

تأثير برنامج تدريبي بأسلوب الدمج على بعض المتغيرات البدنية والمهارية لاعداد ذوى الاحتياجات الخاصة للمشاركة فى الاولمبياد الخاص لكرة اليد

ا/ محمد أحمد عبده شلبى

يهدف البحث إلى تأثير برنامج تدريبي بأسلوب الدمج على بعض المتغيرات البدنية والمهارية لاعداد ذوى الاحتياجات الخاصة للمشاركة فى الاولمبياد الخاص لكرة اليد، استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة وذلك للتعرف على تأثير البرنامج التدريبي على المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث باستخدام القياس القبلى والبينى والبعدى للمتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث يشمل مجتمع البحث في هذه الدراسة على اللاعبين المسجلين فى مركز تدريب كرة اليد بمحافظة المنوفية لاولمبياد الخاص للموسم الرياضى ٢٠١٨/٢٠١٩ وبلغ عددهم (٢٦) رياضى واللاعبين الاسوياء الذين تم اختيارهم بالطريقة العمدية من طلبة كلية التربية الرياضية بمدينة السادات تخصص كرة اليد وعددهم (٦) لاعبين .

وقد أظهرت نتائج البحث أن:

- ❖ وجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلى - البينى - البعدى) للمتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدى ، حيث كانت قيمة (ف المحسوبة) بين (٧,٧٦٤ - ٣٣,٤٤٠) وكانت قيمتها اكبر من قيمة ف الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥)
- ❖ فى اختبار تنطيط الكرة لصالح القياس البعدى ووجود نسبة تحسن بين متوسط القياس القبلى (٤٤,٠٠٠) ومتوسط القياس والبعدى (٣٨,٤٢٩) لصالح القياس البعدى عن طريق الجرى المتعرج .

- الكلمات المفتاحية : (برنامج تدريبي ، اسلوب الدمج ، ذوى الاحتياجات الخاصة)

The effect of a training program in the merging style on some physical and skill variables to prepare people with special needs to participate in the Special Olympics Handball

Mr/ Mohamed Ahmed Abdo Shalaby

The research aims at the effect of a training program in the manner of merging on some physical and skill variables to prepare people with special needs to participate in the Special Olympics for handball. The researcher used the experimental method for its relevance to the nature of the research using the experimental design for one group in order to identify the effect of the training program on the physical and skill variables under study using measurement The tribal, inter- and post-test of the physical and skill variables under research The research community in this study includes the players registered in the Handball Training Center in Menoufia Governorate for the Special Olympics for the sports season ٢٠١٨/٢٠١٩, and their number was (٢٦) athletes and normal players who were chosen intentionally from the students of the Faculty of Physical Education in Sadat City, specializing Handball and the number of (٦) players..

Conclusions :

١. There were statistically significant differences between the averages of the measurements (before - inter- and dimensional) for the physical variables under study in favor of the dimensional measurement, where the value of (calculated P) was between (٧,٧٦٤ - ٣٣,٤٤٠) and its value was greater than the value of the tabular value at the level of significance (٠,٠٥).
- ٢- In the ball dribbling test in favor of the dimensional measurement, and there is an improvement ratio between the mean pre-measurement (٤٤,٠٠٠) and the mean and dimensional measurement (٣٨,٤٢٩) in favor of the post-measurement by zigzag running.

(Keywords): (training program, integration method, people with special needs

تأثير برنامج تدريبي بأسلوب الدمج على بعض المتغيرات البدنية والمهارية لاعداد ذوى الاحتياجات الخاصة للمشاركة فى الاولمبياد الخاص لكرة اليد

1/ محمد أحمد عبده شلبي

- مقدمة ومشكلة البحث:

أصبح اهتمام المجتمعات بذوى الاحتياجات الخاصة أمراً ضرورياً وحتمياً بعد ظهور العديد من المشكلات سواء كانت اجتماعية او نفسية او سلوكية والتي ظهرت كنتيجة حتمية لنظرة المجتمع لهم على انهم أفراد معوقين وليسوا معاقين وبالتالي لا جدوى منهم او من وجودهم فى المجتمع ومن هنا ساد الشعور بالاحباط وغالبا ما تخلف عن هذا الشعور الكثير من السلوك العدوانى ضد المجتمع وافراده ، وهذا الشعور والاحساس يكسب المعاق عدم التكيف مع المجتمع الذى يعيش فيه وبالتالي تظهر العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية . (١١-٥٤)

واصبح من البديهي فى اى مجتمع من المجتمعات البشرية ضمان الحقوق العامة لجميع افراده سواء كانوا اسوياء او من ذوى الاحتياجات الخاصة وحق التعليم والتدريب من اهم هذه الحقوق.

ويشير **حسام الدين قطب نقلا عن عمرو حسن (١٩٩٣م)** الى ان تحقيق المستويات الرياضية العليا يعكس مدى نجاح برامج التدريب وما تقدمه من وسائل واساليب مختلفة تعمل باستمرار على دفع اللاعب الى اخراج اقصى قدراته ، وتعد برامج التدريب المقننة هى المسلك الوحيد للاحداث التقدم وتحقيق الاهداف المرجوه ، ويجتهد علماء التدريب فى محاولة الوصول الى افضل الطرق التى تعمل على الارتقاء بمستوى اللاعب باعتبار ان الاداء هو محور الاهتمام فى العملية التدريبية. (٤)

ويرى **مفتى إبراهيم (٢٠٠١م)** أن المدرب الرياضى يمثل العامل الأساسى والهام فى عملية التدريب ، والمدرب الناجح يجب أن يعطى الفريق الرؤية المستقبلية ويعرف جيداً كيف يترجم هذه الرؤية إلى واقع بما يسمح أن يحصل كل رياضى على أقصى فرصة لتحقيق النجاح. (١٠:١٧)

