

# تأثير برنامج ألعاب ترويحية مائية على الأداء الفني لسباحة ٥٠م حرة لدى التوحيدين

أ.م.د/ هبة حلمي الجمل

أستاذ مساعد بقسم الرياضات المائية  
كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا.

أ.د/ فاطمة إبراهيم صقر

أستاذ الترويح المتفرغ بقسم الإدارة والترويح الرياضي  
كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا.

الباحث / محمد علي أبو اليزيد جابر

باحث بقسم الإدارة والترويح الرياضي  
كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا

أ.م.د/ سالمة محمد أبو حمر

أستاذ مساعد بقسم الإدارة والترويح الرياضي  
كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا

# تأثير برنامج ألعاب ترويحية مائية على الأداء الفني لسباحة ٥٠ متر حرة لدى التوحدين

أ.د/ فاطمة إبراهيم صقر (\*)  
أ.م.د/ هبة حلمي الجمل (\*\*)  
أ.م.د/ سالمة محمد أبو حمر (\*\*\*)  
محمد علي أبو اليزيد جابر (\*\*\*\*)

## الملخص :

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على تأثير البرنامج على بعض متغيرات مستوى الأداء الفني (٢٥م رجلين - ٢٥م ذراعين - ٥٠ متر حرة) لدى لاعبي السباحة التوحدين، واستخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة بطريقة القياسات (القبلية - البعدية) نظراً لمناسبته لطبيعة البحث. وقام الباحث باختيار عينة عمدية قوامها (١٠) من لاعبي السباحة التوحدين وتراوحت أعمارهم من (١٢-١٦ سنة)، وتوصل البحث إلى: فاعلية البرنامج باستخدام الألعاب الترويحية المائية بشكل كبير على متغيرات مستوى الأداء الفني (٢٥م رجلين - ٢٥م ذراعين - ٥٠ متر حرة). صلاحية البرنامج الترويحي قيد البحث لتحسن اللياقة البدنية ومستوى الأداء الفني لسباحة ٥٠م حرة لدى لاعبي السباحة التوحدين.

الكلمات الدالة: الألعاب الترويحية المائية - الترويح المائي - اللياقة البدنية - التوحد - سباحة حرة

## Effect of An Aquatic Recreational Program on the Technical Performance of 50 m free style Swim Among Autistics

Dr. Fatma Ibrahim Saqr\*  
Dr. Heba Helmy Al-Gamal\*\*  
Dr. Salma Mohamed Abu Zaid\*\*\*  
Mohamed Ali Abu Zaid Gaber\*\*\*  
\*

The current research aims to identify the effects of an aquatic recreational program on some technical performance variables (25 m legs – 25 m arms – 50 m free style swim) for autistic swimmers. The researchers used the experimental approach

(\*) أستاذ الترويح المتفرغ بقسم الإدارة والترويح الرياضي بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا.  
(\*\*) أستاذ مساعد بقسم الرياضات المائية بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا.  
(\*\*\*) أستاذ مساعد بقسم الإدارة والترويح الرياضي بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا.  
(\*\*\*\*) باحث دكتوراه بقسم الترويح الرياضي بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا.

\* Emeritus Professor of Sports Recreation – Department of Sports Administration and Recreation – Faculty of Physical Education – Tanta University

\*\* Assistant Professor - Department of Aquatic Sports– Faculty of Physical Education – Tanta University

\*\*\* Assistant Professor - Department of Sports Administration and Recreation – Faculty of Physical Education – Tanta University

\*\*\*\* PhD Researcher - Department of Sports Administration and Recreation – Faculty of Physical Education – Tanta University

(one-group design with pre- and post-measurements). The researchers purposefully chose (10) autistic swimmers (12-16 years) to participate in this study. Results indicated the following: the aquatic recreational program was effective in improving some technical performance variables (25 m legs – 25 m arms – 50 m free style swim) - the aquatic recreational program was effective for improving the physical fitness components under investigation in addition to the technical performance level of 50 m free style swim among autistic swimmers.

### مقدمة البحث:

إن الترويح الرياضي بأنواعه المختلفة يحتل مكان الصدارة في برامج الترويح ولا شك أن للمعاقين الحق في الممارسة لكافة أنواع الترويح بالطرق المشروعة في مجتمعنا الإسلامي وذلك وفق إمكانياتهم وظروف إعاقتهم وتسهم تلك الأنشطة الترويحية في الاتجاهات التنافسية في مجالات رياضة المعاقين علاوة على القيمة العلاجية والوقائية والتشخيصية للترويح في مجالات تحليل الشخصية والسلوك حتى أصبحت حضارات الشعوب تقاس بكيفية استثمار وقت الفراغ. (٢: ٦٠)، (٦: ٤٠)

ويعتبر اللعب أساس كل نشاط عند الأطفال ومنفذ للاستهلاك الطاقة الداخلية لديهم، وذلك لما له من أغراض وأهداف في نمو الأطفال من الناحية النفسية والجسمية، وأيضاً له ضرورة هامة للأفراد ذوي الإعاقة وبالأخص الذين يعانون من اضطراب التوحد. (١: ٥٥)

وتشير دراسة **علاء الدين إبراهيم (٢٠١٢) (٩)** إلى أن ممارسه الأنشطة الرياضية المعدلة لها قيمته ودور كبير في مجال ذوي الإعاقة لما لها من تأثير هام لتنمية القدرات الحركية والبدنية والوظيفية، لذا فإنها تساعد الأفراد ذوي الإعاقة الحركية على إستعادته القوة العضلية والتوازن وكذلك الثقة والقدرة على الاندماج مع أقرانه في المجتمع بحيث تمكنه من التغلب على مشكلات الحياة.

وتتفق دراسة كل من **عزة عبد المنصف محمد غريب (٢٠٠١) (٨)**، **عبير ممدوح (٢٠٠١) (٧)** على أن رياضة السباحة تمثل إحدى صور أنشطة التربية الرياضية التي يتم عن طريقها إكساب فئة التوحد التنمية الشاملة المتزنة الكاملة في الارتقاء بالجانب البدني والمهاري والمعرفي والانفعالي والاجتماعي، كما تعتبر السباحة رياضة ترويحية، فممارستها تدخل السعادة والبهجة على النفس بشكل فعال ومؤثر، ولا بد من إعداد وتجهيز المعاق حسب الإصابة ونوع السباحة، وتحديد المنافسة وفقاً للإعاقة.

