العـــــدد (٣٣)، الجـــزء الاول، مـايـــو ٢٠٢٥، ص ص ١ - ٣٥

تصـورات المعلمات حـول مفهـوم الأنشطة البدنية المُعدَّلـة واستخـدامهـا مع الأفـراد ذوي اضطـــراب طيـف التـوحـــد

إعـــداد

إشـــراق فهـــد بن رشيـــد العتيبـــي
ماجستير التربية الخاصة - جامعة جدة

د/ ولاء عبـــد اللـــه محمـــد خريـــص
أستاذ التربية الخاصة المساعد
بقسم التربية الخاصة- جامعة جدة

تصـورات المعلمـات حـول مفهـوم الأنشطـة البدنيـة المُعدلَّـة واستخدامهـا مـع الأفراد ذوي اضطـراب طيـف التوحـد

إشـراق العتيبـي(*) د/ولاء خـريـص(**)

ملخـــــص

هدفت الدراسـة الحالية إلى اسـتكشـاف تصـورات المعلمات حول مفهوم الأنشـطة البدنية المُعدَّلة واســتخدامها مع الأفراد ذوي اضــطراب طيف التوحد. ولتحقيق هذا الهدف؛ اعتمدت الباحثتان المنهج النوعي القائم على التصـميم التفسـيري الأسـاسـي. وجُمعت البيانات من خلال إجراء مقابلات شـبه منظمة مع (١٠) من معلمات الأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحد العاملات في مراكز الرعاية النهارية بمدينة مكة المكرمة. وتم تحليل البيانات يدويًّا باســتخدام اســتراتيجية التحليل الموضــوعي، ومن أبرز النتائج التي توصــل لها هذا البحث، وجود معرفة محدودة لدى معظم المعلمات حول مفهوم المصـطلح العلمي الذي يفسِّـر معنى الأنشـطة البدنية المُعدَّلة، بينما كانت خبرتهُنّ العملية جيدة، بالإضــافة إلى ذلك؛ لاحظن العديد من إيجابيات ممارســة الأنشــطة البدنية المُعدَّلة مع الأفراد ذوي اضــطراب طيف التوحد على عِدَّة جوانب، كالجانب النفســي، والعقلي، والاجتماعي، والجسدي. وتوصـي الدراسة بالحاجة إلى إجراء المزيد من الدراسات النوعية والمختلطة ذات الأهداف المشـابهة لأهداف الدراسـة الحالية مع عينة متنوعة تشـمل المعلمين من الجنســين وكذلك الأُســر. كما تؤكد على ضــرورة تنظيم دورات تدريبية للمعلمين بهدف توضــيح مفهوم الأنشــطة البدنية المُعدَّلة وأهميتها على الفرد ذو اضــطراب طيف التوحد، بالإضــافة إلى تزويدهم بالإرشادات اللازمة حول الطرق والخطوات الصحيحة لتنفيذها.

الكلمات المفتاحية: الأنشــطة البدنية المُعدَّلة، اضــطراب طيف التوحد، مراكز الرعاية النهارية، دراسة نوعية.

(*) ماجستير التربية الخاصة، جامعة جدة.

(**) أستاذ التربية الخاصة المساعد بقسم التربية الخاصة، جامعة جدة.

Teachers Perceptions on the Concept of Modified Physical Activities (MPA) & Their Use with Individuals with Autism Spectrum Disorder (ASD)

Ishraq Alotaibi & DR. Walaa Kherais

Abstract

The current study aims to explore female teachers' perceptions of the concept of adapted physical activities and their use with individuals with autism spectrum disorder (ASD). To achieve this goal, the researchers adopted a qualitative approach based on a basic interpretive design. Data were collected through semi-structured interviews with ten female teachers of individuals with ASD working in daycare centers in Makkah. The data were analyzed using a thematic analysis strategy. One of the key findings of this study was that most teachers had limited knowledge of the scientific term that explains the meaning of adapted physical activities. Additionally, they observed a positive impact on individuals with ASD as a result of implementing adapted physical activities, which was evident in several aspects, including psychological, cognitive, social, and physical well-being. The study recommends conducting more qualitative and mixed-method studies with similar objectives, involving a diverse sample of both male and female teachers as well as families. It also emphasizes the necessity of organizing training courses for teachers to clarify the concept and significance of adapted physical activities for individuals with ASD, in addition to providing them with the necessary guidelines on the correct methods and steps for implementation.

Key words: Modified Physical Activity, Autism Spectrum Disorder, Daycare Centers, Qualitative Study.

مقـدمـــة الدراســـة:

شـهدت المملكة العربية السـعودية تقدُّمًا قويًّا وملحوظًا في جميع المجالات، ولم يقتصـر ذلك على المجالات الثقافية والاقتصـــادية فقط، بل ظهر أيضًـــا في مدى رعايتهم وتقديمهم للخدمات المتنوّعة للأفراد ذوي الإعاقة في شتَّى جوانب الحياة الصحية، والاجتماعية، والتعليمية وحتَّى الرياضـية. حيث أمر الرئيس العام لرعاية الشـباب عام ١٩٩٧ صـاحب السـمو الملكي الأمير: فيصـــل بن فهد بن عبد العزيز (رحمه الله) بافتتاح (١٢) منشـــأة تدريبية للأفراد ذوي الإعاقة في مختلف محافظات ومناطق المملكة العربية السعودية، ثم تمَّ لاحقًا إنشاء ثلاثة مراكز أخرى؛ ليصـــل إجمالي عدد المراكز في المملكة العربية الســعودية إلى (١٥) مركزًا، وتمَّ مؤخَّرًا اعتماد اســم اللجنة البارالمبية الســعودية Paralympic Committee of Saudi Arabia (PCSA)؛ كي تصبح المسؤولة عن جميع الرياضات لفئات عديدة من الأفراد ذوي الإعاقة في جميع أنحاء المملكة العربية الســعودية (Paralympic Committee of Saudi Arabia [PCSA]., 2022)، ومن ثمار هذا الاهتمام فاز المنتخب الســعودي لذوي الإعاقة أربع مرات متتالية بكأس العالم لكرة القدم (الجهني وعبدالكريم، ٢٠٢٢).

كذلك ورد في دليل المعلم الشـــامل لبرامج التوحُّد التابع لوزارة التعليم (٢٠٢٠) أن التمارين البدنية تندرج ضـمْن الممارسـات المبنيَّة على البراهين، فقد أثبتت فعالية ممارسـتها مع الأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحُّد من عمْر (٣–٥) سـنواتٍ في مرحلة ما قَبل المدرسـة إلى المرحلة المتوسطة بعمْر (١٢–١٤) سنةً.. ومن زاويةٍ أخرى؛ يتضح أن من المهمّ تربويًّا وتعليميًّا وجود معلِّم خبير مؤهَّل لممارسـة الأنشـطة البدنية مع الأفراد ذوي الإعاقة، حيث إن وجوده لا يقل أهمية عن النشـاط البدني والرياضـة، فهو يُسـهم بشكلٍ كبيرٍ في جعْلها متاحة لهؤلاء الأفراد بأفضـل الإمكانات (Akpinar et al., 2020). ونتيجةً لذلك؛ نحن بحاجة إلى تسـليط الضـوء وتوجيه أنظار المعلِّمات لأهمية اســتخدام الأنشـــطة البدنية المُعدَّلة، والعمل عليها في البيئة التعليمية والتربوية؛ نظرًا لصـــعوبة هذه العملية للأفراد ذوي الإعاقة مقارنةً بعملية التعليم للأفراد العاديين، وذلك من أجل تسـهيل العملية التعليمية، ولمسـاعدة الأفراد ذوي الإعاقة بشـكلٍ عام، وذوي اضـطراب طيف التوحُّد على وجه التحديد، في تطوير قدراتهم المختلفة، وتحسـين أسـلوب

حياتهم اليومية. وذكر الجهني وعبد الكريم (٢٠٢٢) أن الأنشطة البدنية المُعدَّلة Modified Physical Activities (MPA) تُعدُّ إحدى الطرائق الحديثة في تطوير الفرد ذي الإعاقة، من حيث تنمية استعدادات وقدرات الفرد الذهنية والجسدية، وتحسين مستوى العضلات الضعيفة لديه، أيضًا تُنشِّط الفرد ذي الإعاقة، وتحسِّن حالته النفسية التي تمتاز غالبًا بعدم الشعور بالأمان والشعور بالإحباط، فتجلب له المتعة والسرور، وتُخفِّف من مستوى القلق والخوف لديه، كما تُسهم في دمْجه بالمجتمع بشكلٍ فعَّال. ونظرًا لكون المعلم عضوًا فعَّالًا وأساسيًّا في العملية التعليمية (حسن وآخرون، ٢٠٢١)، اهتمت الدراسة الحالية بالكشف عن تصورات المعلمات حول مفهوم الأنشطة البدنية المُعدَّلة واستخدامها مع الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد في البيئة التعليمية من وجهة نظرهُنّ.

مُشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

إن بعض الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد يواجهون عددًا من التحديات والمشكلات في المهارات السلوكية والاجتماعية والانفعالية التي تمثل عائقًا أمام قدراتهم على التعلُّم، وتؤثِّر كذلك على احتياجاتهم الأساسية (CDC, 2024)، ولمعالجة تلك المُعضِلة؛ تحدثت العديد من الأدبيات والدراسات السابقة عن أثر الأنشطة البدنية المُعدَّلة وأن لها دورًا إيجابيًّا كبيرًا وفعَّالًا في تطوير حياة الفرد ذي اضطراب طيف التوحد من جميع الجوانب النفسية، والجسدية، والاجتماعية (مراد، ٢٠٢٢؛ محمد، ٢٠٢٢؛ العمري، ٢٠١٧؛ Guest et al., 2017)، كما تُعدُّ الأنشطة البدنية إحدى الممارسات المبنية على الأدلة والبراهين (وزارة التعليم، ٢٠٢٠). وبناءً على ما سبق؛ تنبع مشكلة البحث الحالي من جانبين، أولهما: متمثل في خبرة الباحثتين الشخصية، فعندما استخدمن الباحثتان الأنشطة البدنية المُتمثلة في الجري والقفز على دوائر ملونة مُرتبة على الأرض وكرة السلة مع الطلبة ذوي اضطراب طيف التوحد لاحظن تحسُّنًا وتطوُّرًا في مستوى تركيزهم وأدائهم بشكلٍ عام أثناء الجلسات التعليمية، لذا؛ فإن استخدام إحدى الأنشطة البدنية والرياضية بين الجلسات قد يؤدي إلى تحسين سلوك الفرد بشكلٍ عام، كذلك لاحظت الباحثة ضعْفًا في ممارسة بعضٍ من المعلِّمات للأنشطة البدنية المُعدَّلة مع الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحُّد، واستبدال حصَّة النشاط البدني باللعب الحر.

