement avec d'autres membres de Le même âge et le début d'une nouvelle vie d'intégration sociale.

مقدمة:

تتسم التربية بأنها عملية إنسانية تختص بالإنسان وحده دون سائر المخلوقات لما ميزه الله بالعقل والذكاء والقدرة علي إدراك العلاقات واستخلاص النتائج وتأويلها بالفرد يمكنه أن يتعلم وينقل ويضيف ويحذف ويغير ويصحح فيما يتعلمه، وإن التربية عملية اجتماعية تختلف من مجتمع لآخر وذلك حسب طبيعة المجتمع والقوى الثقافية المؤثرة فيه بالإضافة إلي القيم الروحية ولهذا تجد أن التربية لا تمارس في فراغ بل تطبق علي حقائق في مجتمع معين حيث تبدأ مع بداية حياة الإنسان في هذا المجتمع ومن ثم فإن أي تربية تعبر عن وجهه اجتماعية لأنها تعني اختيار أنماط معينة في الأنظمة الاجتماعية والخلق والخبرة ولهذا نجد أن المجتمع هو الذي يحتوي التربية

الطفولة كلمة عدبة تغنيها كالألموموتفاخر بها كالأب، الطفولة كلمة تفرلها القلوبا شتياً فاولوعا الطفولة كلمة تشردورائها الأذهان فالأطفالزينة الحياة قالالله تعالى: ﴿الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ...﴾ الآية 46 (سورة الكهف).

وتعتبر الأسرة من أبرز مؤسسات التنشئة الاجتماعية فهي البيئة الأولى التي يتعلم فيها الإنسان أنماط الحياة وهي تعمل على تكوين العادات والتقاليد التي تساهم في بناء شخصيته .

إنممارسة التمارينالرياضية الترويجية ضرورية لكلا الأعمار إلاأنهفيسناالطفولة ذاتأهمية خاصة حيثأنالجسمفينمومستمر،فهويحتاجإللبالرياضة للثأ كدمناًالعضلاتوالعظام والقلوبرئتينوكلا لأعضاء الحيوية الأخرتتنبو بشكلطبيعيوسليمبالإضافةإلبناء الشخصيةالسليمة،

ان التخلف العقلي ظاهرة قديمة قدم البشر أنفسهم فالملاحظ أن الناس يتوزعون في صفاتهم و قدراتهم توزعا طبيعيا بين طرف تزداد لديه الصفة أو القدرة زيادة كبيرة، وطرف آخر تنقص لديه الصفة أو القدرة نقصانا كبيرا - و فيما بين الطرفين يتوزع الناس توزيعا اعتداليا 1

وقد سادت في العصور القديمة فكرة البقاء للأصلح، كما سيطرت الاعتقادات الخاطئة عن المعاقين مما أدى إلى التخلص من أصحاب العاهات و تركهم دون عناية ، و قد كان الناس في قديم الزمان يعتقدون أن الأطفال المعاقين يجلبون الشر إذا سمح لهم بالبقاء ، لذلك كان يفضل قتلهم بمجرد ولادتهم. (2)

و قد ظلت تلك الأفكار الخاطئة سائدة في تلك المجتمعات حتى جاءت الأديان السماوية لتحث الأفراد و المجتمع على العطف و الحب و المساعدة ، و تطور الاهتمام إلى أن وصل إلى ما هو عليه اليوم.

تسمح دائرة الاهتمام بالمتخلفين عقليا يوما بعد يوم ، و تزداد الدراسات المتعلقة بهم وبمطالبهم و برامجهم و خدماتهم في العالم عامة انطلاقا من أنهم جزء من الثروة البشرية والتي يمكن استثمارها و توجيهها لتكون رافدا قويا في المجتمع و لتكون الصحة النفسية والروح المعنوية للمجتمع ككل في أعلى درجاتها .

ويعد النشاط الرياضي من الترويح البدنية الأكثر انتشارا في أوساط الأطفال خاصة في المؤسسات التربوية ، و مما يساعد على ذلك أن النشاط الرياضي يعد عاملا من عوامل الراحة الإيجابية النشطة التي تشكل مجالا هاما من وقت الفراغ ، بالإضافة إلى ذلك يعتبر من الأعمال التي تؤدي للنمو البدني و النفسي و الاجتماعي للطفل ، وتمنح له الفرح و السرور و تخلصه من التعب والكراهة ، و تجعله قادرا على العمل والعطاء.

ومن هنا فان الأنشطة الرياضية الترويحية تساهم في ادماج الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة عن طريق ممارسة العديد من الحركات والتمرينات والألعاب الرياضية بطريقة منظمة و تحت اشراف مختصين في الرياضة بتوجيهات وطرق علمية من أجل إعطاء الطفل اثبات نفسه ومدى قدرته في العمل الرياضي وتدرجيا المشاركة مع افراد اخرين من نفس السن من عادين وبداية حياة جديدة للاندماج اجتماعيا.

1- مفهوم النشاط البدني الرياضي للمتخلفين عقليا :

يعتبر تحديد مفهوم التربية الرياضية المكيفة أمرا مهما للدراسات العلمية في هذا الميدان ، نظرا لكونها القاعدة الأساسية لجميع النشاطات الرياضية خلال حياة الفرد ، فهذا المصطلح يخضع للقاعدة النظرية من جهة والإطار العلمي من جهة أخرى، والذي يعد عنصر إدماج للناحية التربوية والأنشطة الرياضية المختلفة .

وفي السنوات الأخيرة تعددت المفاهيم والألفاظ التي تصف التربية الرياضية الترويجية ، فمنهم من ينظر إليها حسب تأثير شخصية الفرد واتجاهه نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، خلال مراحل التعلم المختلفة ، وأطراف أخرى يرى أنها تكمن في الأنشطة الرياضية خلال وقت الفراغ .

لذا فضرورة تحديد هذا المصطلح أمرا واجبا لفهم أكثر لمحتوى وأهداف التربية الرياضية المكيفة والفوائد التي تعود من خلالها على حياة الفرد المختلفة ، ومن ناحية أخرى تحديد هذا المصطلح يسمح لنا بتصنيف مختلف النشاطات الرياضية ودعم ممارستها لضمان تحقيق أهداف النظام التربوي الشامل .

يشير " Lombascar " و"كلوس" "Klaus" إلى أن عناصر الشخصية تنمو من خلال النشاط والتعلم الجيد وان المدارس يقع على عاتقها تنمية القدرة والاستعداد لاستمرار التعلم الذاتي على مدى حياة الفرد .