ومن خلال عمل الباحث وملاحظته كمدرّب رياضي في أحد الأندية الرياضية التي تقوم بتدريب هؤلاء الفئة من اللاعبين المشاركين في المنافسات المحلية في رياضة السباحة بالاتحاد المصري لرياضات المعاقين ذهنياً لاحظ، وجود بعض المشكلات في السرعة والقوة والتحمل والتوافق عند اللاعبين المصابين باضطرابات التوحد لما يتسمون بضعف في التركيز والاستجابة بشكل ملاحظ وحيث لا يدرك السباح من التوحد كيفية الربط الحركي بين الحركات وبعضها نظراً لضعف قدرته التوافقية وقدرته على التوازن أثناء التمرين بسبب نمطية الأداء الحركي عند هؤلاء اللاعبين. وبجانب المشكلات

الخاصة بسرعة رد الفعل عند التوحد تكاد تكون منعدمة وتظهر في تلبيه الأوامر والانتباه والتركيز للأشياء بشكل ملاحظ ونظراً لأن الانتباه هو احد العمليات العقلية والتي تؤثر بعضها في بعض فان ضعف الانتباه والتركيز يؤدي إلى حدوث قصور في سرعة رد الفعل فقد لا يجعله قادر علي الاستجابة من تلك المثيرات والأوامر وخاصة أثناء تلقي الأوامر أو في المسابقات أو أثناء التمرين أو حياتهم اليومية بشكل عام. ومن هنا يظهر دور الألعاب الترويحية في تنشيط الفرد ليصبح قادر علي ممارسة حياته اليومية بصورة طبيعية، وبعد اطلاع الباحث على الدراسات المتخصصة كدراسة ما **Ma** (٢٠١٩)(٢٠) ، دراسة ميتش لاوسون وآخرون **Mische Lawson et al** (٢٠١٩)(٢٢) ، ريم المالكي (٢٠١٨)(٣) ، والمراجع العلمية كمرجع سوسن شاكر الجلي (٢٠١٠)(٥) . سليمان عبد الواحد (٢٠١٠)(٤) في مجال ذوى الاحتياجات الخاصة لاحظ الباحث أنه لم يسبق تقديم برنامج ترويحي يشمل ألعاب ترويحية مائية في تنميه بعض عناصر اللياقة البدنية لسباحين التوحد ومن خلال ذلك يحاول الباحث تصميم وتنفيذ برنامج ألعاب ترويحية مائية من ذوى اضطرابات التوحد من اجل تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية.

ومن هنا نبعت فكرة البحث حيث يرى الباحث ضرورة تصميم برنامج للألعاب الترويحية المائية في تحسين بعض عناصر اللياقة البدنية لدى لاعبي السباحة التوحدين ومما بين لنا حداثة الموضوع قيد البحث ويضيف عليه أهمية وضرورة لإجرائه.

#### هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على تأثير البرنامج على بعض متغيرات مستوى الأداء الفني (٢٥م رجلين - ٢٥م ذراعين - ٥٠ متر حرة) لدى لاعبي السباحة التوحدين.

#### فرض البحث:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي لعينة البحث في بعض متغيرات مستوى الأداء الفني لسباحة ٥٠م حرة لدى لاعبي السباحة التوحدين ولصالح القياس البعدي

#### إجراءات البحث :

#### منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة بطريقة القياسات (القبليّة - البعديّة) نظراً لمناسبته لطبيعة البحث.

#### مجتمع وعينة البحث:

يشتمل مجتمع البحث على لاعبي السباحة التوحدين من فريق ذوى الاحتياجات الخاصة بناادي المقاولون العرب بمحافظة القاهرة في العام (٢٠١٨/٢٠١٩) وقد بلغ حجم المجتمع (٢٥) لاعب سباحة،

ولإجراء الدراسة الأساسية قام الباحث باختيار عينة عمدية قوامها (١٠) من لاعبي السباحة التوحدين وتراوح أعمارهم من (١٢-٦ سنة)، كما تم اختيار (١٠) سباحين لإجراء الدراسة الاستطلاعية ولتقنين اختبارات البحث وهم من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة البحث الأساسية، وقد روعي عند اختيار العينة توافر الشروط العينة.

- اختيار اللاعبين من فريق ذوي الاحتياجات الخاصة بنادي المقاولون العرب.
- أن يكون اللاعبين من المشاركين في الاتحاد المصري للإعاقات الذهنية.
- أن يكون لكل لاعب كارينية خاصة به من الاتحاد المصري للإعاقات الذهنية يوضح نوع الإعاقة (توحد) والسن (١٢-١٦) ونوع اللعبة (سباحة).
- خضوع اللاعب لاختبارات أهلية داخل الاتحاد لتحديد نوع ودرجة التوحد والتوحد الفكري.
- العينة من مستوى اقتصادي واجتماعي حضري واحد.
- توافر الإمكانيات والأدوات اللازمة لتنفيذ البرنامج.
- موافقة أولياء الأمور على اشتراك أبنائهم بالبحث بعد عرض هدف البحث عليهم مما يسر الكثير المرتبطة بأفراد العينة.
- تعاون إدارة النادي مع الباحث واقتناعه بموضوع البحث الحالي مما يسر الكثير من الأمور سواء ما يتعلق بالناحية الإدارية والتنفيذية.
- يقع النادي تحت إشراف جهاز ذوي الاحتياجات الخاصة لمديرية الشباب والرياضة بمحافظة القاهرة.

