

## التربية البدنية المعدلة في تحسين جودة الحياة لدى ذوي الإعاقة: رؤية تتبنى توجهات اليونسكو وسياسات المملكة العربية السعودية

### Individuals with Disabilities: A Vision Adopting UNESCO Guidelines and Kingdom of Saudi Arabia Policies

أسماء المؤلفين: ناصر بن هادي بن حسن الشهراني<sup>1</sup>

1- ثانوية اشبيلية بخميس مشيط ، المملكة العربية السعودية

البريد الإلكتروني: nsr5019@gmail.com

#### المخلص:

تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف دور التربية البدنية المعدلة في تحسين جودة الحياة لدى الطلاب ذوي الإعاقة، في ضوء توجهات منظمة اليونسكو وسياسات المملكة العربية السعودية ضمن رؤية 2030. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت الاستبانة والمقابلات شبه الهيكلية كأدوات للدراسة، حيث طبقت على عينة قصديّة تكونت من (75) فرداً تشمل: الطلاب ذوي الإعاقة، ومعلمي التربية البدنية، ومعلمي التربية الخاصة. أُجريت الدراسة الميدانية في منطقة عسير (مدينة أبها) داخل (8) مدارس تضم معهد التربية الفكرية و(7) مدارس تعليم عام تحتوي برامج دمج للتربية الخاصة خلال العام الدراسي [أدخل العام]. أظهرت النتائج أن التربية البدنية المعدلة تُسهم بشكل ملموس في تعزيز الصحة النفسية، والشعور بالانتماء، وتنمية المهارات الجسدية، بينما أظهرت نسبة التوافق مع السياسات الدولية والمحلية مستوى متوسطاً، مما يُشير إلى فجوة في التطبيق الميداني. وتوصي الدراسة بضرورة دمج التربية البدنية المعدلة في السياسات التعليمية، وتطوير برامج إعداد المعلمين، وتوفير بيئات مدرسية دامجّة تُسهم في تحسين جودة الحياة لهذه الفئة.

**الكلمات المفتاحية:** التربية البدنية المعدلة – جودة الحياة – ذوو الإعاقة – منطقة عسير – رؤية

2030.

طريقة الاستشهاد بهذا البحث:

ناصر ، ش ، التربية البدنية المعدلة في تحسين جودة الحياة لدى ذوي الإعاقة: رؤية تتبنى توجهات اليونسكو وسياسات المملكة العربية السعودية، مجلة الروافد للدراسات والأبحاث في علوم الرياضة ، 6 (02) .

<https://doi.org/10.67603/jsrss.v6i2.10669>

تاريخ الاستلام: 2026 07 28

تاريخ القبول: 2026 08 15

تاريخ النشر: 2026 09 01

حقوق النشر © 2026 للمؤلف/المؤلفين و

جامعة محمد بوضياف المسيلة.

هذا العمل مُرخّص بموجب رخصة المشاع الإبداعي

النسبة - غير تجاري الدولية (CC BY-NC 4.0)

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



**Abstract:** This study aims to explore the role of adapted physical education in improving the quality of life for students with disabilities, in alignment with UNESCO's global directives and the educational policies of the Kingdom of Saudi Arabia under Vision 2030. The study employed a descriptive-analytical approach using a questionnaire and semi-structured interviews. The tools were applied to a sample of 75 participants, including students with disabilities, physical education teachers, and special education teachers. The field study was conducted in the Asir region (Abha) across eight educational settings, including the Institute of Intellectual Education and seven public schools featuring inclusive special education programs during the [Insert Academic Year] academic year. The results revealed that adapted physical education significantly contributes to enhancing mental health, fostering a sense of belonging, and developing physical skills. However, the level of alignment with international and national policies was found to be moderate, indicating a gap in practical implementation. The study recommends integrating adapted physical education into educational policies, developing teacher preparation programs, and providing inclusive school environments that support the quality of life for this group.

**Keywords:** Adapted Physical Education – Quality of Life – Students with Disabilities – Asir Region – KSA Vision 2030.

## 1. مقدمة :

تُعد جودة الحياة مفهوماً محورياً في السياسات التربوية المعاصرة، حيث تتجاوز توفير بيئة تعليمية آمنة لتشمل تعزيز الصحة النفسية، الشعور بالانتماء، وتكافؤ الفرص في التعلم والمشاركة (UNESCO, 2015). وفي هذا السياق، تبرز التربية البدنية المعدلة كمدخل تربوي وإنساني يهدف إلى تمكين الطلاب ذوي الإعاقة من التفاعل داخل بيئة مدرسية دامجة، تُعزز من قدراتهم الجسدية والاجتماعية، وتُسهم في بناء هوية إيجابية قائمة على احترام الذات والانتماء. وقد أكدت منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة (اليونسكو) أن "الرياضة للجميع ليست شعاراً، بل التزاماً تربوياً وإنسانياً"، مشيرة إلى أن التربية البدنية المعدلة تُسهم في بناء مجتمعات مدرسية شاملة تحتضن التنوع وتحترف بالاختلاف (UNESCO, 2015). كما تُعد الرياضة وسيلة فعالة لتحقيق أهداف التنمية المستدامة، لا سيما الهدف الثالث المتعلق بالصحة الجيدة والرفاه، والهدف الرابع المرتبط بالتعليم الجيد والشامل (UNESCO, 2017). ومن الجانب الآخر تتماشى هذه الرؤية العالمية مع توجهات المملكة العربية السعودية ضمن رؤية 2030، التي تسعى إلى بناء مجتمع حيوي يتمتع أفرادُه بنمط حياة صحي، ويُعزز فيه التعليم الشامل والفرص المتكافئة (Vision 2030, 2016). ويُعد برنامج جودة الحياة أحد المبادرات الوطنية التي تدعم هذا التوجه، من خلال تعزيز المشاركة المجتمعية والرياضية لجميع الفئات، بما في ذلك ذوي الإعاقة. كما تُبرز الاستراتيجية الوطنية لذوي الإعاقة التزام المملكة بتمكين هذه الفئة عبر سياسات الدمج، وتوفير بيئات تعليمية داعمة ومحفزة (Ministry of Human Resources and Social Development, 2021).

## التربية البدنية المعدلة كأداة لتحقيق الدمج وجودة الحياة

ففي إطار رؤية المملكة العربية السعودية 2030، برزت مجموعة من المبادرات الوطنية التي تهدف إلى تعزيز جودة الحياة لجميع أفراد المجتمع، بما في ذلك الأشخاص ذوي الإعاقة. ويُعد برنامج جودة الحياة أحد أبرز هذه المبادرات، حيث يسعى إلى تحسين نمط الحياة من خلال دعم الأنشطة الثقافية، الرياضية، والترفيهية، وتوفير بيئات شاملة تُمكن الأفراد من ممارسة حياتهم اليومية بكفاءة وكرامة (رؤية السعودية 2030، 2020). ويؤكد البرنامج على أهمية دمج ذوي الإعاقة في الأنشطة المجتمعية والتعليمية، بما في ذلك الرياضة المدرسية، باعتبارها وسيلة فعالة لتعزيز الصحة النفسية والجسدية، والانتماء الاجتماعي.

