

فاعلية الألعاب التوافقية على بعض المتغيرات البدنية وتعلم الدرجات في الجمباز وتقدير الذات لضعاف السمع

د/ سمر سمير عبد الله عطية (*)

مقدمة ومشكلة البحث:

لم تعد مجتمعات العالم اليوم تقتصر خططها وجهودها التربوية علي الأسوياء من أبنائها بل اتسع نطاق هذه الخطط والجهود إلى غير الأسوياء وذلك لأن لكل فرد الحق في الانتفاع بالخدمات التي تساعد علي الوصول لأقصى مدي تؤهله اليه قدراته وإمكانياته. (١: ٢٠)

وتشير بعض الإحصاءات الحديثة علي مستوي العالم إلي أن نسبة الأطفال الذين يعانون من مشاكل في السمع تصل إلي ٤ إلي ٥%، وان هذه النسبة تشتمل علي تعويق سمعي يصل إلي ما بين ضعف المقدرة علي السمع إلي فقدان الكامل للسمع. (٢: ٦٦٧)

ويمثل اللعب عملية تعويضية لضعاف السمع يؤكد من خلالها ذاته وثقته بنفسه، حيث يبعث فيهم من خلال الممارسة الحيوية والنشاط واكتساب القدرة علي التحمل وبذل الجهد، مما يساعده علي تحقيق اللياقة العامة للجسم وحسن أدائهم. ولضعاف السمع طاقة فائقة في اللعب والانجاز الحركي لبعض المهارات الحركية تفوق طاقة الطفل العادي (٥: ١٥٦-١٥٧)

وتشكل الألعاب الحركية التوافقية مجالا جيدا لاكتساب السمات الإرادية كالشجاعة والثقة بالنفس من خلال محاولات التكرار التي يؤديها الطفل في مقابل تحدي الواجبات الحركية التي يقابلها في اللعب، كما إن ظروف العمل و اللعب مع الزميل أو خلال جماعة في المدرسة تكسب الطفل الخصائص والصفات الاجتماعية المرغوبة كالتسامح وإنكار الذات وتقدير الآخرين وهذه العمليات الاجتماعية والنفسية تسهم في تقدير الطفل لذاته مما يعمل علي تحسين مفهوم الطفل عن نفسه.

(١٥: ١١٠)

وتقدير الذات يعتبر نتاجا للتقديرات التي يدركها الفرد من الآخرين المهمين بالنسبة له، كما يعتبر نتاجا أيضا لشعور الفرد بالقدرة والكفاءة، وتمثل الوظيفة الأولى الاستحسان الاجتماعي بينما تمثل الوظيفة الثانية الإحساس بالقوة والكفاءة. (٢١: ٢٣٣-٢٦١)

(*) مدرس بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركي بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق.

ويشير **فهمي مصطفى** ان تقدير الذات يعبر عن ادراك الفرد لنفسه وعن قدرته على كل مايقوم به من اعمال وتصرفات، ويتكون هذا المدرك فى اطار حاجات الطفولة، وخاصة الحاجة الى الأستقلال والحرية والقبول والنجاح. (١٤ : ٤٥)

وتعرف **ايمان الكاشف** تقدير الذات بأنه مجموعة من الخبرات والاتجاهات والإدراكات التي يخبرها الفرد من خلال تفاعله مع الأفراد المحيطين به، ويكون من خلالها صورته عن ذاته وتقييمه لهذا الذات، وتتعكس على تقديرة لصفاته الجسمية وقدراته وخصائصه وعلاقاته بالآخرين.

(٤ : ٦٩-١٢١)

وعرفه **توينج Twenge, (٢٠٠٢م)** بأنه أحساس الفرد بقيمته الشخصية الذي ينبثق من أفكاره وقيمه الداخلية والعقلية أكثر من إحساسه بانبثاقه من ثناء وتقدير الآخرين له. (١٩ : ٤٠٢)

وتحتل رياضة الجباز تحتل مكانا متقدما بالنسبة لمختلف ألوان النشاط الرياضى فهى من الرياضات المحببة إلى النفس، وتعمل علي جذب المتعلمين لممارستها وذلك لتغير وتميز مهاراتها التي قد تختلف أحيانا علي حسب طبيعة التصميم الهندسي للجهاز المؤدي عليه. كما تسهم في إعطاء الممارسين العديد من القيم التربوية، وزيادة الثقة بالنفس والالتزان، تنمية وتطوير عناصر اللياقة البدنية. (١٢ : ٨)

ويشير **عادل عبد البصير (٢٠٠٤م)** أن رياضة الجباز تتيح فرصة للمتعلمين خلق القدرة علي الابتكار في تحقيق الرضا والسعادة والنجاح في اداء التكوينات وتنفيذ الحركات المكونة لها، الأمر الذي يؤدي إلى تنمية القدرة علي تجسيد التناسق والاستمرار والتوافق والالتزان، وينمي ايضا ادراك الحاجة الي القوة والجلد من اجل إتمام بعض الحركات في الجباز. (١١ : ٩٢)

من خلال زيارات الباحثة الميدانية للمدارس الابتدائية لذوى الاحتياجات الخاصة (الصم والبكم) لاحظت الباحثة وجود بعض القصور فى مناهج التربية الرياضية المقدمة فى هذه المرحلة مما يولد لديهم قصور فى معظم القدرات البدنية والنفسية. فالأطفال ضعاف السمع يمكنهم أن يتعلموا الأنشطة والمهارات الحركية بنجاح سواء ان كانت الأنشطة فردية أو جماعية، فذلك يجب الاهتمام بالتخطيط السليم لممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة لهذه الفئة والتي تساعدهم على الاندماج مع الآخرين. وانطلاقا مما سبق فقد قامت الباحثة بإعداد برنامج للألعاب التوافقية يهدف الى معرفة تأثيره على تعلم بعض الدرجات فى الجباز وتقدير الذات لضعاف السمع.

هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على فاعلية الألعاب الحركية التوافقية على بعض المتغيرات البدنية (القدرة العضلية للرجلين - القدرة العضلية للذراعين - السرعة - المرونة - التوازن الثابت - التوازن

المتحرك - التوافق - الرشاقة) وتعلم الدرجات في الجمباز المتمثلة في (الدرجة الأمامية - الدرجة الخلفية - الدرجة الجانبية) وتقدير الذات لضعاف السمع.

فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في بعض المتغيرات البدنية قيد البحث في اتجاه القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في تعلم الدرجات في الجمباز في اتجاه القياس البعدي.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في تقدير الذات لضعاف السمع في اتجاه القياس البعدي.
- ٤- يوجد معدل تغير للقياسات البعدية عن القبليّة في المتغيرات قيد البحث للمجموعة التجريبية في اتجاه القياس البعدي.

