PSYCHOLOGY AND EDUCATION (2025) 62(04): 85-102
ISSN: 1553-6939

# The Impact of Recreational Swimming on children with Autism and Autism Spectrum Disorder

**Dr. Fethi Arib[1], Pr. Souleyman Laoucine[2], Dr. Belhadj Larbi Djamal[3], Dr. Bourzama Sayeh[4]**

[1]University of Algeria 3 (Algeria), E-mail: fethi26.arib@gmail.com
[2]University of Bouira (Algeria), E-mail: laoucine@univ-bouira.dz
[3]University of Chlef (Algeria), E-mail: d.belhadjlarbi@univ-chlef.dz
[4]University of Laghouat (Algeria), E-mail: bourzama@univ-lagh.dz

Received: 03/2025, Published: 04/2025

**Abstract:**

The importance of this research lies in studying the repercussions resulting from practicing recreational swimming on children patients with autism and autism spectrum disorder, through its contribution to improving motor skills, enhancing psychological conditions in patients with autism and autism spectrum disorder, and developing their abilities to interact socially. The descriptive approach was used in this research based on the questionnaire tool divided into five main axes, The questionnaire was distributed to a sample consisting of parents and relatives of children with autism and autism spectrum disorders who practice swimming and are registered and involved in various associations and organizations working in the centers located in the capital, Algiers. The sample size was estimated at 37 individuals distributed randomly. Among the most important future suggestions and hypotheses for this research are: The necessity of raising awareness among parents of children with autism and autism spectrum disorders through programming awareness campaigns to highlight the importance of practicing sports activities in general and swimming in particular in improving various aspects of their children.

**Keywords:** Reflections - Sports practice - Recreational swimming - Autism patients - Autism spectrum disorders.

# انعكاس ممارسة السباحة الترويحية على أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد

**د. عريب فتحي[1]، أد. لاوسين سليمان[2]، د. بلحاج العربي جمال[3]، د. سايح بورزامة[4]**

[1]جامعة الجزائر 3 (الجزائر)، البريد الإلكتروني: fethi26.arib@gmail.com
[2]جامعة البويرة (الجزائر)، البريد الإلكتروني: laoucine@univ-bouira.dz
[3]جامعة الشلف (الجزائر)، البريد الإلكتروني: d.belhadjlarbi@univ-chlef.dz
[4]جامعة الأغواط (الجزائر)، البريد الإلكتروني: bourzama@univ-lagh.dz

**الملخص:**

تتمثل أهمية هذا البحث في دراسة الانعكاسات الناتجة عن ممارسة السباحة الترويحية على أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، من خلال مساهمتها في تحسين المهارات الحركية، وتعزيز الحالات النفسية لدى مرضى التوحد وطيف التوحد، وتطوير قدراتهم على التفاعل

الاجتماعي، وقد تم استخدام المنهج الوصفي في هذا البحث بالاعتماد على أداة الاستبيان المقسمة لخمسة محاور أساسية، ووزع الاستبيان على عينة متمثلة في أولياء وأقارب الأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد الذين يمارسون السباحة والمسجلين والمنخرطين في مختلف الجمعيات والمنظمات العاملة في المراكز المتواجدة في الجزائر العاصمة، إذ قدر عدد العينة 37 مفردة موزعة بطريقة عشوائية، ومن أهم الاقتراحات والفرضيات المستقبلية لهذا البحث: وجوب توعية أولياء أطفال التوحد وطيف التوحد من خلال برمجة حملات تحسيسية وتوعوية للتعريف بأهمية ممارسة النشاطات الرياضية عامة والسباحة خاصة في تحسين مختلف النواحي لدى أبنائهم.

**الكلمات المفتاحية:** الانعكاسات – الممارسة الرياضية – السباحة الترويحية – مرضى التوحد – طيف التوحد.

**المقدمة وإشكالية الدراسة:**

تمثل صحة الفرد أغلى ما في حياة الفرد. وتعتبر حياة الفرد أغلى ما في الوجود الإنساني. وقد عرفت الصحة بأنها الحالة التي يتمتع فيها الفرد بمستوى من الصحة الجسمانية، والعقلية، والاجتماعية يمثل أقصى ما توفره إمكاناته الجسمانية والعقلية والاجتماعية. فإن لم يكن الفرد صحيحا معافا فإننا نجد أن الاكتئاب والقلق يحومان من حوله، ولا يتمكن الفرد من تأدية عمله، كذلك لا يمكنه أن يستمتع بوقت فراغه عن طريق ممارسة نشاط بناء وهادف يعود على الفرد بالسعادة والغبطة والفرح. فإننا لا نستمتع فقط بأوقات فراغنا حينما نكون أصحاء بل إننا نصبح أصحاء من خلال ممارستنا لأنشطة ترويحية. فالفرد لا يكون سعيدا حينما يمرض ولا يكون سليما معافا إذا أصابه القلق والاكتئاب وفقدان الحماس والأمل في غد مشرق. فالسعادة مسبباتها عديدة، منها الحالة التي نشعر بها وندركها إذا كنا سعداء، فإذا كنا سعداء فإن دورتنا الدموية تتدفق أسرع، وتخفق قلوبنا، وتدفع الدم في أجهزتنا المختلفة وتصبح أعيننا أكثر بريقا، ونستمتع بنوع من التوهج الدافئ، ومهما اختلفت نوعية الطاقة المتكونة فإنها تعبر عن نفسها من خلال الابتسامات ونصيح بأعلى صوتنا لنستمتع بكل الأحاسيس التي تدغدغ القلب وتسعد الروح وتجعل الفرد يقفز، ونرى الجمال في كل شيء يحيط بنا، ونحب الجميع، ويملأ الأمل حياتنا.(محمد عبد السلام، 2001، صفحة 129)

يعتبر الترويح الرياضي جزءًا هامًا في الحياة اليومية لدى الفرد، إذ تساهم مجموعة الأنشطة الرياضية التي تُمارس لأغراض الترفيه والاستجمام بشكل كبير في تحسين الصحة البدنية والنفسية، فتأخذ ممارسيها بعيدًا عن الضغوطات التي يعيشون معها في كل يوم.

ولأن الترويح الرياضي أداة فعالة يمكن استخدامها لتحسين حياة الأشخاص الذين يعانون من التوحد، حيث يقتصر في تطوير قدراتهم الاجتماعية والنفسية باعتباره.

في هذا السياق، يمكن إعداد دراسة متكاملة حول انعكاس الترويح الرياضي على مرضالتوحد(Autism)، وكذلك طيف التوحد (ASD - Autism Spectrum Disorder) من الاضطرابات العصبية التي تؤثر على التفاعل الاجتماعي والاتصال والسلوكيات المتكررة. ومع تزايد الاهتمام بالتدخلات غير الدوائية، تُعد الأنشطة الترفيهية مثل السباحة من الوسائل الفعالة التي يمكن أن تحسن نوعية حياة الأفراد المصابين بالتوحد. تهدف هذه الدراسة إلى وصف تأثير السباحة الترويحية على مرضى التوحد، من خلال تحليل الفوائد البدنية والنفسية والاجتماعية لهذه الرياضة.