أمَّا الجانب الثاني: فيتمثَّل في أن معظم الدراســات التي اطَّلعت عليها الباحثتان –على حدِّ علمهما– وتناولت موضـوع الأنشـطة البدنية المُعدَّلة مع الأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحد في البيئة التعليمية السـعودية؛ تراوحت منهجيَّتها بين المنهجين: الوصـفي والتجريبي (السـناني، ٢٠٢٢؛ سـجيني، ٢٠٢٣؛ فهد ويوسـف، ٢٠٢١؛ الحربي، ٢٠٢٤؛ الصـالحي، ٢٠١٩)، لذا؛ اتجهت الدراسـة الحالية لاسـتخدام المنهج النوعي؛ لأنه يُسـهم في معرفة أفكار وآراء المشـاركين بطريقة مباشرة، والتوصل إلى إجابات عميقة وموسَّعة للموضوع المستهدَف (الحازمي، ٢٠٢٣). بالإضـافة إلى وجود نُدرة في البرامج التدريبية للمعلمات المتعلقة بكيفية ممارسـة الأنشـطة البدنية وطرائق تعديلها حتى تتناسـب مع الأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحُّد، وظهر ذلك بَعد اطِّلاع الباحثتان على هذا الجانب. لذا؛ اهتمَّت الدراسـة الحالية بالتعمُّق في موضـوع الأنشـطة البدنية المُعدَّلة من جانب المعلمات، ومن واقع تجربتهنَّ الشـخصـية لفهم تصـوراتهنَّ تجاهها ومعرفتهنَّ لأهميتها، واستنادًا على ما سبق؛ سعت الباحثتان في هذه الدراسة للإجابة عن التساؤل الآتي:

- **ما تصـورات المعلمات حول مفهوم الأنشـطة البدنية المُعدَّلة واسـتخدامها مع الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد؟**

أهـداف الدراسـة:

بعد عرض أهمية الأنشـطة البدنية المُعدّلة على الفرد ذو اضـطراب طيف التوحد وتوضـيح المشكلة البحثية للدراسـة الحالية، تجلى الهدف من الدراسـة الحالية متمثلاً في التعرف على تصورات المعلمات تجاه الأنشطة البدنية المُعدَّلة واستخدامهُنَّ لها مع الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد.

أهميـة الدراسـة:

تتضـح الأهمية النظرية للدراسـة الحالية في سـدّ فجوة معرفية في الأبحاث السـابقة المُتعلقة بعنوان الدراسة الحالي وإثراء المكتبة العربية بشكل عام والمكتبة السعودية بشكل خاص وذلك إلى كونها من الدراسـات النادرة –على حد علم الباحثتان– التي اهتمت بذكر تصـورات وخبرات المعلمات تجاه الأنشـطة البدنية المُعدَّلة مع الأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحد اتباعاً

للمنهج النوعي في المملكة العربية السعودية، كذلك لتسليط الضوء على أهمية الأنشطة البدنية المُعدَّلة في تحسين أسلوب الحياة اليومية لدى الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد، بالإضافة إلى تعزيز أحد أهداف رؤية المملكة العربية السعودية (2023) المتعلق بالرياضة من أجل الوصول إلى مجتمع يمتاز بالحيوية ورفع عدد ممارسين الأنشطة البدنية بشكل منتظم. وقد تُمَثِّل الدراسة الحالية مرجعاً للبحوث والدراسات الأخرى التي تهتم بدراسة أثر التربية البدنية المُعدَّلة على الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد في جميع جوانب الحياة.

بينما تجسدت الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة في تقديم توصيات ومقترحات بناءً على نتائج الدراسة الحالية؛ لمساعدة المعلمات في التوسع في استخدام طرائق وأساليب متنوعة للتعامل مع الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد، أيضاً لتوسيع إمكانيات استخدام وتطبيق الأنشطة البدنية المعدَّلة من قبل الباحثين والممارسين في هذا المجال، مما يسمح لهم بالقيام بتقييم عميق لأثرها على جميع جوانب الحياة للأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد بمختلف المراحل العمرية في المملكة العربية السعودية، كذلك قد توجِّه أنظار الجهات المُختصَّة نحو بناء أندية خاصة للأفراد ذوي الإعاقة أو التوسع في افتتاح أقسام وبرامج خاصة بالأفراد ذوي الإعاقة داخل الأندية العامة، بالإضافة إلى تطوير وتنظيم برامج مُخصَّصة لتدريب المعلمات على كيفية تعديل الأنشطة البدنية العادية لتتناسب مع قدرات الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد.

مصطلحات الدراسة:

الأنشطة البدنية المُعدَّلة Modified Physical Activities (MPA):

تُعرِّفها الباحثة إجرائياً بأنها عبارة عن أنشطة حركية مدروسة ومخطط لها مسبقاً لتناسب قدرات الافراد ذوي اضطراب طيف التوحد والهدف منها تطوير مهارات مختلفة كالجري والوثب ورفع مستوى اللياقة البدنية وتحسين أسلوب الحياة اليومية والصحة النفسية.

اضطراب طيف التوحد Autism Spectrum Disorder (ASD):

وفقاً لجمعية علم النفس الأمريكية (American Psychiatric Association, 2018) تم تعريف اضطراب طيف التوحد بأنه حالة معقدة في مراحل النمو ومُستديمة يظهر أثرها على الفرد

على شـــكل صـــعوبات في التفاعل الاجتماعي والاهتمامات المحُدَّدة والســـلوك النمطي المتكرر. وتختلف هذه الصعوبات في شدتها من فرد إلى آخر (الزارع والسقاف، ٢٠١٩).

حـــدود الدراســـة:

أ) **الحدود الموضـوعية للدراسـة:** اهتمت الدراسـة الحالية بمعرفة تصـورات المعلمات حول مفهوم الأنشطة البدنية المُعدَّلة واستخدامها مع الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد.

ب) **الحدود الزمانية للدراسة:** طُبقت الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ١٤٤٥هـ - ٢٠٢٤م.

ج) **الحدود المكانية للدراسـة:** اقتصـرت هذه الدراسـة على مراكز الرعاية النهارية في منطقة مكة المكرمة.

د) **الحدود البشرية للدراسة:** طُبِّقت الدراسة الحالية على (١٠) من معلمات التربية الخاصة القائمين على تدريب وتعليم الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد.

الإطـــار النظـــري:

أولاً: اضطـــراب طيـــف التوحـــد (ASD)

يُعدُّ ليو كانر leo kaannar طبيب النفس النمســـاوي أوَّل من اهتمَّ باضـــطراب طيف التوحد بشـــكلٍ علمي في عام ١٩٤٣، من خلال دراســـة قام بها في مســـتشـــفى جونز هوبكنز بالتليمور joh Hopkins- Baltimore في الولايات المتحدة الأمريكية، قام كانر بنشـــر تقرير بعنوان: اضـــطرابات التوحُّد في مجال التواصـــل الانفعالي، وذلك من خلال فحْص مجموعة من الأطفال المراجعين في عيادة الطب النفســـي، ويُعدُّ تعريف كانر أوَّل أسـلوب كتشـخيص للتوحُّد (الزارع، ٢٠١٨).

ومنذ عام ١٩٤٣ اســـتخُدمت عدَّة مســـميات لاضـــطراب طيف التوحد، ومنها: ذُهان الطفولة، النمط الغير سـوي الشـاذ، والتوحُّد، ويُعزَى اسـتخدام هذه المصـطلحات العدَّة بسـبب غموض هذه الفئة، وتعقيد عملية التشـــخيص، ويرى الباحثون والعلماء والمختصُّـــون في مجال التربية الخاصـــة أن تعدُّد المصـــطلحات يعكس التطور التاريخي لمصـــطلح اضـــطراب طيف

التوحُّد، وتمَّت الإشارة أولًا إلى هذا الاضطراب على أنه الفصام الطفولي، وذلك وفْقًا لما ورد في الدليل الإحصائي لتشخيص الإعاقة العقلية في طبعته الثانية Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders [DSM2]، ولم يتم تعديل التصنيف إلَّا في عام ١٩٨٠ من الفصام الطفولي إلى التوحُّد في الطبعة المعدَّلة الثالثة (DSM3R) ، والتي ركَّزت على التفريق بين هذين الاضطرابيْن (الجلبي، ٢٠١٥).

وأهم التعديلات التي طرأت على النسخة الرابعة في النسخة الخامسة الأحدث لها (DSM V) لتشخيص التوحُّد بتغيير مسمَّى الاضطرابات النمائية الشاملة، والتي تضم الفئات السابقة إلى مسمَّى واحد وهو اضطراب طيف التوحُّد Autism Spectrum Disorder (ASD)، إذ تمَّ تصنيفها بفئة تشخيصية واحدة تختلف في تشخيصها من حيث الأعراض السلوكية، ومستوى اللغة، ودرجة الذكاء، وتم إزالة متلازمة ريت من المجموعة لتوَصُّل العلماء للجين المُسبِّب لها، وتمَّ تعديل معايير التشخيص لتشمل معيارين بدلًا من ثلاثة معايير، فقد تمَّ إسقاط معيار القصور النوعي في التواصل، واعتماد معيار ضعف التواصل الاجتماعي، والصعوبات السلوكية والسلوكيات النمطية (عثمان، ٢٠٢١).

ويُعرَّف اضطراب طيف التوحُّد حديثًا بأنه: إعاقة نمائية يتمُّ ملاحظة مظاهرها السلوكية خلال الثلاث سنوات الأولى، وتؤثِّر بشكلٍ كبيرٍ على التواصل اللفظي وغير اللفظي، والتفاعل الاجتماعي، ويرافق اضطراب طيف التوحد بعض الخصائص وهي الحركات النمطية، وتكرار النشاطات مرات عدَّة، والإصرار على روتين يومي محدَّد، واستجابات غير عادية للمدخلات الحسية (الحياري، ٢٠١٨).

بينما عرَّفت Autism Society of America بأن اضطراب طيف التوحد بأنه: إعاقة نمائية تؤثِّر على تطوُّر الأفراد، ويمكن أن تؤثر على المهارات الاجتماعية، والعلاقات، والتواصل، ويُعرَف من خلال مجموعة من السلوكيات، وهو حالة تؤثر على الأفراد بشكل مختلف وبدرجات متفاوتة (المزيني والزارع، ٢٠٢١).

معـدَّل انتشـار اضطـراب طيـف التوحـُّد

بالنســبة إلى معدَّل انتشــاره؛ فقد ذكرت مراكز الســيطرة على الأمراض والوقاية منها Centers for Disease Control and Prevention (CDC, 2020) بأنه تمَّ التعرف على مولود (١) ذي اضطراب طيف التوحد من بين كل (٣٦) مولود بمعدل (١:٣٦)، كما أنه لا زال منتشـرًا بين فئة الذكور أكثر من الإناث، وإلى الآن لم تتضـح أسـباب التباين بين الفئتين. وعلى الصعيد المحلي؛ نقلًا عن تقرير الهيئة العامة للإحصاء بالمملكة العربية السعودية الخاص بذوي الإعاقة لعام (٢٠١٧)؛ فقد بلغ إجمالي عدد الأفراد ذوي اضـــطراب طيف التوحد في المملكة (٥٣.٢٨٢ فردًا)، وفي منطقة مكة المكرمة تحديدًا (٩٧٣٥)، يتراوح العدد بين (٢٢١٥) من الإناث، و(٧٥٢٠) من الذكور (مركز الملك سلمان لأبحاث الإعاقة، ٢٠١٧).

خصائـص الأفـراد ذوي اضطـراب طيـف التوحُّـد

يتميز ذوو اضطراب طيف التوحد بعدَّة خصائص يمكن تلخيصها في الآتي:

أولًا: الخصـائص النفسـية والانفعالية، يواجه ذوو اضـطراب طيف التوحد تقلُّبات مزاجية حادَّة، فقد ذكرت العديد من الدراســات أن الحالة النفســية من الممكن أن تتبدل دون ســابق إنذار، كما أن الأفراد الذين لديهم فرطًا في الإدراك الحسِّـــي يواجهون مخاوف قوية أو فوبيا تسـتمر لفترات طويلة، مع ردود فعل شـاذة تُعيق أداءهم وتقدُّمهم، بالإضـافة إلى التعبير بطريقة شاذة عن الحالة النفسية، كالتصفيق أثناء التعبير عن الفرح أو الضحك في المواقف غير المناسـبة في حالة التوتر، أيضًـا أشـارت عدَّة دراسـات إكلينيكية إلى عدم وجود اضـــطرابات نفســـية كثيرة لديهم، ولكن ذكرت أن هناك عددًا من حالات الاكتئاب لدى ذوي اضـطراب طيف التوحد، إلَّا أنها لم تحدِّد نسـبة انتشـار دقيقة لذلك (الحوامدة، ٢٠١٩؛ الجلامدة، ٢٠١٦).

