

المقدمة ومشكلة البحث

تشهد فئات ذوي الاحتياجات الخاصة اهتماما كبيرا على مستوى العالم من قبل الهيئات والمنظمات المعنية كما توجد توصيات من قبل وزارة التربية والتعليم والاتحاد السعودي لذوي الاحتياجات الخاصة في المملكة العربية السعودية للارتقاء بمستوي الافراد ذوي الاحتياجات الخاصة في جميع النواحي (التعلمية - الثقافية - الاجتماعية - النفسية - الرياضية).

ويعتبر مفهوم الذات Self-concept من اهم المفاهيم النفسية التي تؤثر على الافراد ذوي الاحتياجات الخاصة ولا يعكس مفهوم الذات فقط ما يلمسه الاخرون عن الفرد ذوي الاحتياجات الخاصة بل يتعدى ذلك ليؤثر في سلوكه من خلال الحياة اليومية (٧).

ويوجد العديد من المحاولات لدراسة ابعاد مفهوم الذات و علاقتها ببعض المتغيرات في المجال الرياضي و كذلك تأثير مثل هذه المتغيرات على الممارسة الرياضية على تغيير و تعديل مفهوم الذات لدى الممارس للنشاط الرياضي (٩ : ٣١٦).

وقد ارتبط مفهوم الذات بصورة ملحوظة مع وزن الجسم لدى البالغين و توجد علاقة بين الجنس و مفهوم الذات فالذكور بعد البلوغ لديهم معدلات اعلى في ابعاد مفهوم الذات اكثر من الاناث (٢٠ : ٦٩-٧٩).

و يوضح محمد حسن علاوى (١٩٩٨م) انه في السنوات الماضية حدثت تطورات مهمة و قفزات واضحة في مجال الموضوعات التي يتناولها علم النفس الرياضي بالدراسة و البحث و التطبيق ومن اهم هذه الموضوعات مفهوم الذات و تقدير الذات ووضوح الذات من حيث انها ابعاد هامة للشخصية في المجال الرياضي و التي يمكن ان تحدد سلوك الفرد او دافعيته او انفعالاته (٢٣:١٠، ٢٢).

ومن خلال ما تم استعراضه سابقا يتضح ان مفهوم الذات يرتبط بقدره الفرد على تقديره لذاته لان تقدير الذات Self-esteem يقوم على الاقتناع الداخلي للفرد Inner Conviction بكفاءته او جدارته او اهليته Competency وقيمه الخلقية و الشخصية و بوضوح Self-disclosure (٩٢، ٩١ : ١١).

ومفهوم الذات ليس مجرد انعكاس لما يراه الفرد عن نفسه في عيون الآخرين فحسب ، بل هو في حقيقة الأمر متغيرا سيكولوجيا في غايه التعقيد يؤثر بصورة فعالة في السلوك الانساني و بوجهه، وله درجة من التأثير لا يستهان بها (١٤ : ٢٠١) ، (٧ : ٩٣).

ويوضح "توما خوري" وجهة نظر "كارل روجرز Rogers"، في مفهوم الذات ان الشخص لا يستجيب للبيئة الموضوعية و انما يستجيب لكيفية ادراكه لها بصرف النظر عما تكون عليه تلك الادراكات من تحريفات ذاتية (٢ : ٤٦).

وهناك العديد من التقسيمات لمفهوم الذات والمتبع لتطور مفهوم الذات من عصر الفلاسفة الإغريق كأفلاطون وأرسطو والذين تداولوا مفهوم الذات كهوية أو تفرّد.

الأمر الذي أدى إلى جدل بن المفكرين على مر العصور فعلى سبيل المثال في عصر النهضة حاولوا التمييز بين الحواس ومدركاتها العقلية كالتفكير ، في حين كان الرأي العلمي والذي تبناه James في فهمه لمفهوم الذات حيث صنفه إلى أربعة ، الذات الجسمانية ، الذات الاجتماعية ، الذات المادية و الذات الروحية (٢٩٢:١٩).

في حين أن الباحث يميل إلى تقسيم مفهوم الذات الى ذوات ثلاث وهي كالتالي :

١. الذات المثالية Ideal Self

٢. والذات العامة Public Self

٣. والذات الحقيقية Actual Self

حيث يحدث صراع بين الذات الحقيقية و الذات المثالية و العامة في بعض الأحيان و هو ما ينتج عنه مظاهر القلق و التوتر لدى الأشخاص و عندما يتعارض مفهوم الذات مع الآخرين يسعى لا نكار مفهوم الآخرين و اهمالهم لكي يحمي الفرد مفهومه عن نفسه (١٠:٨٩).

لذا قد قام الباحثون المهتمون بالاهتمام بمفهوم الذات و اجراء اختبارات على الافراد الأسوياء و غير الأسوياء لما له من أثر كبير في الارتقاء بالمستوي النفسي لديهم.

ويذكر **خليل معوض (٢٠٠٢م)** ان مفهوم الذات السلبي من اهم العوائق التي تعوق التحصيل الدراسي بالنسبة للأفراد العاديين، فمن هنا يتضح أهميته للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة حيث يحدث مشاكل نفسية أكبر مقارنةً بالأفراد العاديين (٣).

ويضيف **مروان عبد المجيد (٢٠٠٢م)** أن للتربية البدنية مهاماً وواجبات أساسية تتمثل في المحافظة والعناية بنمو المعاق جسمياً وصحياً واجتماعياً ونفسياً وبالتالي فهي جزء لا يتجزأ من مجموع العمليات التربوية التعليمية (١٥:٥).

كما يذكر **محمد إبراهيم عبد الحميد (١٩٩٩م)** أن الأنشطة الحركية والرياضية تسهم في لياقة الأطفال المعاقين البدنية وصحتهم العامة وفي تنمية توافقاتهم العضلية والحسية ومهاراتهم الحركية (القوة – السرعة – الدقة) كما تسهم في رفع مستوى تركيزهم وانتباههم ومقدرتهم على الإحساس والتصور والتذكير والتميز الحركي والبعدي مما يطور من استعداداتهم الإدراكية وينميها إضافة إلى ما لهذه الأنشطة من دور إيجابي في عملية التنفس الانفعالي وتوزيع الطاقة بشكل إيجابي مستمر (٦:١).