تقدر منظمة الصحة العالمية نسبة انتشار مرض التوحد بـ 1% لدى سكان العالم، ويذكر بأنه يوجد في الجزائر التي بلغ عدد سكانها 45 مليون نسمة (المصدر: مديرية السكان التابعة لوزارة الصحة) أكثر من 450 ألف شخص مصاب بالتوحد، إذ تشكل هذه المسألة بذلك مصدر قلق كبير للسلطات المسؤولة عن الصحة والتعليم، الأمر الذي يستدعي تحسين الكشف والتشخيص والتكفل

بالأشخاص المصابين بالتوحد، بما يتماشى والتوصيات الدولية.(https://autisme.sante.gov.dz/autisme-en-algerie/etat-des-lieux-sur-lautisme-en-algerie/، 2025)

وبناءا على ما سبق قمنا بصياغة التساؤل العام التالي: هل لممارسة السباحة الترويحية انعكاسات على أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد؟

ويندرج التساؤل العام التساؤلات الفرعية التالية:

1. ما مدى انعكاس السباحة الترويحية على المهارات الحركية لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد؟
2. كيف تسهم السباحة الترويحية في تحسين الحالة النفسية لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد؟
3. ما مدى مساهمة السباحة الترويحية في تطوير مهارات التواصل الاجتماعي لدى أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد؟
4. كيف يرى الأولياء الفوائد النفسية والجسدية والاجتماعية للسباحة الترويحية؟
5. ما أهم التحديات التي تواجه تطبيق برامج السباحة الترويحية لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد؟

## 1. فرضيات البحث:

### 1.1. الفرضية العامة:

للسباحة الترويحية انعكاسات إيجابية على أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، حيث تساهم في تحسين مهاراتهم الحركية، وتعزيز حالتهم النفسية، وتطوير قدراتهم على التفاعل الاجتماعي.

### 2.1. الفرضيات الجزئية:

1. تنعكس ممارسة السباحة الترويحية إلى تحسين المهارات الحركية والتناسق الحركي لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد.
2. تساهم ممارسة السباحة الترويحية في تحسين الحالة النفسية (تخفيف القلق والتوتر) لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد.
3. تساهم السباحة الترويحية في تعزيز مهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي لدى أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد.
4. يرى الأولياء أن لممارسة السباحة الترويحية تأثيرًا إيجابيًا على مختلف الجوانب النفسية والجسدية والاجتماعية لدى أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد.
5. توجد تحديات تعيق تطبيق برامج السباحة الترويحية، مثل نقص الإطارات المؤهلة وقلة المرافق المهيأة لأطفال مرضى التوحد.

## 2. أهداف البحث:

- دراسة انعكاسات ممارسة السباحة الترويحية على المهارات الحركية لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد.
- كشف مساهمة السباحة الترويحية في تحسين الحالة النفسية لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد.
- تحديد مدى مساهمة السباحة الترويحية في تطوير مهارات التواصل الاجتماعي لدى أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد.
- التطرق لرأي أولياء أطفال التوحد وطيف التوحد حول الفوائد النفسية والجسدية والاجتماعية للسباحة الترويحية.
- الإفادة بأهم التحديات التي تواجه تطبيق برامج السباحة الترويحية لمرضى التوحد وطيف التوحد.

**3. أهمية البحث:**

تتمثل أهمية هذا البحث في دراسة الانعكاسات الناتجة عن ممارسة السباحة الترويحية على أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، من خلال مساهمتها في تحسين المهارات الحركية، وتعزيز الحالات النفسية لدى مرضى التوحد وطيف التوحد، وتطوير قدراتهم على التفاعل الاجتماعي.

**4. تحديد المصطلحات والمفاهيم:**

**4. 1. السباحة الترويحية:**

**اصطلاحا:** هي أحد أنواع الرياضات المائية التي تستخدم الوسط المالي كوسيلة للتحرك فيه عن طريق تحريك الذراعين والرجلين والجذع والرأس، وذلك لرفع مستوى كفاءة الفرد من الناحية البدنية والمعرفية والاجتماعية.(عرابي، 2016، صفحة 15)

وتعد السباحة من أمتع الرياضات المائية كونها تمارس من قبل الجميع وبمختلف الأعمار وعلى الطبيعة دون أن تكلف شيئا على سواحل البحار والبحيرات وعلى شواطئ الأنهار وفي مساقط المياه،أو تكون في أحواض أعدت للسباحة بطرائق وأساليب حديثة كما هو معروف.(حميد الحمداني، 2016، صفحة 20)

والسباحة الترويحية أحد فروع الرياضيات المائية التي تستغل الوسط المائي كوسيلة للتحرك عن طريق حركات الذراعين والجذع والرجلين للارتقاء بكفاءة الإنسان بدنيا، مهاريا، عقليا، اجتماعيا ونفسيا.....، وتختلف السباحة في طبيعتها عن سائر النشاطات الرياضية الأخرى من حيث الوسط المائي وانتظام عملية التنفس والأداء الحركي.(راتب، 1998، صفحة 22)

**إجرائيا:** هي تلك الرياضة التي تستغل الوسط المائي (مسبح، أنهار، بحار) لأدائها، وهي أحد أكثر الرياضات التي تساهم في تنمية القدرات الإنسانية بكل جوانبها: نفسيا، بدنيا، اجتماعيا، انفعاليا..... الخ.

**4. 2. التوحد:**

**لغة:** تشتق كلمة التوحدAutisمن الكلمة الإغريقية "aut' وتعني النفس أو الذات، وكلمة "ism"تعني انغلاق، والمصطلح ككل يمكن ترجمته على أنه الانغلاق على الذات، وتقترح هذه الكلمة أن هؤلاء الأطفال غالبا يندمجون أو يتوحدون مع أنفسهم، ويبدون قليلا من الاهتمام بالعالم الخارجي.

**اصطلاحا:** وتصف الطفل التوحدي بأنه عاجز عن إقامة علاقات اجتماعية، بحيث يفشل في استخدام اللغة لغرض التواصل مع الآخرين، ولديه رغبة ملحة للاستمرارية في القيام بنفس السلوك، ومغرم بالأشياء، ولديه إمكانيات معرفية جيدة، كما أن الأفراد المتوحدين يبدون سلوكات نمطية متكررة ومقيدة وتحدث هذه الصفات قبل عمر الثلاثين شهرا من عمر الطفل.(مصطفى و الشربيني، 2014، صفحة 26)

**إجرائيا:** التوحد عند الأطفال يظهر من خلال صعوبة تكوين الاتصال والعلاقات مع الآخرين، إضافة إلى الانسحاب والعزلة من المجتمع مع تكرار الحركات والعبارات.

### 4. 3. طيف التوحد:

**اصطلاحا:** هو اضطراب عصبي نمائي تشمل أعراضه الأساسية على صعوبات في التواصل والتفاعل الاجتماعي وأنماط تكرارية ومحدودة من السلوكيات.(السدراني، 2023، صفحة 12)

**إجرائيا:**يعتبر اضطراب طيف التوحد حالة ترتبط بنمو الدماغ وتؤثر على كيفية تمييز الشخص للآخرين والتعامل معهم على المستوى الاجتماعي مما يتسبب في حدوث مشكلات في التفاعل والتواصل الاجتماعي.

### 4. 4. اضطرابات طيف التوحد لدى الأطفال:

**اصطلاحا:** إن اضطرابات طيف التوحد هي اضطرابات نمائية عصبية، بمعنى أنها تنجم عن تشوهات في طريقة نمو الدماغ وعمله.(منظمة الصحة العالمية، 2020)

**إجرائيا:** الأطفال الذين يعانون من طيف التوحد، يتصفون باضطرابات مختلفة، وتكون الشدة متفاوتة متنوعة من خفيفة إلى شديدة، أما في حالة التواصل قد يكون ضعيفا أو طبيعيا حسب الحالة، وفيما يخص المهارات العقلية قد تكون طبيعيَّة أو حتى مرتفعة في بعض الحالات.

