

تأثير برنامج للترويح الرياضي على تحسين بعض الإدراكات الحس-حركية والمستوى المهاري للبوغز الأولى للمعاقين ذهنياً الممارسين لنشاط الباراكرايتون

أ.م.د/رشا عبد الغني البربري

أستاذ مساعد بقسم الترويح

بكلية التربية الرياضية للبنات بجامعة الإسكندرية

المقدمة ومشكلة البحث:

أن التطورات التي حدثت في مجال الترويح الرياضي على المستوى النظري والتطبيقي قد أسهمت في تطور مستوى الممارسين لأوجه النشاط الرياضي لجميع الفئات المختلفة. كما تُعد إحدى مؤشرات ارتفاع المجتمعات المعاصرة في مدى عنايتها بتربية الأجيال بمختلف فئاتها، ويتجلى ذلك في إهتمامها بالأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقين ذهنياً) من عناية وإهتمام بجميع جوانب الشخصية.

ويُوضح كل من وليام جود William Good وبول كراشت Paul Kracht، وكل من طارق عامر وريع عبد الرؤوف أن الإهتمام بذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقين ذهنياً) يُعد أحد المعايير التي تدل على تقدم المجتمعات، وذلك لارتباط الفكر الإنساني بما تواجهه المجتمعات من إهتمام ورعاية لهؤلاء الأفراد ومحاولة استثمار طاقاتهم المتاحة وتحويلها إلى قوى منتجة تسهم بفاعلية في عمليات التنمية الاجتماعية والاقتصادية، وتأهيلهم والعمل على دمجهم في المجالات التربوية والتعليمية والمهنية والاجتماعية باعتبارهم طاقة منتجة في المجتمع. (30: 3)(10: 7)

كما يُشير مدحت أبو النصر إلى أن مصطلح المعاقين ذهنياً يُطلق على كل حالة من تأخر نموّ العقل، ويتميز هؤلاء المعاقين بسمات معينة تظهر في تأخر نموهم الحسي أو الجسمي أو النفسي أو العقلي أو الاجتماعي وفي توافقهم مع البيئة التي يعيشون فيها، مما يؤثر على مستوى الإدراك والذكاء والإستيعاب واللغة والنطق والحركة وعدم القدرة على تصريف أمورهم وعدم القدرة على الإستجابة للمتطلبات التعليمية ممن يماثلونهم في العمر الزمني. (27: 21)

كما يُشير فاروق الروسان إلى أن الأطفال المعاقين ذهنياً لديهم قصور واضح في النمو الحركي، ويظهر ذلك في مهارات المشي والتوازن وغيرها من المهارات الحركية التي تتطلب التوافق العضلي العصبي، مما يؤدي إلى ضعف في الإدراكات الحس حركية للمهارات الحركية، ولذلك توجد حاجة إلى إعداد البرامج الرياضية لتعليم وتدريب المعاقين ذهنياً لإستثمار قدراتهم المحدودة وإمكانياتهم بأفضل الطرق. (15: 20)

كما توضح الين وديع أن القدرة على تنمية الإدراك الحس حركي تزداد من خلال الخبرات التربوية، وذلك بمد الطفل بخبرات الإدراك الحركي من خلال الألعاب الرياضية الصغيرة. (4: 27)

وتُساعد برامج الترويج الرياضي وما تشمله من ألعاب صغيرة في علاج مشكلات الإدراك الحس حركي للمعاقين ذهنياً، ولذا تُعد وسيلة لتعلم المهارات الحركية والتنمية العقلية والمعرفية والاجتماعية والإنفعالية لهؤلاء الأفراد. (14)

ويُعد نشاط البارا تايكوندو من الألعاب الرياضية التي تحتاج ممارستها إلى التحكم في بعض القدرات الحس حركية التي تُساعد في تنمية القدرات البدنية والحركية والوظيفية للأفراد المعاقين ذهنياً، ولذا يجب الإهتمام ببرامج الترويج الرياضي لتحسين بعض الإدراكات الحس حركية التي يتطلبها تعلم المهارات الحركية لرياضة البارا تايكوندو. (12: 46)

وتشمل رياضة البارا تايكوندو لذوي الاحتياجات الخاصة على المهارات الأساسية الآتية: الوقفات وتحركات القدمين، المهارات الهجومية والدفاعية بالذراعين، الركلات الهجومية بالقدمين. كما ينقسم نشاط البارا تايكوندو إلى ممارسة البومزا فقط للمعاقين ذهنياً (P20) طبقاً للقانون الدولي لرياضة البارا تايكوندو. (3: 5)

وتُعد البومزا من أهم تقسيمات رياضة التايكوندو التي يتعلم الممارس من خلالها المهارات الأساسية الدفاعية والهجومية بتخيّل لاعب وهمي، وتؤدي تلك المهارات بطريقة فردية أو طريقة زوجية أو طريقة جماعية دون حدوث إحتكاك بين الممارسين، كما تحتاج لمستوى مهاري في تأدية الحركات الخاصة بها وتتطلب توافق حس حركي من الممارسين. (22: 49)

ويُشير أحمد سعيد إلى أن البومزا هي مجموعة من المهارات المتوازنة بين الدفاع والهجوم والصدات والتحركات في مختلف الاتجاهات مع شخص أو عدة أشخاص وهميين. (1: 31)

كما توضح محروسة على وآخرون أن البومزا تنقسم إلى ثلاثة أنواع، منها البومزا تاجوك Taeguk Poomsae وتتكون من (8) مجموعات مختلفة تحمل نفس الأسم (تاجوك) وتُمثل الفلسفة الشرقية التي تنبعت منها الآراء الفلسفية المرتبطة بنظام الكون والحياة، وهي تُدرس للمبتدئين بالترتيب من البومزا الأولى (تاجوك الجن) وحتى البومزا الثامنة (تاجوك بالجان). (22: 49)

وقد أكدت نتائج الدراسات السابقة المرتبطة لكل من (26)(13)(5)(9)(6)(36)(33) أن الأطفال المعاقين ذهنياً يعانون من المشكلات الجسمية في

الطول والوزن والمهارات الحركية العامة والدقيقة، ومنها مشكلات في المهارات الحركية الأساسية والمشكلات الحسية المصاحبة كالمشكلات السمعية والمشكلات البصرية. كما أن لديهم مستوى منخفض في كل عناصر الرشاقة، المرونة، الإتران، سرعة الاستجابة مقارنةً بأقرانهم من الأطفال الأسوياء.

ومن خلال نتائج الدراسات العلمية (28)(11)(33)(6) ومن خلال خبرة الباحثة في العمل في مجال تدريب فريق البارايكوندو للمعاقين ذهنياً بمركز شباب سموحة ومركز شباب السيوف بالأسكندرية، تبين لها أن الأطفال الممارسين للنشاط يعانون من قصور في التحكم العضلي العصبي المرتبط بتعلم مهارات البومزا الذي يكون راجعاً إلى عدم القدرة على التحكم في ردود أفعالهم الناتجة عن خلل في قدراتهم الحركية، مما يُشكل صعوبة في التدريب والحاجة إلى زيادة فترات التدريب لحفظ تلك المهارات، ولذا فقد قامت الباحثة بإختيار موضوع بحثها المعنون بـ "تأثير برنامج للترويح الرياضي على تحسين بعض الإدراكات الحس-حركية والمستوى المهاري للبومزا الأولى للمعاقين ذهنياً الممارسين لنشاط البارايكوندو"، وذلك لأن مهارات رياضة البارايكوندو لفئة المعاقين ذهنياً (P20) ينبغي التأكيد على تعليمها مع مراعاة أن تكون الإدراكات الحس حركية لممارسيها على مستوى مناسب يتفق مع النشاط الممارس ومع عمرهم العقلي، مما يتطلب تصميم برنامج للترويح الرياضي ومعرفة مدى تأثيره على تحسين بعض الإدراكات الحس حركية والمستوى المهاري للبومزا الأولى للمعاقين ذهنياً الممارسين لنشاط البارايكوندو وفقاً للاتجاهات الحديثة في تصميم برامج الترويح الرياضي.

ويرى كل من محمود عبد الواحد (2007)(26)، عفاف عثمان (2008)(14)، محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز (2015)(24) أن برامج الترويح الرياضي تعد أمراً محبباً لدى الأطفال المعاقين وتحسن من مستوى الإدراك الحس حركي لديهم ومن خلال ما يكتسبونه من معارف وخبرات وتجارب، وتشعرهم بالسعادة والرغبة والإستمرار في العطاء. كما أن تلك البرامج تهدف إلى تربية الجسم وتدريب حواس المعاقين ذهنياً وتنمية إدراكهم الحس.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على كل من:

1. تأثير برنامج الترويح الرياضي المقترح على تحسين مستوى بعض الإدراكات الحس حركية للأطفال المعاقين ذهنياً من الذكور الممارسين لنشاط البارايكوندو.
2. تأثير برنامج الترويح الرياضي المقترح على تحسين مستوى بعض الإدراكات الحس حركية للأطفال المعاقين ذهنياً من الإناث الممارسات لنشاط البارايكوندو.