لذا فإن دراسة تأثير الممارسة الرياضية لها تأثير بالغ الأهمية على المتغيرات النفسية والبدنية لا سيما ذوي الاحتياجات الخاصة مثل مفهوم الذات وبعض الخصائص البدنية امر جدير بالدراسة ، لأنه وفي حدود علم الباحث ان هذا التأثير لم يلق الاهتمام الكافي في الابحاث العلمية خاصة لذوي الاحتياجات الخاصة وان هذه الدراسة محاولة من الباحث للتعرف على تأثير الممارسة الرياضية على مفهوم الذات وبعض الخصائص البدنية لدى ذوي الاحتياجات الخاصة ، في محاولة لإثبات أن الممارسة الرياضية تحدث تغيرات في شخصية الممارس وايضا في تعزيز مفهوم الذات وقدراتهم البدنية والصحية، حيث ان الممارسة الرياضية تعمل على اكتساب اتجاهات إيجابية لذوي الاحتياجات الخاصة وتنبع اهمية هذا البحث في انه يقدم معلومات ذات اهمية عن ممارسة الانشطة الرياضية وتأثيرها على مفهوم الذات والقدرات البدنية لذوي الاحتياجات الخاصة كما انه من الممكن ان تؤدي هذه الدراسة الى بعض النتائج مثل تحديد التغييرات المصاحبة للممارسة الرياضية في شخصيه الممارس متمثلة في مفهوم الذات على اعتبار ان القدرة البدنية مهمه لجوانب شخصيه الممارسين للرياضة من ذوي الاحتياجات الخاصة بل من الممكن ان يمتد هذا البحث الى توعية غير الممارسين للنشاط الرياضي للاهتمام بقدراتهم البدنية العامة ومفهوم الذات و هذا في حد ذاته مفيد للفرد و المجتمع وخاصة هذه الفئة من الاعاقة.

هدفاً للبحث

يهدف البحث إلى التعرف على التالي :-

١. تأثير تدريبات الأولمبياد الخاصة على مفهوم الذات لفئة التأخر الذهني الرياضيين بنادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة.
٢. تأثير تدريبات الأولمبياد الخاصة على بعض القدرات البدنية لفئة التأخر الذهني الرياضيين بنادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة.

فرضا البحث :-

١. وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في مفهوم الذات لفئة التأخر الذهني للاعبين نادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة .
٢. وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في بعض القدرات البدنية لفئة التأخر الذهني للاعبين نادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة .

إجراءات البحث

أولاً: منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته للدراسة الحالية من خلال تطبيق الاختبارات القبلية والبعديّة .
ثانياً: مجالات البحث :

المجال المكاني:

نادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة ،بالمملكة العربية السعودية .

المجال الزمني:

تم إجراء البحث خلال العام الدراسي (١٤٣٨/١٤٣٩ هـ) من شهر محرم وحتى شهر ربيع الثاني مرفق (٣).

المجال البشري :

تم إجراء الدراسة على اللاعبين المسجلين بنادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة.

ثانياً: عينة البحث

شملت عينة البحث اللاعبين المسجلين بنادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة وعددهم (٢٠) لاعب والذين شاركوا في مسابقات ألعاب القوى في بطولة الأولمبياد الخاصة والتي أقيمت في مدينة الرياض للعام ٢٠١٨م، وتم اختيار عينات الدراسة بالطريقة العمدية كالتالي:

(أ) يصنف تأخر ذهني بسيط ودرجة الذكاء بين ٥١-٦٩ ،(ب) لا توجد اي اعاقات حركية،

(ج) يصنف أحد لاعبي الأولمبياد الخاصة، العمر بين ١٧-٢٤ سنة ، قام الباحث باستبعاد أي لاعب لدية متلازمة داون وذلك لاحتمال وجود مشاكل صحية مصاحبة لمرضة مثل عدم ثبات الفقرات المحورية الأطلسية (الفهقي المحوري) ومشاكل القلب وقصور في الغدة الدرقية .
(Eichstaedt & Lavay, 1992, Sherrill, 2004). (١٧)،(١٨) وجدول رقم (١) يوضح البيانات الوصفية لعينة الدراسة.

ثالثاً: أدوات جمع البيانات:

قام الباحث باستخدام العديد من الأدوات و الأجهزة خلال تجربة البحث وذلك للتعرف على إختبار مفهوم الذات والقياسات الأساسية والبدنية لجميع أفراد العينة كالتالي :

الأدوات:

١. ميزان طبي لقياس الوزن (كجم)، وريستاميتير لقياس الطول (سم).
٢. ساعة إيقاف (Stop watch)
٣. كرة طبية ٤ كجم.

القياسات والاختبارات المستخدمة للبحث:

- ١- مقياس تنسي لمفهوم الذات :-

استخدم الباحث مقياس تنسي لمفهوم الذات (Tennessee Self-concept Scale) والذي قام بترجمته للغة العربية كلا من محمد حسن علاوي ومحمد العربي شمعون ويتكون القياس من عدد ١٠٠ عبارة وصفية وذلك لقياس عدد ٩ أبعاد للذات عن طريق توجيه الأسئلة من قبل الباحث ويتكون الجواب لكل عبارة من مقياس من ١ الي ٥ على النحو التالي: (١) لا تنطبق على تماماً، (٢) لا تنطبق على غالباً، (٣) تنطبق أحياناً، (٤) تنطبق على غالباً، (٥) تنطبق على تماماً، ولقد صمم الاختبار ليتناسب مع الاعمار السنوية المختلفة مرفق رقم (٢).

- ٢- قياسات القدرات البدنية:-
- اختبار قوة القبضة: تم قياس القوة القصوى الثابتة لقبضة اليد اليمنى واليسرى بالكيلو جرام باستخدام جهاز قياس قوة القبضة.
 - اختبارات القوى القصوى الثابتة للظهر: تم قياس القوى القصوى الثابتة للعضلات للمادة للذراع. بالكيلو جرام باستخدام ديناموميتر الظهر والرجلين.
 - اختبارات القوى القصوى الثابتة للرجلين: تم قياس القوى القصوى الثابتة للرجلين للعضلات للمادة للرجلين بالكيلو جرام، باستخدام جهاز ديناموميتر الظهر والرجلين.
 - القدرة: باستخدام اختبار رمي كرة طبية باليد اليمنى واليسرى والذراعين واختبار الوثب العريض من الثبات بالسنتيمتر.
 - السرعة: تم قياس السرعة بواسطة اختبار ٣٠ م عدو بالثانية من البدء العالى.
 - الرشاقة: تم قياس الرشاقة من خلال الجرى الزجراجي .
 - تحمل عضلات البطن و العضلات القابضة لمفصل الفخذ: الجلوس من رقاد القرفصاء ٣٠ ثانية.
 - قياس تحمل عضلات الذراعين و المنكبين: ثني الذراعين والمنكبين ٣٠ ثانية.
 - المرونة: تم قياس المرونة من خلال اختبار ثنى الجذع أماماً أسفل من وضع الوقوف .
- (١٢: ٩٣، ٣٣، ٣٢) (٩٦، ٩٣، ٣٣، ٣٢) (١٣: ٢٩، ٢٧٤، ٢٧٥، ٣٦٨، ٣٦٩، ٣٨١) (٢١: ٢٠٥، ٢٠٩، ٢٢٥، ٢٢٩، ٢٣١). مرفق (١)
- رابعاً: إعتدالية توزيع المتغيرات:
- للتأكد من خلو العينة من عيوب التوزيعات الأعتدالية قام الباحث بحساب المتوسط الحسابي، الإنحراف المعياري، معامل الإلتواء للقياسات الأساسية قيد البحث وهى على النحو التالي:-