ثانيًا: الخصـائص الاجتماعية واللُّغوية، يُعدُّ القصـور في التفاعل الاجتماعي أحد أهم المشـاكل التي تتضـح على الأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحد، حيث إن لديهم قصـورًا في اللغة التعبيرية متمثِّل في اســتخدامهم للُّغة بدافع الطلب فقط، أو التعبير عن الاحتياجات

الخاصة وليس لغرض التواصل الاجتماعي، كما يواجهون صعوبات في بدء العلاقات الاجتماعية والحفاظ عليها، ويواجهون أيضًا صعوبة في فهم مشاعر الآخرين والاستجابة لها، فلا يميزون بين المشاعر والانفعالات المختلفة كالغضب والسعادة والحزن (الجلامدة، ٢٠١٦؛ بوزياني، ٢٠٢٢).

ثالثًا: الخصائص العقلية والمعرفية، تتفاوت درجات وقدرات الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد من فرد إلى آخر، فهناك ٤٠% تقريبًا من الأفراد يقل معدَّل ذكائهم عن (٥٥) درجة، وفي المقابل؛ هناك ٣٠% من الأفراد يتراوح معدَّل ذكائهم بين (٥٥-٧٠) درجة، ونستنتج من ذلك أن ٧٠% من الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد تظهر عليهم الإعاقة العقلية باختلاف درجتها، وحسب رأي المختصين والعلماء في هذا المجال؛ ربما يُعزَى السبب في ذلك إلى عدم رغبة الطفل في الإجابة عن الاختبار أو موقف حدوث الاختبار بحدِّ ذاته، كما يواجه العديد من الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد صعوبات في المقدرة على حل المشكلات، وقصورًا في التعميم، كذلك يواجهون قصورًا في التفكير والإدراك والانتباه، مثل: قصور في إعطاء أفكار جديدة، وضعف القدرة على نقل الانتباه والتنبؤ بالأحداث، وضعف الذاكرة (سهير، ٢٠١٧؛ إبراهيم، ٢٠٢٠). أيضًا ذكر فودة (٢٠١٩) أن بعض الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد لديهم قدرات بصرية ومعرفية وحركية عالية إلى درجة غير طبيعية، فأحيانًا تكون طلاقة لُغوية فائقة في القراءة، على الرغم من أنهم لا يدركون ما يقومون به.

رابعًا: الخصائص السلوكية والاهتمامات، إن الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد يُظهرون العديد من الخصائص السلوكية، منها: عدم القدرة على التواصل البصري مع من يتحدث إليهم، وعدم الاستجابة للنداء عند مناداة الفرد باسمه، ويُظهرون سلوكيات نمطية متكررة كأن يميلوا إلى لفِّ الأشياء بطريقة دائرية كالمروحة، كما أنهم كثيرًا ما يظهرون حركات شاذة في اليد أو الأصابع أو هز الجسم (إبراهيم، ٢٠٢٠؛ عبد، ٢٠١٨). بالإضافة إلى أن أيمن والأمين (٢٠٢١) ذكرا تعلُّق أفراد هذه الفئة بالأنشطة أو الأشياء تعلُّقًا غير طبيعي، وأن البعض يُظهرون أنشطة حركية مفرطة أو خمولًا مبالغًا فيه. أيضًا قد

تشتمل الخصائص السلوكية والاهتمامات على صعوبة في تحمُّل التغييرات في الروتين اليومي، أو صـــعوبة كبيرة في مواجهة التجارب الجديدة، كذلك ترتيب الألعاب بطريقة خاصـــة تختلف عن الهدف الأســـاســـي من اللعبة (American Psychiatric Association, 2021).

خامسًـا: الخصـائص الحركية، ذكر الحياري (٢٠١٨) وإسـماعيل (٢٠١٩) أن البحوث الحالية تشـــير إلى ما يقارب ٨٣% من الأفراد ذوي اضـــطراب طيف التوحد يُظهرون عجزًا حركيًّا، وعلى الرغم من ارتفاع هذه النســـبة؛ إلَّا أنه لم يتم إدراجها ضـــمن معايير التشـــخيص، وقد يتم تجاهلها أيضًـــا في برامج التدخُّل المبكر. فبعض الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحُّد لديهم صعوبات في التحكم بحركات الجسم، أو القيام بها بشكل جيد، مما يؤثِّر على قدراتهم على التوازن، كذلك قد تؤثِّر انفعالاتهم وشـعورهم بالفرح أو الانزعاج على تحكُّمهم بالحركات البدنية.

ثانياً: دور الأنشطة البدنية المُعدَّلة على الفرد ذو اضطراب طيف التوحد

يواجه الباحث في الأنشطة البدنية المُعدَّلة مشكلة اختلاف المفاهيم التي تناولها العاملون والمختصون في الميدان، فقد استخدم البعض النشاط البدني المُكيَّف، أو النشاط البدني المُعدَّل، أو النشاط الحركي المُكيَّف، أو النشاط الحركي المُعدَّل، أو التربية الرياضية المُعدَّلة، أو التربية الرياضية المُكيَّفة، أو التربية الرياضية الخاصة، وفي المقابل؛ البعض الآخر استخدم مصطلح الأنشطة الرياضية العلاجية، وعلى الرغم من تعدُّد المصطلحات؛ إلَّا أن الجوهر واحد، وهو أنها أنشـطة حركية خاصـة بالأفراد ذوي الإعاقة بمختلف الفئات (خشـاب، ٢٠١٦). ولكن وجدت الباحثة أن التركيز في الأنشـطة البدنية المُعدَّلة موجَّه نحو الأفراد المعاقين حركيًّا وذوي الإعاقة العقلية والبصرية، أكثر من توجُّهه نحو الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحُّد. ومن هذا المنطلق؛ اهتمت الدراسـة الحالية بذكر أهمية الأنشـطة البدنية المُعدَّلة على الأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحد تحديدًا في البيئة التعليمية.

ذكر محمد (٢٠٢٢) أن النشـاط الحركي يسـاعد على اكتسـاب وتنمية القدرات العقلية والبدنية والاجتماعية إلى أقصـى حد ممكن حتى يشـعر الفرد بإنسـانيته وقيمته. ولكن البعض قد

يرى أنها أنشطة غير مهمَّة، أو ضارَّة بدنيًّا، أو اجتماعيًّا، أو نفسيًّا على الأفراد ذوي الإعاقة، على الرغم من أن معظم الأبحاث والدراسات التجريبية أكَّدت عكس ذلك، فالأنشطة البدنية لها أهمية كبرى على الأفراد ذوي الإعاقة قد تفوق أهميتها بالنسبة للعاديّين. ولخَّص أهميتها كُلٌّ من حسن والمطر (٢٠١٥)، وطمين وبركان (٢٠١٨) في ثلاثة جوانب كالآتي:

- **من الناحية الجسدية** يمكن أن تكون وقائية أو علاجية حيث إن قلة الحركة أو كثرتها تعتبر من السمات المصاحبة لكثير من الأفراد ذوي الإعاقة. كما أن الجسد بصفة عامة يحتاج إلى الحركة للحفاظ على سلامة الأداء اليومي.
- **من الناحية الاجتماعية والنفسية** فتساعد الأنشطة البدنية على الوصول إلى التوازن النفسي وتنمية شعور الثقة بالنفس والاعتماد على الذات، أيضاً أثناء مشاركتهم بالأنشطة الجماعية قد تؤدي إلى تقبل الآخرين لهم وإتاحة الفرص المناسبة لهم للتفاعل والتواصل مع أقرانهم.
- **من الناحية الاقتصادية** حيث إن الإنتاجية مرتبطة بمدى كفاءة الفرد العامل واستعداده النفسي والجسدي، وهذا الأمر لا يتم إلَّا إذا قضى الفرد أوقات فراغه بشكل جيد في ممارسة الرياضة والترويح عن نفسه.

أيضًا ذكر لوبيز دياز وآخرون Lopez-diaz et al. (2021) أن الرياضة تُعدُّ كبديل علاجي للعمل مع الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحُّد، لذا؛ ينبغي فَهمها كمصدر للصحة، وباعتبارها عملية تنمية بشرية لا يتمُّ فيها السعي إلى الأداء البدني فحسب، بل أيضًا تحسين الصحة النفسية والمهارات الاجتماعية. كما أشار الزاير والشيراوي (٢٠٢٠، كما ورد في Maciques, 2013) أن من أكثر الأنشطة الرياضية تأثيرًا على الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد ركوب الخيل، حيث يُعدُّ كبرنامج علاجي يساعد على إعادة تأهيلهم، وتحسين مهاراتهم الحركية والاجتماعية والنفسية، ويتمُّ ذلك عن طريق الحركات الإيقاعية للخيل التي تساعد على تحسين التوازن، وتنسيق العضلات والحركات والمهارات الحركية الدقيقة والمفاصل، مما ينتج عنه رابطة عاطفية قوية مع الخيل، ويؤدي ذلك إلى تطوير التفاعل والتواصل الاجتماعي لدى

الأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحد. أيضًـا يسـاعد على إكسـابهم الاسـتقلالية، والثقة بالنفس، وتحسين التركيز على المهارات الانفعالية (إسماعيل، ٢٠١٩).

ومن زاوية أخرى، هناك رياضـــات أخرى متعددة وتم إثبات فاعليتها مع الأفراد ذوي اضـــطراب طيف التوحد كالســـباحة فقد ذكر Alaniz et al. (2017) أن ممارســـة التمارين الرياضـية في برامج العلاج المائي تحسن صـحة القلب والجهاز التنفسـي وقوة العضـلات والقدرة على التحمل لدى الأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحد. كما سـاهم المجتمع السـعودي في تعزيز جانب ممارسـة السـباحة حيث تم فتح باب التسـجيل في عدة أندية للتدريب على السـباحة لذوي اضـــطراب طيف التوحد مثل نادي الرياض الســـعودي (نادي الرياض الســـعودي، ٢٠٢٢). ويُضـاف إلى ذلك؛ أن المشـاركة المنتظمة في النشـاط البدني تُسـهم بانخفاضٍ كبيرٍ في خطر الإصـابة بالحالات الصـحية المزمنة كالسـمنة والسـكري، وتُحَسِّـن نسـبة الكوليسـترول في الدم وضـغط الدم، كما تمتد فوائد النشـاط البدني المنتظم للأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحد على جوانب أخرى، مثل: تعزيز المهارات الاجتماعية، ومهارات التواصـــل، والحد من الســـلوكيات النمطية (Lee et al., 2022; Tomaszewski et al., 2022). كما أن فكرة العلاج بالحركة لا تقتصر على الحركات الرياضية الثقيلة التي تفيد الفرد جسديًا، بل ترتبط فكرة العلاج بالحركة أيضًـا بعمليات الدماغ المرتبطة بالمشـاعر والإدراك الحسـي، حيث إن صـحة الطفل العاطفية والنفسية تتأثر بالحركة، وتُمكِّن الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد من تحويل نشاطهم الجسدي وتوترهم وقلقهم إلى حركات وظيفية مفيدة في صـورة تمارين حركية، فأثناء ذلك يتم تعليم الأفراد التَّحَرُّك ضـمن معايير التمارين الحركية الوظيفية التي تسـمح لهم بالاسـتمتاع والشـعور بنفس المشاعر التي كانوا يسعون إليها أثناء قيامهم بالحركات العشوائية (أسامة وفارس، ٢٠٢١).