3. مدى تحسن مستوى الأداء المهارى لليومزا الأولى لدى الأطفال المعاقين ذهنياً من الذكور الممارسين لنشاط البارا تاكوندو.
4. مدى تحسن مستوى الأداء المهارى لليومزا الأولى لدى الأطفال المعاقين ذهنياً من الإناث الممارسات لنشاط البارا تاكوندو.

فروض البحث:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في تأثير برنامج الترويح الرياضي على تحسين بعض الإدراكات الحس-حركية على عينة البحث من الأطفال المعاقين ذهنياً من الذكور الممارسين لنشاط البارا تاكوندو لصالح القياس البعدي.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في تأثير برنامج الترويح الرياضي على تحسين بعض الإدراكات الحس-حركية على عينة البحث من الأطفال المعاقين ذهنياً من الإناث الممارسات لنشاط البارا تاكوندو لصالح القياس البعدي.
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في تأثير برنامج الترويح الرياضي على تحسين مستوى الأداء المهارى لليومزا الأولى لدى عينة البحث من الأطفال المعاقين ذهنياً من الذكور لصالح القياس البعدي.
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في تأثير برنامج الترويح الرياضي على تحسين مستوى الأداء المهارى لليومزا الأولى لدى عينة البحث من الأطفال المعاقين ذهنياً من الإناث لصالح القياس البعدي.

المصطلحات المستخدمة فى البحث:

برنامج الترويح الرياضي: هو مجموعة من أوجه النشاط البدني وأوجه نشاط الرياضة التي تؤثر على كل من الجانب البدني والفسولوجي والجانب العقلي وجانب الإدراك الحس حركي للأفراد المستهدفين من البرنامج، والتي يتم تنظيمها وفقاً لمعايير علمية تتفق مع طبيعة المعاقين ذهنياً. (تعريف إجرائي).

المعاقين ذهنياً: الأفراد المصابين بالإعاقة الذهنية التي تُعد حالة من القصور في السلوك في كل من مجال النشاط الفكري والسلوك التكيفي وتؤثر بالسلب في القدرات التصويرية والاجتماعي والمهارات التكيفية والحركية والإستجابة للمثيرات التي تبرز قبل سن الثامنة عشرة. (31).

الإدراك الحس حركي: عملية إرسال إشارات عصبية حسية للمستقبلات الحسية بالعضلات ببيانات عن كل من: خصائص الحركة، مسارها، اتجاهها، إستمرارها، سرعتها، علاقتها بالفراغ ونوع الإنقباض ومدى الإنقباض، وبذلك تُسهم هذه البيانات في تقدير اللاعب للأداء الحركي من خلال تحكم جهازه العصبي في أداء الحركات المكتسبة وإتقانها، كما يُسهم بشكل فعال في التعلم الحركي ورفع مستوى الأداء. (23: 83)

البومزا الأولى - تايجوك ال جانج Taegeuk Il jang: وتتكون من (18) حركة تتميز بسهولة أدائها وتتضمن كل من المشي والحركات الأساسية الدفاعية والهجومية بتخيل لاعب وهمي. (38: 84). (مرفق 1).

البارا تايكوندو ذهني (P20): هم المعاقين ذهنياً والقابلين للتعلم والممارسين لنشاط البومزا فقط طبقاً للقانون الدولي للبارا تايكوندو ممن يتراوح مستوى ذكائهم ما بين (50-70). (11) الدراسات المرتبطة:

1- قام أوس سعد حسين وآخرون (2020) (33) بدراسة بعنوان "تأثير برنامج ترويح رياضي على بعض المهارات الأساسية والإدراك الحسي الحركي للمعاقين ذهنياً القادرين على التعلم" بهدف التعرف على تأثير برنامج ترويح رياضي على بعض المهارات الحركية الأساسية والإدراك الحسي للمعاقين ذهنياً القادرين على التعلم. قد استخدم الباحثون المنهج التجريبي بالتطبيق على مجموعة تجريبية واحدة باستخدام القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية. وقد أجريت الدراسة على عينة تجريبية عددها (20) طفلاً يتراوح معدل ذكائهم ما بين (50-70) درجة في محافظة بغداد. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن برنامج الترويح الرياضي المقترح أدى إلى تنمية المهارات الحركية الأساسية (المشي، الجري، القفز، الرمي والإستلام، الركل) والإدراك الحركي للمعاقين ذهنياً القادرين على التعلم، كما أحدث برنامج الترويح الرياضي المقترح تأثيراً إيجابياً في قياسات اختبارات المهارات الحركية الأساسية والحسية-الإدراك الحركي. وقد أوصى الباحثون بضرورة التخطيط لبرامج الترويح الرياضي للتلاميذ المعوقين ذهنياً القادرين على التعلم وفقاً للأسس العلمية، وكذلك الإهتمام بالمعاقين ذهنياً القادرين على التعلم بتقديم التشخيص بمصداقية عالية، مما يُسهم في تشخيص الصعوبات الحركية بطريقة أكثر علمية ودقة.

2- قام حسام لقويني (2020) (6) بدراسة بعنوان "أثر برنامج حركي مقترح في تنمية الإدراك الحسي الحركي لدى الأطفال المعاقين ذهنياً بهدف التعرف على أثر البرنامج في تنمية الإدراك الحسي الحركي لدى هؤلاء الأطفال. قد استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة متكونة من (10) أطفال معاقين ذهنياً إعاقه متوسطة تم اختيارهم بطريقة عمدية وقد

تراوح معامل ذكائهم ما بين (40-55). كما استخدم الباحث مقياس (دايتون) للإدراك الحسي الحركي كأداة لجمع البيانات. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي في تنمية الإدراك الحسي الحركي لصالح القياس البعدي، كما أوصى الباحث بضرورة تطبيق البرنامج الحركي المقترح في المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنياً ببلدية الجلفة.

3- قامت عائدة حمودي (2014) (11) بدراسة بعنوان " أثر استخدام الألعاب الحركية في تنمية الإدراك الحس الحركي لدى المتخلفين عقلياً -تخلف متوسط- من الذكور من سن (9-11) " بهدف توظيف النشاط الحركي المكيف كوسيلة تأهيلية بالمراكز الطبية للمتخلفين عقلياً وتطوير الإدراك الحسي الحركي لدى فئة المتخلفين عقلياً تخلف متوسط. وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وإشتملت عينة البحث على عدد (20) طفلاً مقسمين إلى (10) أطفال يمثلون المجموعة التجريبية و(10) أطفال يمثلون المجموعة الضابطة، وقد استخدمت كل من اختبار المشي فوق خط ملون واختبار المشي على لوحة التوازن (أماماً-خلفاً-جانبا) واختبار الوثب داخل عشر حلقات من نفس اللون واختبار الوثب واختبار رمي الكرات على بطاقات مرقمة (1، 2، 3، 4، 5) واختبار رمي الكرة والتقاطها واختبار عبور الموانع واختبار كروس واختبار الجري المتعرج. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى ضرورة الإهتمام بكل من استخدام الألعاب الحركية في تحسين الإدراك الحس حركي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً وإعداد مناهج ومقررات خاصة للأطفال ذوي التخلف العقلي بما تتماشى مع مستوى نموهم العقلي والمعرفي وضرورة توظيف النشاط الحركي المكيف ضمن البرنامج الخاص بالمتخلفين عقلياً داخل المراكز الطبية.