لذلك على المدرب أن يملك القدرة على أن يدرك ويفكر بطريقة مرنة تتفق مع المتطلبات الواقعية للموقف وبالتالي القدرة على حل المشكلات ، وأن قدرة المدرب على ضبط النفس فى المواقف الحرجة تعني قدرته على ضبط الحالة الإنفعالية وعدم إعاقة تأثير السمات الأخرى كالهدوء والسيطرة والكف والاجتماعية وتوفير هذه القدرات لدى المدرب تساعد وتعمل على مقابلة الأزمات والمشاكل متى ظهرت بهدوء والسيطرة على الأعصاب فى الأوقات الحرجة خاصة

وتجنبه بالتالي إتخاذ قرارات خاطئة تفنقر لإتزانه العاطفي أو شجاعته وعدم السماح للهوى والتكبر الأعمى بأن يؤثر في عملية صنع القرار (١-٣٤)

وتشير **عفاف عبد الكريم (١٩٩٥م)** الى ان الاطفال المعاقين ذهنيا بسيطى الاعاقة (القابلين للتعلم) اذا ما تم تعليمهم بشكل جيد فهم متشابهون مع اقرانهم الاسوياء اكثر من اختلافهم عنهم ،فحاجتهم الاساسية للعب والكفاية الحركية ليست مختلفه كثيرا فهم لا يظهرون تأخر كثيرا فى الحركة الطبيعية والتوافق (٧:٥٠٨).

والاطفال القالين للتعلم هم الذين يحصلون على تقدير اعاقه ذهنية بسيطة ومتوسطة ويمكن ان يتم دمجهم فى برنامج تعليم بدنى اكايمى (٣:١٢٧)

وتعتبر الانشطة الرياضية وسيط فعال من خلالها يستطيع الاطفال المعاقين ذهنيا بدرجة بسيطة تحسين مهارتهم الحركي والاجتماعية حيث تعمل على تشجيعهم على الاندماج فى المجتمع والاستمتاع بمباهج الحياة جنبا الى جنب مع الاطفال الاسوياء ، وتقوى لديهم الشعور بالانتماء الى الجماعة ودورهم الفعال بها (٦:٣١).

ويؤكد **ستيورات Stewart Biddle (٢٠٠٠م)** على ان الانشطة الحركية والتمرنات البدنية يتدرب من خلالها الطفل المعاق ذهنيا على استخدام جسمه ، ويتعلم التوازن والسيطرة والمرونة ، كما ان التناسق بين العين والعقل والعضلات تطور من خلالها فيكتسب الطفل ثقته بذاته والشعور بالانجاز ،

ويتصف المعاق ذهنيا بأن العمر العقلى لديهم أقل من العمر الزمنى وهناك قصور فى نسبة الذكاء وبطء فى النمو الجسمى ، وهما أكثر عرضه للأمراض ، ومتأخرين فى النمو الحركى ويظهر هذا التأخر فى ضعف المهارات الحركية . (١٢:٢٩٥)

وتعتبر كرة اليد من الانشطة الرياضية المحببة الى نفوس التلاميذ المعاقين ذهنيا حيث ينظم لها البطولات على مستوى الادارات التعليمية والمحافظات المختلفة على مستوى الجمهورية .

ويشير **اليانور لينش واخرون (١٩٩٩م)** الى ان الدمج هو زيادة ايجابية الطفل العادى مع تعوده على ان يتقبل ويشعر بالارتياح مع اقرانه من المعاقين ذهنيا ، وهو برنامج يعمل بطريقة او باخرى على زيادة فرص التفاعل الاجتماعى بين الاطفال الاسوياء والمعاقين ، ومن فوائد الدمج ايضا تفجير الطاقات الكاملة لدى الطفل المعاق مع الشعور بالثقة بالنفس واكتساب مهارات جديدة ، والكفاح للوصول الى انجاز اكبر ، وان الاغراض العامة للتربية البدنية للمعاقين لا تختلف عن اغراضها للاسوياء فى الاحتياجات النفس حركية او الخبرات الحركية المتنوعة ، ومازالت المحاولات التى تبذل لانجاز هذه التجربة والدخول بها الى حيز التنفيذ فى بدايتها . (٢:١٧)

وتضيف زينب شقير (٢٠٠٢م) انه على الرغم ان معظم المجتمعات قد بدأت تاخذ بلاتجاه نحو الدمج والتكامل ، وتؤكد على حق المعاقين ذهنيا فى ان ينشؤا فى بيئة طبيعية وان التفاعل والمشاركة والنجاح والفشل يكسب المعاق القوة اللازمة لكى يستطيع ان يعيش داخل المجتمع ، فمازالت الدراسات التى اجريت داخل مجتمعنا تؤكد ان اتجاه الدمج يلقى العديد من الصعوبات التى تحول دون تحقيقه ، وذلك اما لعدم وضوح الاهداف ، او لعدم وجود خطة مسبقة واعداد جيد او لرفض القائمين على العملية التعليمية داخل المدارس لهذه الفكرة (الاتجاه السلبي للمعلمين والاطفال ورفض بعض مديري المدارس مع عدم وجود مناهج دراسية وبرامج تربوية مناسبة)، وحدثت بعض المشكلات بين الاسوياء والمعاقين ذهنيا مما يعرض المعاقين للاعتداء من قبل الاسوياء باللفظ او الاشارة او الضرب ، ويترتب علي ذلك استمرار رعاية الاطفال المعاقين ذهنيا فى جمهورية مصر العربية فى مدارس ومؤسسات مستقلة منفصلة تماما عن مدارس الاسوياء ، وعندما تم احاق هؤلاء التلاميذ بفصول ملحقه فى بعض مدارس الاسوياء لم ينجح القائمون على العملية لتعليمية فى دمج التلاميذ المعاقين ذهنيا مع التلاميذ العاديين (١٢:٦).

ويرى رونالد كولاروسو وكولين اورورك (٢٠٠٤م) ان احتياجات التلاميذ المعاقين تشمل احتياجات اقرانهم الاسوياء نفسها الى جانب احتياجات خاصة ترتبط باعاقتهم ، وهم الاطفال العاديين يتشابهون فى بعض الجوانب ، ولضمان مشاركة التلاميذ المعاقين يلزم ادخال بعض التعديلات او التغييرات على البرامج وطريقة التدريس فهم يعانون تراجعا مطردا فى مستوى الاداء فى كل المواد فيجب تعليم المهارات الجديدة مع التدرج فى الصعوبة . (٨:٥)

ويضيف سالييند (٢٠٠٣م) ان التلاميذ المعاقين ذهنيا المشتركين فى برامج الدمج بالمدارس العادية يكتسبون مهارات اكايدمية ووظيفية اسرع بكثير من تعليمهم فى اماكن معزولة ، بالاضافة الى التحسن فى السلوك وتقدير الذات والدافعية للتعلم (٢٢:١١)

ويرى الباحث ان المهارات الحركية الاساسية فى كرة اليد هى انسب المهارات للتلاميذ المعاقين ذهنيا نظرا للتشابه الكبير بينها وبين الحركات الاساسية لدى الانسان (اللقف - الجرى - الرمى) ولذلك نجد الاقبال عليها بشكل كبير من قبل هذه الفئة ، حيث تنمى لديهم بعض المكونات البدنية والحركية ، وتساعد فى تفريغ الطاقة الزائدة لدى هؤلاء الاطفال فى اتجاه ايجابى مع البعد عن العدوانية ، بالاضافة الى زيادة التفاعل الاجتماعى بين التلاميذ اثناء ممارسة مهارات كرة اليد.

وايماننا من الباحث بقضية المعاقين ذهنيا ومشكلاتهم واحتياجاتهم وضرورة توفير قدر مناسب من الرعاية الصحية والنفسية والاجتماعية للمعاقين وما جاء من توصيات المؤتمر الدولي لاعداد القادة لبرنامج الصديق الامثل (دمج المعاقين مع الاسوياء) في جمهورية مصر العربية بضرورة الاهتمام بمزيد من الدراسات والبحوث المستقبلية في مجال المعاقين ذهنيا باستخدام اسلوب الدمج.

ويشير ابراهيم الزهيري (٢٠٠٣م) الى انه زاد الاهتمام بمشكلة الاعاقات الذهنية وذلك لان عدد المعاقين ذهنيا ليس بالقليل فهم يمثلون ١٠% من سكان العالم وذلك طبقا لتقرير هيئة الصحة العالمية وقد اظهرت البحوث ان نسبة المعاقين ذهنيا في الدول النامية والمناطق الفقيرة من السكان نحو ٧% او اكثر قليلا ونسبة المعاقين ذهنيا في المجتمع المصري تصل الى ٣% . (٢١:١)

وقد لاحظ الباحث من خلال إحتكاكه وممارسته (كمدير فنى لفريق محافظة المنوفية) للبطولة الوطنية المؤهلة للبطولة الاقليمية لذوى الاحتياجات الخاصة بابوظبى والتي اقيمت فى الفترة من (٣-٧/١٢/٢٠١٧) على ملاعب الصالة المغطاه باستاذ القاهرة ضعف المستوى البدنى والمهارى لمعظم اللاعبين من ذوى الاحتياجات الخاصة بالمقارنة مع اللاعبين الاسوياء مما دفع الباحث الى محاولة وضع برنامج تدريبي مقترح فى المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث باستخدام اسلوب الدمج بين الاسوياء وذوى الاحتياجات الخاصة وذلك لتأهيلهم لخوض المنافسات الوطنية والاقليمية والعالمية ، وفى حدود علم الباحث لاحظ ان الاهتمام بهذه الفئة والبرامج المعدة لهم معظمها برامج تركز على جانب واحد فقط وهو الجانب النفسى وعدم الاهتمام بوضع برامج تدريبية تتماشى مع خصائصهم وتساهم فى الارتقاء بالمستوى البدنى والمهارى وهذا بالطبع سيعود بالنفع على المستوى النفسى وتحقيق نتائج مبهرة فى جميع الجوانب الاخرى ، مما اثار اهتمام الباحث فى اخذ اخطوة ايجابية من خلال وضع برنامج تدريبي باسلوب الدمج مع الاسوياء للارتقاء بالمتغيرات البدنية والمهارية فى كرة اليد لاصحاب الهمم كما يطلق عليهم حديثا لاعدادهم للمشاركة فى الاولمبياد الخاص وهذا بالتالى قد يساعد فى تحقيق الانجاز المطلوب.

— أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :-

اعداد ذوى الاحتياجات الخاصة (ذهنيا) لخوض البطولات التى تنظمها الاولمبياد الخاص سواء كانت وطنية او اقليمية او عالمية فى لعبة كرة اليد من خلال:-

- التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح على المتغيرات البدنية قيد البحث في كرة اليد وذلك عن طريق اسلوب الدمج مع الاسوياء.
- التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح على المتغيرات المهارية قيد البحث في كرة اليد وذلك عن طريق اسلوب الدمج مع الاسوياء.

- فروض البحث :

- توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني - البعدي) للمتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدي .
- توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني - البعدي) للمتغيرات المهارية قيد البحث لصالح القياس البعدي .
- توجد نسبة تحسن بين متوسطات قياسات البحث (القبلي - البيني - البعدي) في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث .

- مصطلحات البحث:

- الدمج Mainstreaming:

هو التكامل الاجتماعي والتعليمي للاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة والاطفال الاسوياء في الفصول العادية ولجزء من اليوم الدراسي على الاقل. (١)

- ذوي الاحتياجات الخاصة :

هناك اتفاق عام على أن هذا المصطلح استخدم كتسمية لمجموعة الأشخاص الذين لا يستطيعون ممارسة حياتهم بشكل طبيعي دون تقديم رعاية خاصة لهم نتيجة وجود قصور فكري، أو عصبي، أو حسي، أو مادي، أو مزيج من هذه الحالات كلها بشكل دائم، بالإضافة إلى حاجتهم لخدمة تفوق الخدمة المقدمة لأقرانهم من نفس العمر، ويُفضل استخدام هذا المصطلح كبديل لمصطلح المُعاقين. (٤٨)

وعرفت منظمة الصحة العالمية الاعاقة على انها : حالة من القصور او الخلل في القدرات الجسدية او الذهنية ترجع الى عوامل وراثية او بيئية تعيق الفرد عن تعلم بعض الانشطة التي يقوم بها الفرد السليم المشابه في السن. (٨:٣٥)

- إجراءات البحث :

- منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة وذلك للتعرف على تأثير البرنامج التدريبي على المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث باستخدام القياس القبلي والبيئي والبعدي للمتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث.

- مجتمع البحث :

يشمل مجتمع البحث في هذه الدراسة على اللاعبين المسجلين في مركز تدريب كرة اليد بمحافظة المنوفية للامبياد الخاص للموسم الرياضى ٢٠١٩/٢٠١٨ وبلغ عددهم (٢٦) رياضى واللاعبين الاسوياء الذين تم اختيارهم بالطريقة العمدية من طلبة كلية التربية الرياضية بمدينة السادات تخصص كرة اليد وعددهم (٦) لاعبين .

جدول (١)

توصيف مجتمع البحث

العينة الاساسية	العينة الاستطلاعية	مجتمع البحث للمعاقين ذهنيا	العينة الاستطلاعية	العينة الاساسية	مجتمع البحث للاسوياء
١٤	١٢	١٤	٣	٣	٦

- عينة البحث :

وقد تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع البحث من الرياضيين المسجلين في مركز تدريب محافظة المنوفية للامبياد الخاص لكرة اليد المسجلين بالبطولة الوطنية للامبياد الخاص المصرى والتي اقيمت بالقاهرة فى الفترة من ٣-١٧/١٢/٢٠١٧ ، وبلغ عددهم (١٤) رياضيا.

التوصيف الاحصائي للعينة:

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والوسيط ومعامل الالتواء والتفطح لأفراد عينة البحث ن=١٤

المتغيرات	س -	ع±	الوسيط	معامل الالتواء	معامل التفطح
العمر الزمني	١٧,٠٠٠	١,٠٠٠	١٧	٠,٠٠٠	٠,٥٩٥
الطول	١٧٠,٥٧١	٢,٦٢٣	١٧٠,٥	٠,١٨٩	٠,١٥٣-
الوزن	٧٢,٦٠٧	٣,٢٣٠	٧٢,٥	٠,١٧٧	٠,٠٨١-
العمر التدريبي	١٤,٠٧١	١,٥٩٢	١٤,٥	٠,١٣٢	٠,٩٧٤-
مستوي الذكاء	٦٧,١٤٣	٢,٢١٤	٦٧,٥	٠,٠٨٨	١,٠١٨-

يتضح من الجدول (٢) أن قيم معامل الالتواء ومعامل التفطح في متغيرات السن والطول والوزن والعمر التدريبي قد انحصرت بين (٣- ، ٣+) مما يدل علي وقوع العينة تحت منحني جرس واحد ويؤكد علي تجانس أفراد عينة البحث.

جدول (٣)

تجانس افراد العينة في المتغيرات البدنية والمهارية

المتغيرات	س -	ع±	الوسيط	معامل الالتواء	معامل التفطح
العدو ٣٠ متر	٢٠,٤٢٩	١,٤٥٣	٢١	٠,٥٣٨-	١,٠١٥-
رمي كرة طبية	١٥,٨٥٧	١,٠٢٧	١٦	١,٣١٨	١,١٥٣
الوثب العريض	٤٥,٢٨٦	٣,٦٦٧	٤٧	٠,٥٥٠-	٠,٨٠٣-
الجري المتعرج	٤٤,٠٠٠	١,١٠٩	٤٤	٠,٧٨٩	٠,٦٠٩-
التمرير والاستقبال على الحائط	٧,٥٧١	٠,٩٣٨	٨	٠,٢٤٠-	٠,٤٩١-
مرونة الجذع والفخذ	٢٧,٤٢٩	٠,٩٣٨	٢٧	٠,٢٤٠	٠,٤٩١-
الجلوس من الرقود	١٧,٠٠٠	١,٢٤٠	١٧	٠,٠٠٠	٠,٣٢٥-
سرعة ودقة التمرير	٧,٠٠٠	٠,٧٨٤	٧	٠,٠٠٠	١,٢٥٦-
قوة التصويب	١,٥٧١	٠,٥١٤	٢	٠,٣٢٥-	٢,٢٤١-

يتضح من الجدول (٣) أن قيم معامل الالتواء ومعامل التفطح في المتغيرات البدنية والمهارية قد انحصرت بين (٣- ، ٣+) مما يدل علي وقوع العينة تحت منحني جرس واحد ويؤكد علي تجانس أفراد عينة البحث.

- أدوات البحث :

في ضوء أهداف البحث ومن خلال توجيهات المشرفين والمسح المرجعي قام الباحث بعرض مجموعة من التمرينات التي تم حصرها من المراجع والابحاث العلمية على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في تدريب كرة اليد عامة والمعاقين ذهنيا خاصة وذلك لاختيار انسب التمرينات للبرنامج التدريبي المقترح قيد البحث ، وقام الباحث بالتعاون مع هيئة الاشراف وبعد استطلاع رأى الخبراء في تصميم مقياس لاهم المتغيرات البدنية والمهارية في كرة اليد لاعداد الرياضيين من ذوى الاحتياجات الخاصة فئة المعاقين ذهنيا للمشاركة في أنشطة الاولمبياد الخاص سواء كانت وطنية او اقليمية او عالمية مرفق (١).

- وقد استعان الباحث في جمع البيانات بالوسائل التالية :-

١:المقابلة الشخصية

قام الباحث باجراء المقابلة الشخصية مع الخبراء المتخصصين في مجال المعاقين ذهنيا عامة وعلى رأسهم السيد الاستاذ الدكتور المدير الوطنى للاولمبياد الخاص المصرى وكذلك الخبراء المتخصصين في تدريب المعاقين ذهنيا لكرة اليد خاصة وعلى رأسهم المدير الفنى السابق للفريق الوطنى المصرى لكرة اليد الحاصل على المركز الثالث فى الاولمبياد الخاصة العالمية ٢٠١٥ بالولايات المتحدة الامريكية .

٢: تحليل المحتوى والوثائق

تم دراسة وتحليل محتوى البرامج والوثائق والمستندات التى تصلح كمعايير يمكن الحكم علي الوضع الراهن من خلالها ويمكن التوصل الى الفروق بين ما هو قائم وما يجب ان يكون عليه الوضع .

٣: البرنامج التدريبى

باسلوب الدمج لاعداد ذوى الاحتياجات الخاصة للمشاركة فى الاولمبياد الخاص فى كرة اليد من اعداد الباحث .

الاجراءات الميدانية والتي تتمثل فى المراحل الاتية :

*التطبيق القبلى .

*تطبيق البرنامج المقترح .

*التطبيق البعدى لادوات البحث .

*تحليل النتائج ومعالجتها احصائيا .

*تفسير النتائج فى ضوء الاطار النظرى للبحث ونتائج الدراسات والبحوث .

البرنامج التدريبى باسلوب الدمج لاعداد ذوى الاحتياجات الخاصة للمشاركة فى الاولمبياد الخاص

- الهدف من البرنامج :

- اعداد الاعيين المعاقين ذهنيا للمشاركة فى الاولمبياد الخاص
- دمج اللاعبين الاسوياء مع المعاقين ذهنيا .

- اسس وضع البرنامج :

- بعد الاطلاع على العديد من المراجع العلمية والابحاث الدراسات المرتبطة التى اهتمت بوضع البرامج التعليمية والتدريبية لذوى الاحتياجات الخاصة تم التوصل الى الاسس العلمية التالية
- 1- ان يحقق البرنامج الاهداف المرجوه منه
 - 2- ان يتناسب البرنامج مع مستوى الاداء الحالى للمشاركين فيه من حيث قدراتهم البدنية والمهارية
 - 3- تجنب اى عقاب بدنى او تهديد ووعيد مع تكرار التعزيز اللفظى والمديح لكافة اللاعبين
 - 4- التعاون التام بين المعاقين والاسوياء لانجاز هدف حركى مشترك
 - 5- مراعاة عوامل الامن واسلامة سواء فى اماكن التدريب او الادوات المستخدمة
 - 6- اختيار النموذج الجيد سواء من الاسوياء او المعاقين وتشجيعهم
 - 7- مراعاة التنوع فى الادوات والتدريبات المستخدمة لتجنب الشعور بالملل
 - 8- تقديم التدريبات بصورة مبسطة واعطاء فترات راحة عند ملاحظة التعب

- محتوى البرنامج التدريبى :

- يركز البرنامج التدريبى على المهارات الاساسية فى كرة اليد (تنطيط الكرة - التمرير والاستلام - التمرير الكراجى من الارتكاز - التصويب من الارتكاز - التصويب من الوثب)
- 1- الاستلام والتمرير بانواعه من الثبات والحركة والتدرج من السهل الى الصعب والتنوع فى التدريبات .
 - 2- تدريبات لتنمية التمرير من الارتكاز (على الحائط ، مع الزميل)
 - 3- تدريبات تنطيط الكرة المختلفة واتقان التنطيط والجرى بالكرة فى مسافات ضيقة ومزدحمة .
 - 4- التصويب الكراجى من الارتكاز مع مراعاة الدقة والقوة وتدريبات متنوعه لانتقانه .
 - 5- التصويب الكراجى من الوثب .

٦- التحركات الدفاعية والدفاع بأسلوب رجل لرجل مع التنوع فى التدريبات واستخدامها فى الالعاب الصغيرة.

٧- تدريبات حارس المرمى من خلال التدريبات الجماعية .

* ويحتوى البرنامج التدريبى على عدد (٣٦) وحدة تدريبية بواقع (٣) وحدات تدريبية اسبوعيا زمن الوحدة (٤٥ق)

ويتم تطبيق البرنامج قبل الاشتراك فى منافسات الاولمبياد الخاص بمدة لا تقل عن ثلاثة شهور .

جدول (٤)

المتغيرات البدنية	المتغيرات المهارية
رمى كرة لاقصى مسافة	تنطيط الكرة
الوثب العريض من الثبات	سرعة التمرير الكراجى من الارتكاز
م من بداية متحركة ٣٠ العدو	التمرير والاستلام على الحائط
مرونة الجذع والفخذ	دقة التصويب
٣٠ الجلوس من الرقود	

- الاختبارات المستخدمة فى البحث :

اعتمد الباحث فى اختياره للاختبارات التى يمكن ان تقيس المتغيرات قيد البحث على المسح المرجعى للمراجع العلمية والابحاث والدراسات السابقة التى اجريت فى مجال كرة اليد واستطلاع راي الخبراء والمتخصصين فى مجال كرة اليد عامة وكذلك المتخصصين فى مجال الاعاقات الذهنية مرفق (٢)

- اختبار المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث :

تعددت المراجع العلمية والابحاث والدراسات المرجعية فى الاختبارات التى تقيس المتغيرات البدنية والمهارية واختلف استخدامها من دراسة لآخرى غير ان الباحث قد اعتمد على الاكثر (وطبقا لاراء ٥ تكرارا لقياس المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث كما هو موضح بجذو (٢) السادة الخبراء كما هو موضح بمرفق (٣)