جدول رقم (١)

الدلالات الإحصائية الخاصة بالقياسات الأساسية لدي عينة البحث الاجمالية قبل التجربة

معامل الإلتواء	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية
				القياسات الأساسية
٠.٢٢٧	٣.٩٢٤	٢١.٦٥٠	(سنة)	السن
٠.٢٥٧-	٨.٣٩٧	١٦٩.٧٥٠	(سم)	الطول
١.٦٧١	٢٣.٨٤٨	٧٠.٢٥٥	(كجم)	الوزن

يتضح من الجدول رقم (١) والخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالقياسات الأساسية لدي عينة البحث الاجمالية قبل التجربة تتبع التوزيع التكراري المعتدل (المنحنى الأعتدالي) حيث يتراوح معامل الإلتواء ما بين (-٠.٢٥٧ ، ١.٦٧١) أي لايزيد عن ± 3 وهذا يعطى دلالة مباشرة على أن العينة تمثل مجتمعاً أعتدالياً مما يدل على خلو العينة من عيوب التوزيعات غير الأعتدالية.

جدول رقم (٢)

الدلالات الإحصائية الخاصة بمقياس تنبسي لمفهوم الذات لدي عينة البحث الإجمالية قبل التجربة

معامل الإلتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية	
				محاور المقياس	
٠.١٣٨	٥.٨٩٨	٦٠.٤٥٠	(درجة)	الذات البدنية	
٢.٠٩٠-	٨.٠٩٣	٥٩.٦٥٠	(درجة)	الذات الأخلاقية	
٠.٠٦٧	٥.٨٢٦	٦٠.٠٥٠	(درجة)	الذات الشخصية	
٠.١٤٦	٦.٩٧٤	٦٩.٠٠٠	(درجة)	الذات الأسرية	
٠.١٠٠-	٩.٠١٢	٦٢.٢٠٠	(درجة)	الذات الاجتماعية	
٠.٨٠٠	٤.٧٠١	٢٦.٩٠٠	(درجة)	نقد الذات	
٠.٧٥٣-	٩.٤٥٦	١٠٧.٩٥٠	(درجة)	الذات الواقعية	
٠.٧١٠-	١٣.٣٤٥	١١٨.٩٠٠	(درجة)	تقبل الذات	
٠.٩٧٦	١٠.٥٣٨	١١١.١٠٠	(درجة)	الذات الإدراكية	

يتضح من الجدول رقم (٢) بأن المتغيرات الخاصة بمقياس تنبسي لمفهوم الذات في القياسات القبلية لأفراد عينة البحث تتبع التوزيع التكراري المعتدل (المنحني الأعتدالي) حيث يتراوح معامل الالتواء ما بين (-٢.٠٩٠ ، ٠.٩٧٦) أي لا يزيد عن ± 3 وهذا يعطى دلالة مباشرة على أن العينة تمثل مجتمعاً أعتدالياً مما يدل على خلو العينة من عيوب التوزيعات غير الأعتدالية.

جدول رقم (٣)

الدلالات الإحصائية الخاصة بالقدرات البدنية لدي عينة البحث الإجمالية قبل التجربة

معامل الإلتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية	
				القدرات البدنية	
٠.٢٨٢	١.٩٨٦	٩.٠٥٠	(ثانية)	أختبار الجري الزجزاجي	الرشاقة
١.٢٠٢-	٠.٤٣٠	٢.٣٣١	(متر)	الوثب العالي	القوة الانفجارية
٢.٤٥٤	٠.٩٢٢	٢.٠٠٨	(دقيقة)	الجري	التحمل الدوري التنفسي
٠.٧٤١-	٠.٨٧٣	٣.٢٥٠	(سم)	ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف	المرونة
١.٠٦٦	١.١١٦	٥.٨٢٢	(ثانية)	إختبار ٣٠ عدو	السرعة
٠.٨٧٥-	٤.٥١٩	١٣.٠٠٠	(عدد)	ثني الذراعين من الإنبطاح المائل	التحمل العضلي ذراعين
٠.٥١٤	٢.٦٣٤	١٢.١٠٠	(عدد)	الجلوس من رقود القرفصاء	التحمل العضلي بطن
٠.٠٩٥-	٠.٣٣٩	١.٧٤١	(متر)	الوثب العريض من الثبات	قدرة
٠.٤٧٠-	١.١٣٣	٤.٣٠٨	(متر)	رمي كرة طبية بالذراع اليميني	
٠.٧٦٧-	٠.٩٢١	٤.٠١٨	(متر)	رمي كرة طبية بالذراع اليسري	
٠.٢٨٣-	٠.٧٨٨	٤.١١١	(متر)	رمي كرة طبية بالذراعين	
٠.٠٣٠-	٥.٩٠٧	٣٥.٠٥٠	(كجم)	قوة القبضة اليميني	القوة القسوى
٠.٢٢٣-	٦.٠٣٢	٣٤.٨٠٠	(كجم)	قوة القبضة اليسري	
٠.٥١٢-	٥١.٤٩٦	١٦٩.١٥٠	(كجم)	قوة عضلات الظهر	
٠.٠٦٠-	٥٣.٥٠٠	١٧٥.٧٥٠	(كجم)	قوة عضلات الرجلين	

يتضح من الجدول رقم (٣) بأن المتغيرات الخاصة بالقدرات البدنية في القياسات القبلية لأفراد عينة البحث تتبع التوزيع التكراري المعتدل (المنحني الأعتدالي) حيث يتراوح معامل الالتواء ما بين (-١.٢٠٢ ، ١.٠٦٦) أي لا يزيد عن ± 3 وهذا يعطى دلالة مباشرة على أن العينة تمثل مجتمعاً أعتدالياً مما يدل على خلو العينة من عيوب التوزيعات غير الأعتدالية.

خامساً: تدريب فريق العمل:

قام الباحث بتدريب ٥ طلاب بكالوريوس متطوعين من قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة من جامعة طيبة بالمدينة المنورة للعمل كمساعدين في البحث، وقام الباحث بتدريبهم من خلال ورشة عمل على يومين وكان اليوم الأول يتضمن طريقة أخذ القياسات الجسمية والبدنية واليوم الثاني التأكد من طريقة تعبئة اختبار مفهوم الذات.