4- قامت مكارم أبو هريرة وعصام الدين وأيمن محمود (2010) (28) بدراسة بعنوان " تأثير برنامج أنشطة حركية باستخدام التعلم بالصور والكلمات على بعض القدرات الإدراكية الحس حركية للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم" بهدف التعرف على تأثير كل من التعلم بالصور الثابتة والمتحركة والتعلم بالكلمات على بعض القدرات الإدراكية الحس حركية للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم عن طريق الحاسب الآلي، وذلك لتنمية بعض القدرات الحس حركية والقيم الاجتماعية، كما استخدم الباحثون اختبارات لقياس القدرات الحس حركية وهي (اختبار إدراك توازن الجسم باستخدام عصا بالطريقة الطولية واختبار إدراك دقة توجيه الذراع واختبار إدراك الجسم المتحرك واختبار إدراك الاتجاه (المشي في الممر) واختبار إدراك التوافق بين العين واليد واختبار إدراك مسافة الوثب العالي من الثبات). وقد شملت عينة البحث (30) طفلاً، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين ومتكافئتين قوام كل منها (15)

طفلاً. وقد أشارت النتائج إلى فعالية البرنامج المقترح باستخدام الصور في تنمية القدرات الإدراكية الحس حركية وإلى أهمية التعلم بالصور الذي كان أفضل من التعلم بالكلمات في تنمية القدرات الحس حركية، وأن التعلم عن طريق الصور المتحركة كان أفضل من التعلم بالصور الثابتة قيد البحث. كما أوصى الباحثون بأهم التوصيات التالية: ضرورة الاهتمام بمحتوى نشاط برامج المعاقين ذهنياً الذي يسهم بشكل مباشر في تنمية مهارات المعاق والحد من سلوكياته السلبية، وضرورة تضم المناهج المدرسية للمعاقين ذهنياً على أوجه نشاط مصورة للتعليم والتدريب بإعتبارها الطريقة الأقرب إلى طبيعة المعاق في عملية التعلم.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو التصميم القبلي والبعدى لكل من المجموعة التى تضم الأطفال المعاقين ذهنياً من الممارسين لنشاط البارا تايكوندو من الذكور والمجموعة التى تضم الأطفال المعاقين ذهنياً من الممارسين لنشاط البارا تايكوندو من الإناث.

مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار العينة الأساسية للبحث من الأطفال المعاقين ذهنياً والقابلين للتعلم والممارسين لنشاط البارا تايكوندو بمركزى شباب سموحة والسيوف بمحافظة الاسكندرية ممن تتراوح أعمارهم ما بين (9: 12) سنة، ولقد بلغ عددهم (30) طفلاً مقسمين إلى (15) طفلاً من اللاعبين الذكور و(15) طفلاً من الإناث ممن يبلغ مستوى ذكائهم من (55 فما فوق 60) والمسجلين في الاتحاد المصري للتايكوندو والاتحاد الذهني خلال الموسم الرياضي (2020/2019)، بينما بلغ عدد أطفال العينة الاستطلاعية (10) لاعبين من الذكور و(10) من الإناث من خارج أفراد العينة الأساسية.

أسباب اختيار العينة:

توافر عدد مناسب من مدربين التايكوندو لتنفيذ برنامج الترويج الرياضي المُعد من قبل الباحثة بهدف التعرف على تأثيره في تحسين بعض الإدراكات الحس حركية وتحسين المستوى المهارى للبوذا الأولى للاعبى البارا تايكوندو المعاقين ذهنياً من الذكور والإناث (P20)، وموافقة كل من إدارة مركز شباب سموحة ومركز شباب السيوف والمدربين العاملين بتلك المراكز على التعاون مع الباحثة فى تنفيذ البرنامج المُعد الذي تم تطبيقه على أفراد عينة البحث الأساسية.

- متغيرات دلالات النمو:

وتشمل السن والطول والوزن ومعامل الذكاء باستخدام إختبار محمود زكى صالح (النسخة

الرابعة) كما توّضحها جداول رقم (1، 2).

جدول (1): الدلالات الإحصائية لتوصيف أفراد عينة البحث من الذكور في متغيرات

دلالات النمو لبيان اعتدالية البيانات (ن=15)

م	متغيرات دلالات النمو	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفطح	معامل الإلتواء
1	السن	سنة/شهر	10.083	10.000	2.021	1.269-	0.103
2	طول	سم	119.083	120.000	4.522	1.098-	0.681-
3	الوزن	كجم	37.000	36.000	6.164	1.282-	0.123
4	الذكاء	درجة	56.333	62.000	2.807	2.132-	0.351-

الخطأ المعياري لمعامل الإلتواء=(0.580)، حد معامل الإلتواء عند مستوى دلالة إحصائية (0.05)=(1.137)

يوضح جدول (1) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء لأفراد عينة البحث من الذكور في متغيرات معدلات دلالات النمو، كما يتضح من الجدول أن قيم معامل الإلتواء قد تراوحت ما بين $(3\pm)$ وهي أقل من حد معامل الإلتواء، مما يُشير إلى إعتدالية البيانات وتمائل المنحنى الإعتدالي ويُشير إلى وجود دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات غير الإعتدالية.

جدول (2): الدلالات الإحصائية لتوصيف أفراد عينة البحث من الإناث في متغيرات

دلالات النمو لبيان اعتدالية البيانات (ن=15)

م	متغيرات دلالات النمو	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفطح	معامل الإلتواء
1	السن	سنة/شهر	10.155	10.000	1.338	1.056-	0.779-
2	طول	سم	115.400	116.000	2.015	0.694-	0.016
3	الوزن	كجم	41.050	41.000	3.761	0.912-	0.212-
4	الذكاء	درجة	57.950	64.000	3.117	0.218-	0.117

الخطأ المعياري لمعامل الإلتواء=(0.580)، حد معامل الإلتواء عند مستوى دلالة إحصائية (0.05)=(1.137).

يوضح جدول (2) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء لأفراد عينة البحث من الإناث في متغيرات معدلات دلالات النمو، كما يتضح أن قيم معامل الإلتواء، قد تراوحت ما بين $(3\pm)$ وهي أقل من حد معامل الإلتواء، مما يُشير إلى إعتدالية البيانات وتمائل المنحنى الإعتدالي ويُشير إلى وجود دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات غير الإعتدالية.

جدول (3): الدلالات الإحصائية لتوصيف عينة البحث من الذكور في المتغيرات الحس حركية قيد البحث لبيان إعتدالية البيانات (ن=15)

م	المتغيرات الحس حركية	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفطح	معامل الإلتواء
1	الاختبار الأول التعرف على أجزاء الجسم	6.308	6.000	1.353	0.834-	0.683
2	الاختبار الثاني إدراك الطفل للفرق بين جانبي الجسم	2.457	2.500	0.524	0.132-	0.246-
3	الاختبار الثالث الإدراك البصري توافق العين / اليد	3.340	3.500	0.641	0.098	0.749-
4	الاختبار الرابع إدراك الطفل لاماكن الضرب القانونية	2.768	2.500	0.793	1.352-	1.014
5	الاختبار الخامس الإدراك البصري توافق العين / القدم	12.495	12.500	1.568	0.310-	0.010-
6	الاختبار السادس التوازن (التوازن المتحرك)	2.540	2.500	0.672	0.439-	0.179
7	الاختبار السابع أدراك المجال والاتجاه	1.119	1.000	0.521	1.191-	0.685
8	الاختبار الثامن الإدراك السمعي (تحديد المكان)	3.976	4.000	0.465	0.766	0.155-

الخطأ المعياري لمعامل الإلتواء = (0.580)، حد معامل الإلتواء عند مستوى دلالة إحصائية (0.05) = (1.137).

يوضح جدول (3) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء لأفراد عينة البحث من الذكور في المتغيرات الحس حركية، كما يتضح أن قيم معامل الإلتواء قد تراوحت ما بين (3±) وهي أقل من حد معامل الإلتواء، مما يُشير إلى إعتدالية البيانات وتمائل المنحنى الإعتدالي ويؤكد على وجود دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات غير الإعتدالية

جدول (4): الدلالات الإحصائية لتوصيف عينة البحث من الإناث في المتغيرات الحس حركية قيد البحث لبيان إعتدالية البيانات (ن=15)

م	المتغيرات الحس حركية	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفطح	معامل الإلتواء
1	الاختبار الأول التعرف على أجزاء الجسم	6.297	6.500	1.441	0.981-	0.423-
2	الاختبار الثاني إدراك الطفل للفرق بين جانبي الجسم	2.473	2.500	0.479	0.192	0.169-
3	الاختبار الثالث الإدراك البصري توافق العين / اليد	3.350	3.500	0.598	0.238-	0.753-
4	الاختبار الرابع إدراك الطفل لاماكن الضرب القانونية	2.755	3.000	0.696	1.579-	1.056-
5	الاختبار الخامس الإدراك البصري توافق العين / القدم	12.483	12.500	1.464	0.446	0.035-
6	الاختبار السادس التوازن (التوازن المتحرك)	2.530	2.500	0.611	0.481	0.147
7	الاختبار السابع أدراك المجال والاتجاه	1.133	1.000	0.518	0.967	0.770
8	الاختبار الثامن الإدراك السمعي (تحديد المكان)	3.984	4.000	0.472	0.725-	0.102-

الخطأ المعياري لمعامل الإلتواء = (0.580)، حد معامل الإلتواء عند مستوى دلالة إحصائية (0.05) = (1.137)

يوضح جدول (4) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء لأفراد عينة البحث من الإناث في المتغيرات الحس حركية، كما يتضح ان قيم معامل الإلتواء قد تراوحت ما بين (3±) وهي أقل من حد معامل الإلتواء، مما يُشير إلى إعتدالية البيانات وتمائل المنحنى الاعتدالي ويؤكد على وجود دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات غير الإعتدالية.