ويرى فرويل أن التربية الرياضية هي مرآة للحياة ، تعطي للطفل لمحة عن العالم الذي عليه أن يتعلم من أجله، وهي تخدم دائما غرضا ما، فهي تعبيراً عن إنسانية الطفل الداخلية وانعكاساً لاستعداداته وقدراته الخلاقة⁽¹⁾.

أما أرسطو فيرى أن من أهم أهداف التربية الرياضية، هو تعليم الأفراد كيف يستطيعون القضاء وقت فراغهم واستثمارها بطريقة إيجابية ومفيدة⁽²⁾.

ومن خلال هذه المفاهيم يمكننا أن نقول أن التربية الرياضية الترويجية ، هي جزء من النظام التربوي الشامل وتهدف إلى بث وتنمية الاتجاهات والميول أن يمكن لها إعداد الفرد لاستثمار وقت فراغه بإتقان وحكمة.

2- أهداف النشاط البدني الرياضي للمتخلفين عقليا :

إن الأطفال المتخلفون عقليا يحتاجون أكثر من غيرهم إلى فرص اللعب الابتكاري وذلك لبعدهم عن جو المنزل والأسرة المشبع بالعطف والحنان فهم يحتاجون إلى مكان يلعبون فيه وإشراف راشد عطوف ، ويمكن بواسطة اللعب مساعدة الطفل المقيم في المستشفى او في المراكز التربوية على ان يصبح عضوا نافعا في جماعته .

(1) عطيات مجّد خطاب : أوقات الفراغ والترويج ، مرجع سابق ، ص: 66 .

(2) كمال درويش ، مجّد الحماحي : رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ ، مرجع سابق ، ص: 122 .

لقد أوضح العلماء ان الهدف الأساسي في تربية المتخلفين عقليا هو تعليمهم الاشتراك بفعالية في نشاطات أوقات الفراغ وتشجيعهم على الترويح واستغلال أوقات الفراغ ، وهو ما يعود عليهم بفوائد حسية حركية (جسمية) ، اجتماعية ، تربوية ، محضية .

2-1. تنمية المهارات الحسية الحركية :

لما كانت القدرات الحسية الحركية ضرورية لتأدية النشاطات الحياتية اليومية، فإن العجز في هذا الجانب يؤثر على المظاهر الحياتية المختلفة إذ تعمل على كبح النضج العصبي، لذا تختفي الانعكاسات الحركية الأولية لان حركة الإنسان تعتمد على التوافق بين الجهازين العضلي والعصبي والتي تتمثل في المشي والجري والوثب..... الخ⁽¹⁾. وحتى يتحقق هذا الهدف يجب ان تقدم التربية الرياضية عبر برامجها اكتساب الكفاية الادراكية الحركية والمهارة الحركية والتي لها أبعاد كثيرة منها :

- المهارات الرياضية تتيح فرص الاستمتاع باوقات الفراغ ومناشط الترويح و تنمي مفهوم الذات وتكسب الثقة بالنفس وتوفر طاقة العمل وتساعد على اكتساب اللياقة البدنية وتمكن الفرد من الدفاع عن النفس وزيادة فرص الأمان ..
- المهارات الحسية تمكن الفرد من تعميق التأزر البصري والتمييز باللمسي والسمعي والإدراك الشكلي والتوافق البصري العضلي⁽²⁾.

2-2. تنمية المهارات الاجتماعية العاطفية :

من بين الخصائص الاجتماعية المعروفة والتي يتميز بها الاطفال المتخلفون عقليا ضعف القدرة على التكيف الاجتماعي ونقص الميول والدوافع والاهتمامات وعدم تحمل المسؤولية والانسحاب من المواقف والعدوانية أحيانا . أما من حيث الخصائص العاطفية والانفعالية ، فيتميزون بعدم الاتزان الانفعالي وعدم الاستقرار النفسي والهدوء وحيانا سرعة وبطء الانفعال ومستوياته ، والتربية الرياضية هي مسألة حيوية للمعوقين من حيث إعادة تكيف هؤلاء مع المجتمع ، فهي تعتبر أفضل وسيلة لتطوير قدرات المعوقين من حيث المشاركة الفعلية في الانشطة المختلفة⁽³⁾. فالتربية الرياضية وفلسفتها الحديثة ورسالتها السامية تعمل على الاعتناء بالفرد وإذكاء العقل والجسم كوحدة متكاملة ، لذا جعلت الدول المتقدمة الرياضة فلسفة لشعوبها وأرسلت دعائها على هذا المفهوم .

(1) محمد عبد السلام البوايز: الاعاقة الحركية والشلل الدماغي ، مرجع سابق ، ص : 85 .

(2) أحمد عمر سليمان روبي : القدرات الإدراكية- الحركية للطفل - سلسلة الفكر العربي ، الطبعة الثانية ، القاهرة 1995 ، ص : 152 - 153 .

(3) صالح عبد الله الزعي ، أحمد سليمان العواملة : التربية الرياضية للحالات الخاصة ، دار الصفاء للنشر والاشهار ، الطبعة الاولى، عمان، 2000، ص : 63 .

هناك عدة أهداف شمولية تسعى التربية الرياضية والترويحية لتحقيقها في تنمية المهارات الاجتماعية العاطفية للمتخلفين عقليا منها :

- مساعدة الفرد على تكييف سلوكه، ومحاولة إعادة تربيته إجتماعيا .
- تكسب الطفل مهارات إجتماعية تساعد على التفاعل مع الجماعات واللعب مع الأفراد، كما تنمي الجرأة والتعاون، والتحكم في النفس .
- تنمية شخصيته وثقته بالنفس وذلك بالنجاح في اداء الانشطة الرياضية المتنوعة .
- تنمية الاتجاهات الاجتماعية السليمة كالقيادة والاحساس بتحمل المسؤولية والتصرف في المواقف المختلفة⁽¹⁾.

2-3. تنمية المهارات المهنية :

إن إعداد الشخص المعوق عقليا لتحمل المسؤولية والعيش يتطلب تخطيط وتنفيذ برامج التدريب المهني المناسبة والذي يشمل التعريف بعالم العمل والمهن ومتطلباتها، واكتساب الأنماط السلوكية المناسبة. وتلعب الأنشطة الرياضية دورا أساسيا في إعداد الطفل المتخلف عقليا للحياة ودخول اجتماعيا ومهنيًا وذلك عن طريق تنمية قدراته في حدود إمكاناته واستعداداته للتأهيل المهني، واستغلال هذه القدرات والتركيز عليها وبالتالي تأهيلهم ودمجهم مع المجتمع ، واطاحة الفرصة أمامهم للأبداع والانتاج⁽²⁾.

