

Sports activities and their relationship to mental health and academic achievement among children with autism spectrum disorder from the point of view of specialists

Dr. Mersal Abdullah Suleiman Mersal

An-Najah National University | Palestine

Received:

11/07/2024

Revised:

28/07/2024

Accepted:

29/08/2024

Published:

30/01/2025

* Corresponding author:

mrsalmersal278@gmail.com

[m](#)

Citation: Mersal, M. A. (2025). Sports activities and their relationship to mental health and academic achievement among children with autism spectrum disorder from the point of view of specialists. *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 9(1), 53 – 65.

<https://doi.org/10.26389/AJSRP.L130724>

[AJSRP.L130724](#)

2025 © AISRP • Arab Institute of Sciences & Research Publishing (AISRP), Palestine, all rights reserved.

• Open Access



This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) [license](#)

Abstract: The study aimed to reveal the relationship between sports activities, mental health, and academic achievement among children with autism spectrum disorder from the point of view of specialists. The researcher used the descriptive approach, and the study sample consisted of (150) who were selected using a purposive sampling method, and the questionnaire was used as a tool to collect data on the subject of the study. The results showed that the overall degree of the impact of sports activities on the psychological health and academic achievement of students with autism spectrum disorder was with an arithmetic mean (3.86), to a large degree, and that there was a statistically significant correlation at the significance level ($\alpha = 0.05$) between The impact of sports activities, mental health and academic achievement, and the presence of statistically significant differences at the significance level ($\alpha = 0.05$) between the averages of the responses of the study sample members due to the gender variable in all fields of study and the total score in favor of females, and the absence of statistically significant differences at the significance level ($\alpha = 0.05$) between the averages of the responses of the study sample members due to the variables of academic qualification and years of experience in all fields of study and total degree. The study recommends enhancing the role of sports activities in increasing the academic achievement of students with autism spectrum disorder, paying attention to sports activities that improve the psychological health of students with autism spectrum disorder, and allocating a staff specialized in sports activities to train students with autism spectrum disorder.

Keywords: Sports- Mental health- Academic achievement- Children- autism spectrum.

الأنشطة الرياضية وعلاقتها بالصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من وجهة نظر الأخصائيين

د/ مرسال عبد الله سليمان مرسال

جامعة النجاح الوطنية | نابلس | فلسطين

المستخلص: هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الأنشطة الرياضية والصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من وجهة نظر الأخصائيين. واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (150) فرداً تم اختيارهم بأسلوب العينة القصدية، واستخدمت الاستبانة كأداة لجمع البيانات حول موضوع الدراسة. وأظهرت نتائج الدراسة أن الدرجة الكلية لتأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، كانت بمتوسط حسابي (3.86)، وبدرجة كبيرة، ووجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) بين تأثير الأنشطة الرياضية والصحة النفسية والتحصيل الدراسي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس في جميع مجالات الدراسة والدرجة الكلية لصالح الإناث، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغيري المؤهل العلمي وسنوات الخبرة في جميع مجالات الدراسة والدرجة الكلية. وتوصي الدراسة بتعزيز دور الأنشطة الرياضية في زيادة التحصيل الدراسي للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، والاهتمام بالأنشطة الرياضية التي تحسن من الصحة النفسية للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، وتخصيص كادر متخصص في الأنشطة الرياضية لتدريب طلاب ذوي اضطراب طيف التوحد.

الكلمات المفتاحية: الرياضة – الصحة النفسية – التحصيل الدراسي – الأطفال – طيف التوحد.

1- المقدمة.

لقد أصبح التطور العلمي تسمية هذا العصر لما يتصف به كم سرعة تحطه يفتح آفاقاً متعددة وكثيرة للتعرف على كل ما هو جديد في مختلف المجالات وتعتبر مسيرة الرياضة لهذا التطور أمراً جيداً وحيوياً بالغا الأهمية حيث تتطلب طبيعة المستويات الرياضية العالمية من الألعاب الرياضية ضرورة استخدام قدراته البدنية والنفسية والخططية بصورة متكاملة وذلك لمحاولة تحقيق أفضل المستويات الممكنة. ولقد تقاربت طرق الإعداد النفسي خلال السنوات الأخيرة لهذا الغرض ظهرت الحاجة إلى المزيد من الاهتمام بالناحية النفسية (رحلي، 2022).

ويرتبط مفهوم الصحة النفسية ارتباطاً وثيقاً بعلم النفس وتطوره، وبعد أن كانت تشير إلى خلو الفرد من الاضطرابات السيكولوجية والانفعالية، أصبح يُعبر عنها بشكل إيجابي؛ فالصحة النفسية هي التفكير بشكل واضح وعقلاني وبشكل منطقي (كتلو، 2016).

ومن الممكن أن يتأثر مستوى الصحة النفسية للفرد سلباً وإيجاباً بسبب العوامل التي تؤثر على العقل والجسم، وهذه المؤثرات تهيئ الإنسان وصحته النفسية للأفضل أو للأسوأ، وهو ما يحدد طبيعة حياته ومستقبله (كفاي، 2012).

ولعل من العوامل التي تؤثر بشكل خطير على الصحة النفسية للإنسان هو وجود شخص معاق، إن وجود شخص معاق في الأسرة يمكن أن يكون له تأثير سلبي على الشخص المعاق وجميع أفراد الأسرة المشاركين في رعاية وتربية طفل ذي إعاقة. وتعتبر الإعاقة أمراً صعباً ومرهقاً لجميع أفراد الأسرة، وخاصة الوالدين، لأنه بالإضافة إلى الضغط النفسي الذي تسببه إعاقة الطفل، عليهم أيضاً التعامل مع متاعب تربية الطفل وما ينتج عنها من ضغط نفسي طبيعي (الديب، 2016).

ويعتبر التحصيل الدراسي ظاهرة تربوية وجهد علمي يتحقق للفرد والطالب من خلال ممارساته التعليمية والدراسية والتدريبية في نطاق تعليمي مما يؤدي إلى تحقيق الاستفادة التي حصل عليها الطالب من الدروس والتوجيهات التعليمية والتربوية المقررة التي تساعد على اكتساب المهارات التي تجعله مؤهلاً من أجل التفاعل مع متغيرات المجتمع التي تصادفه (عدة وعصفورة، 2022).

فالتحصيل الدراسي له أهمية كبيرة إذ يشير في مفهومه العام إلى كم المعلومات التي يحصل عليها الطلبة أثناء دراستهم ولا يؤتى بثماره إلا إذا كان ناتجاً عن دراسة لقدرات الطلبة واستعداداتهم من قبل الأشخاص المسؤولين عن عملية توجيه الطلبة، ويعتبر التحصيل الدراسي هو المدخل الرئيس الذي يمكن عن طريقه معرفة مشكلات فشل الطلبة في المدارس (أبو عيشة، 2022).

ويرى الباحث أن الصحة النفسية والتحصيل الدراسي تعتبران أموراً حيوية في حياة الأفراد، حيث ترتبط بشكل وثيق بجودة الحياة والنجاح الشخصي. ومن بين الفئات الاجتماعية التي تعاني من تحديات متعددة في هذين الجانبين هم الأفراد الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد (ASD) يتميز هؤلاء الأفراد بتفاعلات معقدة مع البيئة التعليمية والاجتماعية تتطلب فهماً عميقاً ودراسات شاملة لتقديم الدعم والتوجيه الملائم، من خلال فهم العوامل المؤثرة على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لأفراد طيف التوحد، يمكن تحسين فعالية الدعم الذي يُقدم لهم في البيئات التعليمية، وبالتالي تحقيق تجارب تعليمية أكثر إشراقاً وناجحة لهؤلاء الأفراد.

ويزداد الاهتمام بطيف التوحد في هذه الأونة نتيجة الأعداد المتزايدة التي أشارت إليها الإحصائيات فاضطراب التوحد بدأ ينتشر انتشاراً كبيراً في السنوات الأخيرة حسب ما جاء في التقرير الذي نشره مركز الأبحاث في جامعة كامبريدج، حيث أصدر تقريره بزيادة نسبة مرض التوحد من (5) حالات لكل (10) آلاف طفل في السنة في سن (11.5)، إلى (75) حالة لكل (10) آلاف طفل. في الولايات المتحدة الأمريكية يوجد لديها (2.5) حالات من كل (10) آلاف مولود، يقوم برعايتهم (1950) مركزاً بحثياً. إضافة إلى أن تقدير الأطفال الذين لديهم أعراض سلوكية تشبه التوحد يتراوح بين (15.20) طفلاً من بين (10) آلاف طفل، وفي ألمانيا طفلان لكل (10) آلاف طفل، وفي اليابان (19) طفلاً لكل (10) آلاف طفل. ويرجع هذا التفاوت إلى اختلاف العوامل الوراثية (الجينية)، والتأثيرات البيئية (مختار، 2019).

فاضطراب طيف التوحد من الاضطرابات المعقدة التي تسبب قصور لدى من يصابون به في تواصلهم غير اللفظي واللفظي؛ مما يسبب لهم مشكلات في علاقاتهم وتفاعلاتهم الاجتماعية، والتعبير عن الذات وعدم قدرتهم على فهم الآخرين وتظهر خلال السنوات الأولى من عمر الطفل، كما يعاني هؤلاء الأطفال من ظهور سلوكيات غريبة وشاذة وأنماط سلوك متكرر، بالإضافة إلى الانطواء على الذات (شهاب، 2020).

ومن خلال ما سبق يتبين أن الأنشطة الرياضية تعد من العوامل المهمة التي يمكن أن تلعب دوراً بارزاً في تعزيز الصحة النفسية والتحصيل الدراسي للأفراد ضمن طيف التوحد. إذ توفر هذه الأنشطة فرصة للتحفيز الحركي وتعزيز التفاعل الاجتماعي، مما يمكن أن يؤثر إيجابياً على النمو الشخصي والتكيف في البيئة التعليمية. وتشير العديد من الأبحاث إلى فوائد الأنشطة الرياضية للأفراد ضمن طيف التوحد، بما في ذلك تحسين المهارات الحركية والتواصل الاجتماعي، وتقليل التوتر والقلق.

وتنطلق هذه الدراسة لاستكشاف العلاقة بين الأنشطة الرياضية والصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، حيث تسعى إلى فهم كيفية تأثير ممارسة الرياضة على السلوكيات والمهارات الحياتية لهؤلاء الأفراد في البيئة المدرسية. من خلال تحليل البيانات والنتائج المستمدة من هذه الدراسة.

2-1-مشكلة الدراسة

لاحظ الباحث بعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة ونتائجها وتوصياتها، أن هناك العديد من التحديات الصحية والنفسية والتعليمية التي تواجه الطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، والتي تؤثر سلباً على جودة حياتهم وتحصيلهم الدراسي. مع زيادة الاهتمام بدمج الأنشطة الرياضية كوسيلة لتحسين الصحة العامة والنفسية، وهناك فجوة في فهم كيفية تأثير هذه الأنشطة بشكل خاص على الطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد. وتبين الدراسات أنه الأنشطة الرياضية لها تأثير على طلاب اضطراب طيف التوحد ومنها دراسة الأطرش ويزيز وراشد (2020) التي أظهرت نتائجها أن مستوى الاضطرابات الحركية قبل البدء بتطبيق المنهج التعليمي المقترح للأنشطة الرياضية لدى طلبة ذوي اضطراب طيف التوحد في مدارس محافظة القدس من وجهة نظر المعلمين والمعلمات كان مرتفعاً جداً، ودراسة براوش (2018) التي أظهرت نتائجها أن هناك أدلة معقولة لتنفيذ العلاج باليوغا للمساعدة في التركيز والاهتمام وهذه تعمل على مراجعة خصائص الأطفال الذين يعانون من التوحد والعلاجات النموذجية المستخدمة لمساعدتهم وفعالية اليوغا وعلاجات التنفس. ويهدف هذا البحث إلى استكشاف العلاقة بين ممارسة الأنشطة الرياضية وتحسين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى هؤلاء الطلاب، وكذلك تحديد العوامل المؤثرة في هذه العلاقة.

3-1-أسئلة الدراسة

ما تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد؟
ويتفرع من الأسئلة الفرعية الآتية:

- 1- ما تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد؟
- 2- كيف تؤثر الأنشطة الرياضية على التحصيل الدراسي للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد؟
- 3- هل هناك علاقة بين الأنشطة الرياضية والصحة النفسية والتحصيل الدراسي للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد؟

4-1-فرضيات الدراسة

1. لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha = 0.05)$ بين الأنشطة الرياضية والصحة النفسية والتحصيل الدراسي للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha = 0.05)$ بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha = 0.05)$ بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير المؤهل العلمي.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha = 0.05)$ بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير سنوات الخبرة.

5-1-أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى التعرف على الآتي:

- 1- مدى تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد.
- 2- كيفية تأثير الأنشطة الرياضية على التحصيل الدراسي للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد.
- 3- الكشف عن العلاقة بين الأنشطة الرياضية والصحة النفسية والتحصيل الدراسي للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد.
- 4- فحص مدى وجود فروق بين إجابات العينة تعزى للمتغيرات (الجنس، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة).

6-1-أهمية الدراسة

• الأهمية النظرية:

تكمن أهمية الدراسة في أنها تساهم في توسيع قاعدة المعرفة حول تأثير الأنشطة الرياضية على الطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، مما يضيف إلى الأدبيات الموجودة في مجالات التربية الخاصة وعلم النفس الرياضي، والتعليم، وتوفر الدراسة فهماً أعمق

للعلاقة بين النشاط البدني والتحسينات في الصحة النفسية والتحصيل الدراسي، مما يساعد في تطوير نظريات جديدة أو تعديل النظريات الحالية في هذه المجالات، وتساعد النتائج النظرية في تقديم أساس نظري لتطوير برامج ومناهج تربوية وصحية تستند إلى الأنشطة الرياضية، مما يساهم في تحقيق أفضل النتائج للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد.

• الأهمية العملية:

تظهر أهمية الدراسة في أنه يمكن استخدام نتائجها لتطوير وتحسين البرامج التعليمية والتدريبية المخصصة للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، بما يشمل دمج الأنشطة الرياضية كجزء من المناهج الدراسية اليومية. وتساهم الدراسة في تقديم استراتيجيات عملية لدعم الصحة النفسية للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد من خلال الأنشطة الرياضية، مما يعزز رفاههم العام، ومن خلال فهم تأثير الأنشطة الرياضية على التحصيل الدراسي، يمكن للمدارس والمعلمين تصميم أنشطة رياضية تساعد في تحسين الأداء الأكاديمي لهؤلاء الطلاب، وتقدم الدراسة دلائل علمية يمكن أن يستند إليها صانعي السياسات في مجالي التعليم والصحة لوضع استراتيجيات وبرامج تدعم الطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، وتساعد نتائج الدراسة في زيادة وعي المجتمع والأهالي بأهمية الأنشطة الرياضية كأداة لدعم الصحة النفسية والتحصيل الدراسي للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، مما يشجع على تبني هذه الأنشطة في الحياة اليومية.

7-1- حدود الدراسة

- الحد الموضوعي: الأنشطة الرياضية وعلاقتها بالصحة النفسية والتحصيل الدراسي لدى أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد
- الحد البشري: طبقت الدراسة على الأخصائيين الذين يعملون في المراكز العلاجية لعلاج طيف التوحد.
- الحد المكاني: طبقت الدراسة في مدينة نابلس.
- الحد الزمني: طبقت الدراسة خلال الفترة الزمنية من 14/4/2024 – 20/5/2024.

8-1- مصطلحات الدراسة

- الأنشطة الرياضية: "هي جميع العمليات والأنشطة التي تشمل بناء وتطوير عناصر اللياقة البدنية وتعلم التكنيك والتكتيك وتطوير القابلية الفعلية ضمن منهج علمي مبرمج وهادف لأسس تربوية بهدف الوصول لأعلى المستويات الرياضية الممكنة" (كوكة، 2015، 19).
- إجرائياً: هي الأنشطة البدنية التي يتم تنفيذها من أجل تحقيق هدف معين تتعلق بالصحة، واللياقة البدنية، والترفيه، والمنافسة، أو التحسين الذاتي، وتشمل مجموعة واسعة من التمارين والرياضات الفردية والجماعية.
- الصحة النفسية: ويعرفها عبد الخالق (2015، 5) بأنها "حالة وجدانية معرفية مركبة، دائمة دوماً نسبياً، من الشعور بأن كل شيء على ما يرام، والطمأنينة والأمن وسلام العقل والإقبال على الحياة، مع شعور بالنشاط والقوة والعافية، ويتحقق في هذه درجة مرتفعة نسبياً من التوافق النفسي والاجتماعي".
- التحصيل الدراسي: يعرف مرعي (2017، 8) بأنه "مدى استيعاب الطلبة لما اكتسبوه من خبرات خلال مقررات دراسية معينة، ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطلبة في الاختبارات التحصيلية المعدة لهذا الغرض".
- اضطراب طيف التوحد: "هو اضطراب نمائي ذو أساس عصبي جيني مرتبط بالمخ يصاحبه عجز في التفاعل الاجتماعي، والتواصل، بالإضافة إلى اهتمامات وسلوكيات نمطية متكررة" (البحري وأمام، 2019، 23).

2- الدراسات السابقة.

- دراسة حمداوي ونويوة (2024) هدفت للتعرف إلى دور التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة النفسية وتأثيرها على التحصيل الدراسي لتلاميذ الطور المتوسط (12 – 15 سنة). واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكون مجتمع البحث من (51) أستاذاً تم اختيار عينة عشوائية مكونة من (40) أستاذاً من أساتذة متوسطات بلدية بسكرة بولاية بسكرة، واستخدمت الاستبانة كأداة لجمع بيانات الدراسة. وأظهرت الدراسة أن للتربية البدنية والرياضية دوراً في تعزيز الصحة النفسية وتأثيرها على التحصيل الدراسي لتلاميذ الطور المتوسط (12 – 15 سنة).
- دراسة رحلي (2022) هدفت للتعرف إلى أثر الأنشطة الرياضية المعدلة على الصحة النفسية في علاج أطفال التوحد، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي المسحي، وطبقت الدراسة على عينة مكونة من (21) مربي من ذوي الاحتياجات الخاصة في مركز التوحد لولاية المسيلة، واستخدمت الاستبانة كأداة لجمع البيانات حول الدراسة. وتوصلت الدراسة إلى أن الدور الذي يلعبه النشاط

البدني المكيف في مساعدة الطفل التوحدي بأن ينعم بحياته في حدود سواء له أو لأسرته، وأظهرت الدراسة أن للنشاط البدني الرياضي المكيف تأثير كبير في تنمية مختلف القصور الإنمائية التي يعاني منها طفل التوحد سواء من الناحية النفسية كتحسين التواصل وروح التعاون وتقبل الآخرين والتخفيف من حدة انسحابه من بعض المواقف الاجتماعية، والتخفيف من سلوكه العدواني كالقلق والتوتر واكتسابه القدرة على التنسيق في بعض الحركات الجسمية كالمشي والقفز.

- دراسة الأطرش ويزيز وراشد (2020) هدفت التعرف إلى مستوى الاضطرابات الحركية قبل البدء بتطبيق المنهج التعليمي المقترح للأنشطة الرياضية لدى طلبة ذوي التوحد في مدارس محافظة القدس من وجهة نظر المعلمين والمعلمات، واستخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وطبقت الدراسة على عينة قصدية مكونة من (13) معلماً ومعلمة من مدرسة بيت صفافا الابتدائية "ب" في محافظة القدس. وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى الاضطرابات الحركية قبل البدء بتطبيق المنهج التعليمي المقترح للأنشطة الرياضية لدى طلبة ذوي التوحد في مدارس محافظة القدس من وجهة نظر المعلمين والمعلمات كان مرتفعاً جداً.
- دراسة براوش (Brausch, 2018) هدفت إلى تحديد آثار اليوغا وتمارين التنفس على جميع الأطفال الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد في المرحلة الابتدائية في أوهايو لوحظت خصائص مشتركة للأطفال الذين يعانون من التوحد، واستخدم البرنامج التجريبي، وقام بتنفيذ العلاج باليوغا لمدة (9) أسابيع من خلال برنامج في المنزل وكانت النتيجة أنه في حين أن الآثار طويلة الأجل لم تكن واضحة، هناك أدلة معقولة لتنفيذ العلاج باليوغا للمساعدة في التركيز والاهتمام وهذه تعمل على مراجعة خصائص الأطفال الذين يعانون من التوحد والعلاجات النموذجية المستخدمة لمساعدتهم وفعالية اليوغا وعلاجات التنفس.
- دراسة توسكانو وآخرين (Toscano, et al, 2018) هدفت التعرف إلى تأثير برنامج للتمرينات البدنية لمدة (84) أسبوع التغييرات الحادثة في عمليات التمثيل الغذائي، والسمات المميزة للتوحد، ومدى تحسن حياة الطفل المتوحد. وتكونت عينة الدراسة من (64) طفل من المصابين بالتوحد تم تقسيمهم إلى مجموعتين (تجريبية= 46 وضابطة = 18 طفل). وقد أظهرت نتائج الدراسة تحسن عمليات التمثيل الغذائي للمجموعة التجريبية صاحب ذلك تحسن واضح في سمات التوحد، وكذلك إدراك الوالدين لارتفاع مستوى جودة الحياة للطفل المصاب بالتوحد. وتدعم نتائج تلك الدراسة وجهات النظر التي تشير إلى أهمية الاشتراك في التدريب والنشاط البدني بانتظام وخاصة تدريبات التوافق وتدريب القوة العضلية، حيث تعتبر من العوامل شديدة الأهمية في خفض أعراض التوحد بالنسبة للأطفال المصابين بطيف اضطراب التوحد.
- دراسة أندريا وجوناثان (Andrea & Jonathan, 2017) هدفت إلى معرفة أثر مشاركة الوالدين في العلاج المعرفي السلوكي لأطفالهم المصابين باضطراب طيف التوحد على الصحة النفسية للوالدين وعلى أداء الطفل المصاب باضطراب التوحد، وأجريت الدراسة على عينة مكونة من (57) طفل مصاب بالتوحد، وقام الوالدين بالمشاركة في عملية التدخل العلاجي المعرفي السلوكي، وأظهرت نتائج الدراسة بأن الأطفال اللذين يعانون من اضطراب التوحد يستفيدون من مشاركة الوالدين في علاجهم، كما أظهرت تحسن في الصحة النفسية لدى جميع الآباء والأمهات بعد التدخل، حيث ساهمت مشاركة الوالدين في التخفيف من مستوى الإكتئاب لديهم، وفي تنظيم العاطفة، وضبط الانفعالات.

2-2-2-2- التعقيب على الدراسات السابقة:

- تشير العديد من الدراسات إلى أن الأنشطة الرياضية تلعب دوراً كبيراً في تحسين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي للأفراد الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد. معظم الدراسات السابقة اتفقت على أن ممارسة الرياضة تسهم في تقليل أعراض القلق والاكتئاب لدى هؤلاء الأفراد، بالإضافة إلى تحسين المهارات الاجتماعية والانفعالية لديهم، حيث أظهرت دراسة رحلي (2022) أن للنشاط البدني الرياضي المكيف تأثير كبير في تنمية مختلف القصور الإنمائية التي يعاني منها طفل التوحد سواء من الناحية النفسية كتحسين التواصل وروح التعاون وتقبل الآخرين والتخفيف من حدة انسحابه من بعض المواقف الاجتماعية، والتخفيف من سلوكه العدواني كالقلق والتوتر واكتسابه القدرة على التنسيق في بعض الحركات الجسمية كالمشي والقفز.
- من جهة أخرى، ركزت بعض الدراسات على العلاقة بين الأنشطة الرياضية والتحصيل الدراسي، حيث أظهرت أن النشاط البدني المنتظم قد يؤدي إلى تحسين الانتباه والقدرة على التركيز في المدرسة. أشارت دراسة الأطرش ويزيز وراشد (2020) إلى أن مستوى الاضطرابات الحركية قبل البدء بتطبيق المنهج التعليمي المقترح للأنشطة الرياضية لدى طلبة ذوي التوحد في مدارس محافظة القدس من وجهة نظر المعلمين والمعلمات كان مرتفعاً جداً.
- على الرغم من ذلك، فإن هناك فجوة في الأدبيات المتعلقة بالتأثير المتكامل للأنشطة الرياضية على كل من الصحة النفسية والتحصيل الدراسي بشكل شامل ومستمر. معظم الدراسات ركزت على فترات زمنية قصيرة أو عينات محدودة، مما يجعل من

الصعب تعميم النتائج على جميع الأفراد الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد. علاوة على ذلك، القليل من الدراسات تناولت تأثير نوع الرياضة أو المدة الزمنية للممارسة على النتائج.

- بناءً على ما سبق، يهدف البحث الحالي إلى سد هذه الفجوة من خلال دراسة تأثير الأنشطة الرياضية على كل من الصحة النفسية والتحصيل الدراسي للأفراد الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد بشكل أكثر تفصيلاً وشمولاً. سيركز البحث على تحليل العلاقة بين هذه الجوانب بشكل متكامل، مع الأخذ بعين الاعتبار العوامل المختلفة مثل نوع الرياضة وفترة الممارسة، مما سيسهم في توفير رؤية أعمق وأكثر دقة حول تأثير الأنشطة الرياضية على هذه الفئة.

الاستفادة من الدراسات السابقة:

- الاستفادة من الدراسات السابقة: في (بناء الإطار النظري وتطويره، وبناء أدوات الدراسة، وتفسير نتائج الدراسة وتحليلها وتفسيرها).
- ما يميز الدراسة الحالية: أنها على حد علم الباحث الدراسة الأولى في فلسطين التي جمعت بين الأنشطة الرياضية والصحة النفسية والتحصيل الدراسي لمعرفة تأثيرها على طلبة اضطراب طيف التوحد.

3- منهجية الدراسة وإجراءاتها.

3-1-منهج الدراسة

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملاءمته لأغراض الدراسة، حيث يقوم على وصف الظاهرة وصفاً دقيقاً، وتحليلها، وتفسيرها.

3-2-مجتمع الدراسة وعينتها:

تكون مجتمع الدراسة من جميع الأخصائيين الذين يعملون في المراكز العلاجية لعلاج اضطراب طيف التوحد، حيث اختار الباحث عينة الدراسة بأسلوب العينة العشوائية الطبقية المكونة من (150) أخصائي من المراكز العلاجية خلال العام الدراسي 2024/2025، والجدول (1) يبين توزيع عينة الدراسة وفق متغيراتها المستقلة.

جدول (1): توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغيراتها المستقلة

المتغير	فئات المتغير	العدد	النسبة المئوية%
الجنس	ذكر	70	52.0%
	أنثى	80	48.0%
	المجموع	150	100%
المؤهل العلمي	بكالوريوس	53	25.9%
	ماجستير	50	50.0%
	دكتوراه	47	25%
	المجموع	150	100.0%
سنوات الخبرة	أقل من 5 سنوات	60	28%
	من 5 سنوات إلى 10 سنوات	50	50.0%
	أكثر من 10 سنوات	40	22%
	المجموع	150	100.0%

3-3-أداة الدراسة

استخدم الباحث الاستبانة كأداة لجمع البيانات، حيث قام ببنائها وتطويرها من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة والأبحاث المتعلقة بموضوع الدراسة، وتكون الاستبانة من (21) عبارة.

3-3-1-صدق الأداة:

من أجل ضمان دقة أداة الدراسة، لا بد من اتباع الخطوات المنهجية من أجل التحقق من صدقها وثباتها، في البداية، تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية في تاريخ 2024/4/14، حيث تم توزيع الاستبانة على عينة استطلاعية بلغ عددها (50) أخصائي،

واستخدمت هذه العينة لتقييم الصدق الظاهري والمحتوى من خلال عرض الأداة على مجموعة من المحكمين والخبراء من ذوي الاختصاص من أجل تحديد مدى ملاءمتها وقدرتها على قياس المتغيرات المستهدفة بدقة. بعد إجراء التعديلات اللازمة والمطلوبة والخروج بالأداة النهائية، تم تطبيق الدراسة الأساسية بتاريخ 2024/5/2، حيث تم توزيع الأداة على عينة أساسية بلغ عددها (150) أخصائي، تم جمع البيانات الأساسية باستخدام الأداة المحسنة، مما يضمن أن النتائج النهائية للدراسة تعكس بدقة الظواهر المستهدفة بفضل الاعتماد على أداة ذات صدق وثبات موثوقين.

2-3-3- ثبات الأداة:

قام الباحث بحساب معامل الثبات للاستبانة، من خلال استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha). والجدول (2) يبين ثبات مجالات الاستبانة والدرجة الكلية.

جدول (2): معاملات الثبات لمجالات الاستبانة والدرجة الكلية

معامل الثبات	المجال	رقم المجال
0.792	تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية	المجال الأول
0.797	تأثير الأنشطة الرياضية على التحصيل الدراسي	المجال الثاني
0.876	الدرجة الكلية للمجالات	

يتضح من الجدول (2) السابق أنّ معاملات الثبات لمجالات الاستبانة كانت عالية؛ حيث بلغ معامل الثبات على المجال الأول (0.792)، وفي المجال الثاني (0.797)، في حين بلغ معامل الثبات للدرجة الكلية (0.876)، وتشير قيم معاملات الثبات إلى أن أداة الدراسة ومجالاتها تتمتع بثبات عالٍ، وتفي بأغراض الدراسة الحالية.

4-3- إجراءات الدراسة

نفذت الدراسة وفق الخطوات الآتية:

1. إعداد أداة الدراسة (الاستبانة) بصورتها الأولية، ومن ثم عرضها على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة، للخروج بصورتها النهائية.
2. تحديد أفراد عينة الدراسة المراد تطبيق الاستبانة عليهم من خلال استخدام أسلوب العينة العشوائية التطبيقية.
3. توزيع الاستبانات على عينة الدراسة، واسترداد الاستبانات التي تم الإجابة عليها من قبل العينة.
4. القيام بتحليل الاستبانات من خلال إدخال البيانات على برنامج (SPSS)، واستخراج النتائج، وتفريغها في جداول، والتعليق عليها، ومن ثم تفسير النتائج ومقارنتها مع نتائج الدراسات السابقة، والخروج بالتوصيات.

5-3- معيار التقييم للنتائج

تم تفرغ البيانات إلى برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS V.23)، حيث تم إدخال إجابات العينة وفقاً لمقياس (ليكرت الخماسي)، وتم حساب مديات البدائل، كالاتي: $(5-1=4=5-0.8)$ ، وكما يبينها الجدول (5).

جدول (3) مديات المتوسطات وفقاً لبدايل الإجابة

التقديرات اللفظية لمستوى الممارسة الصحة النفسية والتحصيل الدراسي	مديات المتوسطات الحسابية		بدايل الإجابة عند إدخال البيانات
	الحد الأدنى	الحد الأعلى	
ضعيفة جداً	1.00	1.80	1
ضعيفة	1.81	2.60	2
متوسطة	2.61	3.40	3
كبيرة	3.41	4.20	4
كبيرة جداً	4.21	5.00	5

6-3- المعالجات الإحصائية المستخدمة:

6-3- المعالجات الإحصائية

- استخدم الباحث برنامج الرزمة الإحصائية (SPSS)؛ لفحص فرضيات الدراسة والإجابة عنها:
- معامل كرونباخ ألفا، لحساب ثبات الاستبانة.
 - المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لوصف عبارات الاستبانة.
 - معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient)؛ لتقدير العلاقة بين متغيرات الدراسة، وهي: الأنشطة الرياضية، والصحة النفسية، والتحصيل الدراسي.

- اختبارات (Independent sample T-test) للإجابة عن الفرضيات المتعلقة بمستويين.
- تحليل التباين الاحادي (One Way ANOVA) للإجابة عن الفرضيات المتعلقة بأكثر من مستوى.
- اختبار شيفيه (Scheffe test) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية.

4- نتائج الدراسة وتفسيرها.

1-4-النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الرئيس: "ما تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد؟"

وللإجابة على السؤال تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات لإجابات العينة وعلى النحو المبين في الجداول التالية:
جدول (4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات المجال الأول (تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية)

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التأثير
1	أشعر بأن الأنشطة الرياضية تساعد في تحسين الحالة المزاجية للطلاب	4.05	0.83	كبيرة
2	تساهم الأنشطة الرياضية في تقليل مستوى التوتر لدى الطالب.	3.88	0.94	كبيرة
3	تساعد الأنشطة الرياضية في زيادة ثقة الطالب بنفسه.	3.80	0.95	كبيرة
4	تساعد الأنشطة الرياضية في تحسين جودة النوم لدى الطالب.	3.78	1.04	كبيرة
5	تساهم الأنشطة الرياضية في تحسين تركيز الطالب وانتباهه.	3.61	1.20	كبيرة
6	تساعد الأنشطة الرياضية في تحسين مهارات التواصل الاجتماعي للطلاب	3.38	1.04	متوسطة
7	تساهم الأنشطة الرياضية في تقليل نوبات الغضب أو الانزعاج لدى الطالب.	4.05	0.83	كبيرة
8	يجد الطالب سهولة أكبر في التفاعل مع الآخرين خلال الأنشطة الرياضية.	4.08	0.58	كبيرة
9	ألاحظ تحسناً في الصحة النفسية للطلاب نتيجة ممارسته للأنشطة الرياضية.	4.03	0.73	كبيرة
10	يواجه الطالب صعوبة في التكيف مع البيئة الرياضية.	3.99	0.65	كبيرة
11	يواجه الطالب نقصاً في الدعم أو التحفيز للمشاركة في الأنشطة الرياضية.	3.93	0.70	كبيرة
12	أعتقد أنه يجب توفير المزيد من الفرص والبرامج الرياضية لطلاب طيف التوحد.	3.87	0.71	كبيرة
	الدرجة الكلية	3.75	0.70	كبيرة

يتضح من الجدول (4) أن الدرجة الكلية لعبارات المجال الأول (تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية) حصلت على متوسط حسابي بلغ (3.75)، وانحراف معياري (0.70)، بدرجة كبيرة، وقد حصلت العبارة الثامنة (يجد الطالب سهولة أكبر في التفاعل مع الآخرين خلال الأنشطة الرياضية). على أعلى متوسط حسابي بلغ (4.08) بدرجة كبيرة، بينما حصلت العبارة السادسة (تساعد الأنشطة الرياضية في تحسين مهارات التواصل الاجتماعي للطلاب) على أدنى متوسط حسابي بلغ (3.38) بدرجة متوسطة. ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن الأنشطة الرياضية تساهم في تحسين الصحة النفسية لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد بشكل كبير، وهذا يؤدي إلى تحسين مزاجهم، وتقليل التوتر، وزيادة الشعور بالراحة والاسترخاء بعد ممارسة النشاط الرياضي، وتساعدهم على زيادة ثقتهم بأنفسهم، حيث يمكن أن يشعروا بالإنجاز والتحدى الشخصي، وتساهم في تحسين جودة النوم لديهم، مما ينعكس إيجاباً على الصحة النفسية لهم، وهذا يدل على وجود مؤشر إيجابي يشير إلى أهمية الرياضة كوسيلة لتحسين الصحة النفسية وتعزيز الرفاهية العامة لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، من المهم تعزيز استخدام الأنشطة الرياضية كجزء من الحياة اليومية وتشجيع المزيد من الأفراد على المشاركة فيها لتحقيق فوائد نفسية وجسدية شاملة.

جدول (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات المجال الثاني (تأثير الأنشطة الرياضية على التحصيل الدراسي)

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التأثير
13	تساهم الأنشطة الرياضية في تحسين تركيز الطالب أثناء الدراسة.	3.94	0.64	كبيرة
14	تساعد الأنشطة الرياضية في تعزيز ذاكرة الطالب.	3.90	0.77	كبيرة
15	تزيد الأنشطة الرياضية من نشاط وحيوية الطالب مما يساعده في الدراسة.	3.86	0.69	كبيرة
16	تحسن الأنشطة الرياضية من قدرة الطالب على التفاعل مع المعلمين والزملاء.	3.85	0.83	كبيرة

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التأثير
17	تساهم الأنشطة الرياضية في تحسين درجات الطالب الأكاديمية.	3.81	0.81	كبيرة
18	تساعد الأنشطة الرياضية في تقليل التوتر الناتج عن الدراسة لدى الطالب.	3.76	0.79	كبيرة
19	تعزز الأنشطة الرياضية من ثقة الطالب بنفسه مما ينعكس إيجابياً على تحصيله الدراسي.	3.42	0.96	كبيرة
20	يجد الطالب صعوبة في توفير الوقت الكافي لممارسة الأنشطة الرياضية بجانب الدراسة.	3.94	0.64	كبيرة
21	أعتقد أنه يجب توفير المزيد من الفرص والبرامج الرياضية لطلاب طيف التوحد لدعم تحصيلهم الدراسي.	3.85	0.57	كبيرة
	الدرجة الكلية	3.89	0.46	كبيرة

يتضح من الجدول (5) أن الدرجة الكلية لعبارات المجال الثاني (تأثير الأنشطة الرياضية على التحصيل الدراسي) حصلت على متوسط حسابي بلغ (3.89)، وانحراف معياري (0.46)، بدرجة كبيرة، وقد حصلت العبارة الثالثة عشر (تساهم الأنشطة الرياضية في تحسين تركيز الطالب أثناء الدراسة) على أعلى متوسط حسابي بلغ (3.94) بدرجة كبيرة، بينما حصلت العبارة التاسعة عشر (تعزز الأنشطة الرياضية من ثقة الطالب بنفسه مما ينعكس إيجابياً على تحصيله الدراسي) على أدنى متوسط حسابي بلغ (3.42) بدرجة كبيرة.

ويعزو الباحث هذه النتيجة أن الأنشطة الرياضية تساهم بشكل كبير في تحسين التركيز والانتباه لدى طلاب اضطراب طيف التوحد، وممارسة الرياضة بانتظام يمكن أن تساعد في تحسين وظائف الدماغ التنفيذية مثل الانتباه والتركيز، مما ينعكس إيجابياً على الأداء الأكاديمي، كما تساعد في تحسين الذاكرة والتعلم لدى الطلاب كالتمارين البدنية التي تزيد من تدفق الدم إلى الدماغ، مما يعزز نمو الخلايا العصبية ويحسن الذاكرة والقدرة على التعلم، وتزيد من مستوى النشاط والحيوية لدى الطلاب، مما يجعلهم أكثر استعداداً للمشاركة الفعالة في الأنشطة الأكاديمية، ويساعد النشاط البدني في تقليل مشاعر الخمول والكسل، مما يساعدهم في تحسين الأداء الدراسي، ويمكن أن تساهم في تقليل مستويات التوتر والقلق، مما يجعل الطلاب أكثر قدرة على التركيز على الدراسة وأداء المهام الأكاديمية بكفاءة أكبر، ويعد هذا مؤشر إيجابي على أهمية الرياضة كوسيلة لتحسين الأداء الأكاديمي لهؤلاء الطلاب.

جدول (6): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الاستبانة

رقم المجال	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التأثير
1	تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية	3.75	0.70	كبيرة
2	تأثير الأنشطة الرياضية على التحصيل الدراسي	3.89	0.46	كبيرة
	الدرجة الكلية	3.86	0.51	كبيرة

يتضح من الجدول السابق (6) أن الدرجة الكلية لتأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، كانت بمتوسط حسابي (3.86)، وانحراف معياري (0.51)، وبدرجة كبيرة، أما فيما يتعلق بمجالات الاستبانة فقد جاء المجال الثاني بالمرتبة الأولى؛ حيث بلغ المتوسط الحسابي له (3.89) بانحراف معياري (0.46) وبدرجة كبيرة، وقد جاء المجال الأول في المرتبة الثالثة والأخيرة؛ حيث بلغ المتوسط الحسابي له (3.75)، والانحراف معياري (0.70) وبدرجة كبيرة. ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن الأنشطة الرياضية تهتم بالتحديات التي تواجه طلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، وتساعد في التغلب على هذه التحديات التي تواجه الطلاب من أجل زيادة مستوى تحصيلهم الدراسي وتحسين صحتهم النفسية. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة حمداوي ونويوة (2024) التي أظهرت نتائجها أن للتربية البدنية والرياضية دوراً في تعزيز الصحة النفسية وتأثيرها على التحصيل الدراسي لتلاميذ الطور المتوسط (12 - 15 سنة). واتفقت أيضاً مع دراسة رحلي (2022) التي أظهرت نتائجها أن النشاط البدني الرياضي المكيف له تأثير كبير في تنمية مختلف القصور الإنمائية التي يعاني منها طفل التوحد.

2-4-2- النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة:

2-4-1- النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى: "لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) بين الأنشطة

الرياضية والصحة النفسية والتحصيل الدراسي للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد.

تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لفحص العلاقة بين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي ومدى تأثير الأنشطة الرياضية عليها، كما يشير الجدول (7):

جدول (6): معامل ارتباط بيرسون لفحص العلاقة بين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي ومدى تأثير الأنشطة الرياضية عليها

المتغير	الصحة النفسية	التحصيل الدراسي	الأنشطة الرياضية
الصحة النفسية	—	**0.403	**0.484
التحصيل الدراسي	—	—	0.020-
الأنشطة الرياضية	—	—	—

* (دال إحصائياً عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.01$)

يلاحظ من الجدول (7) وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha = 0.01$ بين تأثير الأنشطة الرياضية والصحة النفسية مقدارها (0.484) عند مستوى دلالة (0.000) من جهة، وعلاقة سلبية غير دالة إحصائياً بين تأثير الأنشطة الرياضية والتحصيل الدراسي للطلاب مقدارها (-0.020) عند مستوى دلالة (0.690) من جهة أخرى.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أنه كلما زادت ممارسة الأنشطة الرياضية، زادت مستويات الصحة لهؤلاء الطلبة، ويعني ذلك أن هناك تأثيراً إيجابياً يُلاحظ عندما يشارك الطلبة ضمن طيف التوحد في الأنشطة الرياضية، وعلى الأغلب، تساهم هذه الأنشطة في تحسين مستويات صحتهم النفسية عن طريق توفير فرص للتفاعل الاجتماعي، وتخفيف التوتر، وزيادة الشعور بالراحة والسعادة. ويفسر الباحث هذه النتيجة أيضاً بأن الأنشطة الرياضية قد لا تؤثر بشكل ملحوظ على أداء الطلبة في التحصيل الدراسي، حيث تشير النتيجة إلى أنه رغم وجود علاقة سلبية ضعيفة بين ممارسة الأنشطة والتحصيل الدراسي، ويعني ذلك أن الأنشطة الرياضية قد لا تكون العامل الرئيسي في تحديد في أداء الطلبة في المدرسة.

ويوضح الباحث أن الأنشطة الرياضية تلعب دوراً مهماً في تعزيز الصحة النفسية للطلبة ضمن طيف التوحد، بينما قد تكون أقل تأثيراً على أدائهم الدراسي. لذلك، لا بد من تضمين الأنشطة الرياضية في برامج الدعم لهؤلاء الطلبة، ولكن يجب النظر في العوامل الأخرى التي قد تؤثر على أدائهم الدراسي بجانب الرياضة. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة حمدي ونوبوة (2024).

2-2-4- النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عن مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة نحو تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد تبعاً لمتغير الجنس.

ولفحص صحة الفرضية، قام الباحث بحساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة؛ ولمعرفة دلالة الفروق فقد استخدم الباحث اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Sample t-test)، ونتائج الجدول (8) الآتي تبين ذلك:

جدول (8): نتائج اختبار (t-Test) للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة تُعزى لمتغير الجنس.

الدلالة (P)	قيمة (ت)	أنثى (N=80)		ذكر (N=70)		مجالات الدراسة
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.0001	-3.831	0.64	4.02	0.67	3.52	المجال الأول
0.0001	-3.855	0.47	4.08	0.40	3.73	المجال الثاني
0.001	-3.530	0.47	4.05	0.50	3.71	الدرجة الكلية

* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

يتضح من الجدول (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha = 0.05$ بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة حول تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد تُعزى لمتغير الجنس في جميع مجالات الدراسة والدرجة الكلية لصالح الإناث.

ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى أن متغير الجنس له تأثير على الأنشطة الرياضية؛ لأن الذكور لديهم ميل أكبر للمشاركة في الأنشطة الرياضية المقدمة مقارنة بالإناث. وهذا قد يعود إلى عوامل ثقافية أو اجتماعية تشجع الذكور على المشاركة في الأنشطة البدنية والرياضية بشكل أكبر، على الرغم من أن الإناث أيضاً يستفدن من الأنشطة الرياضية ويشاركون فيها، إلا أن نسبة مشاركتهم تكون أقل مقارنة بالذكور. وقد يعود ذلك إلى عوامل ثقافية أو اجتماعية تحد من مشاركة الإناث في مثل هذه الأنشطة.

بغض النظر عن الفروق في مستوى المشاركة بين الجنسين، المهم هو أن كلا من الذكور والإناث من ذوي اضطراب طيف التوحد يستفيدون بشكل عام من الأنشطة الرياضية المقدمة لهم في تحسين الصحة النفسية وزيادة مستوى التحصيل الدراسي. وهذا يؤكد على أهمية توفير هذه الأنشطة للطلاب من ذوي اضطراب طيف التوحد، وأهمية تشجيع مشاركة الجميع فيها بشكل متساو.

3-2-4- النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عن مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة نحو تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد تبعاً لمتغير المؤهل العلمي.

ولفحص الفرضية، قام الباحث بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة، ولمعرفة دلالة الفروق فقد استخدم الباحث اختبار تحليل التباين الأحادي (One – Way ANOVA) ونتائج الجدول (9) الآتي تبين ذلك:

جدول (9): نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لدلالة الفروق بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة تُعزى

لمتغير المؤهل العلمي

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	مستوى الدلالة
المجال الأول	بين المجموعات	0.060	2	0.030	.341	0.712
	داخل المجموعات	15.185	172	0.088		
	المجموع الكلي	15.245	174			
المجال الثاني	بين المجموعات	3.676	2	1.838	1.736	0.179
	داخل المجموعات	182.119	172	1.059		
	المجموع الكلي	185.795	174			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	0.791	2	0.395	1.244	0.291
	داخل المجموعات	54.663	172	0.318		
	المجموع الكلي	55.454	174			

يتضح من الجدول (9) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة حول تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد تعزى لمتغير المؤهل العلمي في جميع مجالات الدراسة والدرجة الكلية.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن تأثير الأنشطة الرياضية على تحسين الصحة النفسية وزيادة مستوى التحصيل الدراسي للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد لا علاقة له بالمؤهل العلمي للأخصائي، ويعني ذلك أن المؤهل العلمي لا يؤثر على الأنشطة الرياضية التي تساهم في تحسين الصحة النفسية والتحصيل الدراسي للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، وأن الأنشطة الرياضية التي يقدمها الأخصائي لا تتأثر بالمؤهل العلمي له.

4-2-4- النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عن مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة نحو تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد تبعاً لمتغير سنوات الخبرة.

ولفحص الفرضية، قام الباحث بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة، ولمعرفة دلالة الفروق فقد استخدم الباحث اختبار تحليل التباين الأحادي (One – Way ANOVA) ونتائج الجدول (10) الآتي تبين ذلك:

جدول (10): نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لدلالة الفروق بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة

تُعزى سنوات الخبرة

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	مستوى الدلالة
المجال الأول	بين المجموعات	1.218	2	0.406	1.615	0.210
	داخل المجموعات	6.540	172	0.252		
	المجموع الكلي	7.759	174			
المجال الثاني	بين المجموعات	2.059	2	0.686	1.534	0.229
	داخل المجموعات	11.628	172	0.477		

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	مستوى الدلالة
	المجموع الكلي	13.687	174			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	0.977	2	0.326	1.685	0.195
	داخل المجموعات	5.024	172	0.193		
	المجموع الكلي	6.001	174			

* دالّ إحصائيًا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

يتضح من الجدول (10) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة حول تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد تعزى لمتغير سنوات في جميع مجالات الدراسة والدرجة الكلية.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أنه لا يوجد تأثير لسنوات الخبرة للأخصائي على الأنشطة الرياضية التي تستخدم من أجل تحسين الصحة النفسية للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، وزيادة تحصيلهم الدراسي، ولا تتأثر الصحة النفسية للطلاب وتحصيلهم الدراسي بالأنشطة الرياضية التي يقدمها الأخصائي بسنوات خبرته، حيث أن الأخصائيين بمختلف سنوات خبراتهم يستطيعون تنفيذ الأنشطة الرياضية التي تساعد على تحسين الصحة النفسية للطلاب، ورفع مستواهم التحصيلي.

3-4- أهم النتائج والاستنتاجات

توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

1. أن الدرجة الكلية لعبارات المجال الأول (تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية) حصلت على متوسط (3.75)، وانحراف معياري (0.70)، بدرجة كبيرة.
2. أن الدرجة الكلية لعبارات المجال الثاني (تأثير الأنشطة الرياضية على التحصيل الدراسي) حصلت على متوسط (3.89)، وانحراف معياري (0.46)، بدرجة كبيرة.
3. أن الدرجة الكلية لتأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد، كانت بمتوسط حسابي (3.86)، وانحراف معياري (0.51)، وبدرجة كبيرة.
4. وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.01$) بين تأثير الأنشطة الرياضية والصحة النفسية مقدارها (0.484) عند مستوى دلالة (0.000) من جهة، وعلاقة سلبية غير دالة إحصائياً بين تأثير الأنشطة الرياضية والتحصيل الدراسي للطلاب مقدارها (-0.020) عند مستوى دلالة (0.690) من جهة أخرى.
5. وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة حول تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد تعزى لمتغير الجنس في جميع مجالات الدراسة والدرجة الكلية لصالح الإناث.
6. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة حول تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد تعزى لمتغير المؤهل العلمي في جميع مجالات الدراسة والدرجة الكلية.
7. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة حول تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد تعزى لمتغير سنوات في جميع مجالات الدراسة والدرجة الكلية.

التوصيات والمقترحات.

في ضوء نتائج الدراسة، يوصى الباحث ويقترح ما يلي:

1. تعزيز دور الأنشطة الرياضية في زيادة التحصيل الدراسي للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد.
2. الاهتمام بالأنشطة الرياضية التي تحسن من الصحة النفسية للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد.
3. تخصيص كادر متخصص في الأنشطة الرياضية لتدريب طلاب ذوي اضطراب طيف التوحد.

4. ضرورة إجراء المزيد من الدراسات التي تدور حول تأثير الأنشطة الرياضية على الصحة النفسية للطلاب ذوي اضطراب طيف التوحد وتحصيلهم الدراسي.

قائمة المراجع

أولاً-المراجع بالعربية:

- الأطرش، محمود وبيز، لؤي وراشد، مصعب (2020). أثر منهاج تعليمي مقترح للأنشطة الرياضية على تخفيف الاضطرابات الحركية لدى طلبة ذوي التوحد في مدارس محافظة القدس من وجهة نظر المعلمين والمعلمات. المجلة الأكاديمية العالمية في العلوم التربوية والنفسية، 1 (2)، 2 – 21.
- حمداوي، سفيان ونويوة، عمار (2024). دور التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة النفسية وتأثيرها على التحصيل الدراسي لتلاميذ الطور المتوسط (12 – 15 سنة). مجلة العلوم التربوية، 5 (1)، 1267 – 1280.
- دايلي، ناجية (2018). معايير السواء ومؤشرات الصحة النفسية – دراسة نظرية تحليلية. مجلة العلوم الاجتماعية، 15 (27)، 174 – 192.
- الديب، عيبر (2016). الضغوط النفسية واحتياجات أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد والعلاقة بينهما في دولة الإمارات العربية المتحدة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية قسم التربية الخاصة، جامعة الإمارات المتحدة العربية.
- رحلي، مراد (2022). أثر الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة في تعزيز الصحة النفسية لعلاج أطفال التوحد. مجلة التحدي، 14 (1)، 46 – 62.
- الشافعي، حسن (2008). تاريخ التربية الرياضية في المجتمعين العربي والعالمي. ط1، الاسكندرية: مؤسسة عالم الرياضة والنشر.
- شهاب، إسراء (2020). فاعلية برنامج مسرحي لتنمية مهارات التواصل لدى أطفال التوحد. مجلة دراسات في الطفولة والتربية، (12)، 202-481.
- عبد الخالق، أحمد (2015). أصول الصحة النفسية. ط 3، الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- كتلو، كامل (2016). الصحة النفسية لدى طلبة برنامج التعليم المكثف لطلبة الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948م في جامعة الخليل. مجلة مركز بابل للدراسات الإنسانية، 6 (3)، 174 – 213.
- كفاقي، علاء الدين (2012). الصحة النفسية والإرشاد النفسي. عمان: دار الفكر موزعون وناشرون.
- كوكبة، آسيا (2015). التدريب الرياضي وأثره في تحسين التفاعل الاجتماعي عند المعاقين حركياً: دراسة ميدانية للنادي الرياضي الحضنة للهواة بالمسيلة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة، الجزائر.
- مختار، وفيق (2019). أطفال التوحد (الأوتيزم). الجيزة، مصر: اطلس للنشر والإنتاج الإعلامي.
- مرعي، سوزان (2017). أثر الألعاب التربوية المصممة حاسوبياً في التحصيل الأكاديمي والتفكير الإبداعي في العلوم لدى طلبة الصف الخامس الأساسي في مدارس وكالة الغوث الدولية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

ثانياً-المراجع بالإنجليزية:

- Andrea L, & Jonathan A. (2017). Parental Outcomes Following Participation in Cognitive Behavior Therapy for Children with Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47 (10), 3166–3179.
- Brausch, L. (2018). The Effect of Yoga and Breathing Exercises on Children with Autism. The University of Akron, United States of America.
- Toscano, C. V.; Carvalho, H. M., & Ferreira, J. P. (2018). Exercise Effects for Children With Autism Spectrum Disorder: Metabolic Health, Autistic Traits, and Quality of Life. Perceptual and motor skills.