جدول (5): الدلالات الإحصائية لتوصيف عينة البحث من الذكور في متغير مستوى

الأداء المهاري للبويزا الأولى لبيان اعتدالية البيانات (ن=15)

المتغير المهاري	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفطح	معامل الإلتواء
مستوى الاداء المهاري للبويزا	13.650	14.000	3.568	0.931	-0.294

الخطأ المعياري لمعامل الإلتواء = (0.580) حد معامل الإلتواء عند مستوى معنوية (0.05) = (1.137)

يوضح جدول (5) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء لأفراد عينة البحث من الذكور في متغير مستوى الأداء المهاري للبويزا، كما يتضح أن قيم معامل الإلتواء قد تراوحت ما بين (3±) وهي أقل من حد معامل الإلتواء، مما يُشير إلى إعتدالية البيانات وتمائل المنحنى الاعتدالي ويؤكد على وجود دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات غير الإعتدالية.

جدول (6): الدلالات الإحصائية لتوصيف عينة البحث من الإناث في متغير مستوى

الأداء المهاري للبويزا لبيان اعتدالية البيانات (ن=15)

المتغير المهاري	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفطح	معامل الإلتواء
مستوى الاداء المهاري للبويزا	13.700	14.000	3.891	1.067	-0.231

الخطأ المعياري لمعامل الإلتواء = (0.580)، حد معامل الإلتواء عند مستوى دلالة إحصائية (0.05) = (1.137)

يوضح جدول (6) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء لأفراد عينة البحث (الإناث) في متغير مستوى الأداء المهاري للبويزا، كما يتضح أن قيم معامل الإلتواء قد تراوحت ما بين (3±) وهي أقل من حد معامل الإلتواء، مما يُشير إلى إعتدالية البيانات وتمائل المنحنى الاعتدالي ويؤكد على وجود دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات غير الإعتدالية.

أدوات جمع البيانات : إستخدمت الباحثة الأدوات التالية فى جمع بيانات البحث:
إختبار محمود زكى صالح (النسخة الرابعة) لمتغيرات دلالات النمو التى تشمل السن والطول
والوزن ومعامل الذكاء.

مقياس الإدراك الحس حركي للمعاقين ذهنيا من سن (9-12) من إعداد الباحثة (مرفق2).
البرنامج الترويج الرياضي للمعاقين ذهنيا الممارسين لنشاط البارا تايكواندو من إعداد الباحثة (مرفق4).

ولبناء مقياس الإدراك الحس حركي للمعاقين ذهنيا من سن (9-12) قامت الباحثة
بإجراء مسح شامل للدراسات السابقة والمراجع العلمية (23)، (14)، (34)، (11)، (6)
لتحديد محاور إختبارات المقياس. وقد قامت الباحثة بعرض محاور المقياس على خبراء في
كل من مجال علم النفس الرياضى ومجال رياضات الدفاع عن النفس (مرفق2)، وذلك للتأكد
من مناسبة محاور المقياس لتحقيق هدف البحث ولطبيعة خصائص عينة البحث. وبعد الموافقة
على المحاور تم إستبعاد محورين كما يوضحه جدول (7)، ثم قامت الباحثة بإعداد الإختبارات
التي تدرج تحت كل محور

جدول (7): التكرار والنسبة المئوية لآراء الخبراء حول محاور مقياس الإدراك الحس
حركي للمعاقين ذهنيا الممارسين لنشاط البارا تايكواندو من سن (9-12) (ن = 10)

م	المحاور	أوافق		لاوافق		المجموع %
		ك	%	ك	%	
1	التعرف على أجزاء الجسم	10	100	0	0.00	100
2	إدراك الطفل للفرق بين جانبي الجسم	10	100	0	0.00	100
3	الإدراك البصري توافق العين / اليد	10	100	0	0.00	100
4	ادراك الطفل لاماكن الضرب القانونية	8	80	2	20	100
5	الإدراك البصري توافق العين / القدم	10	100	0	0.00	100
6	إدراك الفراغ المحيط	2	20	8	80	100
7	إدراك المجال والاتجاه	9	90	1	10	100
8	الإدراك السمعي (تحديد المكان)	8	80	2	20	100
9	إدراك لمسى	0	0.00	10	100	100
10	التوازن المتحرك	9	90	1	10	100

يتضح من جدول (7) أن جميع محاور مقياس الإدراك الحس حركي للمعاقين ذهنيا
الممارسين لنشاط البارا تايكواندو من سن (9-12) قد حصلت على نسبة موافقة تزيد عن
(75%) عن قبول الخبراء لتلك المحاور ما عدا محور "إدراك الفراغ المحيط" ومحور
"الإدراك اللمسى"، وذلك لحصول كل منهما على نسبة موافقة تقل عن (75%) لقبول الخبراء
لهذين المحاورين، إذ أن الباحثة قد حددت قبول الإبقاء على المحور فى المقياس بموافقة

الخبراء على إبقائها بنسبة لا تقل عن (75%).

ثم قامت الباحثة بعد ذلك بعرض المقياس بمحاوره وإختباراته على مجموعة من الخبراء في مجال الترويج وخبراء في مجال رياضات الدفاع عن النفس لإبداء الرأي في مدى صدق اختبارات مقياس الإدراك الحس حركي قيد البحث، وفي ضوء آرائهم تم إجراء تعديل في اختبارات المقياس. ومرفق(1) يوضح الصورة النهائية لمحاور واختبارات المقياس. المعاملات العلمية لمقياس الإدراك الحس حركي للمعاقين ذهنيا الممارسين لنشاط البارا تكوندو من سن (9-12):

صدق المقياس: قامت الباحثة بإختبار صدق المقياس "الإدراك الحس حركي للمعاقين ذهنيا الممارسين لنشاط البارا تكوندو من سن (9-12) من إعداد الباحثة (مرفق2) من خلال صدق المحكمين كما هو موضح بجدول (7) وعن طريق إيجاد دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى في المتغيرات الحس حركية قيد البحث، وذلك كما هو موضح بالجدول (8).

جدول(8): دلالة الفروق بين متوسطي الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى في المتغيرات الحس حركية لبيان معامل الصدق (ن = 20)

م	المتغيرات الحس حركية		فروق المتوسطات	الإرباعي الأدنى (ن=5)		الإرباعي الأعلى (ن=5)		قيم معامل الصدق	
	إبتا2	قيمة (ت)		ع±	س	ع±	س		
1	0.886	0.784	5.391	1.530	0.342	5.360	0.453	6.890	الإختبار الأول التعرف على أجزاء الجسم
2	0.936	0.876	7.534	0.560	0.082	2.125	0.124	2.685	الإختبار الثاني إدراك الطفل للفرق بين جانبي الجسم
3	0.879	0.772	5.212	0.920	0.231	2.875	0.267	3.795	الإختبار الثالث الإدراك البصري توافق العين / اليد
4	0.912	0.832	6.292	0.780	0.138	2.330	0.206	3.110	الإختبار الرابع إدراك الطفل لاماكن الضرب القانونية
5	0.873	0.761	5.053	2.210	0.623	13.64 5	0.614	11.43 5	الإختبار الخامس الإدراك البصري توافق العين / القدم
6	0.954	0.911	9.026	0.470	0.069	2.310	0.078	2.780	الإختبار السادس التوازن (التوازن المتحرك)
7	0.953	0.909	8.933	0.250	0.037	1.015	0.042	1.265	الإختبار السابع أدراك المجال والاتجاه
8	0.954	0.911	9.037	0.780	0.118	3.640	0.126	4.420	الإختبار الثامن الإدراك السمعي (تحديد المكان)

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) = (2.306)

يتضح من جدول (8) وجود فروق ذات دلالة احصائيا عند مستوى (0.05) بين متوسطي الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى لدى عينة التقنين في المتغيرات الحركية قيد البحث، كما

يتضح حصول الإختبارات على درجة عالية من الصدق تتراوح ما بين (0.873 و 0.954). ثبات المقياس: قامت الباحثة بإختبار ثبات مقياس الإدراك الحس حركي للمعاقين ذهنيا من سن (9-12) من إعداد الباحثة (مرفق 2) عن طريق إستخراج قيم معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق للإختبارات التي يتضمنها المقياس لقياس المتغيرات الحس حركية قيد البحث، وذلك كما هو موضح بالجدول (9).