كما أن هناك العديد من الصـــعوبات التي تمَّت ملاحظتها عند الأفراد ذوي اضـــطراب طيف التوحُّد أثناء ممارسـتهم للرياضـة، وبدايةً؛ يتضـح أن بعض الأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحد يواجهون صـعوبةً وضـعْفًا في الخيال، وكنتيجة لذلك؛ هم غير قادرين على ابتكار ألعاب وأنشـطة رياضـية بشـكلٍ خاص، لذا؛ لا بُدَّ من وجود شـخص يقوم بابتكار وتكييف الأنشـطة الرياضية لهم، ليس على مستوى المادة فقط، بل على طريقة ومستوى الأداء أيضًـا. ونظرًا لكون

الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحُّد روتينيّين، لذا؛ يجب تهيئة الفرد للنشاط البدني أو الرياضي قَبل البدء فيه، حيث إن تزويد الفرد ذي اضطراب طيف التوحد بمعاينة للنشاط، أو استخدام قصة اجتماعية قَبل تنفيذ النشاط البدني؛ سيساعده على معرفة ما يمكن توقُّعه من النشاط (سامعي، ٢٠١٢).

أيضًا ذكر مينير ونيومير Menear & Neumeier (2015) أنه لا بُدَّ أن تكون هذه الأنشطة مناسبة للطفل وقدراته، ومن هذا المنطلق؛ يجب مراعاة عدَّة شروط عند القيام بتدريبه على ممارسة النشاط الرياضي، وهي أن يكون النشاط البدني ذا أهداف مُحدَّدة، مثل ضبْط بعض السلوكيات غير المرغوب فيها لدى الفرد كالعدوان، أو تحسين مستوى المهارات الحركية. إضافةً إلى ما سبق؛ يجب تهيئة البيئة وتحضيرها مُسبقًا لمواجهة التحديات الحسِّيَّة التي قد يواجها الفرد، كأن يتم وضْع مؤقِّت كبير في مكان بارز، أو تعليق ساعة كبيرة على الحائط، بحيث يستطيع الفرد رؤيتها من مسافة بعيدة، أو استخدام برامج مُساعِدة مع برامج الأنشطة البدنية، على سبيل المثال: استخدام الموسيقى لمساعدته على القيام بحركات على أنغامها. وأخيرًا؛ ألَّا يكون البرنامج البدني مُصمَّم بصورة عشوائية، بل يُشتَقُّ من ضمْن أجزاء برنامج تنمية المهارات المُصمَّم للفرد.

الدراسات السابقة

اهتمت دراسة ليان ووانج Lian and Wang (2024) في معرفة تأثير الأنشطة البدنية على تحسين السلوك النمطي لدى الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد. باتباعها للمنهج التجريبي على عينة مكونة من (٣٠) طفلًا ذوي اضطراب طيف التوحد، وتتراوح أعمارهم بين ٤-٦ سنوات، لمدة ١٢ اسبوعًا. وأظهرت النتائج انخفاضًا في السلوكيات النمطية لدى الطفل ذي اضطراب طيف التوحد كما تعزَّز لديهم الانتباه والتركيز وتحسن التفاعل الاجتماعي، بالإضافة إلى توفير فرص لتفريغ الطاقة الزائدة بطرائق إيجابية.

بينما أجرى هاينز وبلوك Hynes and Block (2023) دراسة تهدف لمعرفة تأثير الأنشطة البدنية على المهارات الاجتماعية والسلوكية والمعرفية لدى الأطفال والشباب ذوي اضطراب طيف التوحد. عن طريق تحليل (١٨) ورقة علمية ذات المنهج التجريبي وقامت

الدراسة بتوظيف منهج التحليل البعدي Meta-Analysis لها. وأظهرت النتائج تحسُّنًا ملحوظاً في التفاعل الاجتماعي والتواصل البصري والاستجابة للآخرين، وفي المقابل؛ انخفضت بعض السلوكيات السلبية كالقلق والغضب كما قللت من فرط الحركة وتحسن التحكم الذاتي. كذلك تحسن الانتباه والتركيز وتعززت لديهم القدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات.

وشابهتها دراسة كالي (2023) Cali في اتباعها لمنهجية التحليل البعدي Meta-Analysis وذلك عن طريق تحليل (٣٢) دراسة تناولت تأثير النشاط البدني على السلوك العدواني لدى الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد. وأظهرت النتائج أن النشاط البدني يقلل من السلوك العدواني ويحسن التفاعل الاجتماعي والتنسيق الحركي وأن ممارسة النشاط البدني يتطلب وجود بيئة مجتمعية داعمة لتحقيق أهدافه.

وفي المقابل تناولت دراسة سجيني (٢٠٢٣) دور الأنشطة البدنية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى المعاقين فكرياً واضطراب طيف التوحد من وجهة نظر المعلمين. واتبعت الدراسة المنهج الوصفي المسحي باتخاذها للاستبانات كأداة رئيسة لها، وتكونت عينة الدراسة من (50) معلمًا ومعلمة من معلمي اضطراب طيف التوحد والمعاقين فكرياً تم تحديدهم بطريقة عشوائية بمدينة جدة. أظهرت نتائج الدراسة أن الأنشطة البدنية لا تختلف في تنمية المهارات الاجتماعية لذوي الإعاقة الفكرية واضطراب طيف التوحد من وجهة نظر معلميهم تبعًا لمتغير الجنس وأنها تختلف في تنمية المهارات الاجتماعية لدى ذوي الإعاقة الفكرية واضطراب طيف التوحد من وجهة نظر معلميهم تبعًا لمتغيِّرَيْ: العمر، ونوع الإعاقة.

وشابهتها دراسة قدور وآخرون (٢٠٢١) في المنهجية والعينة. حيث اهتمت بمعرفة دور النشاط البدني الرياضي في تحقيق الدمج الاجتماعي لدى الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. واستعانت الدراسة بالمنهج الوصفي التحليلي اعتمادًا على الاستبانة كأداة رئيسة للوصول للنتائج. وتكوّنت عينة الدراسة من (٢٠) معلمًا، وكانت أهم النتائج التي توصلت لها هي أن النشاط البدني الترويحي له دور فعَّال وإيجابي في تحقيق الدمج الاجتماعي لدى الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد.

بينما هدفت دراسة بلاجراف Blagrave (2017) إلى استكشاف تجارب الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد في برامج الأنشطة البدنية المُعدَّلة. وذلك باستخدام المنهج النوعي وتوظيف

المقابلة والملاحظة كأداتين رئيسيَّتين لها مع (١٠) أفراد من المرحلة المتوسطة، ومن أهم النتائج التي أظهرتها الدراسة هي: دور المعلم يُعدّ أحد العوامل المؤثرة على المشاركة في النشاط البدني فالمعلمون الذين لديهم خبرة في الأنشطة البدنية المُعدَّلة كان لهم دور كبير في نجاح الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد، فقد أظهروا مرونة في تكييف الأنشطة بناءً على الاحتياجات الفردية لهم بالإضافة إلى تطويرهم لاستراتيجيات تعليمية مبتكرة كتقسيم الأنشطة إلى خطوات صغيرة مما ساعد الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد على فهم المهام بشكل أفضل.

ولا يفوتنا أن ننوِّه على الأثر الإيجابي للأنشطة الرياضية الذي أظهرته دراسة فهد ويوسف (٢٠٢١) التي أُجريت لمعرفة فاعلية برنامج قائم على الأنشطة الحركية والرياضية في تنمية التوازن النفسي لدى فئة من شباب اضطراب طيف التوحد وتكونت العينة من (10) من الشباب ذوي اضطراب طيف التوحد تراوحت أعمارهم بين (20-25) سنة بمنطقة الرياض في المملكة العربية السعودية واتخذت المنهج التجريبي منهجًا لها. وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالَّة إحصائيًّا بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، أيضًا لم تظهر فروق دالَّة إحصائيًّا بين نتائج القياس البعدي والقياس التتبُّعي مما يدل على استمرارية أثر البرنامج.

كذلك أظهرت دراسة محمد وآخرين (٢٠٢٠) التي هدفت للتعرف على أثر الأنشطة البدنية المعدلة في التخفيف من السلوك العدواني لدى الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. واتّبَعت الدراسة المنهج التجريبي على عينة مكونة من (١٦) فردًا، وتمَّت الاستعانة بمقياس السلوك العدواني للأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الأنشطة البدنية المعدلة تسهم في التقليل من السلوك العدواني، لذا؛ لها دور فعَّال في تعديل سلوك الفرد ذي اضطراب طيف التوحد.

التعقيب على الدراسات السابقة

من خلال العرض السابق للدراسات ذات الأهمية بموضوع البحث الحالي؛ يتضح أن معظم الدراسات اتفقت مع الدراسة الحالية على وجود أهمية للأنشطة البدنية والرياضية على الأفراد ذوي الإعاقة بشكل عام والأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد على وجه التحديد وأكَّدت

على وجود أثر فعَّال وإيجابي لها في مختلف جوانب الحياة. ولكن تميَّزت الدراســـة الحالية واختلفت عن بقية الدراســـات باتباعها للمنهج النوعي عن طريق إجراء المقابلات مع معلمات الأفراد ذوي اضـــطراب طيف التوحد في المملكة العربية الســـعودية تحديدًا في منطقة مكة المكرمة، وهذا يختلف مع جميع الدراسات السابقة التي تبنت المنهج الوصفي بنوعيه (التحليلي والمسحي) منهجًا لها للوصول إلى نتائجها كدراسة سجيني (٢٠٢٣)، ودراسة قدور وآخرين (٢٠٢١)، ودراسة هاينز وبلوك Hynes and Block (2023)، ودراسة كالي Cali (2023)، وفي المقابل نجد دراسة فهد ويوسف (٢٠٢١)، ودراسة محمد وآخرون (٢٠٢١)، و دراسة ليان ووانج Lian and Wang (2024) اقتصرت على المنهج التجريبي.

وفي المقابل؛ اتفقت بعض الدراســات الســابقة مع الدراســة الحالية في اســتهدافها لفئة المعلمين والمعلمات ورؤية الموضوع من وجهة نظرهم كدراسة قدور وآخرين (٢٠٢١)، ودراسة سجيني (٢٠٢٣)، ومن زاوية أخرى ركزَّت دراسة فهد ويوسف (٢٠٢١)، ودراسة محمد وآخرون (٢٠٢١)، على الاطفال والشباب ذوي اضطراب طيف التوحد.

ومما سبق؛ يتضح لنا أن معظم الدراسات السابقة ركّزت على استخدام المنهج الوصفي أو التجريبي وأن هناك نُدرة في استخدام المنهج النوعي –على حد علم الباحثتين– في الدراسات العربية التي تناولت موضـــوع أثر الأنشـــطة البدنية المُعدَّلة على الأفراد ذوي اضـــطراب طيف التوحد، مما يشـــير إلى وجود فجوة بحثية يجب الاهتمام بها، لذا؛ دعت الحاجة إلى إجراء دراسات نوعية لدعم موضوع الدراسات السابقة من جوانب أخرى، بناءً على ذلك؛ اهتمَّت الدراسة الحالية بالوصول إلى بيانات عميقة من واقع التجربة الشخصية لمعلِّمات الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحُّد عن طريق اتباع المنهج النوعي الذي يناســـب تســـاؤلاتها وأهدافها، لذا؛ ســـتركِّز الدراسة الحالية على معرفة تصورات المعلمات الشخصية حول هذه الأنشطة، مما قد يُسهم في ارتفاع معدل ممارستها واستخدامها في العملية التعليمية بشكل مستمر ومنتظم، تماشيًا مع رؤية المملكة (٢٠٣٠) في الوصـــول إلى مجتمع حيوي ممارس للأنشـــطة البدنية بشـــكل شـــبه يومي (وزارة الصحة، ٢٠٢٠).