2-4. تنمية مهارات التواصل :

إن نسبة كبيرة من الاطفال المتخلفين عقليا تعاني من مشكلات في التواصل الفعال مع الاشخاص الاخرين، فمنهم من لا يستطيع التواصل لفظيا، ومنهم من يستخدم أساليب بدائية في التعبير، ومنهم من يواجه صعوبات حقيقية في اللغة الاستقبالية نتيجة التخلف في النمو اللغوي وبالتالي صعوبة في قدرتهم على التعبير عن أنفسهم وفهم الاخرين، والمهارات التي يمكن ان يكتسبها الطفل المتخلف عقليا من خلال ممارسته لمختلف الانشطة تتمثل في :

- تنمية مهارات التواصل اللغوي الشفوي أثناء أداء الالعاب المختلفة والتي تتطلب اشراك الأطفال في أدائها عن طريق تبادل الالفاظ المختلفة .
- تنمية الحواس التي يتلقى الطفل عن طريقها تأثير المحيط والمعلومات عن البيئة ، وتبادل الخبرات مع المشاركين في اللعب⁽³⁾.

3-أغراض النشاط البدني الرياضي للمتخلفين عقليا:

(1) محمد الصالح ، محمد محمود : سيكولوجية اللعب والترويح عند الطفل العادي والمعوق ، مكتبة الصفحات الذهبية، الطبعة الثانية، الرياض، 1982، ص: 23 .

(2) عبد العظيم شحاتة مرسي : التأهيل المهني للمتخلفين عقليا ، مرجع سابق ، ص : 63 - 64 .

(3) حلمي إبراهيم ، محمد عادل خطاب : نشاط الطفل وبرامجه الترويحية ، دار النهضة العربية ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، 1964 ، ص : 19 - 20 .

يلتمس الطفل ذو العيب البدني مساعدة الناس له لاكتساب قسط من التربية العامة ، والواجب أن تتاح له كل الفرص الفعالة لتحقيق هذه الاهداف ، والواقع ان هؤلاء الاطفال أكثر إحتياجاً من غيرهم للخبرات التربوية ، والى النشاط الايجابي المناسب لقدراتهم والمشابه بقدر الامكان مع ما يمارسه أقرانه حتى يأخذ مكانه في المجتمع، ومحاولة تدريبه على وقاية نفسه وتحقيق ميوله بطريقة تعاونه على اكتساب مهارات في الألعاب ، يضاف الى ذلك ما يحصل عليه من قيم سيكولوجية وفوائد اجتماعية وعقلية وحركية والعمل الوظيفي للاجهزة وازدياد قدرته على ممارسة النشاط الترويحي (3).

3-1. غرض النمو البدني :

بصفة عامة النمو البدني هو عبارة عن التغييرات التي تعترض جسم الكائن الحي ، غايتها إكمال النضج ودوره الهام في حدوث النمو المناسب للفرد (4).

إن ممارسة الأنشطة والفعاليات الرياضية للمعوقين ساعد على بناء الكفاءة البدنية عن طريق تقوية وبناء الجسم بواسطة هذه الفعاليات وتمكن الفرد المعوق من تحمل المجهود البدني ومقاومة التعب .

وتلعب الفعاليات الرياضية التي تشمل العضلات الكبيرة دورا هاما في بناء أجهزة الجسم الحيوية كالجهاز الدوري والجهاز التنفسي .

فالشخص المعوق الذي ينزل عن العالم ويجلس على كرسيه ليرى المجتمع من خلاله وتركه الانشطة الرياضية ، سينتج عنه خوار في الجسم وتصلب في المفاصل وترهل في العضلات وضمورها، وهذا يؤدي بطبيعة الحال الى تشوه في التركيب الجسمي وظهور بعض التشوهات في القوام نتيجة الجلوس الطويل .

لذا فإن ممارسة المعوق للأنشطة الرياضية ستعمل على محاربة هذه العيوب والتشوهات ، وتساعد على النمو الطبيعي وما ينتج عنها من تكوين الجسم القوي المتناسق وبذلك فان التربية الرياضية كفيلة بالنمو وبناء الشخص المعوق وتأهيله تأهيلا سليما، كي يصبح قادرا على العمل والإبداع .

3-2. غرض النمو الحسي الحركي :

يقصد بالنمو الحركي نمو حركة الجسم وانتقاله مثل الكتابة والقراءة والسمع والبصر وغير ذلك مما يلزم أوجه النشاط المختلفة في الحياة (1).

(3) د/ حلمي ابراهيم ، حورية حسن : نشاط الطفل وبرامجه الترويحية ، دار النهضة العربية ، الطبعة الاولى ، القاهرة 1964 ، ص: 62 .

(4) زيدان نجيب دواشين: النمو البدني عند الطفل ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، الطبعة الثانية ، عمان 1996 ، ص : 10 .

كما يقصد بالنمو الحركي ، أداء الحركات والفعاليات الرياضية بأقل جهد ممكن وبرشاقة وكفاءة عالية وهذا يعتمد على العمل المتناسق الذي يقوم به الجهازان العصبي والعضلي للشخص المعوق ، وهي بذلك تسعى الى مساعدة الفرد في عمله اليومي بكفاءة واقتدار وتعمل على مساعدته في السيطرة على درجة أدائه للمهارات الحركية ولذلك كان لزاما على الفرد المعوق ان يمارس الانشطة الرياضية والمهارات البدنية لكي يكتسب التوافق اللازم لأداء الحركة .

3-3. غرض النمو العقلي :

تسعى التربية الرياضية الى جعل الجسم نشيطا قويا وذلك لان أداء الحركات الرياضية تحتاج الى تركيز ذهني ، كما أنها تجعل الجسم صحيحا قادرا على العمل فالنشاط الرياضي ليس زينة أو مجرد ألعاب يمارسها المعوق لقضاء وقت الفراغ وإنما يعد جانبا اساسيا في العملية التربوية فهي تسعى لزيادة قابلية الفرد المعوق واكتسابه المعلومات المختلفة .

3-4. غرض النمو الاجتماعي :

إن من أغراض التربية الرياضية مساعدة الشخص المعوق للتكيف مع الافراد والجماعات التي يعيش معها ، حيث أن ممارسته للفعاليات والانشطة الرياضية تسمح له بالتكيف والاتصال بالمجتمع . والتجارب تدل على أنه كلما انغمر في أداء العمليات الرياضية والتي له رغبة في ادائها اكسبته خبرات متنوعة هذا بدوره يؤدي الى اكتسابه العادات الاجتماعية المرغوبة .

فممارسة الألعاب الرياضية المختلفة تنمي به الثقة بالنفس والتعاون والاقدام والشجاعة فضلا عن شعوره باللذة والسرور للوصول الى النجاح عن طريق الفوز، كذلك تساعد في تنمية الشعور نحو الجماعة (الانتماء) ونحو الحياة الرياضية والذي يساعد في نمو المعوق ليكون مواطنا صالحا يعمل لمساعدة مجتمعه .

3-5. غرض علاجي :

تعد الممارسة الرياضية للمعوقين وسيلة طبيعية للعلاج على هيئة تمارين علاجية تأهيلية ، كأحد المكونات الهامة للعلاج الطبيعي ، والتي تساهم بدرجة كبيرة في استعادة اللياقة البدنية للمعوق ، مثل استعادته للقوة العضلية، والتوافق العضلي العصبي ، العمل، السرعة، المرونة، وبالتالي استعادته لكفائته ولياقته العامة في الحياة . كما تساهم تلك التمارين في تغلب المعاق على ما يصادفه من ارهاق عضلي خاصة في بداية المرحلة التأهيلية .

(1) أمين أنور الخولي ، أسامة كامل راتب : التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى ، القاهرة 1982 ، ص: 55 .

إن الاشتراك في الأنشطة الرياضية تساعد على الاقلال من ارتفاع ضغط الدم، والمعروف أنه القاتل الصامت الذي ليست له أعراض ظاهرية، وكذلك الاقلال من مستوى الجلوكوز في الدم واحتمال التعرض لمرض السكر مستقبلا وتساعد هذه الأنشطة كذلك على الاقلال من كمية الدهون في الجسم والاحتراق الداخلي مما يقلل للتعرض للسمنة مستقبلا .

3-6. غرض ترويجي وجداني :

تعتبر التربية الرياضية وسيلة ناجحة للترويح على نفس المعوق، كما تشكل جانبا مهما من استرجاعه لعنصر الواقعية الذاتية والصبر والرغبة والتمتع بالحياة، والتغلب على الحياة الروتينية والمملة كما يجد الإنسان في التربية الرياضية منفذا لانفعالاته ومنتفسا للضغوط ، كما نجد الشخص الرياضي أكثر تحمسا لعمله وأصدقائه من غيره، كما يضيف النشاط الترويجي للفرد المرح والسرور والاستمتاع وشعوره بالاستجابة لعواطفه، وبصفة عامة الترويح حاجة إنسانية لا بد منها⁽¹⁾.

4- . مفهوم التخلف العقلي :

تقع ظاهرة التخلف العقلي ضمن اهتمامات فئات مهنية مختلفة ، لهذا حاول المختصون في ميادين الطب و الاجتماع و التربية و غيرهم تحديد مفهوم للتخلف العقلي، و طرق الوقاية منه، و أفضل السبل لرعاية الأشخاص المتخلفين عقليا .

أما الباحثون العرب فقد استخدموا مصطلحات كثيرة، منها القصور العقلي، النقص العقلي، الضعف العقلي، التأخر العقلي، و الإعاقة العقلية .

ويرجع هذا التعدد إلى ظروف ترجمة المصطلحات الإنجليزية لبعض الباحثين ترجمها ترجمة حرفية والبعض الآخر ترجمها بحسب مضمونها واختلفوا في تحديد هذا المضمون، فمنهم من يعرف التخلف العقلي على أنه يعتبر عملية من العمليات الصعبة والمعقدة⁽¹⁾.

يقصد بالتخلف العقلي [توقف نمو الذهن قبل اكتمال نضوجه، ويحدث قبل سن الثانية عشرة لعوامل فطرية وبيئية، ويصاحبه سلوك توافقي سيئ]⁽²⁾.

(1) محمد عادل خطاب، النشاط الترويجي وبرامجه ، مرجع سابق ، ص : 58 .

(1) ماجدة السيد عبيد : الإعاقة العقلية ، دار الصفاء للنشر و التوزيع ، الطبعة الأولى . عمان 2000 ، ص : 20-21 .

(2) د/ مصري عبد الحميد حنورة : رعاية الطفل المعوق ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى . القاهرة 1991 ، ص 84 .

كما يمكن تعريف التخلف العقلي بأنه انخفاض ملحوظ في الأداء العقلي العام للشخص و يصاحبه عجز في السلوك التكيفي، ويظهر في مرحلة النمو مما يؤثر سلبا على الأداء التربوي (3).

4-1. التعريف الطبي :

يتمثل التعريف الطبي للإعاقة العقلية في وصف الحالة و أعراضها وأسبابها، وقد وجهت انتقادات لهذا التعريف تتمثل في صعوبة وصف الإعاقة العقلية بطريقة رقمية تعبر عن مستوى ذكاء الفرد (1).

4-2. التعريف الاجتماعي :

ظهر التعريف الاجتماعي للإعاقة العقلية نتيجة للانتقادات المتعددة لمقاييس القدرة العقلية وخاصة ستانفورد بينيه، ومقياس وكسلر، في قدرتها على قياس القدرة العقلية للفرد، فقد وجهت انتقادات إلى محتوى تلك المقاييس وصدقها وتأثيرها بعوامل مرضية وثقافية وعقلية

5: خصائص المتخلفون عقليا :

نجد اختلافات واضحة بين الأفراد المعوقين عقليا بعضهم البعض ، هذا فضلا عن الاختلافات الكبيرة بين هؤلاء الأفراد وبين العاديين، وسوف يكون وصفا لخصائص هذه الفئة، رغم وجود بعض الخصائص المختلفة لكل فئة من فئات المتخلفين عقليا، و أهم الخصائص هي

5-1. الخصائص الأكاديمية :

إن العلاقة القوية التي يرتبط بها كل من الذكاء و قدرة الفرد على التحصيل يجب أن لا تكون مفاجئة للمعلم عندما لا يجد الطفل المتخلف عقليا غير قادر على مسايرة بقية الطلبة العاديين في نفس العمر الزمني لهم وخاصة في عملية تقصيره في جميع جوانب التحصيل، و قد يظهر على شكل تأخر دراسي في مهارات القراءة والتعبير والكتابة والاستعداد الحسابي،

فالأفراد المتخلفين عقليا لا يستطيعون التقدم في العملية التعليمية كغيرهم من الأفراد فهم لا ينجحون في المجالات الأكاديمية كغيرهم، ولا غرابة في ذلك فثمة علاقة قوية بين التحصيل الأكاديمي والذكاء، فهم لا يعانون من مشكلات في القراءة وخاصة في الاستيعاب القرائي، وهم لا يحصلون أكاديميا بما يتوافق وقدراتهم المتوقعة (1).