مصطلحات البحث:

• الألعاب التوافقية:

استخدام المهارات بدون أدوات على شكل ألعاب طلاقة حركية لتحسين أداء الفرد لحركاته وبكسب الطفل القدرة على إدارة الجسم في المواقف الحركية بكفاءة من خلال التكيف المستمر للمواقف الجديدة وتدفعه إلى تكرار المحاولة مما يعمل على تحسين المهارات الحركية والتنسيق بينها وزيادة الاتجاه نحو الأداء الجماعي. (٢: ٣٧٠)

• تقدير الذات:

تقدير الذات هو تقدير عام يضعه الفرد لنفسه وبنفسه متضمناً الإيجابيات التي تدعوه لاحترام ذاته والسلبيات التي لاتقل من شأنه بين الآخرين. (١٦: ٧)

• ضعف السمع:

هم أولئك الأشخاص الذين لديهم عجزاً أو نقصاً في حاسة السمع بدرجة لا تسمح بالاستجابة الطبيعية للأغراض التعليمية والتفاعل مع العاديين إلا من خلال استخدام بعض المعينات مثل السماع. (٧: ٤١)

الدراسات السابقة:

أولاً: الدراسات العربية:

- ١- دراسة مريم طارق حسن عبدالغفار (٢٠١٨م) والتي تهدف الى التعرف على تأثير برنامج الطلاقة الحركية على بعض مهارات جهاز الحركات الأرضية لناشئات الجمباز تحت ٧ سنوات ،

واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وبلغ حجم العينة (١٠) ناشئات، وأشارت النتائج الى ان وجود تباين بين معدلات التغيير فى المهارات قيد البحث لناشئات الجمباز تحت ٧ سنوات .

٢- دراسة **رامى حسان بيومى (٢٠١٧م)** والتي تهدف الى التعرف على تأثير برنامج للألعاب الحركية على عوامل الابتكار الحركى لدى طفل ما قبل المدرسة، استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث، وقد بلغ حجم العينة (٤٠) طفلا وطفلة من أطفال الروضة ٥ - ٦ سنوات بحضانة مدرسة المجد بمحافظة الجيزة، وأشارت أهم النتائج الى ان برنامج الألعاب الحركية المقترح له تأثير ايجابى دال احصائيا عن البرنامج التقليدى لدى طفل ما قبل المدرسة.

٣- دراسة **هدير عماد الدين نوفل (٢٠١٦م)** والتي تهدف الى التعرف على تأثير الطلاقة الحركية على بعض الخصائص النفسية والمهارات الأساسية ، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث، وقد بلغ حجم العينة (٢٤) طفل من حضانة ستارز للغات ، وأشارت أهم النتائج الى تأثير برنامج الطلاقة الحركية على بعض الخصائص النفسية والمهارات الأساسية تأثير ايجابى فى الأطفال وتقوم المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة فى الطلاقة الحركية قيد البحث .

٤- دراسة **عرين المجالى (٢٠١٥م)** والتي تهدف الى التعرف على مستوى القلق وعلاقتها بمستوى تقدير الذات لدى الطلبة ضعاف السمع مقارنة بالطلبة العاديين، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وبلغ حجم العينة (١٠٢) طالب وطالبة منهم (٥٩) من الطلبة العاديين و(٤٣) من الذين يعانون من ضعف السمع، وأشارت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين مستوى القلق ومستوى تقدير الذات لدى الطلبة ضعاف السمع، ووجود علاقة ارتباطية ايجابية ما بين مستوى القلق ومستوى تقدير الذات لدى الطلبة العاديين.

٥- دراسة **بريفان المفتي (٢٠١٣م)** والتي تهدف إلى التعرف على "تأثير منهج بالألعاب الحركية في تنمية المهارات الحركية الأساسية لأطفال ذوي الإعاقة السمعية في المرحلة الابتدائية"، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة ذات القياس القبلى البعدى، وقد بلغ حجم العينة (١٢) تلميذ وتلميذة تتراوح أعمارهم من (٧ - ٨) سنوات من تلاميذ الصف الثانى الابتدائى، وقد أشارت النتائج أن منهج الألعاب الحركية حقق تفوقا فى تنمية المهارات الحركية الأساسية لضعاف السمع.

٦- دراسة **حسين بن زيدان (٢٠١١م)** والتي تهدف إلى التعرف على "تأثير برنامج مقترح لأنشطة ألعاب الكرات على بعض القدرات الحركية والتكيف الشخصى لدى التلاميذ المعاقين سمعيا (٩ - ١٢ سنة"، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد أسفرت نتائج البحث إلى أن البرنامج المقترح

لأنشطة ألعاب الكرات له أثير إيجابي على بعض القدرات الحركية (التوازن، التوافق الحركى) وكذلك التكيف الشخصى لدى التلاميذ المعاقين سمعيا (٩ - ١٢) سنة.

ثانياً: الدراسات الأجنبية:

١- دراسة ابيزوا وآخرون **Abyzova, et al.** (٢٠١٠م) والتي تهدف الى التعرف على الجمباز الإيقاعي كوسيلة لتحسين القدرات التوافقية للأطفال ضعاف السمع، استخدمت المنهج التجريبي، قد بلغ حجم العينة (٢٢) طفل، وقد أسفرت نتائج البحث إلى أن تمارين الجمباز الإيقاعي المستخدمة لها أثراً ايجابيا على تنمية القدرات التوافقية لدى الاطفال ضعاف السمع.

٢- دراسة ماريان ايجل **Reigl M.** (٢٠٠٣م) والتي تهدف الى التعرف على مدى تأثير مجموعة من الألعاب الحركية على تنمية القدرات التوافقية لتلاميذ المرحلة الاساسية من التعليم الابتدائى، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وبلغ حجم العينة (١٠٠) تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصفوف الأربعة الأولى من المرحلة الابتدائية بمدينة بودابست، وأشارت النتائج الى وجود تأثير واضح لمجموعة الألعاب الحركية على تنمية القدرات التوافقية للتلاميذ.