منهج الدراسة

تؤثر التصورات والمشاعر والمعتقدات على السلوك البشري، ولفهم تلك التصورات؛ يتم استخدام منهجيات وأدوات تُسهم في فِهْم العناصر التي تؤثر على السلوكيات البشرية (حسن وآخرون، ٢٠١٩). ويُعدّ المنهج النوعي أحد هذه المناهج، ويُعرَّف بأنه: منهج يهتم بدراسة الظواهر الاجتماعية، ووصفها بشكلٍ دقيق، عن طريق عدة أدوات، منها: الملاحظات الميدانية وتحليل الوثائق والمقابلات، فإن مصدر البيانات في البحوث النوعية يكون غير كمّي عادةً ويركز هذا المنهج على استكشاف الخبرات البشرية ومعناها (الرشيدي، ٢٠١٧؛ القريني، ٢٠٢٠). أيضًا يسمح هذا النهج للمشاركين بالتعبير عن تجاربهم بقدر كبير من التفصيل ويسمح للباحثين بفهم أفضل لما يشعر به المُشاركون، وبشأن نظرتهم العامة للموضوع المُستهدف (Papadopoulos, 2021).

وبناءً على ما سبق؛ تم اعتماد المنهجية النوعية (Qualitative Methodology) للدراسة الحالية، المبنية على التصميم التفسيري الأساسي (Basic Interpretive Research)، حيث إنه المنهج والتصميم الأنسب لطبيعة أسئلة وأهداف ومشكلة الدراسة الحالية، والذي سيقدم إضافة مختلفة لهذا المجال مستقبلًا -بإذن الله-، وذلك لوجود قِلّة ونُدرة في البحوث النوعية العربية التي تناولت موضوع الدراسة الحالي -على حد علم الباحثتان- بعد اطّلاعهما على الأدب التربوي السابق، بناءً على ذلك؛ يتضح وجود فجوة معرفية عمّا سينتج من بيانات من خلال المنهج النوعي. ويُعدّ التصميم التفسيري الأساسي (BI) من أكثر التصاميم التي تُستخدم في الدراسات الاجتماعية والتربوية وإدارة الأعمال، فهو مَعني بخبرات المشاركين وتجاربهم (Merriam & Tisdell, 2016)، ويركز على الكشف عن تفسير المشاركين لتجاربهم وكيفية إدراكهم وفهمهم للأحداث والعمليات التي واجهتهم تجاه أمر ما، فالغرض منه هو فهم وتحليل وجهات نظر المشاركين المختلفة (Merriam & Tisdell, 2016، الفقيه، ٢٠١٧).

مجتمع الدراسة والمشاركين

في مستهل الحديث؛ تجدر الإشارة أولًا إلى أن البحوث النوعية تتميَّز بعينة صغيرة وعددها قليل مقارنةً بالبحوث الكمية (Creswell, 2012)، ويعود ذلك لما ذكره الحسيني (٢٠٢٠) بأن الباحث في البحوث النوعية لا يستطيع أن يُحدِّد حجم وعدد المشاركين مُسبقًا،

ولكن بدلًا من ذلك؛ يُستخدم مُصطلح تشبُّع البيانات (Data Saturation) لتوضيح أن الباحث وصـل إلى نقطة أثناء إجراء المقابلات وجمع البيانات من المشـاركين، توصَّـل فيها إلى نتائج مماثلة لتلك التي تم الحصـول عليها سـابقًا من المشـاركين السـابقين، فهي تُعدّ إشـارة للباحث للتوقف والاكتفاء بما لديه من البيانات والمعلومات. بناءً على ذلك؛ تكونت عينة الدراسـة الحالية من ١٠ معلمات للأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحد، من منطقة مكة المكرمة، كذلك تم اختيار العينة بطريقتين هما الطريقة القصـدية التي تعتمد على انتقاء الباحث لأشـخاص يعرف مسـبقاً بأنهم قادرين على تقديم معلومات عن مشـكلة الدراسـة (مركز البحوث والدراسـات متعدد التخصـصـات، ٢٠٢١). وطريقة كرة الثلج وهي الطريقة التي يطرح فيها الباحث السـؤال على أحد المشاركين أثناء المقابلة أو عن طريق محادثات غير رسمية من أجل الحصول على توصية أو ترشـيح من هذا المشـارك لأفراد آخرين يعتقد بأن لديهم المعلومات والبيانات الكافية حول مُشكلة الدراسة (Creswell, 2012).

جـدول (١)

بيانات معلمات الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد المُشاركات في الدراسة

الرمز المستعار	المؤهل التعليمي	سنوات الخبرة	طريقة ترشيح المُشارِكة	رمز المركز
(م. ١)	بكالوريوس	٨ سنوات	قصدية	ب
(م. ٢)	بكالوريوس	٥ سنوات	قصدية	أ
(م. ٣)	بكالوريوس	٥ سنوات	قصدية	ب
(م. ٤)	بكالوريوس	٣ سنوات	كرة ثلج	أ
(م. ٥)	بكالوريوس	٦ سنوات	قصدية	ب
(م. ٦)	دراسات عليا	٥ سنوات	كرة ثلج	أ
(م. ٧)	دراسات عليا	١٠ سنوات	كرة ثلج	ج
(م. ٨)	بكالوريوس	٧ سنوات	كرة ثلج	ح
(م. ٩)	بكالوريوس	٤ سنوات	كرة ثلج	خ
(م. ١٠)	بكالوريوس	٦ سنوات	كرة ثلج	د

أداة الـدراسـة

تبنَّت الباحثتان المقابلة شـبه المنظمة (**Semi-Structured Interviews**) كأداة رئيسـية لجمع البيانات مع العينة المستهدفة؛ وذلك لكونها الأنسب لمشكلة ومنهجية الدراسـة الحالية، ولما تمثل

من مصداقية في معرفة أفكار وآراء وبيانات الشخص المقابل، بالتالي تساعد الباحث في تبصيره بالمشكلة التي يواجها، حيث توجّهه لعدة جوانب جديدة في بحثه (الدويري والكلالدة، ٢٠١٧). وذكر الصديق (٢٠٠٥) أن المقابلات تمتاز بأنها أداة مرنة بحيث تساعد الباحث في الحصول على ما يريد من المعلومات من المبحوث. فهي تساعد على الوصول إلى نتائج تُمثِّل الواقع (الفقيه، 2017).

أعدت الباحثتان دليل المقابلة والذي استعرض بدايةً نموذج لطلب المشاركة في البحث العلمي، كما وضح فيه تذكير للمشاركات بأهمية تسجيل المقابلات صوتيًا، و تم إبلاغهن بأن مشاركتهن طوعية وبإمكانهن الانسحاب في أي وقت، كذلك لن تكون هناك أي تبعات قانونية مترتبة على المشاركة في الدراسة، وتأكيد حفاظ الباحثتان على مبدأ سرية البيانات والتزامهن بسياسة الأخلاقيات الرسمية للبحث العلمي، واشتمل دليل المقابلة في صورته النهائية على شكر وتقدير للمعلمة على تخصيصها الوقت للمشاركة بالدراسة الحالية وتذكيرها بضرورة توضيح رأيها وفقاً لتجربتها الشخصية ووجهة نظرها.

دليل المقابلة

قبل البدء بطرح الأسئلة أود أن أقدم لك جزيل الشكر والامتنان على مشاركتك في هذا البحث وعلى السماح لي بهذا اللقاء. مع علمي بكثرة أعباءك في الحياة العلمية والعملية، إلَّا أني آمل منك التكرم بإعطائي بعضاً من وقتك للإجابة عن الأسئلة التالية:

١- حدثيني عن مدى معرفتك بالأنشطة البدنية المُعدَّلة، وكيف عرفتي عنها ومتى كان ذلك؟

٢- اذكري لي أمثلة على الأنشطة البدنية المُعدَّلة التي استخدمتها مع الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد وكيف استخدمتها؟

٣- ما أثر استخدام الأنشطة البدنية المُعدَّلة الذي لاحظتيه على الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد؟

٤- من وجهة نظرك هل تؤيدين استخدام الأنشطة البدنية المُعدَّلة مع الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد، ولماذا؟

طريقـة تحليـل وعـرض البيانـات

على الرغم من توفر برامج متعددة لتحليل البيانات قد تســـاعد الباحث النوعي في عملية تجميع البيانات كـــ (MAXQDA-NVivo-ATLAS) وغيرها من البرامج النوعيَّة إلَّا أن الباحثتان عمدتا على أن تقوما بجميع الإجراءات بما فيها مرحلة تحليل البيانات بنفســـيهما، وذلك لرغبتهن بالتآلف مع البيانات عن طريق قراءتها أكثر من مره وتحليلها وتفريغها يدويًّا، بناءً على ذلك؛ اختارت الباحثتان طريقة تحليل الموضـوعات (Thematic Analysis) في الدراسة الحالية، وذلك لأنها مناســـبة عندما يســـعى الباحث إلى فهم مجموعة من الأفكار أو الخبرات المختلفة عبر مجموعة من البيانات المتوفرة لديه (Braun & Clark, 2012).

نتائـــج الدراســـة

للإجابة عن سـؤال الدراسـة تم تحليل البيانات النوعية وترميزها في جميع المقابلات، ثم نتج عن عملية التحليل موضوعين رئيسيين كما هو موضَّح في الشكل (١).

شكـــل (١)

الموضوعات الرئيسية لنتائج الدراسة

الموضوع الرئيسي الأول: الخلفية المعرفية بالأنشطة البدنية المُعدَّلة:

أشار هذا الموضوع إلى مستوى معرفة المعلمات بالأنشطة البدنية المُعدَّلة وتطبيقهن لها مع الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد، وانبثقت من الموضوع الحالي محورين فرعيين هما:

١- **الخبرة العلمية بالأنشـــطة البدنية المُعدَّلة**، أظهرت نتائج هذا المحور وفقاً لما ورد في آراء معظم المعلمات المُشارِكات أن من غير الشائع استخدام المعلمات للأنشطة البدنية المُعدّلة بالإضـــافة لوجود فجوة معرفية تجاه مصـــطلح: (الأنشـــطة البدنية المعدلة)، ويتضـح ذلك في الآراء الآتية: ذكرت (م. أ): *"ما عرفتها غير خلال سنتين تقريباً يعني*

أحسه شيء جديد علينا وهو تقريباً شيء قديم يعتبر وانهم يعدلون في الأنشطة وفي الأشياء هذي بس انو ما استرسلو فيه ولا فيه أشياء علمية بحتة عنه، يعني قبل كانت عشوائية". وأيَّدتها بذلك المُشاركة (م. ب): *" شوفي أول ما ارسلتي لي الأسئلة اخذت للأمانة كلمة مصطلح معدلة ورحت سويت سيرتش عليها ابي اعرف هي نفسها اللي ببالي ولا لا، لأنو احنا يعني ما نستخدم المصطلح نفسه الأساسي"*.