جدول (9): قيم معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق في المتغيرات الحس حركية لبيان معامل الثبات (ن=20)

م	المتغيرات الحس حركية	التطبيق		إعادة التطبيق		قيم معامل الارتباط
		ع±	س	ع±	س	
1	الإختبار الأول التعرف على أجزاء الجسم	0.673	6.123	0.721	6.215	0.943
2	الإختبار الثاني إدراك الطفل للفرق بين جانبي الجسم	0.176	2.403	0.154	2.412	0.938
3	الإختبار الثالث الإدراك البصري توافق العين / اليد	0.324	3.334	0.412	3.347	0.934
4	الإختبار الرابع إدراك الطفل لاماكن الضرب القانونية	0.271	2.718	0.311	2.729	0.958
5	الإختبار الخامس الإدراك البصري توافق العين / القدم	0.859	12.531	1.083	12.528	0.952
6	الإختبار السادس التوازن (التوازن المتحرك)	0.121	2.543	0.217	2.568	0.947
7	الإختبار السابع أدراك المجال والاتجاه	0.076	1.137	0.103	1.143	0.956
8	الإختبار الثامن الإدراك السمعي (تحديد المكان)	0.217	4.028	0.324	4.120	0.928

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (0.05) = (0.444)

يوضح جدول (9) وجود ارتباط ذو دلالة احصائيا عند مستوى (0.05) بين تطبيق وإعادة تطبيق الإختبار في المتغيرات الحس حركية لدى عينة التقنين، مما يشير الى ثبات الاختبارات التي يتضمنها المقياس.

وقد تم اختبار كل من صدق وثبات المقياس قيد البحث خلال الفترة من 2020/5/15 إلى 2020/5/29، وبفاصل زمني إسبوع ما بين تطبيق وإعادة تطبيق الإختبار. برنامج الترويج الرياضي المقترح:

استعانت الباحثة في بناء تصميم برنامج الترويج الرياضي لتحسين بعض الإدراكات الحس حركية والمستوى المهاري للبوذا الأولى للمعاقين ذهنيا الممارسين لنشاط الباراك تايكونديو بعدد من الدراسات والمراجع العلمية التي تناولت بالدراسة كيفية تصميم برامج الترويج الرياضي، وأهمها (25)، (21)، (20)، (38)، (8)، (17)، (7)، (24)، (2)، (35) كما

قامت الباحثة بصياغة أهداف برنامج الترويح الرياضي وتحديد محتوى البرنامج وفقاً لآراء الخبراء.

قياسات أدوات جمع بيانات البحث:

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي لمقياس الإدراك الحس حركي للمعاقين ذهنياً الممارسين لنشاط البارايكوندو من سن (9-12) للعينات الأساسية قيد البحث خلال يوم 2020/6/10، وذلك قبل تنفيذ البرنامج الذي أعدته الباحثة لتحقيق الهدف من البحث. كما قامت الباحثة بتطبيق البرنامج المقترح الذي قامت بتصميمه لتحقيق الهدف من البحث على عينة البحث الأساسية من لاعبي البارايكوندو المعاقين ذهنياً خلال (12) أسبوع بواقع (3) وحدات للممارسة أسبوعياً، وبذلك يكون عدد وحدات الممارسة التي يتضمنها برنامج الترويح الرياضي (36) وحدة ممارسة زمن كل منها (45 دقيقة)، وذلك كما هو موضح بجدول (10).

وقد قامت الباحثة بتطبيق البرنامج المقترح خلال الفترة من 2020/6/18 إلى 2020/9/10، بينما تم إجراء القياس البعدي في يوم 2020/9/11 وذلك بعد إنتهاء الأسبوع الثاني عشر من تنفيذ البرنامج. وقد تم إجراء القياسات البعدية علي نحو ما تم إجرائه في القياسات القبلية. والجدول التالي (10) يوضح الأجزاء الثلاثة لكل من وحدات الممارسة ببرنامج الترويح الرياضي المقترح والهدف من كل جزء من تلك الأجزاء

جدول (10): أجزاء وحدات برنامج الترويح الرياضي المقترح

المحتوى	الزمن	أجزاء وحدة الممارسة بالبرنامج
يهدف الى تهيئة وتدفئة الجسم ويشتمل على تمارين متنوعة من المشى والجرى وألعاب للترويح.	(5) دقائق	الجزء التمهيدي
يهدف الى تنمية الإدراك الحس - حركي عن طريق والتمارين المتنوعة وألعاب الترويح التي تهدف الى تحقيق التنمية الحركية الشاملة للطفل المعاق ذهنياً مع استخدام مهارات اليومذا الأولى.	(35) دقيقة	الجزء الرئيسي
يتضمن تمارين تهدئة واسترخاء الجسم حتى تعود الأجهزة الحيوية بالجسم الى حالتها الطبيعية بعد الإنتهاء من تأدية أوجه النشاط التي تتضمنها وحدات الممارسة بالبرنامج .	(5) دقائق	الجزء الختامي

عرض وتفسير ومناقشة النتائج

تحقيقاً لهدف البحث وإجراءاته تعرض وتُفسر وتُناقش الباحثة ما توصلت إليه من نتائج وفقاً لأبعاد مقياس الإدراك الحس حركي للمعاقين ذهنياً الممارسين لنشاط البارا تاكوندو المعاقين ذهنياً من سن (9-12).

جدول (11): دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى أفراد عينة البحث من الذكور في المتغيرات الحس حركية قيد البحث (ن=15)

م	المتغيرات الحس حركية	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة (ت)	نسبة التحسن %	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
		س	ع±	س	ع±						
1	الإختبار الأول التعرف على أجزاء الجسم	6.308	1.353	7.214	1.142	0.906	0.062	14.613	14.363	2.118	مرتفع
2	الإختبار الثاني إدراك الطفل للفرق بين جانبي الجسم	2.457	0.524	2.793	0.352	0.336	0.027	12.444	13.675	1.534	مرتفع
3	الإختبار الثالث الإدراك البصري توافق العين / اليد	3.340	0.641	3.867	0.346	0.527	0.036	14.639	15.778	2.131	مرتفع
4	الإختبار الرابع إدراك الطفل لاماكن الضرب القانونية	2.768	0.793	3.216	0.321	0.448	0.030	14.933	16.185	2.318	مرتفع
5	الإختبار الخامس الإدراك البصري توافق العين / القدم	12.495	1.568	11.285	0.743	1.210	0.106	11.415	9.684	0.932	مرتفع
6	الإختبار السادس التوازن (التوازن المتحرك)	2.540	0.672	2.892	0.308	0.352	0.027	13.037	13.858	1.664	مرتفع
7	الإختبار السابع أدراك المجال والاتجاه	1.119	0.521	1.286	0.184	0.167	0.012	13.917	14.924	2.186	مرتفع
8	الإختبار الثامن الإدراك السمعي (تحديد المكان)	3.976	0.465	4.513	0.517	0.537	0.034	15.794	13.506	1.741	مرتفع

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) = (2.145)

مستويات حجم التأثير لكوهين: (0.20): منخفض (0.50): متوسط (0.80): مرتفع

يتضح من جدول (11) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد عينة البحث من الذكور ولصالح القياس البعدي في المتغيرات الحس حركية قيد البحث، إذ تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (11.415 إلى 15.794)، كما تراوحت نسب التحسن المئوية ما بين (9.684% إلى 16.185%).

وكذلك يتضح من الجدول (11) أن قيم حجم التأثير للمتغيرات أكبر من (0.80) إذ تراوحت ما بين (0.932 إلى 2.318) وهي دلالات مرتفعة، مما يدل على فاعلية البرنامج المقترح على المتغير التابع بحجم تأثير مرتفع.