5-2. الخصائص اللغوية :

(3) محمود محمد رفعت حسن: الرياضيات للمعوقين ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، الطبعة الأولى . مصر 1977 ، ص 34 .

(1) ماجدة السيد عبید : تعليم الاطفال المتخلفين عقليا ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، الطبعة الاولى ، عمان ، 2000 ، ص: 16-17 .

(1) فاروق الروسان: مناهج المهارات الاستقلالية للمعوقين عقليا ، مطابع وزارة الإعلام، الطبعة الأولى، البحرين . 1983، ص 24-25 .

تعتبر الخصائص اللغوية والمشكلات المرتبطة بها مظهرا مميزا للإعاقة العقلية وعلى ذلك فليس من المستغرب أن نجد أن مستوى الأداء اللغوي للأطفال المعاقين عقليا هو أقل بكثير من مستوى الأداء اللغوي للأطفال العاديين الذين بناء على ظروفهم في العمر الزمني .

1- الأطفال المعوقين عقليا يتطورون ببطء في النمو اللغوي .

2- الأطفال المعوقين عقليا يتأخرون في اللغة، مقارنة مع العمر بالنسبة للعاديين .

3- لديهم الضعف في القدرات المعرفية وذلك مثل ضعف في فترة الذاكرة .⁽²⁾

3-5. الخصائص العقلية :

من المعروف أن الطفل المعوق عقليا لا يستطيع أن يصل في نموه التعليمي إلى المستوى الذي يصل إليه الطفل العادي ، كذلك أن النمو العقلي لدى الطفل المعوق عقليا أقل في معدل نموه من الطفل العادي ، حيث أن مستوى ذكائه قد لا يصل 70 درجة كما أنهم يتصفون بعدم قدرتهم على التفكير المجرد و إنما استخدامهم قد حصر على المحسوسات، وكذلك عدم قدرتهم على التعميم⁽¹⁾ .

4-5. الخصائص الجسمية :

بناء على تحليل الأدب المتصل بالخصائص النمائية الحركية للمتخلفين عقليا، خلص فالنو أمانسكي 1985

إلى ما يلي:

- 1- هناك علاقة قوية بين العمر الزمني والأداء الحركي، فمع تقدم العمر يصبح المتخلف عقليا أكثر مهارة حركية
- 2- هناك علاقة قوية بين شدة التخلف العقلي وشدة الضعف الحركي .

كما يعانون من اضطرابات عصبية و خاصة الصرع، و قد تبين أن بعضهم يتردد حولهم شكاوي الشذوذ الجنسي ولم تتعدى أعمارهم العشر سنوات، و يرجع إلى أن المتخلف عقليا يريد إثبات ذاته وكيانه.⁽²⁾

5-5. الخصائص الشخصية :

إن الأطفال المعوقين عقليا لديهم بعض المشاكل الانفعالية و الاجتماعية ، و ذلك لسبب يعود إلى المعاملة والطريقة التي يعامل بها هؤلاء المتخلفين في المواقف الاجتماعية حيث قد يوصف بأنه متخلف أو غبي أو مجنون ... إلخ .

⁽²⁾ جزار جلال، فاروق الروسان: دليل مقياس المهارات اللغوية للمعوقين عقليا، مطبعة الجامعة الأردنية، عمان، 1995، ص 18، 19 .

⁽¹⁾ ماجدة السيد عبيد: مقدمة في تأهيل المعاقين ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى ، عمان ، 2000 ، ص: 35

⁽²⁾ ماجدة السيد عبيد: تعليم الأطفال المتخلفون عقليا ، مرجع سابق ، ص: 66- 67 .

ويعانون من مشاعر مرة من اللاقيمة والاعتبار مما يرشحهم لمختلف الذهانات الوظيفية كالفصام والهوس⁽¹⁾.

5-6. الخصائص الاجتماعية و الانفعالية :

يجعل الضعف العقلي للإنسان المتخلف عقليا عرضة لمشكلات اجتماعية و انفعالية مختلفة ، لا يعود ذلك للضعف العقلي فحسب و لكنه يعود أيضا إلى اتجاهات الآخرين نحو المتخلفين عقليا و طرق معاملتهم لهم والتي تؤدي بهذه الفئة إلى إظهار أنماط سلوكية اجتماعية غير مناسبة و يواجهون صعوبات بليغة لبناء علاقات اجتماعية مع الآخرين .

إن الأشخاص المتخلفين عقليا لا يتطور لديهم الشعور بالثقة بالذات إذ يعتمدون على الآخرين لحل المشكلات، و أنهم بسبب هذا الإخفاق يتطور لديهم الخوف من الفشل والذي يدفع بهم إلى تجنب محاولة تأدية المهام المختلفة .

6: تصنيف الاعاقة على أساس الأسباب :

يشمل التصنيف على حسب الأسباب العناصر التالية :

1-1: الاعاقة العقلية

- الإعاقة العقلية الأولية و التي يرجع السبب فيها إلى ما قبل الولادة و يقصد بها العوامل الوراثية مثل أخطاء الجينات و الصفات (الكروموزومات) و يحدث في حوالي 80 % من حالات الضعف العقلي العائلي .
- الإعاقة العقلية الثانوية و التي تعود إلى أسباب تحدث أثناء فترة الحمل ، أو أثناء فترة الولادة ، أو بعدها وغالبا ما يطلق على هذه العوامل الأسباب البيئية، و هذه العوامل تؤدي إلى إصابة الجهاز العصبي في مرحلة من مراحل النمو بعد عملية الإخصاب ، و يحدث ذلك في حوالي 20 % من حالات الإعاقة العقلية ، و من أمثلة ذلك حالات استسقاء الدماغ و حالات القصاص⁽²⁾.

6-2. التصنيف على أساس الشكل الخارجي :

تقسم الإعاقة العقلية إلى فئات حسب الشكل الخارجي المميز لكل فئة ومن هذه الفئات ما يلي :

6-2-1. المنغولية:

و تسمى هذه الحالة باسم عرض داون نسبة إلى الطبيب الإنجليزي (JOHN DOWN) في عام 1866 حيث قدم محاضرة طبية حول المنغولية كنوع من أنواع الإعاقة العقلية و لقي مثل هذا الاسم ترحيبا في أوساط

(1) فاروق الروسان: قضايا ومشكلات في التربية الخاصة ، دار الفكر للطباعة والنشر ، الطبعة الأولى ، عمان ، 1998 ، ص: 55-56 .