٢- **الخبرة العملية بالأنشطة البدنية المُعدَّلة،** ظهر تحت هذا المحور عِدَّة نتائج والتي تناولت خبرة المشاركات العملية بالأنشطة البدنية المعدلة، حيث اتسمت النتائج من خلال تحليل البيانات بمحدودية وعشوائية استخدام المعلمات للأنشطة البدنية المُعدَّلة كما ذكرت معظم المشاركات فقد وضَّحت المُشارِكة (م. ب) تجربتها بوصفها لها كالآتي: *" شوفي الاستخدام ماهو موجه صح يعني كيف اقولك؟ يعني ماهو بحذافيره العلمية هو زي ما تقولي تدريبات عشوائية ماهي موجهه للهدف الأساسي"*. أيضًا قد تؤثر قِلَّة الخبرة المعرفية بالأنشطة البدنية المُعدَّلة على ممارستها حيث ذكرت ذلك المُشارِكة (م. ٤) بقولها: *"يعني بصراحة يعني عندنا أقول لك بعامية التربية البدنية نادرا ما نطبقها الصراحة يعني مو مهمة بالنسبة لنا زي الأشياء الثانية اللي هو تقوية العضلات الدقيقة"*. وفي المقابل؛ ظهرت قِلَّة من آراء المُشاركات اللاتي لديهن ضعف في الخبرة العلمية بالأنشطة البدنية المُعدَّلة، ولكن خبرتهن العمليَّة جيدة، ويتضح ذلك من خلال رأي المُشارِكة (م. ١) بقولها: *"عندنا اللي هو تقليد الطالب للتمارين الرياضية المعروضة أمامه لكن كيف كنت اعدلها؟ الطفل الطبيعي يعني يقلد الطالب التمارين اللي أمامه مثلا أول ما نبدأ مثلا احماء خلاص هو يقلد تقريبا ١٠٠٪ الطفل الطبيعي أما طفل طيف التوحد مثلا ٨٠٪ بمفرده، أو ٨٠٪ بمساعدة جزئية هذا هو التعديل اللي يصير"*. بينما كانت المُشارِكة (م. ٣) لديها خبرة علمية وعملية جيدة حيث ذكرت: *"كل نوع من الرياضة لها أنظمة لها قوانين من الأولمبياد والاتحادات الدولية والمحلية، حسب إمكانيات وقدرات نفس الطالب بس يعني زي مثلا أنا عندي في الحصة مثلا زي عندك كرة الطائرة، أنزل الشبك ما أخليه مرفوع حتى الأوزان تكون خفيفة، ما تكون زي الأوزان الثقيلة"*.

الموضوع الرئيسي الثاني: إيجابيات تطبيق الأنشطة البدنية المُعدَّلة

تناول هذا الموضـوع الفوائد التي التمسـت المعلمات أثرها على الفرد ذو اضـطراب طيف التوحد أثناء أو بعد ممارسة النشاط البدني المُعدَّل، وينبثق منه عِدَّة محاور تم تصنيفها في الآتي:

١- **الجانب الاجتماعي**، بدايةً اتضـح أن الأثر الملموس من ناحية الجانب الاجتماعي أكبر عن بقية الجوانب؛ وذلك لأن نصف المُشاركات اتفقن على أن الأنشطة البدنية المُعدَّلة تُحسِّن التواصل والتفاعل الاجتماعي لدى الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد، ووضحت المشاركة (م. ٢) ذلك بذكر أثر الأنشطة البدنية المُعدَّلة على التواصل البصري وذلك بقولها: *" والله من الناحية الاجتماعية كان الأثر جدًا كبير، تحسـن عندهم التواصـل البصري، الانضمام داخل مجموعة، المهارات الاجتماعية اللي مثلاً انتظر دوري أعرف قوانين اللعب، التبادل بين الاصحاب اللي انا استني دوري أخذ الكورة انتظر لمن يجي صاحبي أنا أمشي"*، وفي المقابل ذكرت المُشارِكة (م. ٣) أن الانشطة البدنية المعدلة تؤثر إيجابيا على التفاعل الاجتماعي أيضاً: *"تعطي اختلاط اندماج تحسن في التفاعل الاجتماعي... التفاعل صار أفضل يعني بس لسا ما وصل معاي للتفاعل الكامل.. فأنا صراحة مرة أؤيد الرياضة تعلمه حتى مثلا انتظار الدور"*. كذلك أشارت المُشاركة (م. ج) لأثرها على تحسن التواصل الاجتماعي والتواصل البصري لدى إحدى طالباتها بقولها: *"لاحظت انو البنت من كثر ما هي استجاباتها صارت حلوه صارت تتعلم على الطلب بدل ما تبكي وتصـرخ صـارت تأشـر أو يعني تروح للمكان اللي هي تبغاه... البنت صارت تطالع بعيون البنات صارت تتقبل أحد يمسكها صارت تمشي معاهم، قبل كانت معزولة تماماً مجرد ما أحد يلمسها تبكي الآن لا هذا الشيء مرره خف"*.

٢- **الجانب النفسـي:** ظهر من خلال تحليل البيانات أن نصـف المشـاركات التمسـن أثر الأنشـطة البدنية المُعدَّلة على دافعية الفرد ذي اضـطراب طيف التوحد، بالإضـافة إلى تطور مهارات تقرير المصير، وتحسُّن مستوى التقدير الذاتي لديهم، كذلك ساهمت في التخفيف من مسـتوى التوتر والقلق لديهم، وسـاعدتهم على الاسـترخاء والهدوء، ويظهر ذلك في رأي المُشارِكة (م. ٦): *"فكان عندهم كمان دافعية إنه. يلا أنا أفوز، فهذا كمان*

يحمسهم إنه هم كمان يشاركوا في الحصة، أو إنه هو يسوي، صح، أيوه فيلا هو سوى صح، يلا نصفق له، فتلاقيهم كلهم يتشجعون فمرة ينبسطوا عليها مرة، ينبسطوا عليها".

بينما أشارت المُشارِكة (م. ٢) لأثر آخر مختلف وهو تطور مهارات تقرير المصير لدى الفرد ذو اضـــطراب طيف التوحد: *"نمّت عندها مهارات تقرير المصـــير اللي هو يدخل فيها أنا أختار النشاط اللي أنا أبغاه برغبتي".*

٣- **الجانب العقلي**، وانتقالًا لأثرها على الجانب العقلي من خلال تجارب معلمات الأفراد ذوي اضـــطراب طيف التوحُّد؛ فقد ظهرت عِدَّة آراء للمشـــاركات التمســـن فيها الأثر الإيجابي لممارســـة الأنشـــطة البدنية المُعدَّلة، من حيث تحسُّـــن مســـتوى إدراك وتركيز الفرد ذي اضـــطراب طيف التوحد فقد ذكرت المُشـــارِكة (م. ١) أثرها على مســـتوى إدراك الفرد ذي اضطراب طيف التوحد فقالت: *"والله ما شاء الله يعني مرة مرة في تحسن كثير تحسن من ناحية الإدراك"*، كذلك وضّـــحت المُشـــارِكة (م. ج) أنها تؤثر أيضًـــا على تركيزهم بقولها: *"يعني حســـيت انو البنت التركيز زاد مره عندها كانت قبل متقوقعة بس بعد هذي الرياضـــة او هذي الحركة يعني حسيت مره فرقت لدرجة حتى الأم لاحظت هذا الشيء".*

٤- **الجانب الجســـدي**، أما بالنســـبة لأثرها على الجانب الجســـدي؛ فقد ذكرت أقلّية من المُشاركات أنهن التمسن أثرًا ملحوظًا على الصحة الجسدية للفرد ذي اضطراب طيف التوحد وظهر ذلك فيما أشارت له المشاركة (م. ب): *"وهي الصراحة برضو الأنشطة جدًا مفيدة لهم انا كنت ادرس حالتين كانت عندهم سمنة كانت جدًا مفيدة بالنسبة لي لانو كانت عامل مهم انو هم مثلا يلعبون قبل الوجبة يتمرنون..... مع الأيام لمن بدو تمارين ترا ماعرف كيف يعني ســـبحان الله خف وزنهم مع انو ترا احنا موب حاطين خطة إنقاص وزن وزي كذا لا كنا قاعدين نشـــتغل كتمارين عادية من معلمة التربية البدنية ماكان في بالنا انو نبغى ننزل وزن الطفل بس مع الأيام ســـبحان الله"*، بينما أشارت المُشارِكة (م. ج) لأثرها على مستوى مرونة الفرد ولياقته الجسدية بقولها: *"صار عندها مرونة عالية مره غير كمان تخفف من الاســـترس (stress) والقلق غير اللياقة الجسمية غير المرونة".*

المناقشـــــة:

تناولت الدراسـة الحالية تصـورات وآراء ١٠ من المعلمات نحو الأنشـطة البدنية المُعدَّلة واسـتخدامها مع الأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحد، وتضـمنت نتائج الدراسـة موضـوعين رئيسـيين، فقد ركز الموضـوع الرئيس الأول الذي تناول الخلفية المعرفية عن الأنشـطة البدنية المُعدَّلة على توضـيح لآراء المُشـاركات المتعلقة بخلفيتهن المعرفية عن الأنشـطة البدنية المُعدَّلة وأظهرت النتائج وجود ضـعف معرفي حول مفهوم المصـطلح العلمي الذي يفسِّر معنى الأنشـطة البدنية المُعدَّلة للعديد من المشـاركات حيث ذكرت المشـاركة (م. ج): *"بصـراحة الأنشـطة البدنية المعدلة المسـمى أول مره يمر علي لكن أنا ابغى أقول اللي اعرفه ماعرف اذا هو ينطبق على نفس الكلام ولا لا، اللي اعرفه انو نحنا نسـتخدم أنشـطة رياضـية معينة ونحورها او نعدلها او نكيفها عشـان تناسـب الأطفال اللي عندنا"*، وأكدت على قول ذلك المشـاركة (م. أ): *"ماعرفتها غير خلال سنتين تقريباً يعني أحسه شيء جديد علينا وهو تقريباً شيء قديم يعتبر وانهم يعدلون في الأنشطة وفي الأشياء هذي بس انو ما استرسلو فيه ولا فيه أشياء علمية بحتة عنه، يعني قبل كانت عشـوائية"*، وترى الباحثة من وجهة نظرها؛ أن غياب معرفة المعلمات عن اسـتخدام مصـطلح الأنشـطة البدنية المُعدَّلة في مكانها العلمي الصـحيح بالرغم من توظيف المعلمات للأنشـطة البدنية المعدلة؛ قد يعود نتيجة اختلاف توحيد المصـطلح بين مراكز الرعاية النهارية، على سـبيل المثال: قد يتم اسـتخدام مصـطلح تنمية المهارات العضـلية أو الحركية الكبرى، أو مهارات التربية البدنية، لذا؛ لابد من توحيد وتعميم مصطلح الأنشطة البدنية المُعدَّلة ليتم اتباعها من قبل جميع مراكز الرعاية النهارية، أيضًـــا توفير دليل مُتَّبع من قِبَل جميع مراكز الرعاية النهارية يتناول توضيحًا للأنشطة البدنية المُعدَّلة، وآلية تطبيقها مع الأفراد من ذوي الإعاقة.

كذلك وضَّحت النتائج أن الآراء حول خبراتهن العملية اختلفت ما بين الإيجابي والسلبي، أيضًـا ترى الباحثة أن اختلاف آراء المعلِّمات حول تطبيق النشـاط البدني قد يعود إمَّا لضـعف الخلفية المعرفية لديهن، أو لتركيز المُعلِّمات المُشـارِكات على مهارات أخرى، كتعديل السـلوك وتقديم الخدمات الأكاديمية، أو بسبب شعور المعلمة بالضـغط نتيجة لعدم وجود معلمة مساعدة لها، فبدلًا من تقديم حصـة النشـاط البدني بأفضـل الإمكانيات؛ تلجأ إلى أن تجعلها حصـة للعب

العشـــوائي الحر غير المنظَّم، وعليه؛ اتَّفقت دراســـة بلاجراف Blagrave (2017) مع نتائج الســـؤال الأول، الذي يشـــير إلى أهمية الخلفية المعرفية لدى المعلمات حول الأنشـــطة البدنية المُعدَّلة، في أن المعلمين الذين لديهم خبرة في الأنشـــطة البدنية المُعدَّلة كان لديهم مرونة في تكييف الأنشـطة بناءً على الاحتياجات الفردية لذوي اضـطراب طيف التوحُّد، كما كان لهم دور كبير في نجاح ذوي اضطراب طيف التوحُّد.