### 5. الدراسات المرتبطة والمشابهة بالبحث:

**1.5. الدراسة الأولى (2021)**: دراسة الباحثتين: **ريحانة رمزي وتشي بون أحمد** بعنوان: **المشاركة الترفيهية للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد (ASD)**، هدف هذا البحث إلى تحديد فعالية الترفيه في الطبيعة للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد في الأسرة، وكانت الأهداف هي مقارنة التغيرات في نمو الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد في الأسرة قبل وبعد المشاركة في الترفيه في الطبيعة، وتحديد نشاط الترفيه في الطبيعة الأكثر تفضيلاً للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد في الأسرة. وقد تم توزيع مجموعة من الاستبيانات على مجموعة مركزة تسمى "التوحد ماليزيا". أظهرت هذه الدراسة أن الترفيه في الطبيعة يمكن أن يفيد الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد (الذين تتراوح أعمارهم بين 0 و12 عامًا) وهو مهم لنمو الأطفال (الاجتماعي والفكري والعاطفي والجسدي أيضًا). لدى الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد تغييرات إيجابية من حيث مكونات التواصل والتواصل الاجتماعي. ومع ذلك، بالنسبة للسلوك الجسدي، فقد أظهرت نتائج معاكسة المزيد من مخاطر وعلامات اضطراب طيف التوحد بعد المشاركة في الترفيه في الطبيعة. قد تختلف النتيجة لكل طفل حسب العوامل وقد لا يساعد الترفيه في الطبيعة في علاج أطفال اضطراب طيف التوحد تمامًا. ومع ذلك، قد تساعد هذه الدراسة الأسرة والقائمين على رعاية الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد على استخدام الترفيه في الطبيعة كتدخل مبكر لنموهم وتطورهم.(Ahmad و Ramzi، 2021)

**2.5. الدراسة الثانية (2022)**:دراسة الباحثين: **حمسي بلال والصافي الشيخ** بعنوان: **دور ممارسة السباحة الترويحية في تحقيق التوافق النفسي لدى الأطفال في مرحلة الطفولة (06–12)**. وقد هدفت هذه الدراسة إلى إبراز أهمية ممارسة نشاط السباحة الترويحية على مستوى التوافق النفسي لدى الأطفال (06–12 سنة)، ولأجل هذا تم إتباع المنهج الوصفي لملاءمته وطبيعة هذه الدراسة وخصوصياتها، وقد استهدفت هذه الأخيرة عينة بلغ تعدادها 20 طفلا في مرحلة الطفولة المتأخرة ينشطون في جمعية الأنصار بمدينة سطيف، تم اختيارهم بطريقة قصدية ويمثلون مجتمع البحث تمثيلا صادقا، وقد تم استعمال الاستبيان كأداة لجمع البيانات والذي يحتوي على محورين: التوافق

الشخصي والتوافق الجسمي، يندرج ضمن المحور عبارات تكون الإجابة عليها بطريقة مغلقة، وقد خضع هذا الاستبيان لاختبارات الصدق الداخلي والخارجي، وتم التأكد من ملاءمته لخصوصيات العينة المطبق عليها، وخلصت نتائج الدراسة أن لممارسة السباحة الترويحية دور إيجابي على التوافق النفسي لدى الأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة.(حمسي و الصافي، 2022)

**3.5. الدراسة الثالثة (2022):** دراسة للباحثين: **شونسيك تكاغي وآخرون** بعنوان: **الخصائص الوظيفية الحركية في نقص الانتباه/اضطراب فرط النشاط واضطرابات طيف التوحد: مراجعة منهجية،** ترى هذه الدراسة أن تطور اضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط (ADHD) واضطرابات طيف التوحد (ASDs) له العديد من الاختلافات، التأثير على القدرات البدنية، تحديد القدرات البدنية المحددة للأشخاص الذين يعانون من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه/اضطرابات التوحد كمؤشرات حيوية للتشخيص، هذه الشروط ضرورية. لذلك، في المراجعة الحالية، فقد هدف البحث أولاً إلى استخراج الاختلاف في القدرات البدنية للأشخاص المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه أو اضطراب طيف التوحد مقارنة بأشخاص عاديين، كما هدف البحث إلى استخراج القدرة البدنية المحددة خصائص لتحديد المؤشرات الحيوية التشخيصية المحتملة لدى الأشخاص الذين يعانون من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه/اضطرابات التوحد، أما منهجيا فقد تم إجراء مراجعة منهجية للأدبيات، كما تم البحث في قواعد البيانات عن المقالات ذات الصلة بعجز الوظائف الحركية وخصائص اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه أو اضطراب طيف التوحد، تم تحديد واحد وأربعين دراسة مقطعية وثلاث تجارب عشوائية محكومة، تضم 33 دراسة عن اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، 10 دراسات اضطرابات طيف التوحد، ودراسة واحدة لكل من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه واضطراب طيف التوحد، تباينت جودة الدراسات ثلاثة أنواع من الأنشطة / التمارين البدنية كانت تم تحديدها، بما في ذلك الحركة المنسقة، ورياضات المقاومة، والرياضات الهوائية، أما الأشخاص الذين يعانون من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه/اضطرابات التوحد بشكل عام فقد أظهروا قدرات بدنية ضعيفة في جميع أنواع الأنشطة، وهذا بسبب انخفاض مستويات النشاط البدني. على وجه التحديد، وجدت الدراسة أن الاختلال الزمني للحركة في اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه وتكامل أو تزامن الحركات المنفصلة في اضطرابات طيف التوحد.(Shunsuke، وآخرون، 2022، الصفحات 1679-1695)

**4.5. الدراسة الرابعة (2023):** دراسة للباحثين: **حمدي محمد مرسي، علي صالح عبد المحسن، دعاء صابر حامد عبد الكريم** بعنوان: **فعالية برنامج تدريبي قائم على اللعب في تنمية التواصل غير اللفظي لدى أطفال التوحد.** هدف هذا البحث إلى التعرف على فعالية برنامج قائم على اللعب لتنمية التواصل غير اللفظي لدى الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، وقد تم استخدام المنهج شبه التجريبي(مجموعة واحدة بإجراء قياس قبلي وبعدي على أفرادها) لتحقيق أهداف البحث، والحصول على عينة بلغت (05) أطفال من ذوي اضطراب طيف التوحد لديهم قصور في مهارات التواصل غير الفظي، وكانت أدوات البحث مقياس مهارات التواصل غير اللفظي، وبناء برنامج قائم على اللعب، وانتهت النتائج إلى وجود خروق ذات دلالة إحصائيا بين القياس القبلي والبعدي لأفراد العينة لأبعاد مقياس مهارات التواصل غير اللفظي، وأوصى البحث ببعض التوصيات والمقترحات البحثية.(محمد مرسي، صلاح عبد المحسن، و صابر حامد عبد الكريم، 2023).

## 6. منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

**1.6. الدراسة الاستطلاعية:** هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث متقبل ولا تتوفر عنها بيانات هي أو معلومات أخرى، أو حتى يجهل الباحث كثيرا من أبعادها وجوانبها.(بوحوش و الذنيبات، 1989، صفحة 50)

ولقد ساعدتنا الدراسة الاستطلاعية في صياغة مشكلة البحث بدقة، بالإضافة لتحديد المفاهيم الأساسية وتطور الفرضيات للدراسة الميدانية، هذا ما وفر لنا أساسًا معرفيًا لإجراء بحث متعمق، ولقد قمنا أيضا بالدراسة الاستطلاعية بهدف أن التأكد من تماشي الخلفية النظرية مع ما هو موجود في أرض الواقع بالإضافة إلى التأكد من قرب أدوات البحث من الدقة والوضوح.