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وذلك باستخدام التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة ذات القياس القبلى والبعدى.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار مجتمع البحث من تلميذات الصف الرابع الابتدائي بمدرسة الأمل بالزقازيق والبالغ عددهن (٣٦) تلميذه بالطريقة العمدية، وقد تم استبعاد التلميذات التى يقل سنهم عن (٩) سنوات وعددهم (٢) تلميذة، والتلميذات التى يزيد سنهم عن (١٠) سنوات وعددهم (٢) تلميذة والتلميذات التى لا يمارسن التربية الرياضية نظرا لحالتهم الصحية وعددهم (٢) تلميذة، فقد تحدد مقدار السمع لفئة ضعاف السمع فى ضوء القراءات النظرية والدراسات السابقة من (٦٥ - ٩٠ ديسبل) وقد حصلت الباحثة على درجة السمع الخاصة بالتلميذات من سجلات المدرسة، كما قامت الباحثة باختيار عينة عشوائية من مجتمع البحث بلغ عددها (١٢) تلميذة وذلك لإجراء الدراسة الاستطلاعية وإيجاد المعاملات العلمية، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية (١٨) تلميذة وجدول (١) يوضح تصنيف مجتمع البحث.

جدول (١)

تصنيف مجتمع البحث

فاعلية الألعاب التوافقية على بعض المتغيرات البدنية وتعلم الدرجات في الجمباز وتقدير الذات لضعاف السمع

المجتمع الكلي	مستبعدون	مجتمع البحث	عينة البحث	العينة الاستطلاعية
٣٦	٦	٣٠	١٨	١٢

وقامت الباحثة بإيجاد مدى الاعتدالية بين أفراد مجتمع البحث في متغيرات (السن - الطول - الوزن - الذكاء - درجة السمع - المتغيرات البدنية قيد البحث - تقدير الذات) والجدول (٢) يوضح اعتدالية مجتمع.

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء
لمجتمع البحث في المتغيرات قيد البحث

ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
متغيرات النمو	الطول	١٣٣,٧١	١٣٣	٣,٠٨	٠,٢٩
	الوزن	٣٩,٤٦	٣٩,٠	٢,٠٥	٠,٣٦
	السن	٩,٥٠	٩,٦٠	٠,٢٨	٠,٣٧-
	درجة السمع	٦٩,٤٢	٦٩,٠	٢,٧٣	٠,٢١
	مستوى الذكاء	٧٣,٣١	٧٣,٠	٣,٣٦	٠,٢٣
المتغيرات البدنية	القدرة العضلية للرجلين	٧١,٣١	٧١,٠	٢,٧٦	٠,٤٠
	القدرة العضلية للذراعين	٢,٢٢	٢,١٨	٠,٢٧	٠,٢١
	السرعة	١٠,٨٢	١١,٠	١,٣٦	٠,٧٠
	المرونة	٧,٧٧	٨,٠	١,٣١	٠,١٢
	التوازن الثابت	٢٢,٠٩	٢٢,٠	٢,٣٧	٠,١١-
	التوازن المتحرك	١١,٤٩	١١,٠	١,٦٢	٠,٣٨
	التوافق	١٦,٤٣	١٦,٠	١,٣٠	٠,١٧
	الرشاقة	٩,٨٠	١٠,٠	١,٣٥	٠,٥٤
تقدير الذات	مجال احترام الذات	١٧,٣٧	١٧,٠	١,٤٨	٠,٣٥
	مجال التقدير من الآخرين	١٢,٨٩	١٣,٠	١,٤٩	٠,١٩-
	الدرجة الكلية للمقياس	٣٠,٢٦	٣٠,٠	٢,٢٣	٠,٤٥

ويتضح من جدول (٢) ما يلي: أن قيم معاملات الالتواء تتراوح ما بين (٠,٣٧-، ٠,٧٠+) وهي

تتصر ما بين (٣±)، مما يدل على أنها تتدرج تحت المنحنى الاعتدالي في المتغيرات قيد البحث.

ثالثاً: أدوات جمع البيانات:

١- الأدوات والأجهزة:

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر.
 - ميزان طبى لقياس الوزن بالكيلو جرام.
 - شريط قياس للمسافات بالسنتيمتر.
 - ساعة إيقاف لقياس الزمن بالثانية.
 - أقماع بلاستيك لقياس الرشاقة.
- ٢- المتغيرات البدنية:

بعد الاستعانة بالمراجع العلمية والدراسات السابقة ورأى السادة الخبراء فى تحديد أهم المتغيرات البدنية والاختبارات المناسبة التى تقيسها. ملحق (٣)

قامت الباحثة باختيار المتغيرات والاختبارات المناسبة لقياسها والتي حصلت على نسبة (٨٠%) فأكثر من رأى السادة الخبراء. وجدول رقم (٣) يوضح النسبة المئوية لرأى السادة الخبراء وكانت على النحو التالى:

جدول (٣)

النسبة المئوية لرأى الخبراء فى المتغيرات البدنية

ن = ١٠

رأى الخبراء	الاختبارات التى تقيسها	المتغيرات البدنية
٩٠%	اختبار الوثب العريض من الثبات	القدرة العضلية للرجلين
٨٠%	اختبار ثقل وزنه (٩٠٠ جم)	القدرة العضلية للذراعين
٩٠%	اختبار الجرى ٣٠م	السرعة
٨٠%	اختبار ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف	المرونة
٩٠%	اختبار الوقوف على قدم واحدة أطول فترة ممكنة	التوازن الثابت
٨٠%	اختبار المشى على مقعد سويدي	التوازن المتحرك
٩٠%	اختبار الجرى على شكل (٨)	التوافق
٩٠%	اختبار الجريالجزاجي	الرشاقة

٣- المقاييس:

مقياس تقدير الذات: إعداد وحيد مصطفى كامل. ملحق (٥)

وضع هذا المقياس وحيد مصطفى كامل (٢٠٠٣م) وهو يتكون من (٢٠) عبارة تقيس تقدير الذات لدى الأطفال ضعاف السمع فى بعدى مجال احترام الذات، ومجال التقدير من الآخرين، بحيث تتوزع عبارات كل مجال على النحو التالى:

- مجال احترام الذات وعباراته أرقام (٣، ٦، ٧، ٩، ١٣، ١٤، ١٥، ١٨، ١٩، ٢٠).

- مجال التقدير من الآخرين وعباراته أرقام (١، ٢، ٤، ٥، ٨، ١٠، ١١، ١٢، ١٦، ١٧).
بحيث تكون:

- الاستجابة (تنطبق عليك) تأخذ ٢ درجتان.

- الاستجابة (تنطبق عليك إلى حد ما) تأخذ ١ درجة واحدة.

- الاستجابة (لا تنطبق عليك) تأخذ صفراً.

وعلى هذا تكون الدرجة الكلية للمقياس ٤٠ درجة، هذا ويحدد المقياس ثلاث مستويات لتقدير

الذات على النحو التالي:

- تقدير ذات مرتفع من ٢٧ - ٤٠ درجة.

- تقدير ذات متوسط من ١٣ - ٢٦ درجة.

- تقدير ذات منخفض من صفر - ١٢ درجة.