أمَّا الموضـوع الرئيس الثاني الذي تناول إيجابيات تطبيق الأنشـطة البدنية المُعدَّلة؛ فقد ركَّز على توضـــيح الفوائد التي التمســـت أثَرها معلِّمات الأفراد ذوي اضـــطراب طيف التوحُّد، نتيجة ممارسـة الأنشـطة البدنية المُعدَّلة، وظهرت تلك الفوائد في عِدّة جوانب، من أهمها: حدوث تطوُّر في الجانب الاجتماعي، والنفســـي، والجســـدي، والعقلي، فكان الأثر الملحوظ على تطوُّر الجانب الاجتماعي هو تحسُّـن في مهارات التواصـل البصـري والتفاعل الاجتماعي للأفراد ذوي اضـطراب طيف التوحد مع أقرانهم، كما أسـهمت الأنشـطة البدنية المعدَّلة في تنمية السـلوكيات المرغوبة في التواصـــل، من خلال قدرة الفرد ذي اضـــطراب طيف التوحُّد على توظيف مهارة التعبير عن رغباته، بدلًا من التعبير باســتخدام ســلوكيات غير مرغوبة كالغضــب والصــراخ، وتعميم تلك المهارة في البيئة التعليمية والمنزل أيضًا.

وترى الباحثة من وجهة نظرها؛ أن التشابه في آراء المعلِّمات المُشارِكات في هذا الأثر قد يعود إلى تركيزهن على تطوير مهارات التفاعل الاجتماعي بين الأفراد ذوي اضـــطراب طيف التوحُّد، من خلال اســتخدامهن الأنشــطة البدنية المعدَّلة، بالإضــافة لرغبتهن في تحقيق عملية دمْج الأطفال ذوي اضـــطراب طيف التوحد مع أقرانهم العاديِّين في التفاعل الاجتماعي وفي بيئات متعدِّدة. وتتفق نتيجة الموضـوع الرئيس الثاني التي التمسـت أثرًا إيجابيًّا لتطور المهارات الاجتماعية من خلال توظيف الأنشـطة البدنية المعدَّلة مع دراسـة كلٍّ من (سـجيني، ٢٠٢٢؛ قدور وآخرون، ٢٠٢١) والتي أشـــارت إلى أن للنشـــاط البدني المُعدَّل دورًا كبيرًا في تطوير المهارات الاجتماعية من حيث التفاعل والتواصل الاجتماعي.

بينما كان الأثر الملحوظ على الجانب النفسي هو تطوُّر في مهارات تقرير المصير لدى الفرد ذي اضـطراب طيف التوحُّد، حيث أصـبح يسـتطيع اختيار النشـاط الذي يرغب به، كما زاد

من مستوى التقدير الذاتي لديهم، حيث أشعرهم بإيجابية عالية أثناء قدرتهم على تنفيذ النشاط البدني المُعدَّل، أيضًا اتَّفقت المُشارِكات على أن النشاط البدني المُعدَّل يُسهم في تعديل سلوك الفرد ذي اضطراب طيف التوحُّد، من حيث انخفاض مستوى العصبية والتوتر لديهم بَعد ممارستها، ومساعدتهم على الشعور بالهدوء والاسترخاء، وترى الباحثة هنا؛ أن تنوُّع آراء المعلِّمات المُشارِكات قد يكون نتيجة لتركيز المعلمات على تطوير هذا الجانب لدى الفرد ذي اضطراب طيف التوحُّد، وذلك يتفق مع ما أشارت إليه دراسات (محمد وآخرون، ٢٠٢٠؛ Hynes & Block, 2023؛ فهد ويوسف، ٢٠٢١) في أن النشاط البدني المُعدَّل يُسهم في تعديل بعض السلوكيات غير المرغوبة لدى الفرد ذي اضطراب طيف التوحد كالغضب والقلق، بالإضافة إلى تحسين الحالة المزاجية لديهم.

وفي المقابل؛ كان الأثر الملحوظ على الجانب العقلي يتمثَّل في تحسُّن مستوى إدراك وتركيز الفرد ذي اضطراب طيف التوحُّد، كما كان لها أثر أيضًا على الجانب الجسدي التمسته أقلِّيَّة من المعلِّمات المشارِكات، وظهر ذلك في انخفاض معدَّل السِّمْنة لدى بعض الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحُّد، بالإضافة إلى زيادة مستوى المرونة لديهم، وتحسُّن في المهارات الحركية كالقفز والجري والمشي، وتعتقد الباحثة أن النتائج الذي ظهرت في الجانب العقلي والجسدي ظهرت بشكلٍ غير مخطَّط له مع المعلِّمات المُشارِكات، حيث أنهن ركَّزْن على تحسين الجانب الاجتماعي والنفسي أكثر من بقية الجوانب الأخرى.

وبناءً على ذلك؛ تشير الباحثة إلى أهمية ممارسة الأنشطة البدنية المعدَّلة بشكلٍ منتظم، وإجراء المزيد من الدراسات المتنوِّعة في منهجيَّتها لمعرفة الأثار المترتبة نتيجة لممارسة الأنشطة البدنية المعدَّلة على الجانبيْن العقلي والجسدي للأفراد ذوي اضطراب طيف التوحُّد، حيث إن النتائج السابقة تُعدُّ بمثابة بوابة لتوجيه معلِّمات الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحُّد والجهات المختصَّة إلى الاهتمام بالأنشطة البدنية المُعدَّلة، وتخصيص برامج مُطوَّرة ومُخصَّصة لممارستها بشكلٍ منتظم معهم. واتَّفقت نتائج أثَر الأنشطة البدنية المعدَّلة على الجانبيْن الجسدي والعقلي مع ما أكَّدته دراسة كلٍّ من (Hynes & Block, 2023; Lian & Wang, 2024; Cali, 2023)، في أن النشاط البدني المُعدَّل يُسهم في تحسين الانتباه والتركيز لدى الفرد ذي

اضطراب طيف التوحُّد، بالإضافة إلى تحسين التنسيق الحركي لديهم، والتقليل من فرْط الحركة، حيث يُعدُّ وسيلة لتفريغ الطاقة.

توصيـــات الدراســة

بناء على ما تم استعراضه سابقاً في نتائج الدراسة الحالية تقترح الباحثتان عدَّة توصيات قد تساعد الباحثين والجهات المختصة مستقبلاً بإذن الله، وهي كالتالي:

١- توصـــــي الباحثتان بالحاجة إلى إجراء أبحاث مختلطة ونوعية أخرى في مناطق أخرى بالمملكة العربية الســعودية للتعمق في فهم تصــورات المعلمات ومعرفة التحديات التي تواجههن أيضاً، بالإضافة إلى التنويع في اختيار المشاركين ودراسة تصورات المعلمين الذكور، والأسر كذلك.

٢- إجراء دراســات أخرى عن مدى توفُّر وتطبيق برامج الأنشــطة البدنية المُعدَّلة في مراكز الرعاية النهارية.

٣- توصي الباحثتان بضرورة إقامة دورات تدريبية للمعلمين لتوضيح مفهوم الأنشطة البدنية المُعدَّلة وأهميتها على الفرد ذو اضـــطراب طيف التوحد، ولمعرفة الطرق والخطوات الصحيحة لتنفيذها.

٤- إنشاء أماكن مخصصة ومهيئة بكوادر مختصين لمساعدة الأفراد ذوي اضطراب طيف التوحد على ممارسة الأنشطة البدنية بشكل منتظم وشبه يومي كالأفراد العاديين، مما يدعم رؤية المملكة العربية السعودية (2030) في إعداد مجتمع رياضي وصحي.

قائمـــة المراجـــع

أولاً: المراجع العربية:

إبراهيم، أحمد. (٢٠٢٠). التوحد بين ضرورة التشخيص المبكر وصعوباته. *المجلة الاجتماعية القومية، ٥٧*(٢)، ٢١-٥٠. https://doi.org/10.21608/jns.2020.205310

ابن فهد، فهدة، ويوسف، محمد. (٢٠٢١) فاعلية برنامج قائم على الأنشطة الحركية والرياضية في تنمية التوازن النفســـي لدى فئة من شـــباب طيف التوحد. *مجلة الطفولة والتربية، ٤٨*(١)، ٥٣٥-٤٧٥. https://dx.doi.org/10.21608/fthj.2021.203411

أســـامة، مهدي، وفارس، فايد. (٢٠٢١). دور النشـــاط الرياضـــي المكيف في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال التوحد [رسالة ماجستير منشورة، جامعة بوضياف]. المستودع المؤســـســـي لجامعة محمد بوضـــياف بالمســـيلة. http://dspace.univ-msila.dz:8080//xmlui/handle/123456789/24921

إسماعيل، مريم. (٢٠١٩). *الإدراك الحسي للأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد (جوانب من الاختلافات والاحتياجات)* (ط.٢). دار المسيلة للنشر والتوزيع.

الجلامدة، فوزية. (٢٠١٦). *قياس وتشـــخيص اضـــطرابات طيف التوحد في ضـــوء المعايير الشخصية الواردة في DSM4/DSM5*. دار المسيرة للطباعة والنشر.

الجلبي، سوسن. (٢٠١٥). *التوحد الطفولي أسبابه – خصائصه – تشخيصه – علاجه*. دار رسلان.

الجهني، عبد الرحمن، وعبد الكريم، بوبكر. (٢٠٢٢). النشاط الرياضي المعدل وعلاقته بخفض الســـلوك العدواني تجاه الآخرين لدى المعاقين عقليًا من وجهة نظر المعلمين بمحافظة جدة. *مجلة الباحث للعلوم الرياضية والاجتماعية، ٥*(١)، ٤٩-١

الحسيني، عبدالناصر. (٢٠٢٠). *مؤشرات جودة مناهج البحث في التربية الخاصة: الممارسات المستندة إلى البراهين*. مركز الملك سلمان لأبحاث الإعاقة.

الحوامدة، أحمد. (٢٠١٩). *الأساليب التربوية والتعليمية للتعامل مع اضطراب التوحد*. دار ابن النفيس للنشر والتوزيع.

الحيارى، هيثم. (٢٠١٨). فاعلية برنامج تدريبي قائم على فنيات تعديل السلوك في تنمية معرفة أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في التعامل مع سلوكيات أطفالهن في دولة الإمارات العربية. *المجلة التربوية الأردنية، ٣*(٢)، ٢٧١-٢٣٨.

الدويري، خلدون، والكلالدة، أروى. (٢٠١٧). واقع التحليل الموضوعي في المكتبات الجامعية الأردنية: دراسة ميدانية. *المجلة المصرية لعلوم المعلومات*، ٤ (٢)، ٢٧٢-٢٣٢.

الرشيدي، غازي. (٢٠١٧). *البحث النوعي في التربية*. مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.

الزارع، نايف. (٢٠١٨). *المدخل إلى اضطراب التوحد المفاهيم الأساسية وطرق التدخل* (ط.5). دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

الزارع، نايف، والسقاف، عبد المحسن. (٢٠١٩). مستوى تطبيق برنامج التدريس المنظم في فصول الطلبة ذوي اضطراب طيف التوحد في برامج التوحد الحكومية بمحافظة جدة. *المجلة التربوية*، (٦٨)، ٣٨٨-٣٥٢.