جدول (12): دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى أفراد عينة البحث من الإناث في المتغيرات الحس حركية قيد البحث (ن=15)

م	المتغيرات الحس حركية	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة (ت)	نسبة التحسن %	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
		±ع	س	±ع	س						
1	الإختبار الأول التعرف على أجزاء الجسم	1.441	6.297	0.846	7.523	1.226	0.059	20.780	19.470	3.011	مرتفع
2	الإختبار الثاني إدراك الطفل للفرق بين جانبي الجسم	0.479	2.473	0.311	2.937	0.464	0.024	19.333	18.763	2.337	مرتفع
3	الإختبار الثالث الإدراك البصري توافيق العين / اليد	0.598	3.350	0.217	3.976	0.626	0.032	19.563	18.687	2.434	مرتفع
4	الإختبار الرابع إدراك الطفل لاماكن الضرب القانونية	0.696	2.755	0.387	3.311	0.556	0.028	19.857	20.181	2.421	مرتفع
5	الإختبار الخامس الإدراك البصري توافيق العين / القدم	1.464	12.483	1.083	10.817	1.666	0.137	12.161	13.346	1.037	مرتفع
6	الإختبار السادس التوازن (التوازن المتحرك)	0.611	2.530	0.356	3.013	0.483	0.028	17.250	19.091	2.763	مرتفع
7	الإختبار السابع أدراك المجال والاتجاه	0.518	1.133	0.189	1.337	0.204	0.011	18.545	18.005	2.289	مرتفع
8	الإختبار الثامن الإدراك السمعي (تحديد المكان)	0.472	3.984	0.565	4.742	0.758	0.037	20.486	19.026	3.141	مرتفع

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) = (2.14)

مستويات حجم التأثير لكوهين: (0.20): منخفض (0.50): متوسط (0.80): مرتفع

يتضح من جدول (12) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى أفراد عينة البحث من الإناث في المتغيرات الحس حركية قيد البحث، إذ تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (12.161 إلى 20.780). كما تراوحت نسب التحسن المئوية ما بين (13.346% إلى 20.181%).

وكذلك يتضح من الجدول (12) أن قيم حجم التأثير للمتغيرات أكبر من (0.80) إذ تراوحت ما بين (1.037 إلى 3.141) وهي دلالات مرتفعة، مما يدل على فاعلية البرنامج المقترح على المتغير التابع بحجم تأثير مرتفع.

جدول (13): دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى أفراد عينة البحث من الذكور في متغير مستوى الأداء المهارى للبويزا (ن=15)

المتغير المهارى	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة(ت)	نسبة التحسن%	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
	س	±ع	س	±ع						
مستوى الاداء المهارى للبويزا	13.650	3.568	20.300	2.863	6.650	1.078	6.169	48.718	1.561	مرتفع

قيمة ت الجدولية عند مستوى (0.05) = (20145) مستويات حجم التأثير لكوهن: - (0.20) : منخفض (0.50) : متوسط (0.80) : مرتفع

يتضح من جدول (13) وجود فروق دالة إحصائية عندي مستوى (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد عينة البحث من الذكور في متغير مستوى الأداء المهارى للبويزا قيد البحث ولصالح القياس البعدي، إذ أن قيمة (ت) المحسوبة قدرها (6.169).

كما يتضح من الجدول (13) ان حجم التأثير حقق قيمة أكبر من (0.80) وقدرها (1.561)، مما يُشير إلى فاعلية البرنامج المقترح بشكل مرتفع على المتغير التابع .

جدول (14): دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى أفراد عينة البحث من الإناث في متغير مستوى الأداء المهارى لليومزا (ن=15)

المتغير المهارى	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة (ت)	نسبة التحسن %	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
	س	ع±	س	ع±						
مستوى الاداء المهارى لليومزا	13.700	3.891	25.125	2.977	11.425	1.142	10.004	83.394	2.089	مرتفع

قيمة ت الجدولية عند مستوى (0.05) = (2.145) ، مستويات حجم التأثير لكونهن: - (0.20) : منخفض (0.50) : متوسط (0.80) : مرتفع

يتضح من جدول (14) وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى (0.05) بين القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد عينة من الإناث في متغير مستوى الأداء المهارى لليومزا ولصالح القياس البعدي، إذ أن قيمة (ت) المحسوبة قد بلغت (10.004).

كما يتضح من جدول (14) أن حجم التأثير قد حقق أكبر من (0.80) وقدرها (2.089) مما يدل على فاعلية تأثير البرنامج المقترح بشكل مرتفع

على المتغير التابع

ومن خلال عرض نتائج البحث يتضح حدوث تحسن في بعض الإدراكات الحس حركية ومستوى الأداء المهارى للبومزا الأولى على عينة البحث من الأطفال المعاقين ذهنياً من الذكور والإناث الممارسين لنشاط البارا تاكوندو لصالح القياس البعدي، ويرجع ذلك إلى: حسن إختيار محتوى برنامج الترويح الرياضى الذى تضمن ألعاب صغيرة وتمريبات التايجى والتمريبات البدنية ومهارات التايكوندو الدفاعية والهجومية المرتبطة بالبومزا الأولى مما أدى إلى إرتفاع مستوى القدرات البدنية والمهارات الحس حركية ومستوى الأداء المهارى للبومزا الأولى لدى أفراد عينة البحث من الذكور والإناث، وذلك لأن تلك الأوجه من النشاط التى يحتوى عليها برنامج الترويح الرياضى الذى تم تطبيقه على هؤلاء الأطفال المعاقين ذهنياً يُساعد على تركيز إنتباههم وإتزانهم وتحسين إستجابتهم الحركية ودقة أدائهم للمهارات المرتبطة بالبومزا الأولى.

أوجه النشاط التى يحتوى عليها برنامج الترويح الرياضى الذى تم تطبيقه على هؤلاء اللاعبين من الذكور والإناث تتميز بجلب مشاعر البهجة والسعادة لهؤلاء الأطفال المعاقين ذهنياً، مما ساعد على الإستمرار فى التدريب وتحسن مستوى الأداء المهارى للبومزا الأولى. نجاح تنفيذ برنامج الترويح الرياضى وتفاعل الممارسين من الذكور والإناث مع أوجه النشاط والمواقف التى تتضمنها عملية تنفيذ البرنامج من خلال تعاون الباحثة مع مدربي البارا تاكوندو على التوجيه والمتابعة والتغذية المرتدة Feedback ومساعدة اللاعبين فى تحسين مستوى الإدراك الحس حركى ومستوى الأداء المهارى للبومزا الأولى. أن برنامج الترويح الرياضى المقترح قد ركز فى محتواه على كل من تمارين: التايجى، الجري، الحجل، المشي، الوثب، سرعة رد الفعل، تمارين الإحساس والإدراك فى تقدير الزمن، الإتزان، تحديد الاتجاه، التوافق بين العين والذراع والعين والرجل. كما أن تلك التمارين تتميز بالتنوع بهدف تنمية الإدراك الحس حركى والقدرات الحركية لدى المعاقين ذهنياً الممارسين لنشاط البارا تاكوندو، إذ أن الإدراك الحس حركى والقدرات الحركية يُعد كل منهما من المتطلبات المهارية لأداء البومزا الأولى. ولذا كانت جميع القياسات البعدية أفضل فى كل من مجموعة البحث من الذكور ومجموعة البحث من الإناث فى المتغيرات الحس حركية قيد البحث.

وتتفق تلك النتائج مع دراسة (Aye,2010)(32) التى أوضحت نتائجها أن أفراد المجموعة التجريبية التى طُبّق عليها برنامج تربوى Educational program قد طرأ عليهم تحسن فى مستوى الإحساس والإدراك الحركى الذى يُساعد على تعلم المهارات الحركية. كما تتفق مع دراسة (Ibrahim & Lutfallah,2014)(34) التى أشارت نتائجها إلى أن الأطفال من

سن (5-6) الذين يُمثلون أفراد المجموعة التجريبية طُبّق عليها برنامج اللعب والتوعية بتنمية الإدراك الحس حركي قد تفوقوا في مستوى الإدراك الحس حركي على أقرانهم الذين يمثلون أفراد المجموعة الضابطة التي لم تُشارك في ذلك البرنامج.

وكذلك تتفق تلك النتائج مع كل من دراسة عبير محمد محمد (2004)(13) ودراسة حاتم محمد إبراهيم (2005)(5) في أن الألعاب الحركية وبرامج الترويج الرياضي لهم تأثير إيجابي على تحسين المهارات الحركية الأساسية والإدراك الحس حركي لدى كل من التلاميذ الأسوياء وتلاميذ مدارس التربية الفكرية المعاقين ذهنياً.

كما أن استخدام برنامج الترويج الرياضي المقترح لتمرينات التايجي قد ساعد على تحسين كل من المهارات الفنية لليومزا والأدراك الحس حركي لمهارات اليومزا واتجاهاتها والإحساس بزمن الأداء وإدراك المدى الحركي للرجلين والذراعين والإحساس بالمكان.

وتؤكد نتائج دراسة كل من يون بارك Yeon Park وتوم سيبورن Tom Seaborne (1997) (38) ودراسة يانج يانج Yang Yang (2008)(37) على أن تمرينات التايجي وفنون اليومزا تنمي كل من التوازن الثابت والمتحرك والتحكم الحركي والإحساس الحركي للفرد من خلال الممارسة المنتظمة لتلك التمرينات . كما إوضحت نتائج دراسة فاطمة صلاح جمعة (2009)(16) أن لبرامج التدريب البدني والتدريب العقلي التي تتضمن تمرينات التايجي أثر إيجابي على تنمية بعض متغيرات الإحساس الحركي ومستوى أداء اليومزا في رياضة التايكوندو.