#### اعتدالية بيانات عينة البحث:

للتأكد من وقوع أفراد عينة البحث تحت المنحنى الاعتدالي، قام الباحث بإجراء المعالجة الإحصائية بين أفراد عينة في بعض المتغيرات والتي من الممكن أن تؤثر على نتائج الدراسة كمعدلات دلالات النمو (العمر الزمني - الطول - الوزن) كما هو موضح بجدول (١) والمتغيرات البدنية كما هو موضح بجدول (٢) ومتغيرات مستوى الأداء الفني قيد البحث كما هو موضح بجدول (٣)

## جدول (١)

الدلالات الإحصائية لتوصيف درجات أفراد عينة البحث في متغيرات

معدلات دلالات النمو لبيان اعتدالية البيانات ن=١٠

م	متغيرات معدلات دلالات النمو	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التقلطح	الالتواء
١	السن	سنة/شهر	١٣.٦٠٠	١٣.٥٠٠	١.١٧٤	١.٤٥٧-	٠.٠٤١-
٢	طول	سم	١٤٩.٥٠٠	١٥٤.٠٠٠	٨.١٢٧	٠.٦١٦-	١.٠١٤-
٣	الوزن	كجم	٥٠.٢٠٠	٥٠.٠٠٠	٤.١٠٤	١.٢٣٨	٠.٢٨٧-
٤	الذكاء	درجة	٧٢.٧٥٠	٧٣.٠٠٠	٢.٦٢٨	٠.٩٣٩-	٠.٢٩٤-

\*الخطأ المعياري لمعامل الالتواء = ٠.٦٨٧

\*حد معامل الالتواء عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٣٤٧

يوضح جدول (١) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لدى أفراد عينة البحث في متغيرات معدلات دلالات النمو قيد البحث ويتضح أن قيم معامل الالتواء قد تراوحت ما بين (٣±) كما أنها اقل من حد معامل الالتواء مما يشير إلى اعتدالية البيانات وتمائل المنحنى الاعتدالي مما يعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات الغير اعتدالية.

## جدول (٢)

الدلالات الإحصائية لتوصيف درجات أفراد عينة البحث في متغيرات

الاختبارات البدنية لبيان اعتدالية البيانات

ن=١٠

م	الاختبارات البدنية	وحدة قياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التقلطح	الالتواء
١	القبضة اليمنى	كجم	٦.٩٠٠	٧.٠٠٠	٠.٨٧٦	١.٧٣٤-	٠.٢٢٣
٢	القبضة اليسرى	كجم	٥.٣٠٠	٥.٠٠٠	٠.٦٧٥	٠.٢٨٣-	٠.٤٣٤-
٣	عضلات الرجلين	كجم	٣٧.٤٥٠	٣٧.٠٠٠	٢.٧٨٣	١.٤٣٣-	٠.٠٩٨-
٤	عضلات الظهر	كجم	٤٠.٦٠٠	٤٠.٧٥٠	٣.٣٣٢	٥.٦٧١	١.١٦٢-
٥	الوثب العريض من الثبات	سم	١.٥٤٩	١.٥٧٠	٠.١٨٧	٠.١٧٠-	٠.٥٥٨-
٦	عضلات البطن	عدد	١٧.١٠٠	١٧.٠٠٠	١.٣٧٠	١.١٦٩-	٠.١٠٤

٧		الانبطاح المائل ثنى الزراعين	عدد	٨.٤٠٠	٨.٠٠٠	١.٠٧٥	٠.٨٨٢-	٠.٣٢٢
٨	سرعة	٣٠م عدو متحرك	ث	٤.٥٩٢	٤.٣٣٠	٠.٧١٢	٠.٠٦٦-	٠.٩٨٤
٩	توافق	رمي الكرة باليد اليمني	عدد	٢.٥٠٠	٢.٥٠٠	٠.٥٢٧	٢.٥٧١-	٠.٠٠٠

م	الاختبارات البدنية	وحدة قياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التقاطع	الالتواء
١٠	رمي الكرة باليد اليسرى	عدد	١.٦٠٠	١.٥٠٠	٠.٦٩٩	٠.١٤٦-	٠.٧٨٠
١١	رمي الكرة يمين ثم يسار	عدد	١.٦٠٠	٢.٠٠٠	٠.٥١٦	٢.٢٧٧-	٠.٤٨٤-
١٢	رمي الكرة يسار ثم يمين	عدد	١.٨٠٠	٢.٠٠٠	٠.٧٨٩	١.٠٧٤-	٠.٤٠٧
١٣	المجموع	عدد	٧.٥٠٠	٨.٠٠٠	١.٦٥٠	٠.٥٨٠-	٠.٤٦٤-

\* الخطأ المعياري لمعامل الالتواء = ٠.٦٨٧

\* حد معامل الالتواء عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٣٤٧

يوضح جدول (٢) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لدى أفراد عينة البحث في متغيرات الاختبارات البدنية قيد البحث ويتضح أن قيم معامل الالتواء قد تراوحت ما بين (٣±) كما أنها اقل من حد معامل الالتواء مما يشير إلى اعتدالية البيانات وتمائل المنحنى الاعتدالي مما يعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات الغير اعتدالية.

### جدول (٣)

الدلالات الإحصائية لتوصيف درجات أفراد عينة البحث في متغيرات مستوى الأداء الفني لبيان اعتدالية البيانات

ن = ١٠

م	متغيرات مستوى الأداء الفني	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التقاطع	الالتواء
١	٢٥م رجلين	ث	٣٦.٤٠٠	٣٦.٥٠٠	٢.٤٥٩	١.١٤٦-	٠.٠١٨-
٢	٢٥م ذراعين	ث	٣٠.٠٠٠	٢٩.٥٠٠	٤.١٣٧	٠.٥٦٦-	٠.٢٢٤
٣	٥٠ متر حرة	ث	٥٤.٣٠٠	٥٤.٠٠٠	٢.٧٩١	٠.٤٣٧-	٠.٣٤٣

\* الخطأ المعياري لمعامل الالتواء = ٠.٦٨٧

\* حد معامل الالتواء عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٣٤٧

يوضح جدول (٣) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لدى أفراد عينة البحث في متغيرات مستوى الأداء الفني قيد البحث ويتضح أن قيم معامل الالتواء قد تراوحت ما بين (٣±) كما أنها اقل من حد معامل الالتواء مما يشير إلى اعتدالية البيانات وتمائل المنحنى الاعتدالي مما يعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات الغير اعتدالية.

## أدوات جمع البيانات:

لجمع البيانات الخاصة بالبحث استخدم الباحث الأدوات التالية:

### (١) الأجهزة والأدوات:

- ميزان طبي لقياس الوزن.
- رستاميتير لقياس الطول.
- بالونات
- بورد

### (٢) المقاييس النفسية:

- درجات الذكاء من السجلات المدرسية.

### (٣) استمارات البحث:

- استمارة استطلاع رأى الخبراء في المتغيرات البدنية والمهارية واختباراتها وعناصر البرنامج قيد البحث وتشمل على:

○ عناصر اللياقة البدنية

○ اختبارات المتغيرات قيد البحث للاعبين السباحة التوحيدين

○ تشكيل البرنامج

- استطلاع رأى الخبراء حول الألعاب الترويحية المائية المستخدمة بالبرنامج وتشمل على:

○ تحديد أهم الألعاب الترويحية المائية التي تنمي عنصر السرعة لدى لاعبين السباحة التوحيدين.

○ تحديد أهم الألعاب الترويحية المائية التي تنمي عنصر التوافق لدى لاعبين السباحة التوحيدين.

○ تحديد أهم الألعاب الترويحية المائية التي تنمي عنصر القوة لدى لاعبين السباحة التوحيدين.

○ تحديد أهم الألعاب الترويحية المائية التي تنمي عنصر التحمل لدى لاعبين السباحة التوحيدين.

### (٤) برنامج الألعاب الترويحية المائية:

- لتحسين بعض عناصر اللياقة البدنية لدى لاعبي السباحة التوحيدين والمستوي الرقمي لعينة البحث.

البرنامج الترويحي:

خطوات تصميم البرنامج:



١- الاطلاع على المراجع العلمية والدراسات: الخاصة ببرامج الأنشطة الترويحية المائية بصفة عامة والموجهة الى أطفال التوحد وممارسي السباحة بصفة خاصة ولتحسين بعض المتغيرات البدنية لعينة البحث كدراسة ما **Ma (٢٠١٩) (٢٠)**، **ميتش لاوسون وآخرون Mische Lawson et al (٢٠١٩) (٢٢)**، **باتاجليا وآخرون Battaglia et al (٢٠١٩) (١٦)**، **حسين Huseyin (٢٠١٩) (١٩)**، **زانوبيني و سولاري Zanobini & Solari (٢٠١٩) (٢٤)**، **فيتانزا وبورهيي Phytanza & Burhaein (٢٠١٩) (٢٣)**، **كفاء خير الله مالك مشاري وآخرون (٢٠١٨) (١١)**، **ريم أحمد زكي المالكي (٢٠١٨) (٣)**، الأمر الذي ساعد الباحث في تحديد عناصر البرنامج وخطواته كما هو موضح فيما يلي:

#### هدف البرنامج:

##### - تحديد هدف البرنامج العام:

- التعرف على دور الألعاب الترويحية المائية في تحسين الأداء الفني لدى لاعبي السباحة التوحيدين.
- تحديد أهداف البرنامج الفرعية.
- استمتاع الطفل باللعب وإشباع حاجاته للمتعة والترويح.
- تحسين مستوى أداء السباحة الحرة
- تحسين المستوى الرقمي لسباحي التوحد عينة البحث

##### أسس وضع البرنامج:

- التعرف على نتائج الاختبارات أهلية داخل الاتحاد لتحديد نوع ودرجة التوحد والتوحد الفكري.
- التدريب على بعض المهارات الحركية لتنشيط عضلات الجسم.
- أن يتلاءم البرنامج مع خصائص عينة البحث من سباحي التوحد.
- التأكد من سلامة الحالة الصحية لعينة البحث.
- الاهتمام بعوامل الأمن والسلامة.
- توفير الأدوات اللازمة لتنفيذ الألعاب الترويحية المائية.
- مراعاة الفروق الفردية بحيث تتناسب الألعاب الترويحية المائية مع قدرات عينة البحث.
- أن تساهم الأنشطة الترويحية المائية بالبرنامج في تحسين القدرات البدنية والمهارية قيد البحث.
- مراعاة التغيير والتنوع في أنشطة البرنامج حتى لا تُسبب الملل.
- التدرج من الحركات السهلة الى المركبة.
- إتاحة فرص الإشتراك والممارسة لكل أفراد العينة في وقت واحد .
- أن يتناسب البرنامج مع الزمن المُحدد له.
- أن يتميز برنامج الألعاب الترويحية المائية بطابع الفرح والسرور .

– مراعاة عنصر الإثارة والتشويق والدعم النفسي بالثناء والتشجيع لأفراد العينة.

**تحديد الألعاب الترويحية المائية المستخدمة بالبرنامج**

الألعاب الترويحية المائية عددها (٩٢) لعبة وتنقسم إلى:

**أولاً: تحديد أهم الألعاب الترويحية المائية التي تنمي عنصر السرعة لدى لاعبي السباحة التوحيدين.**

– العاب لتنمية السرعة الانتقالية وعددها ٢٦ لعبة

– العاب لتنمية سرعة الاستجابة وعددها ٦ ألعاب

**ثانياً: تحديد أهم الألعاب الترويحية المائية التي تنمي عنصر التوافق لدى لاعبي السباحة التوحيدين.**

– العاب لتنمية التوافق وعددها ١١ لعبة

**ثالثاً: تحديد أهم الألعاب الترويحية المائية التي تنمي عنصر القوة لدى لاعبي السباحة التوحيدين.**

– العاب لتنمية القوة وعددها ٢٢ لعبة

**رابعاً: تحديد أهم الألعاب الترويحية المائية التي تنمي عنصر التحمل لدى لاعبي السباحة التوحيدين.**

– العاب لتنمية التحمل وعددها ٢٧ لعبة.

**تنفيذ البرنامج:**

النقاط التي يجب مراعاتها في تنفيذ البرنامج:

– شرح أهداف البرنامج لأولياء الأمور.

– تحديد الموعد المناسب لتنفيذ البرنامج بالاشتراك مع أولياء الأمور.

– التأكيد على أولياء الأمور على أهمية التزام أبنائهم بالحضور في الموعد المحدد.

– توفر أفضل السبل التي يتقبلها سباحي التوحد لفهم الألعاب الترويحية المائية التي يحتويها البرنامج.

– إقامة جو من الألفة بين الباحث وعينة البحث وأولياء الأمور.

– تقديم أنواع الدعم النفسي والتشجيع لعينة البحث.

– إعطاء وحدات تكميلية للمتغيبين أو للمتأخرين على موعد البرنامج.