سادساً: الدراسة الأساسية:

قام الباحث وفريق البحث بأجراء الاختبارات والمقاييس في ملعب نادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة على فترتين بعد اخذ موافقات موقعة من عينات البحث وموافقة من نادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة.

- الفترة الاولى نفذت قبل البدء بالتدريبات للمشاركة بالأولمبياد الخاصة (اختبارات قبلية)
- الفترة الثانية بعد المشاركة ببطولة الأولمبياد الخاصة (الاختبارات البعدية).
- كانت فترة التدريب ٨ أسابيع مع مدربهم في نادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة ، مع اشراف ومتابعة من قبل الباحث على البرنامج التدريبي المطبق (تدريبات الأولمبياد الخاصة) مرفق (٣)
- تضمنت الاختبارات جزئيين، الجزء الأول أشتمل على التالي:

١. قياس الطول والوزن
٢. قياسات بدنية (ضغط، بطن، رشاقة، وثب عالي، وثب عريض، سرعة (٣٠ م جري)، تحمل، مرونة، القدرة عن طريق رمي كرة طبية (اليد اليمنى – اليد اليسر – اليدين معا)، قوة القبضة (يمين – يسار)، قوة الظهر، قوة الرجلين.
٣. اشتمل الجزء الثاني علي توجيه العبارات الخاصة باختبار تنسي لمفهوم الذات من قبل المساعدين وتدوين اجاباتهم ، وقام الباحث بالتواجد مع المساعدين طول فترة القياسات.

سابعاً: المعالجات الإحصائية:

نظرا لطبيعة الدراسة التجريبية تم معالجة البيانات الخام إحصائياً عن طريق الحاسب الآلي باستخدام برنامج الإحصاء (SPSS.20) وذلك للحصول على التالي:

- ✚ المتوسط الحسابي.
- ✚ الانحراف المعياري.
- ✚ معامل الالتواء.
- ✚ متوسط الفروق.
- ✚ نسبة التحسن.
- ✚ اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test

جدول رقم (٤)

نتائج اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test بين رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة
نحو مقياس تينيس لمفهوم الذات
ن = ٢٠

الدلالة	قيمة "Z"	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الرتب	الدلالات الاحصائية
						محاور المقياس
*٠.٠٤٧	١.٩٩٨-	٥٧.٠٠	١١.٤٠	٥	السالبة	الذات البدنية
		١٥٣.٠٠	١٠.٢٠	١٥	الموجبة	
				٠	المتعادلة	
٠.٢٧٠	١.١٠٣-	٧٥.٥٠	١٢.٥٨	٦	السالبة	الذات الأخلاقية
		١٣٤.٥٠	٩.٦١	١٤	الموجبة	
				٠	المتعادلة	
*٠.٠٤٣	٢.٠٥٧-	٥٦.٠٠	٩.٣٣	٦	السالبة	الذات الشخصية
		١٥٤.٠٠	١١.٠٠	١٤	الموجبة	
				٠	المتعادلة	
٠.٩١٣	٠.١٠٩-	٨٣.٠٠	١٠.٣٨	٨	السالبة	الذات الأسرية
		٨٨.٠٠	٨.٨٠	١٠	الموجبة	
				٢	المتعادلة	
٠.٣٢٢	٠.٩٩٠-	٧٨.٥٠	١٣.٠٨	٦	السالبة	الذات الاجتماعية
		١٣١.٥٠	٩.٣٩	١٤	الموجبة	
				٠	المتعادلة	
٠.٧٠١	٠.٣٨٤-	٨٥.٥٠	١٢.٢١	٧	السالبة	نقد الذات
		١٠٤.٥٠	٨.٧١	١٢	الموجبة	
				١	المتعادلة	
٠.٢٨٦	١.٠٦٨-	٦٨.٥٠	٩.٧٩	٧	السالبة	الذات الواقعية
		١٢١.٥٠	١٠.١٣	١٢	الموجبة	
				١	المتعادلة	
*٠.٠٥٠	١.٩٩٣-	٥٥.٥٠	٩.٢٥	٦	السالبة	تقبل الذات
		١٣٤.٥٠	١٠.٣٥	١٣	الموجبة	
				١	المتعادلة	
٠.٥٨٦	٠.٥٤٥-	٧٣.٠٠	١٠.٤٣	٧	السالبة	الذات الإدراكية
		٩٨.٠٠	٨.٩١	١١	الموجبة	
				٢	المتعادلة	

** ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.01 \geq \alpha$)

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$)

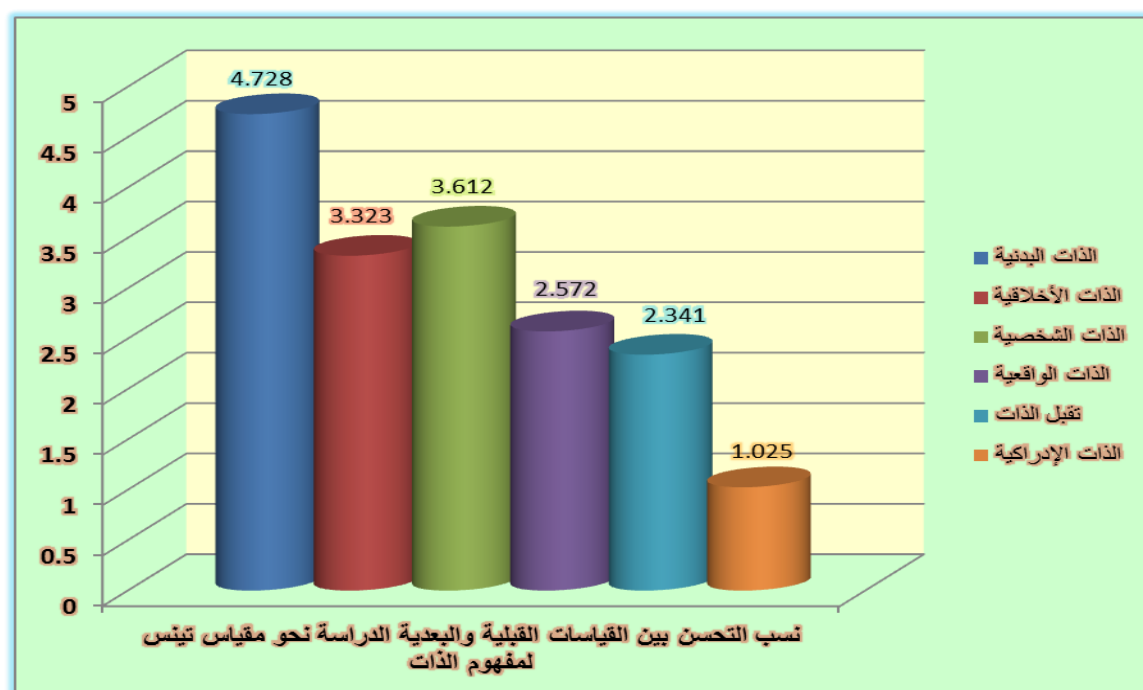
يوضح الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو بعض محاور مقياس تينيس لمفهوم الذات، مما يشير على اتفاقهم على تلك النتائج.

