

**دراسة مستوى الشعور بالخجل أثناء ممارسة النشاط الرياضي
لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة بعمر (٩-١١) سنة
بحث تقدم به**

م.د. علي جواد خلف

alialutby000@gmail.com

المديرية العامة للتربية في محافظة البصرة

مستخلص البحث

هدف البحث الى التعرف على مستوى الشعور بالخجل أثناء ممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة المشكلة، تكون مجتمع البحث من تلاميذ صفوف التربية الخاصة بمحافظة البصرة للعام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١ ، وتألفت عينة البحث من (١٠٠) تلميذ وتلميذه، وصمم الباحث استبانة للتعرف على الشعور بالخجل مكون من ٢٨ فقرة ، وكانت نتائج البحث حصول العينة على مستوى ضعيف بالشعور بالخجل اثناء ممارسة الانشطة الرياضية بمتوسط حسابي قدره (٦,٢)، وقد أوصى الباحث باعتماد الاستبانة في الكشف عن حالات الشعور بالخجل اثناء ممارسة الانشطة الرياضية لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة، و إطلاع المعنيين بالتربية الخاصة على الآثار السلبية للشعور بالخجل على حياة تلاميذ صفوف التربية الخاصة .

الكلمات المفتاحية: الخجل، التربية الخاصة.

**Examine the level of shyness during exercise
For students of special education classes
At the age of (٩-١١) years**

Dr. Ali Jawad Khalaf

General Directorate of Education in Basra Governorate

Abstract

The aim of the research is to identify the level of (sham during the exercise of sport activity among students of special education classes, and the researcher used the descriptive approach to its suitability to the nature of the problem, the research community was among students of special education classes in Basra Governorate for the academic year 2020/2021, and the research sample of (100) students and his student. The researcher designed displeasure to recognize the feeling of Shyness consisting of (28) paragraphs, and the results of the research obtained the sample having a weak level of feeling Shy during practicing sporting activities with an average arithmetic average of (2.6), Shyness while practicing sporting activities for students of special education classes, and the need to inform those concerned With special education about the negative effects.

Key words: shyness, special education.

الفصل الأول

١-التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

يعتبر ميدان التربية الخاصة عموما احد الميادين الحديثة التي لاقت اهتماما متزايدا من المختصين والعاملين في مختلف المجالات المهنية الاخرى، وقد شهد تطور هذا الميدان انطلاقة قوية وسريعة نتيجة لعوامل ومتغيرات اجتماعية وثقافية عديدة منها انسانية واخلاقية وتشريعية تنادي بضرورة توفير الحقوق الاساسية للأطفال ذوي الحاجات الخاصة التي تتعلق بالصحة والتربية والعمل على الوصول بهم الى اقصى درجة ممكنة تسمح بها قدراتهم اسوة بأقرانهم . وتهدف التربية السليمة الى الاهتمام بالنشء وتنمية قدراته الاجتماعية و زيادة كفاءتهم العلمية كي يكونوا قادرين على التكيف مع أفراد المجتمع وتعزيز الثقة بالذات ومن ثم الحصول على الشعور بالرضا عن النفس وعن علاقاتهم الاجتماعية وامكانية تطويرها نحو الافضل، ويعد الخجل عاملا مؤثرا على حياة التلاميذ الاجتماعية والعلمية، وخصوصا تلاميذ صفوف التربية الخاصة الذين يعانون من الشعور بالخجل داخل المدرسة وخارجها، ومعرقل لمسيرة التقدم والنجاح لديهم، ويحد من كفاءتهم ونشاطهم ويجعل منهم أشخاص غير قادرين على التفاعل بشكل جيد مع اقرانهم، وغير قادرين على تحقيق اهدافهم المستقبلية، تلك المشكلة الاجتماعية التي تجعل التلميذ يفقد ثقته بذاته وبالأخرين وغير متمكن من التواصل والاندماج مع المجتمع، وقد تسبب له الكثير من المعوقات في حياته العامة والخاصة.