**الإطار الزمني للبرنامج:**

تم تحديد الإطار الزمني للبرنامج، وعدد الوحدات، والزمن الكلي لكل وحدة والزمن الخاص بكل

جزء في الوحدة، وعدد مرات التطبيق في الأسبوع من خلال السادة الخبراء كالتالي:

- مدة تطبيق البرنامج (١٢) أسابيع.

- عدد الوحدات ٣ وحدات أسبوعياً.

- عدد الوحدات (٣٦) ستة وثلاثون وحدة.

- زمن الجزء التمهيدي (١٠) عشرة دقائق.

- زمن الجزء الرئيسي (٤٠) ثلاثون دقيقة.

- زمن الجزء الختامي (١٠) عشرة دقائق.

#### يحتوي البرنامج على الأجزاء التالية:

- **الجزء التمهيدي أو الإحماء:** يهدف إلى إعداد سباحي التوحد بدنياً ونفسياً وتنشيط الدورة الدموية وإدخال روح المرح والسرور وبث الحماس والمشاركة الإيجابية الفعالة في دروس البرنامج، يتمثل هذا الجزء من مجموعة من الألعاب والتدريبات، زمن هذا الجزء (١٠) دقائق.

- **الجزء الرئيسي:** عبارة عن مجموعة من الألعاب الترويحية المائية التي تتسم بالمرح والسرور وتتفق مع هدف الوحدة وهدف البرنامج لتحسين بعض عناصر اللياقة البدنية والسباحة الحرة (قيد البحث) وزمن هذا الجزء (٤٠) دقيقة.

- **الجزء الختامي:** يهدف إلى تهدئة الجسم والعودة به إلى الحالة الطبيعية وإدخال المرح والسرور وهو عبارة عن مجموعة من الألعاب الترويحية والتمرنات الاسترخائية، وزمن هذا الجزء (١٠) خمسة دقائق.

#### الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بتجريب أحد وحدات البرنامج على عينة قوامها (١٠) من سباحي التوحد وهم من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وذلك بنادي المقاولون العرب بالقاهرة يوم ٢٠١٩/٢/٢ وذلك للتعرف على:

- مدى استجابة عينة البحث من سباحي التوحد لإجراء اختبارات البحث ووحدات البرنامج.
- معرفة الصعوبات التي يمكن أن تعوق قياسات المتغيرات وتطبيق البرنامج.
- مدى ملائمة وصلاحيات الاختبارات ومكان تطبيقها وكذلك مكان تطبيق البرنامج وتوافر الأدوات.
- مدى عوامل الأمن والسلامة.

#### توصل الباحث إلى:

- استجابة عينة البحث من سباحي التوحد لإجراء اختبارات البحث ووحدات البرنامج.
- تحديد الصعوبات التي يمكن أن تعوق قياسات المتغيرات وتطبيق البرنامج.

- ملائمة وصلاحية الاختبارات ومكان تطبيقها وكذلك مكان تطبيق البرنامج وتوافر الأدوات.
- توافر عوامل الأمن والسلامة.

### الدراسة الأساسية :

بعد التأكد من توافر كافة الشروط والمعاملات العلمية لمتغيرات البحث وخاصة للمتغيرات قيد البحث، وتجهيز برنامج الألعاب الترويحية المائية، وكذلك استكمال كافة الإجراءات لتنفيذ الدراسة الأساسية بداية من الموافق ٢٠١٩/٢/١٣ إلى يوم ٢٠١٩/٥/١٤، قام الباحث بما يلي :

### ١/٦/٣ القياس القبلي:

قام الباحث قبل تنفيذ برنامج الألعاب الترويحية المائية بإجراء القياس القبلي في الفترة من يوم ٢٠١٩/٢/٦ إلى يوم ٢٠١٩/٢/٩ بغرض التعرف على اعتدالية بيانات العينة في متغيرات النمو الأساسية وبعض المتغيرات البدنية والمستوي الرقمي للسباحة الحرة لسباحي التوحد عينة البحث.

### تطبيق البرنامج الترويحي:

تم تطبيق برنامج الألعاب الترويحية المائية لتحسين بعض عناصر اللياقة البدنية لدى لاعبي السباحة التوحد بعد الانتهاء من الإجراءات الإدارية وموافقة أولياء أمور اللاعبين وإدارة النادي والتأكد من توافر الأجهزة والأدوات المستخدمة في تنفيذ تجربة البحث.

### القياس البعدي:

بعد انتهاء الألعاب الترويحية المائية قيد البحث قام الباحث بإجراء القياس البعدي يوم ٢٠١٩/٥/١٧ متبعاً نفس إجراءات وشروط القياس القبلي.

### المعالجات الإحصائية:

تم استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث وقد عند مستوى الدلالة ٠.٠٥ للتأكد من معنوية النتائج الإحصائية وذلك باستخدام برنامج EXECL لإدخال البيانات وبرنامج SPSS لإجراء المعالجات الإحصائية للبحث:

- المتوسط الحسابي.
- الوسيط.
- الانحراف المعياري.
- معامل التقلطح.
- معامل الالتواء.
- معامل الارتباط.
- نسبة التحسن %.

- اختبار (ت).
  - معامل ايتا<sup>٢</sup>.
  - حجم التأثير بمعادلة كوهين.
- عرض النتائج:**

#### جدول (٤)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث  
في متغيرات مستوى الأداء الفني

ن=١٠

م	متغيرات مستوى الأداء الفني	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة (ت)	نسبة التحسن %	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
		س	ع±	س	ع±						
١	٢٥م رجلين	٣٦.٤٠٠	٢.٤٥٩	٣٢.٤٠٠	٢.٤٥٩	٤.٠٠٠	٠.٢٩٨	١٣.٤١٦	١٠.٩٨٩	١.٩٤٤	مرتفع
٢	٢٥م ذراعين	٣٠.٠٠٠	٤.١٣٧	٢٧.٣٠٠	٤.٩٤٥	٢.٧٠٠	٠.٣٩٦	٦.٨٢١	٩.٠٠٠	٠.٩٢٣	مرتفع
٣	٥٠ متر حرة	٥٤.٣٠٠	٢.٧٩١	٤٩.٥٠٠	١.٨٤١	٤.٨٠٠	٠.٦١١	٧.٨٥٦	٨.٨٤٠	١.٧١٥	مرتفع

\*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٨٣٣

مستويات حجم التأثير: ٠.٢٠: منخفض ٠.٥٠: متوسط ٠.٨٠: مرتفع

يتضح من جدول (٤) دلالة الفروق الإحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في متغيرات مستوى الأداء الفني قيد البحث ويتضح وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي حيث تراوحت قيمة (ت) ما بين (٦.٨٢١ إلى ١٣.٤١٦) كما تراوحت نسب التحسن المئوية ما بين (٨.٨٤٠% إلى ١٠.٩٨٩%).

#### جدول (٥)

مستويات حجم تأثير البرنامج الترويحي المائي لدى مجموعة البحث  
في متغيرات مستوى الأداء الفني

ن=١٠

م	متغيرات مستوى الأداء الفني	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة (ت)	نسبة التحسن %	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
		س	ع±	س	ع±						
١	٢٥م رجلين	٣٦.٤٠٠	٢.٤٥٩	٣٢.٤٠٠	٢.٤٥٩	٤.٠٠٠	٠.٢٩٨	١٣.٤١٦	١٠.٩٨٩	١.٩٤٤	مرتفع

٢	٢٥م ذراعين	٣٠.٠٠٠	٤.١٣٧	٢٧.٣٠٠	٤.٩٤٥	٢.٧٠٠	٠.٣٩٦	٦.٨٢١	٩.٠٠٠	٠.٩٢٣	مرتفع
٣	٥٠ متر حرة	٥٤.٣٠٠	٢.٧٩١	٤٩.٥٠٠	١.٨٤١	٤.٨٠٠	٠.٦١١	٧.٨٥٦	٨.٨٤٠	١.٧١٥	مرتفع

\*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٨٣٣

مستويات حجم التأثير: ٠.٢٠: منخفض ٠.٥٠: متوسط ٠.٨٠: مرتفع

يتضح من جدول (٥) أن قيم حجم التأثير للمتغيرات أكبر من (٠.٨٠) وقد حققت قيم تراوحت ما بين (٠.٩٢٣ الى ١.٩٤٤) وهي دلالات المرتفعة، مما يدل على فاعلية البرنامج باستخدام الألعاب الترويحية المائية بشكل كبير على المتغير التابع.

### مناقشة النتائج:

يتضح من جدول (٤) وجدول (٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في متغيرات مستوى الأداء الفني لسباحة ٥٠م قيد البحث لصالح القياس البعدي حيث قيمة (ت) الجدولية (١.٨٣٣) أقل من قيمة (ت) المحسوبة والتي تراوحت ما بين (٦.٨٢١ الى ١٣.٤١٦) ، كما تراوحت نسب التحسن المئوية ما بين (٨.٨٤٠٪ إلى ١٠.٩٨٩٪)، كما يتضح من الجدول أن قيم حجم التأثير للمتغيرات أكبر من (٠.٨٠) وهي دلالات مرتفعة حيث حققت قيم تراوحت ما بين (٠.٩٢٣ الى ١.٩٤٤)، مما يشير على فاعلية البرنامج باستخدام الألعاب الترويحية المائية بشكل كبير على متغيرات مستوى الأداء الفني (٢٥م رجلين - ٢٥م ذراعين - ٥٠ متر حرة).

وفى هذا الصدد تتفق نتائج الدراسات العلمية مع ما توصل إليه الباحث من أن البرنامج الترويحي المائي له تأثير ومردود إيجابي على تطوير الأداء المهاري وذلك كدراسة دراسة ما **Ma** (٢٠١٩)(٢٠) وأظهرت النتائج أن دروس السباحة الترويحية عندما تنفذ بالتكنيك المناسب للأطفال التوحيدين فإنها تحسن من معدلات اللياقة البدنية لديهم كما تمنحهم فرصة للمرح والمشاركة في أنشطة التواصل الاجتماعي، دراسة **ميتش لاوسون وآخرون Mische Lawson et al** (٢٠١٩)(٢٢) وتوصلت إلى أن الآباء ينظروا إلى نشاط السباحة الترويحية على أنه نشاط مفيد بسبب نتائجه الواضحة على الحالة الجسمية والوظيفية لأطفالهم إلى جانب زيادة قدرتهم على التواصل الاجتماعي وتحسين السلوك المدرك. ينظر الأطفال إلى نشاط السباحة على أنه مسلي ومشوق وغير ممل. تشير النتائج إلى وجود تأثيرات بدنية ونفسية مهمة وواضحة لبرامج السباحة الترويحية للأطفال التوحيدين ، دراسة **باتاجليا وآخرون Battaglia et al** (٢٠١٩)(١٦) توصلت إلى أن البرنامج المقترح (١٢ أسبوع) أدى إلى تحسن دال إحصائياً لصالح القياس البعدي على مكونات اللياقة البدنية واختبار النمو الحركي والمهارات الاجتماعية للأطفال الثلاثة مع التأكيد على أن التفاوت بين الأفراد الثلاثة في نتائج الاختبارات راجع إلى الفروق الفردية بين الأفراد الثلاثة ومقاييسهم الأنثروبومترية ومدى الانتظام في البرنامج ، دراسة **حسين**

**Huseyin** (٢٠١٩) (١٩) توصلت إلى أنه أظهرت نتائج مقارنة القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية (سباحة - كرة ماء) والضابطة (برنامج ترويحي معتاد) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسيين البعديين لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في كل مكونات اللياقة البدنية قيد الفحص وكذلك مستوى نمو المهارات الحركية الكبرى مما يشير إلى فعالية البرنامج المقترح، دراسة **زانوبيني و سولاري** **Zanobini & Solari** (٢٠١٩) (٢٤) توصلت إلى أنه أظهرت مقارنة القياسات البعدية للمجموعتين تفوق المجموعة التجريبية في اختبارات مكونات اللياقة البدنية والمهارات المائية والمهارات الاجتماعية مع انخفاض ملحوظ في السلوك التوحدي لدى أطفال المجموعة التجريبية. أظهر القياس التتبعي بعد (٦) أشهر معدل استبقاء عالي للمهارات الاجتماعية والمهارات المائية مع استمرار انخفاض السلوك التوحدي ولكن مع ضعف في مكونات اللياقة البدنية.

كما أكدت نتائج دراسة **فيتانزا و بورهين** **Phytanza & Burhaein** (٢٠١٩) (٢٣) على وجود فوائد كثيرة للأنشطة المائية حيث أثبتت الدراسات أنها تحسن من مكونات اللياقة البدنية كما تيسر عمليات التواصل الاجتماعي وتخفف من حدة أعراض التوحد. ودراسة **كفاء خير الله مالك مشاري وآخرون** (٢٠١٨) (١١) توصلت إلى أنه أظهرت النتائج أن للمنهج التعليمي تأثيراً إيجابياً في تعلم السباحة الحرة مثل الطفو الأفقي على البطن الانسياب الأمامي مع حركة الرجلين لمسافة (١٠) للأطفال المصابين بالشلل الدماغي للأطراف السفلي بأعمار (١٢ - ١٤) سنة بنات. وتوصلت دراسة **ميسام وآخرون** **Meysam** (٢٠١٦) (٢١) إلى أنه بعد تطبيق البرنامج أنه يمكن للأطفال الذين يعانون من الشلل الدماغي أن يحسنوا من مهاراتهم الحركية الإجمالية والتحمل سيراً على الأقدام بعد برنامج التمارين المائية الذي يعقد مرتين في الأسبوع لمدة (١٤ أسبوعاً)، وذلك باستخدام كثافة التمرين المعتدل إلى القوى، ويتكون من أنشطة وظيفية، دراسة **كريم المصري** (٢٠١٤) (١٠) توصلت إلى أن البرنامج المنفذ له تأثير إيجابي على تنمية المهارات الانتقالية التالية (المشي - الجري - الوثب) كما أن البرنامج له تأثير إيجابي على تنمية مهارات المعالجة والتناول (الركل - الرمي - اللقف)، دراسة **سميث وآخرون** **Smith et al** (٢٠١٤) (١٨) توصلت إلى وجود تحسن كبير للنتائج الأولية من وظيفة المهارات الحركية الكبرى وتحمل المشي، ولم يلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أي من التدابير الثانوية، على الرغم من أن جميع التدابير أظهرت اتجاهات التحسن بعد التدخل، دراسة **محمد عبد الله زكي** (٢٠١٣) (١٥) توصلت إلى أنه نتيجة استخدام البرنامج المقترح، تحسنت الحركات الجسمية لدى أطفال التوحد عينة الدراسة نتيجة استخدام البرنامج المقترح، دراسة **محمد فتحي سليمان** على (٢٠١١) (١٣) توصلت إلى أنه استخدام الألعاب الترويحية المائية بشكلها (الزوجي - الجماعي) داخل البرنامج المقترح ساعد الأطفال التوحدين على زيادة الثقة في أداؤهم وظهر ذلك في تعاملهم مع أقرانهم في حياتهم اليومية، استخدام الألعاب الترويحية المائية بشكلها (الزوجي - الجماعي) داخل البرنامج المقترح النجاح ساعد

عينة البحث من الأطفال التوحدين في التغلب على الفردية التي كانت تغلب عليهم في حياتهم اليومية بوجه عام والأنشطة الرياضية بوجه خاص.

وأشارت نتائج دراسة **Chrysagis et al** (٢٠٠٩) (١٧) إلى أن البرنامج المائي قد يكون له تأثير إيجابي في الدالة الحركية الإجمالية وكذلك في مدى الحركة والتشنج لدى الطلاب المصابين بالشلل الدماغي التشنجي، دراسة **مايسة فؤاد أحمد وعزة خليل الجمل** (٢٠٠٨) (١٣) توصلت إلى أنه أدى برنامج الألعاب الصغيرة داخل الوسط المائي إلى تحسن أداء بعض المهارات الأساسية الأولية في السباحة للمعاقين ذهنياً لصالح القياس البعدي ، أدى برنامج الألعاب الصغيرة داخل الوسط المائي إلى تحسن بعض القدرات الحركية للمعاقين ذهنياً لصالح القياس البعدي ، أدى برنامج الألعاب الصغيرة داخل الوسط المائي إلى خفض النشاط الحركي الزائد المصاحب بنقص الانتباه لصالح القياس البعدي، دراسة **محمد عبد السلام** (٢٠٠١) (١٤) توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي، ضرورة وجود رائد ترويجي مؤهل للتعامل مع الأطفال في المرحلة التي تسبق عملية التعلم، دراسة **عزة عبد المنصف** (٢٠٠١) (٨) توصلت إلى أن برنامج الألعاب المائية له تأثير فعال في تعليم المهارات الأساسية في السباحة للمعاقين ذهنياً من ٥٠:٧٠.

ومما تقدم من نتائج يتضح التأثير الإيجابي لبرنامج الألعاب الترويحية المائية لصالح القياس البعدي بعد تطبيق آخر وحدة في البرنامج في تحسين مستوى أداء السباحة الحرة لدى لاعبي السباحة التوحدين، وبذلك يكون الباحث قد تحقق من صحة فرض البحث الذي ينص على توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي لعينة البحث في بعض متغيرات مستوى الأداء الفني لسباحة ٥٠ م حرة لدى لاعبي السباحة التوحدين ولصالح القياس البعدي.

#### الاستنتاجات والتوصيات:

##### استنتاجات البحث:

في ضوء هدف البحث وفرضة في حدود عينة البحث والمعالجات الإحصائية المستخدمة ومن خلال النتائج التي توصل إليها الباحث تمكن من استنتاج ما يلي:

- فاعلية البرنامج باستخدام الألعاب الترويحية المائية بشكل كبير على متغيرات مستوى الأداء الفني (٢٥م رجلين - ٢٥م ذراعين - ٥٠ متر حرة).
- صلاحية البرنامج الترويجي قيد البحث لتحسن اللياقة البدنية ومستوى الأداء الفني لسباحة ٥٠م حرة لدى لاعبي السباحة التوحدين

##### توصيات البحث:



بناء على الاستنتاجات الخاصة بموضوع البحث توصل الباحث إلى التوصيات التالية:

- ضرورة تعديل بعض الأنشطة والألعاب الترويحية المائية لتناسب لاعبي السباحة التوحدين
- ضرورة أن يتفهم الإباء أهمية الأنشطة الترويحية المائية على وجه الخصوص لأطفال التوحدين وأنها أكثر أماناً من الأنشطة الترويحية الأرضية لأنها تقلل من الإصابات وتعديل القوام والسلوك.
- ضرورة تكامل الأدوار بين مخطط البرنامج الترويحي المائي والأخصائي النفسي والاجتماعي.
- ضرورة إعداد الإخصائي الترويحي المائي المؤهل لتعامل الأطفال التوحدين

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

أحمد فايز النحاس (١٩٩٠). الألعاب واللعب للأطفال المصابين بالشلل الدماغي، دار النهضة العربية، القاهرة.