جدول رقم (٥)

نتائج نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدى لعينة الدراسة نحو مقياس تينسي لمفهوم الذات

لصالح	نسبة التحسن %	القياسات البعدية		القياسات القبليّة		الدلالات الإحصائية محاور المقياس
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
البعدى	4.728%	4.685	63.45	5.898	60.45	الذات البدنية
البعدى	3.323%	9.303	61.70	8.093	59.65	الذات الأخلاقية
البعدى	3.612%	6.506	62.30	5.826	60.05	الذات الشخصية
-	-	6.377	67.85	6.974	69.00	الذات الأسرية
-	-	8.027	63.70	9.012	62.20	الذات الاجتماعية
-	-	3.031	27.15	4.701	26.90	نقد الذات
البعدى	2.572%	12.203	110.80	9.456	107.95	الذات الواقعية
البعدى	2.341%	10.315	121.75	13.345	118.90	تقبل الذات
البعدى	1.025%	10.315	112.25	10.538	111.10	الذات الإدراكية

يوضح الجدول نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدى لعينة الدراسة نحو مقياس تينسي لمفهوم الذات، وقد تراوحت نسب التحسن بين (4,728% - 1,025%) ولصالح القياسات البعدية في معظم القياسات فيما عدا قياسات (الذات الأسرية - الذات الاجتماعية - نقد الذات) لم يكن بها أي تحسن، والرسم البياني التالي يوضح هذا التحسن.



شكل رقم (١) نسب التحسن بين القياسين القبلي لعينة الدراسة نحو مقياس تينسي لمفهوم الذات

جدول رقم (٦)
نتائج اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test بين رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة
نحو القياسات البدنية
ن = ٢٠

الدلالة	قيمة "Z"	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الرتب	الدلالات الإحصائية
						القياسات
**٠.٠٠٨	٢.٦٦٥-	٢٤.٥٠	٨.١٧	٣	السالبة	ضغط
		١٤٦.٥٠	٩.٧٧	١٥	الموجبة	
				٢	المتعادلة	
**٠.٠٠٠	٣.٩٨٠-	١.٠٠	١.٠٠	١	السالبة	بطن
		٢٠٩.٠٠	١١.٠٠	١٩	الموجبة	
				٠	المتعادلة	
**٠.٠٠٠	٣.٧٤٩-	٠.٠٠	٠.٠٠	٠	السالبة	رشاقة
		١٧١.٠٠	٩.٥٠	١٨	الموجبة	
				٢	المتعادلة	
**٠.٠٠٣	٢.٩٤٥-	١٨.٠٠	٦.٠٠	٣	السالبة	وثب عالي
		١٥٣.٠٠	١٠.٢٠	١٥	الموجبة	
				٢	المتعادلة	
*٠.٠٥٠	١.٩٤٤-	٥٣.٠٠	١٠.٦٠	٥	السالبة	وثب عريض
		١٥٧.٠٠	١٠.٤٧	١٥	الموجبة	
				٠	المتعادلة	
٠.٥٠٠	٠.٦٧٥-	٧٠.٠٠	٧.٠٠	١٠	السالبة	تحمل
		١٠١.٠٠	١٢.٦٣	٨	الموجبة	
				٢	المتعادلة	
٠.١٥٣	١.٤٣٠-	١٧.٠٠	٥.٦٧	٣	السالبة	مرونة
		٤٩.٠٠	٦.١٣	٨	الموجبة	
				٩	المتعادلة	
٠.٠٦٧	١.٨٢٩-	١٥٤.٠٠	١٠.٢٧	١٥	السالبة	سرعة
		٥٦.٠٠	١١.٢٠	٥	الموجبة	
				٠	المتعادلة	
*٠.٠١٩	٢.٣٣٦-	٣٧.٠٠	١٢.٣٣	٣	السالبة	قدرة يمين
		١٥٣.٠٠	٩.٥٦	١٦	الموجبة	
				١	المتعادلة	
**٠.٠٠٨	٢.٦٣٨-	٢٥.٠٠	٨.٣٣	٣	السالبة	قدرة يسار
		١٤٦.٠٠	٩.٧٣	١٥	الموجبة	
				٢	المتعادلة	
**٠.٠٠٧	٢.٦٩٣-	٣٣.٠٠	٨.٢٥	٤	السالبة	قدرة اليدين
		١٧٧.٠٠	١١.٠٦	١٦	الموجبة	
				٠	المتعادلة	
*٠.٠٢٠	٢.٣١٩-	٤٣.٥٠	١٠.٨٨	٤	السالبة	قوة القبضة يمين
		١٦٦.٥٠	١٠.٤١	١٦	الموجبة	
				٠	المتعادلة	
٠.٠٥٧	١.٩٠١-	٤٨.٠٠	١٢.٠٠	٤	السالبة	قوة القبضة يسار
		١٤٢.٠٠	٩.٤٧	١٥	الموجبة	
				١	المتعادلة	
**٠.٠٠٠	٣.٥٠٠-	١١.٥٠	١١.٥٠	١	السالبة	قوة الظهر
		١٩٨.٠٠	١٠.٤٥	١٩	الموجبة	
				٠	المتعادلة	
**٠.٠٠٠	٣.٨٢٩-	٠.٠٠	٠.٠٠	٠	السالبة	قوة الرجلين
		١٩٠.٠٠	١٠.٠٠	١٩	الموجبة	
				١	المتعادلة	

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(0.05 \geq \alpha)$ ** ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(0.01 \geq \alpha)$