من هنا تبرز أهمية البحث في التعرف على التلاميذ الذين يعانون من الخجل في صفوف التربية الخاصة من خلال استبانة صممها الباحث، بصورة علمية تعتمد على الاسس العلمية الصحيحة، والمناسبة لهذه الفئة والمحقة لهذا الغرض، للكشف المبكر عن حالات الشعور بالخجل والحصول على افضل الفرص للاندماج والتواصل مع المجتمع. وكذلك لتلبية حاجة العاملين والمهتمين والاباء في توفير معلومات ومفاهيم أساسية حول الشعور بالخجل وآثاره المختلفة، بحيث يشكل مرجع أساسي تتوفر فيه المعلومات الاولية اللازمة للكشف عن تلك الحالات.

٢-١ مشكلة البحث:

من خلال اهتمام الباحث بتلاميذ صفوف التربية الخاصة، كونه اختصاص علم نفس احتياجات خاصة، ومن خلال الزيارات المباشرة للمدارس التي تحتوي على صفوف التربية الخاصة اكتشف الباحث ان هناك عدد من التلاميذ لديهم مشكلة في التواصل مع الاخرين ويعانون من الانزواء وتظهر عليهم دلالات الشعور بالخجل خلال الدروس، وعند طرح الاسئلة على المعلمات والمرشدات التربويات، تأكد انهم يعانون من الشعور بالخجل حتى مع معلماتهم عندما تطرح عليهم بعض الاسئلة في أثناء الدروس المختلفة، وانهم غير قادرين على التغلب على هذا الشعور، لذا قرر الباحث ان يستهدف هذه الفئة من التلاميذ من خلال استبانة خاصة للكشف عن حالات الشعور بالخجل عند التلاميذ ومعرفة ما اذا كان التلاميذ يواجهون هذا الشعور في درس التربية الرياضية أيضا، وكذلك معرفة مستوى هذا الشعور وتقديره بشكل دقيق، لما له من آثار سلبية على تكوين شخصية التلاميذ وعلى مستقبلهم العلمي والاجتماعي داخل المدرسة وخارجها.

٣-١ أهداف البحث:

١ تصميم استبانة التعرف على مستوى الشعور بالخجل أثناء ممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة.

٢ التعرف على الفقرات ذات الوسط الحسابي الاكبر والفقرات ذات الوسط الحسابي الاصغر، والتعرف على تقدير كل فقرة من فقرات الاستبانة

٣ معرفة التقدير العام لاستبانة الشعور بالخجل أثناء ممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة.

٤-١ فروض البحث:

- ١- توجد فقرات ذات وسط حسابي مرتفع وفقرات ذات وسط حسابي منخفض في فقرات الاستبانة .
- ٢- يوجد إختلاف في تقدير كل فقرة من فقرات إستبانة الشعور بالخلج لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة في محافظة البصرة .
- ٣- يوجد تقدير متدني في الشعور بالخلج اثناء ممارسة الانشطة الرياضية لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة في محافظة البصرة .

٥-١ مجالات البحث:

- ١-٥-١ المجال البشري: تلاميذ صفوف التربية الخاصة في محافظة البصرة.
- ٢=٥-١ المجال المكاني: مدارس التربية الخاصة في محافظة البصرة.
- ٣-٥-١ المجال الزمني: للفترة من ١٢/٢ / ٢٠٢٠ ولغاية ١٠ / ٢ / ٢٠٢١ .

الفصل الثاني

٢- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

٢-١ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وقد صمم الباحث استبانة خاصة لمعرفة مستوى الشعور بالخلج أثناء ممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة في محافظة البصرة .

٢-٢ مجتمع وعينة البحث:

يتكون مجتمع البحث من تلاميذ صفوف التربية الخاصة بمحافظة البصرة ، والبالغ عددهم (970) تلميذ يمثلون (94) مدرسة ابتدائية. للعام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١ . قام الباحث باختيار عينة البحث من تلاميذ صفوف التربية الخاصة في محافظة البصرة والبالغ عددهم (230) تلميذ ، تكونت العينة الاستطلاعية من (٣٠) تلميذ، وعينة البناء من (١٠٠) تلميذ، أما عينة التطبيق فتكونت من (١٠٠) تلميذ أيضاً، طبقت عليهم الاستبانة للتعرف على مستوى الشعور بالخلج لديهم .

٢-٣ وسائل جمع المعلومات والاجهزة المستخدمة:

٢-٣-١ وسائل جمع المعلومات.

١- الملاحظة والتجريب

٢- المصادر والمراجع العربية والاجنبية

٣ فقرات الاستبانة.

٤- استمارة تقييم الخبراء ملحق (٢).