١تهاني عبد السلام محمد (٢٠٠١). الترويح والتربية الترويحية، دار الفكر العربي، القاهرة.

٢ريم أحمد زكي المالكي (٢٠١٨). برنامج تروحي باستخدام الوسط المائي لتحسين القدرات الحركية الأساسية لدى أطفال متلازمة داون، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بني سويف.

٣سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١٠). اضطرابات النطق والكلام واللغة لدى المعوقين عقلياً والتوحد، ايتراك للطباعة والنشر، القاهرة.

٤سوسن شاكر الجبلي (٢٠١٥). التوحد الطفولي: أسبابه، خصائصه، تشخيصه، علاجه، دار ومؤسسة رسلان للطباعة والنشر والتوزيع، سوريا.

٥ عادل عبد الله محمد (٢٠٠٤). الإعاقات الحسية" سلسلة ذوي الاحتياجات الخاصة، دار الرشاد، القاهرة.

٦عبير ممدوح محمد (٢٠٠١). بناء مقياس الاتجاهات نحو السباحة للتلاميذ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.

٧عزة عبد المنصف محمد غريب (٢٠٠١). فاعلية برنامج مقترح للألعاب المائية على تعلم بعض المهارات الأساسية في السباحة لدى المعاقين ذهنياً، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة حلوان، القاهرة.

٨علاء الدين إبراهيم صالح (٢٠١٢). تأثير استخدام الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية على تنمية القدرات الحركية لدى التلاميذ المتخلفين عقلياً، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، القاهرة.

٩ كريم المصري (٢٠١٤). تأثير برنامج تروحي رياضي على بعض المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال ذوي الشلل الدماغي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

١٠ كفاء خير الله مالك مشاري، هيام رضا بوشهري، إيمان زكي أحمد (٢٠١٨). أثر منهج تعليمي للسباحة الحرة في تطوير بعض القدرات الحركية للأطفال المصابين بالشلل الدماغي بأعمار ١٢ - ١٤، جامعة البحرين - مركز النشر العلمي، مجلة العلوم التربوية والنفسية، مج ١٩، ع ٤٤، ٥١٧-٥٤٣.

١١- مایسة فواد أحمد (٢٠٠٨). تأثير برنامج للألعاب الصغيرة داخل الوسط المائي عن أداء بعض المهارات الأساسية الأولية والقدرات الحركية وخفض النشاط الحركي الزائد المصاحب بنقص الانتباه للمعاقين ذهنياً في السباحة، بحث منشور، مجلة العلوم البدنية والرياضية، جامعة المنوفية - كلية التربية الرياضية، س ٧، ١٢٤، ١-٤٠.

١٢- محمد فتحي سليمان على (٢٠١١). تأثير برنامج تروحي مائي مقترح على التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال ذوي التوحد، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

١٤- محمد محمد عبد السلام (٢٠٠١). تأثير برنامج تروحي مائي مقترح لتعليم المهارات الأولية الأساسية في السباحة للأطفال من (٥-٦) سنوات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان.

١٥- محمد محمد عبد الله زكي (٢٠١٣). برنامج ترويح مائي مقترح وتأثيره في تحسين بعض مهارات التواصل غير اللفظي لدى أطفال التوحد، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الإسكندرية.

#### ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 1 **Battaglia, G., Agrò, G., Cataldo, P., Palma, A., & Alesi, M. (2019).** Influence of a specific aquatic program on social and gross motor skills in adolescents with autism spectrum disorders: Three case reports. *Journal of functional Morphology and Kinesiology*, 4(2),
- 2 **Chrysagis, N., Douka, A., Nikopoulos, M., Apostopoulou, F., & Koutsouki, D. (2009).** Effects of an aquatic program on gross motor function of children with spastic cerebral palsy. *Biology of Exercise*, 5(2), 13-24.
- 3 **Fragala-Pinkham, M. A., Smith, H. J., Lombard, K. A., Barlow, C., & O'Neil, M. E. (2014).** Aquatic aerobic exercise for children with cerebral palsy: A pilot intervention study. *Physiotherapy Theory and Practice*, 30(2), 69-78.

- 4 **Huseyin, O. (2019).** The impact of sport activities on basic motor skills of children with autism. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, (3).
- 5 **MA, K. (2019).** Examining the Perceived Impacts of Recreational Swimming Lessons for Children with Autism Spectrum Disorder. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 10(4), 6.
- 6 **Meysam, R., Hamzeh B., Hamidreza A. & Maria A. Fragala-Pinkham (2016).** Effects of aquatic intervention on gross motor skills in children with cerebral palsy. A Systematic Review, *Physical & Occupational Therapy in Pediatrics*, 37(5), 496-515.
- 7 **Mische Lawson, L., D'Adamo, J., Campbell, K., Hermreck, B., Holz, S., Moxley, J.,... & Travis, A. (2019).** A Qualitative Investigation of Swimming Experiences of Children With Autism Spectrum Disorders and Their Families. *Clinical Medicine Insights: Pediatrics*, 13, 1179556519872214.
- 8 **Phytanza, D. T. P., & Burhaein, E. (2019).** Aquatic Activities As Play Therapy Children Autism Spectrum Disorder. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, 2(2), 64-71.
- 9 **Zanobini, M., & Solari, S. (2019).** Effectiveness of the Program Acqua Mediatrix di Comunicazione (Water as a Mediator of Communication) on Social Skills, Autistic Behaviors and Aquatic Skills in ASD Children. *Journal of autism and developmental disorders*, 49(10), 4134-4146.