ومن خلال ما توصلت إليه الباحثة من نتائج من خلال المعالجة الإحصائية للبيانات التي تم جمعها من خلال تطبيق أدوات جمع البيانات، فإن الباحثة تكون قد حققت الهدف من البحث والتحقق من صحة الفروض الأربعة للبحث.

استنتاجات البحث:

في ضوء هدف البحث وإستناداً للإجراءات العلمية المرتبطة بموضوع البحث وما تم التوصل إليه من نتائج فقد توصلت الباحثة إلي الإستنتاجات التالية:
أصبح مقياس الإدراك الحس حركي للمعاقين ذهنياً الممارسين لنشاط البارا تيكوندو الذي قامت الباحثة بإعداده صالحاً للإستخدام بعد التأكد من كل صدقه وثباته.

1. لبرنامج الترويج الرياضي تأثير إيجابي على تحسين الإدراكات الحس-حركية (التعرف على أجزاء الجسم، إدراك الفرق بين جانبي الجسم، الإدراك البصري-التوافق بين كل من العين واليد والعين والقدم، إدراك لأماكن الضرب القانونية، التوازن المتحرك، إدراك المجال والاتجاه، الإدراك السمعي لتحديد المكان) للأطفال

- المعاقين ذهنيا الممارسين لنشاط البارا تاكوندو من الذكور والإناث.
2. لبرنامج الترويح الرياضي تأثير إيجابي على تحسين مستوى الأداء المهارى للبويزا الأولى لدى الأطفال المعاقين ذهنيا الممارسين لنشاط البارا تاكوندو من الذكور والإناث.
3. لبرنامج الترويح الرياضي المقترح فاعلية وحجم تأثير مرتفع على تحسين المتغيرات الحس حركية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا الممارسين لنشاط البارا تاكوندو من الذكور والإناث.
4. لبرنامج الترويح الرياضي المقترح فاعلية وحجم تأثير مرتفع على تحسين مستوى الأداء المهارى للبويزا لدى الأطفال المعاقين ذهنيا الممارسين لنشاط البارا تاكوندو من الذكور والإناث.

توصيات البحث:

فى ضوء نتائج البحث التى تم التوصل إليها والإستنتاجات التى تم صياغتها فإن الباحثة توصى بأهم ما يلى:

- 1- استخدام مقياس الإدراك الحس حركى للمعاقين ذهنيا للممارسين لنشاط الباراتاكوندو- الذى أعدته الباحثة- فى العديد من الدراسات العلمية التى تتناول دراسة المجال الحس حركى للمعاقين ذهنيا.
- 2- الإهتمام بضرورة مراعاة تنوع وتعدد بناء برامج الترويح الرياضي التى تهدف إلى تحسين الإدراكات الحس-حركية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا الممارسين لنشاط البارا تاكوندو.
- 3- الإهتمام بضرورة مراعاة تنوع وتعدد بناء برنامج للترويح الرياضي التى تهدف إلى تحسين المستوى المهارى للبويزا الأولى للأطفال المعاقين ذهنيا الممارسين لنشاط البارا تاكوندو.
- 4- الإهتمام بإجراء المزيد من الدراسات المقارنة التى تتناول دراسة تأثير برامج الترويح الرياضى على كل من متغيرات تنمية الإدراك الحس حركى فى مرحلتى الطفولة المبكرة والطفولة المتأخرة للأطفال المعاقين ذهنيا من البنين والبنات الممارسين لأوجه نشاط الدفاع عن النفس.

المراجع العلمية:

أولا: مراجع باللغة العربية:

- 1- أحمد سعيد زهران: القواعد العلمية والفنية لرياضة التايكوندو، القاهرة، دار الكتاب

- المصري، 2004.
- 2- أحمد عماد الدين يونس: أثر برنامج مقترح بالألعاب الحركية في تنمية الإدراك الحسي الحركي لتلاميذ السنة الأولى ابتدائي بسن (6-7) سنوات -دراسة تجريبية على تلاميذ السنة الأولى ابتدائي بولاية باتنة، الجزائر، مجلة علوم الرياضة والتدريب، جامعة محمد بوضياف. المسلية. المجلد (9)، العدد(1)، 2018.
- 3- الاتحاد العالمي للتايكوندو: قواعد ومنافسات البارا تايكوندو(كبروجي) وتفسيرها. ترجمة على نور. القاهرة، الاتحاد المصري للتايكوندو، 2018.
- 4- الين وديع فرج: خبرات في الألعاب للصغار والكبار. الإسكندرية، منشأة المعارف جلال حرزي وشركاه، 2007.
- 5- حاتم محمد ابراهيم: تأثير برنامج تربيته حركيه علي تنميه بعض متغيرات السلوك التوافقي لدى المعاقين ذهنيا، رسالة ماجستير غير منشورة، كليه التربية الرياضية، جامعه المنصورة ، 2005.
- 6- حسام لقويني: أثر برنامج حركي مقترح في تنمية الإدراك الحسي الحركي لدى الأطفال المعاقين ذهنيا، الجزائر، بحث علمي منشور بمجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، العدد 18، 2020.
- 7- حسن محمد الباتع، اسراء رأفت محمد: تصميم الألعاب التعليمية للمعاقين عقليا النظرية والتطبيق، الإسكندرية، دار الجامعة الجديدة، 2014.
- 8- خالد محمد لبيب، يحيى الصادق محمود: المبادئ الأساسية لرياضة التايكوندو، القاهرة، 2008.
- 9- سلوى خشايمية، بدر الدين داسة : دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية الإدراك الحسي الحركي لدى المتخلفين عقليا تخلف عقلي بسيط دراسة ميدانية بالمركز النفسي البيداغوجي للمعاقين ذهنيا-ولاية قالمة- فئة (5-7) سنوات، الجزائر، بحث علمي منشور بمجلة الاكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، جامعة حسيبة بن بو علي بالشلف، مجلد 12، العدد 2، 2020.
- 10- طارق عبد الرؤوف عامر، ربيع عبد الرؤوف محمد: سلسلة نوي الاحتياجات الخاصة. عمان، مؤسسة طبيه للنشر والتوزيع، 2008.
- 11- عائدة حمودي: أثر استخدام الألعاب الحركية في تنمية وتحسين الإدراك الحسي الحركي لدى المتخلفين عقليا) تخلف متوسط (ذكور) (9-11) سنة، الجزائر، بحث علمي منشور بمجلة الاكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، جامعة حسيبة بن بو علي بالشلف، العدد 11،

.2014

12- عبد القدوس محمد إسحاق: مبادرة العلاج بالبارا تايكواندو، جمهورية الإمارات المتحدة، أكاديمية شرطة دبي، 2020.

13- عبير محمد محمد: تأثير برنامج ألعاب صغيرة علي بعض مظاهر السلوك الصحي والتعايش مع الإعاقة للمعاقين فكريا، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، 2004.

14- عفاف عثمان: الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية، الإسكندرية، دار الوفاء للطباعة، 2008.

15- فاروق الروسان: مقدمة في الإعاقة العقلية. عمان، الطبعة الأولى، دار الفكر للنشر والتوزيع، 2010.

16- فاطمة صلاح جمعة: تأثير برنامج بدني عقلي باستخدام تمرينات التاييتشي على تنمية بعض متغيرات الإحساس الحركي ومستوي أداء البومزا في رياضة التايكوندو، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق، 2009.

17- فايزة احمد خضر: فاعلية تدريبات التاييتشي والإدراك الحس حركي على مستوى التطور العضلي والأداء المهاري لدى لاعبي الجودو، بحث منشور، المؤتمر العلمي، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق، 2008.

18- قدور باى بلخير: أثر برنامج تربية نفس حركية على بعض القدرات الإدراكية الحركية لدى المعاقين عقلياً، الجزائر، المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، جامعة عبد الحميد بن باديس- مستغانم، المجلد (13) العدد(13)، 2016.

19- قويدر بن براهيم العيد: تأثير برنامج الألعاب الصغيرة على المهارات الحركية وبعض القدرات الإدراكية الحسية الحركية لطفل ما قبل المدرسة (4 - 6) سنوات دراسة تجريبية أجريت بدور الحضانة لولاية عين الدفلى، الجزائر، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح، العدد (35)، 2018.

20- كمال إبراهيم مرسى: مرجع في علم التخلف العقلي، الكويت، دار القلم، 1996.

21- كمال الدين درويش، خالد أحمد لبيب: سلسلة المناهج الرياضية للتايكوندو، مركز المعلومات والتوثيق، القاهرة، 1993.