٢-٣-٢ أجهزة وادوات البحث:

- ١- حاسبة الكترونية (١) ٢- جهاز لابتوب ٣- قرطاسية.
- ٤- استبانة التعرف على الشعور بالخلج اثناء ممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة.

٢-٤ إجراءات البحث الميدانية.

٢-٤-١ خطوات بناء وتصميم الاستبانة.

٢-٤-٢ تحديد صلاحية فقرات الاستبانة.

قام الباحث بأعداد الصيغة الاولى للاستبانة من خلال الاطلاع على المصادر والادبيات التي تتعلق بالمشكلة، و عرضها على الخبراء والمختصين في هذا المجال ملحق(١) لأجل التحقق من صلاحية الفقرات، إذ بلغت فقرات الاستبانة الاولى (٣٠) فقرة ، وتم تعديل الفقرات الي كانت بحاجة الي تعديل والاختذ بجميع ملاحظات السادة الخبراء .

٢-٤-٣ اختيار سلم التقدير:

قام الباحث بعرض سلم التقدير الخماسي على الخبراء والمختصين ملحق (١)، لبيان آراءهم حوله وكما يأتي: (أشعر دائماً- اشعر غالباً-أشعر أحياناً-أشعر نادراً-لا اشعر أبداً). إذ جاءت اجابات الخبراء متفقة مع سلم التقدير بنسبة ٩٠%.

٢-٤-٤ اسلوب تصحيح الفقرات :

تم تصحيح الفقرات بإعطاء الوزن حسب اختيار افراد العينة على سلم التقدير وكما يأتي:

سالم التقدير	اشعر دائماً	اشعر غالباً	اشعر احيانا	اشعر نادراً	لااشعر ابدا
الوزن	٥	٤	٣	٢	١

٢-٤-٥ اعداد تعليمات الاجابة على فقرات الاستبانة.

١-أخذ الوقت الكافي لقراءة الاسئلة ثم الاجابة عنها.

٢-عدم كتابة الاسم على الاستبانة وان تكون الاجابة عن جميع الفقرات.

٣- الاجابة حسب وجهة نظرك الشخصي ولأ توجد اجابة صحيحة او خاطئة.

٤- هذه الاستبانة وضعت للدراسة فقط وسوف تحظى جميع المعلومات بسرية تامة.

٢-٤-٦ حساب القوة التمييزية :

ولتحقيق ذلك قام الباحث بتوزيع فقرات الاستبانة على عينة البناء المتكونة من (١٠٠) تلميذ ، واستخدم الباحث طريقة المجموعات المتطرفة ، اي المجموعة الحاصلة على اعلى الدرجات مقارنة بأفراد المجموعة الحاصلة على اقل الدرجات واخذ نسبة ٢٧% من أفراد كل مجموعة أي (٢٧) استمارة لكل مجموعة ، وتم تحليل كل فقرة من الفقرات وحساب القوة التمييزية للفقرات باستخدام قانون T-TEST لعينتين مستقلتين متساويتين بالعدد وغير مترابطتين لاختبار دلالة الفروق بين افراد المجموعتين عن كل فقرة . تم استبعاد (فقرتين) لعدم وجود دلالة معنوية لها كون قيمة (T-TEST) المحتسبة اقل من القيمة الجدولية البالغ (٢,٠٠٥) عند درجة حرية (٥٢) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥)، وكما في جدول (١) .

جدول (١)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t-test) لفقرات الاستبانة للمجموعتين العليا والدنيا

الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة T
	وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري	
١	٤,٠٦١	٢,٥٧٢	٢,٢٣٣	١,١٢٠	٣,٢٢٦
٢	٣,٨٦٦	٢,٤٢٥	٢,٦٧١	١,٣٢٧	٤,٣٨٣
٣	٤,٠٨٦	٢,١٨٤	٣,١٨٧	١,١٤٣	٣,٢٧٥
٤	٤,١٧٦	٢,٠٦٨	٢,٢٤٣	١,١٢٧	٥,١٨٤
٥	٤,٠٢٦	٢,٠١٧	٣,١٤٢	١,٠٧٢	٣,٨٩٤