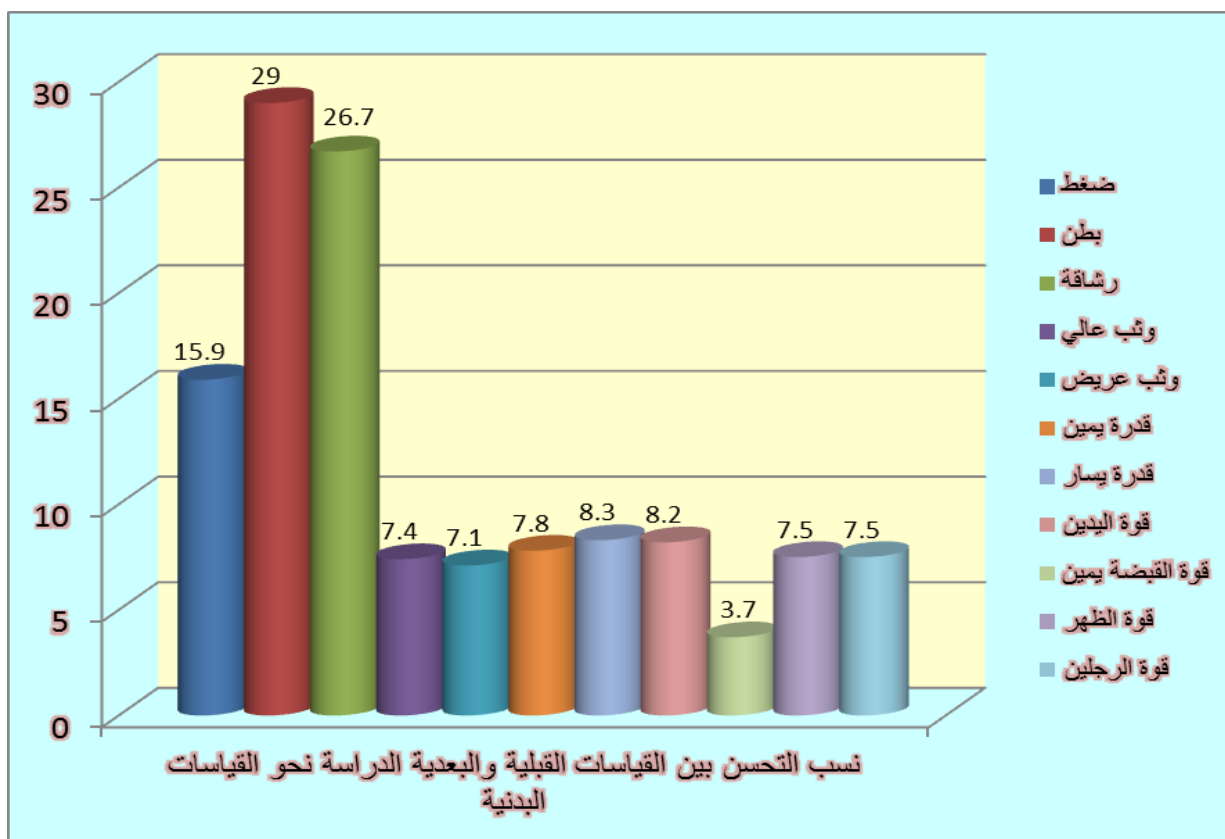
يوضح الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو القياسات البدنية متمثلة في (الضغط - البطن - الرشاقة - الوثب العالي - الوثب العريض - قدرة يمين - قدرة يسار - قدرة اليدين - قوة القبضة يمين - قوة الظهر - قوة الرجلين) ولصالح القياسات البعدية ، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو القياسات البدنية متمثلة في (التحمل - المرونة - السرعة - قوة القبضة يسار).

جدول رقم (٧)

نتائج نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو القياسات البدنية

القياسات	الدلالات الإحصائية		القياسات القبليّة		القياسات البعدية	
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة التحسن %	البعدي
ضغط	١٣.٠٠	٤.٥٢	١٥.٤٥	٥.٢٨٦	١٥.٨٥٨ %	البعدي
بطن	١٢.١٠	٢.٦٣	١٧.٠٥	٣.٥٦٧	٢٩.٠٣٢ %	البعدي
رشاقة	٩.٠٥	١.٩٩	١٢.٣٥	٣.٥٥٨	٢٦.٧٢١ %	البعدي
وثب عالي	٢.٣٣	٠.٤٣	٢.٥٢	٠.٢٥٥	٧.٣٩٠ %	البعدي
وثب عريض	١.٧٤	٠.٣٤	١.٨٧	٠.٣٧٨	٧.٠٩٧ %	البعدي
تحمل	٢.٠١	٠.٩٢	٢.٠٤	٠.٥٤٠	-	-
مرونة	٣.٢٥	٠.٨٧	٢.٩١	٠.٨٨٥	-	-
سرعة	٥.٨٢	١.١٢	٥.٧٨	٢.٤٥٥	-	-
قدرة يمين	٤.٣١	١.١٣	٤.٦٧	١.٠٧٨	٧.٨٣١ %	البعدي
قدرة يسار	٤.٠٢	٠.٩٢	٤.٣٨	٠.٩٢٧	٨.٣٢٨ %	البعدي
قدرة اليدين	٤.١١	٠.٧٩	٤.٤٨	٠.٦٨٩	٨.٢١٦ %	البعدي
قوة القبضة يمين	٣٥.٠٥	٥.٩٢	٣٦.٥٠	٦.٤٦٩	٣.٦٧٣ %	البعدي
قوة القبضة يسار	٣٤.٨٠	٦.٠٣	٣٦.١٠	٦.٧٧٤	-	-
قوة الظهر	١٦٩.١٥	٥١.٤٩	١٨٢.٨٥	٤٤.٨٠١	٧.٤٩٢ %	البعدي
قوة الرجلين	١٧٥.٧٥	٥٣.٥٠	١٨٩.٩٥	٤٨.٥٨٧	٧.٤٧٦ %	البعدي

يوضح الجدول نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو القياسات البدنية، وقد تراوحت نسب التحسن بين (٢٩,٠٣٢% - ٣,٦٧٣%) ولصالح القياسات البعدية في معظم القياسات فيما عدا قياسات (التحمل - المرونة - السرعة - قوة القبضة يسار) لم يكن بها أي تحسن، والرسم البياني التالي يوضح هذا التحسن.



شكل رقم (٢) نسب التحسن بين القياسين القبلي لعينة الدراسة نحو القياسات البدنية

مناقشة النتائج :

أظهرت نتائج جدول رقم (٤) والخاص بالدلالات الإحصائية لنتائج اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test بين رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو مقياس تينس لمفهوم الذات والذي يوضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو بعض محاور مقياس تينس لمفهوم الذات، مما يشير على اتفاقهم على تلك النتائج كما أظهرت نتائج جدول رقم (٥) والشكل البياني رقم (١) والذي يوضح نتائج نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو مقياس تينس لمفهوم الذات إذ أظهرت نتائج الدراسة أن نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو مقياس تينس لمفهوم الذات، وقد تراوحت نسب التحسن بين (٤,٧٢٨% - ١,٠٢٥%) ولصالح القياسات البعدية في معظم القياسات فيما عدا قياسات (الذات الأسرية - الذات الاجتماعية - نقد الذات) لا يوجد بها أي تحسن.

ويرجع الباحث هذه النتيجة الى برنامج تدريبات الأولمبياد الخاصة والتي كان لها الاثر البالغ الاهمية على نتائج الدراسة الحالية في بعض محاور مفهوم الذات لدى ذوى الاحتياجات الخاصة.

كما يتفق مع نتائج بعض الدراسات الاخرى مثل دراسة " بهاء السمنودي وجمال علي ١٩٩٤م" حول اثر ممارسة بعض الأنشطة و الهوايات الترويحية على القيم الخلقية لدى طلاب وطالبات جامعة اسبوط حيث توصلوا الى ان ممارسة بعض الأنشطة و الهوايات الترويحية تؤثر ايجابيا على القيم الخلقية لدى طلاب وطالبات جامعة اسبوط (١) .

و دراسة " محمود عصمت ٢٠٠٤م التي هدفت الى دراسة العوامل النفسية المؤثرة على التحصيل الدراسي والحركي و كان من أهم ما توصلت اليه الدراسة من نتائج أن هناك عوامل نفسية متعددة تؤثر على التحصيل الدراسي والحركي ومن اهمها مفهوم الذات الذي يظهر اثره بوضوح في التحصيل الدراسي و الحركي (١٤) .

ويذكر محمد شمعون (١٩٩٩م) (٨) ان السمات الشخصية للفرد من الممكن تنميتها والارتقاء بها من خلال ممارسة الرياضة.

ويشير " هشام النجار" الى ان الفرد الرياضي يسعى لتحقيق النجاح الشخصي و اثبات الذات و التفوق و الوصول الى مركز مرموق بين الجماعة لتحقيق التميز و الشهرة (١٦ : ١٣٣) .

كما أظهرت نتائج جدول رقم (٦) والخاص بالدلالات الإحصائية لنتائج اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test بين رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو القياس البدني والذي يوضح يوضح الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو القياسات البدنية متمثلة في (الضغط - البطن - الرشاقة - الوثب العالي - الوثب العريض - قدرة يمين - قدرة يسار - قدرة اليدين - قوة القبضة يمين - قوة الظهر - قوة الرجلين) ولصالح القياسات البعدية ، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو القياسات البدنية متمثلة في (التحمل - المرونة - السرعة - قوة القبضة يسار)، كما أظهرت نتائج جدول رقم (٧) والشكل البياني رقم (٢) والذي يوضح نتائج نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو القياس البدني إذ أظهرت نتائج الدراسة أن نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لعينة الدراسة نحو القياسات البدنية، وقد تراوحت نسب التحسن بين (٣,٦٧٣% - ٢٩,٠٣٢%) ولصالح القياسات البعدية في معظم القياسات فيما عدا قياسات (التحمل - المرونة - السرعة - قوة القبضة يسار) لم يكن بها أي تحسن.

ويرجع الباحث هذه النتيجة الى برنامج تدريبات الأولمبياد الخاصة والتي كان لها الاثر البالغ الاهمية على نتائج الدراسة الحالية في القدرات البدنية وهذا يتماشى مع نتائج الدراسة ، كما يتفق مع نتائج بعض الدراسات الاخرى مثل دراسة عيابة نجيب (٢٠١٤ م) (٥) والتي تهدف الى تأثير ممارسة النشاط البدني الرياضي على تطور الصفات الصحية والنفسية والبدنية كان من أهم ما توصلت اليه الدراسة من نتائج ان ممارسة النشاط البدني يؤثر بصورة ايجابية على تطور القدرات البدنية لدى طلبة جامعة منتوري بقسنطينة وايضا دراسة دراسة شاهيناز محمد البارودي (١٩٩٤ م) (٤) والتي تهدف الى تأثير برنامج للانشطة الرياضية المعدلة على بعض عناصر اللياقة البدنية والتكيف الشخصي الاجتماعي للاطفال المعاقين (شلل طرف سفلي حيث توصلت الى الاستنتاجات التالية وجود تأثير ايجابي للبرنامج المقترح حيث كان التحسن لصالح القياس البعدي في القدرات البدنية المختارة ووجود تحسن في التكيف الشخصي الاجتماعي لصالح القياس البعدي .

تاسعاً: الاستنتاجات

من واقع النتائج التي توصل إليها الباحث وفي إطار المعالجات الإحصائية المستخدمة في حدود عينة البحث أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية :-

- وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في بعض محاور مفهوم الذات لفئة التأخر الذهني للاعبين نادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة لصالح القياس البعدي .
- وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في معظم القدرات البدنية لفئة التأخر الذهني للاعبين نادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة لصالح القياس البعدي .
- وجود تحسن ملحوظ في معظم محاور مفهوم الذات وكانت اهم هذه المحاور على الترتيب (الذات البدنية، الذات الأخلاقية، الذات الشخصية).
- عدم وجود تحسن في بعض محاور مفهوم الذات مثل (الذات الأسرية – الذات الاجتماعية – نقد الذات)
- وجود تحسن ملحوظ في معظم الاختبارات البدنية وكانت اهم هذه القياسات على الترتيب (اختبار البطن، اختبار الرشاقة، اختبار الضغط).

عاشراً: التوصيات

بناءً على إستنتاجات البحث وفي ضوء ما تم من إجراءات يوصي الباحث بما يلي :-

١. تنظيم دورات ومحاضرات لإمداد اللاعبين بالمعلومات وتحسين وتدعيم مفهوم الذات لفئة التأخر الذهني للاعبين نادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة.
٢. تنظيم دورات ومحاضرات للمدربين وتعريفهم بكيفية تخطيط وتصميم برامج نفسية وبدنية لا سيما التي تتعلق بمفهوم الذات لفئة التأخر الذهني لذوي الاحتياجات الخاصة (خلال الموسم الرياضي).
٣. ضرورة حث المدربين للإطلاع على ما هو جديد في مجال علم النفس للرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة خلال الموسم التدريبي .
٤. وضع إختبارات دورية للاعبين لتقييم مفهوم الذات والقدرات البدنية خلال مراحل الموسم الرياضي .
٥. إجراء المزيد من الدراسات العلمية والتي تتعلق بمفهوم الذات والقدرات البدنية للرياضيين من ذوي الاحتياجات الخاصة في الأنشطة الرياضية الأخرى في مراحل سنوية مختلفة على اللاعبين والمدربين

أولاً: المراجع العربية

١. بهاء محمد كمال السمنودي، جمال محمد علي :
 ٢. توما جورج خوري
 ٣. خليل ميخائيل معوض
 ٤. شاهيناز عزت الباروني
 ٥. عباسية نجيب
 ٦. محمد إبراهيم عبد الحميد
 ٧. محمد احمد صوالحة
 ٨. محمد العربي شمعون
 ٩. محمد حسن علاوي
 ١٠. محمد حسن علاوي
 ١١. محمد حسن علاوي
 ١٢. محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين راضوان
 ١٣. محمد صبحي حسانيين
 ١٤. محمود عصمت احمد
 ١٥. مروان عبد المجيد
 ١٦. هشام محمد النجار:
- أثر ممارسة بعض الأنشطة و الهوايات الترويحية على القيم الخلقية لدى طلاب جامعة اسبوط " ،المؤتمر العلمي لكلية التربية الرياضية-الرياضة في مصر الواقع و المستقبل ، جامعة اسبوط ،المجلد الثالث، ١٩٩٤ م.
- الشخصية و مقوماتها و سلوكها و علاقتها بالتعلم ،المؤسسة الجامعية للدراسات و النشر و التوزيع ، بيروت ، ١٩٩٦ م".
- القدرات العقلية، دار المعارف، الإسكندرية، ٢٠٠٢م.
- تأثير برنامج للأنشطة الرياضية المعدلة على بعض عناصر اللياقة البدنية والتكيف الشخصي الاجتماعي للأطفال المعاقين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، ١٩٩٤ م .
- تأثير ممارسة النشاط البدني الرياضي على تطور الصفات الصحية النفسية البدنية) لدى طلبة جامعة منتوري قسنطينة، جامعة قسنطينة ، ٢٠١٤م.
- تعليم الأنشطة والمهارات لدى الأطفال المعاقين عقلياً، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٩م.
- مفهوم الذات و علاقته بمتغيري الجنس و الصف المدرسي ،مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية و علم النفس ، المجلد الاول ، العدد الاول ، جامعة دمشق ، ٢٠٠٣م " .
- علم النفس والقياس النفسي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٩م.
- علم النفس الرياضي " ، القاهرة ، دار المعارف ، ٢٠٠٨ م.
- موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين "، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨م.
- علم نفس المدرب و التدريب الرياضي " ، القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٩٧ م.
- إختبارات الأداء الحركي ، دارالفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠٠١م.
- القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠١١م.
- مفهوم الذات و علاقته بمستوى التحصيل الحركي – الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية الرياضية بأسبوط " ، مجلة أسبوط لعلوم و فنون التربية الرياضية ،كلية التربية الرياضية للبنين بأسبوط ، جامعة اسبوط ، العدد التاسع عشر ، الجزء الثالث ، نوفمبر ٢٠٠٤م.
- : الألعاب الرياضية للمعاقين، دار الفكر، عمان، الأردن، ١٩٩٨م.
- "برنامج مقترح لتعليم بعض مهارات الجمناز للمعاقين حركيا و تأثيره على مفهوم الذات " ،رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ،جامعة طنطا ، ١٩٩٦ .

ثانياً: المراجع الأجنبية

17. Eichstaedt, B.C., & Lavay, W.B Physical activity for individuals with mental retardation. Champaign, IL: Human Kinetics. (1992).
18. [Claudine Sherrill](#) Adapted Physical Activity, Recreation, and Sport: Crossdisciplinary and Lifespan, McGraw-Hill, 2004
19. Jamses,Richard : “ The Effect of Weight Training on The Self concept on male undergraduates “, reports research , 1980 (143)
20. O,Dea,J.A.Abraham S.: ”Association Between Self - Concept And Body Weight , Gender, And Puberta Development Among Male And Female ”,University Of Sydney, Adolescence , 34(133) , P69-79 , Australia , Spring, 1999.
21. Ted a.Baumgartner & Andrews. Jason Measurement For Evaluation and Exercise science WCB BROWN & Benchmarks 1999.

ملخص البحث

تأثير تدريبات الأولمبياد الخاصة على مفهوم الذات وبعض القدرات البدنية لفئة التأخر الذهني الرياضيين بنادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة

• د. هشام محمد علي مغربي

تشهد فئات ذوي الاحتياجات الخاصة اهتماما كبيرا على مستوى العالم من قبل الهيئات والمنظمات المعنية كما توجد توصيات لم يسبق لها مثيل من قبل وزارة التربية والتعليم والاتحاد السعودي لذوي الاحتياجات الخاصة في المملكة العربية السعودية للارتقاء بمستوى الافراد ذوي الاحتياجات الخاصة في جميع النواحي (التعلمية – الثقافية – الاجتماعية – النفسية-الرياضية)، ويعتبر مفهوم الذات Self-concept من اهم المفاهيم النفسية التي تؤثر على الافراد ذوي الاحتياجات الخاصة ولا يعكس مفهوم الذات فقط ما يلمسه الاخرون عن الفرد ذوي الاحتياجات الخاصة بل يتعدى ذلك ليؤثر في سلوكه من خلال الحياة اليومية كما أن ممارسة الأنشطة الحركية والرياضية تسهم في لياقة المعاقين البدنية وصحتهم العامة وفي تنمية توافقاتهم العضلية والحسية ومهاراتهم الحركية (القوة – السرعة – الدقة) كما تسهم في رفع مستوى تركيزهم وانتباههم ومقدرتهم على الإحساس والتصور والتذكير والتميز الحركي والبعدي مما يطور من استعداداتهم الادراكية وينميها إضافة إلى الدور ايجابي لهذه الانشطة في عملية التنفس الانفعالي وتوزيع الطاقة بشكل ايجابي مستمر وقد هدفت الدراسة الى التعرف تأثير تدريبات الأولمبياد الخاصة على مفهوم الذات وبعض القدرات البدنية لفئة التأخر الذهني الرياضيين بنادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة المنورة، وبلغت عينة الدراسة ٢٠ لاعب والذين شاركوا في مسابقات العاب القوي في بطولة الأولمبياد الخاصة والتي أقيمت في مدينة الرياض للعام ٢٠١٨م وجاءت اهم النتائج وجود تحسن ملحوظ في معظم محاور مفهوم الذات وكانت اهم هذه المحاور على الترتيب (الذات البدنية، الذات الأخلاقية، الذات الشخصية) وجود تحسن ملحوظ في معظم الاختبارات البدنية وكانت اهم هذه القياسات على الترتيب (اختبار البطن، اختبار الرشاقة، اختبار الضغط) وكانت اهم التوصيات تنظيم دورات ومحاضرات لإمداد اللاعبين بالمعلومات وتحسين وتدعيم مفهوم الذات لفئة التأخر الذهني للاعبين نادي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمدينة ، تنظيم دورات ومحاضرات للمدربين وتعريفهم بكيفية تخطيط وتصميم برامج نفسية وبدنية لا سيما التي تتعلق بمفهوم الذات لفئة التأخر الذهني لذوي الاحتياجات الخاصة (خلال الموسم الرياضي) وضع إختبارات دورية للاعبين لتقييم مفهوم الذات والقدرات البدنية خلال مراحل الموسم الرياضي .