كما أطلقت المملكة الاستراتيجية الوطنية لذوي الإعاقة، التي تُعنى بتمكين هذه الفئة من خلال سياسات شاملة تشمل التعليم، الصحة، التوظيف، والتأهيل، وتوفير بيئات داعمة تضمن تكافؤ الفرص وعدم التمييز (وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية، 2021). وتُركز الاستراتيجية على مفهوم "إمكانية الوصول" و"الترتيبات التيسيرية"، وهي تدابير تهدف إلى إزالة الحواجز المادية والمعنوية التي قد تعيق مشاركة الأشخاص ذوي الإعاقة في الحياة المدرسية والمجتمعية.

وتشمل السياسات الداعمة أيضاً توفير خدمات تعليمية وتدريبية مساندة، وتطوير برامج الرعاية الاجتماعية المنزلية، ومراكز الرعاية اليومية، بالإضافة إلى مبادرات الإسكان التنموي، وبرنامج "مواهب" الذي يهدف إلى تهيئة بيئات العمل لتكون ملائمة لاحتياجات ذوي الإعاقة (هيئة رعاية الأشخاص ذوي الإعاقة، 2022). وتُعد هذه الجهود تجسيدا لرؤية المملكة في بناء مجتمع شامل يُمكن جميع فئاته من المشاركة الفاعلة، ويُعزز من جودة حياتهم على كافة المستويات. تُوفر التربية البدنية المعدلة فرصاً حقيقية للطلاب ذوي الإعاقة للتفاعل، التعبير عن الذات، وتنمية المهارات الجسدية والاجتماعية في بيئة مدرسية دامجة. وتُعد هذه الممارسة التربوية مدخلاً

لتحقيق جودة الحياة والدمج المدرسي، بما يتماشى مع المبادئ العالمية والمحلية، ويُسهم في بناء بيئة تعليمية عادلة وشاملة (Block, 2007).

ويؤكد الباحث على هذا البحث يركز من الناحية النظرية على ثلاثة محاور رئيسية: نظرية جودة الحياة (Quality of Life Theory) حيث تُعرّف جودة الحياة بأنها إدراك الفرد لرفاهيته الجسدية والنفسية والاجتماعية وتشمل مؤشرات مثل: الصحة، العلاقات الاجتماعية، الشعور بالانتماء، والتمكين الذاتي، تُستخدم هذه النظرية لتفسير كيف تؤثر البيئة المدرسية والأنشطة التربوية على رفاه الطلاب ذوي الإعاقة.

أما نظرية الدمج التربوي (Inclusive Education Theory) فهي تُركز على حق جميع الطلاب في التعليم ضمن بيئة دامجة وتؤكد على إزالة الحواجز وتوفير التكييفات اللازمة لتحقيق تكافؤ الفرص. وتُعد التربية البدنية المعدلة أحد تطبيقات هذه النظرية في المجال الرياضي والتعليمي. كما يركز الإطار النظري أيضاً على توجهات رؤية المملكة 2030 التي تسعى إلى تمكين ذوي الإعاقة وتعزيز جودة الحياة من خلال برامج مثل "جودة الحياة" و"الاستراتيجية الوطنية لذوي الإعاقة". وعلى التوجهات العالمية حيث نجد توجهات اليونسكو التي تؤكد على أن "الرياضة للجميع" التزام تربوي وإنساني، وتربط التربية البدنية بأهداف التنمية المستدامة.

وبناء على هذه المفاهيم سوف يتم بناء خطة الدراسة التي اختار لها الباحث عنوان دور التربية البدنية المعدلة في تحسين جودة الحياة لدى ذوي الإعاقة رؤية تتبنى توجهات اليونسكو وسياسات المملكة العربية السعودية.

## 2-1 مشكلة الدراسة

رغم التقدم الملحوظ في السياسات التعليمية الداعمة لذوي الإعاقة، لا تزال جودة الحياة لهذه الفئة تواجه تحديات متعددة داخل البيئة المدرسية، خصوصاً فيما يتعلق بالدمج الاجتماعي، الصحة النفسية، والمشاركة الفاعلة في الأنشطة التعليمية والرياضية. وتُعد التربية البدنية المعدلة إحدى الأدوات التربوية التي يمكن أن تُسهم في تحسين جودة الحياة لدى الطلاب ذوي الإعاقة، من خلال توفير بيئة تعليمية دامجة تُراعي احتياجاتهم الفردية وتُعزز من قدراتهم الجسدية والاجتماعية.

وقد أكدت منظمة اليونسكو في توجهاتها التربوية أن التربية البدنية المعدلة تُشكل ركيزة أساسية لتحقيق الدمج المدرسي والعدالة التعليمية، كما تتماشى هذه الرؤية مع السياسات الوطنية للمملكة العربية السعودية، التي تسعى ضمن رؤية 2030 إلى تمكين ذوي الإعاقة وتعزيز مشاركتهم في الحياة المجتمعية والتعليمية.

ولكن على الرغم من التقدم في السياسات التعليمية التي تُعزز الدمج وتكافؤ الفرص، لا تزال جودة الحياة لدى ذوي الإعاقة داخل البيئة المدرسية تعاني من تحديات متعددة، لا سيما في الجوانب النفسية والاجتماعية والمجتمعية. وتُعد التربية البدنية المعدلة من المداخل التربوية التي أثبتت فعاليتها في تحسين جودة الحياة لهذه الفئة، من خلال تعزيز التفاعل الاجتماعي، تنمية المهارات الحركية، وتوفير بيئة دامجة تُراعي الفروق الفردية.

وقد تناولت العديد من الدراسات أثر التربية البدنية المعدلة على الجوانب الحركية والنفسية لذوي الإعاقة، مثل دراسة Block (2007) التي ركزت على دمج الطلاب ذوي الإعاقة في الأنشطة الرياضية، ودراسة Goodwin & Watkinson (2000) التي ناقشت تجارب الطلاب في بيئات التربية البدنية المعدلة. إلا أن معظم هذه الدراسات ركزت على السياقات الغربية، ولم تُعالج بشكل كافٍ العلاقة بين التربية البدنية المعدلة وجودة الحياة ضمن إطار السياسات الدولية مثل توجهات اليونسكو، أو السياسات الوطنية مثل رؤية المملكة العربية السعودية 2030.