٦,١١٧	٠,٧٨٥	١,٩٨٣	٢,٠٤٣	٣,٥١٩	٦
٤,٢١٤	١,٧٣٢	٢,٨٠٦	١,٩٨٠	٣,٣٦٧	٧
٣,٩٦٢	١,٠٧٤	٣,١٠٣	١,٩٦٧	٣,٤٥٨	٨
٧,٤٤٢	١,٦٥٩	٢,٧٧٣	٢,١٣٨	٣,١٦٧	٩
٦,١٣١	١,١٢٨	٢,٨٦٥	٢,١٧٩	٤,٠١٧	١٠
٣,٧٨٤	١,١١٤	٣,١٥٩	٢,١٨٧	٤,١١٣	١١
*١,٢٣٥	١,٢٢٦	٣,٠٨٤	٢,٢٠٥	٤,١٥٤	١٢
٥,٣٤١	١,٥٦٣	٢,٩٦٧	٢,٠٧٣	٣,٩٣٤	١٣
٤,٤٨٢	١,٤٤٥	٢,٨٧٩	٢,٠٤٦	٣,٨٢١	١٤
٧,٥٣٤	٠,٩٧٦	١,٩٦٦٤	١,٩٣٢	٤,٠٣٥	١٥
٣,٧١٣	٠,٩٩٦	٣,١٣٧	٢,٠٢٤	٣,٧٢٤	١٦
٣,٨٦٧	١,٠٣١	٣,١٨٢	٢,٢٤٦	٤,٥٧٦	١٧
٥,٤٢٦	١,٠١٤	٣,٠١٧	١,٩٨٤	٣,٦١٣	١٨
٤,٨٨٤	١,٠٢٩	٣,١٥٨	٢,٠١٣	٣,٩٨٤	١٩
٣,٧٣٤	١,٥٧٦	٢,٧٤٨	٢,٠٦٢	٤,١٤٣	٢٠
٤,٥٨٣	١,٠١٨	٢,١٧٦	٢,٠٣٥	٣,٨٠٤	٢١
٦,١٧٥	١,٢٣٨	٣,١٩٢	٢,٣٥٧	٤,٤٩٢	٢٢
٤,٤٧٢	١,١٣٩	٢,٢١٨	٣,٠٥٤	٣,٩١٤	٢٣
٥,١٨٦	١,١٥٣	٢,٢٣١	٢,٠٧٤	٤,٠٢٤	٢٤
*١,٨٦٢	٠,٧٦٧	١,٨٨٤	١,٨٨٣	٤,٠٩٦	٢٥
٤,٧٠٤	١,٢٢	٣,٠٩٧	١,٨٤٢	٣,٤٨١	٢٦
٣,٩٣٢	١,٢٣٩	٣,٠١١	١,٩٠٧	٣,٦١٤	٢٧
٥,٠٤٨	١,١٠٨	٣,٠٤٣	٢,١٠٨	٤,١٧٣	٢٨
٧,٣٣٨	١,٣٠٧	٢,٨١٠	١,٠٨١	٣,٦٣٤	٢٩
٤,٤٧٢	١,٤٢٥	٣,٠١٥	١,٩٩٢	٣,٨٦١	٣٠

من جدول (١) تبين أن هناك (فقرتين) استبعدت من الاستبانة كون قيمة (t) لها كانت أقل من قيمتها الجدولية عند درجة حرية (٥٢) ومستوى دلالة (٠,٠٥) ، وبذلك أصبح عدد فقرات الاستبانة (٢٨) فقرة

٢-٤-٧ الاتساق الداخلي :

بعد أن أجرى الباحث الاتساق الداخلي لفقرات الاستبانة استبعدت فقرتين لان قيمتها كانت أقل من القيمة الجدولية عند درجة حرية (٩٨) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) وبالباغة (٠,١٩٦) كما في جدول (٢) .

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات الاستبانة والدرجة الكلية لفقراتها

مستوى المعنوية	معامل الارتباط	الدرجة الكلية	مستوى المعنوية	معامل الارتباط	الدرجة الكلية	مستوى المعنوية	معامل الارتباط	الدرجة الكلية
معنوي	٢.105	٢١	معنوي	2.513	11	معنوي	2.453	1
معنوي	2.394	٢٢	معنوي	3.458	12	معنوي	2.356	2
معنوي	2.362	23	معنوي	2.346	13	معنوي	2.161	3
معنوي	2.388	24	معنوي	2.359	14	معنوي	3.426	4
معنوي	2.283	25	معنوي	2.436	١٥	معنوي	2.591	5
معنوي	2.574	26	معنوي	2.521	١٦	معنوي	3.407	6
معنوي	2.334	27	معنوي	2.475	١٧	معنوي	3.367	7
معنوي	2.299	28	معنوي	2.386	١٨	معنوي	3.454	8
			معنوي	2.114	١٩	معنوي	2.372	9
			معنوي	2.521	٢٠	معنوي	2.197	10

قيمة (r) الجدولية البالغة (٠,١٩٦) و مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٩٨) ، وبذلك أصبح عدد فقرات الاستبانة النهائي (٢٨) فقرة .