22- محروسة على حسن، وفاء محمد درويش، صباح على صقر: التايكوندو بين النظرية والتطبيق. الإسكندرية، الطبعة الرابعة، المشرق للطباعة، 2014.

23- محمد حسن علاوى، أبو العلا عبد الفتاح: فسيولوجيا التدريب الرياضي، القاهرة، دار

- الفكر العربي، 1984.
- 24- محمد محمد الحماحمي، عابدة عبد العزيز مصطفى: الترويح بين النظرية والتطبيق. الطبعة الرابعة، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2007.
- 25- محمد محمود أحمد: أصول القتال الأعزل، لبنان، بيروت، دار المشرق للطباعة والنشر، 1990.
- 26- محمود عبد الواحد: الطريق إلى الحزام الأسود في رياضة التايكوندو، بغداد، طبعة نداء الإسلام، 2007.
- 27- مدحت محمد أبو النصر: الإعاقة والمعاق "رؤية حديثة". القاهرة، المجموعة العربية للتدريب والنشر، 2012.
- 28- مكارم حلمي أبو هريرة، عصام الدين محمد عزمي، أيمن محمود عبد الرحمن: تأثير برنامجي أنشطة حركية باستخدام التعلم بالصور والكلمات على بعض القدرات الإدراكية الحس حركية للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم، القاهرة، بحث علمي منشور بالمؤتمر العلمي الثالث عشر - التربية البدنية والرياضية - تحديات الألفية الثالثة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، المجلد (1)، 2020.
- 29- مهدي محمد القصاص: التمكين الاجتماعي لذوي الاحتياجات الخاصة، بحث منشور في منتدى التجمع المعنى بحقوق المعاق المؤتمر العربي الثاني للإعاقة الذهنية بين التجنب والرعاية، جمهورية مصر العربية، جامعة أسيوط، ١٤-١٥ ديسمبر 2004.
- 30- وليام جود- بول كرهت: مناهج في البحث الاجتماعي، ترجمة: محمد علي سلام، الطبعة الثانية، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث، 2012.

ثانياً: مراجع باللغة الأجنبية:

- 31- American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD) <http://www.grovergear.com> : Definition, Classification, and Systems of Support. (11th ed) Washington, 2010
- 32- Aye, k : The effect of a proposed educational program to improve the level of sense of movement on the transmission of the impact of learning from the skill of jump start in swimming to the skill of defense in diving in volleyball, unpublished doctoral thesis, Faculty of Physical Education, University of Jordan, Amman, Jordan. 2010.
- 33- Aws Saad Hussein, Suhair Kamel Awad Mohamed ,Hussein Ali Faqir Mubarak ,Ghazwan Faisal Ghazi Abdul Aziz: The Effect Of A Sports Recreational Program On Some Basic Kinetic Skills And Sensory Kinetic Perception For The Mentally Disabled Who Are Able To Learn, European Journal of Molecular & Clinical Medicine Volume 07, 2020.

- 34- Ibrahim, S and Lutfallah, S : Effect of the play program and awareness raising in the development of sensory perception - motor of kindergartens at the age of 5-6 years, published research, Journal of Educational Sciences, Iraq Baghdad,2014.
- 35-Jelani, Nur Ain Mohd ; Zulkifli, Abdul Nasir ;Ismail, Salina_; Yusoff, Mohd Fitri <https://ui.adsabs.harvard.edu> : Taekwondo trainees' satisfaction towards using the virtual taekwondo training environment prototype, Universiti Utara Malaysia, Malaysia, 2017
- 36- Ronald Reaco Budd:Taekwondo and Adolescent Psychosocial Development. United States .A Dissertation Submitted to for the Degree of Doctor. Faculty of Argosy University, 2014.
- 37- Yang,Yang: Taijiquan: The Art of Nurturing, The Science of Power, 2nd edition. Zhenwu Publication, China, 2008.
- 38- Yeon Hwan Park & Tom Seaborne: Martial Arts Series Taekwondo Techniques & Tactics, Human Kinetics. USA, 1997.

ملخص البحث

تأثير برنامج للترويج الرياضي على تحسين بعض الإدراكات الحس-حركية والمستوى المهاري للبوّما الأولى للمعاقين ذهنياً الممارسين لنشاط البارا تاكوندو

أ.م.د/ رشا عبد الغني البربري

يهدف البحث إلى التعرف على كل من تأثير برنامج الترويج الرياضي المقترح على تحسين مستوى بعض الإدراكات الحس حركية للأطفال المعاقين ذهنياً من الذكور والإناث الممارسين لنشاط البارا تاكوندو والتعرف على مدى تحسن مستوى الأداء المهاري للبوّما الأولى لدى الأطفال المعاقين ذهنياً. وقد استخدمت الباحثة في جمع بيانات البحث كل من الأدوات التالية: إختبار محمود زكي صالح(النسخة الرابعة) لمتغيرات دلالات النمو التي تشمل السن والطول والوزن ومعامل الذكاء ومقياس الإدراك الحس حركي للمعاقين ذهنياً من سن (9-12) من إعداد الباحثة برنامج الترويج الرياضي للمعاقين ذهنياً الممارسين لنشاط البارا تاكوندو من إعداد الباحثة. وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو التصميم القبلي والبعدي وذلك على عينة من الأطفال المعاقين ذهنياً والقابلين للتعلم والممارسين لنشاط البارا تاكوندو من الذكور والإناث بمركزي شباب سموحة والسيوف بمحافظة الاسكندرية ممن تتراوح أعمارهم ما بين (9: 12) سنة، ولقد بلغ عددهم (30) طفلاً مقسمين إلى (15) طفلاً من اللاعبين الذكور و(15) طفلاً من اللاعبات الإناث ممن يبلغ مستوى ذكائهم من (55 فما فوق 60) والمسجلين في الاتحاد المصري للتاكوندو والاتحاد الذهني خلال الموسم الرياضي 2020/2019. بينما بلغ عدد أطفال العينة الاستطلاعية (10) لاعبين من الذكور و(10) من الإناث.

وقد توصلت أهم النتائج إلى أن مقياس الإدراك الحس حركي للمعاقين ذهنياً الممارسين لنشاط البارا تاكوندو أصبح صالحاً للإستخدام بعد إختبار كل من صدقه وثباته، وأن لبرنامج الترويج الرياضي تأثير إيجابي على تحسين الإدراكات الحس-حركية وتحسين مستوى الأداء المهاري للبوّما الأولى لدى الأطفال المعاقين ذهنياً الممارسين لنشاط البارا تاكوندو من الذكور والإناث، كما أن له فاعلية وحجم تأثير مرتفع على تحسين المتغيرات الحس حركية ومستوى الأداء المهاري للبوّما الأولى لدى الأطفال المعاقين ذهنياً الممارسين لنشاط البارا تاكوندو من الذكور والإناث.

Abstract**The effect of a sports recreation program on improving some of the sensory-motor perceptions and the skill level of the first Boomza for the practicing mentally disabled For Para Taekwondo activity*****Dr. Rasha Abdel-Ghani Al-Barbary***

The research aims to identify each of the impact of the proposed sports recreation program on improving the level of some kinesthetic perceptions of mentally disabled children practicing Para Taekwondo activity, and the extent to which the level of skill performance improved for the first Boomza among mentally disabled children. The researcher used Mahmoud Zaki Saleh's test (the fourth version). For growth indices variables that include age, height, weight and intelligence factor, the kinesthetic perception scale for the mentally handicapped from the age (9-12) prepared by the researcher, the sports recreation program for the mentally handicapped practicing Para Taekwondo activity prepared by the researcher, - data collection tools - the researcher used the approach Experimental design, tribal and remote, on a sample of mentally handicapped children who are able to learn and who practice the activity of Para Taekwondo in the Smouha and Al-Seyouf Youth Centers in Alexandria Governorate, whose ages range between (9: 12) years, and their number is (30) children divided into (15) children from Male players and (15) children of female players with an IQ level of (55 and above 60) who are registered in the Egyptian Taekwondo Federation and the Mental Federation during the 2019/2 sports season 020. While the number of children of the exploratory sample was (10) male players and (10) female players, the most important results were that the kinesthetic perception scale for the mentally disabled practicing Para Taekwondo activity is valid for use, and that the sports recreation program has a positive effect on improving the sensory perceptions. The kinetics and improvement of the level of skill performance of the first pomza among mentally handicapped children practicing Para Taekwondo activity, both males and females, and it has a high effectiveness and size of impact on improving the sensory-motor variables and the level of skill performance of the Boomtha de mentally handicapped children practicing Para Taekwondo activity, both males and females