(2) د/عبد الرحمن العيسوي: التخلف العقلي ، دار النهضة العربية للطباعة و النشر، الطبعة الأولى، بيروت 1994 ، ص 28.

المهتمين بالإعاقة العقلية . و تشكل حالة المنغولية حوالي 10 % من حالات الإعاقة العقلية المتوسطة والشديدة و يمكن التعرف على هذه الحالة قبل عملية الولادة و أثناءها⁽³⁾.

6-2-2. القماءة :

تعتبر القماءة مظهرا من مظاهر الإعاقة العقلية ، و يقصد بها حالات قصر القامة الملحوظ مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي إليها الفرد .

6-3. التصنيف على أساس نسبة الذكاء :

و هنا يصنف التخلف العقلي إلى فئات حسب معيار نسبة الذكاء المقاسة باستخدام مقاييس القدرة العقلية كمقياس ستانفورد بينيه ، أو مقياس وكسلر للذكاء .و على ضوء ذلك تصنف الإعاقة العقلية إلى الفئات التالية :

6-3-1. التخلف العقلي البسيط :

تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة ما بين 55 - 70 درجة ، كما يتراوح العمر العقلي لأفرادها في حده الأقصى 7 - 10 سنوات، ويطلق على هذه مصطلح القابلون للتعلم ، حيث يتميز أفراد هذه الفئة من الناحية العقلية بعدم القدرة على متابعة الدراسة في الفصول العادية، مع العلم أنهم قادرون على التعلم ببطء وخاصة إذا وضعوا في مدارس خاصة، و يمكن لهذه الفئة أن تتعلم القراءة والكتابة و الحساب، ولا يتجاوز أفراد هذه الفئة في الغالب المرحلة الابتدائية، وتشكل هذه الفئة ما نسبته 10 % من الأطفال المعاقين عقليا .

6-3-2. التخلف العقلي المتوسط :

تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة 40 - 55 درجة ، كما تتراوح أعمارهم العقلية بين 3 - 7 سنوات في حده الأقصى، ويتميز أفرادها من الناحية العقلية بأنهم غير قابلين للتعلم ، في حين أنهم قابلين للتدريب على بعض المهارات التي تساعدهم في المحافظة على حياتهم ضد الأخطار حيث يمكن تدريبهم على قطع الشارع بسلام أو تفادي حريق .

لذا يطلق عليهم القابلين للتدريب ، أما الخصائص الجسمية و الحركية قريبة من مظاهر النمو العادي لهذه الفئة، ولكن يصاحبها أحيانا مشكلات في المشي أو الوقوف، كما تتميز بقدرتها على القيام بالمهارات البسيطة، وتشكل 10 % تقريبا من الأطفال المعاقين عقليا .

⁽³⁾د/فاروق الروسان:سيكولوجية الأطفال غير العاديين-مقدمة في التربية الخاصة - مرجع سابق ، ص 80 .

3-3-6. التخلف العقلي الشديد :

تقل نسبة ذكاء هذه الفئة عن 20 درجة، كما يعاني أفرادها من ضعف رئيسي في النمو الجسمي وفي قدرتهم الحسية الحركية وغالبا ما يحتاجون إلى رعاية وإشراف دائمين .

وتجدر الإشارة إلى أن خصائص كل فئة الجسمية والعقلية والاجتماعية توازي خصائص الأطفال المماثلين لهم في التصنيف التربوي في وصف حالات الإعاقة العقلية حسب تغير الذكاء .

7- . الألعاب الرياضية التي تتناسب مع المتخلفين عقليا :

بعض الأنشطة والتمرينات البدنية التي تتناسب مع المتخلفين عقليا لعلها تساعد القائمين على الأنشطة الرياضية في المراكز النفسية التربوية عن بدء برنامج رياضي لهذه الاعاقة .

وعموما الأنشطة الرياضية المعدلة لهذه الفئة تعتمد بدرجة رئيسية على درجة الاعاقة، والصفات الحركية للمعاق، والتي يمكنها ممارسة جميع أنواع الأنشطة الرياضية والتمرينات ولكن بدرجة أقل من العاديين حيث أن نموهم الجسمي متأخر من سنتين الى خمس سنوات عن الاسوياء وبالتالي يمكن برمجة الأنشطة الرياضية للمعاق الذي عمره 10 سنوات نشاطات تناسب اعمار 6 او 7 سنوات⁽¹⁾.

تهدف تلك الأنشطة الى تنمية الادراك الحسي الحركي والمحافظة على النواحي الجسمية، وتنمية اللياقة البدنية لهم، وعادة ما تكون هذه الأنشطة ترويحية وترفيهية مع استخدام المثيرات المختلفة كالايقاع والموسيقى والتصفيق والأدوات ذات الالوان المبهرة والمتعددة، وذلك للتنبيه الحسي لهم ومساعدتهم على التمييز بين الأشكال والألوان والأحجام والمسافة، وأن تكون الممارسة تحت إشراف طبي ومختصين لتلك الفئة .

4-1. ألعاب للتحضير البدني العام :

يفضل أن تكون على شكل ألعاب ولا تحتاج الى تفكير في الاداء، حيث تعتمد تلك الفئة على التقليد للحركات، كتقليد الطيور او الحيوانات ، كذلك تنوع التمرينات بين فردية وزوجية وجماعية، باستخدام أدوات أو بدونها ويفضل أن تكون الكرات المستخدمة ذات ألوان وأحجام مختلفة لتنمية التمييز بين الادوات والاحجام، خاصة الكرات التي تستخدم في تعليم الالعاب الجماعية لتعويدهم على التفاعل مع الغير مثل كرة السلة، كرة اليد، كرة القدم والكرة الطائرة ، كما يمكن استخدام مكعبات من المطاط أو الفلين أو أكياس الرمل والحبوب المتعددة الالوان لتنمية الملكات الذهنية لهم⁽²⁾.

(1) صالح عبد الله الزغي ، أحمد سليمان العوملة : التربية الرياضية للحالات الخاصة ، مرجع سابق ، ص : 64 - 65 .

(2) حلمي إبراهيم ، ليلي السيد فرحات : التربية الرياضية والترويح للمعاقين ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى ، القاهرة 1998 ، ص : 228 .