٢-٥ معاملات صدق وثبات الاستبانة :

٢-٥-١ صدق الاستبانة. قام الباحث بإيجاد الصدق وكما يأتي:

٢-٥-١-١ الصدق الظاهري.

عرض الباحث الاستبيان على مجموعة من الخبراء ملحق (١) في اختصاص علم النفس الرياضي والاختبارات والقياس، وقام الباحث بحذف وتعديل بعض الفقرات استجابة لآراء الخبراء.

٢-١-٥-٢ صدق الاتساق الداخلي.

تم حساب صدق الاتساق الداخلي وذلك بحساب معامل الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية ل فقرات الاستبانة جدول (٢) ، والذي يبين أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة (0.05) ، إذ أن قيمة r المحسوبة أكبر من قيمة r الجدولية ، والتي تساوي (0,196) عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (98)، وبذلك تعتبر فقرات الاستبانة صادقة لما وضعت لقياسه، عدا الفقرات المظلمة كما في الجدول .

٢-٥-٢ ثبات الاستبانة .

استخرج الثبات بطريقة الاختبار واعدادة الاختبار وطريقة الفا كرونباخ في ايجاد الثبات وكما يأتي:

٢-٥-٢-١ طريقة إعادة الاختبار .

تم اجراء الاختبار على عينة مكونة من (10) تلاميذ من خارج عينة البحث وتم اعادة الاختبار بعد مرور 10 أيام ، ثم أوجد الباحث معامل الارتباط بين التطبيقين ، باستخدام قانون الارتباط البسيط (بيرسون) ، إذ ان قيمة r) المحتسبة أكبر من قيمتها الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ونسبة خطأ (٠,٠٥) البالغة (٠,٣٦١) كما استخدم الباحث طريقة الفا كرونباخ في ايجاد الثبات كما مبين في جدول (٣).

جدول (٣)

يبين طريقة الفا كرونباخ في ايجاد الثبات

المتغير	معامل الارتباط	معامل الثبات	مستوى المعنوية	الفا كرونباخ
مستوى الشعور بالخجل	0.743	0.835	معنوي	0.854

٢-٥-٢ التجربة الاستطلاعية.

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ ١/٧ / ٢٠٢١ على (٣٠) تلميذ مستبعدين من التجربة الرئيسية وذلك للأغراض الآتية:

١ معرفة الصعوبات والمعوقات التي قد تلاقي الباحث أثناء اجراء التجربة الرئيسية.

٢ معرفة مدى صلاحية وملئمة الاستبانة المستخدمة .

٢-٥-٢ التجربة الرئيسية :

قام الباحث بتوزيع الاستبانة على عينة البحث المكونة من (١٠٠) تلميذ في تاريخ ٩ / ١ / ٢٠٢١ وقراءة التعليمات التي تخص طريقة الاجابة على الاستبانة، وبعد تطبيق الاستبانة قام الباحث بجمع وتدقيق الاجابات ، والتأكد من سلامتها.

٢-٦ الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية spss اصدار 2015، لمعالجة البيانات احصائيا.

الفصل الثالث

٣- عرض ومناقشة النتائج:

٣-١ عرض النتائج:

لتحقيق هدف الدراسة استخدم الباحث المتوسطات الحسابية وتقدير درجة الشعور بالخجل لكل فقرة وترتيبها تنازليا ، واعتمد الباحث المستويات الاتية للتقدير، وحسب موافقة الخبراء .