**2.6. المنهج المستخدم:** يمثل المنهج في البحث العلمي مجموعة من القواعد والأمثلة التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى الحقيقة حيث يعتبر من أرقى الطرق في الحصول على المعرفة، وهذا المنهج قوامه الاستقراء الذي يتضمن الملاحظة العلمية وفرض الفروض والتحقق من صحتها وإجراء التجارب واستخدام أساليب القياس الدقيقة والتحليل الإحصائي للبيانات.(محمود عبد الحفيظ و حسين باهي، 2000، صفحة 24)

وبما أن طبيعة الدراسة تعتمد على وصف ظاهرة محددة وجمع بيانات ومعلومات عنها وتحليل النتائج للوصول إلى الحقائق، فقد اعتمدنا إتباع **المنهج الوصفي** الذي يعتبر من أكثر المناهج العلمية استعمالا في ميدان البحوث التربوية والنفسية والرياضية.

### 3.6. مجتمع وعينة البحث:

**أ. المجتمع الأصلي للدراسة:** هو جميع العناصر ذات العلاقة بمشكلة الدراسة التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها نتائج دراسته، لذا فإن الباحث يسعى إلى اشتراك جميع أفراد المجتمع، لكن الصعوبة تكمن في أن عدد أفراد المجتمع قد يكون كبيرا، بحيث لا يستطيع الباحث إشراكهم جميعا.(عبد مطشر اللامي، 2020، صفحة 01)

ولقد تم تحديد المجتمع الأصلي للدراسة بواسطة جرد مختلف المؤسسات والمنظمات والجمعيات التي تعمل بالمراكز والمؤسسات التربوية المتخصصة للأطفال المعوقين التابعة لقطاع التضامن في محيط ولاية الجزائر العاصمة، حيث تمثل بحثنا في دراسة انعكاس ممارسة السباحة الترويحية على مرضى التوحد وطيف التوحد بالمراكز المتواجدة بالجزائر العاصمة والمقدر عددها: 16 مثلما يوضحها جدول مجتمع البحث الأصلي.

الجدول رقم (01): بين مجتمع البحث الأصلي.

| الجهة الشرقية للجزائر العاصمة | الجهة الوسطى للجزائر العاصمة | الجهة الغربية للجزائر العاصمة |
|---|---|---|
| جمعية التعاون الشعبي لمصلحة المعوقين ذهنيا، بوروبة | جمعية التعاون الشعبي لمصلحة المعوقين ذهنيا، حسين داي | جمعية أمال الأطفال، بوزريعة |
| الجمعية الثقافية لمسرح الغد، براقي | الجمعية الوطنية لاضطراب التوحد، الجزائر الوسطى | جمعية النور للتوحد، عين البنيان |
| جمعية المنى للترقية ونشر العلم، جسر قسنطينة | جمعية دعم ذوي اضطراب التوحد، الأبيار | جمعية المستقبل للتوحد والأمراض النادرة، عين البنيان |
| / | جمعية "الأمل" الرياضي للمعاقين، بولوغين | جمعية النور للتوحد لولاية الجزائر، عين البنيان |

| | | |
|---|---|---|
| / | جمعية ''زهرة بلادي''، باب الوادي | الجمعية الثقافية لترقية الموسيقية والفنون الكوريغرافية، الشراقة |
| / | الجمعية الثقافية ''نجوم الشباب''، الجزائر الوسطى | جمعية جسور المستقبل، بئر توتة |
| / | / | جمعية الأمل الرياضية للفروسية، بن عكنون |

**ب. تحديد عينة الدراسة:** تعتبر العينة على أنها مجموعة من الأفراد يبني الباحث عمله عليها وهي مأخوذة من المجتمع الأصلي وتكون ممثلة له تمثيلا صادقا، وبعد تحديد المجتمع الأصلي للبحث تم تحديد اختيار العينة التي تعتبر أساس عمل الباحث في الدراسات التي تتبع المنهج الوصفي.

وبما أنه من الصعب الاتصال بعدد كبير من المعنيين بالدراسة لكي نطرح عليهم الأسئلة والحصول منهم على أجوبة، فإنه لا مفر من اللجوء إلى أسلوب أخذ العينات التي تمثل المجتمع الأصلي حتى تستطيع أن نأخذ صورة مصغرة عن التفكير العام، فالاختيار الجيد للعينة يجعل النتائج قابلة للتعميم على المجتمع الأصلي الذي اشتقت منه.(محمود عبد الحفيظ و حسين باهي، 2000، صفحة 35)

وهذا ما جعلنا نعتمد على العينة العشوائية البسيطة والتي يتم فيها الاختيار على أساس إعطاء فرص الكل فرد من أفراد المجتمع الأصلي، وتم ذلك بتوزيع الاستمارات عشوائيا على: مجموعة معتبرة من المستجوبين والمتمثلين أساسا في أولياء وأقارب الأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد الذين يمارسون السباحة والمسجلين والمنخرطين في مختلفالجمعيات والمنظمات العاملة في هذه المراكز وبعد استرجاع الاستمارات وتفريغها تم قبول **37 استمارة**.

### 4.6. متغيرات البحث:

**أ. المتغير المستقل:** هو العلاقة بين السبب والنتيجة أي العامل المستعمل، نريد من خلاله قياس النتائج ... إلخ، ويمثل المتغير المستقل في بحثنا هذا في: **ممارسة السباحة الترويحية**.

**ب. المتغير التابع:** هو الذي أوضح الناتج أو الجواب لأنه يحدد الظاهرة التي نحن بصدد محاولة شرحها وهي تلك العوامل أو الظواهر التي يسعى الباحث إلى قياسها وهي تتأثر بالمتغير المستقل، ويمثل المتغير المستقل في بحثنا هذا في: **مرضى التوحد وطيف التوحد**.

**5.6. أدوات الدراسة:** تعني كلمة الأداة هي الوسيلة التي تستخدم الجمع بيانات الدراسة ويرتبط هذا المفهوم بالانشغالات التي طرحناها في هذا البحث، فاستعملنا الطرق التالية:

**أ. التحليل النظري:** من خلال الخوض في غمار موضوع هذه الدراسة والمتمثلة في انعكاس ممارسة السباحة الترويحية على مرضى التوحد وطيف التوحد، اعتمدنا على العديد من المراجع سواء العربية أو الأجنبية من كتب ورسائل ومجلات وموسوعات ومذكرات بحيث كانت لها تقاطعات فكرية مع موضوع بحثنا، وكان ذلك بعد تقصي وتحليل المعلومات والأفكار لنأخذ ما رأيناه مفيدا بالاعتماد على الأمانة العلمية في مختلف المراحل البحثية.

**ب. أداة الاستبيان:** لقد تم اعتمادنا لأداة الاستمارة الاستبيانية بهدف جمع عدد من الآراء والأفكار حول موضوع الدراسة وذلك للإجابة على التساؤلات المطروحة والتحقق من الفرضيات المطروحة، ويعتبر الاستبيان من بين الأدوات كثيرة الاستعمال في العلوم الإنسانية والاجتماعية والرياضية، فتقنية الاستمارة الاستبيانية كأداة لجمع البيانات في أبسط صورة، فهي عبارة عن مجموعة من الأسئلة معدة بطريقة محددة ترسل أو تسلم مباشرة إلى الأشخاص المختارين للإجابة على الأسئلة الواردة، وقد تراوح استمارة الاستبيان من مجموعة الأسئلة المغلقة، المفتوحة، نصف مفتوحة.(حسن علاوي، 1999، صفحة 103)

ولقد قسمنا هذا الاستبيان إلى خمسة محاور أساسية هي:

**المحور الأول:** انعكاس ممارسة السباحة الترويحية على المهارات الحركية لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، ويتضمن الأسئلة: (01-02-03-04-05).

**المحور الثاني:** مساهمة ممارسة السباحة الترويحية على حالة الدفع النفسي لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، ويتضمن الأسئلة: (06-07-08-09-10).

**المحور الثالث:** مساهمة السباحة الترويحية على التفاعلات الاجتماعية لدى أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، ويتضمن الأسئلة: (11-12-13-14-15).