- ثبات الاختبارات :

جدول (٥)

معامل الارتباط بين التطبيقين (الأول - الثاني) لعينة الدراسة الاستطلاعية في اختبارات البحث البدنية والمهارة ن = ١٢

قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات
	ع±	س -	ع±	س -	
*٠,٩٨٠	١,٣٧٩	٢٠,٤١٧	١,٤٣٥	٢٠,٣٣٣	العدو ٣٠متر
*٠,٩٤٠	٠,٩٠٠	١٥,٥٨٣	١,٠٨٤	١٥,٤١٧	رمى كرة طبية
*٠,٩٦٩	٣,١٤٧	٤٤,٠٨٣	٣,٤٣٣	٤٣,٨٣٣	الوثب العريض
*٠,٨٩٨	١,٨٨١	٤٣,٩١٧	١,٩٤٦	٤٤,١٦٧	الجرى المتعرج
*٠,٩٢١	٠,٧٣٩	٧,٠٠٠	٠,٦٦٩	٧,٠٨٣	التمرير والاستقبال على الحائط
*٠,٩٧٢	١,٢١٥	٢٧,٧٥٠	١,٢٣١	٢٧,٦٦٧	مرونة الجذع والفخذ
*٠,٩٨٦	١,٦٧٦	١٧,٠٨٣	١,٥٩٥	١٧,٠٠٠	الجلوس من الرقود
*٠,٩٥٩	٠,٨٦٦	٦,٧٥٠	٠,٩٨٥	٦,٦٦٧	سرعة ودقة التمرير
*٠,٨٨٧	٠,٥٧٧	١,٨٣٣	٠,٦٢٢	١,٧٥٠	قوة التصويب

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,٥٧٦ ودرجة حرية = ١٠

يتضح من الجدول (٥) وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات البدنية والمهارة والذي يدل على ان الاختبارات على درجة عالية من الثبات.

- صدق الاختبارات البدنية والمهارة :

استخدم الباحث صدق المقارنة الطرفية بين الربيع الأدنى والربيع الأعلى وإيجاد الفروق بين اللاعبين عينة التطبيق وبلغ عددهم ١٢ رياضي

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالاتها بين كل من الربيع الأدنى والربيع الأعلى للاختبارات البدنية والمهارة قيد البحث ن=١٢

T .test	م ف	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		المتغيرات
		ن = ٣		ن = ٣		
		ع±	س -	ع±	س -	
٨,٤٨٥-	٣,٠٠٠-	٠,٥٠٠	٢١,٧٥٠	٠,٥٠٠	١٨,٧٥٠	العدو ٣٠متر
٣,٧٠٣-	٢,٠٠٠-	٠,٥٠٠	١٦,٢٥٠	٠,٩٥٧	١٤,٢٥٠	رمى كرة طبية
٦,٣٢٨-	٧,٢٥٠-	١,٥٠٠	٤٧,٧٥٠	١,٧٣٢	٤٠,٥٠٠	الوثب العريض

٧,٤٠٧-	٤,٠٠٠-	٠,٥٠٠	٤٦,٢٥٠	٠,٩٥٧	٤٢,٢٥٠	الجرى المتعرج
٢,٨٢٨-	١,٠٠٠-	٠,٥٠٠	٧,٧٥٠	٠,٥٠٠	٦,٧٥٠	التمرير والاستقبال على الحائط
٧,٠٧١-	٢,٥٠٠-	٠,٥٠٠	٢٨,٧٥٠	٠,٥٠٠	٢٦,٢٥٠	مرونة الجذع والفخذ
٦,٧٨٩-	٣,٢٥٠-	٠,٥٠٠	١٨,٢٥٠	٠,٨١٦	١٥,٠٠٠	الجلوس من الرقود
٣,٦٥٦-	١,٧٥٠-	٠,٥٠٠	٧,٧٥٠	٠,٨١٦	٦,٠٠٠	سرعة ودقة التمرير
٢,٨٢٨-	١,٠٠٠-	٠,٥٠٠	٢,٢٥٠	٠,٥٠٠	١,٢٥٠	قوة التصويب

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي معنوية (٠,٠٥) = ٢,٧٧٦ ودرجة حرية ٤

يتضح من الجدول (٦) وجود فروق دالة احصائيا عند مستوي دلالة (٠,٠٥) بين الربيع الادني والربيع الاعلي في الاختبارات المطبقة مما يدل علي ان الاختبارات علي درجة عالية من الصدق ولها القدرة علي اظهار الفروق وبالتالي تقيس ما وضعت من اجله وبصلح استخدامها.

- اختيار المساعدين :

بلغ عدد المساعدين الذين تم اختيارهم في تنفيذ الاجراءات والاختبارات قيد البحث عدد (٧) اشخاص من المدربين والمساعدين والمدرسين بالمدرسة الفكرية بمدينة السادات محافظة المنوفية مرفق (٣) ، حيث تم تدريبهم على كيفية تسجيل البيانات وكذلك متطلبات القياس وكيفية اداء الاختبارات والهدف منها وكذلك تزويدهم بالمعلومات الخاصة بالبرنامج التدريبي الذي يمكنه من الاجابة على كل الاسئلة والاستفسارات التي من المحتمل ان توجههم اثناء تطبيق الاختبارات والقياسات وكذلك اثناء تطبيق البرنامج التدريبي .

- الاجهزة المستخدمة في البحث:-

جهاز الرستامير لقياس طول الجسم

- ميزان طبي لقياس الوزن
- ساعة ايقاف
- شريط قياس
- كرات يد قانونية
- كرات بلاستيك ملونة مختلفة المقاس
- مسطرة مدرجة بالسنتيمتر
- اقماع تدريب ملونة
- بالونات ملونة

- الخطوات الادارية :-

- الحصول على موافقة اولياء الامور لمشاركة ابنائهم فى البرنامج التدريبى
- جلسات مع المساعدين فى تنفيذ البرنامج التدريبى قبل التنفيذ لتوعيتهم وشرح خطوات البرنامج واليات التنفيذ
- التواصل مع المدرسة الفكرية للحصول على السجلات الازمة الخاصة بللاعبين قيد البحث من المعاقين ذهنيا .
- التواصل مع كلية التربية الرياضية بمدينة السادات بخصوص اللاعبين الاسوياء قيد البحث .

- بالنسبة لذوى الاحتياجات الخاصة

- ان يكونوا من فئة القابلين للتعلم وتتراوح نسبة ذكائهم من (٥٥-٧٠) درجة
- ان تتراوح اعمارهم من (١٥ - ٢١) سنة .
- موافقة اولياء امورهم على مشاركة ابنائهم فى البرنامج التدريبى .
- ان لا يوجد اى اعاقات اخرى مصاحبة للاعاقة الذهنية مثل (ثقب بالقلب - ارتخاء الاعصاب) .

- بالنسبة للاعبين للاسوياء

- تتراوح اعمارهم من (١٦-٢١) سنة .
- ان تكون اتجاهتهم ايجابية نحو المعاقين ذهنيا ويقبلون مشاركتهم فى الانشطة .
- موافقة اولياء امورهم على مشاركة ابنائهم فى البرنامج التدريبى .
- الا يعانى الاسوياء من اى جانب من جوانب الاضطرابات السلوكية .

- وسائل جمع البيانات

تم الحصول على بيانات السن ،نسبة الذكاء ، العمر العقلى ، لافراد عينة البحث من خلال السجلات الخاصة بهم والموجودة بالمراكز والمدارس التى ينتمون اليها ، وكلية التربية الرياضية بمدينة السادات .

- استطلاع راي الخبراء

قام الباحث بعرض البرنامج التدريبى باسلوب الدمج على الخبراء المتخصصين فى مجال المعاقين ذهنيا لمعرفة مدى ملائمة البرنامج والمتغيرات البدنية والمهارية على قدرات واستعدادات افراد عينة البحث (المعاقين ذهنيا والاسوياء) وبعد اجراء التعديلات التى اثار اليها الخبراء اصبح البرنامج فى صورته النهائية .

- الدراسة الاستطلاعية :

- الدراسة الاستطلاعية الاولى :

من خلال طبيعة هذه الدراسة قام الباحث باجراء دراسات استطلاعية وذلك لاكتشاف اهم العقبات والسلبيات التى يمكن ان تقابل الباحث اثناء تطبيق الدراسة الاساسية وكيفية التغلب عليها وعلاج هذه السلبيات وايجاد الحلول المناسبة .

وقد قام الباحث باجراء الدراسة الاستطلاعية الاولى يوم الخميس الموافق ١-١١-٢٠١٨ الى يوم الاحد ٤-١١-٢٠١٨ على العينة الاستطلاعية وكان عددهم (١٢) رياضيا من خارج العينة الاساسية ومن نفس مجتمع البحث .

-: وكانت اهم اهداف هذه الدراسة هو التالى

- ١- تحديد اماكن اجراء الاختبارات والقياسات البدنية والمهارية
- ٢- تدريب المساعدين على كيفية اداء الاختيارات ودقة تسجيل النتائج
- ٣- التأكد من صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة فى القياس .

- الدراسة الاستطلاعية الثانية :

قام الباحث باجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية يوم الخميس الموافق ٨-١١-٢٠١٨ الى يوم الاحد ١١-١١-٢٠١٨ على العينة الاستطلاعية وكان عددهم (١٢) رياضيا من خارج العينة الاساسية ومن نفس مجتمع البحث .

-: وكانت اهم اهداف هذه الدراسة هو التالى

- ١- تحديد شدة وحجم وفترات الراحة المناسبة لكل اختبار .
- ٢- الوقوف على المستوى البدنى والمهارى لعينة البحث وذلك لتشكيل حمل التدريب المناسب .
- ٣- تحديد الحد الاقصى لكل لاعب فى كل تمرين من تمارين البرنامج التدريبي

وكانت اهم النتائج من الدراسات الاستطلاعية

- ١- تحديد الحد الاقصى لكل رياضى لكل تمرين من تمارين البرنامج
- ٢- الوقوف على المستوى البدنى والمهارى للرياضيين المشاركين فى البرنامج
- ٣- تحديد الشدة والحجم وفترات الراحة المناسبة

- إجراءات التطبيق

- القياسات القبلية

قام الباحث بإجراء القياسات القبلية على أفراد المجموعة الواحدة (اللاعبين المعاقين ذهنياً والاسوياء معاً) في المتغيرات البدنية والمهارية (قيد البحث) وذلك في الفترة من الجمعة الموافق ٢٢/٢/٢٠١٩ وحتى يوم الخميس الموافق ٢٨/٢/٢٠١٩ .