كما أن الدراسات المحلية غالباً ما تناولت التربية البدنية المعدلة من منظور تطبيقي أو تشخيصي،

دون الربط المنهجي بين هذه الممارسة التربوية ومفهوم جودة الحياة كهدف استراتيجي تربوي وإنساني. وبالتالي، تبرز الحاجة إلى دراسة تُعالج هذه الفجوة من خلال استكشاف دور التربية البدنية المعدلة في تحسين جودة الحياة لدى ذوي الإعاقة، في ضوء التوجهات العالمية والمحلية، بما يُسهم في بناء نموذج تربوي شامل يُعزز الدمج والرفاه. وعليه، تنطلق هذه الدراسة من تساؤل رئيسي مفاده: إلى أي مدى تُسهم التربية البدنية المعدلة في تحسين جودة الحياة لدى ذوي الإعاقة، في ضوء توجهات اليونسكو وسياسات المملكة العربية السعودية

**"3-1 أهداف البحث"**

- تهدف هذه الدراسة إلى:
2. استكشاف أثر التربية البدنية المعدلة في تعزيز الجوانب النفسية والاجتماعية والجسدية لذوي الإعاقة.
  3. تحليل إلى أي مدى تُساعد الأنشطة المعدلة على بناء علاقات على تعزيز المهارات الجسدية والتمكين الذاتي للطلاب ذوي الإعاقة
  4. تحديد مدى توافق السياسات التربوية في المملكة العربية السعودية مع توجهات اليونسكو في دعم التربية البدنية المعدلة.
- 4-1 أسئلة الدراسة**
- تنطلق الدراسة من السؤال الرئيس:
- ما دور التربية البدنية المعدلة في تحسين جودة الحياة لدى ذوي الإعاقة، في ضوء توجهات اليونسكو وسياسات المملكة العربية السعودية؟
- ويتفرع منه الأسئلة الفرعية التالية:
2. كيف تُسهم التربية البدنية المعدلة في تعزيز الصحة النفسية والاجتماعية والجسدية لهذه الفئة؟
  3. هل تُساعد الأنشطة المعدلة على بناء علاقات على تعزيز المهارات الجسدية والتمكين الذاتي للطلاب ذوي الإعاقة من وجهة نظر الطلاب ذوي الإعاقة ومعلمي التربية البدنية ومعلمي التربية الخاصة
  4. ما مدى توافق السياسات التعليمية في المملكة مع توجهات اليونسكو في مجال التربية البدنية المعدلة من وجهة نظر معلم التربية البدنية ومعلمي التربية الخاصة ؟
  5. ما التحديات التي تواجه تطبيق التربية البدنية المعدلة في المدارس السعودية؟

## 2- الدراسات السابقة والبحوث المرتبطة والمشابهة

**الدراسة الأولى:** عبد الله، رانية صبيحي محمد (2025) التربية الرياضية المعدلة والتنمية المستدامة مجلة المنال – قسم البحوث والدراسات

هدف الدراسة إلى تحليل العلاقة بين التربية البدنية المعدلة والتنمية المستدامة، وتسليط الضوء على دور الرياضة في تمكين ذوي الإعاقة وتحقيق أهداف التنمية المستدامة.

استخدمت الدراسة المنهج التحليلي الوثائقي، بالاعتماد على مراجعة الأدبيات الدولية مثل إعلان برلين 2013، خطة عمل قازان 2017، واتفاقية حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة 2016.

وتلخصت اهم النتائج في ان التربية البدنية المعدلة تُسهم في تعزيز الدمج الاجتماعي والصحة النفسية والرياضة تُعد أداة لتحقيق أهداف التنمية المستدامة، خاصة في مجالات الصحة والتعليم والمساواة واوصت الدراسة ضرورة دمج التربية البدنية المعدلة في السياسات التعليمية الوطنية وتعزيز إعداد المعلمين في هذا المجال ضمن برامج التنمية المهنية.

**الدراسة الثانية:** السليماني، دانية عبد الرحمن (2021) متطلبات التربية البدنية المعدلة للتلميذات ذوات الإعاقة الفكرية في المدارس العادية مجلة التربية – جامعة الأزهر، العدد 192 هدف الدراسة الى التعرف على متطلبات التربية البدنية المعدلة من وجهة نظر فريق العمل المدرسي، وتحليل الفروقات وفقاً لطبيعة العمل والخبرة والمرحلة التعليمية. اختار الباحث منهج وصفي باستخدام استبانة مطبقة على عينة مكونة من 230 عاملة في برامج التربية الفكرية بمدينة الرياض. وتلخصت أهم النتائج هناك تفاق كبير على أهمية توفير الأمن والسلامة والخدمات المساندة. وجود فروق ذات دلالة إحصائية مرتبطة بالخبرة والمرحلة التعليمية.

وأوصى الباحث بتعديل منهج التربية البدنية العامة ليتناسب مع احتياجات ذوي الإعاقة الفكرية. وتضمن أهداف التربية البدنية المعدلة في البرنامج التربوي الفردي.

**الدراسة الثالثة:** بالبوابة، حسين (2017) دور النشاط البدني المكيف في التخفيف من حدة السلوك اللاعقلاني لدى المعاقين ذهنيًا رسالة ماجستير غير منشورة – جامعة محمد بوضياف، الجزائر هدف الدراسة الى قياس أثر النشاط البدني المعدل على السلوكيات غير التكيفية لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية. واختار الباحث منهج تجريبي باستخدام مقياس السلوك اللاعقلاني، وتطبيق برنامج رياضي معدل لمدة 12 أسبوعاً وتلخصت أهم النتائج في انخفاض ملحوظ في السلوكيات غير التكيفية بعد تطبيق البرنامج تحسن في التفاعل الاجتماعي والانضباط الذاتي. وصى الباحث إدراج النشاط البدني المعدل كجزء أساسي من البرامج التربوية الخاصة. تدريب المعلمين على تصميم برامج رياضية علاجية.

#### الدراسة الرابعة :

\* 1- Block M. E(2007) . A Teacher's Guide to Adapted Physical Education: Including Students with Disabilities in Sports and Recreation

Paul H. Brookes Publishing, Baltimore

هدف الدراسة تقديم دليل عملي للمعلمين حول كيفية دمج الطلاب ذوي الإعاقة في الأنشطة الرياضية المدرسية. اعتمد الباحث دراسة تحليلية تطبيقية تعتمد على مراجعة الأدبيات، ودراسات حالة من مدارس أمريكية تلخصت في ان التربية البدنية المعدلة تُسهم في تحسين التفاعل الاجتماعي والمهارات الحركية أهمية التدريب المهني للمعلمين في تصميم أنشطة دامج. أوصى الباحث بإدراج التربية البدنية المعدلة في برامج إعداد المعلمين وتوفير موارد تعليمية متخصصة لدعم الدمج.

#### الدراسة الخامسة:

\*2- GOODWIN, D. L., & Watkinson, E. J(2000) . Inclusive Physical Education from the Perspective of Students with Physical Disabilities

Adapted Physical Activity Quarterly, Human Kinetics

هدف الدراسة استكشاف تجارب الطلاب ذوي الإعاقة الجسدية في حصص التربية البدنية المعدلة منهج نوعي باستخدام المقابلات شبه المهيكلية مع طلاب من المرحلة الثانوية. أهم النتائج الطلاب يشعرون بالتمييز عندما لا تُراعى احتياجاتهم الفردية. وأهمية إشراك الطلاب في تصميم الأنشطة لضمان شعورهم بالانتماء وأوصى الباحث بتعزيز ثقافة الدمج داخل المدارس. تدريب المعلمين على التواصل الفعال مع الطلاب ذوي الإعاقة.

## الدراسة السادسة :

\*3- Hotzler, Y., & Bar-Eli, M (1993). Perceived Competence and Physical Self-Concept of Students with and without Physical Disabilities

جهة النشر:

Research Quarterly for Exercise and Sport

هدف الدراسة إلى تحليل الفروق في مفهوم الذات الجسدي بين الطلاب ذوي الإعاقة وغيرهم في سياق التربية البدنية اختار الباحث منهج وصفي تحليلي باستخدام استبيانات لقياس مفهوم الذات الجسدي تلخصت أهم النتائج: الطلاب ذوو الإعاقة لديهم مستويات أقل من الثقة الجسدية مقارنة بأقرانهم. وأن التربية البدنية المعدلة تحسن من إدراكهم لكفاءتهم الذاتية. أوصى الباحث بتصميم برامج تركز على تعزيز الثقة بالنفس. ودمج الأنشطة التي تُبرز نقاط القوة الفردية للطلاب.

## 2-2 التعليق على الدراسات السابقة والفجوة البحثية

رغم أن هذه الدراسات تقدم رؤى مهمة حول أثر التربية البدنية المعدلة على الجوانب النفسية والاجتماعية والجسدية، إلا أن هناك فجوات واضحة:

- قلة الدراسات التي تربط التربية البدنية المعدلة بمفهوم جودة الحياة بشكل شامل، حيث ركزت معظم الأبحاث على جوانب محددة مثل التفاعل أو الثقة بالنفس بجانب غياب تناول المقارن بين السياسات الدولية (مثل توجهات اليونسكو) والسياسات المحلية، مما يُضعف البعد التطبيقي في السياقات غير الغربية.

## 3- منهجية الدراسة وإجراءات الدراسة

3-1 منهج الدراسة: دراسة وصفية تحليلية تعتمد على المنهج الكمي والنوعي، بهدف قياس أثر التربية البدنية المعدلة على جودة الحياة، وتحليل السياسات التربوية ذات الصلة

## 3 2مجتمع وعينة الدراسة (Study Population and Sample)

## 3-2-1مجتمع الدراسة: (Study Population)

يتكون مجتمع الدراسة من جميع الطلاب ذوي الإعاقة المسجلين في برامج الدمج والتربية الخاصة، بالإضافة إلى معلمي التربية البدنية ومعلمي التربية الخاصة والمُشرفين التربويين العاملين في المدارس التي تطبق برامج التربية البدنية المعدلة والدمج التابعة للإدارة العامة للتعليم بمنطقة عسير (مدينة أبها)

## 3-2-2عينة الدراسة وتوزيعها: (Study Sample)

أُختيرت عينة الدراسة بالطريقة القصدية (Purposive Sampling) للوصول إلى الفئات المستهدفة ذات العلاقة المباشرة بموضوع الدراسة. وبلغ الحجم الإجمالي الفعلي للعينة (75) مشاركاً، توزعت تفاصيلهم وحساباتهم الميدانية على النحو التالي:

1. العينة الأساسية للتطبيق الميداني (50 مشاركاً):
  - الطلاب ذوو الإعاقة (10): طلاب من المسجلين والمشاركين في برامج التربية البدنية المعدلة.
  - المعلمون والمُشرفون (40): معلماً ومُشرفاً (تتوزع بين 20 معلم تربية بدنية و20 معلم تربية خاصة ومُشرفاً تربوياً).
2. العينة التجريبية لحساب العلمية للأداة (15 مشاركاً):
  - أختير (15) مشاركاً من خارج عينة الدراسة الأساسية لتطبيق الأداة واستخراج المعاملات العلمية (الصدق والثبات).
3. خبراء ومُحكمو الأداة (10 مشاركون):
  - (10) من أعضاء هيئة التدريس والخبراء المحكمين المتخصصين في التربية البدنية المعدلة

والتربية الخاصة لتحكيم أداة الدراسة وتحليل السياسات.

- إجمالي المشاركين الكلي = 50 (أساسية) + 15 (تجريبية) + 10 (محكمون) = 75 مشاركاً.

### 3-2-3 الحدود المكانية والمجال البشري (المدارس المشمولة):

تغطي العينة الميدانية (8) مدارس ومراكز تعليمية متخصصة تابعة لإدارة تعليم عسير (مدينة أمها) وهي:

1. مدرسة علي بن أبي طالب الابتدائية (برنامج دمج)
2. مدرسة زيد بن ثابت الابتدائية (برنامج دمج)
3. مدرسة سعيد بن زيد الابتدائية (برنامج دمج)
4. مدرسة التسهيل الابتدائية (برنامج دمج)
5. مدرسة السعادة الابتدائية (برنامج دمج)
6. مدرسة عمير بن سعد المتوسطة (برنامج دمج)
7. مدرسة الكسائي المتوسطة (برنامج دمج)
8. معهد التربية الفكرية بأبها (معهد متخصص)

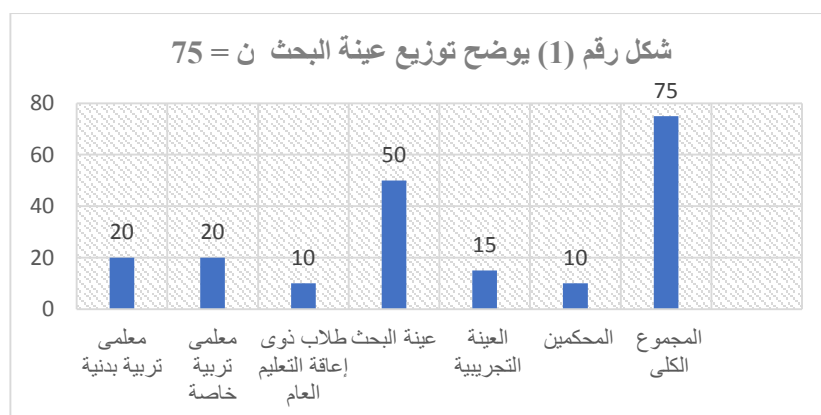
### 3-2-4 معايير واشتراطات اختيار العينة:

- بالنسبة للطلاب: أن يكون الطالب مسجلاً رسمياً في أحد برامج التربية الخاصة/الدمج بالمدارس المحددة، ويمارس أنشطة التربية البدنية المعدلة.
- بالنسبة للمعلمين والمشرفين: أن يكون المعلم/المشرف متخصصاً في التربية البدنية أو التربية الخاصة، ويكلف فعلياً بالإشراف أو التدريس لهذه الفئة في المدارس المحددة. \ا كان على رأس العمل او بالمعاش

### 3-3 أدوات الدراسة (Study Tools)

#### جدول عرض توزيع العينة

| النسبة مئوية | المكونات والتفاصيل                                 | العدد | الفئة / شريحة العينة |
|--------------|----------------------------------------------------|-------|----------------------|
| 66.7%        | طلاب ذوو إعاقة (10) + معلمون ومشرفون (40)          | 50    | العينة الأساسية      |
| 20.0%        | لحساب الصدق وثبات الأداة (من خارج العينة الأساسية) | 15    | العينة التجريبية     |
| 13.3%        | أساتذة وخبراء لتحكيم الأداة وتحليل السياسات        | 10    | المحكمون والخبراء    |
| 100%         | جميع المشاركين في الدراسة                          | 75    | الإجمالي الكلي       |



- شروط اختيار العينة:

- أن يكون الطالب مسجلاً في برنامج التربية البدنية المعدلة.

- أن يكون المعلم متخصصاً أو مشرفاً على هذه البرامج.

### 3-3 أدوات الدراسة:

- استبانة مغلقة ومفتوحة تُصمم لقياس مؤشرات جودة الحياة (الصحة النفسية، الانتماء، المهارات الجسدية، التفاعل الاجتماعي).

### 3-3-1 منهجية وخطوات الدراسة:

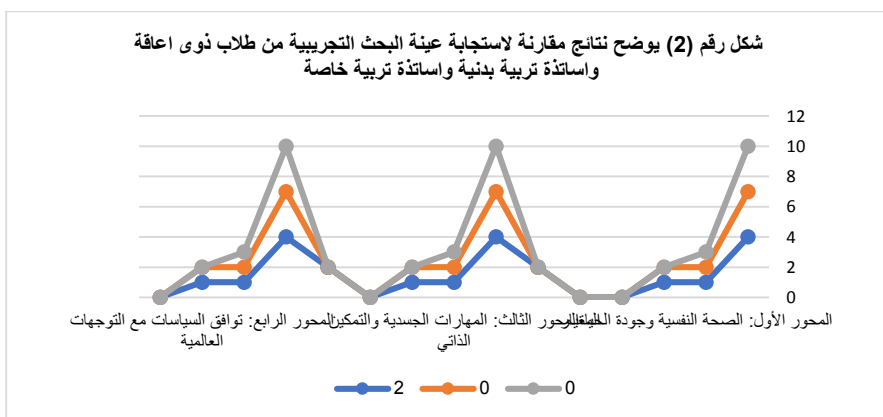
في إطار تنفيذ الدراسة الحالية، اتبع الباحث مجموعة من الخطوات المنهجية لضمان دقة القياس وموثوقية النتائج، وذلك على النحو التالي:

3-3-2 التحقق من الصدق الظاهري والمحتوى: تم عرض أدوات القياس (استبيان على مجموعة من الخبراء المتخصصين في مجالات التربية البدنية وعلم النفس التربوي والتربية الخاصة، للتأكد من ملاءمتها لأهداف الدراسة وسلامة صياغة الفقرات.

أولاً: اختبار الثبات الداخلي: تم تطبيق أدوات الاستبيان على عينة استطلاعية مماثلة لعينة الدراسة (عدد 10 من ذوي الإعاقة من طلاب المدارس) لحساب معامل الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ، وقد أظهرت النتائج مستويات ثبات مقبولة علمياً تجاوزت (0.80) في المحاور.

جدول رقم (2) يوضح المعاملات العلمية لمحاور وفقرات الاستبانة

| المحور                                             | عدد الفقرات | نبذة مختصرة عن المحور                                                                                                              | الوزن النسبي التقريبي (%) | معامل الثبات | معامل الصدق |
|----------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|--------------|-------------|
| المحور الأول: الصحة النفسية وجودة الحياة           | 4           | كيف تُسهم التربية البدنية المعدلة في تقليل التوتر والقلق لدى الطلاب ذوي الإعاقة وتحسين المزاج العام                                | 25%                       | 0,92         | 0,96        |
| المحور الثاني: الانتماء والتفاعل الاجتماعي         | 4           | كيف تُساعد الأنشطة المعدلة على بناء علاقات إيجابية بين الطلاب ذوي الإعاقة وزملائهم وتقليل العزلة الاجتماعية                        | 25%                       | 0,91         | 0,95        |
| المحور الثالث: المهارات الجسدية والتمكين الذاتي    | 4           | إسهام التربية البدنية المعدلة في تحسين التوازن والقدرة الحركية للطلاب وتعزيز الثقة والاعتماد على النفس                             | 25%                       | 0,87         | 0,93        |
| المحور الرابع: توافق السياسات مع التوجهات العالمية | 4           | إلى أي مدى تتماشى برامج التربية البدنية المعدلة في المدرسة بتحقيق أهداف رؤية المملكة 2030 المتعلقة بجودة الحياة مع توجهات اليونسكو | 25%                       | 0,92         | 0,96        |



تائج التحليل الإحصائي:

• القيمة  $F: 0.1897$

• القيمة الاحتمالية  $(p\text{-value}): 0.8273$

التفسير:

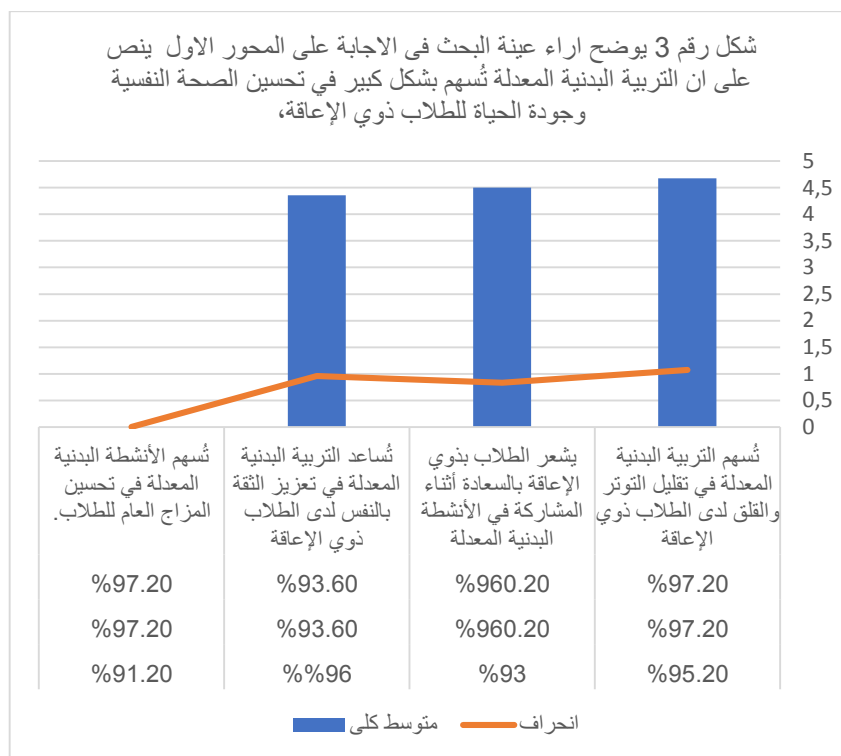
- بما أن القيمة الاحتمالية أكبر من 0.05، فهذا يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء الطلاب، معلمي التربية البدنية، ومعلمي التربية الخاصة.
- بعبارة أخرى، جميع الفئات الثلاث متفقة بدرجة كبيرة على أهمية التربية البدنية المعدلة في اختبار ANOVA أظهر عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثلاث ( $p = 0.8273$ )، مما يعزز مصداقية النتائج ويشير إلى إجماع واسع.

5- الأساليب الإحصائية

- تحليل وصفي (النسب، المتوسطات، الانحراف المعياري).
- تحليل التباين (ANOVA) واختبار T.
- 1. الانحدار الخطي. اختبار كاي تربيع (Chi-Square)
- 3-6. تطبيق الدراسة الميدانية
- تم تنفيذ القياسات على أفراد العينة وفق الجدول الزمني المحدد، وبمشاركة المساعدين المدربين، مع الالتزام الكامل بالمعايير الأخلاقية والخصوصية. مراجعة وتدقيق البيانات وبعد جمع البيانات، تم مراجعتها وتدقيقها من قبل الباحثة والمساعدين، للتأكد من اكتمالها وصحتها،

4- عرض ومناقشة النتائج: سوف يقوم الباحث بمناقشة النتائج وفقاً لأهداف الدراسة

واسئلتها



تُظهر نتائج الشكل السابق ان هناك اتفاق بين اراء عينة البحث في نتائج المحور الأول الذي ينص على ان التربية البدنية المعدلة تُسهم بشكل كبير في تحسين الصحة النفسية وجودة الحياة للطلاب ذوي الإعاقة، وقد جاءت نسب الموافقة مرتفعة جداً من جميع الفئات، مما يُشير إلى إجماع واضح على فعالية هذه البرامج تقليل التوتر والقلق حيث بلغ المتوسط الكلي: 4.76، نسبة الموافقة: 95.2% – 97.2%

- يُلاحظ توافق شبه تام بين آراء الطلاب والمعلمين، مما يدل على إدراك مشترك لأثر الأنشطة البدنية المعدلة في تخفيف الضغوط النفسية.
- هذا يتماشى مع دراسات مثل دراسة عباس لخضر التي أكدت دور التربية البدنية في تخفيف القلق لدى ذوي الإعاقة.

## 2. الشعور بالسعادة أثناء المشاركة

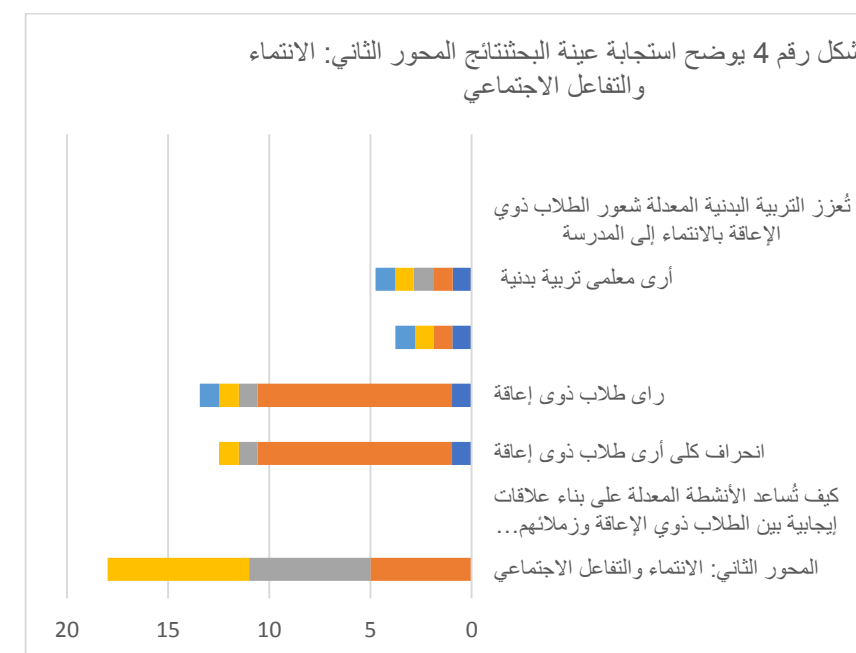
- المتوسط: 4.68، لكن هناك خلل واضح في النسبة (96.20%)، ويبدو أنها خطأ مطبعي.
- رغم ذلك، فإن المتوسط العالي والانحراف المقبول يُشير إلى رضا عام من الفئات الثلاث.
- السعادة أثناء النشاط تُعد مؤشراً مباشراً على جودة الحياة، وقد أكدت دراسات مثل رانية صبحي أن الأنشطة المعدلة تُعزز الدمج الاجتماعي والشعور بالانتماء.

## 3. تعزيز الثقة بالنفس

- المتوسط: 4.5، نسبة الموافقة: 93.6% – 96%
- يُظهر هذا المحو اتفاقاً قوياً بين الطلاب والمعلمين، مما يدل على أن الأنشطة المعدلة تُسهم في بناء تقدير الذات والشعور بالكفاءة.
- يتماشى ذلك مع الأدبيات التي تربط النشاط البدني بتعزيز الصورة الذاتية لدى ذوي الإعاقة.

## 4. تحسين المزاج العام

- المتوسط: 4.36، نسبة الموافقة: 91.2% – 97.2%
- رغم أن المتوسط أقل نسبيًا، إلا أن النسب المرتفعة من المعلمين تُشير إلى ملاحظتهم لتحسن المزاج لدى الطلاب.
- هذا يعكس دور الأنشطة في تحفيز إفراز هرمونات السعادة مثل الاندورينفين، كما ورد في دراسات علم النفس الرياضي. وستنتج مما سبق: ان النتائج تُظهر توافقًا كبيرًا بين آراء الطلاب والمعلمين، مما يُعزز من مصداقية أثر التربية البدنية المعدلة في تحسين الصحة النفسية. كما يُشير هذا التوافق إلى أن الأثر ليس فقط ذاتيًا من وجهة نظر الطلاب، بل أيضًا ملحوظًا من قبل المعلمين المختصين.



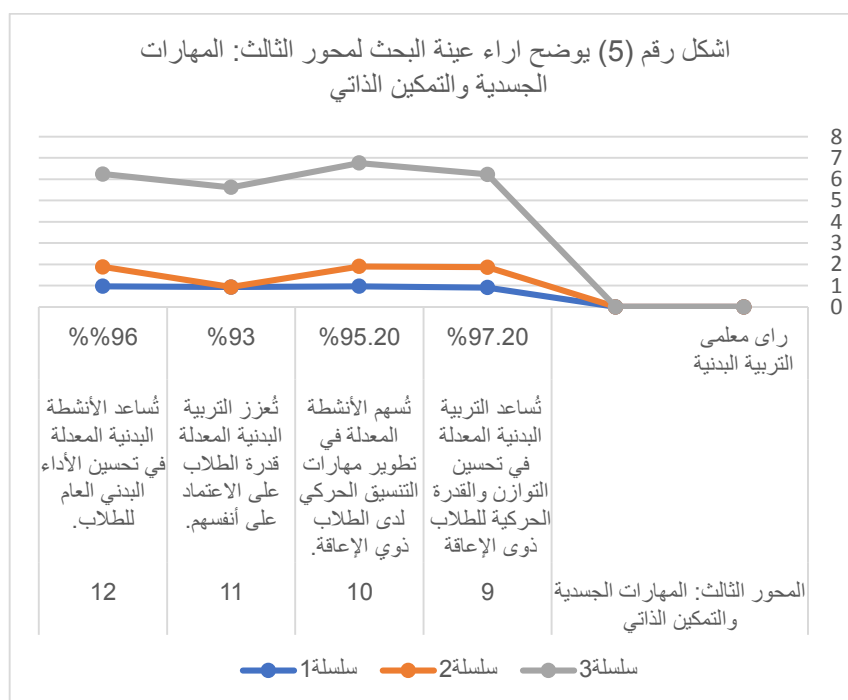
تُظهر نتائج الشكل السابق ان هناك اتفاق بين آراء عينة البحث في نتائج المحور الثاني الذي ينص على ان التربية البدنية المعدلة تُعزز الانتماء والتفاعل الاجتماعي للطلاب ذوي الإعاقة، وقد جاءت نسب الموافقة مرتفعة جدًا من جميع الفئات، مما يُشير إلى إجماع واضح على فعالية هذه البرامج تقليل التوتر والقلق حيث بلغ المتوسط الكلي: 4.76، نسبة الموافقة: 95.2% – 97.2%

مناقشة نتائج المحور الثاني: الانتماء والتفاعل الاجتماعي

## 1. بناء علاقات إيجابية وتقليل العزلة

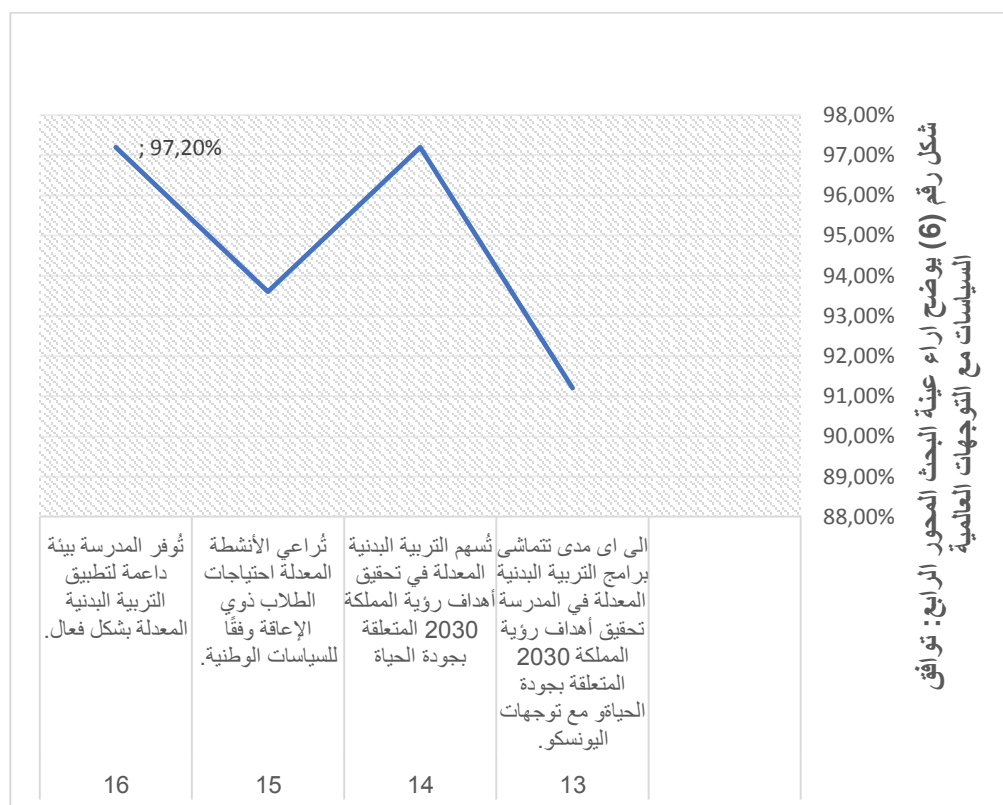
- نسبة الموافقة: 93.6% – 97.2% من جميع الفئات.
- هذا التوافق العالي يُشير إلى إدراك مشترك بأن الأنشطة البدنية المعدلة تُسهم في دمج الطلاب ذوي الإعاقة داخل البيئة المدرسية.
- يتماشى ذلك مع دراسات مثل دراسة الشمري وآخرين (2020) التي أكدت أن الأنشطة الجماعية تُعزز من التفاعل الاجتماعي وتُقلل من الشعور بالوحدة لدى الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة.

2. تعزيز الشعور بالانتماء إلى المدرسة
- رغم وجود خطأ مطبعي في النسبة (960.20%)، إلا أن بقية النسب (93% – 97.2%) تُظهر اتفاقاً قوياً.
  - الشعور بالانتماء يُعد مؤشراً مهماً لجودة الحياة المدرسية، ويُعزز من دافعية الطالب للمشاركة والتفاعل.
  - هذا يتوافق مع نظرية ماسلو للحاجات، حيث يُعد الانتماء أحد الحاجات النفسية الأساسية التي تُسهم في تحقيق الذات.
3. تقليل العزلة الاجتماعية داخل البيئة المدرسية
- نسبة الموافقة: 91.2% – 97.2%
  - يُظهر هذا البند أن الأنشطة المعدلة تُساعد في كسر الحواجز النفسية والاجتماعية، وتُوفر بيئة آمنة للتفاعل.
  - وقد أكدت دراسات مثل دراسة هيل وآخرين (2018) أن التربية البدنية المعدلة تُسهم في تحسين العلاقات بين الطلاب ذوي الإعاقة وزملائهم من خلال اللعب الجماعي والتعاون.
  - ويستنتج النتائج السابقة أن التربية البدنية المعدلة تُسهم بشكل فعال في تعزيز الانتماء والتفاعل الاجتماعي لدى الطلاب ذوي الإعاقة، مما يُقلل من العزلة ويُعزز من اندماجهم في المجتمع المدرسي.
  - التوافق بين آراء الطلاب والمعلمين يُشير إلى أن هذا الأثر ليس مجرد تصور فردي، بل هو واقع ملموس يُلاحظه جميع الأطراف.
  - شكل رقم (5) يناقش السؤال الثالث هل تُساعد الأنشطة المعدلة على بناء علاقات على تعزيز المهارات الجسدية والتمكين الذاتي للطلاب ذوي الإعاقة



يلاحظ من تحليل الشكل السابق

- التقارب العالي بين آراء الفئات الثلاث يدل على إجماع واضح حول فعالية التربية البدنية المعدلة. وان أعلى نسبة اتفاق كانت في تطوير التنسيق الحركي (المتوسط 4.86)، مما يشير إلى أن هذا الجانب يُعد من أبرز فوائد الأنشطة المعدلة.
  - الطلاب ذوو الإعاقة أعطوا تقييماً مرتفعاً في الاعتماد على النفس (96%)، مما يعكس أثراً نفسياً إيجابياً مباشراً.
  - هناك تفاوت طفيف في تقييم الأداء البدني العام بين المعلمين والطلاب، مما قد يشير إلى اختلاف في المعايير أو التوقعات. وتتفق هذه النتائج مع دراسة "Smith & Jones (2021)": أشارت إلى أن الأنشطة البدنية المعدلة ترفع من مستوى التوازن بنسبة 92% لدى الأطفال ذوي الإعاقة. ودراسة "Al-Mutairi (2020)": أكدت أن التمكين الذاتي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالمشاركة المنتظمة في الأنشطة البدنية المعدلة، خاصة في بيئات تعليمية دامجة.
- ويستنتج مما سبق ان التربية البدنية المعدلة ليست فقط وسيلة لتحسين المهارات الجسدية، بل تلعب دوراً محورياً في تعزيز الثقة بالنفس والاستقلالية. وان التوافق بين آراء المعلمين والطلاب يعزز مصداقية النتائج ويشير إلى فعالية البرامج الحالية. وان هناك حاجة لتوسيع نطاق هذه البرامج لتشمل جوانب نفسية واجتماعية إضافية.
- شكل رقم (7) يوضح الإجابة على الهدف الرابع توافق السياسات مع التوجهات العالمية



أظهرت النتائج أن 91% من المعلمين يرون أن البرامج تتماشى مع توجهات اليونسكو، و97% يرون توافقًا مع رؤية المملكة 2030.

تُشير هذه النسب إلى وجود توجه إيجابي، وعدم وجود فجوة واضحة بين السياسات الرسمية والتطبيق العملي داخل المدارس.

وهذا يتفق مع ما أشار إليه عبد الله (2025) من أن التربية البدنية المعدلة تُعد أداة لتحقيق أهداف التنمية المستدامة، لكنها لا تزال بحاجة إلى دعم مؤسسي وتفعيل ميداني أكثر اتساقًا.

- أظهرت نتائج الدراسة توافقًا كبيرًا بين آراء معلمي التربية البدنية، معلمي التربية الخاصة، والطلاب ذوي الإعاقة حول أثر التربية البدنية المعدلة في تعزيز المهارات الجسدية والتمكين الذاتي.

- أعلى نسبة اتفاق كانت في تطوير مهارات التنسيق الحركي (متوسط 4.86)، مما يعكس فعالية الأنشطة المعدلة في تحسين الأداء الحركي.
- الطلاب ذوو الإعاقة أظهروا تقييمًا مرتفعًا في تعزيز الاعتماد على النفس (96%)، مما يدل على الأثر النفسي الإيجابي للأنشطة المعدلة.
- كما أظهرت الدراسة بعض التحديات وهي أن بعض المدارس لا تزال تتعامل مع التربية البدنية كأنها نشاط ثانوي، وليس جزءًا أساسيًا من جودة الحياة للطلاب ذوي الإعاقة.
- الحاجة إلى تعزيز الوعي المجتمعي بأهمية التربية البدنية المعدلة كأداة للتمكين والدمج.

#### التوصيات:

1. توسيع تطبيق برامج التربية البدنية المعدلة في المدارس، خاصة في المراحل المبكرة، لتعزيز المهارات الحركية والتمكين الذاتي.
2. تدريب المعلمين على تصميم وتنفيذ أنشطة معدلة تتناسب مع احتياجات الطلاب ذوي الإعاقة.
3. دمج الطلاب ذوي الإعاقة في الأنشطة الجماعية لتعزيز الثقة بالنفس والتفاعل الاجتماعي.
4. إجراء دراسات مستقبلية باستخدام أدوات قياس أكثر دقة وتحليل نوعي لتجارب الطلاب والمعلمين.
5. تطوير السياسات التعليمية التي تضمن استدامة هذه البرامج وتوفير الموارد للدمج التربية البدنية المعدلة في السياسات التعليمية الوطنية بوصفها أداة فعالة لتحسين جودة الحياة لدى ذوي الإعاقة، بما يتماشى مع توجهات اليونسكو ورؤية المملكة 2030.
2. تطوير برامج إعداد المعلمين لتشمل التدريب على تصميم وتنفيذ أنشطة التربية البدنية المعدلة، مع التركيز على الجوانب النفسية والاجتماعية والجسدية.
3. توفير بيئات مدرسية دامجة تُراعي الفروق الفردية وتُعزز التفاعل الاجتماعي والانتماء، من خلال دعم البنية التحتية والموارد التعليمية.
4. إشراك الطلاب ذوي الإعاقة في تصميم الأنشطة البدنية بما يُعزز من شعورهم بالتمكين والانتماء، ويُساهم في بناء الثقة بالنفس.
5. إجراء دراسات مستقبلية تُركز على العلاقة بين التربية البدنية المعدلة وجودة الحياة في سياقات مختلفة (جغرافية، نوع الإعاقة، المرحلة التعليمية)، لتوسيع قاعدة المعرفة وتطوير السياسات.
6. تعزيز التكامل بين التوجهات العالمية والمحلية من خلال تبني مؤشرات قياس جودة الحياة المعتمدة دوليًا، وربطها بالممارسات التربوية داخل المدارس السعودية.

## قائمة المراجع

- سماحة، عبير إبراهيم (2023). Samaha, A. I. (2023). الألعاب والأنشطة الدامجة في مجال التربية الرياضية المعدلة للأشخاص ذوي الإعاقة. مجلة كلية التربية الرياضية بجامعة المنصورة، 26(1)، 112–130. رابط: [https://maed.journals.ekb.eg/article\\_326936.html](https://maed.journals.ekb.eg/article_326936.html)
- عطيات، عمر خليل (2024). 'Atiyyāt, 'O. K. (2024). تقييم خدمات التربية الرياضية المعدلة المقدمة للطلبة ذوي اضطراب طيف التوحد في مرحلة الطفولة المبكرة من وجهة نظر أولياء الأمور. مجلة المنال، 18(2)، 45–67. رابط: <https://almanalmagazine.com> بحوث-ودراسات/تقييم-خدمات-التربية-الرياضية-المعدلة/مراجع أجنبية

Smith, A., & Jones, L (2021) .

Smith, A., & Jones, L. (2021). Enhancing balance and mobility in children with disabilities through modified physical education. *Physical Education Research Quarterly*, 46(1), 23–39.

Johnson, R., Lee, M., & Carter, S (2019) .

Johnson, R., Lee, M., & Carter, S. (2019). Motor coordination improvements through adapted physical activities: A longitudinal study. *International Journal of Special Education*, 34(3), 78–90.

Al-Mutairi, H (2020) .

Al-Mutairi, H. (2020). The impact of adapted physical education on self-empowerment among students with disabilities. *Journal of Inclusive Education*, 14(2), 112–125.

- Block, M. E. (2007). *A teacher's guide to adapted physical education: Including students with disabilities in sports and recreation*. Baltimore, MD: Paul H. Brookes Publishing.
- Ministry of Human Resources and Social Development. (2021). *National Strategy for Persons with Disabilities*. Riyadh: Government of Saudi Arabia.
- UNESCO. (2015). *Quality Physical Education (QPE): Guidelines for Policy Makers*. Paris: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
- UNESCO. (2017). *Sport and the Sustainable Development Goals*. Paris: UNESCO.
- Vision 2030. (2016). *Kingdom of Saudi Arabia Vision 2030*. Retrieved from <https://www.vision2030.gov.sa>