من ٤-٥ شعور بالخجل مرتفع

من ٣- أقل من ٤ شعور بالخجل متوسط

من ٢- أقل من ٣ شعور بالخجل ضعيف

من ١- أقل من ٢ شعور بالخجل متدني

جدول (٤)

يبين تسلسل الفقرات حسب الوسط الحسابي للإجابة

ت	الفقرات	الوسط الحسابي للإجابة	التقدير
١	أبتعد عن المنافسات الفردية كي لا اضع نفسي في مواقف الخجل	٤,٢	مرتفع
٢	لا أشارك بالمسابقات الرياضية مع الطلبة العاديين خوفا من للخجل	٤,٠	مرتفع
٣	اهرب من نظرات التلاميذ لي عندما اكون سببا لخسارة الفريق	٤,٠	مرتفع
٤	يحمر وجهي عندما ارى الاخرون يشاهدوني امارس الانشطة الرياضية	٤,٠	مرتفع
٥	أزداد خجلا عند سماع تعليقات الاخرين اثناء الانشطة الرياضية	٣,٣	متوسط
٦	لا ألعب مع غير تلاميذ صفوف التربية الخاصة	٣,٢	متوسط
٧	أشعر بالخجل عندما يلومني التلاميذ على أدائي المتواضع	٣,٢	متوسط
٨	لا احب ان اكون اول من يبدأ بتطبيق الانشطة الرياضية	٣,٠	متوسط
٩	أعرق خجلا عند ممارسة النشاط الرياضي امام الاخرين	٣,٠	متوسط
١٠	أفقد الثقة في نفسي عندما تتكرر اخطائي في درس الرياضة	٣,٠	موسط
١١	يزداد شعوري بالخجل عندما اعلم ان قدراتي الرياضية ضعيفة	٣,٠	متوسط

متوسط	٣,٠	لا أرغب بالقيام بمهارات تميزني عن الآخرين خوفا من الوقوع بالخجل	١٢
ضعيف	٢,٤	لا أسيطر على مشاعر الخجل عندما أؤدي النشاط امام التلاميذ	١٣
ضعيف	٢,٣	أتجنب النظر للمعلمة كي لا تستدعيني لتطبيق النشاط الجديد	١٤
ضعيف	٢,٢	تزداد ضربات قلبي عندما تطلب مني المعلمة اداء مهارة جديدة	١٥
ضعيف	٢,٢	أشعر نفسيا بوجود فروق كبيرة بيني وبين بقية التلاميذ	١٦
ضعيف	٢,٢	ترتجف اطرافي عند ممارسة الانشطة الرياضية	١٧
ضعيف	٢,١	الوم نفسي كثيرا عندما ارتبك لأبسط الامور	١٨
ضعيف	٢,١	أفقد القدرة على فهم كلام المعلمة عند ما تصحح اخطائي	١٩
ضعيف	٢,٠	أطأطئ راسي خجلا عندما أفشل في أداء الانشطة الرياضية	٢٠
ضعيف	٢,٠	لا امارس الرياضة مع اصدقائي من خارج صفوف التربية الخاصة	٢١
ضعيف	٢,٠	أفقد القدرة على التركيز على طريقة أداء الانشطة الرياضية	٢٢
ضعيف	٢,٠	اتردد عندما تطلب مني المعلمة اختيار افراد فريقي	٢٣
ضعيف	٢,٠	تتحرك أطرافي لإراديا عند ممارسة الانشطة الرياضية	٢٤
ضعيف	٢,٠	الخجل يقيد حركاتي ويمنعني من التمتع بالأنشطة الرياضية	٢٥
متدني	١,٣	أرتبك عندما بيتدى درس التربية الرياضية	٢٦
متدني	١,٠	يشعروني درس التربية الرياضية بالأحراج	٢٧
متدني	١,٠	لا أحب ممارسة الانشطة الرياضية لأنها تعرضني للخجل	٢٨
ضعيف	٢,٦	المستوى	

من جدول (٤) تبين ان الشعور بالخجل اثناء ممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة في مدارس محافظة البصرة ،حصل على تقدير ضعيف ،اذ كان الوسط الحسابي لمجموع الاجابات على الفقرات هو (٢,٦) وهو ضمن التقدير (٢ - ٣) أي التقدير الضعيف حسب ما وزعه الباحث مسبقا، فقد حصلت (٤) فقرات على تقدير مرتفع بالشعور بالخجل هي: (١-٢-٣-٤) ، و حصلت (٨) فقرات على تقدير متوسط بالشعور بالخجل هي: (٥-٦-٧-٨-٩-١٠-١١-١٢) . كما حصلت (١٣) فقرة على تقدير ضعيف بالشعور بالخجل وهي: (١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-١٨-١٩-٢٠-٢١-٢٢-٢٣-٢٤-٢٥) ، و حصلت (٣) فقرات على تقدير متدني بالشعور بالخجل هي: (٢٦-٢٧-٢٨) .

٢-٣ مناقشة النتائج:

يرى الباحث من خلال ما تقدم من النتائج أن الانشطة الرياضية والترفيهية التي يمارسها التلاميذ خلال دروس التربية الرياضية لها دور واضح ومهم في التقليل من الكثير من المشكلات السلوكية ومن ضمنها الشعور الخجل ، اذ تتوفر في مثل هذه الانشطة اجواء الفرح واللعب والارتياح والاسترخاء النفسي ، و يكون التلاميذ بعيدين عن اجواء التوتر والضغط النفسي الذي قد يواجهونه في دروس اخرى ، ففي الانشطة الرياضية يستطيعوا ان يظهروا بعض قدراتهم في المنافسة و المشاركة والتفاعل والنمو المتوازن والتخلص من المشكلات الانفعالية والشعور بالنقص امام الاخرين وتؤكد (سهام علي) ، " على أن اللعب يستفاد منه على تحقيق النمو المتوازن لدى الطفل ، كما يعمل على حماية الطفل ووقايته من الوقوع في مشكلات انفعالية حادة ويتيح له الفرص من التخلص من التوتر الانفعالي " .^(١) كما ان اتاحة الفرصة للتلاميذ بالحديث والمشاركة الفعالة وابداء الراي والتعبير عما يدور في داخلهم من مشاعر مختلفة والاندماج مع بقية التلاميذ بكل سعادة وسهولة والشعور بالأمان وعدم التقيد، وشعورهم بالاستقرار النفسي، ادى بالتلاميذ الى أن يتجاوزوا مشاعر الخجل . وترى (منى عبد الفتاح)^(٢) "أن الخجل من المشكلات النفسية الهامة في مرحلة الطفولة لان الطفل الخجول يفتقد المهارات الاجتماعية ، ولذلك لا يستطيع الاندماج بسهولة في الحياة الاجتماعية "

ويرى الباحث أن التلاميذ كلهم يعانون من نفس المشكلة وأنهم واعون لمعاناتهم ، وعملية جمعهم بمجموعة واحدة أكثر الاوقات في اجواء الراحة واللعب والمرح والحرية وعدم التقيد، على خلاف بقية الدروس التي كانوا لا يبرزون أنفسهم فيها، خوفا من التعرض للشعور بالخجل أو القلق، استطاعوا ان يتجاوزوا هذه المشاعر في دروس الرياضة لحبهم الكبير في ممارسة الانشطة الرياضية وعدم الشعور بالأحراج من الزميل جعل مشاعر الخجل تتبدد شيئا فشيئا، وشعورهم بحالة من الارتياح وعدم الضغط في التعبير عما بداخلهم، وبذلك استطاعوا ان يكونوا في حالة نفسية مستقرة وبدون تشنج عند ممارسة الانشطة الرياضية ، وأكثر ثقة بالنفس ، ويؤكد العزة^(٣) "أن الاطفال الخجولين واعون لمشكلتهم ولكن اتصالاتهم ضعيفة ولا يبرزون أنفسهم بشكل جيد ، انهم يشعرون بعدم الراحة من الداخل وعندهم أعراض القلق. " كذلك ان الانشطة الرياضية المتنوعة والالعاب المسلية ، أدت بالتلاميذ الى اكتساب مهارة التغلب على الشعور بالخجل اذ يرى مرشد^(٤) "أن المهارات الاجتماعية يمكن تعلمها من خلال طرق متعددة مثل الالعاب ، والمجموعات وتعديل السلوك وتمارين حل المشكلة.

(١) سهام علي: أثر التدريب على مهارات التفاعل الاجتماعي على علاج السلوك الانطوائي لدى الاطفال المحرومين من الرعاية الوالدية، المجلة المصرية للتقويم التربوي، مجلد 4، العدد الاول، 1997، ص 295.