**المحور الرابع:** رأي الأولياء حول تأثير ممارسة السباحة الترويحية على مختلف الجوانب النفسية والجسدية والاجتماعية لدى أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، ويتضمن الأسئلة: (16-17-18-19-20).

**المحور الخامس:** تحديات وصعوبات السباحة الترويحية لأطفال مرضى التوحد، ويتضمن الأسئلة: (21-22-23-24-25).

وقد تم تحديد شكل الأسئلة التي اعتمدنا عليها في هذه الدراسة على شكل الأسئلة المغلوقة التي تتطلب من المبحوث اختيار إجابة من الإجابات المقترحة، ولا يعطيه الحرية لإعطاء إجابة من عنده، مع الاعتماد على مقايس ليكرت الخماسي (موافق بدرجة عالية – موافق – محايد – غير موافق – غير موافق بدرجة عالية)، إذ يعد مقياس ليكرت أحد أفضل أنواع المقاييس المستخدمة في استبيانات الرضا والتقييم واستطلاع الرأي سواء في البحوث العلمية أم في المؤسسات وهذا نظر لما يقدمه من تصنيفات للمجيبين.

### 6.6. الشروط العلمية للأداة:

**أ. صدق الاستبيان الظاهري:** يكون المقياس أو الاختبار صادقا ظاهرها إذا كان يقيم قدرة الموضوع، ويقصد بصدق المحتوى مدى توافر الجوانب السمة في أسئلة الاختبار، هذا النوع من الصدق يتطلب تحليلا منطقيا لفقرات ومواد الاختبار لتحديد نسبة كل منها للاختبار ككل.(بوحوش و الذنيبات، 1989، صفحة 50)

لذا قمنا بعرض محاور الاستبيان على مجموعة من الأساتذة المؤهلين وعددهم (03) مشهود لهم بالمستوى العلمي للحكم على مدى ملائمة الأسئلة مع موضوع الدراسة، وهم كالتالي:

- أ.د.الهادي عيسى، أستاذ التعليم العالي، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجلفة، الجزائر.
- أ.د.شريفي مسعود، أستاذ التعليم العالي، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر3، الجزائر.
- د.يونسي محمد، أستاذ محاضر "أ"، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة البويرة، الجزائر.

وفي ضوء ما وجهنا إليه من طرف الأساتذة قمنا بتعديل الاستمارة (بإضافة بعض الأسئلة، وحذف بعض منها، وتعديل البعض منها) إضافة إلى الاعتماد على المراجع والمصادر وبعض البحوث المشابهة بغرض التفكير والتحليل المنطقي من أجل استخدام العبارات اللازمة والمناسبة وكذا المحاور المناسبة وهذا كله من أجل إعداد الاستبيان في صورته النهائية والواضحة لتقديمها لعينة البحث.

**ب. الثبات:** تم القيام بحساب معامل ثبات الاستبيان باستخدام طريقه إعادة الاختبار (test-retest) على عينه قوامها 03 مبحوثين ثم أعيد تطبيق الاستبيان مرة ثانية على نفس العينة في نفس الظروف 15 يوم من تاريخ القياس الأول، وكانت معاملات الثبات لأبعاد المحاور الخمسة تتراوح بين 0.64 إلى 0.85.

**7.6. المعالجات الإحصائية المستعملة:** تستعمل الطرق الإحصائية كإحدى أدوات البحث الأساسية والفعالة في الدراسة وذلك للتأكد على صحة النتائج التي توصلت إليها البحوث الميدانية من خلال الاختبارات أو الاستبيانات، ولقد استعملنا في موضوع بحثنا طريقة التحليل الكمي (الإحصائي) التي تتولى الحصول على مؤشرات كمية والمتمثلة في:

**أ. النسب المئوية:** قانون النسب المئوية لتحليل وتشخيص نتائج المبحوثين على الأسئلة المطروحة ضمن الاستمارة.

**ب. اختبار كاف التربيع:** يسمح لنا هذا الاختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج الموجه للمبحوثين وذلك للمقارنة بين التكرارات الحقيقية المشاهدة والتكرارات المتوقعة.

**8.6. مجالات البحث:**

**أ. المجال الزماني:** لقد شرعنا في إنجاز بحثنا في الفترة الممتدة من الفاتح من شهر نوفمبر 2024 إلى غاية نهاية شهر مارس 2025، موزعة حسب مختلف المراحل المنهجية السالفة الذكر.

**ب. المجال المكاني:** لقد تمت حيثيات هذه الدراسة على مستوى المراكز السابقة الذكر في عنصر عينة البحث.

**ج. المجال البشري:** شملت دراستنا عينة عشوائية بسيطة مكونة من أولياء وأقارب الأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد الذين يمارسون السباحة والمسجلين والمنخرطين في مختلفالمراكز والمؤسسات التربوية المتخصصة للأطفال المعوقين.

**7.عرض ومناقشة نتائج البحث:**

**1.7. عرض ومناقشة نتائج المحور الأول:** انعكاس ممارسة السباحة الترويحية على المهارات الحركية لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد:

**السؤال:** يتحكم الطفل بشكل أفضل في حركاته بعد ممارسة السباحة.

**الغرض من السؤال**: دراسة مدى تحكم الطفل بشكل أفضل في حركاته بعد ممارسة السباحة.

الجدول رقم (02): بين الجدول مدى تحكم الطفل بشكل أفضل في حركاته بعد ممارسة السباحة.

| الإجابة | التكرار | النسبة المئوية | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولة | مستوى الدلالة | درجة الحرية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| موافق بدرجة عالية | 28 | 75% | 79.89 | 9.49 | 0.05 | 4 | دالة |
| موافق | 09 | 25% | | | | | |
| محايد | 00 | 00% | | | | | |
| غير موافق | 00 | 00% | | | | | |
| غير موافق بدرجة عالية | 00 | 00% | | | | | |
| المجموع | 37 | 100% | | | | | |

**مناقشة نتائج الجدول**: من خلال الجدول الموضح أعلاه نلاحظ أن الإجابة على السؤال:يتحكم الطفل بشكل أفضل في حركاته بعد ممارسة السباحة بصيغة "موافق بدرجة كبيرة" احتلت المرتبة الأولى بما نسبته:75%، أما المرتبة الثانية فكانت بصيغة "موافق" بـ:25%، واحتلت الصيغ "محايد" و"غير موافق" و"غير موافق بدرجة عالية" المرتبة الثالثة والأخيرة بـ 00%، وهو ما برهنه التحليل الإحصائي لهذا الجدول، إذ كانت قيمة كا $^2$ **المحسوبة** مقدرة بـ: 79.89 أكبر من كا$^2$ المجدولة المقدرة بـ: 09.49 عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أن هناك دلالة إحصائية، ومنه نستخلص أن الطفل المريض بالتوحد وطيف التوحد يتحكم بشكل أفضل في حركاته بعد ممارسة السباحة.

**2.7. عرض ومناقشة نتائج المحور الثاني**: مساهمة ممارسة السباحة الترويحية على حالة الدفع النفسي لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد:

**السؤال**: يظهر الطفل تحسنًا في اللعب بعد ممارسة السباحة.

**الغرض من السؤال**:دراسة مدى تحسن الطفل في اللعب بعد ممارسة السباحة.

الجدول رقم (03): بين الجدول مدى تحسن الطفل في اللعب بعد ممارسة السباحة.

| الإجابة | التكرار | النسبة المئوية | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولة | مستوى الدلالة | درجة الحرية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| موافق بدرجة عالية | 21 | 56.75% | 53.13 | 9.49 | 0.05 | 4 | دالة |
| موافق | 15 | 40.55% | | | | | |
| محايد | 00 | 00% | | | | | |
| غير موافق | 01 | 02.70% | | | | | |
| غير موافق بدرجة | 00 | 00% | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| عالية | | | | | | | |
| المجموع | 37 | 100% | | | | | |

**مناقشة نتائج الجدول:** من خلال الجدول الموضح أعلاه نلاحظ أن الإجابة على السؤال: يظهر الطفل تحسنًا في اللعب بعد ممارسة السباحة بصيغة "موافق بدرجة كبيرة" احتلت المرتبة الأولى بما نسبته: 56.75%، أما المرتبة الثانية فكانت بصيغة "موافق" بـ: 40.55%، واحتلت المرتبة الثالثة صيغة "غير موافق" بـ: 02.70%،أما الصيغ "محايد" و"غير موافق بدرجة عالية" فقد احتلت المرتبة الرابعة والأخيرة بـ 00%، وهو ما برهنه التحليل الإحصائي لهذا الجدول، إذ كانت قيمة كا $^2$ **المحسوبة** مقدرة بـ: 53.13 أكبر من كا $^2$المجدولة المقدرة بـ: 09.49 عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أن هناك دلالة إحصائية، ومنه نستخلص أن الطفل المريض بالتوحد وطيف التوحد يظهر الطفل تحسنًا في اللعب بعد ممارسة السباحة.

**3.7. عرض ومناقشة نتائج المحور الثالث:** مساهمة السباحة الترويحية على التفاعلات الاجتماعية لدى أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد:

**السؤال:** تسهل ممارسة السباحة الاتصال البصري لدى الطفل.

**الغرض من السؤال:** دراسة مدى سهولة الاتصال البصري لدى الطفل بعد ممارسته للسباحة.

الجدول رقم (04): بين الجدول مدى سهولة الاتصال البصري لدى الطفل بعد ممارسته للسباحة.

| الإجابة | التكرار | النسبة المئوية | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولة | مستوى الدلالة | درجة الحرية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| موافق بدرجة عالية | 31 | 83.78% | 96.38 | 9.49 | 0.05 | 4 | دالة |
| موافق | 5 | 13.52% | | | | | |
| محايد | 01 | 02.70% | | | | | |
| غير موافق | 00 | 00% | | | | | |
| غير موافق بدرجة عالية | 00 | 00% | | | | | |
| المجموع | 37 | 100% | | | | | |

**مناقشة نتائج الجدول:** من خلال الجدول الموضح أعلاه نلاحظ أن الإجابة على السؤال: تسهل ممارسة السباحة الاتصال البصري لدى الطفل بصيغة "موافق بدرجة كبيرة" احتلت المرتبة الأولى بما نسبته: 83.78%، أما المرتبة الثانية فكانت بصيغة "موافق" بـ: 13.52%، واحتلت المرتبة الثالثة صيغة "محايد" بـ: 02.70%، أما الصيغ "غير موافق" و"غير موافق بدرجة عالية" فقد احتلت المرتبة الرابعة والأخيرة بـ 00%، وهو ما برهنه التحليل الإحصائي لهذا الجدول، إذ كانت قيمة كا $^2$ **المحسوبة** مقدرة بـ: 96.38 أكبر من كا$^2$ المجدولة المقدرة بـ: 09.49 عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أن هناك دلالة إحصائية، ومنه نستخلص أنللطفل المريض بالتوحد وطيف التوحد الممارس للسباحةسهولة في الاتصال البصري.

**4.7. عرض ومناقشة نتائج المحور الرابع:** تأثير ممارسة السباحة الترويحية على مختلف الجوانب النفسية والجسدية والاجتماعية لدى أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد:

**السؤال:** تخفف ممارسة السباحة من السلوكيات الانعزالية لدى الطفل.

**الغرض من السؤال:** دراسة مدى تخفيف ممارسة السباحة من السلوكيات الانعزالية لدى الطفل.

الجدول رقم (05): بين الجدول مدى تخفيف ممارسة السباحة من السلوكيات الانعزالية لدى الطفل.

| الإجابة | التكرار | النسبة المئوية | كا$^2$ المحسوبة | كا$^2$ الجدولة | مستوى الدلالة | درجة الحرية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| موافق بدرجة عالية | 25 | 67.57% | 61.24 | 9.49 | 0.05 | 4 | دالة |
| موافق | 10 | 27.03% | | | | | |
| محايد | 01 | 02.70% | | | | | |
| غير موافق | 01 | 02.70% | | | | | |
| غير موافق بدرجة عالية | 00 | 00% | | | | | |
| المجموع | 37 | 100% | | | | | |

**مناقشة نتائج الجدول:** من خلال الجدول الموضح أعلاه نلاحظ أن الإجابة على السؤال: تخفف ممارسة السباحة من السلوكيات الانعزالية لدى الطفل بصيغة "موافق بدرجة كبيرة" احتلت المرتبة الأولى بما نسبته: 67.57%، أما المرتبة الثانية فكانت بصيغة "موافق" بـ: 27.03%، واحتلت المرتبة الثالثة كل من الصيغتين "محايد" و"غير موافق" بـ: 02.70%، أما الصيغة "غير موافق" فقد احتلت المرتبة الخامسة والأخيرة بـ 00%، وهو ما برهنه التحليل الإحصائي لهذا الجدول، إذ كانت قيمة كا$^2$ **المحسوبة** مقدرة بـ: 61.24 أكبر من كا$^2$المجدولة المقدرة بـ: 09.49 عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أن هناك دلالة إحصائية،ومنه نستخلص أن ممارسة السباحة تخفف من السلوكيات الانعزالية للطفل المريض بالتوحد وطيف التوحد.

**5.7. عرض ومناقشة نتائج المحور الخامس:** تحديات وصعوبات السباحة الترويحية لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد:

**السؤال:** ما هي التحديات التي تواجهكم في حضور حصص السباحة الترويحية لأطفالكم؟

**الغرض من السؤال:** دراسة التحديات المواجهة في حضور حصص السباحة الترويحية لمرضى التوحد وطيف التوحد.

الجدول رقم (06): بين الجدول التحديات المواجهة في حضور حصص السباحة الترويحية لمرضى التوحد وطيف التوحد.

| الإجابة | التكرار | النسبة المئوية |
|---|---|---|
| عدم اختصاص طاقم المدربين | 02 | 05.40% |
| عدم توفر مسابح مهيأة لمرضى التوحد | 28 | 75.67% |
| ارتفاع تكلفة برامج السباحة | 23 | 62.16% |
| عدم قبول الطفل للأنشطة المائية | 17 | 45.95% |

| | | |
|---|---|---|
| أخرى | 02 | 05.40% |
| المجموع | 37/72 | 194.58% |

**مناقشة نتائج الجدول:** من خلال الجدول الموضح أعلاه نلاحظ أن الإجابة على السؤال: ما هي التحديات التي تواجهكم في حضور حصص السباحة الترويحية لأطفالكم؟بصيغة "عدم توفر مسابح مهيأة لمرضى التوحد" احتلت المرتبة الأولى بما نسبته: 75.67%، أما المرتبة الثانية فكانت بصيغة "ارتفاع تكلفة برامج السباحة" بـ: 62.16%، أما الصيغة "عدم قبول الطفل للأنشطة المائية" فقد احتلت المرتبة الثالثة بـ 45.95%، واحتلت المرتبة الرابعة والأخيرة كل من الصيغتين "عدم اختصاص طاقم المدربين" و"أخرى" بـ: 05.40% (الأخرى تمثلت في بعد المرافق الرياضية عن السكن وبرمجت الرزنامة خلال أوقات يصعب المجيء فيها)، ومنه نستخلص أن أولياء وأهل الأطفال المرضى بالتوحد وطيف التوحد يعيشون الكثير من الصعاب وتواجههم تحديات جمة في حضور حصص السباحة الترويحية لأطفالكم من أهمها عدم توفر مسابح مهيأة لمرضى التوحد، وارتفاع تكلفة برامج السباحة، بالإضافة لعدم قبول الطفل للأنشطة المائية.