أمثلة على هذه الأنشطة :

1. الجري :

- الجري في المكان مع زيادة السرعة .
- الجري لمسافة 20 م، 30 م، 40 م، 50 م، ... ، 100 م .
- الجري مع القيام بإنجدياته .

2. التمرينات :

- تمرينات النظام حيث أنها تعود المعوق على تصرفات نظامية حسنة داخل المجتمع الصغير الذي تعيش فيه مثل الوقوف صفا، يرسم خط على الارض والوقوف عليه .
- تمرينات طبيعية مثل : تمرينات الحبو على الذراعين والزحف على البطن ، وتمرينات تقليد الحيوانات والتسلق .
- تمرينات التوازن : مثل رسم خطين والمشى بينهما ثم على خط واحد .
- تمرينات تقوية الذراعين والجذع والساق .

3. الوثب :

- الوثب بالمكان والوثب على مقعد سويدي .
- الوثب عن حاجز والوثب من فوق كرسي أو طاولة .
- الوثب الطويل والوثب العالي، ويجب ملاحظة توافر وسائل الامن والسلامة في الأدوات وتوافر المشرفين.

4. رفع الأثقال :

- درجة الكرة الطبية بالقدمين والتقدم أماما ، ودحرجتها باليدين .
- الحجل على قدم واحدة ، الوثب مع عدم اسقاط الكرة .
- رفع الأثقال بالتدرج : 1 كلغ ، 2 كلغ ، 10 كلغ ، 20 كلغ .
- حمل الثقل والتقدم به الى الامام .

5. الرياضات الجماعية والفردية بأنواعها :

يمكن للمعاقين عقليا ممارسة الالعاب الجماعية والفردية من اصحاب الاعاقة البسيطة والتي تؤدي إلى

انخراط المعاق في الجماعة⁽¹⁾.

6. حركات الجمباز :

(1) زهران (ليلي) : الاسس العلمية والعنلية للتمرينات والتمارين الفنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة 1992 ، ص: 66 . 67 . 68 . 69 .

من الممكن تعليم الحركات السهلة والتي تعتمد على أداء نموذج أمامهم حيث أنهم يميلون إلى التقليد لذلك يمكنهم أداء الدرجات بأنواعها ، الأمامية – الخلفية – الطائرة ، والوقوف على الرأس واليدين والعجلة... الخ .

هذه الحركات لها أهمية قصوى بحيث تحتاج الى درجة عالية من التوازن واذا تدرّب المعاق على هذه الحركات، فإن ذلك سوف يؤدي الى تنمية عنصر الرشاقة وتصحيح التشوهات القوامية لدى هذه الفئة⁽²⁾.

4-2. ألعاب في تنمية الحواس :

سنحاول عرض بعض الالعاب التي تساعد في تربية الحواس وتنميتها عند الاطفال المتخلفين عقليا والتركيز على الحواس باعتبارها المنافذ والوسائل الاساسية في توريد المعلومات الى دماغ الطفل ، من هنا فهو يتفاعل مع ما يحيط به، من خلال هذه الحواس، وهذا يؤدي الى زيادة معلقته ونمو احساساته مما يؤدي الى زيادة وعيه بعلمه الخارجي وزيادة قدرته على التحكم بهذا العالم ، وقد صنفت هذه الالعاب إلى خمس مجموعات :

4-2-1. ألعاب في تربية حاسة البصر :

يحتاج أي معوق لفرض النظر، من خلال حاجاته لمرافق من خلالها انطباعات بصرية، فالمعاق سمعياً يجب أن يشجع على الملاحظة والنظر لتعويض اعاقته السمعية وبطئ التعلم يجب ان يشجع على استخدام عينيه. ويمكن تلخيص أهم هذه الالعاب فيما يلي :

- لعبة اكتشاف الشيء المخفي او المضاف،الهدف العام منها هو تدريب وتنمية الانتباه البصري والهدف الخاص ان يكتشف الطفل الشيء المخفي
- لعبة اليدين والقدمين، الهدف منها على الالوان والاشكال .
- أهم وسائل تربية البصر للمعوقين هي الجولات والرحلات⁽¹⁾.

3-2-5-2. ألعاب في تنمية حاسة السمع :

إن كل الأطفال بحاجة إلى أن يتعلموا كيفية الاصغاء من اجل ان يتذكروا الاصوات ويتعلموا بالتالي الكلام . إن السمع مهم لدى المعوقين خاصة أولئك الذين يستخدمون حاسة السمع، كتعويض عن حاسة مفقودة، والجدير بالذكر ان الاطفال يحبون عمل الاصوات، ويشعرون بالرضا اذا ضبطوا الاصوات، وربطوها حسب تتابع الحوادث وهو ما يساعدهم في التركيز والتأزر السمعي .

ويمكن تلخيص هذه الالعاب فيما يلي :

(2) حلمي ابراهيم ، ليلي السيد فرحات : التربية الرياضية والترويح للمعاقين ، مرجع سابق ، ص : 229 .

(1) عبد الحفيظ سلامة :الوسائل التعليمية في التربية الخاصة ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان 1999 ، ص : 131 – 132 .

● لعبة اشارات المرور، الهدف العام تدريب الطفل الاستماع، الهدف الخاص ان يسمع، ان يركز سمعه أن يربط بين ما يسمعه وبين سلوك معين .

مثلا : يقول المعلم أحمر يجلس الأطفال ، يقول أصفر يقف الاطفال .

● لعبة دولبة الصحن، الهدف العام تدريب الطفل على التركيز والاستماع الهدف الخاص ان يسمع أن يركز سمعه، ان يربط بين ما يسمعه وبين سلوك معين .

3-4. ألعاب في تنمية حاسة اللمس :

يمكن أن تكون العاب اللمس ذات أهمية خاصة للمكفوفين والمعاقين جسميا، كما أن الطفل البطيء التعلم بحاجة للتشجيع على اللمس مع اعطائهم تعزيزات، اما الطفل العدواني فالمشكلة هنا ليست تشجيعه على اللمس انما كيف نساعد على ذلك بأقل الاضرار .

من هنا فالأصابع تصبح مدخلا هاما للمعلومات من خلال الخبرة اللمسية ويأخذ المعوق عن طريقها في التمييز بين حار وبارد، خفيف وثقيل ، كبير وصغير ، ناعم وخشن ... الخ .

ويمكن تلخيص هذه الالعاب فيما يلي :

لعبة اكتشاف الاشياء عن طريق اللمس، الهدف العام تنمية وتدريب حاسة اللمس الاهداف الخاصة أن يميز، أن يضع، أن يلمس، أن يسمي..... الخ

مثلا : يجلس الطالب بجانب الطاولة الموضوع فوقها عدة أشياء (قلم، مسطرة، كأس ... الخ) ويغمض الطالب عينيه ويضع يده على الأشياء فوق الطاولة يسمي الشيء الذي يلمسه دون النظر إليه .

4-4. ألعاب في تنمية حاسة الذوق :

يبدأ الطفل في اولى مراحل حياته باستخدام فمه لاستمتاع بالأشياء، ومع نمو الحواس الاخرى لديه إلا أن الفم يبقى له دور كبير في الاكتشاف والاستمتاع وتبقى حاسة الذوق مع الحواس الاخرى تساعده في غناء حياته اليومية، هذا ويحتاج المعوقين الى تدريب حاسة الذوق لديهم من منطلق ان بعض المعوقين خاصة من هم بدرجة شديدة، يستخدمون السنتهم كأفضل وسيلة او حتى الوسيلة الوحيدة في اكتشاف أفضل لبيئتهم والتمتع بها .

ومن بين هذه الالعاب المختارة في تربية حاسة الذوق ما يلي :

- لعبة الصحن المسحور (لعبة التخمين) .

- لعبة التمييز بين أنواع الطعام .

4-5. ألعاب في تربية حاسة الشم :

مع إن البعض يعتبر حاسة الشم اقل الحواس في الافادة، الا أنها اذا استعملت ودرست فإنها تعطي متعة، خاصة لضعاف البصر، وبطيئ التعلم والمضطربين انفعاليا .

ومع تقدم العمر فكل انسان يكون خبرات شمّية تغني ذاكرته من جهة وتحذره من الاخطار من جهة اخرى لذا فمن المهم عند تقديم الالعاب ان نركز على تقديم الروائح، وليس فقط التركيز على اللون الصوت، واللمس .
ومن بين الالعاب المختارة في تربية حاسة الشم نذكر :

- لعبة التمييز بن الروائح : نقدم أوعية مختلفة مغلقة وبها ثقوب صغيرة تحتوي على مواد مختلفة مثل : قهوة، زعتر، فلفل، الخ ، يطلب من الطفل أن يشم المادة في الوعاء ويتعرف عليها .
- لعبة حرز الشئى المختفي عن طريق الشم .
- إفراغ ذي الرائحة المختلفة من بين عدة أوعية لها نفس الرائحة (1).

الاهداف العامة للأنشطة الرياضية للطفل المعاق

أهداف المجال الحسي الحركي	أهداف المجال الاجتماعي العاطفي	أهداف المجال المعرفي
- يتعرف على قدرات التلاميذ الحركية (المشي، الجري القفز، الحجل.....).	- يلاحظ الأطفال من حيث القدرة على (التعاون، التنظيم، الاستعداد، النظافة، المشاركة في اللعب ...).	- يتعرف على قدرات الأطفال في فهم وتفسير العبارات البسيطة والمركبة
- يلمس ويسمي أجزاء مختلفة من الجسم - يسمي أجزاء الجسم الأكثر استعمالا في	- يتكيف مع نفسه ومع الآخرين - يندمج تدريجيا مع اللعب الجماعي	- يتعرف على مختلف أعضاء جسمه

(1) د/ عبد الحفيظ سلامة : الوسائل التعليمية في التربية الخاصة، مرجع سابق، ص : 136 الى 140 .

يتعود تدريجيا على خلع الملابس وترتيبها		الحركة - يتحرك في كل الاتجاهات ويسمى
يعرف بعض القواعد التنظيمية يتعود تدريجيا على نظافة الملابس وقص الأظافر	- يحس بحرية الحركة في الفراغ - يتعلم الاتصال بالآخرين	- يحرك أجزاء الجسم في الفراغ في اتجاهات مختلفة - يلمس أجزاء من جسمه في وضع الحركة - يثبت في المكان عند سماع أو رؤية إشارة - يغير اتجاه الحركة وفقا للإشارة
- يتعلم الاحتياطات الأمنية والسلامة - يفرق بين الأطراف العلوية والأطراف السفلية	- يتفاعل مع الحركة - يتعاون مع الزميل - يتعود على الاعتماد على النفس	- يجلس دون أن يستند لشيء معين - يقف على أصابع القدمين دون أن يستند لشيء - يقف على رجل واحدة باستعمال السند مع تبادل الرجلين - يقف على رجل واحدة دون سند لمدة محددة - يحاول الوقوف على رجل دون سند للأطول مدة

خلاصة

إن العناية بالمتخلفين عقليا مطلب إنساني وحق مشروع يتمثل في حق كل مواطن في أن تتاح له فرصة الرعاية و التوجيه خاصة أنهم في أشد الحاجة لهذه الرعاية

وبما أن النشاط الرياضي يشكل محورا هاما تربويا و تعليميا و ترفهيا للعاديين ، فإنه أجدد أن يكون كذلك أو أكثر من ذلك لذوي الفئات الخاصة عامة و المتخلفون عقليا بصفة خاصة حيث أنه يتناسب مع مستواهم و قدراتهم المحدودة وهو الذي لا يتطلب التحديد والدقة والانضباط في القوانين و الوقت و ليس هدفه الربح و تحقيق النتيجة بخلاف النشاط الرياضي التنافسي و منه فهو أنسب أنواع النشاط لهم .

ومنه فلا يمكن أن نتصور أن الطفل المعاق ذهنيا يكسب المهارات اللازمة لنموه و نضجه الاجتماعي في بيئته الاجتماعية التي يعيش فيها بمحض الصدفة ، و لكنه لا بدا من مجهود مخطط مدروس ، ووضع البرامج الواعية التي

تساعد على اكتساب المهارات المطلوبة ، و هذا لا يكون إلا بالوسائل اللازمة لذلك ، فالنشاط المخطط له لتنمية المهارات الاجتماعية من مثل النشاط الرياضي يزيد من قدرات الطفل المتخلف عقليا و ينميها ، فالطفل المعاق ذهنيا الذي لا يجد الجو الملائم و الخاص الذي يمكنه من استغلال قدراته المتوفرة لديه أولا ثم الاستقلال و اثبات مكانته فإن ذلك يزيد من الوضع تعقيدا ، أو يصعب التكيف و التفاعل الاجتماعي له و بالتالي نعيق نموه الاجتماعي السليم و بهذا تتضح أهمية ممارسة النشاط الرياضي وأثره الايجابي على النمو الاجتماعي السليم للأطفال المتخلفين عقليا تخلف عقلي بسيط