٤- مستوى الذكاء:

حصلت عليه الباحثة من سجلات المدرسة.

٥- قياس مستوى الأداء المهاري:

تم تقييم مستوى الأداء عن طريق لجنة مكونه من أربعة أعضاء من هيئة التدريس الحاصلات على الدكتوراه مع خبرة لا تقل عن عشرة أعوام بتدريس الجمباز وقد تم تقييم كل مهارة من خمسة درجات وقد تم حذف الدرجة العليا والدرجة الدنيا لكل مهارة من مهارات الحركات الأرضية واخذ متوسط الدرجتين.

٦- برنامج الألعاب التوافقية:

قامت الباحثة بوضع برنامج الألعاب الحركية التوافقية وعرضه على الخبراء المتخصصين للوقوف على مدى صلاحيته لتطبيق أو تعديل أو إضافة أو حذف ما يروونه مناسباً وذلك بهدف التعرف على مدى تأثير الألعاب الحركية التوافقية على بعض المتغيرات البدنية و تعلم الدرجات في الجمباز وتقدير الذات لضعاف السمع.

الأسس العلمية للبرنامج التعليمي المقترح:

- الاطلاع على المراجع العلمية والبحوث السابقة في المجال.

- أخذ رأي السادة الخبراء في كل ما يختص بالبرنامج.

- أن يتناسب محتوى البرنامج مع قدرات واستعدادات عينة البحث.

- أن يتميز بالمرونة ويكون قابل للتطبيق العملي.

- مراعاة العمر الزمني لعينة البحث.

- مراعاة الفروق الفردية.

- أن يتوافر في البرنامج عوامل الأمن والسلامة.

- أن يحقق البرنامج الأهداف المرجوة منه.

محتوي البرنامج:

قامت الباحثة بتصميم برنامج الألعاب التوافقية لضعاف السمع وقد راعت أن يتناسب مع خصائص وميول واحتياجات العينة بما يتناسب مع إمكانياتهم وقدراتهم واستعداداتهم، وقد استعانت الباحثة باستخدام ألعاب توافقية تؤدي معظمها بشكل جماعي وذلك لتحقيق الهدف من البرنامج، وإن يكون للبرنامج تأثير مباشر على تعلم الدرجات في الجباز وتقدير الذات لضعاف السمع، كما روعي في البرنامج احتوائه على الألعاب المحببة إلى نفوس عينة البحث وإن تكون خالية من التعقيد وتدخل البهجة والسرور عليهم ورفع الكفاءة البدنية والنفسية.

محتوي الوحدة التدريبية اليومية:

التهيئة:

الهدف منه تهيئة الجسم والعضلات للأداء والانتقال التدريجي لفترة التدريب الأساسية ويجب عدم إهمال هذه الفترة لمنع الإصابات ومدتها (١٠ دقائق) ثابتة في بداية كل وحدة تدريبية يومية.

الجزء الأساسي:

وهو من أهم فترات البرنامج لأنه يعمل على تحقيق الهدف من البرنامج ومدته (٣٠ دقيقة) وتحتوي هذه الفترة على مجموعة من الألعاب، وقد رأت الباحثة استخدام الشرح المرئي لمحتويات البرنامج عن طريق النموذج والإشارات اليدوية التي تدرس لديهم في المدرسة مع الاتفاق على علامات معينة للتوقف عند الإحساس بالخطر أثناء الممارسة.

التهديئة:

الهدف منها عودة الجسم وأجهزته إلى الحالة الطبيعية بالتدرج ومدتها (٥ دقائق) ثابتة في نهاية كل وحدة تدريبية يومية.

رابعاً: الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (١٢) تلميذة تم اختيارهن عشوائياً من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية وذلك في الفترة من ٢٩/٩/٢٠١٩م إلى ١٠/١٠/٢٠١٩م وذلك للتعرف على:

- مدى ملائمة الاختبارات البدنية المستخدمة في البحث.

- الصعوبات التي قد تواجه الباحثة عند تنفيذ التجربة الأساسية للبحث.

- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة.

- تدريب المساعدين علي كيفية إجراء القياسات الخاصة بالمتغيرات.
 - التأكد من مناسبة برنامج الألعاب الحركية التوافقية المعد لعينة البحث.
 - إجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات قيد البحث.
- أ- المتغيرات البدنية:
أولاً: الصدق:

تم إيجاد صدق الاختبار عن طريق صدق التكوين الفرضي باستخدام الفروق بين الجماعات بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)
معامل الصدق للمتغيرات البدنية (قيد البحث)

ن = ١٢

قيمة (ت)	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		وحدة القياس	المتغيرات البدنية
	ع	م	ع	م		
٢,٩٥	٢,٤٠	٧٣,١٧	١,٨٧	٦٩,٥٠	سم	القدرة العضلية للرجلين
٤,٠٦	٠,١٧	٢,٣٧	٠,١٠	٢,٠٥	م	القدرة العضلية للذراعين
٤,٧٩	١,٠٣	٩,٨٣	٠,٧٥	١٢,٣٣	ث	السرعة
٤,٢٤	٠,٨٢	٨,٦٧	٠,٠,٨٢	٦,٦٧	سم	المرونة
٤,٦٦	١,٢٦	٢٤,٠	١,٢١	٢٠,٦٧	ث	التوازن الثابت
٢,٣٨	١,٣٧	١٠,٦٧	١,٠٣	١٢,٣٣	عدد	التوازن المتحرك
٣,٥١	١,٠٣	١٥,٨٣	٠,٧٥	١٧,٦٧	ث	التوافق
٣,٣١	٠,٨٢	٩,١٧	٠,٧٥	١٠,٦٧	ث	الرشاقة

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ١٠ وعند مستوى (٠,٠٥) = (٢,٢٠)

يتضح من الجدول (٤) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في المتغيرات البدنية وفي اتجاه الربيع الأعلى، مما يدل على أن الاختبارات على درجة مقبولة من الصدق.

ثانياً: الثبات:

قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات للمتغيرات البدنية قيد البحث عن طريق تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقها Test-Retest، وذلك لحساب معامل الارتباط والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للمتغيرات البدنية

ن = ١٢

قيمة (ر)	إعادة التطبيق		التطبيق		المتغيرات البدنية
	ع	م	ع	م	
٠,٩٢	٢,٥٣	٧١,٢٥	٢,٨١	٧١,٣٣	القدرة العضلية للرجلين
٠,٨٥	٠,٢٢	٢,١٦	٠,٢٣	٢,١٧	القدرة العضلية للذراعين
٠,٦٨	١,٣١	١٠,٩٢	١,٥٤	١١,٠٠	السرعة
٠,٨٨	١,٤٨	٨,٠٠	١,٤٧	٧,٨٣	مرونة
٠,٩٣	٢,١٥	٢٢,٤٢	٢,٢٢	٢٢,٢٥	التوازن الثابت
٠,٩١	١,٧٨	١١,٦٧	١,٦٨	١١,٩٢	التوازن المتحرك
٠,٨٢	١,٢٩	١٦,٧٥	١,٣٧	١٦,٦٧	التوافق
٠,٧٨	١,٠٤	١٠,٠٠	١,١١	٩,٨٣	الرشاقة

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية ١٠ وعند مستوى (٠,٠٥) = (٠,٥٧٦)

يتضح من الجدول (٥) أن قيمة معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)، مما يدل على أن الاختبارات على درجة مقبولة من الثبات.

ب- مقياس تقدير الذات:

أولاً: الصدق:

قامت الباحثة بإيجاد معامل الصدق لمقياس تقدير الذات قيد البحث بحساب صدق التكوين الفرضي باستخدام صدق الاتساق الداخلي وذلك بتطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية ثم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وبين درجات البعد الذي تنتمي إليه، كما تم حساب معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد وبين الدرجة الكلية للمقياس والجدول (٦)، (٧) توضح ذلك.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تقدير الذات

قيد البحث والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

ن = ١٢

الأبعاد			
مجال التقدير من الآخرين		مجال احترام الذات	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
٠,٨١	٣	٠,٦٩	١
٠,٧٢	٤	٠,٧٤	٢
٠,٧٥	٩	٠,٧٢	٥

فاعلية الألعاب التوافقية على بعض المتغيرات البدنية وتعلم الدرجات في الجباز وتقدير الذات لضعاف السمع

٠,٦٩	١٠	٠,٦٨	٦
٠,٧٣	١١	٠,٦٦	٧
٠,٧٦	١٤	٠,٧٧	٨
٠,٨٠	١٥	٠,٧٣	١٢
٠,٧١	١٧	٠,٧٥	١٣
٠,٧٨	١٨	٠,٧٠	١٦
٠,٧١	٢٠	٠,٦٩	١٩

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية ١٠ وعند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٥٧٦

ويتضح من جدول (٦) وجود علاقة ارتباط دالة احصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين درجة كل عبارة وبين مجموع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، الأمر الذي يشير إلى صدق الاتساق الداخلي لمقياس تقدير الذات.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس تقدير الذات والدرجة الكلية للمقياس

ن = ١٢

أبعاد مقياس تقدير الذات	مجال احترام الذات	مجال التقدير من الآخرين
مجال احترام الذات	-	-
مجال التقدير من الآخرين	٠,٦٨	-
الدرجة الكلية للمقياس	٠,٧٩	٠,٨١

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية ١٠ وعند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٥٧٦

ويتضح من جدول (٧) وجود علاقة ارتباط دالة احصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين درجة كل درجة كل بعد من أبعاد مقياس تقدير الذات قيد البحث والدرجة الكلية للمقياس، الأمر الذي يشير إلى مقياس تقدير الذات على درجة مقبولة من الصدق.

ثانياً: الثبات:

قامت الباحثة بإيجاد الثبات للمقياس بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه Test & Retest، بفواصل زمنية قدره أسبوعين على العينة الاستطلاعية وقوامها (١٢) تلميذة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس تقدير الذات

ن = ١٢

قيمة (ر)	إعادة التطبيق		التطبيق		أبعاد مقياس تقدير الذات
	ع	م	ع	م	
٠,٧٧	١,٢٤	١٢,٠٨	١,٤٤	١١,٨٢	مجال احترام الذات
٠,٨٦	١,٤٤	٦,٩٥	١,٥٤	٦,٧٨	مجال التقدير من الآخرين
٠,٨٧	٢,٣٧	١٩,٧٥	٢,٤٧	١٨,٦٠	الدرجة الكلية للمقياس

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية ١٠ وعند مستوى (٠,٠٥) = (٠,٥٧٦)

يتضح من الجدول (٨) أن قيمة معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)، مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات.

خامساً: التجربة الأساسية:

القياسات القبليّة:

تم إجراء القياسات القبليّة في الفترة من ٢٠١٩/١٠/١٣م إلى ٢٠١٩/١٠/١٤م لمجموعة البحث في جميع المتغيرات قيد البحث وتم القياس وفقاً للترتيب التالي (المتغيرات البدنية - الدرجات في الجمباز - تقدير الذات).

تنفيذ البرنامج:

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج (الألعاب التوافقية) المقترح في الفترة من ٢٠١٩/١٠/١٥م إلى ٢٠١٩/١٢/١٠م علي العينة الأساسية لمدة شهرين بواقع (٨) أسابيع، وعدد (٣) وحدات تدريبية في الأسبوع خلال اليوم الدراسي بزمان (٤٥ دقيقة) مقسمة إلي (١٠ دقائق إحماء - ٣٠ دقيقة فترة تدريب أساسية - ٥ دقائق تهدئة)، وقد قامت الباحثة بتثبيت الزمن طول فترة البرنامج.

القياسات البعدية:

تم إجراء القياسات البعدية في الفترة من ٢٠١٩/١٢/١١م إلى ٢٠١٩/١٢/١٢م علي عينة البحث في جميع المتغيرات قيد البحث وفقاً للترتيب التالي (المتغيرات البدنية - الدرجات في الجمباز - تقدير الذات) مع مراعاة توافر نفس الظروف وشروط التطبيق التي تم إتباعها في القياسات القبليّة.

سادساً: المعالجات الإحصائية:

في ضوء هدف البحث وفي حدود فروضه تم إجراء المعالجات الإحصائية (المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - الوسيط - معامل الالتواء - معامل الارتباط - اختبار (ت) - معدل التغير).

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

جدول (٩)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في بعض

المتغيرات البدنية لضعاف السمع ن = ١٨

المتغيرات البدنية	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق	ع ف	قيمة "ت"
القدرة العضلية للرجلين	٧١,٣٩	٩٤,٤٤	٢٣,٠٥	٧,١٧	١٣,٦٥
القدرة العضلية للذراعين	٢,٢٣	٣,٢٧	١,٠٤	٠,٢١	٢١,٠٠
السرعة	١٠,٨٩	٧,٨٣	٣,٠٥٦	١,٠٦	١٢,٢٨
المرونة	٧,٦٧	٥,٧٢	١,٩٤	١,٢١	٦,٨١
التوازن الثابت	٢٢,١١	٢٥,٦١	٣,٥٠	١,٦١	٩,١٨
التوازن المتحرك	١١,٤٤	٩,١١	٢,٣٣	٠,٨٤	١١,٧٨
التوافق	١٦,٣٩	١٠,٩٤	٥,٤٤	٠,٩٢	٢٥,٠٦
الرشاقة	٩,٨٩	٦,٩٤	٢,٩٤	٠,٧٣	١٧,٢٢

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ١٧ وعند مستوى (٠,٠٥) = ٢,١٠

يتضح من الجدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات البدنية لضعاف السمع في اتجاه القياس البعدي.

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي

للدراجات في الجمباز لضعاف السمع ن = ١٨

الدراجات في الجمباز	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق	ع ف	قيمة "ت"
الدرجة الأمامية	١,٣٦	٣,٣٦	٢,٠٠	٠,٦٩	١٢,٦٦
الدرجة الخلفية	١,٤٢	٣,٣٩	١,٩٧	٠,٧٠	١٢,٠٢
الدرجة الجانبية	١,٥٠	٣,٤٤	١,٩٤	٠,٧٥	١١,٠٧

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ١٧ وعند مستوى (٠,٠٥) = ٢,١٠

يتضح من الجدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في الدراجات في الجمباز لضعاف السمع في اتجاه القياس البعدي.

جدول (١١)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي

في تقدير الذات لضعاف السمع ن = ١٨

تقدير الذات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق	ع ف	قيمة "ت"
مجال احترام الذات	١١,٢٢	١٧,٣٩	٦,١٧	٠,٩٢	٢٨,٣٣
مجال التقدير من الآخرين	٦,٧٨	١٣,٠٠	٦,٢٢	١,٠٠	٢٦,٣١
الدرجة الكلية للمقياس	١٨,٠٠	٣٠,٣٩	١٢,٣٩	١,٦٥	٣١,٨٦

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ١٧ وعند مستوى (٠,٠٥) = ٢,١٠

يتضح من الجدول (١١) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في تقدير الذات لضعاف السمع في اتجاه القياس البعدي.

جدول (١٢)

النسبة المئوية لمعدلات تغير القياسات البعدية عن القبالية في المتغيرات البدنية والدرجات في الجمباز وتقدير الذات لضعاف السمع

المتغيرات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	معدل التغير %
القدرة العضلية للرجلين	٧١,٣٩	٩٤,٤٤	٣٢,٢٩
القدرة العضلية للذراعين	٢,٢٣	٣,٢٧	٤٦,٦٤
السرعة	١٠,٨٩	٧,٨٣	٢٨,١٠
المرونة	٧,٦٧	٥,٧٢	٢٥,٤٢
التوازن الثابت	٢٢,١١	٢٥,٦١	١٥,٨٣
التوازن المتحرك	١١,٤٤	٩,١١	٢٠,٣٧
التوافق	١٦,٣٩	١٠,٩٤	٣٣,٢٥
الرشاقة	٩,٨٩	٦,٩٤	٢٩,٨٣
الدرجة الأمامية	١,٣٦	٣,٣٦	١٤٧,٠٦
الدرجة الخلفية	١,٤٢	٣,٣٩	١٤٢,٢٥
الدرجة الجانبية	١,٥٠	٣,٤٤	١٢٩,٣٣
مجال احترام الذات	١١,٢٢	١٧,٣٩	٣٥,٤٨
مجال التقدير من الآخرين	٦,٧٨	١٣,٠٠	٤٧,٨٥
الدرجة الكلية للمقياس	١٨,٠٠	٣٠,٣٩	٤٠,٧٧

يتضح من جدول (١٢) تفاوت نسبة تحسن مجموعة البحث في القياسات البعدية عن القبالية في المتغيرات البدنية والدرجات في الجمباز وتقدير الذات لضعاف السمع، فقد تراوحت نسب التحسن ما بين (١٥,٨٣ - ٤٦,٦٤%)، (١٢٩,٣٣ - ١٤٧,٠٦%)، (٣٥,٤٨ - ٤٧,٨٥%).

ثانياً: مناقشة النتائج:

تشير نتائج جدول (٩) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في بعض المتغيرات البدنية قيد البحث.

وتعزو الباحثة التحسن في بعض المتغيرات البدنية الى قدرة برنامج الألعاب التوافقية على تنمية بعض المتغيرات البدنية وذلك لان الألعاب المستخدمة في البرنامج ساعدت في تنمية القوة العضلية للرجلين والذراعين وتنمية الرشاقة وزيادة الإحساس بالاتجاه وزيادة القدرة على الاتزان سواء كانت أثناء الثبات أو الحركة كما ساعد بدرجة كبيرة على تنمية التوافق الحركي والمرونة وزيادة إحساس الفرد بالوضع والمكان الذي يتحرك فيه.

كما ترجع الباحثة ذلك إلى أن الألعاب التوافقية التي تتمثل في التمرينات النظامية والتمرينات الحرة بدون أدوات وفي شكل مسابقات وتمرينات طبيعية كالزحف والتزحلق والتعلق وتمرينات الوثب والقفز والرفع وتمرينات التوازن مما جعلتهم يشعرون بالسرور والسعادة وحرية الحركة وتغلبهم على الخوف وتنمية

الإحساس الحركي والتدرج في الأداء والتناوب بين سرعة وسهولة التمرين مما يؤدي إلى الشعور بالسعادة والجرأة والثقة بالنفس والعمل الجماعي والتنمية البدنية والمهارية والنفسية.

ويشير أمين الخولى وأسامة راتب (٢٠٠٩م) إلى أن الألعاب التوافقية المتمثلة في حركات براعة الاتزان وحركات تقليد الحيوانات وحركات البراعة الفردية ومع الزميل وغيرها قد يتيح للطفل ضعيف السمع أكثر من استجابة حركية مناسبة للمشكلة الحركية، من خلالها قد يكتشف إمكانياته وقدراته الحركية ويحاول بعدة طرق مختلفة أن ينتقى من حركاته السابقة ما يناسب الموقف الجديد.

(٢: ٣٧١)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كلا من مريم طارق (٢٠١٨م)، رامي حسان (٢٠١٧م)، هدير عمادالدين (٢٠١٦م) عرين المجالى (٢٠١٥م)، بريفيان المفتى (٢٠١٣م)، حسين بن زيدان (٢٠١١م) ، ابيزوفنا وآخرون ، *Abyzova, et al.* (٢٠١٠م)، ماريان ايجل *Reigl, M.* (٢٠٠٣م) في التأثير الايجابي لممارسة الأنشطة الرياضية على هذه الفئة مع دراسة كلاً من إلى أن البرامج والأنشطة الرياضية وأشكالها المتعددة يكون لها أثر ايجابي في التقدم والارتقاء بهذه الفئة كما أنها تساعد على حل مشاكلهم البدنية والنفسية.

وهذا يحقق صحة الفرض الاول الذى ينص على "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى فى بعض المتغيرات البدنية قيد البحث فى اتجاه القياس البعدى لضعاف السمع".
يتضح من جدول (١٠) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والبعدى فى بعض الدرجات في الجمباز.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من عزيزة عفيفى (٢٠٠٣م)، محمد مباشر (٢٠٠٨م)، بريفيان المفتى (٢٠١٣م)، نبيل شاكر وخذون ابراهيم (٢٠١٢م)، جيرنس وآخرون *Jernice, et al.* (٢٠١١م) على أن البرامج التعليمية تساعد هذه الفئة على تعلم وتحسين الأداء فى الأنشطة الرياضية المتعلمة.

كما ترجع الباحثة هذا التقدم الحادث فى الدرجات فى الجمباز إلى برنامج الألعاب التوافقية المقترح وما يحتويه من ألعاب تساعد على الإحساس بالرضا والارتياح والسلوك الجماعى والمرح والسرور والاستثارة المحببة إلى النفس كما أنها تغرس الاحترام والصدقة بين التلاميذ وسرعة وسهولة التعلم والأداء.

وفى هذا الصدد يشير أمين الخولى وأسامة راتب (٢٠٠٩م) إلى أهمية ممارسة النشاط الرياضى حيث يتحرر الطفل من مشكلاته ويتحول إلى طفل أكثر تحراً وتلقائية وتوافقاً. (٢: ٣٦)

وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه ايلين فرج (٢٠٠٢م) إلى أن الألعاب التوافقية تعمل على تنمية وتطوير أداء المتعلم للمهارات الحركية في مختلف الأنشطة الرياضية مما يزيد ميله نحو ممارسة النشاط الرياضي والارتقاء بمستواه وقدراته. (٢٩٣ :٣)

وبذلك تحقق صحة الفرض الثاني وهو ينص على "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في بعض الدرجات في الجمباز في اتجاه القياس البعدي لضعاف السمع".

ويشير جدول (١١) إلى وجود فروق داله إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في مقياس تقدير الذات . تقدير الذات إلى برنامج الألعاب التوافقية المقترح المكون من مجموعة من الألعاب التي تؤدي بشكل أداء جماعي في بعض التمرينات مما يساعد على الشعور بالبهجة كما أن الأداء بصورة جماعية كان له أثر زيادة الإحساس بالتمسك والانتماء للجماعة من خلال التعاون والمشاركة في الأداء.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلا من مريم طارق (٢٠١٨م)، رامي حسان (٢٠١٧م)، هدير عمادالدين (٢٠١٦م)، عرين المجالي (٢٠١٥م)، بريفيان المفتى (٢٠١٣م)، حسين بن زيدان (٢٠١١م)، ابيزوف وآخرون، *Abyzova, et al.,* (٢٠١٠م)، ماريان ايجل *Reigl, M.* (٢٠٠٣م) إلى أن الأنشطة الرياضية بما تحتويه من برامج ترويحوية وتعليمية وبرامج ألعاب تساعد على تحسين وارتقاء الجوانب النفسية لهذه الفئة.

كما تتفق أيضا هذه النتائج مع ما أشار إليه أسامة رياض وناهد أحمد (٢٠٠١م) إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية لهذه الفئة لها فائدة كبيرة حيث يزيد من شعوره بالمودة والألفة وزيادة الثقة بالنفس وقدرتهم على التفاعل الايجابي مع الآخرين.

وتتفق ايضا مع ما أشار إليه محمد الأنور (٢٠٠٥م) بأن تقدير الذات هو شعور الفرد بالثقة بالنفس والكفاءة الشخصية بما يتضمنه من شعور بالرضا عن مستواه الأكاديمي والاجتماعي ومظهره الجسمي وذلك من خلال تفاعله مع بيئته التي تشمل الأسرة والمدرسة والمجتمع.

وبذلك تحقق صحة الفرض الثالث وهو ينص على "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في تقدير الذات لضعاف السمع في اتجاه القياس البعدي".

بينما تشير نتائج جدول (١٢) إلى أن النسب المئوية لمعدلات تغير القياسات البعدية عن القبليّة والتي نستدل منها على ان القياسات البعدية قد زادت عن القياسات القبليّة في بعض المتغيرات البدنية وبعض الدرجات في الجمباز ومقياس تقدير الذات قيد البحث حيث تراوحت نسبة التحسن ما بين (١٥.٨٣ - ٤٦.٦٤%)، (١٢٩.٣٣ - ١٤٧.٠٦%)، (٣٥.٤٨ - ٤٧.٨٥%).

وترجع الباحثة هذه الزيادة الى أنها بمثابة انعكاس لبرنامج الألعاب التوافقية المقترح وما يحتويه من ألعاب تثير لديهم المتعة والتشويق وتسهم بشكل كبير في تنمية مختلف المتغيرات البدنية وكذلك جذب

الاهتمام لممارسة المهارات الحركية. وتكسب الطفل الخصائص والصفات الاجتماعية المرغوبة كالانسجام وانكار الذات وتقدير الآخرين وهذه الصفات الاجتماعية والنفسية تسهم في تقدير الطفل لذاته مما يعمل على تحسين مفهوم الطفل عن نفسه. (١٠ : ١٨٨)، (٢ : ٣٧١)

وتؤكد نبيلة خليفة وآخرون (٢٠٠٣م) الى أن تعليم الحركات الأساسية في صورة ألعاب ومسابقات يعد مدخلا لتأسيس الأطفال والمبتدئين ليس فقط في الجوانب المهارية والبدنية ولكن أيضا في الجوانب النفسية والاجتماعية والعادات البدنية مدى الحياة. (١٧ : ٤٥)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلا من مريم طارق (٢٠١٨م)، رامي حسان (٢٠١٧م)، هدير عماد الدين (٢٠١٦م)، عرين المجالى (٢٠١٥م)، بريفيان المفتى (٢٠١٣م)، حسين بن زيدان (٢٠١١م) ، ابيزوفا وآخرون, A Byzova, et al., (٢٠١٠م)، ماريان ايجل Reigl, M. (٢٠٠٣م) إلى أن الأنشطة الرياضية بما تحتويه من برامج ترويحوية وتعليمية وبرامج ألعاب تساعد على تحسين بعض المتغيرات البدنية والمهارية والارتقاء بالجوانب النفسية لهذه الفئة.

وهذا يحقق صحة الفرض الرابع الذى ينص على "يوجد معدل تغير للقياسات البعدية عن القبلية فى المتغيرات قيد البحث للمجموعة التجريبية فى اتجاه القياس البعدى".

الإستخلاصات والتوصيات:

أولاً: الإستخلاصات:

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود عينة البحث المستخدم وما أمكن الحصول عليه من نتائج توصلت الباحثة الى الإستخلاصات الآتية:

١- برنامج الألعاب التوافقية المقترح له تأثير ايجابي على تنمية بعض المتغيرات البدنية لضعاف السمع.

٢- برنامج الألعاب التوافقية المقترح له تأثير ايجابي على الدرجات في الجمباز.

٣- برنامج الألعاب التوافقية المقترح له تأثير ايجابي على تقدير الذات لضعاف السمع.

ثانياً: التوصيات:

في حدود هذه الدراسة وانطلاقاً من نتائجه توصي الباحثة بما يلي:

١- استخدام برنامج الألعاب التوافقية المقترح وتنفيذه في مدارس الأمل للصم والبكم وضعاف السمع لما لها من تأثير ايجابي على تحسين المتغيرات البدنية والدرجات في الجمباز وتقدير الذات لضعاف السمع.

٢- عقد دورات تدريبية للفائمين بتدريس مادة التربية الرياضية للتعرف على استخدام نظام الإشارات اليدوية المختلفة وتوحيد استعمالها في مدارس الصم والبكم.

٣- زيادة الاهتمام بهذه الفئة من التلاميذ وإعداد برامج حركية مناسبة لهم.

٤- إجراء بحوث مماثلة على عينات مختلفة ومهارات حركية وسمات نفسية أخرى.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- ١- إبراهيم عباس الزهيرى (٢٠٠٣م): "فلسفة تربية ذوى الحاجات الخاصة ونظم تعليمهم"، مكتبة زهراء الشرق.
- ٢- أمين الخولى وأسامة راتب (٢٠٠٩م): "نظريات وبرامج التربية الحركية للأطفال"، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٣- ايلين وديع فرج (٢٠٠٢م): "خبرات فى الألعاب للصغار والكبار"، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ٤- ايمان فؤاد الكاشف (٢٠٠٤م): المشكلات السلوكية وتقدير الذات لدى المعاق سمعياً فى ظل نظامى العزل والدمج، مجلة دراسات نفسية، المجلد الرابع عشر.
- ٥- بدر الدين كمال عبده ومحمد السيد حلاوة (١٩٩٩م): "رعاية المعاقين سمعياً وحركياً"، المكتب العلمى للنشر والتوزيع، الإسكندرية.
- ٦- بريهان عبد الله المفتي (٢٠١٣م): "تأثير منهج بالألعاب الحركية فى تنمية المهارات الحركية الأساسية لأطفال ذوى الإعاقة السمعية فى المرحلة الابتدائية"، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العدد ٢.
- ٧- حسين أحمد عبد الرحمن التهامى (٢٠٠٦م): "تربية الأطفال المعاقين سمعياً فى ضوء الاتجاهات العالمية المعاصرة"، الدار العالمية للنشر والتوزيع، القاهرة.
- ٨- حسين بن زيدان (٢٠١١م): "تأثير برنامج مقترح لأنشطة ألعاب الكرات على بعض القدرات الحركية والتكيف الشخصى لدى التلاميذ المعاقين سمعياً (٩ - ١٢) سنة"، نظريات وتطبيقات، كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية، العدد ٧٠.
- ٩- رامى حسان بيومى (٢٠١٧م): برنامج للألعاب الحركية وتأثيره على عوامل الابتكار الحركى لدى طفل ما قبل المدرسة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الاسكندرية.

- ١٠- زكية إبراهيم كامل ونوال إبراهيم شلتوت وميرفت على خفاجة (٢٠٠٢م): "طرق التدريس فى التربية الرياضية، الجزء الأول أساسيات فى تدريس التربية الرياضية"، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية.
- ١١- عادل عبد البصير (٢٠٠٤م): "الجباز الفني (بنين - بنات)"، المكتبة المصرية، الإسكندرية.
- ١٢- عبد الرؤوف احمد الهجرس وهديات احمد حسنين (٢٠٠٨م): "قواعد التدريب فى رياضة الجباز الفني (قوة - جمال - إبداع - شجاعة)"، مذكرة غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات، الجزيرة، جامعة حلوان.
- ١٣- عرين عبد القادر المجالى (٢٠١٥م): مستوى القلق وعلاقتها بمستوى تقدير الذات لدى الطلبة ضعاف السمع مقارنة بالطلبة العاديين فى مديرية تربية عمان الثانية فى الاردن، مجلة الطفولة والتربية بكلية رياض الاطفال، جامعة الإسكندرية.
- ١٤- فهمى مصطفى (٢٠٠٧م): الصحة النفسية - دراسة سيكولوجية التكيف، المطبعة العربية الحديثة، القاهرة.
- ١٥- مازن عبد الهادى أحمد ومازن هادى كزار: قراءات متقدمة فى التعلم والتفكير، دار الكتب العلمية، جامعة بابل.
- ١٦- مجدى محمد الدسوقى (٢٠٠٤م): دليل تقدير الذات، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- ١٧- مريم طارق حسن عبدالغفار (٢٠١٨م) : تأثير برنامج طلاقة حركية على مستوى أداء بعض مهارات جهاز الحركات الأرضية لناشئات الجباز تحت ٧ سنوات ،رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .
- ١٨- نبيلة خليفة وسهير لبيب فرج وناريمان الخطيب (٢٠٠٣م): "الأسس النظرية والتطبيقية فى الجباز الفني"، كلية التربية الرياضية بنات، الجزيرة، جامعة حلوان.
- ١٩- هدير عماد الدين نوفل (٢٠١٦م): أثر الطلاقة الحركية على بعض الخصائص النفسية والمهارات الأساسية من سن (٥-٦) سنوات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .

ثانياً: المراجع الاجنبية:

- 18- **Abyzova, T.V., Akatova, A.A., Legotkin, A.N. (2010):** "Rhythmic gymnastics as a way to improve coordinating abilities of hearing-impaired children", Theory and Practice of Physical Culture, <http://www.teoriya.ru/ru/node/2149>.
- 19- **Twenge, J.M., Crocker, J. (2002):** Race and self-esteem, psychological Bulletin, vol. 128, No. 3, p.p. 371-408.
- 20- **Reigl, M. (2003):** Effects of motor games appliendin lower primary physical education on the changes of co-ordination abilities of louer primary school children, faculty of physical education and sport scienes semmelweis university, Budapest.
- 21- **Rhodes, J. (2004):** Changes in self-esteem during middle school. years , A latent growth curve study of individual and contextual influences, Journal of school psychology, vol. 42, No. 3, p.p. 243-261.