## 8. تفسير وتحليل نتائج البحث في ضل فرضياته الجزئية:

من خلال ما قمنا به في بحثنا هذا وما تحصلنا عليه من نتائج ميدانية، تم التوصل إلى جملة من الاستنتاجات أهمها:

**1.8. المحور الأول:** المتعلق بانعكاس ممارسة السباحة الترويحية على المهارات الحركية لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، توصلنا إلى أن السباحة تساعد كثيرا في تسهيل حركات الأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، إذ أن الطفل المريض بالتوحد وطيف التوحد يتحكم بشكل أفضل في حركاته بعد ممارسة السباحة، فممارسته للسباحة الترويحية تساعده في الحفاظ على لياقته البدنية، وهذا ما يمكن أن تمنع حدوث الإصابات والتشنجات السباحة أو ضعف التوازن.

إذ أن السباحة لا تساعد في الاستجابة إلى التعليمات وتطبيقها فحسب، بل إنها تساعد أيضًا في تطوير المهارات الحركية الدقيقة للأطفال، وبسبب الاستخدام المستمر للمهارات الحركية الدقيقة أثناء ممارسة السباحة لمرضى التوحد وطيف التوحد، يتم تحفيز عقول هؤلاء الأطفال باستمرار، وبحلول نهاية حصة السباحة غالبًا ما يشعر الأطفال بالسلام لأنهم حصلوا على تحفيز عقلي وجسدي كاف.(https://www.autismparentingmagazine.com/benefits-swimming-autistic-children، 2025)

وعليه ومن خلال كل ذلك تم قبول الفرضية الجزئية الأولى التي مفادها: تنعكس ممارسة السباحة الترويحية إلى تحسين المهارات الحركية والتناسق الحركي لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد.

**2.8. المحور الثاني:** المتعلق بمساهمة ممارسة السباحة الترويحية على حالة الدفع النفسي لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، توصلنا إلى أن الطفل المريض بالتوحد وطيف التوحد يظهر تحسنًا في اللعب بعد ممارسة السباحة، إذ أصبح من الممكن أن يتمكن هذا الطفل من التكيف مع البيئات الجديدة بالرغم من وجود بعض القلق لديه، فبعد تقدم هؤلاء الأطفال في تمهن وتعلم الحركات وكيفية التنفس وغيرها سيساعد ذلك على التركيز والمساهمة في دفع نفسي له.

من الفوائد الأولى الملحوظة للسباحة قدرتها على تهدئة العقل، فبعد ذهاب الطفل إلى السباحة وهو يشعر بالتوتر والقلق سيخرج من المسبح بأقل شعور بالقلق، فالتنفس في الحياة العادية يمكن القيام به متى شئنا ولن نضطر أبدًا إلى التفكير في الأمر، أما في حوض

السباحة وعندما نسبح نكون مضطرين إلى التفكير في نمط التنفس باستمرار، وهي أحد أهم الأشياء التي سيتعلمها أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد في بداياتهم الأولى في السباحة وبطبيعة الحال ستعطي حالة من دفع نفسي قوي له.(https://www.autismparentingmagazine.com/benefits-swimming-autistic-children، 2025)

وعليه ومن خلال كل ذلك تم قبول الفرضية الجزئية الثانية التي مفادها: تساهم ممارسة السباحة الترويحية في تحسين الحالة النفسية (تخفيف القلق والتوتر) لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد.

**3.8. المحور الثالث**: المتعلق بمساهمة السباحة الترويحية على التفاعلات الاجتماعية لدى أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، توصلنا إلى أن ممارسة السباحة تسهل الاتصال البصري لدى طفل التوحد وطفل التوحد، إذ يصبح هذا الطفل يشارك في اللعب والتفاعل معه أثناء جلسات السباحة، بالإضافة إلى تسببها في ابتعاد الطفل عن الأضرار، وتخفف من السلوكيات الانعزالية وتعزز التواصل الاجتماعي.

وقد أثبتت العديد من الدراسات الطبية والبحوث العلمية أن ممارسة التمارين الرياضية والأنشطة البدنية خاصة السباحة، تعود بالكثير من الفوائد والحلول العلاجية على الأطفال الذين يعانون طيف التوحد، فهي إلى جانب كونها تعتبر حافزاً مهماً لرفع كفاءة الجسم، واستنهاض طاقته وتنشيط دورته الدموية، فهي تقدم للطفل جرعة ترفيهية من الاستمتاع والمرح، بالإضافة إلى تشجيعه أكثر على الاختلاط والتواصل الاجتماعي مع عالمه المحيط. وتتصدر رياضة السباحة قائمة أهم الرياضات التي يحتاجها أطفال التوحد، فالعلاج بالماء يتضمن العديد من الخواص الفيزيائية التي تعالج الاضطرابات المختلفة.

(https://www.aletihad.ae/article/22834/2015/، 2015)

وعليه ومن خلال كل ذلك تم قبول الفرضية الجزئية الثالثة التي مفادها: تساهم السباحة الترويحية في تعزيز مهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي لدى أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد.

**4.8. المحور الرابع**: المتعلق بتأثير ممارسة السباحة الترويحية على مختلف الجوانب النفسية والجسدية والاجتماعية لدى أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، توصلنا إلى أن ممارسة السباحة تخفف من السلوكيات الانعزالية لدى الطفل، بالإضافة إلى أنها تساعد هؤلاء الأطفال في التقليل من عزلتهم كما تساعدهم في الاختلاط مع أقرانهم مما يزيده قدرة في التكيف و بالتالي الابتعاد على الانطوائية، زد إلى ذلك فإن ممارستها تقلل نوبات الغضب وتمتص انفعالاتهم وتوجيهها بشكل صحيح.

ويرى كل من الصافي الشيخ وحسي بلال أن للسباحة دور فعال في تحسين التوافق الشخصي للأطفال المتوحدين في مرحلة الطفولة المتوسطة، بحيث تستهدف هذه الأخير عدة جوانب في الشخصية وتنميها كتعزيز الثقة بالنفس وتقدير الذات والشعور بالوجود الحر والكامل.(حمسي و الصافي، 2022)

وعليه ومن خلال كل ذلك تم قبول الفرضية الجزئية الرابعة التي مفادها: يرى الأولياء أن لممارسة السباحة الترويحية تأثيرًا إيجابيًا على مختلف الجوانب النفسية والجسدية والاجتماعية لدى أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد.

**5.8. المحور الخامس:** المتعلق بتحديات وصعوبات السباحة الترويحية لأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، توصلنا إلى أن: تواجه الأولياء العديد من التحديات والصعوبات في حضور حصص السباحة الترويحية لأطفالهم من أهمها: عدم اختصاص طاقم المدربين وغياب البرامج الفعلية المعتمدة لمرضى التوحد وطيف التوحد، وعدم توفر مسابح مهيأة لمرضى التوحد ارتفاع تكلفة برامج السباحة، عدم قبول الطفل للأنشطة المائية.

وذكر (زاندر، 2004) أن هناك بعض من العوامل التي قد تصعب من التحديات لدى أهل هذه الفئة من الأطفال والأولياء خاصة مع عدم وضوح التشخيص وشدة اضطراب طيف التوحد، كالانخفاض الشديد في نسبة الذكاء، وصعوبة تقبل المجتمع للطفل، واختلاف طريقة التعبير والتواصل، وظهور السلوكيات غير المرغوبة.(Bashir، Bashir، Lone، و ahmad، 2014)

وعليه ومن خلال كل ذلك تم قبول الفرضية الجزئية الخامسة التي مفادها: توجد تحديات تعيق تطبيق برامج السباحة الترويحية، مثل نقص الإطارات المؤهلة وقلة المرافق المهيأة لأطفال مرضى التوحد.

## 9. الاستنتاج العام:

الترويح الرياضي عبارة عن أنشطة تهدف أساسا للمشاركة الاجتماعية وتحسين اللياقة البدنية والتسلية، إذ يعد هذا النوع من الرياضات على أنها ترفيهية لأنها تتطلب جهد بدني وعقلي أقل من رياضات الأخرى، وممكن ممارسة الرياضات التنافسية المشهورة على أنها ترويح رياضي لكن من المتوقع أن الأداء والالتزام بالرياضة من ناحية المجال الترفيهي والتسلية.( "Recreational Sports encyclopedia, Retrieved، 2022)

وقد أكد المختصون في البرامج البيداغوجية والتربوية أن ممارسة الرياضة عمومًا والسباحة على وجه الخصوص تعتبر من المحفزات المهمة للرفع من كفاءة الجسم وتنشيط دورته الدموية، إذ أنها تقدم للطفل جرعات ترفيهية بالإضافة إلى تشجيعه أكثر على الاختلاط والتواصل الاجتماعي مع محيطه الخارجي.

إن ممارسة الشخص لهواية ترويحية يعد شيئا هاما يؤثر في تكوين شخصيته المتكاملة، وتعتبر السباحة الترويحية أحد هذه الأنشطة الترويحية حيث يمكن ممارستها لجميع الأعمار والأجناس، إذ لا يلتزم فيها الفرد إتباع قواعد خاصة وطريقة معينة للسباحة وإنما يترك للفرد حرية اختيار الوقت والطريقة.

تعتبر رياضة السباحة من الرياضات الأولى التي يحتاجها الأطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، فالعلاج بالماء يتضمن الكثير من الخواص، إذ أن كثافة الماء تساعد على دعم الجسم فليس على الطفل أن يحمل الكثير من الوزن، والتحرك بحرية وسهولة أكبر، كما أن له تأثيرا كبيرا على تطوير المهارات البدنية والذهنية لدى الطفل.

بالنسبة للأطفال المصابين بالتوحد، يمكن لمهارات التعلم في رياضة السباحة أن تمثل مجموعة مهمة من التحديات، فاستفادة الأطفال مرضى التوحد من ممارسة السباحة الترويحية شيء هام، إذ يعد الوسط المائي من المجالات المثالية لإكساب مرضى التوحد وطيف التوحد الكثير من المهارات باعتباره أيضا مكانا آمنا.

وبعد تأكد تحقق الفرضيات الجزئية الخمسة، تحققت الفرضية العامة التي مفادها: للسباحة الترويحية انعكاسات إيجابية على أطفال مرضى التوحد وطيف التوحد، حيث تساهم في تحسين مهاراتهم الحركية، وتعزيز حالتهم النفسية، وتطوير قدراتهم على التفاعل الاجتماعي.

**الاقتراحات والفرضيات المستقبلية:**

– توعية أولياء أطفال التوحد وطيف التوحد من خلال برمجة حملات تحسيسية وتوعوية للتعريف بأهمية ممارسة النشاطات الرياضية عامة والسباحة خاصة في تحسين مختلف النواحي لدى أبنائهم.

– تشجيع أولياء أطفال التوحد وطيف التوحد على انخراط أبنائهم لممارسة السباحة الترويحية.

– ضرورة إعداد وتكوين مربيين ومدربين في المجال النفس حركي الخاص باضطراب التوحد.

– التفكير في تشييد وبناء مراكز طبية علاجية متخصصة لحالات مرضى التوحد.

**المراجع:**

1. *(https://autisme.sante.gov.dz/autisme-en-algerie/etat-des-lieux-sur-lautisme-en-algerie/24/02/2025.* .(2025 ,02 24)

2. Aadil Bashir ،Unjum Bashir ،Afifa Lone و ،Zahoor ahmad) .January-March, 2014 .(Challenges Faced by families of Autistic Children .*International Journal of Interdisciplinary Research and Innovations* ، .64-68 ،(01)*02*

3. Che Bon Ahmad و ،Raihana Ramzi .(2021) .Recreational Participation of Children with Autism Spectrum Disorder (ASD) .*Built Environment Journal*.97-87 ،(01)*18* ،

4. *https://autisme.sante.gov.dz/autisme-en-algerie/etat-des-lieux-sur-lautisme-en-algerie* .(2025 ,02 24) . تم الاسترداد منhttps://autisme.sante.gov.dz./

5. *https://autisme.sante.gov.dz/autisme-en-algerie/etat-des-lieux-sur-lautisme-en-algerie* ,02 25) ./ تم الاسترداد من .(2025https://autisme.sante.gov.dz./

6. *https://www.aletihad.ae/article/22834/2015* تم الاسترداد من .(2015 ,03 03) ./https://www.aletihad.ae.

7. *https://www.autismparentingmagazine.com/benefits-swimming-autistic-children* تم .(2025 ,01 05) . الاسترداد منhttps://www.autismparentingmagazine.com./

8. *Recreational Sports", encyclopedia, Retrieved.*(2022 ,02 07) .

9. Takagi Shunsuke ،Hori Hikaru ،Yamaguchi Tatsuya ،Ochi Shinichiro ،Nishida Masaki ،Maruo Takashi و ،TakahashiHidehiko .(2022) .Motor Functional Characteristics in Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder and Autism Spectrum Disorders: A Systematic Review .*journal Neuropsychiatric Disease and Treatment* .1695-1679 ،doi:10.2147/NDT.S369845

10. إخلاص محمود عبد الحفيظ، و مصطفى حسين باهي. (2000). *طرق البحث العلمي والتحليل في المجالات التربوية والنفسية والرياضية*. مصر، القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

11. أسامة راتب. (1998). *تعلم السباحة*. مصر: دار الفكر العربي ط3.

12. أسامة فاروق مصطفى، و السيد كامل الشربيني. (2014). *التوحد (الأسباب، التشخيص، العلاج)*. عمان، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع ط2.

13. بلال حمسي، و الشيخ الصافي. (2022). دور ممارسة السباحة الترويحية في تحقيق التوافق النفسي لدى الاطفال في مرحلة الطفولة (06-12). *مجلة التربية البدنية والرياضية، 01*(00)، 34-44.

14. تهاني محمد عبد السلام. (2001). *الترويح والتربية الترويحية* . مصر، القاهرة: دار الفكر العربي، ط1.

15. حمدي محمد مرسي، علي صلاح عبد المحسن، و دعاء صابر حامد عبد الكريم. (2023). فعالية برنامج تدريبي قائم على اللعب في تنمية التواصل غير اللفظي لدى أطفال التوحد. *مجلة دراسات في مجال الإرشاد النفسي والتربوي، 06*(02)، 88-130.

16. دريد مجيد حميد الحمداني. (2016). *الأسس والمفاهيم العلمية الحديثة في تعليم وتدريب السباحة*. أربيل، العراق: دار الكتب والوثائق بغداد ط01.

17. رفيق السدراني. (2023). *إضطراب طيف التوحد*. السعودية: مركز التميز للتوحد.

18. سميره عرابي. (2016). *السباحة..تعليم..تدريب..تنظيم*. الأردن: دار أمجد للنشر والتوزيع.

19. عمار بوحوش، و محمد محمود الذنيبات. (1989). *مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية..

20. محمد حسن علاوي. (1999). *البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي*. مصر، القاهرة: دار الفكر العربي.

21. محمد عبد مطشر اللامي. (2020). *محاضرات المنهج التجريبي*. العراق: مطبوعة منشورة، جامعة المستنصرية.

22. منظمة الصحة العالمية. (2020). *إضطرابات طيف التوحد*. المكتب الإقليمي لشرق الأوسط.