

# "تأثير استخدام الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية علي تنمية بعض القدرات الحركية لدي التلاميذ المتخلفين عقلياً (القابلين للتعلم)"

أ.م.د/ علاء الدين ابراهيم سالم

مدخل ومشكلة البحث:

يشهد العصر الحديث إنطلاقه حقيقية في رعاية المعاقين وإعادة تأهيلهم، وتتسابق معظم الدول لإظهار مدى تقدمها عن طريق العمل على دمج المعاقين في المجتمع كأفراد مؤثرين كالأسوياء ، وكان لرجال التربية الرياضية الإسهام المباشر في المجالات التربوية وذلك بإعداد وتخطيط البرامج الرياضية المعدلة والتي تتناسب مع هذه الفئة الهامة من المجتمع ، وتوفير المنشآت والأجهزة والأدوات الرياضية الخاصة ، وتقديم التسهيلات الكافية لممارسة الرياضة الترويحية والإشتراك في المنافسات الرياضية المختلفة.

وفي السنوات الأخيرة من القرن العشرين إهتمت المجتمعات الإنسانية بالمعاقين وخاصة في الخدمات المقدمة للأطفال المتخلفين عقلياً، والتي لم تقف عند حد العلاج. بل تعدت هذه الحدود إلى الوقاية من الإعاقة في شتى صورها وأشكالها في إطار مجموعة من القواعد والمعايير الإجتماعية، الأخلاقية، الدينية والإرشادية، وفي تقديم الخدمات الصحية والنفسية، وفي تخطيط وتصميم برامج التدخل المبكر المقدمة للأطفال ذوي الإحتياجات الخاصة بحيث أصبحت هذه البرامج تتسم بالتكامل والتفاعل بين النظم المتعددة المستخدمة في هذه البرامج. (١ : ٤٨٥)

ومع تزايد إهتمام المجتمعات الإنسانية بتوفير فرص النمو والتعليم للأطفال ذوي القدرات العقلية المحدودة والذين يطلق عليهم "المتخلفون عقلياً" وتطور وسائل المعرفة والأدوات التربوية لرعايتهم إذ بلغ عدد المعوقين في البلدان المتقدمة ١٠% من مجموع السكان الكلي منهم ٣,٢% ذو تخلف عقلي، ولو توقعنا قليلاً و أمعنا النظر في هذه النسبة لتبين لنا أنه يوجد عشرات الآلاف من الأطفال المعوقين في مجتمعنا، وهذه النسبة صادرة عن منظمة الصحة العالمية من خلال دراستها الإستكشافية للمعوقين في جميع أنحاء العالم خلال العشرين سنة الأخيرة من القرن العشرين. (٢٠ : ٦)

ويشير الباحث إلى أن هؤلاء الأطفال يعتبرون طاقة بشرية معطلة إن لم يتلقوا العناية والرعاية الكاملة والتأهيل المناسب. فالأطفال المتخلفون عقلياً يشكلون قطاعاً هاماً من ثروة

\* أستاذ مساعد بقسم طرق التدريس والتدريب والتربية العملية - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق.

البلاد البشرية، وهذه الحقيقة دفعت دول العالم المختلفة وشجعتها على سن التشريعات والقوانين التي تضمن حقوق هؤلاء الأطفال في الحصول على تربية فعالة ومناسبة.

ومن هنا جاء التعاون بين وزارتي التربية والتعليم والشئون الإجتماعية لتدعيم المؤسسات الإجتماعية للمتخلفين عقلياً مادياً ومعنوياً لتوفير الخدمات المتكاملة لهم تمشياً مع سياسة الدولة التي تؤمن بأن من حق هذه الفئة أن ينالوا قدراً مناسباً من الرعاية والإهتمام والتوجيه لكي تصبح طاقة منتجة، وذلك عن طريق إتصالهم بالمجتمع من خلال ممارسة الأنشطة التربوية المختلفة خاصة وأن هذه الفئة يمثلون طاقة بشرية معطلة تعاني من إعاقة عقلية قد يصاحبها اضطرابات سلوكية ونفسية. (١٠ : ١٢)

وقد حددت منظمة الصحة العالمية التصنيف العالمي لدرجة التخلف العقلي من خلال الإختبارات ومقاييس الذكاء كما يوضحه جدول رقم (١):

### جدول (١)

#### التصنيف العالمي لدرجة التخلف العقلي والتصنيف التربوي له

م	درجة ونوع التخلف	المصطلح المألوف استخدامه	النقاط
١	ضعف عقلي معتدل.	Dull or Back Ward غياب عادي	٧٠ - ٨٥ نقطة
٢	ضعف عقلي بسيط.	Moron مارون	٥٠ - ٧٠ نقطة
٣	ضعف عقلي متوسط.	Imbicile أبله	٣٥ - ٤٩ نقطة
٤	ضعف عقلي شديد.	Idiot معتوه	أقل من ٢٠ نقطة (٢١ : ٧٢)
١	فئة القابلين للتعلم.	Educate	٥٥ - ٧٠ نقطة
٢	فئة القابلين للتدريب.	Trainable	٣٠ - ٥٥ نقطة
٣	حالات الإعتماد التام على الآخرين	Totally Dependent	٣٠ نقطة فأقل (١٨ : ١٤١)

ويتناول هذا البحث أهم هذه الفئات وأكثرهم عدداً، وهي فئة الإصابة بضعف عقلي بسيط (القابلين للتعلم) Educate، وبملاحظة خصائص هذه الفئة يتضح لنا أنها تتصف بالبطئ

فى الحركة وصعوبات فى تنسيق الحركات الدقيقة وإضطرابات فى التوازن وقلة التوافق الحركى لأن هذه القدرات تعتمد أساساً على العمليات العصبية.

ونظراً لأن ممارسة الأنشطة الرياضية المعدلة لها قيمة ودور كبير فى مجال المعاقين لما لها من تأثيرات هامة فى تنميتها للقدرات الحركية والبدنية والوظيفية، لذا فإنها تساعد المعاقين على إستعادة القوة العضلية والتوازن، كذلك تحسن التوافق العصبى العضلى كما تعمل على تنبيه وتنشيط العقل وزيادة الثقة بالنفس، وتوفير الإسترخاء ذهنى لمجابهة الضغوط والإفعالات الناتجة عن مشكلات الحياة. (٣ : ٢٧)

وإذا كان للتربية الرياضية ضرورة للفرد السليم فإنها تصبح أكثر ضرورة للشخص المصاب بضعف عقلى، وذلك لحاجته الملحة للتمرينات والأنشطة الرياضية التى تعمل على تحسين القدرات الحركية للجسم وتحسين التوافق العصبى العضلى والتوازن الحركى والدقة وكذلك الحالة القوامية للجسم. (٢٣ : ١٤٣)

وتضيف عزة خليل (١٩٩٤م) أننا لو أستطعنا توفير الأنشطة الرياضية لضعاف العقول وبالذات الأنشطة التى يستخدمون فيها حواسهم ومشاعرهم وعضلاتهم فإن ذلك يساعدهم على تحسن أدائهم البدنى والتوافق الحركى، وقد يؤثر ذلك بقا عنوية فى تعديل نظرتهم لذويهم فى الإتجاه الإيجابى. (٩ : ١٠)

وتشير نتائج الدراسات التى تناولت هذه الفئة مثل دراسة كل من: بثينة واصل (١٩٨٥م) (٦)، كوثر رواش (١٩٨٦م) (١١)، مكارم أبو هرجة (١٩٨٧م) (١٩)، هناء عفيفى (١٩٩٥م) (٢٢)، أحمد البنا (٢٠٠٣م) (٢)، يسر محمد عبد الغنى (٢٠٠١م) (٢٤)، إلى أنه يجب الإهتمام ببرامج الأنشطة الرياضية المختلفة لهذه الفئة، وأوضحت نتائجهم الآثار الإيجابية التى أحدثتها ممارسة هذه الأنشطة التربوية سواء كانت حركية أو نفسية.

ويتفق كل من: إيلين وديع فرج (١٩٩٦م)، مجدى شوقى (٢٠٠٢م)، مصطفى السايح ومراد نجله (٢٠٠٣م)، محمد أحمد عبد الله (٢٠٠٥م) على أن الألعاب الصغيرة تعتبر وسيلة أساسية لتوعية الناشئ، وإعداده للحياة المستقبلية بطريقة عملية يكون الدافع فيها عمل الناشئ للعبة مع زملائه فهى تتيح الفرص المناسبة لإشباع هذا العمل الطبيعى الحركى، وتنمى جسمه تنمية متزنة، وتكسبه التناسق الشكلى لقوامه، وإكسابه الصفات الخلفية والإجتماعية الحميدة، كما أنها تمتاز بعنصر المنافسة الذى يحث التلاميذ على إتقان اللعب بتنمية القدرة الحركية والسرعة والجلد والقوة والتوازن بجانب المهارة والدقة فى إجادة المهارات الأساسية كالجري - المشى - الرمى - الوثب.

(٥ : ٢٦ - ٢٩)، (١٢ : ١٢٤)، (١٧ : ١١١)، (١٣ : ٤١، ٤٢)

ولذا لجأ الباحث إلى استخدام الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية لتنمية بعض القدرات الحركية (التوافق العصبي العضلي - التوازن - الدقة) للمتخلفين عقلياً القابلين للتعلم ، وذلك لأنها تناسبهم وتجذب إنتباههم إلى النشاط الرياضي، ولأن الألعاب الصغيرة من الأنشطة الرياضية والترويحية التنافسية التي يؤديها الفرد ضمن جماعة دون التقيد بالقوانين الموضوعة للألعاب الكبيرة المختلفة حيث يمكن تعديلها لظروف الأفراد الممارسين كما أنها تبعث السرور والمرح والتعاون وتقبل الذات وتحمل المسؤولية في نفوس ممارسيها وتنمية الصفات البدنية، إلى جانب أن لها مميزات الألعاب الكبيرة مثل (كرة القدم - كرة اليد) من حيث إكتساب الصفات البدنية والمهارات الحركية.

لهذا فقد رأى الباحث التعرف على تأثير استخدام الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية على تنمية بعض القدرات الحركية (التوافق العصبي العضلي - التوازن - الدقة) للمتخلفين عقلياً (القابلين للتعلم).

#### أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى:

- 1- التعرف على تأثير استخدام الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية على تنمية بعض القدرات الحركية ( التوافق العصبي العضلي - التوازن - الدقة) للمتخلفين عقلياً (القابلين للتعلم).
- 2- التعرف على نسب تحسن بعض القدرات الحركية (التوافق العصبي العضلي - التوازن - الدقة) للتلاميذ المتخلفين عقلياً (القابلين للتعلم).

#### فروض البحث:

- 1- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض القدرات الحركية (التوافق العصبي العضلي - التوازن الحركي - الدقة) ولصالح المجموعة التجريبية.
- 2- توجد فروق في معدل نسب التقدم للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض القدرات الحركية (التوافق العصبي العضلي - التوازن الحركي - الدقة) لصالح المجموعة التجريبية.

## المصطلحات الواردة في البحث:

### التخلف العقلي Mental Retardation:

هو "إنخفاض في الأداء العقلي أو حالة نقص أو تأخر أو عدم إكمال النمو العقلي المعرفي". (١٦ : ١٦)

### المتخلفين عقلياً القابلين للتعلم Educate:

"هم الأطفال الذين يعانون نقصاً في الذكاء تبلغ نسبة ذكائهم ما بين ٥٠ : ٧٠ درجة ولديهم القدرة على التعلم في المجال الإجتماعي والمهني ولا يستطيعون الإستفادة بدرجة كافية من التعلم في الفصول العادية". (١٨ : ٣٢٩)

### التوافق العصبي العضلي Neuromuscular Coordination:

هو "القدرة على التنسيق والتوافق بين حركات مجموعة من الأطراف عندما تعمل معاً في وقت واحد". (١٥ : ٣٩١)

### التوازن الحركي Dynamic Balance:

هو "القدرة على الإحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة". (١٥ : ٤١٧)

### الدقة Accuarcy:

هي "قدرة الفرد على التحكم في حركاته الإرادية نحو هدف معين". (١٥ : ٤٤٩)

### مدارس التربية الفكرية\*:

هي "مؤسسات تربوية تقبل التلاميذ الذين تتراوح نسبة ذكائهم من ٥٠ : ٧٠ درجة وأعمارهم من ٦ - ١٢ سنة عند تقدمهم لهذه المؤسسات".

### الدراسات المرتبطة:

قامت بثينة محمد واصل (١٩٨٥م) بإجراء دراسة إستهدفت التعرف على تأثير برنامج ألعاب صغيرة مقترح لتنمية التوافق البدني للأطفال المتخلفين عقلياً، وإستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها ٣٠ تلميذة تم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما ١٥ تلميذة، ومن أدوات البحث: إختبار التوافق

\* تعريف إجرائي

البدنى العام - البرنامج المقترح للألعاب الصغيرة، ومن أهم النتائج: تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مكونات التوافق البدنى والتوافق العام. (٦)

قام صلاح الدين محمد نظمي (١٩٨٦م) بإجراء دراسة إستهدفت التعرف على تأثير برنامج تدريبي مقترح لتطوير الأداء وتنمية التحكم في المجموعات العضلية الكبيرة والمهارات الدقيقة البدنية للأطفال المتخلفين عقلياً، وإستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها ٢٦ تلميذ تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما ١٣ تلميذ ذكائهم من (٥٠ - ٧٠) درجة، ومن أدوات البحث: إختبار القدرة على إدراك الجسم - الرشاقة العامة - رشاقة الحركة - دقة التصويب - متابعة كرة متحركة، ومن أهم النتائج: برنامج التربية الرياضية الذي يدرس بالمؤسسات الفكرية غير كافي لتنمية التحكم في المجموعات العضلية الكبيرة. (٩)

أجرت كوثر رواش (١٩٨٦م) دراسة إستهدفت التعرف على تأثير برنامج تمرينات مقترح على مفهوم الذات لدى الأطفال ضعاف العقول القابلين للتعلم، وإستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها ٤٠ تلميذة تراوحت نسبة ذكائهن ما بين (٦٤ : ٧٥) درجة، وتم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما ٢٠ تلميذة، ومن أدوات البحث: إختبار مفهوم الذات للأطفال - إختبار الذكاء ستانفورد بينيه، ومن أهم النتائج: وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في مفهوم الذات. (١١)

قامت مكارم أبو هريرة (١٩٨٧) بدراسة إستهدفت التعرف على تأثير إستخدام جمباز الموانع في جزء الإعداد البدنى لدرس التربية الرياضية على القدرات الإدراكية الحركية ومفهوم الذات للأطفال المتخلفين عقلياً القابلين للتعلم، وإستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها ٣٠ تلميذة من معهد التربية الفكرية بالإسكندرية ونسبة ذكائهن تتراوح ما بين (٥٠ - ٧٠) درجة، وتم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما ١٥ تلميذة، ومن أدوات البحث: إختبار بورديو وقياس الإدراك الحركي، ومقياس مفهوم الذات، ومن أهم النتائج: وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الإدراك الحركي ومفهوم الذات لصالح المجموعة التجريبية. (١٩)

أجرى كل من جانسم وكومبس Jansme & Combs (١٩٨٨م) دراسة إستهدفت التعرف على تأثير التدريبات والممارسات وأساليب الدعم على تعديل أنماط السلوك اللاتوافقى لدى الأطفال المتخلفين عقلياً، وإستخدم الباحثان المنهج التجريبي على عينة قوامها ٥٠ طفل

نسبة ذكائهم ما بين (٥٠ - ٦٥)، وأعمارهم تتراوح ما بين (١٠ - ١٢) سنة، ومن أدوات البحث: إختبار السلوك التوافقي - إختبارات بدنية حركية ومن أهم النتائج: إنخفاض السلوك اللاتوافقي نتيجة لتدريبات اللياقة البدنية بالإضافة إلى أساليب التعزيز الموجب كان لها أثر في التخلص من بعض المشكلات والإضطرابات السلوكية التي يعاني منها الطفل المعاق عقلياً.

(٢٥)

أجرت كاترين Katherine (١٩٩٣م) دراسة إستهدفت التعرف على تأثير برنامج مقترح للألعاب الرياضية على الأطفال المعاقين عقلياً، وإستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها ٣٠ طفل تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات (مجموعتين تجريبيتين - مجموعة ضابطة) تم تطبيق برنامج تقليدي للألعاب الرياضية على المجموعة الأولى - بينما تعرضت المجموعة الثانية لبرنامج متطور وحديث إستمر ١٢ أسبوع، والمجموعة الثالثة ضابطة لم تتعرض لأي برنامج، ومن أدوات البحث: إختبار لقياس الإدراك الذاتى - قياس المهارات الإجتماعية - القدرات البدنية، ومن أهم النتائج: وجود زيادة ملحوظة ودالة في جوانب السلوك التوافقي والإدراك الذاتى والقدرات الحركية لصالح المجموعتين التجريبيتين.

(٢٧)

قامت هناء عفيفى محمد (١٩٩٥م) بدراسة إستهدفت التعرف على تأثير الحركات التعبيرية على تنمية الأداء الحركى وخفض السلوك العدوانى لتلميذات التربية الفكرية، وإستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها ٣٠ تلميذة نسبة ذكائهن من (٥٠ : ٧٠) درجة تتراوح أعمارهن ما بين (٩ - ١٢) سنة، وتم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (١٥) تلميذة ومن أدوات البحث: مقياس "ستانفورد بينيه للذكاء" - إختبارات بدنية لقياس اتوازن - الرشاقة - دقة التصويب - متابعة كرة متحركة بندولياً، ومن أهم النتائج: إستخدام الحركات التعبيرية بدرس التربية الرياضية ساعد على خفض السلوك العدوانى وتنمية الأداء الحركى لدى التلميذات المتخلفات عقلياً. (٢٢)

قام كل من جون ماكىكي John Makaki وكارين هورنى Karin Horny

(١٩٩٩م) بدراسة إستهدفت التعرف على تأثير برنامج التربية الرياضية على مستوى الذكاء و القدرات الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقلياً، وإستخدم الباحثان المنهج التجريبي على عينة قوامها ٤١ تلميذ نسبة ذكائهم ما بين (٥٥ - ٧٠) وتتراوح أعمارهم ما بين (١٠ - ١٤) سنة، ثم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية قوامها ٢١ تلميذ وضابطة ٢٠ تلميذ، ومن أدوات البحث: إختبار الذكاء - بطارية إختبار لقياس القدرات الحركية، ومن أهم النتائج: ضرورة

وضع برامج للتربية الرياضية خاصة بفئة المتخلفين عقلياً لما لها من أثر في تحسن نسبة الذكاء والقدرات الحركية. (٢٦)

أجرى يسر محمد عبد الغنى (٢٠٠١م) دراسة إستهدفت التعرف على تأثير البرنامج الحركي على تطوير بعض القدرات الحركية (التوافق الحركي - التوازن - الدقة) للتلاميذ المعاقين ذهنياً، وإستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها ٢٤ تلميذ نسبة ذكائهم (٥٥ - ٧٠) درجة تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة قوام كل منهما ١٢ تلميذ معاق ذهنياً، ومن أدوات البحث: إختبار التوافق - التوازن - البرنامج العلاجي الحركي، ومن أهم النتائج: أدى تطبيق البرنامج العلاجي الحركي إلى تحسين القدرات الحركية (التوافق الحركي - التوازن - الدقة) لدى عينة البحث التجريبية. (٢٤)

قام أحمد محمد سيد أحمد (٢٠٠٣م) بدراسة إستهدفت التعرف على تأثير برنامج مقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية للكرة الطائرة للتلاميذ ذوى الإحتياجات الخاصة، وإستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها ٣٢ تلميذ في المرحلة السنية من ١٢ - ١٥ سنة وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما ١٦ تلميذاً، ومن أدوات البحث: إختبارات بدنية ومهارية - البرنامج التعليمي المقترح، ومن أهم النتائج: البرنامج المقترح له تأثير إيجابي دال إحصائياً على المتغيرات البدنية ومستوى الأداء المهارى فى الكرة الطائرة لدى التلاميذ المتخلفين عقلياً. (٢)

قام بولى مانيفال Poole Maneval (٢٠٠٣م) بدراسة إستهدفت التعرف على تأثير برنامج التربية الرياضية الخاص على مكونات اللياقة البدنية للمتخلفين عقلياً، على عينة عددها (٤٤) طفلاً تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٢٢) طفلاً، ومن أدوات البحث: إختبار إستانفورد بينيه للذكاء - إختبارات بدنية - البرنامج المقترح للتربية الرياضية (٨) أسابيع، ومن أهم النتائج: تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة فى مكونات اللياقة البدنية. (٢٨)

أجرى سميث وكلارك Smith & Clarks (٢٠٠٤م) دراسة إستهدفت التعرف على تأثير برنامج للألعاب التمهيدية على تنمية المهارات الحركية الأساسية (الجرى - الرمى - التعلق - الوثب) للأطفال المتخلفين عقلياً، على عينة عددها (١٨) طفلاً تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٩) أطفال، ومن أدوات البحث: برنامج للألعاب التمهيدية (١٠) أسابيع، ومن أهم النتائج: أحرز البرنامج المقترح للألعاب



التمهيدية تقدماً ملحوظاً في تحسين المهارات الحركية الأساسية ( الجرى - الرمي - التعلق -  
الوثب ) للأطفال المتخلفين عقلياً. (٢٩)

### التعليق على الدراسات المرتبطة:

- ١- تم إجراء الدراسات السابقة في الفترة ما بين عام ١٩٨٥م إلى ٢٠٠٤م، وقد بلغ عددهم (١٢) دراسة منهم (٧) دراسات أجريت في البيئة المحلية وعدد (٥) دراسات تم إجرائها في البيئة الأجنبية.
- ٢- إستخدمت جميع الدراسات المنهج التجريبي.
- ٣- معظم الدراسات إستخدمت القياس القبلي البعدي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، ودراسة واحدة إستخدمت القياس القبلي البعدي لمجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة.
- ٤- تراوحت أعداد العينات ما بين ١٨ إلى ٥٠ تلميذ وتلميذة معاقين ذهنياً.
- ٥- تراوحت مدة البرامج المستخدمة في الدراسات ما بين ٨ إلى ١٢ أسبوع.

### الإستفادة من الدراسات المرتبطة:

- ١- تحديد الجوانب الرئيسية للدراسة الماثلة (عينة البحث وكيفية إختيارها - محتوى الدرس - البرنامج المقترح للألعاب الصغيرة).
- ٢- تحديد المنهجية وأدوات جمع البيانات.
- ٣- تحديد الأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجة بيانات الدراسة الحالية (المتوسط الحسابي - الإنحراف المعياري - الوسيط - معامل الإلتواء - معامل الإرتباط البسيط - إختبار " ت " - نسب التقدم).
- ٤- إستفاد الباحث من نتائج هذه الدراسات في تفسير ومناقشة نتائج الدراسة الماثلة.

### إجراءات البحث:

#### منهج البحث:

إستخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة هذا البحث بإستخدام مجموعتين إحداهما تجريبية و الأخرى ضابطة.

#### عينة البحث:

تم إختيار عينة البحث من تلاميذ مدرسة التربية الفكرية بالزقازيق بالطريقة العمدية وعددها (٣٢) تلميذاً تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة

عدد كل منهما (١٦) تلميذاً معاق عقلياً ، حيث بلغ إجمالي مجتمع البحث (١٥٣) تلميذاً معاق عقلياً تتراوح أعمارهم ما بين ١٢ - ١٥ سنة، ونسبة ذكائهم ما بين (٦٠ - ٧٠) درجة وفقاً للكشوف الموجودة بملف كل تلميذ داخل المدرسة.

وقد قام الباحث أيضاً بإختار عدد (١٤) تلميذاً للدراسة الإستطلاعية من مجتمع البحث و خارج عينة البحث الأساسية ، والجدول رقم (٢) يوضح توزيع عينة البحث.

### جدول (٢)

#### توزيع عينة البحث

نوع العينة	عدد أفراد مجتمع البحث	عدد أفراد العينة الأساسية	عدد أفراد العينة الإستطلاعية	النسبة المئوية للعينة الأساسية	النسبة المئوية للعينة الإستطلاعية
التلاميذ المعاقين ذهنياً	١٥٣	٣٢	١٤	%٢٠,٩٢	%٩,١٥

وقد قام الباحث بإجراء التجانس لعينة البحث الأساسية فى متغيرات النمو (العمر الزمنى - الطول - الوزن) والتوافق العصبى العضلى (توافق القدم والعين - توافق الذراع والعين) والتوازن الديناميكي ودقة الذراع ودقة القدم، والجدولين رقمى (٣)، (٤) يوضحان ذلك.

### جدول (٣)

المتوسط الحسابى والإنحراف المعياري والوسيط ومعامل الإلتواء فى متغيرات النمو

(العمر الزمنى والطول والوزن) (ن = ٣٢)

المتغيرات	البيان	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الإنحراف المعياري	الوسيط	معامل الإلتواء
العمر الزمنى	سنة	١٣,٤٥	٢,٣٣	١٤,٠	٠,٧١	
الطول	سم	١٥٢,٠	٨,١٢	١٥١,٠	٠,٣٧	
الوزن	كجم	٥٠,٥	٥,٩٧	٥٢,٠	٠,٧٥	

يتضح من الجدول رقم (٣) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لمتغيرات النمو (العمر الزمنى - الطول - الوزن) تراوحت ما بين (٠,٣٧ : ٠,٧٥) أى أنها إنحصرت ما بين (٣±)، وهذا يشير إلى تجانس أفراد عينة البحث فى هذه المتغيرات.

## جدول (٤)

المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري والوسيط ومعامل الإنتواء للمتغيرات الحركية

فريد البحث (ن = ٣٢)

المتغيرات	البيان	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الوسيط	معامل الإنتواء
التوافق الحركي:						
توافق الذراع والعين	درجة	٦,٢٥	٣,٠٢	٦,٠	٠,٢٥	
توافق القدم والعين	ثانية	١١,٩٩	٣,٨٦	١١,٧٥	٠,٧٧	
التوازن الديناميكي	عدد	٣٥,٧٤	٧,٦٦	٣٥,٠	٠,٢٩	
الدقة:						
دقة الذراع	درجة	٦,٥	٣,١٩	٦,٠	٠,٤٧	
دقة القدم	درجة	٦,٠	٣,١١	٥,٠	٠,٩٦	

يتضح من الجدول رقم (٤) أن جميع قيم معاملات الإنتواء للمتغيرات الحركية (فريد البحث) تراوحت ما بين (٠,٢٤ : ٠,٩٦) أي أنها إنحصرت ما بين  $(\pm ٣)$  وهذا يشير إلى تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات.

ثم قام الباحث بإيجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في المتغيرات السابقة (النمو - القدرات الحركية) فريد البحث والجدولين رقمي (٥)، (٦) يوضحان ذلك.

## جدول (٥)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات النمو

(العمر الزمني - الطول - الوزن)

المتغيرات	البيان	وحدة القياس	المجموعة التجريبية ن = ١٦		المجموعة الضابطة ن = ١٦		قيمة "ت"	الدلالة
			س١	ع١	س٢	ع٢		
العمر الزمني	سنة	١٤,٥	١٦,٦٩	١٥,٠	١١,١٦	٠,٩٤	غير دل	
الطول	سم	١٦٤,٥	١٦٤,٥	١٦٥,٥	٥,٨٩	٠,٣٦	غير دل	
الوزن	كجم	٥٦,٠	٤,٩٥	٥٦,٧٥	٥,٦١	٠,٣٩	غير دل	

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٣١

يتضح من الجدول رقم (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات النمو (العمر الزمني - الطول - الوزن)، مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

### جدول (٦)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات الحركية قيد البحث

الدلالة	قيمة "ت"	المجموعة الضابطة ن = ١٦		المجموعة التجريبية ن = ١٦		وحدة القياس	البيان المتغيرات
		٢٤	٢س	١٤	١س		
غير دال	٠,٥٤	٢,٣٨	٨,٥٥	٢,٢١	٩,٠	درجة	التوافق الحركي: توافق الذراع والعين
غير دال	٠,١٨	٣,١٤	١٠,٩١	٢,٩٦	١١,١١	ثانية	توافق القدم والعين
غير دال	٠,٢١	٦,٢٥	٣٥,٠	٦,٦٣	٣٥,٥	عدد	التوازن الديناميكي
الدقة:							
غير دال	٠,٣٢	٢,٣٣	٨,٠	١,٩٨	٧,٧٥	درجة	دقة الذراع
غير دال	٠,٧٤	٢,٤٧	٧,٨٥	٢,١٦	٧,٢٢	درجة	دقة القدم

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٣١.

يتضح من الجدول رقم (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات الحركية قيد البحث مما يشير على تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

### أدوات جمع البيانات:

وتنقسم إلى ما يلي:

### أولاً: إستمارة إستطلاع رأى الخبراء: مرفق (١)

قام الباحث بتصميم إستمارة لإستطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم مكونات القدرات الحركية التي يكون التلميذ المعاق ذهنياً في أمس الحاجة إلى تحسينها وتطويرها، وأيضاً كيفية قياس هذه القدرات الحركية، وتم عرض هذه الإستمارة على مجموعة من الخبراء يمثلون الإتجاه العلمي من الحاصلين على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية وعلم النفس العام والصحة النفسية، وأيضاً مجموعة من رجال التربية والتعليم بإدارة التربية الخاصة يمثلون جانب الخبرة العملية من خلال الممارسة الفعلية. مرفق رقم (٢)

وقد إتفق الخبراء على أهم القدرات الحركية للتلاميذ المتخلفين عقلياً وكيفية قياسها،  
والموضحة بالجدول رقم (٧).

### جدول (٧)

النسبة المئوية لأراء الخبراء حول أهم القدرات الحركية للتلاميذ المتخلفين عقلياً

م	أهم القدرات الحركية	النسبة المئوية	الترتيب
١	التوافق الحركي	%٩٥	الأول
٢	التوازن الديناميكي	%٨٥	الثاني
٣	الدقة	%٨٠	الثالث

يتضح من الجدول رقم (٧) أن أهم القدرات الحركية التي تم تحديدها من قبل الخبراء  
والتي يجب تحسينها للتلاميذ المتخلفين عقلياً هي على الترتيب (التوافق الحركي - التوازن  
الديناميكي - الدقة) بنسب مئوية تراوحت ما بين (٨٠% : ٩٥%).

ثانياً: الإختبارات البدنية المرشحة من قبل الخبراء: مرفق (٣)

١- إختبار التوافق ويشتمل على:

- إختبار التوافق بين الذراع والعين. (١٥ : ٤١٠)

- إختبار التوافق بين القدم والعين. (١٥ : ٤١١)

٢- إختبار التوازن الحركي المعدل. (٨ : ٦١)

٣- إختبار الدقة ويشتمل على:

- إختبار قياس دقة الذراع. (١٥ : ٤٥٠، ٤٥١)

- إختبار قياس دقة القدم. (١٥ : ٤٥١، ٤٥٢)

ثالثاً: الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

\* جهاز الرستاميتير لقياس إرتفاع القامة.

\* ميزان طبي معايير لقياس الوزن.

\* ساعة إيقاف.

## الدراسة الإستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الإستطلاعية فى الفترة من ٢٤ / ٩ وحتى ٢٩ / ٩ / ٢٠٠٥م على العينة الإستطلاعية وعددهم (١٤) تلميذاً معاق ذهنياً من مجتمع البحث، وإستهدفت التعرف على:

- التحقق من المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات قيد البحث.
- التأكد من ملائمة أنشطة البرنامج لقدرات وميول ورغبات التلاميذ المتخلفين عقلياً.

### ومن أهم نتائجها:

- تم التحقق من الصدق والثبات للإختبارات البدنية قيد البحث.
- تم إستبعاد عدد (٣) لعبات صغيرة من أنشطة البرنامج غير مناسبة لقدرات التلاميذ عينة البحث. (مرفق رقم ٤).
- تم تحديد عدد الألعاب الصغيرة التى يتم تطبيقها فى الدرس والزمن الذى تأخذه فى التطبيق.

## المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات قيد البحث:

### أولاً: معامل الصدق:

قام الباحث بتطبيق الإختبارات البدنية (قيد البحث) على أفراد العينة الإستطلاعية وعددها (١٤) تلميذاً وذلك فى الفترة من ٩/٢٤ وحتى ٩/٢٥ / ٢٠٠٥م، ثم تم ترتيب درجات التلاميذ تنازلياً لتحديد الأرباعى الأعلى و الأرباعى الأدنى ، وتم حساب دلالة الفروق بينهما والجدول رقم (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

ن = ١٤

معامل الصدق للإختبارات البدنية قيد البحث

الدلالة	قيمة "ت"	الأربعى الأدنى		الأربعى الأعلى		وحدة القياس	البيان المتغيرات
		٢٤	٢٥	١٤	١٥		
							التوافق الحركى:
دال	٣,٠٣	٢,٣٣	٨,٨٥	٢,١٦	١٠,٩٢	درجة	توافق الذراع والعين
دال	٥,١٧	٢,٥٢	١١,٢١	٢,٤١	٩,٠٣	ثانية	توافق القدم والعين
دال	٣,٩٦	٧,١٨	٣٥,٠	٥,٢٩	٤٠,٠	عدد	التوازن الديناميكي
							الدقة:
دال	٢,٧٢	١,٦٩	٧,٨١	٢,٢٣	١٠,٤٤	درجة	دقة الذراع
دال	٤,١٩	٢,٣٦	٧,٠	٢,٠١	١٠,١٢	درجة	دقة القدم

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٤٥.

يتضح من الجدول رقم (٨) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين الأرباعي الأعلى و الأرباعي الأدنى فى المتغيرات البدنية قيد البحث لصالح الأرباعي الأعلى ، وهذا يشير على صدق الإختبارات البدنية فيما تقيس .

ثانياً: معامل الثبات:

تم حساب معامل الثبات للإختبارات البدنية قيد البحث بطريقة تطبيق الإختبار ثم إعادة تطبيقه على أفراد العينة الإستطلاعية وذلك فى الفترة من ٢٦ / ٩ / وحتى ٢٩ / ٩ / ٢٠٠٥م بفارق زمنى قدره ثلاث ايام بين التطبيقين الأول والثانى، ثم تم حساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين، والجدول رقم (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩)

معامل الثبات للاختبارات البدنية قيد البحث

(ن = ١٤)

قيمة "ز"	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	البيان
	٢٤	٢س	١٤	١س		
						المتغيرات
						التوافق الحركي:
٠,٧٩٦	٣,١٤	٩,٠	٢,٣٣	٨,٨٥	درجة	توافق الذراع والعين
٠,٨٨٨	٢,٣٥	١١,١٢	٢,٥٢	١١,٢١	ثانية	توافق القدم والعين
٠,٧٥٤	٧,٠١	٣٦,٢١	٧,١٨	٣٥,٠	عدد	التوازن الديناميكي
						الدقة:
٠,٨٠٢	٢,٢٤	٧,٧٥	١,٦٩	٧,٨١	درجة	دقة الذراع
٠,٨١١	٢,١٥	٧,٢٥	٢,٣٦	٧,٠	درجة	دقة القدم

قيمة "ز" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٥١٤

يتضح من الجدول رقم (٩) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين التطبيقين الأول والثاني للمتغيرات البدنية قيد البحث، مما يشير إلى ثبات الاختبارات البدنية عند القياس.

البرنامج المقترح باستخدام الألعاب الصغيرة:

الهدف من البرنامج المقترح:

يهدف البرنامج المقترح باستخدام الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية إلى إستثارة ما لدى التلاميذ المتخلفين عقلياً من مقدرة وحب للنشاط الحركي وذلك للإرتقاء بمستوى القدرات الحركية قيد البحث لديهم مع إشباع حاجاتهم للمتعة والسرور.

محتوى البرنامج المقترح:

تم وضع محتوى البرنامج المقترح باستخدام الألعاب الصغيرة وذلك بالرجوع للمراجع العلمية المتخصصة مثل: بطرس رزق الله (١٩٩٤م) (٧)، إيلين وديع فرج (١٩٩٦م) (٥)،



محمد حسن علاوى (١٩٩٧م) (١٤)، مجدى أحمد شوقى (٢٠٠٣م) (١٢)، مصطفى السايح ومراد نجله (٢٠٠٣م) (١٧)، محمد أحمد عبد الله (٢٠٠٥م) (١٣)، والدراسات السابقة مثل: بثينة محمد واصل (١٩٨٥م) (٦)، هناء عفيفى (١٩٩٥م) (٢٢)، يسر محمد عبد الغنى (٢٠٠١م) (٢٤)، أحمد محمد سيد أحمد (٢٠٠٣م) (٢) وقد تم مراعاة بعض المعايير عند تصميم محتوى البرنامج كما يلى:

- توفير المكان المناسب لتنفيذ البرنامج.
- الكشف الطبى على أفراد عينة البحث قبل تطبيق البرنامج.
- تطبيق الألعاب الصغيرة التى تبعث روح البهجة والسعادة فى نفوس التلاميذ.
- استخدام بعض الألعاب الصغيرة التى تنمى الرشاقة العامة ورشاقة الحركة.
- استخدام بعض الألعاب الصغيرة التى تنمى دقة الرمى سواء باليد أو بالقدم.
- استخدام بعض الألعاب الصغيرة التى تنمى التوازن الديناميكي لدى التلاميذ.
- استخدام الأدوات البسيطة مثل الكرات، الأطواق، الحبال، المقاعد السويدية، مراتب إسفنج، أكياس رمل وإطارات سيارات خارجية فارغة.
- التدرج فى استخدام الألعاب الصغيرة من البسيطة إلى المركبة لتناسب مع قدرات أفراد عينة البحث.
- مراعاة خصائص وطباع التلاميذ المتخلفين عقلياً والقابلين للتعليم.

ثم قام الباحث بعرض محتوى البرنامج باستخدام الألعاب الصغيرة فى جزء الإعداد البدنى بدرس التربية الرياضية على مجموعة من الخبراء فى مجال التربية الرياضية وعلم النفس والمدرسين بمدارس التربية الفكرية. مرفق رقم (٢)

وقد تمت الموافقة على محتوى البرنامج بنسبة تراوحت ما بين (٨٠% : ٩٠%) و قد إعتبر الباحث هذه النسبة مرضية وكافية لتنفيذ البرنامج.

#### التوزيع الزمنى للبرنامج المقترح:

- مدة تطبيق البرنامج (١٠) أسابيع بواقع درسان إسبوعياً.
- عدد الدروس التى تم تطبيقها (٢٠) درس.

• زمن الدرس الواحد (٤٥) دقيقة يقسم إلى الأجزاء التالية:

- الإحماء. (١٠) دقائق.

- إعداد بدني (ألعاب صغيرة) (١٥) دقيقة.

- نشاط تطبيقي وتعليمي. (١٥) دقيقة

- الختام. (٥) دقائق

وقام الباحث بالتدريس للمجموعتين التجريبية والضابطة حيث تم تطبيق البرنامج المقترح للألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني بالدرس بالنسبة للمجموعة التجريبية أما المجموعة الضابطة تم التدريس لها وفقاً للبرنامج الموضوع من إدارة التربية الرياضية وهو عبارة عن مجموعة تمرينات بدنية تتطبق في جزء الإعداد البدني بالدرس .

وقد إلتزم الباحث بالخطة المحددة من قبل إدارة التربية الرياضية والتعليم بمدارس التربية الفكرية.

ويشير الباحث إلى أن محتوى البرنامج المقترح بإستخدام الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية لتنمية بعض القدرات الحركية لدى التلاميذ المتخلفين عقلياً موضح تفصيلاً بمرفق رقم (٤).

#### القياسات القبلية:

تم إجراء القياسات القبلية لمجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في الفترة من ١/١٠/٢٠٠٥م وحتى ١٠/٥ / ٢٠٠٥م وفقاً للترتيب التالي:

يوم السبت الموافق ١/١٠/٢٠٠٥م :

قياس التوافق (توافق الذراع والعين - توافق القدم والعين).

يوم الأثنين الموافق ٣/١٠/٢٠٠٥م :

قياس التوازن الديناميكي المعدل.

يوم الأربعاء الموافق ٥/١٠/٢٠٠٥م :

الدقة (دقة الذراع - دقة القدم).

## تطبيق البرنامج المقترح:

تم تطبيق البرنامج المقترح على أفراد المجموعة التجريبية في الفترة من ٨ / ١٠ / ٢٠٠٥م وحتى ١٥ / ١٢ / ٢٠٠٥م وذلك لمدة (١٠) أسابيع متصلة بواقع درسان أسبوعياً.

### القياسات البعدية:

تم إجراء القياسات البعدية لمجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في الفترة من ١٧ / ١٢ وحتى ٢٠ / ١٢ / ٢٠٠٥م بنفس ترتيب وشروط القياسات القبلية.

### المعالجات الإحصائية:

- \* المتوسط الحسابي.
- \* الانحراف المعياري.
- \* الوسيط.
- \* معامل الارتباط البسيط.
- \* نسبة التقدم.
- \* معامل الالتواء.
- \* اختبار "ت".

تبنى الباحث مستوى ٠,٠٥ حداً للدلالة.

### عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

### جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في القدرات الحركية

قيود البحث (ن = ١٦)

الدلالة	قيمة "ت"	القياس البعدى		القياس القبلى		وحدة القياس	البيان المتغيرات
		٢ع	٢س	١ع	١س		
							التوافق الحركى :
دال	٢,٧٩	٢,٣٩	١١,٧٥	٢,٢١	٩,٠	درجة	توافق الذراع والعين
دال	٣,١٥	٢,٢١	٩,١٤	٢,٩٦	١١,١١	ثانية	توافق القدم والعين
دال	٦,٢٢	٤,٩٦	٤٦,٠	٦,٦٣	٣٥,٥	عدد	التوازن الديناميكي
							الدقة:
دال	٢,٩٤	٢,٠٢	١٠,٦٢	١,٩٨	٧,٧٥	درجة	دقة الذراع
دال	٣,٣٧	٣,١٧	١٠,٥٤	٢,١٦	٧,٢٢	درجة	دقة القدم

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٣١.

يتضح من الجدول رقم (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرات الحركية (التوافق - التوازن الديناميكي - الدقة) ولصالح القياس البعدي.

### جدول (١١)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض القدرات الحركية

فيد البحث (ن = ١٦)

الدلالة	قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	البيان
		٢ع	٢س	١ع	١س		
							المتغيرات
							التوافق الحركي:
غير دال	١,١٤	٢,١١	٩,١٢	٢,٣٨	٨,٥٥	درجة	توافق الذراع والعين
غير دال	٠,٧٦	١,٧٩	١٠,٧٧	٣,١٤	١٠,٩١	ثانية	توافق القدم والعين
غير دال	٢,٠١	٥,١٨	٣٩,٢١	٦,٢٥	٣٥,٠	عدد	التوازن الديناميكي
							الدقة:
غير دال	١,٣٢	٢,٢٣	٨,٧	٢,٣٣	٨,٠	درجة	دقة الذراع
غير دال	٠,٨٧	٢,١٥	٨,٣١	٢,٤٧	٧,٨٥	درجة	دقة القدم

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٣١.

يتضح من الجدول رقم (١١) عدم فروق وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القدرات الحركية (فيد البحث).

دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض القدرات الحركية قيد البحث

الدلالة	قيمة "ت"	المجموعة الضابطة ن = ١٦		المجموعة التجريبية ن = ١٦		وحدة القياس	البيان المتغيرات
		٢ع	٢س	١ع	١س		
							التوافق الحركي:
دال	٣,١٩	٢,١١	٩,١٢	٢,٣٩	١١,٧٥	درجة	توافق الذراع والعين
دال	٢,٢٢	١,٧٩	١٠,٧٧	٢,٢١	٩,١٤	ثانية	توافق القدم والعين
دال	٣,٦٧	٥,١٨	٣٩,٢١	٤,٩٦	٤٦,٠	عدد	التوازن الديناميكي
							الدقة:
دال	٢,٤٦	٢,٢٣	٨,٧	٢,٠٢	١٠,٦٢	درجة	دقة الذراع
دال	٢,٢٥	٢,١٥	٨,٣١	٣,١٧	١٠,٥٤	درجة	دقة القدم

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٣١.

يتضح من الجدول رقم (١٢) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات الحركية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض القدرات الحركية قيد البحث

المجموعة الضابطة ن = ١٦		المجموعة التجريبية ن = ١٦			وحدة القياس	البيان المتغير
معدل التغير %	بعدي	قبلي	معدل التغير %	بعدي		
						التوافق الحركي:
٦,٧%	٩,١٢	٨,٥٥	٣٠,٦%	١١,٧٥	٩,٠	درجة توافق الذراع والعين
١,٢٩%	١٠,٧٧	١٠,٩١	٢١,٦%	٩,١٤	١١,١١	ثانية توافق القدم والعين
١٢,٠٣%	٣٩,٢١	٣٥,٠	٢٩,٦%	٤٦,٠	٣٥,٥	عدد التوازن الديناميكي
						الدقة:
٨,٧٥%	٨,٧	٨,٠	٣٧,٠٣%	١٠,٦٢	٧,٧٥	درجة دقة الذراع
٥,٨٦%	٨,٣١	٧,٨٥	٤٥,٩٨%	١٠,٥٤	٧,٢٢	درجة دقة القدم

يتضح من الجدول رقم (١٣) تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة في معدل تغير القياس البعدي عن القبلي في القدرات الحركية قيد البحث.

ثانياً: مناقشة النتائج:

يتضح من الجدول رقم (١٠) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرات الحركية (التوافق بين الذراع والعين - التوافق بين القدم والعين - التوازن الديناميكي - دقة الذراع - دقة القدم) ولصالح القياس البعدي، يرجع الباحث ذلك التحسن إلى تأثير برنامج الألعاب الصغيرة المقترح، وما يحتويه من ألعاب متعددة ساعدت على تنمية القدرات الحركية قيد البحث للتلاميذ المتخلفين عقلياً، حيث تُعد الألعاب الصغيرة من الوسائل الهامة التي تسهم في تنمية مختلف القدرات البدنية والحركية ولها تأثيرها المباشر في تشكيل وتكوين الجسم وإكساب التلاميذ القدرات الحركية والمهارات المختلفة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من: بثينة واصل (١٩٨٥م) (٦)، صلاح الدين نظمي (١٩٨٦م) (٩)، مكارم أبو هريرة (١٩٨٧م) (١٩)، جانسم وكومبس (١٩٨٨م)

(٢٥)، كاترين (١٩٩٣م) (٢٧)، هناء عفيفى (١٩٩٥م) (٢٢)، جون ماكيكى وكارين هورنى (١٩٩٩م) (٢٦)، يسر محمد عبد الغنى (٢٠٠١م) (٢٤)، أحمد محمد سيد أحمد (٢٠٠٣م) (٢)، بولى منيفال (٢٠٠٣م) (٢٨)، سميت وكلاك (٢٠٠٤م) (٢٩) حيث تشير نتائجهم إلى أهمية برامج الأنشطة الحركية فى تحسين رشاقة الحركة والقدرات الحركية للتلاميذ المتخلفين عقلياً.

كما يشير محمد حسن علاوى (١٩٩٧م) إلى أن الألعاب الصغيرة ذات أهمية فى تنمية القدرات الوظيفية لأجهزة الجسم ويمتد تأثيرها ليشمل النواحي الحركية للفرد وترقية هذه القدرات. (١٤ : ٣٩)

كما تتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من: إيلين وديع (١٩٩٦م) (٥)، مصطفى السايح ومراد نجلة (٢٠٠٣م) (١٧)، محمد أحمد عبد الله (٢٠٠٥م) (١٣) إلى أن الألعاب الصغيرة لها تأثيرها فى نمو النشئ وتحسين قدراتهم البدنية والحركية والعقلية والإجتماعية ومستوى أدائهم فى الألعاب الرياضية.

كما يتضح من الجدول رقم (١١) عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة فى القدرات الحركية قيد البحث.

ويُعزى الباحث ذلك على أن المجموعة الضابطة لم تستخدم برنامج الألعاب الصغيرة المقترح بل إستخدمت البرنامج التقليدى الموجود بمدرسة التربية الفكرية والموضوع من قبل إدارة التربية الرياضية بالتربية الخاصة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من: بثينة واصل (١٩٨٥م) (٦)، كوثر رواش (١٩٨٦م) (١١)، كاترين (١٩٩٣م) (٢٧)، هناء عفيفى (١٩٩٥م) (٢٢)، أحمد محمد سيد أحمد (٢٠٠٣م) (٢) والتي أشارت نتائجهم إلى أن البرامج المستخدمة فى مدارس التربية الفكرية غير كافية لإحداث النمو المطلوب فى القدرات البدنية والحركية والنفسية لدى التلاميذ المتخلفين عقلياً.

كما يتضح من الجدول رقم (١٢) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى القدرات الحركية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

ويرجع الباحث ذلك التحسن إلى أن برنامج الألعاب الصغيرة المقترح أدى إلى تنمية إيجابية وبدلالة إحصائياً فى تطوير القدرات الحركية (التوافق بين الذراع والعين - التوافق

بين القدم والعين - التوازن الديناميكي - دقة الذراع - دقة القدم) لدى التلاميذ المتخلفين عقلياً القابلين للتعلم حيث أنهم لا يمكنهم تركيز إنتباههم لفترة طويلة أو الثبات فى أوضاع معينة مثل أوضاع التمرينات البدنية.

وفى هذا الصدد يشير كل من أمين الخولى وأسامة راتب (١٩٩٥م) إلى أن برامج المتخلفين عقلياً لابد أن تتنوع فى الأنشطة الحركية لتقابل إحتياجاتهم لأنهم يتصفون بضعف فى لياقتهم الحركية وتوازنهم الحركى، ولذلك لابد أن تكون الأنشطة الرياضية بسيطة وسهلة ومن الحركات الأساسية كالمشى، الجرى، الإتران، اللفف والوثب. (٤ : ١٩٦)

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من: مجدى شوقى (٢٠٠٣م)، محمد أحمد عبد الله (٢٠٠٥م) إلى أن الألعاب الصغيرة تعتبر أحد الوسائل الهامة التى تصبغ درس التربية الرياضية والوحدة التدريبية بطابع السرور والمرح لدى ممارسيها مما يجعلها تتناسب مع جميع الأعمار وكلا الجنسين، بالإضافة إلى إسهامها فى الإرتقاء بالقدرة الوظيفية لمختلف أجهزة الجسم وتمية بعض العناصر البدنية مثلما تؤديه التمرينات البدنية.

(١٢ : ١٢٤) ، (١٣ : ٤٤)

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الأول والذي ينص على: "توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى بعض القدرات الحركية (قيد البحث) ولصالح المجموعة التجريبية".

كما يتضح من الجدول رقم (١٣) تفوق أفراد المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة فى معدل تغير القياس البعدى عن القبلى فى القدرات الحركية قيد البحث.

ويرجع الباحث ذلك التحسن إلى إستخدام المجموعة التجريبية لبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح فى حين إستخدمت المجموعة الضابطة البرنامج التقليدى المتبع فى مدارس التربية الفكرية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه نتائج دراسة كل من: بثينة واصل (١٩٨٥م) (٦)، صلاح الدين نظمى (١٩٨٦م) (٩)، هناء عفيفى (١٩٩٥م) (٢٢)، يسر محمد عبد الغنى (٢٠٠١م) (٢٤)، أحمد محمد سيد أحمد (٢٠٠٣م) (٢) إلى ضرورة تركيز البرامج المعدة للمتخلفين عقلياً على تحسين المهارات الحركية لأنها الركيزة الأساسية لتحسين الصفات البدنية وتعلم مهارات الألعاب والسبيل إلى ذلك إستخدام الأنشطة الحركية السهلة والبسيطة الممتعة مثل الألعاب الصغيرة.



وبذلك يتحقق صحة فرض البحث الثاني والذي ينص على "توجد فروق في معدل نسب التقدم للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض القدرات الحركية (قيد البحث) لصالح المجموعة التجريبية".

### الإستخلاصات والتوصيات:

#### أولاً: الإستخلاصات:

في ضوء نتائج البحث وفي حدود العينة والمنهج المستخدم وإجراءاته تم التوصل إلى الإستخلاصات التالية:

١- إستخدام الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية للتلاميذ المتخلفين عقلياً أدى إلى تنمية القدرات الحركية (التوافق - التوازن الحركي - الدقة) لديهم.

٢- لم يسهم البرنامج المستخدم في مدرسة التربية الفكرية بالزقازيق في تنمية القدرات الحركية (التوافق - التوازن الحركي - الدقة) لدى التلاميذ المتخلفين عقلياً القابلين للتعلم.

٣- إستخدام البرنامج المقترح للألعاب الصغيرة أدى إلى تنمية القدرات الحركية وكانت نسبة التقدم قد تراوحت ما بين (٢١,٦% - ٤٥,٩٨%) بالنسبة للمجموعة التجريبية، في حين كانت نسبة التحسن بالنسبة للمجموعة الضابطة قد تراوحت ما بين (١,٢٩% - ١٢,٠٣%) وهذا يشير إلى تأثير إستخدام الألعاب الصغيرة إيجابياً في تحسين القدرات الحركية قيد البحث.

#### ثانياً: التوصيات:

في ضوء ما أظهرته نتائج البحث، والإستخلاصات التي تم التوصل إليها، يوصى الباحث بما يلي:

١- تطبيق البرنامج المقترح بإستخدام الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية لدى تلاميذ التربية الفكرية لماله من تأثير إيجابي في تنمية القدرات الحركية (التوافق الحركي - التوازن الديناميكي - الدقة) لديهم.

٢- أن تقوم إدارة التربية الفكرية بالوزارة بإعادة تخطيط برامج ومناهج التربية الرياضية وفقاً لخصائص هؤلاء التلاميذ من خلال الإستفادة بأهمية الألعاب الصغيرة.

٣- العمل على إعداد كوادر للعمل مع التلاميذ المتخلفين عقلياً وذلك بإدخال مدارس التربية الفكرية في خطة التدريب الميداني لطلاب وطالبات كليات التربية الرياضية.

٤- إجراء بحوث مكتملة للدراسة الحالية للتعرف على تأثير برامج رياضية مقننة على تلاميذ مدارس التربية الفكرية في المتغيرات الوظيفية والنفسية.

## المراجع العلمية

أولاً: المراجع العربية:

- ١- إبتهاج محمود طالبة (١٩٩٧م): "دراسة تشخيصية للسلوك التوافقي لدى المعاقين عقلياً والموهوبين رياضياً"، المؤتمر العلمى الثانى للطفل العربى الموهوب، كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة.
- ٢- أحمد محمد سيد أحمد (٢٠٠٣م): "تأثير تدريس برنامج مقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية للكرة الطائرة للتلاميذ نوى الإحتياجات الخاصة"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ٣- إقبال محمد بشير، إمتثال إبراهيم مخلوف (١٩٩٤م): الخدمة الإجتماعية ورعاية المعوقين، المكتب الجامعى الحديث، الإسكندرية.
- ٤- أمين الخولى، أسامة راتب (١٩٩٥م): التربية الحركية، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ٥- إيلين وديع فرج (١٩٩٦م): خبرات فى الألعاب للصغار والكبار، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ٦- بثينة محمد واصل (١٩٨٥م): "تأثير برنامج ألعاب صغيرة مقترح لتنمية التوافق البدنى للأطفال المتخلفين عقلياً"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، الإسكندرية.
- ٧- بطرس رزق الله (١٩٩٤م): المسابقات والألعاب الصغيرة، دار المعارف، القاهرة.
- ٨- حسين محمد المصيلحى (١٩٩٦م): "أثر برنامج حركى مقترح لتحسين بعض القدرات الحركية للمعوقين بدنياً وشلل الأطفال المخى"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- ٩- صلاح الدين محمد نظمى (١٩٨٦م): "أثر برنامج رياضى مقترح على الإدراك الحركى للأطفال المتخلفين عقلياً"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

- ١٠- عزة إبراهيم خليل (١٩٩٤م): "برنامج مقترح لكرة اليد لتنمية الأداء الحركي ومفهوم الذات لتلاميذ التربية الفكرية بمحافظة الإسكندرية"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
- ١١- كوثر محمد رواش (١٩٨٦م): "تأثير برنامج تمارين مقترح على مفهوم الذات لدى الأطفال ضعاف العقول القابلين للتعلم"، مجلة العلوم التربوية، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.
- ١٢- مجدى أحمد شوقى (٢٠٠٣م): دليل الألعاب الصغيرة، ط٢، المركز العربى للنشر، الزقازيق.
- ١٣- محمد أحمد عبد الله (٢٠٠٥م): مدخل فى الألعاب الصغيرة، المتحدون للطباعة والنشر، الزقازيق.
- ١٤- محمد حسن علوى (١٩٩٧م): موسوعة الألعاب الرياضية، ط٦، دار المعارف، القاهرة.
- ١٥- محمد صبحى حسنين (١٩٩٦م): القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة، ج١، ط٣، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ١٦- محمد عبد المؤمن حسن (١٩٩٥م): سيكولوجية غير العاديين وتربيتهم، دار الفكر الجامعى، الإسكندرية.
- ١٧- مصطفى السايح، مراد نجلة (٢٠٠٣م): الألعاب الصغيرة بين النظرية والتطبيق، مكتبة الإشعاع الفنية، الإسكندرية.
- ١٨- مصطفى فهمى (١٩٩٠م): مجالات علم النفس - سيكولوجية الأطفال غير العاديين، ط٣، دار النهضة العربية، القاهرة.
- ١٩- مكارم حلمى أبو هرجة (١٩٨٧م): "أثر إستخدام جوائز الموانع فى جزء الإعداد البدنى بدرس التربية الرياضية على تنمية القدرات الإدراكية ومفهوم الذات للمتخلفين عقلياً القابلين للتعلم"، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد الثامن، العدد ١٥، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.

٢٠- منظمة الصحة العالمية (١٩٩٤م): "تدريب المعوقين في المجتمع دليل البلدان النامية في التأهيل، الجزء الأول، دليل واضعي السياسات والخطط، المكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية لشرق البحر المتوسط، الإسكندرية.

٢١- ناهد عبد الرحيم (١٩٨٦م): "أثر برنامج تمرينات مقترح لعلاج بعض إنحرافات العمود الفقري على كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي لتلميذات المرحلة الإعدادية"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

٢٢- هناء عفيفي محمد (١٩٩٥م): "أثر الحركات التعبيرية على تنمية الأداء الحركي وخفض السلوك العدواني لتلميذات التربية الفكرية"، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد ١٨، العدد ٣٥، ٣٦، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.

٢٣- يسر محمد عبد الغنى (١٩٩٧م): "تقويم الحالة القوامية لتلاميذ مدارس التربية الخاصة فى سن ١٢ - ١٦ سنة"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا .

٢٤- يسر محمد عبد الغنى (٢٠٠١م): "تأثير برنامج علاجي حركي على بعض القدرات الحركية والإنحرافات القوامية للمتخلفين عقلياً القابلين للتعلم"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.

### ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 25 - Jansme, P. & Combs, C.(1988): The Effects of Fitness Training and Reinforcement on Maladaptive behaviors of Uninstitutionalized adult classified as Mentally Retarded Emotionally disturbed of edu.,and Train., in Mental Retardation, Vol., 22.
- 26 - John, M., & Karin,H.(1999): The Effects of Physical conditioning Exercises on the Mental Characteristics of Educationally sub Normal Boys British Journal of Educational psychology.
- 27 - Katherine,R. (1993): Sport Program Effect on participants with Mental Retardation (Special olympics) dissertation Abstracts international, 54.
- 28 -Poole Maneval(2003): Demanding Physical Fitness Important The Emr, Exceptional Children Inc November Ber., Journal Of Mental Subnormality., Vol.76, No.2, June.
- 29-Smith &Clarks(2004):Teaching Athletic Skills To Students Who Are Mentally Retarded ,American Sport Education Proram ,Human Kinetics Publishers , Newzealand.