(٢) -منى عبد الفتاح، لطفي محمد: فعالية برنامج ترويحوي اجتماعي مقترح على تنمية المهارات الاجتماعية وخفض الشعور بالخجل لدى الاطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة بمؤسسات الرعاية الاجتماعية، مجلة دراسات في التعليم الجامعي ، جامعة عين شمس، العدد9، 2005، ص126.

(٣) سعيد حسني العزة: سيكولوجية النمو في الطفولة، ط1، الدار العلمية الدولية للنشر والثقافة، عمان، 2002، ص173.

(٤) ناجي عبد العظيم سعيد مرشد: فعالية برنامج ارشادي للتدريب على المهارات الاجتماعية في خفض الخجل، مجلة كلية التربية بالزقازيق، مجلد1، العدد، 45، 2003، ص86.

ويرى الباحث أن فهم حاجات التلميذ وطرق اشباعها يساعد المربي والباحث للوصول الى مستوى مناسب من النمو النفسي والصحة النفسية ، فبالإضافة الى حاجات الطفل الفسيولوجية توجد حاجات نفسية واجتماعية كالحاجة الى الامان والحب وتقدير الذات والثقة بالنفس والاستقلال والمبادرة والانتماء ، وكذلك حاجته الى اللعب وتكوين العلاقات ، كل ذلك من شأنه أن يقي التلميذ من التعرض الى الكثير من المشاكل السلوكية والاجتماعية والاضطرابات الانفعالية من خلال اشباع تلك الحاجات ، وشعوره بالاكتمال منها.

الفصل الرابع

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

- ١- تم التوصل الى تصميم استبانة للتعرف على حالات الشعور بالخجل عند ممارسة الانشطة الرياضية لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة.
- ٢- أظهرت النتائج أن هناك فقرات ذات وسط حسابي مرتفع وفقرات ذات وسط حسابي منخفض في الشعور بالخجل .
- ٣- تم التعرف على تقدير كل اجابة من الاجابات على فقرات الاستبانة.
- ٤- أظهرت النتائج أن التقدير العام لفقرات الاستبانة حصل على تقدير ضعيف.
- ٥- تتمتع الاستبانة بالملائمة مع امكانيات وقدرات تلاميذ صفوف التربية الخاصة.

٤-٢ التوصيات :

- ١- اعتماد الاستبانة التي صممها الباحث في الكشف عن حالات الشعور بالخجل اثناء ممارسة الانشطة الرياضية لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة.
- ٢- ضرورة إطلاع المعنيين بالتربية الخاصة على الاثار السلبية للشعور بالخجل على حياة التلاميذ العلمية والاجتماعية.
- ٣- تفعيل درس التربية الرياضية لما له من آثار ايجابية على نفوس تلاميذ صفوف التربية الخاصة في التغلب على الشعور بالخجل ومشكلات نفسية و سلوكية اخرى.
- ٤- اجراء بحوث ودراسات تتضمن متغيرات ومناهج اخرى لمعالجة المشاكل التي يعاني منها تلاميذ التربية الخاصة .

المصادر

- ١- خليل فرحة : الموسوعة النفسية، ط١، دار اسامة للطباعة والنشر، عمان، ٢٠٠٠، ص ١٢٢ .
- ٢- ريم نشابة معوض : الولد المختلف، ط١، دار العلم للملايين ،لبنان ، ٢٠٠٤ ص ٣١ .
- ٣- سعيد حسني العزة : سيكولوجية النمو في الطفولة، ط١، الدار العلمية الدولية للنشر والثقافة، عمان، 2002، ص173 .
- 4- سهام علي : أثر التدريب على مهارات التفاعل الاجتماعي على علاج السلوك الانطوائي لدى الاطفال المحرومين من الرعاية الوالدية، المجلة المصرية للتقويم، العدد ١، 1997، ص 295 .
- ٥- منى عبد الفتاح ، لطفي محمد: فعالية برنامج تروحي حركي اجتماعي مقترح على تنمية المهارات الاجتماعية وخفض الشعور بالخجل لدى الاطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة بمؤسسات الرعاية الاجتماعية، مجلة دراسات في التعليم الجامعي ، جامعة عين شمس، العدد9، 2005، ص126 .
- ٦- ناجي عبد العظيم سعيد مرشد: فعالية برنامج ارشادي للتدريب على المهارات الاجتماعية في خفض الخجل، مجلة كلية التربية بالزقازيق، مجلد1، العدد، 45، 2003، ص86 .