الزاير، رحاب، والشيراوي، مريم. (٢٠٢٠). فاعلية برنامج تدريبي قائم على ركوب الخيل في تحسين المعالجة الحسية والتواصل الاجتماعي لدى الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، ٤ (١٨)، ٤٢٤-٣٨٩.

الصديق، مختار. (٢٠٠٥). دراسات في مناهج البحث النوعي: البحوث النوعية. *دراسات تربوية*، ٦ (١٢)، ١٣١-١٥٠.

العمري، نسيبه. (٢٠١٨). أثر برنامج رياضي معدَّل في تحسين القدرات الحركية والبدنية لدى الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. *المجلة التربوية الأردنية*، ٣ (٤)، ٢٨٣-٢٥٥.

الفقيه، أحمد. (٢٠١٧). تصميم البحث النوعي في المجال التربوي مع التركيز على بحوث تعليم اللغة العربية. *المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية*، ٢ (٣)، ٣٦٧-٣٥٤.

القريني، سعد. (٢٠٢٠). *البحث النوعي الاستراتيجيات وتحليل البيانات*. دار جامعة الملك سعود.

اللجنة البارالمبية السعودية. (٢٠٢٢). *نبذة*. https://paralympic.sa/page/957

المزيني، مشعل، والزارع، نايف. (٢٠٢١). الخصائص السيكومترية لمقياس مطور للكشف على الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في مدينة مكة المكرمة. *مجلة التربية الخاصة والتأهيل*، ١٣ (٤٥)، ١١٧-٨٧.

المطر، عبد الحكيم، وحسن، عادل. (٢٠١٧). *التربية البدنية لذوي الاحتياجات الخاصة* (ط.4). دار الزهراء.

أيمن، زبيري، والأمين، بن ناصر. (٢٠٢١). *دور النشاط البدني والرياضي المكيف في خفض سلوك إيذاء الذات لدى عينة من أطفال التوحد* [رسالة ماجستير منشورة، جامعة بوضياف]. المستودع المؤسسي لجامعة محمد بوضياف بالمسيلة. http://dspace.univ-msila.dz:8080//xmlui/handle/123456789/24847

بوزياني، عائشة. (٢٠٢٢). اضطراب طيف التوحد عند الأطفال، تاريخه، مفهومه، تشخيصه، تصنيفاته وتوعية الآباء والأمهات به. *مجلة دراسات*، ١١ (١)، ٨٠٧-٧٩٠.

حسن، محسن، ومبارك، وائل، وإسماعيل، إسلام. (٢٠٢١). معوقات دمج الطلاب ذوي القدرات الخاصة في درس التربية الرياضية في محافظة الجيزة. *المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة*، ٩٣ (٤)، ١-٤١.

حسن، هشام، والدايخ، فتحي، ومحمد، خليل. (٢٠١٩). آراء الأخصائيين حول الممارسات المبنية على الأدلة العلمية المقدمة للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد. *مجلة جامعة الزيتونة*، (٣٢)، ٢٠١-١٨٢.

خشاب، حسين. (٢٠١٦). *دور النشاط البدني المكيف في التقليل من عقدة الشعور بالنقص لدى المعاق حركيًا (دراسة ميدانية لفريق نور لكرة السلة على الكراسي المتحركة المسيلة)* [رسالة ماجستير منشورة، جامعة بوضياف]. المستودع المؤسسي لجامعة محمد بوضياف بالمسيلة.
http://dspace.univ-msila.dz:8080//xmlui/handle/123456789/230

سامعي، توفيق. (٢٠١٢). التربية الرياضية كنشاط علاجي لأطفال التوحد. *قاعدة بيانات شمعة*، ٢ (٤٠)، ٢٠٩-٢٢٨.

سجيني، عائشة. (٢٠٢٣). *دور الأنشطة البدنية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى المعاقين فكريًا واضطراب طيف التوحد من وجهة نظر المعلمين* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة أم القرى.

سهير، ثامري. (٢٠١٧). *دور النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق الإدماج الاجتماعي لدى الأطفال المصابين بالتوحد* [أطروحة دكتوراة منشورة، جامعة زيان عاشور]. منصة المجلة العلمية الجزائرية. https://www.asjp.cerist.dz/en/article/172962

طمين، هاجر. (٢٠١٨). *دور النشاط الرياضي المكيف في الاندماج الاجتماعي لذوي اضطراب التوحد (من ٥ إلى ١٠ سنوات) بعض المراكز المتخصصة لولاية قسنطينة* [رسالة ماجستير منشورة، جامعة العربي بن مهيدي– أم البواقي]. منصة أطروحات الجزائر. http://dspace.univ-oeb.dz:4000/items/12b995e8-8f23-46dd-b39e-3967a88adf65

عبد، محمود. (٢٠١٨). تفسير المظاهر السلوكية للأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في ضوء معايير التشخيص الحديثة (DSM-V). *مجلة دراسات العلوم التربوية، ٤٥* (٣)، ٣٥٩–٣٤٥.

فودة، نشوى. (٢٠١٩). *فعالية برنامج تعليمي قائم على القصص الحركية لخفض بعض المشكلات السلوكية لدى الأطفال ذوي اضطراب التوحد* [رسالة ماجستير منشورة]. جامعة دمنهور.

قدور، بن دهمة، بشير، قاسمي، وسالم، عناني. (٢٠٢١). دور النشاط البدني الرياضي في تحقيق الإدماج الاجتماعي لدى الأطفال المصابين بالتوحد. *مجلة علوم الرياضة والتدريب، ٥* (١)، ٧٩–٦٧.

محمد، تمار، رابح، صغيري، وكمال، نطاح. (٢٠٢٠). الأنشطة الرياضية المكيفة وتأثيرها في تعديل السلوك العدواني لدى أطفال التوحد. *المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجية للأنشطة البدنية والرياضية، ١٧* (٢)، ٢٩١–٣٠٣.

محمد، محمد. (٢٠٢٠). تأثير برنامج أنشطة حركية على تنمية مهارات التواصل الاجتماعي وبعض المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، ٧٠ (٤)، ١٤٩–١٧٩.

مركز البحوث والدراسات متعدِّد التخصصات. (٢٠٢١). *العينات في البحث العلمي وأنواعها وطرق اختيارها*.

https://www.mdrscenter.com/%D8%A7%D9%84%D8%B9%D9%8A%D9%86%D8%A7%D8%AA-%D9%81%D9%8A-%D8%A7%D9%84%D8%A8%D8%AD%D8%AB-%D8%A7%D9%84%D8%B9%D9%84%D9%85%D9%8A-%D9%88-%D8%A3%D9%86%D9%88%D8%B9%D9%87%D8%A7/

مركز الملك سلمان لأبحاث الإعاقة. (٢٠١٧). *إحصائيات مناطق المملكة*.

https://www.kscdr.org.sa/ar/stats

منظمة الصـحة العالمية. (٢٠٢١). *المبادئ التوجيهية لمنظمة الصـحة العالمية بشـأن النشـاط البدني والسلوكيات المنطوية على قلة الحركة*.

https://apps.who.int/iris/handle/10665/352623

نادي الرياض السـعودي [AlRiyadhFC]. (٢٠١٧، أبريل ٤). *نعلن عن فتح باب التسـجيل في تدريب السباحة لفئة (التوحد)*. [رابط مرفق] [تغريدة]. تويتر.

https://x.com/AlRiyadhFC/status/1511084274455392263?mx=2

وزارة التعليم. (٢٠٢٠). *دليل المعلم الشامل لبرامج التوحد*.

https://moe.gov.sa/ar/aboutus/aboutministry/Pages/rpr.aspx

وزارة الرياضة. (٢٠٢١). *وزارة الرياضة تطلق "برنامج فخر" لتأهيل ذوي الإعاقة*.

https://www.mos.gov.sa/ar/mediacenter/news/Pages/n0472021.aspx

وزارة الصحة. (٢٠٢٠). دليل النشاط البدني للممارس الصحِّي.

https://www.moh.gov.sa/Ministry/About/Health%20Policies/037.pdf

ثانيًا المراجع الأجنبية:

Akpinar, S., Karadag, O., & Hosver, P. (2022). Problems Faced by Sports Instructors Working in Autism Sports Clubs. *Spormetre The Journal of Physical Education and Sport Sciences*, *20*(4), 166-177.

Alaniz, M., Rosenberg, A., beard, N., & Rosario, E. (2017). The Effectiveness of Aquatic Group Therapy for Improving Eater Safety and Social Interactions in Children with Autism Specrtum Disorder: A Pilot Program. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, (47), 4006-4017. https://doi.org/10.1007/s10803-017-3264-4

American Psychiatric Association. (2021). *What Is Autism Apectrum Disorder?* https://www.psychiatry.org/patients-families/autism/what-is-autism-spectrum-disorder

Blagrave, J. (2017). Experiences of children with autism spectrum disorders in adapted physical education. *European Journal of Adapted Physical Activity, 10*(1), 17-27.

Braun, V., & Clarke, V. (2012). Thematic analysis. *American Psychological Association,* (2), 57–71.

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2018). *Data and Statistics on Autism Spectrum Disorder.* https://www.cdc.gov/ncbddd/autism/data.html

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2024). *What is Autism Spectrum Disorder?* https://www.cdc.gov/ncbddd/autism/data.html

Creswell, J. (2012). *Educational research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research* (4th ed). Pearson Education.

Hynes, J., & Block, M. (2022). Effects of Physical Activity on Social, Behavioral, and Cognitive Skills in Children and Young Adults with Autism Spectrum Disorder: a Systematic Review of the Literature. *Journal of Autism and Developmental Disorders,* (10), 749-770.

Lee, J., Healy, S., & Haegele, J. (2022). Environmental and social determinants of leisure-time physical activity in children with autism spectrum disorder. *Disability and Health Journal,* (15). 1-6.

Lopez-Diaz, J., Felgueras, N., & Garrote, I. (2021). Football as an Alternative to Work on the Development of Social Skills in Children with Autism Spectrum Disorder with Level 1. *Behavioral Sciences*, *11*(11), 1-12. http://dx.doi.org/10.3390/bs11110159

Menear, K., & Neumeier, W. (2015). Promoting physical activity for students with autism spectrum disorder: Barriers, benefits, and strategies for success. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, *86*(3), 43-48.

Merriam, S., Tisdell, E. (2016). *Qualitative Research A Guide to Design and Implementation* (4nd ed.). Jossey-Bass a Wiley Brand.

Narduzzi-Cali, D. (2023). *The Impact of Physical Activity on Aggression in Individuals with Autism Spectrum Disorder: Review of the Literature* [Doctoral dissertation, Adelphi University]. ProQuest Dissertations & These. https://www.proquest.com/openview/b4fe330dbb04d54fff80939758af257a/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y

Papadopoulos, D. (2021). Mothers' Experiences and Challenges Raising a Child with Autism Spectrum Disorder: A Qualitative Study. *Brain Sciences*, *11*(309), 1-16.

Tomaszewski, B., Savage, M., & Hume, K. (2022). Examining physical activity and quality of life in adults with autism spectrum disorder and intellectual disability. *Journal of Intellectual Disabilities, 26*(4), 1075-1088.

Wang, L., Lian, D. (2024). An Experimental Study on the Effect of Sports Activities Intervention in Improving Stereotypical Behavior of Children with Autism. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development, 13*(2), 557–569.

World Health Organization (WHO). (2022). *Autism*. https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders