

تأثير برنامج تروحي مائي على بعض المتغيرات النفسية

والفسيولوجية لدى الصم والبكم

*م.د: علياء حلمي حيد

**م.د: هدير سيد عبد العظيم

مقدمة ومشكلة البحث:

لقد خلق الله سبحانه وتعالى الإنسان في أحسن تقويم، وقد اقتضت حكمة الله تعالى وبلغت إرادته أن يكونوا الأفراد سواسية لا يتفاضلون أمام الله إلا بالتقوى "أن أكرمكم عند الله اتقاكم"، فمنهم من فضلهم الله في الرزق ورفع بعضهم درجات، ولكن إرادته قد تجعل بعض الأفراد عاجزين بسبب عاهة ما، تعوقهم عن أن يعيشوا حياة سوية كما يعيشها الآخرون. (٣١ : ٢).

فالإعاقة بصفة عامة تؤدي إلى عزل صاحبها عن محيطه المادي والبشري، مما يؤدي إلى فقد الصلة بالآخرين مجرد كونه شخصاً مختلفاً بالنسبة لهم، وقد يكون هذا العزل نتيجة رفض الآخرين له، فيكون العزل مفروضاً عليه أو أن يعزل نفسه بصفة تلقائية خوفاً من رفض الآخرين له، متجنباً لما قد يسببه الاتصال بهم من مواقف سلبية، فإن الاهتمام بالمعاقين وتوفير مجالات وأنشطة مختلفة لهم تؤهلهم للاستفادة بالحد الأقصى من قدراتهم هو واجب أنساني واجتماعي حيث يمثل هذا حق الفرد على المجتمع. (٢٣ : ٢٤)

ولقد اتفق كلا من إبراهيم عباس (٢٠٠١)، زينب شقير (٢٠٠٥) على أن الطفل المعاق يحتاج دائماً إلى تربية خاصة، لان هذه التربية تختلف تماماً عن التربية الطبيعية للأفراد الأسوياء، في أنها تعد أطفال غير عاديين للحياة العادية، في حين أن التربية الطبيعية تعد الأفراد الأسوياء للحياة العادية، ومن هنا كانت مهمة التربية الخاصة أدق وأعمق وأصعب، وتتطلب جهود تربوية كبيرة تناسب قدرات هؤلاء الأطفال إيماناً بضرورة تكيف الفرد المعاق مع نفسه ومجتمعه الذي يعيش فيه حتى تجنبه الانحرافات السلوكية والضغط النفسية والاجتماعية وبذلك نضمن له السعادة، والتكيف مع إعاقته سواء كانت (بدنية - حسية - عقلية). (٦٠ : ١٥) (٤٠ : ١٥)

وقد عرف مؤتمر السلام العالمي والتأهيل المعاق بأنه "كل فرد يختلف عن من يطلق عليه لفظ (سوى) أو عادي جسمانياً أو نفسياً أو اجتماعياً إلى الحد الذي يستوجب عمليات تأهيلية خاصة، حتى يتحقق أقصى تكيف يتناسب مع قدراته وإمكاناته الفعلية. (٣٧ : ١٠) لذلك تحتاج هذه الفئة من المعاقين إلى رعاية خاصة متكاملة نفسياً واجتماعياً، ورياضياً، وتربوياً حيث تقدم لهم الخدمات التي تساعد على النمو السليم وفقاً لقدراتهم وإمكاناتهم وذلك لتحقيق لهم التوافق السوي بينهم وبين البيئة المحيطة بهم. (١٢ : ١٤٣) (٤٦ : ٦٣٤) (٦١)

* أستاذ مساعد بقسم تدريب الرياضيات المائة - كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة.

** مدرس بقسم تدريب الرياضيات المائة - كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة.

وقد اجمع كثير من العلماء ومنهم عبد التواب (٢٠٠٦)، علية حسن (٢٠٠٤)، مسعود غرابة (٢٠٠٠) على أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية بالطرق الصحيحة التربوية تؤثر على الفرد وتكسبه اتجاهات وقيماً وسلوكيات سليمة تجعله يتواءم مع نفسه ومع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه حيث تلعب الأنشطة الترويحية الرياضية المتنوعة دوراً هاماً في تنمية نواحي النقص لدى الأفراد فإذا فقد الإنسان قدرته على التمتع بأي جانب من جوانب الحياة فإن هذه الأنشطة تعوضه من خلال شعوره بإمكانياته أثناء الممارسة.

كما أن أنشطة الترويح الرياضي تساعد على التخلص من ضغط الحياة وأعبائها وتصل بالفرد إلى التعايش السوي مع نفسه ومع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه ولقد زاد الآن الاهتمام بفئات المعاقين في العالم حيث يقدر عددهم بعشر سكان العالم. (٢٢: ١٥) (٣٠: ٢٥) (٣٤: ٢٠) (١٥: ٦١) (٦٠)

وتمثل رياضة السباحة إحدى صور أنشطة التربية الرياضية التي يتم عن طريقها إكساب الفرد التنمية الشاملة المتزنة الكاملة في الارتقاء بالجانب البدني والمهاري والمعرفي والانفعالي والاجتماعي، كما تعتبر خير مجال للنمو الانفعالي والنفسي السليم، اللذان يؤديان إلى اكتساب الخبرات الانفعالية ذات الأثر الفعال الإيجابي في تكوين الاتجاهات السليمة والعمل على اكتسابها بصورة جيدة تتمشي مع طبيعة هؤلاء الأفراد من فئة الصم والبكم. (٣٨: ٢٤١) (٢٢: ٢٨)

ولقد أتفق كلا من "عبير ممدوح" (٢٠٠١)، نبيل العطار (١٩٩٧) على إن السباحة رياضة ترويحية، فممارستها تدخل السعادة والبهجة على النفس بشكل فعال ومؤثر، وتشير المرح والسرور والبهجة لممارسيها، وهي تلعب دوراً هاماً في علاج الكثير من الحالات النفسية بصفة عامة لجميع الأفراد الأسوياء وغير الأسوياء، حيث تعتبر من الرياضيات المحببة للمعاق بصفة خاصة ولتحقيق الفائدة المرجوة منها، لابد من إعداد وتجهيز المعاق حسب الإصابة ونوع السباحة، وتحديد المنافسة وفقاً للإعاقة. (٢٧: ٦) (٤٠: ١٦).

يعتبر مجال السباحة من الرياضيات التي يستمتع بها فاقد السمع، كما يفعل الآخرون الأسوياء، وبالرغم من أن هناك بعض الذين يعانون من عدم القدرة على التحكم في توازن الجسم داخل الماء، فإننا نجد تقدماً ملحوظاً لديهم. (٢٥: ٥٠، ٥١)

وقد أشار عادل عبد الله (٢٠٠٤)، تهاني عبد السلام (٢٠٠١) على أن الترويح الرياضي بأنواعه المختلفة يحتل مكان الصدارة في برامج الترويح ولاشك أن للمعاقين الحق في الممارسة لكافة أنواع الترويح بالطرق المشروعة في مجتمعنا الإسلامي وذلك وفق إمكانياتهم وظروف إعاقاتهم وتسهم تلك الأنشطة الترويحية في الاتجاهات التنافسية في مجالات رياضة المعاقين علاوة على القيمة العلاجية والوقائية والتشخيصية للترويح في مجالات تحليل الشخصية والسلوك حتى أصبحت حضارات الشعوب تقاس بكيفية استثمار وقت الفراغ. (١٠: ٦٠) (٢١: ٤٠)

استناداً إلى تعريف منظمة الصحة العالمية أن الإعاقة عبارة عن "نفسى انفعالي اجتماعي مركب يحدث للفرد نتيجة لإصابته بعجز أو خلل يحول دون أدائه للدور الذي تعتبر طبيعياً لدى المجتمع تبعاً لسنه وجنسه وحالته الاجتماعية والثقافية ويظهر ذلك بصورة واضحة في الفروق الشائعة في الأداء لهذا الفرد عند مقارنته بالدور المتوقع من أداء مجموعة أقرانه في مثل سنة وجنسه".

ومن هنا لاحظت الباحثتان من خلال اطلاعهما في مجال الترويح أن أغلب الباحثين ينصب اهتمامهم على الأنشطة الترويحية على الأسوياء بفئاتهما المختلفة وهناك أيضا القليل من الباحثين تناولوا البرامج الترويحية وأثرها على بعض فئات المعاقين مثل الكفيفات والمعاقين بدنيا والمعاقين عقليا، بينما يندر تناولهم للأنشطة الترويحية بالدراسة العلمية على فئة الصم والبكم، كما لاحظنا أن معظم الأبحاث التي اهتمت بهذه الفئة كان من الجانب الوصفي للإعاقة والسماح للسيكولوجية للأصم دون محاولة وضع برامج تفيدي في تقديم الخدمات سواء البرامج الإرشادية أو الاجتماعية أو الرياضية بحيث تسهم في خفض الاضطرابات النفسية لدى الأصم وتحويل هذه الفئة إلى فئة منتجة تؤثر وتتأثر بالمجتمع والأفراد المحيطين به، وذلك من خلال كشف النقاب عن رياضة من الرياضيات التي يمكن أن يكون لها دور إيجابي فعال على الطفل الأصم وهي رياضة السباحة. ومن هنا جاءت فكرة هذه الدراسة والتي تهدف إلى محاولة التعرف على "تأثير برنامج ترويحي مائي على بعض المتغيرات النفسية والفسولوجية لدى الصم والبكم".

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى معرفة تأثير البرنامج الترويحي المائي على:

- ١- التوجه للحياة.
- ٢- المرغوبة الاجتماعية.
- ٣- الاتجاهات والمعتقدات الشخصية نحو السباحة ونحو الماء.
- ٤- القياسات الفسيولوجية قيد البحث.
- ٥- المهارات الأساسية في السباحة.

فروض البحث:

يؤثر البرنامج الترويحي المائي إيجابياً على:

- ١- التوجه للحياة.
- ٢- المرغوبة الاجتماعية.
- ٣- الاتجاهات والمعتقدات الشخصية نحو السباحة ونحو الماء.
- ٤- القياسات الفسيولوجية قيد البحث.
- ٥- المهارات الأساسية في السباحة.

المصطلحات المستخدمة في البحث:

١- الترويح الرياضي: recreation sports

وهو ذلك النوع الذي تتضمن العديد من الأنشطة البدنية والرياضية، كما يعد أكثر أنواع الترويح على الجوانب البدنية والفسولوجية للفرد الممارس لأوجه مناشطه التي تشتمل على الألعاب games والرياضات sports". (٣٣: ٨٤)

٢- البرنامج الترويحي: recreational program

"هو مجموعة من الألعاب والخبرات المنظمة التي يمارسها العضو المشترك ويتحتم فيها التفاعل بين العضو والرائد بحيث تنتقل هذه الخبرات من الرائد إلى العضو ويكون هناك أثر لهذه الخبرات في نفوس المشتركين تساعد على تعديل وتغيير أنماط سلوكهم إلى سلوك إيجابي مرغوب فيه". (١٠: ٢٣٣)

٣- الإعاقة: handicapping

هي شعور أو إحساس انفعالي اجتماعي مركب يحدث للفرد نتيجة لإصابته بعجز أو خلل يحول دون أدائه للدور الذي يعتبر طبيعياً لدى المجتمع تبعاً لسنة وجنسه وحالته الاجتماعية والثقافية". (٢٦: ٥٥) (٣٩)

٤- الصمم: deaf

هو "فقدان حاسة السمع بدرجة ما". (٤٤: ٣٠٤)

أ- الصمم الجزئي:

هو "فقدان جزء من حاسة السمع؛ أي أنه يكون لديه بقايا سمع يستطيع من خلاله تنمية هذه البقايا وتعلم النطق والكلام".

ب- الصمم الكلي:

هو "فقدان حاسة السمع بدرجة كبيرة حيث لا يستطيع السمع أو تمييز الأصوات". (٣٨: ٢٤٩)

٥- البكم: the mute

هو "ذلك الطفل الذي فقد قدرته السمعية في السنوات الثلاث الأولى من عمره ونتيجة لذلك لم يستطيع اكتساب اللغة أو النطق". (٤١: ١٢)

٦- اختبار التوجه للحياة: Life orientation test

هو "التوقع العام للفرد بحدوث أشياء أو أحداث حسنة بدرجة أكبر من حدوث أشياء أو أحداث سيئة". (٣٥: ٧٠)

٧- اختبار المرغوبة الاجتماعية: Social Desirability

هو "الاتجاه أو الميل نحو وصف المفحوص لنفسه في صورة مرغوبة أو مستحسنة أو جذابة اجتماعياً". (٣٥: ٨٨)

٨- مقياس القلق من السباحة: Ipat anxiety scale

هو "مقياس لقياس القلق من السباحة يجيب الفرد على كل عبارة طبقاً لاتجاهه وشعوره نحوها ويشتمل المقياس على صورتين (أ) (ب)". (٣٥: ٢٩١)

٩- النبض: Pulse Rate

هو "الموجة القادمة نتيجة موجة من القوة تندفع مع اندفاع الدم من البطين عند انقباض عضلة القلب وتنتشر في جميع الشرايين بفضل مطاطية هذه الشرايين". (٢: ٨٣)

١٠ - كتم النفس:

هو "احتياطي هواء الزفير بالإضافة إلى حجم الهواء المتبقي". (٢: ١١٨)

١١ - السعة الحيوية: **Vital capacity**

هي "جزء من السعة الرئوية العامة الذي يمكن تحديده بأقصى حجم لهواء الزفير بعد أقصى شهيق". (٢: ١١٩)

١٢ - الكفاءة الحيوية: **Vital capacity**

هي "العلاقة بين السعة الحيوية للرئتين وكمية الدم الموجودة بالجسم وكلما زادت العلاقة زادت كمية الأكسجين الواردة من الرئتين لتكوين كمية الدم الثابت الحجم في الجسم". (٢: ١٢٩)

١٣ - كفاءته الجهازين الدوري والتنفسي:

هي "قدرة الجهازين الدوري والتنفسي على التكيف للأعمال المطلوبة وسرعة العودة للحالة الطبيعية التي كان عليها الفرد قبل أداء هذه الأعمال (٢: ١٣٠)

الدراسات المرتبطة:

أولاً: الدراسات العربية:

١ - قامت "سهير مصطفى المهندس" (١٩٩٨) بدراسة تهدف إلى معرفة "برنامج تربية حركية مقترح على الرضا الحركي وبعض مكونات الأداء الحركي لدى التلاميذ والتلميذات ضعاف السمع"، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي على مجموعة تجريبية واحدة وبلغ قوام العينة على (٥٥) تلميذ وتلميذة من سن (٩: ١٢)، وقد تم اختيارها بالطريقة العمدية، وكان من أهم النتائج أن البرنامج المقترح له أثر إيجابي على الرضا الحركي ومكونات الأداء الحركي فيما عدا الجلد الدوري التنفسي لدى التلاميذ والتلميذات وأوصت بضرورة استخدام البرنامج المقترح. (١٨)

٢ - قامت "عبير ممدوح محمد بنداري" (٢٠٠١) بدراسة تهدف إلى التعرف على "بناء مقياس لاتجاهات نحو مفهوم السباحة للتلاميذ الصم والبكم". واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وبلغ قوام العينة (١٥٧) تلميذة وقد تم استبعاد (٥) تلميذات وبذلك أصبح إجمالي عينة البحث (١٥٢) تلميذة، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية، وكان من أهم النتائج أن البرنامج أدى إلى ارتفاع نسبي لدى تلميذات الصم والبكم في الاتجاهات نحو ممارسة السباحة كناحية جمالية وشغل وقت الفراغ والتأثير الإيجابي على النواحي الاجتماعية. (٢٧)

٣ - قامت "أمل محمد مفرج" (٢٠٠٢) بدراسة تهدف إلى التعرف على "بعض اللوحات الشعبية باستخدام الإيقاع الضوئي والفيديو على تحسين بعض جوانب الصحة النفسية للصم والبكم في المرحلة الثانوية"، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على مجموعة تجريبية واحدة، واشتملت عينة البحث على (٣٢) تلميذة من معهد "الأمل للصم والبكم" وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية، وكان من أهم النتائج أن البرنامج المستخدم له أثر إيجابي على مفهوم الذات والتوافق الانفعالي والاجتماعي لدى عينة البحث. (٦)

٤ - قامت "إيمان عبد المقتدر محمود" (٢٠٠٥) بدراسة تهدف إلى التعرف على برنامج تعليمي مقترح باستخدام الصور المسلسلة على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة لدى تلاميذ الصم والبكم"، واستخدمت الباحثة

المنهج التجريبي على مجموعة تجريبية واحدة، واشتملت عينة البحث على (٢٤) تلميذة من مدارس "الأمل للصم وضعاف السمع" بمدينة السنطة محافظة الغربية تتراوح أعمارهم بين (٩ : ١٢) سنة، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية، وكان من أهم النتائج أن البرنامج المقترح باستخدام الصور الضوئية كان ذو فاعلية إيجابية على آراء وانطباعات المجموعة التجريبية. (٩)

٥- قامت "عفت عوض أحمد" (٢٠٠٥) بدراسة تهدف إلى التعرف على "برنامج صحي رياضي على السلوك الصحي للصم والبكم"، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على مجموعة تجريبية واحدة، واشتملت عينة البحث على (٦٠) تلميذة تتراوح أعمارهم بين (٩ : ١٢) سنة من معهد "الأمل للصم والبكم"، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية، وكان من أهم النتائج أن البرنامج المقترح له أثر إيجابي على السلوك الصحي للصم والبكم. (٢٩)

٦- قام "عبد التواب محمود" (٢٠٠٦) بدراسة تهدف إلى التعرف على "فاعلية برنامج ترويحي رياضي على ترشيد السلوكيات الصحية للأطفال المعاقين عقليا"، واستخدام الباحث المنهج التجريبي على مجموعة تجريبية واحدة واشتملت عينة البحث على (٤٢) تلميذ من مدارس "التربية الفكرية" بالصفاء محافظة الدقهلية، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية، وكان من أهم النتائج أن البرنامج الترويحي له أثر إيجابي في تخفيف حدة الانعزالية عند الأطفال المعاقين عقليا عن طريق زيادة التفاعل الاجتماعي وأثر بالذاتية والشعور بالانتماء كما أحرز تقدما ملحوظا في ترشيد السلوكيات الصحية. (٢٢)

ثانيا: الدراسات الأجنبية:

١- قام كلا من "ترانس وساشس Travis, Sachs" (٢٠٠٢) بدراسة عنوانها "الرياضة والأشخاص المعاقين ذهنيا" وأجريت الدراسة بهدف توضيح دور الرياضة على مستوى العالم للمعاقين، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة عشوائية نظرا إلى الزيادة الكبيرة للمعاقين حيث بلغ نسبة المعاقين المشتركين في الألعاب الاولمبية مليون معاق، وان سيكولوجية الرياضة تساعد إلى حد كبير في تحسين الأداء والصحة العامة والياقة البدنية والحركية والاجتماعية، وأسفرت النتائج على أن للرياضة دور هام للمعاقين ذهنيا في تنمية الثقة بالنفس والاعتماد على الذات والقدرة على مواجهة الصعاب والتخلص من المشكلات الصحية والاجتماعية، ولذلك يجب الاهتمام بتقديم البرامج الرياضية للمعاقين عامة والمعاقين ذهنيا بصفة خاصة. (٥٣)

٢- قام كلا من "AMvarela, LBSardiha" (٢٠٠١) بدراسة عنوانها "تأثير برنامج تجديف هوائي على مرافقين متلازمة داون"، وكان الهدف منها معرفة تدريبات التجديف على الجهاز التنفسي للشباب من متلازمة داون، واشتملت عينة الدراسة على (١٦) من الشباب متوسط أعمارهم (٣، ٢١) ومتوسط نسبة ذكائهم (٣٨، ٨)، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية باستخدام مجموعة تجريبية واحدة وخضعت المجموعة إلى البرنامج على جهاز ارجوميتر التجديف وجهاز المشي والجري، وكانت من أهم النتائج أن نظام التدريب المستخدمة أدى إلى تحسين اللياقة الهوائية وتحسين التحمل لأداء التدريبات وتحسن القدرة على الأداء. (٥٥)

٣- قام عدد من الباحثين في فرنسا (٢٠٠١) بدراسة بعنوان "أشكال الممارسة للسباحة الترويحية في فرنسا"، وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة أهمية ممارسة السباحة الترويحية بجميع أشكالها وتسييل الضوء على المعايير

الاجتماعية والعادات الصحية المختلفة واللياقة العامة، واشتملت عينة البحث على ٧٠٠ شخص من مدينة ليون بفرنسا، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية، واستخدم الباحثين المنهج الوصفي، وقد أظهرت النتائج ارتفاع في مؤشرات الصحة العامة واللياقة البدنية وزيادة التفاعلات الاجتماعية والقدرة على استغلال وقت الفراغ بطريقة ايجابية. (٤٨)

التعليق على الدراسات المرتبطة:

- بعد استعراض الدراسات المرتبطة توصلت الباحثتان إلى مجموعة من الملاحظات:
- أجريت هذه الدراسات في الفترة من (١٩٩٨م: ٢٠٠٦م) وكان عددها (٩) دراسة عربية وأجنبية.
- بالرغم من اختلاف المجال الزمني والبشري، إلا أن معظم الدراسات اتفق معظمها في هدف إجرائها وكان الهدف الأساسي لها هو دراسة تأثير برامج رياضية على الصم والبكم بصفة خاصة والمعاقين بصفة عامة في مختلف المجالات الرياضية.
- تنوعت الدراسات فمنها من استخدام المنهج التجريبي وكان عددها (٦) دراسات ومنها من استخدام المنهج الوصفي وعددها (٣) دراسات.
- استخدمت غالبية الدراسات عينات بالطريقة العمدية وكان عددها (٥) دراسة وعينات بالطريقة العشوائية وكان عددها (٤) دراسة واشتملت أيضا على مراحل تعليمية مختلفة.
- وقد لوحظ من خلال لاطلاع على الأبحاث الأجنبية ندرة الأبحاث المتعلقة بالصم والبكم وممارسة الرياضة بوجه عام والسباحة بصفة خاصة.
- ومن أهم النتائج التي توصلت لها الدراسات أن البرامج المختلفة المستخدمة (البدنية والنفسية والاجتماعية والسلوكية) كان لها أكبر الأثر في إكساب العادات الصحية السلمية والارتقاء بمفهوم الذات والتوافق الانفعالي والاجتماعي لدى عينة البحث، كما أشارت إلى ضرورة الاهتمام بشغل وقت الفراغ لهذه الفئة عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة.
- اختلفت المعالجات الإحصائية الخاصة بالدراسات المرتبطة باختلاف الهدف من كل دراسة.

إجراءات البحث

أولا: منهج البحث

استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي باستخدام القياسات (القبلية- البعدية) على مجموعة تجريبية واحدة، وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

ثانيا: عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية بحيث تراوحت الأعمار بين (١٥ - ١٢) سنة والذي يتمثل في تلاميذ الصف الثالث والرابع والخامس الابتدائي لمدرسة الأمل للصم وضعاف السمع للبنات التابعة لإدارة السيدة زينب التعليمية واشتملت عينة البحث على (٣٠) تلميذة.

شروط اختيار العينة

وقد راعت الباحثتان وضع بعض المعايير عند اختيار العينة والتي تتمثل في الآتي:

- درجة الإعاقة السمعية متقاربة من (٧٠ : ٩٠) ديسبل.
- توافر عدد مناسب من التلميذات في هذه المرحلة السنوية.
- عدم وجود إعاقات أخرى مثل إعاقة ذهنية. أو بدنية.
- أن تكون العينة من غير الممارسين للسباحة.

وقد قامت الباحثتان بأجراء التجانس بين أفراد عينة البحث في المتغيرات التالية:

- ١- الطول، الوزن، السن جدول رقم (١)
- ٢- الاختبارات النفسية قيد البحث. جدول رقم (٢)
- ٣- القياسات الفسيولوجية قيد البحث. جدول رقم (٣)

جدول رقم (١)

التجانس بين أفراد عينة البحث في القياسات (الطول، الوزن، السن)

ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
الطول	سم	١٤١,٩	١,٨	١٤٢	٠,١٦٦-
الوزن	كجم	٤٦,٨	١,٧	٤٧	٠,٣٥٣-
السن	سنة	١٤,٠٣	٧٢٠	١٤	٠,١٢٥

يتضح من جدول رقم (١) أن معامل الالتواء ينحصر بين (-٣٥٣.١٢٥). وهذا يعني أن المتغيرات

تحقق المنحنى الاعتدالي حيث تنحصر ما بين (+٣، -٣) مما يؤكد على مدى التجانس بين أفراد العينة ككل.

جدول رقم (٢)

التجانس بين أفراد عينة البحث في المقاييس النفسية قيد البحث

ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
اختبار النزعة للتفاؤل	الدرجة	١٥,٥	١,٤	١٥	١,٠٧
اختبار المرغوبة	الدرجة	١٠,٦	١,٠٤	١١	١,١٥-
قائمة الاتجاهات	الدرجة	٢٨,٩	١,١١	٢٩	٠,٢٧-
قائمة المعتقدات	الدرجة	٢٨,٧	١,١١	٢٩	٠,٨١-

يتضح من جدول رقم (٢) أن معامل الالتواء ينحصران بين (-١,٥، +١,٠٧) وهذا يعني أن المتغيرات

تحقق المنحنى الاعتدالي حيث تنحصر ما بين (+٣، -٣) مما يؤكد على مدى التجانس بين أفراد العينة ككل.

جدول رقم (٣)

التجانس بين أفراد عينة البحث في القياسات الفسيولوجية قيد البحث

ن=٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
النبض	نبضة/ق	٨٧,٥	٠,٩	٨٧	١,٧
كتم النفس	ث	١١	٠,٨	١٠,٥	١,٩
السعة الحيوية	سم	١٧٥٠	٤١,٥	١٧٦٥	١,١-
الكفاءة الحيوية	درجة	٥٧٦,٧	٢٩,٩	٥٦٧,٢	٠,٩
كفاءة لجهاز الدوري والتنفسي	درجة	٢,١	٠,٢	٢,٢	١,٥-

يتضح من جدول رقم (٣) أن معامل الالتواء ينحصران بين (-١,٥، -١,٩) وهذا يعني أن المتغيرات

تحقق المنحنى الأعتدالي حيث تنحصر ما بين (+٣، -٣) مما يؤكد على مدى التجانس بين أفراد العينة ككل.

جدول رقم (٤)

التجانس بين أفراد عينة البحث في اختبارات

تقييم المهارات الأساسية للسباحة قيد البحث

ن=٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
كتم النفس تحت الماء	ث/الدرجة	٠,٩٣	٠,٢٣	٠,٨٨	٠,٦٥
القفز بالقدمين	الدرجة	١,٦	٥,١٨	٠,٦٣	٠,٥٦
الطفو على البطن	ث/الدرجة	٠,٥٨	٠,١٢	٠,٥	٢
الطفو على الظهر	ث/الدرجة	٠,٥٦	٠,١١	٠,٥	١,٦٤
الطفو على البطن مع ضربات الرجلين	م/الدرجة	٠,٥٤	٠,٠٩	٠,٥	١,٣
الطفو على الظهر مع ضربات الرجلين	م/الدرجة	٠,٥٣	٠,٠٨	٠,٥	١,١٣
التنفس المنتظم	/الدرجة	٠,٥٣	٠,٠٩	٠,٥	١

يتضح من جدول رقم (٤) أن معامل الالتواء ينحصران بين (-٠,٥٦٢، -٢) وهذا يعني أن المتغيرات تحقق

المنحنى الأعتدالي حيث تنحصر ما بين (+٣، -٣) مما يؤكد على مدى التجانس بين أفراد العينة ككل.

ثالثاً: الأدوات المستخدمة في البحث:

- أ- الرستاميت: لقياس الطول لأقرب نصف سم.
 ب- ميزان طي: لقياس الوزن لأقرب نصف كم.
 ج- مقياس التوجه للحياة. مرفق رقم (٢)
 د- مقياس اختبار المرغوبة. مرفق رقم (٣)
 هـ- مقياس قائمة الاتجاهات في السباحة. مرفق رقم (٤)
 و- مقياس قائمة المعتقدات في السباحة. مرفق رقم (٥) (٣٥)
 ز- القياسات الفسيولوجية:

١- النبض: عن طريق الحس من شريان رسغ اليد ثم حساب معدل النبض في ١٠ ث ثم الضرب في ٠.٦ (٢):
 (٨٣)

٢- كتم النفس: وقد تم قياسه باستخدام ساعة إيقاف لحساب كتم النفس بالثانية. (٢: ١١٨)

٣- السعة الحيوية: باستخدام جهاز الاسبيروميتر الجاف. (٢: ١١٩)

٤- الكفاءة الحيوية: وقد تم حسابها بمعادلة $\frac{\text{الوزن} \times \text{السعة الحيوية}}{\text{الطول}}$. (٢: ١٢٩)

٥- كفاءة الجهاز الدوري التنفسي: وقد تم حسابها بالمعادلة التالية $\frac{\text{السعة الحيوية} \times \text{نفس كتم ال}}{\text{عدد النبض}}$ ١٠٠

في الدقيقة (٢: ١٣٠)

المعاملات العلمية:

فقد قامت الباحثتان بإعادة تقنين جميع المقاييس السابقة على الرغم من وجود معاملات علمية للمقاييس المستخدمة وذلك للتحقق من دقة معاملاتها العلمية على عينة مماثلة لعينة البحث.

جدول رقم (٥)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة والغير مميزة

في المقاييس النفسية قيد البحث

ن = ١٥

المتغيرات	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		الفرق	قيمة ت
	ع	م	ع	م		
اختبار التوجه للحياة	٠,٨٣	١٧,٤	٠,٤٩	١٤,٧	٢,٧	١٠,٣٨
اختبار المرغوبة	٠,٥١	١١,٤	٠,٤٨	٩,٣	٢,١	١١,٠٥
قائمة الاتجاهات	٠,٤٩	٢٩,٧	١,٠٣	٢٦,٠٦	٣,٦٤	١١,٩
قائمة المعتقدات	٠,٤١	٢٩,٨	٠,٩٧	٢٦,٧	٣,١	١٣

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية 0,05 = 2,13

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتي البحث لصالح المجموعة المميزة في المتغيرات قيد البحث مما يدل على صدقها في القياس.

جدول رقم (٦)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني في المقاييس النفسية قيد البحث

ن = 60

معاملات الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات
	ع	م	ع	م	
1,14	1,22	15,7	1,27	15,7	اختبار التوجه للحياة
1,9	1,5	10,3	0,89	10,5	اختبار المرغوبة
1,3	1,9	28,1	1,9	27,9	قائمة الاتجاهات
0,92	1,5	28,6	1,4	28,7	قائمة المعتقدات

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية 0,05 = 0,273

يتضح من الجدول رقم (6) أن معاملات الارتباط في المقاييس النفسية قيد البحث دالة إحصائية مما يدل على ثبات المقاييس الاختبارية.

رابعاً: البرنامج المقترح:

قامت الباحثتان بتصميم برنامج ترويجي مائي مقترح مرفق (9) بعد الإطلاع على المراجع العلمية المتخصصة كمرجع "حلمي إبراهيم وليلى فرحات" (1998) (12)، و "آيلين وديع فرج" (2002) (8)، و "محمد رضا البغدادي" (2001) (36)، والدراسات النظرية والبحوث المرتبطة والتي تناولت برامج الترويج الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة بشكل عام كدراسة "عبير شديد" (1999) (25)، و "مسعود غرابة، طه عبد الرحيم" (2000) (34)، و "عبد التواب محمود" (2006) (22) وكذلك إجراء المقابلات الشخصية مع بعض الأساتذة المتخصصين في مجال السباحة والترويج والصم والبكم.

١- تحديد أهداف البرنامج:

لكل برنامج ترويجي أهداف محددة يحاول بلوغها من خلال تنفيذه وإدارته وذلك حتى تتحقق الفائدة المرجوة من إعدادة.

والبرنامج الترويجي المائي يهدف إلى:

- الارتقاء بالجانب البدني والانفعالي والاجتماعي لدى الأطفال.
- الارتقاء بكفاءة الأجهزة الحيوية (الجهاز الدوري والجهاز التنفسي) بالجسم.

- تغيير المعتقدات الشخصية الخاطئة المكتسبة نحو السياحة.
 - اختيار أنشطة تتناسب مع حاجات الصم والبكم وقدراتهم المختلفة.
 - مناسبة الأنشطة لتحقيق الهدف الموضوع من أجله.
 - تنمية المهارات الترويجية التي تساعد الصم والبكم على التفاعل مع المجتمع.
 - مراعاة عوامل الأمان والسلامة في اختيار الأنشطة والألعاب للصم والبكم.
- ٢- معايير وضع البرنامج:**

- أشار "مسعود غرابة، وطه عبد الرحيم" (٢٠٠٠)، و "عادل عبد الله محمد" (٢٠٠٤) إلى اعتبار كل فرد في المجموعة قائما بذاته وعلى ذلك يجب اختيار مجموعة كبيرة من الألعاب لتدريسها في كل درس. (٣٤) (٢١).
- كما أشار كلا من "سهير كامل" (٢٠٠٢) (١٧)، و "عبد الرحمن سليمان" (٢٠٠١) (٢٤) إلى مراعاة أن الطفل الأصم يحتاج إلى الكثير من الوقت والجهد لاكتساب المهارات المختلفة، وهذا يتطلب الصبر خصوصا من جانب الأسرة بالإضافة إلى المرونة في معاملته فيما يستطيع إنجازه.
- ويتفق كل من "عادل عبد الله" (٢٠٠٠)، و "أحلام رجب عب الغفار" (٢٠٠٣)، و "زينب شقير" (٢٠٠٢) إلى أن الطفل الأصم غير ناضج اجتماعيا بدرجة كافية حيث ينسحب من المجتمع بسبب عاهته الحسية، كما أنه يميل إلى العدوانية وغير قادر على تحمل المسؤولية لذلك يجب مراعاة هذه النقاط ومحاولة دمج في المجتمع والاستفادة من قدراته. (٢٠) (٣) (١٤) (٤٤).

- عدم إغفال قدرات الأطفال الصم والبكم مراعاتها أثناء ممارستهم الأنشطة.
- تنمية المهارات الترويجية التي تساعد الأصم والأبكم على التفاعل مع المجتمع.
- اختيار الألعاب والمهارات التي تتحدى قدرات الطفل والتي تحرره من الخوف مع إعطائه فرصة للنجاح في هذه الألعاب.

- التنوع في محتوى البرنامج بشكل عام والمرونة في وحداته بشكل خاص بما يتناسب مع الفروق الفردية حيث تختلف القدرات الإدراكية والبدنية والفسولوجية بكل طفل في عينة البحث.
- أن يحقق البرنامج المائي الترويجي الفائدة المرجوة منه عندما يقبل الأفراد على الاشتراك فيه.
- يجب أن يكون التخطيط متسعا من حيث المجال بحيث يكون له قيمة في الحاضر والمستقبل لكل من الفرد والمجتمع. (٣٠) (٣١) (٥٧) (٥٨) (١١).

٣- التقسيم الزمني للبرنامج:

- تم وضع التقسيم الزمني للبرنامج بما يتناسب مع طبيعة عينة البحث من أطفال الصم والبكم حيث طبق البرنامج خلال (٨) أسابيع بواقع (٣) مرات أسبوعيا مدة الوحدة (٤٥) ق بإجمالي (١٨) ساعة.
- ولقد تم تقسيم محتوى الوحدة على النحو التالي:

أ- الجزء التمهيدي

والذي يهدف إلى:

- إعداد الجسم وتهيئته بدنيا وفسولوجيا ونفسيا لتقبل العمل في المرحلة التالية.
- محاولة الوصول إلى أحسن الطرق للانتقال للجزء التالي مع إدخال روح المرح في التعليمات لتحقيق الانطباع السار للمشاركين.
- الإعداد الجيد لتلافي الإصابات التي قد يتعرض إليها الطفل الأصم الأبكم أثناء الأداء.
- يتعلق زمن الإحماء أو الجزء التمهيدي بالظروف المحيطة بالجو، ومدته (١٠) دقائق.

ب- الجزء الرئيسي:

والذي يهدف إلى:

- الارتقاء بالجانب البدني والانفعالي والاجتماعي لدى الأطفال الصم والبكم.
- تغيير المعتقدات الشخصية الخاطئة المكتسبة نحو السباحة لديهم.
- تنمية المهارات الترويحية التي تساعد الصم والبكم على التفاعل مع المجتمع.
- الارتقاء بكفاءة الأجهزة الحيوية (الجهاز الدوري والجهاز التنفسي) بالجسم. ومدة هذا الجزء (٢٥) دقيقة.

ج- الجزء الختامي:

وقد راعت الباحثتان أن يعقب فترة التدريب الأساسية فترة تهدئة متدرجة للوصول بالأجهزة الحيوية إلى ما كانت عليه في حالة الراحة تدريجيا وذلك بإجراء لعبة ختامية جماعية بسيطة أو بالمشي في المنطقة الضحلة مع أداء تدريبات التنفس ومدة هذا الجزء (١٠) دقائق.

الخطوات التنفيذية للبحث

الدراسة الاستطلاعية:

أجريت الدراسة الاستطلاعية على عدد (٢٠) تلميذة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وذلك في الفترة من ٢٥/٥/٢٠٠٨ إلى ٢٩/٥/٢٠٠٨ بهدف:

- ١- التأكد من سلامة وصلاحية الأدوات والأجهزة المقترحة للتطبيق.
- ٢- معايير الأجهزة المستخدمة في البحث.
- ٣- ترتيب إجراءات سير الاختبارات والزمن الكلي لأدائها.
- ٤- تحديد مكان إجراء القياسات والاختبارات.
- ٥- تدريب المساعدين وتوزيعهم على العمل.
- ٦- تحديد زمن وترتيب إجراء القياسات قيد البحث.
- ٧- التأكد من استيعاب التلميذات للتمرينات المستخدمة وسهولة استجابتهن لها.

القياس القبلي:

أجرى القياس القبلي في حمام التربية والتعليم بالجزيرة وذلك على النحو التالي:

- ١- تطبيق المقاييس النفسية قيد البحث يوم ١/٦/٢٠٠٨.
- ٢- تطبيق المقاييس الفسيولوجية قيد البحث يوم ٢/٦/٢٠٠٨.

تنفيذ تجربة البحث:

تم تنفيذ البرنامج الترويجي في صورته النهائية وذلك في الفترة من ٣/٦/٢٠٠٨ إلى ١٢/٨/٢٠٠٨ ولمدة (١٠) أسابيع ويشتمل البرنامج على (٣٠) وحدة بواقع ثلاث وحدات أسبوعيا وقد بلغ زمن الوحدة ٤٥ دقيقة. مرفق رقم (٩).

القياس البعدي:

بعد تطبيق البرنامج الترويجي أجريت القياسات البعدية على النحو التالي:

- ١- تطبيق المقاييس النفسية قيد البحث يوم ١٣/٨/٢٠٠٨.
- ٢- تطبيق المقاييس الفسيولوجية قيد البحث يوم ١٤/٨/٢٠٠٨.

المعالجات الإحصائية:

تحقيقا لأهداف البحث وفروضه استخدمت الباحثتان الأساليب الإحصائية التالية:

- ١- المتوسط الحسابي.
- ٢- الانحراف المعياري.
- ٣- معامل الالتواء.
- ٤- الوسيط.
- ٥- اختبار "ت" لبرسون.
- ٦- معامل الارتباط "ر".
- ٧- النسبة المئوية لمعدلات التغير.

عرض النتائج ومناقشتها

عرض النتائج:

جدول رقم (٧)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي

في المقاييس النفسية قيد البحث

ن = ٣٠

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	ع ف	م ف	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
				ع	م	ع	م	
دالة	٣,٩٧	٠,٦٣	١٠,٦	١,٠٩	٢٦,٢	١,٤	١٥,٥	اختبار التوجه للحياة
دالة	٥,٦	١,٦	٥,٥	٠,٨١	١٦,٣	١,٠٤	١٠,٦	اختبار المرغوبة
دالة	٥,٩	١,٣	٩,٨	٠,٧٨	٣٨,٧	١,١١	٢٨,٩	قائمة الاتجاهات
دالة	٥,٩	٠,٩	١٠,٣	٠,٨٥	٤٠	١,١١	٢٨,٧	قائمة المعتقدات

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية $0,05 = 2,04$

يتضح من الجدول رقم (٧) وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي عن القبلي لعينة البحث في

المقاييس النفسية قيد البحث.

جدول رقم (٨)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في القياسات الفسيولوجية قيد البحث

ن = ٣٠

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	ع ف	م ف	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
				ع	م	ع	م	
دالة	٦,٥	١	٥	١,٥	٨٢,٥	٠,٩	٨٧,٥	النبض
دالة	٧,٥	٠,٥	٥,٧	١,٣	١٦,٧	٠,٨	١١	كتم النفس
دالة	٦	٢٣,٩	٢١٦,٧	٦٣,٤	١٩٦٦,٧	٤١,٥	١٧٥٠	السعة الحيوية
دالة	٦,٨	٩,٦	٦٩,٣	٣٥,٧	٦٤٦,٢	٢٩,٩	٥٧٦,٧	الكفاءة الحيوية
دالة	٦	٠,١	١,٨	٠,٣٤	٣,٩	٠,٢	٢,١	كفاءة الجهاز الدوري التنفسي

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية $0,05 = 2,04$

يتضح من الجدول رقم (٨) وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي عن القبلي لعينة البحث في

القياسات الفسيولوجية قيد البحث.

جدول رقم (٩)

دلالة الفروق بين القياسيين القبلي والبعدي في اختبارات
تقييم المهارات الأساسية للسباحة قيد البحث

ن = ٣٠

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	ع ف	م ف	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
				ع	م	ع	م	
دالة	٦,٦	٠,١٦	٢,٨٣	٠,٢٥	٣,٧٥	٠,٢٣	٠,٩٣	كتم النفس تحت الماء
دالة	٥,٣	٠,١٦	٣,٤	٠,١٢	٤,٠١	٥,١٨	١,٦	القفز بالقدمين
دالة	٥,٤	٠,١٥	٣,٥	٠,١٧	٤,٠٧	٠,١٢	٠,٥٨	الطفو على البطن
دالة	٥,٣	٠,١١	٣,٤	٠,١٥	٤,٠٥	٠,١١	٠,٥٦	الطفو على الظهر
دالة	٥,٣	٠,٠٩	٣,٥	٠,٢٢	٤,١٢	٠,٠٩	٠,٥٤	الطفو على البطن مع ضربات الرجلين
دالة	٥,٣	٠,٤٢	٣,٥	٠,٤٢	٤	٠,٠٩	٠,٥٣	التنفس المنتظم

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٠٤

يتضح من الجدول رقم (٩) وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي عن القبلي لعينة البحث في القياسات الفسيولوجية قيد البحث.

جدول رقم (١٠)

النسبة المئوية لمعدلات التغير في القياسات البعدية عن القبلية
لعينة البحث في المقاييس النفسية قيد البحث

ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط القبلي	المتوسط البعدي	نسبة التغير %
اختبار النزعة للتفاؤل	الدرجة	١٥,٥	٢٦,٢	٦٩
اختبار المرغوبية	الدرجة	١٠,٦	١٦,٠٣	٥١,٢٣
قائمة الاتجاهات	الدرجة	٢٨,٩	٣٨,٧	٣٣,٩
قائمة المعتقدات	الدرجة	٢٨,٧	٤٠	٣٩,٤

يتضح من جدول (١٠) زيادة النسبة المئوية لمعدلات تغير القياسات البعدية عن القبلية في المقاييس النفسية قيد البحث حيث تراوحت بين (٣٣,٩ - ٦٩).

جدول رقم (١١)

النسبة المئوية لمعدلات التغير في القياسات البعدية عن القبليّة
لعينة البحث في القياسات الفسيولوجية قيد البحث

ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط القبلي	المتوسط البعدي	نسبة التغير %
النبض	نبضة/ق	٨٧,٥	٨٢,٥	٥,٧
كتم النفس	ث	١١	١٦,٧	٥١,٨
السعة الحيوية	سم	١٧٥٠	١٩٦٦,٧	١٢,٤
الكفاءة الحيوية	درجة	٥٧٦,٧	٦٤٦,٢	١٢
كفاءة الجهاز الدوري والتنفسي	درجة	٢,١	٣,٩	٨٥,٧

يتضح من جدول (١١) زيادة النسبة المئوية لمعدلات تغير القياسات البعدية عن القبليّة في القياسات الفسيولوجية قيد البحث حيث تراوحت بين (٥,٧ - ٨٥,٧).

جدول رقم (١٢)

النسبة المئوية لمعدلات التغير في القياسات البعدية عن القبليّة
لعينة البحث في تقييم المهارات الأساسية للسباحة قيد البحث

ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط القبلي	المتوسط البعدي	نسبة التغير %
كتم النفس تحت الماء	ث/ الدرجة	٠,٩٣	٣,٧٥	٣٠٣,٢
القفز بالقدمين	الدرجة	١,٦	٤,٠١	١٥٠,٦
الطفو على البطن	ث/ الدرجة	٠,٥٨	٤,٠٧	٦٠١,٧
الطفو على الظهر	ث/ الدرجة	٠,٥٦	٤,٠٥	٦٢٦,٧
الانزلاق على البطن مع ضربات الرجلين	م/ الدرجة	٠,٥٤	٤,١٢	٦٦٢,٩
الانزلاق على الظهر مع ضربات الرجلين	م/ الدرجة	٠,٥٣	٤,٠٦	٦٦٦
التنفس المنتظم	م/ الدرجة	٠,٥٣	٤	٦٥٤,٧

يتضح من جدول (١٢) زيادة النسبة المئوية لمعدلات تغير القياسات البعدية عن القبليّة في القياسات الفسيولوجية قيد البحث حيث تراوحت بين (٦٦٦ - ١٥٠,٦).

مناقشة النتائج:

توضح نتائج جدول (٧) إلى وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي عن القبلي في اختبار النزعة للتفاؤل، كما يشير جدول (١٠) إلى نسب التغيير فنجد تحسین بين القياسات البعدية والقبليّة والتي بلغت (٦٩%) وترجع الباحثان هذا التحسن إلى احتواء برنامج الترویح المائي على أنشطة متنوعة تنافسية وترويجية مما ساعد الأطفال الصم على التفاؤل بالأحداث والنظر إلى الجانب المضيء في حياتهم وعدم الانقطاع عن عمله حيث أن الكلمة هي وسيلة الصلة بين الناس كما يساعد الترویح الرياضي على التخلص من ضغط الحياة وأعبائها وتصل بالفرد إلى التعايش مع نفسه ومع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه.

وجاءت هذه النتائج لتتفق مع نتائج كلا من "أميمة حسين" (٢٠٠٠)، و "سوزان أحمد محمد" (١٩٩٩)، و "حلمي إبراهيم، وليلى فرحات" (١٩٩٨)، و زينب محمود شقير" (٢٠٠٥) والتي أشارت إلى أهمية الترویح الرياضي والمائي بشكل خاص والألعاب بمختلف صورها في المراحل السنوية المبكرة باعتبارها الأساس في تنمية الأطفال عقليا ونفسيا. (٧) (١٦) (١٢) (١٥) (٥٤). وهذا يحقق صحة الفرض الأول والذي ينص على:

"يؤثر برنامج الترویح المائي تأثيرا إيجابيا على اختبار النزعة إلى التفاؤل"

وتشير نتائج جدول (٧) إلى وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي لعينة البحث في اختبار المرغوبية، كما يوضح جدول (١٠) نسب التغيير فنجد تحسن بين القياسات البعدية عن القبليّة والتي بلغت (٥١,٢٣%)، وترجع الباحثان هذا التحسن إلى تنوعها وتعدد التمرينات والألعاب داخل البرنامج والتي أدت إلى تفاعل الأطفال واندماجهم داخل الأنشطة والألعاب الترفيهية التي تبعث عليهم السرور وروح المرح، وكذلك استخدام أسلوب الحافز المادي والمعنوي داخل البرنامج الذي ساعد على جذب الأطفال للمشاركة وعدم انعزالهم وعزوفهم عن الممارسة والتفاعل مع أقرانهم بل وتساعدهم على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين.

حيث أشار "عبد التواب محمود" (٢٠٠٦)، و "زينب محمود شقير" (٢٠٠٢)، و "سهير مصطفى المهندس" (١٩٩٨) إلى أهمية تقديم البرامج التربوية والعلاجية والترويجية للطفل الأصم والتي تعمل على إيجاد الأساليب المناسبة للتعامل مع هؤلاء الأطفال مما قد يسهم في تشكيل سلوكهم الاجتماعي وتفاعلاتهم الاجتماعية والحد من العزلة الاجتماعية لديهم. (٢٢) (١٤) (١٨).

كما تتفق هذه النتائج مع دراسة "جيلسون Gilson's" (٢٠٠٠)، و "كروتي مسيتوتين Krotee, M" (٢٠٠٠) حيث أشاروا إلى أهمية الأنشطة الحركية والترفيهية واللعب في الحد من السلوك الغير مرغوب فيه وتجنب الانغلاق والانعزالية للمعاق. (٤٩) (٥١) (٥٦) (٥٩) وهذا ما يحقق صحة الفرض الثاني والذي ينص على:

"يؤثر برنامج الترویح المائي تأثيرا إيجابيا على اختبار المرغوبية الاجتماعية"

كما اتضح من نتائج جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعدية لصالح القياس البعدي في قائمة الاتجاهات والمعتقدات نحو السباحة بالرجوع إلى جدول (١٠) لنسب التغيير نجد تحسن في القياسات البعدية عن القبليّة في قائمة الاتجاهات والمعتقدات نحو السباحة حيث بلغت قائمة الاتجاهات

(٣٣، ٩) %، وبلغت قائمة المعتقدات (٤، ٣٩)، وقد أرجعت الباحثان هذه النتيجة إلى المبادئ التي وضعت على أساسها أنشطة البرنامج والتي ركزت على الاستفادة من قدرات الأصم وعلى ما لديه من اتجاهات وتنمية قدراته في التغلب على الصعوبات والعقبات التي تواجهه أثناء معاشته لمشاكل المجتمع الذي ينتمي إليه، ودعم الاتجاهات الانفعالية والنفسية الإيجابية نحو التفكير والسلوك الإبداعي في المجالات المختلفة.

وهذا ما يتفق مع "إيمان عبد المقتدر محمود" (٢٠٠٥)، و "سيفن إكستر Sivein, E" (٢٠٠٤)، و "عبير ممدوح محمد بنداوي" (٢٠٠١) حيث توصلوا إلى أن الاهتمام بعمليات قياس وتقدير وتغيير الاتجاهات من أهم موضوعات الدراسة في علم النفس الاجتماعي والرياضي الحديث على أساس أن تكوين الآراء والاتجاهات الإيجابية وتعديل الآراء والاتجاهات السلبية بالحكمة والقُدوة الحسنة، وأساليب التنشئة الفعالة، يعد أساساً لرفع كفاءة هؤلاء الأفراد من أجل حياة أفضل لهذه الفئة من الصم والبكم. (٩) (٤٧) (٢٧).

وهذا ما يحقق صحة الفرض الثالث والذي ينص على:

"يؤثر برنامج الترويح المائي تأثيراً إيجابياً على قائمة الاتجاهات"

كما توضح نتائج جدول رقم (٨) و (١١) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في القياسات الفسيولوجية لصالح القياس البعدي وتعتبر هذه الدلالة مؤشراً على مدى التحسن في المتغيرات قيد البحث حيث تراوحت النسبة المئوية لمعدلات التغيير بين (٧، ٥ - ٧، ٨٥)، وترجع الباحثان هذا التحسن إلى البرنامج الترويحي الذي راعت في الباحثان التنوع في الشدة والتدرج في الأحمال المستخدمة في الألعاب ومراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ والتنوع في استخدام الألعاب لتنمية العمل الهوائي والعمل اللاهوائي والتنوع في استخدام الأدوات المساعدة في الألعاب المائية والتي ساعدت هؤلاء الأطفال في الارتقاء بالوظائف الحيوية لديهم.

وجاءت هذه النتائج لتتفق مع نتائج كل من "Radwan & Reschke" (٢٠٠٤)، "Travis, Sachs" (٢٠٠٢)، و "AMvarela, LBsardiha" (٢٠٠١)، و "عبد الحميد شرف" (٢٠٠١)، و "يسر محمد عبد الغني" (٢٠٠١)، و "مسعود غرابية، طه عبد الرحمن" (٢٠٠٠)، التي أشارت إلى أن ممارسة الرياضة بانتظام تعمل على تحسين العمل الهوائي واللاهوائي والارتقاء باللياقة البدنية والارتقاء بمؤشر الصحة العامة واستغلال وقت الفراغ بطريقة إيجابية لمختلف أنواع الإعاقات (٥٢) (٥٣) (٥٥) (٢٣) (٤٣) (٣٤).

وهذا يحقق صحة الفرض الرابع والذي ينص على:

"يؤثر برنامج الترويح المائي تأثيراً إيجابياً على القياسات الفسيولوجية"

كما توضح نتائج جدول رقم (٩) و (١٢) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في المهارات الأساسية لصالح القياس البعدي وذلك من خلال البرنامج الترويحي الذي يحتوي على مهارات كتم النفس تحت الماء والقفز بالقدمين والطفو على البطن والطفو على الظهر والانزلاق على البطن مع ضربات الرجلين والانزلاق على الظهر مع ضربات الرجلين والتنفس المنتظم، حيث تراوحت النسبة المئوية لمعدلات التغيير في اختبارات تقييم المهارات الأساسية بين (٦، ١٥٠ : ٦٦٦) %.

وترجع الباحثان هذا التحسن إلى استخدام الأدوات المساعدة في الألعاب المائية والتدرج في هذه الألعاب من البسيط إلى المتوسط واحتواء البرنامج الترويجي على الألعاب الفردية والزوجية والجماعية والتي ساعدت هؤلاء الأطفال في زيادة التفاعل الاجتماعي مع أقرانهم وانخفاض العزلة الاجتماعية لديهم.

وجاءت هذه النتائج لتتفق مع نتائج كل من "شيماء حسن الليثي" (٢٠٠١)، و "عزة عبد المنصف" (٢٠٠١)، و "John Harmer" (٢٠٠١)، "Eiem, Li Liseloh" (٢٠٠١)، و "كمال درويش، محمد الحماحي" (١٩٩٨)، و "أسامة رياض" (٢٠٠٠)، و "رائف محمد حسن أحمد" (١٩٩٨)، و "محمد علي القط" (١٩٩٨)، والتي أشارت إلى أهمية الألعاب المائية المتنوعة واستخدام الوسط المائي في اكتساب الطفل للعديد من المهارات النفسية والعقلية والبدنية. (١٩) (٢٨) (٥٠) (٤٥) (٣٢) (٤) (١٣) (٣٧).

وهذا يحقق صحة الفرض الخامس والذي ينص على:

"يؤثر برنامج الترويح المائي تأثيراً إيجابياً على المهارات الأساسية في السباحة".

الاستنتاجات:

من واقع البيانات والمعلومات التي توصلت إليها الباحثتان وفي ضوء الدراسات النظرية والبحوث المشابهة وفي حدود عينة وطبيعة أهداف البحث ومن خلال مناقشة وتفسير النتائج تمكنت الباحثتان من التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

- ١- تطبيق البرنامج الترويجي المائي أدى إلى تحسن في درجة التوجه للحياة والابتعاد عن النظرة التشاؤمية لتلاميذ الصم والبكم.
- ٢- تطبيق البرنامج الترويجي المائي أدى إلى الرغبة في إقامة علاقات اجتماعية ناجحة والبعد عن العزلة الاجتماعية وتكوين صداقات جديدة لتلاميذ الصم والبكم.
- ٣- تطبيق البرنامج الترويجي المائي أدى إلى تكوين اتجاهات ومعتقدات جيدة نحو السباحة ونحو الماء لتلاميذ الصم والبكم.
- ٤- تطبيق البرنامج الترويجي المائي أدى إلى الارتقاء بالوظائف الحيوية بالجسم لتلاميذ الصم والبكم.
- ٥- تطبيق البرنامج الترويجي المائي أدى إلى اكتساب بعض المهارات الأساسية في السباحة لتلاميذ الصم والبكم.

التوصيات:

في ضوء ما أظهرته نتائج البحث توصي الباحثتان بما يلي:

- ١- إعداد برامج ترويجية مائية لتلاميذ الصم والبكم وذلك لمساعدتهم للتوجه للحياة.
- ٢- إعداد برامج ترويجية مائية لتلاميذ الصم والبكم وذلك لإقامة علاقات اجتماعية وتكوين صداقات.
- ٣- إعداد برامج ترويجية مائية لتلاميذ الصم والبكم وذلك للترويح وتغيير معتقداتهم نحو السباحة والماء.
- ٤- إعداد برامج ترويجية مائية لتلاميذ الصم والبكم وذلك للارتقاء بالوظائف الحيوية.
- ٥- إعداد برامج ترويجية مائية لتلاميذ الصم والبكم وذلك لإكسابهم بعض المهارات الأساسية في السباحة.

المراجع العربية:

- (١) إبراهيم عباس الزهيري (٢٠٠١): "تربية المعاقين والموهوبين"، القاهرة، مكتبة زهراء الشرق.
- (٢) أبو العلا أحمد عبد الفتاح، محمد صبحي حسانين (١٩٩٧): "فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضة وطرق القياس والتقويم"، القاهرة، دار الفكر العربي.
- (٣) أحلام رجب عبد الغفار (٢٠٠٣): "الرعاية التربوية لذوي الاحتياجات الخاصة"، القاهرة، دار الفجر للنشر.
- (٤) أسامة رياض (٢٠٠٠): "رياضة المعاقين الأسس الطبية والرياضية"، القاهرة، دار الفكر العربي.
- (٥) المجلس الأعلى للشباب والرياضة قطاع البحوث (١٩٩٨): "التطبيقات العملية لتتائج وتوصيات الرسائل العلمية وبحوث التربية الرياضية"، مركز التوثيق والمعلومات، إدارة النشر.
- (٦) أمل محمد مفرج (٢٠٠٢): "تأثير تدريس الألواح الشعبية باستخدام الإيقاع الضوئي والفيديو على تحسين الصحة النفسية للصم والبكم في المرحلة الثانوية" رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.
- (٧) أميمة حسنين محمد (٢٠٠٠): "تأثير برنامج للحمباز باستخدام الوسائل المعينة على الإدراك الحس الحركي والقدرات الحركية للمعاقين سمعياً"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة حلوان.
- (٨) إيلين وديع فرج (٢٠٠٠): "اللياقة الطريق للحياة الصحية"، الإسكندرية، منشأة المعارف.
- (٩) إيمان عبد المقتدر محمود (٢٠٠٥): "تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام الصور المسلسلة ضوئياً على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة لدى تلاميذ الصم والبكم" رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة طنطا.
- (١٠) تهاني عبد السلام محمد (٢٠٠١): "الترويح والتربية الترويحية"، القاهرة، دار الفكر العربي.
- (١١) جمال الخطيب ومنى الحديدي (٢٠٠١): "سلسلة إصدارات أكاديمية التربية الخاصة، أولياء أمور الأطفال المعوقين"، السعودية، أكاديمية التربية الخاصة.
- (١٢) حلمي محمد إبراهيم، ليلي السيد فرحات (١٩٩٨): "التربية الرياضية والترويح للمعاقين"، القاهرة، دار الفكر العربي.
- (١٣) رائف محمد حسن أحمد (١٩٩٨): "فاعلية استخدام الألعاب المائية لتحسين مستوى الأداء لسباحي الزحف على البطن والظهر للأطفال من سن ٦ - ٨ سنوات" رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان.
- (١٤) زينب محمود شقير (٢٠٠٢): "سلسلة سيكولوجية الفئات الخاصة والمعوقين، أسرتي، مدرستي، أنا ابنكم المعاق (ذهنياً، سمعياً، بصرياً)"، القاهرة، دار النهضة المصرية.
- (١٥) _____ (٢٠٠٥): "سلسلة ذوي الاحتياجات الخاصة، التعليم العلاجي"، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

- (١٦) سوزان أحمد محمد (١٩٩٩): "تأثير التعليم المبرمج على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة لدى الصم والبكم" رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.
- (١٧) سهير كامل أحمد (٢٠٠٢): "سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة"، الإسكندرية، مركز الإسكندرية للكتاب، الطبعة الثانية.
- (١٨) سهير مصطفى المهندس (١٩٩٨): "تأثير برنامج تربية حركية مقترح على الرضا الحركي وبعض مكونات الأداء الحركي لدى تلاميذ وتلميذات ضعاف السمع، إنتاج علمي، المؤتمر الأول دور التربية الرياضية في حل المشكلات المعاصرة المجلد الثاني، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق.
- (١٩) شيماء حسن الليثي (٢٠٠١): "فعالية بعض وسائط الاتصال التعليمية على زمن تعلم سباحة الزحف الأمامية للمبتدئين من (٦ - ٩) سنوات"، المجلة العلمية نظريات وتطبيقات، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
- (٢٠) عادل عبد الله محمد (٢٠٠٠): "العلاج المعرفي السلوكي، أسس وتطبيقات"، القاهرة، دار الرشا.
- (٢١) _____ (٢٠٠٤): "الإعاقات الحسية" سلسلة ذوي الاحتياجات الخاصة، القاهرة، دار الرشا.
- (٢٢) عبد التواب محمود (٢٠٠٦): "فاعلية برنامج ترويجي رياضي على ترشيد السلوكيات الصحية للأطفال المعاقين عقليا" رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
- (٢٣) عبد الحميد شرف (٢٠٠١): "التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة"، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
- (٢٤) عبد الرحمن سيد سليمان (٢٠٠١): "سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة، المفهوم"، القاهرة، مكتبة الزهراء.
- (٢٥) عبير عبد الرحمن شديد (١٩٩٩): "تأثير الألعاب المائية الترويجية على الشعور بالوحدة والقلق والاكتئاب وبعض الصفات البدنية لدى مكفوفي البصر" مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد الثاني عشر، جامعة حلوان.
- (٢٦) عبد المطلب أمين القريطي (٢٠٠١): "سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم"، القاهرة، دار الفكر العربي.
- (٢٧) عبير ممدوح محمد (٢٠٠١): "بناء مقياس الاتجاهات نحو السباحة للتلاميذ" رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.
- (٢٨) عزة عبد المنصف محمد غريب (٢٠٠١): "فاعلية برنامج مقترح للألعاب المائية على تعلم بعض المهارات الأساسية في السباحة لدى المعاقين ذهنيا"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة حلوان، القاهرة.
- (٢٩) عفت عوض أحمد الشيتاني (٢٠٠٥): "تأثير برنامج صحي رياضي على السلوك الصحي للصم والبكم"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة طنطا.

- (٣٠) علية حسن خير الله (٢٠٠٤): "مدخل الترويح الرياضي"، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
- (٣١) فريد ذكي جاد الله (٢٠٠٢): "فاعلية برنامج ترويجي رياضي في تحقيق الانعزالية للصم والبكم" رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
- (٣٢) كمال درويش، محمد الحماحي (١٩٩٨): "رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ"، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
- (٣٣) محمد الحماحي، عائدة عبد العزيز (١٩٩٨): "الترويح بين النظرية والتطبيق"، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الثانية.
- (٣٤) مسعود كمال غرابية، طه عبد الرحيم (٢٠٠٠): "تأثير برنامج ترويجي (رياضي - ثقافي - صحي) على السلوك الصحي والتعليمي مع الإعاقة للمعاقين حركيا في المملكة العربية السعودية" مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية بنين، الزقازيق.
- (٣٥) محمد حسن علاوي (١٩٩٨): "موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين"، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
- (٣٦) محمد رضا البغدادي (٢٠٠١): "الأنشطة البداعية لأطفال"، القاهرة، دار الفكر العربي.
- (٣٧) محمد علي القط (١٩٩٨): "السباحة بين النظرية والتطبيق"، الزقازيق، مكتبة العزيزي.
- (٣٨) محمد كامل العفيفي (١٩٩٨): "التربية البدنية للمعوقين بين النظرية والتطبيق"، القاهرة، دار حراء.
- (٣٩) منظمة الصحة العالمية (١٩٩٩): "التخلف العقلي - مواجهة التحدي"، الإسكندرية، المكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية، شرق البحر المتوسط.
- (٤٠) نبيل العطار، عصام محمد أمين (١٩٩٧): "مقدمة في أسس العلمية للسباحة"، القاهرة، دار المعارف.
- (٤١) نجلاء محمود الأتربي (٢٠٠٢): "برنامج التلفزيون الموجهة للصم والبكم"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
- (٤٢) وفيقة مصطفى سالم (١٩٩٧): "الرياضات المائية (أهدافها - طرق تدريسها - أسس تدريبها)"، جهاز الطبع والنشر الكتاب الجامعي.
- (٤٣) يسر محمد عبد الغني (٢٠٠١): "تأثير برنامج علاجي حركي على بعض القدرات الحركية والانحرافات القوامية للمتخلفين عقليا القابلين للتعلم"، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة طنطا.

ملخص البحث

"تأثير برنامج ترويحي مائي على بعض المتغيرات النفسية والفيسيولوجية لدى الصم والبكم"

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى معرفة تأثير البرنامج الترويحي المائي على:

- ٦- اختبار التوجه للحياة.
- ٧- المرغوبية الاجتماعية.
- ٨- الاتجاهات والمعتقدات الشخصية نحو السباحة ونحو الماء.
- ٩- القياسات الفسيولوجية قيد البحث.
- ١٠- المهارات الأساسية في السباحة.

فروض البحث:

يؤثر البرنامج الترويحي المائي إيجابيا على:

- ١- التوجه للحياة.
- ٢- المرغوبية الاجتماعية.
- ٣- الاتجاهات والمعتقدات الشخصية نحو السباحة ونحو الماء.
- ٤- القياسات الفسيولوجية قيد البحث.
- ٥- المهارات الأساسية في السباحة.

إجراءات البحث:

أولا: منهج البحث

استخدمت الباحثان المنهج التجريبي باستخدام القياسات (القبلية- البعدية) على مجموعة تجريبية واحدة، وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

ثانيا: عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية بحيث تراوحت الأعمار بين (١٢ - ١٥) سنة والذي يتمثل في تلاميذ الصف الثالث والرابع والخامس الابتدائي لمدرسة الأمل للصم وضعف السمع للبنات التابعة لإدارة السيدة زينب التعليمية واشتملت عينة البحث على (٣٠) تلميذة.

ثالثا: الأدوات المستخدمة في البحث:

أ- الرستاميتز. ب- ميزان طبي ج- مقياس التوجه للحياة. د- مقياس اختبار

المرغوبية. هـ- مقياس قائمة الاتجاهات في السباحة. و- مقياس قائمة

المعتقدات في السباحة.

ز- القياسات الفسيولوجية:

- ١- النبض. ٢- كتم النفس. ٣- السعة الحيوية ٤- الكفاءة الحيوية.
- ٥- كفاءة الجهاز الدوري التنفسي.

الخطوات التنفيذية للبحث

الدراسة الاستطلاعية:

أجريت الدراسة الاستطلاعية على عدد (٢٠) تلميذة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وذلك في الفترة من ٢٥/٥/٢٠٠٨ إلى ٢٩/٥/٢٠٠٨.

القياس القبلي:

أجرى القياس القبلي في حمام التربية والتعليم بالجزيرة وذلك على النحو التالي:

- ١- تطبيق المقاييس النفسية قيد البحث يوم ١/٦/٢٠٠٨.
- ٢- تطبيق المقاييس الفسيولوجية قيد البحث يوم ٢/٦/٢٠٠٨.

تنفيذ تجربة البحث:

تم تنفيذ البرنامج الترويجي في صورته النهائية وذلك في الفترة من ٣/٦/٢٠٠٨ إلى ١٢/٨/٢٠٠٨ ولمدة (١٠) أسابيع ويشتمل البرنامج على (٣٠) وحدة بواقع ثلاث وحدات أسبوعياً وقد بلغ زمن الوحدة ٤٥ دقيقة.

القياس البعدي:

بعد تطبيق البرنامج الترويجي أجريت القياسات البعدية على النحو التالي:

- ١- تطبيق المقاييس النفسية قيد البحث يوم ١٣/٨/٢٠٠٨.
- ٢- تطبيق المقاييس الفسيولوجية قيد البحث يوم ١٤/٨/٢٠٠٨.

المعالجات الإحصائية:

تحقيقاً لأهداف البحث وفروضه استخدمت الباحثتان الأساليب الإحصائية التالية:

- ١- المتوسط الحسابي. ٢- الانحراف المعياري. ٣- معامل الالتواء. ٤- الوسيط.
- ٥- اختبار "ت". ٦- معامل الارتباط "ر". ٧- النسبة المئوية لمعدلات التغير.

الاستنتاجات:

من واقع البيانات والمعلومات التي توصلت إليها الباحثتان وفي ضوء الدراسات النظرية والبحوث المشابهة وفي حدود عينة وطبيعة أهداف البحث ومن خلال مناقشة وتفسير النتائج تمكنت الباحثتان من التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

- ١- تطبيق البرنامج الترويجي المائي أدى إلى تحسن في درجة التوجه للحياة والابتعاد عن النظرة التشاؤمية لتلاميذ الصم والبكم.
- ٢- تطبيق البرنامج الترويجي المائي أدى إلى الرغبة في إقامة علاقات اجتماعية ناجحة والبعد عن العزلة الاجتماعية وتكوين صداقات جديدة لتلاميذ الصم والبكم.

٣- تطبيق البرنامج الترويحي المائي أدى إلى تكوين اتجاهات ومعتقدات جيدة نحو السباحة ونحو الماء لتلاميذ الصم والبكم.

٤- تطبيق البرنامج الترويحي المائي أدى إلى الارتقاء بالوظائف الحيوية بالجسم لتلاميذ الصم والبكم.

٥- تطبيق البرنامج الترويحي المائي أدى إلى اكتساب بعض المهارات الأساسية في السباحة لتلاميذ الصم والبكم.

التوصيات:

في ضوء ما أظهرته نتائج البحث توصي الباحثان بما يلي:

- ١- إعداد برامج ترويحية مائية لتلاميذ الصم والبكم وذلك لمساعدتهم للتوجه للحياة.
- ٢- إعداد برامج ترويحية مائية لتلاميذ الصم والبكم وذلك لإقامة علامات اجتماعية وتكوين صداقات.
- ٣- إعداد برامج ترويحية مائية لتلاميذ الصم والبكم وذلك للترويح وتغيير معتقداتهم نحو السباحة والماء.
- ٤- إعداد برامج ترويحية مائية لتلاميذ الصم والبكم وذلك للارتقاء بالوظائف الحيوية.
- ٥- إعداد برامج ترويحية مائية لتلاميذ الصم والبكم وذلك لإكسابهم بعض المهارات الأساسية في السباحة.

ABSTRACT

The Effectiveness of an Aquatic Recreational Program on Some Psychological and Physiological Variables in Deaf and Dumb

Dr. Alia Haida*

Dr. Hadeer Said**

Research objectives:

The objective of this investigation is to identify the effect of an aquatic recreational program on the following:

- 1- Test to go to life.
- 2- Social desirability.
- 3- Personal attitudes and beliefs about swimming and water.
- 4- Physiological measurements under investigation. 5-Swimming essential skills.

Research hypotheses:

The aquatic recreational program positively effects on the following:

- 1- Going to life.
- 2- Social desirability.
- 3- Personal attitudes and beliefs about swimming and water.
- 4- Physiological measurements under investigation.
- 5- Swimming essential skills.

Research procedures:

I. Method:

The researchers used the experimental method through pre and post measurements on one experimental group so as to suit the nature of the current research.

II. Sample:

* Asst. Prof. Faculty of Physical Education for Girls, Cairo.

** Lecturer Faculty of Physical Education for Girls, Cairo

It was intentionally selected from students in the 3rd and 4th grades at Al-Amal Primary School for Deaf and Dumb Girls belonging to Al-Sayeda Zeinab Educational Department. It included (30) girls.

III. Research tools:

- a. Rest meter. Medical balance. Going to life scale. Swimming attitudes inventory scale. Swimming beliefs inventory scale.
- b. Physiological measurements:
 - Pulse. Mute breath. Vital capacity. Vital efficiency. Circulatory-respiratory system efficiency.

Research executive procedures:

- Pilot study:

It was conducted on (20) girls from the research people but out of the main research sample with effect from 25/5/2008 to 29/5/2008.

- Pre-measurements:

It was carried out in the Education Swimming Pool. Gezira as follows:

- 1- Applying psychological scales under investigation on 1/6/2008.
- 2- Applying physiological scales under investigation on 2/6/2008.

Conducting the research experiment:

The final form of the recreational program was conducted with effect from 3/6/2008 to 12/8/2008 for (10) weeks that included (30) units at the rate of three units a week for 45 minutes per unit.

- Post-measurements:

They were carried out after applying the recreational program as follows:

- 1- Applying psychological scales under investigation on 13/8/2008.
- 2- Applying physiological scales under investigation on 14/8/2008.

Statistical treatments:

To verify the research objectives and hypotheses the researchers used the following statistical methods:

- 1- Arithmetic means.
- 2- Standard deviation.
- 3- Skewness coefficient.
- 4- Median.
- 5- Parson's T-test
- 6- Correlation coefficient "R".
- 7- Percentage of the rate of variation.

Conclusions:

From the data existed and information concluded, in the light of theoretical studies and similar researches, in the limits of the research objectives and through the discussion and explaining the results, the researchers concluded the following:

- 1- Applying the aquatic recreational program led to improve the score of going to life and be away from the pessimistic outlook for deaf and dumb pupils.
- 2- Applying aquatic recreational program led to the desire to establish successfully social relationships, to get away from social isolation and to make new friends for deaf and dumb pupils.
- 3- Applying the aquatic recreational program led to form better attitudes and beliefs about swimming and water for deaf and dumb pupils.
- 4- Applying the aquatic recreational program led to upgrade body's vital functions for deaf and dumb pupils.
- 5- Applying the aquatic recreational program led to gain some essential skills of swimming for deaf and dumb pupils.

Recommendations:

In the light of results shown the researchers recommended the following:

- 1- Aquatic recreational programs should be prepared for deaf and dumb pupils to help them go to life.
- 2- Aquatic recreational programs should be prepared for deaf and dumb pupils to establish social relationships and to make friends.
- 3- Planning aquatic recreational programs for deaf and dumb pupils for recreation and for changing their beliefs about swimming and water.
- 4- Making aquatic recreational programs for deaf and dumb pupils to upgrade vital functions.
- 5- Preparing aquatic recreational programs for deaf and dumb pupils to gain some swimming essential skills.