وقد راعى الباحث في إجراء القياسات ما يلي:-

* ان يتم إجراء القياسات في ظروف مماثلة لجميع أفراد العينة وفي نفس التوقيتات

* ان يتم استخدام ادوات قياس واحدة لجميع أفراد العينة

- خطوات تقنين البرنامج التدريبي :

قام الباحث بتحديد اهم متغيرات البرنامج التدريبي فيما يلي

*الفترة التدريبية لتطبيق البرنامج التدريبي

*الفترة الزمنية (عدد الاسبوع) المناسبة لتطبيق البرنامج

*تحديد عد مرات التكرار للوحدة التدريبية الاسبوعية

*تحديد عدد فترات التدريب خلال وحدة التدريب اليومية

*تحديد زمن الوحدة التدريبية

*تشكيل الاحمال المستخدمة في التدريب

-تطبيق البحث الاساسي :

بعد قيام الباحث بالدراسة الاستطلاعية وما الت اليه من نتائج قام الباحث بإجراء الدراسة

-: الاساسية وقد اجريت كالتالي

تم تطبيق البرنامج التدريبي بأسلوب الدمج على أفراد المجموعة التجريبية (اللاعبين المعاقين

وحتى الجمعة ٢٠١٩ / ٣ / ١٥) اسبوع في الفترة من الجمعة ١٢ ذهنيًا والاسوياء معاً) بواقع (

م، وقد تم مراعاة الاسس الخاصة بالبرنامج عند التطبيق ٢٠١٩ / ٦ / ٧

- القياس البيني (التتبعي) :

تم إجراء القياسات البعدية في الفترة من الاربعاء ٢٠١٩ / ٤ / ٢٠ م وحتى الثلاثاء ٢٨

/ ٤ / ٢٠١٩ م وذلك في المتغيرات البدنية والمهارية (قيد البحث) التي تم تطبيقها في القياسات

القبلية بنفس الشروط والاجراءات .

- القياس البعدي :

تم اجراء القياسات البعدية فى الفترة من الاربعا ٢٠١٩ / ٦ / ١٢ م وحتى الثلاثاء ١٨ / ٦ / ٢٠١٩ م وذلك فى المتغيرات البدنية والمهارية (قيد البحث) التى تم تطبيقها فى القياسات القبلية بنفس الشروط والاجراءات .

- المعالجات الاحصائية :

فى ضوء طبيعة واهداف وفروض البحث استخدم الباحث الاساليب الاحصائية

التالية :

*الانحراف المعياري	*المتوسط الحسابي
*معامل الالتواء	* الوسيط
*معامل الارتباط البسيط	*اختبار "ت"
	*نسبة التحسن المئوية

- عرض ومناقشة النتائج :

- عرض ومناقشة الفرض الاول :

توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلى - البينى - البعدى للمتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدى .

جدول (٧)

تحليل التباين للقياسات القبلية والبينية والبعدية للمجموعة فى المتغيرات البدنية قيد البحث =

١٢

قيمة " ف "	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	
٧,٧٦٤	١٢,٢٨٦	٢	٢٤,٥٧١	بين المجموعات	العدو ٣٠متر
	١,٥٨٢	٣٩	٦١,٧١٤	داخل المجموعات	
		٤١	٨٦,٢٨٦	المجموع الكلي	
٣٣,٤٤٠	٣٨,٩٥٢	٢	٧٧,٩٠٥	بين المجموعات	رمى كرة طبية
	١,١٦٥	٣٩	٤٥,٤٢٩	داخل المجموعات	
		٤١	١٢٣,٣٣٣	المجموع الكلي	
٢١,٧٤٩	٣٠٢,٠٩٥	٢	٦٠٤,١٩٠	بين المجموعات	الوثب العريض

	١٣,٨٩٠	٣٩	٥٤١,٧١٤	داخل المجموعات	
		٤١	١١٤٥,٩٠٥	المجموع الكلي	
٥,٩٠٥	٢٧,٨٨١	٢	٥٥,٧٦٢	بين المجموعات	مرونة الجذع والفخذ
	٤,٧٢٢	٣٩	١٨٤,١٤٣	داخل المجموعات	
		٤١	٢٣٩,٩٠٥	المجموع الكلي	
١٠,٨١٢	٢٤,٥٩٥	٢	٤٩,١٩٠	بين المجموعات	الجلوس من الرقود
	٢,٢٧٥	٣٩	٨٨,٧١٤	داخل المجموعات	
		٤١	١٣٧,٩٠٥	المجموع الكلي	

قيمة (ف) الجدولية عند درجة حرية (٢ ، ٣٩) = ٣,٢٥

تشير نتائج جدول (٧) الي وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات البعدية للمجموعات الثلاثة في المتغيرات البدنية قيد البحث.

حيث يوضح جدول (١٠) تحليل التباين للقياسات القبلية والبينية والبعدية للمجموعة في المتغيرات البدنية قيد البحث والتي اظهرت وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني - البعدي) للمتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدي ، حيث كانت قيمة (ف المحسوبة) بين (٧,٧٦٤ - ٣٣,٤٤٠) وكانت قيمتها اكبر من قيمة ف الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ، لذا سوف يقوم الباحث باجراء اختبار L.S.D للتعرف على اتجاه الفروق الدالة .

جدول (٨)

اقل فرق معنوي (LSD) بين متوسطات المجموعات الثلاثة للقياس البعدي في المتغيرات البدنية

$$١٢ = ن$$

القياسات البعدية	القياسات البينية	القياسات القبلية		القياسات	وحدة القياس	المتغيرات
١,٨٥٧١٤*	١,١٤٢٨٦*		٢٠,٤٢٩	القياسات القبلية		العدو ٣٠متر
٠,٧١٤٢٩			١٩,٢٨٦	القياسات البينية		
			١٨,٥٧١	القياسات البعدية		
-٣,٢٨٥٧١*	-١,١٤٢٨٦*		١٥,٨٥٧	القياسات القبلية		رمي كرة طبية
-٢,١٤٢٨٦*			١٧,٠٠٠	القياسات البينية		
			١٩,١٤٣	القياسات البعدية		

-٩,١٤٢٨٦*	-٣,١٤٢٨٦*		٤٥,٢٨٦	القياسات القبلية	الوثب العريض
-٦,٠٠٠٠٠*			٤٨,٤٢٩	القياسات البينية	
			٥٤,٤٢٩	القياسات البعدية	
-٢,٧٨٥٧١*	-١,٧٨٥٧١*		٢٧,٤٢٩	القياسات القبلية	مرونة الجذع والفتحة
-١,٠٠٠٠٠			٢٩,٢١٤	القياسات البينية	
			٣٠,٢١٤	القياسات البعدية	
-٢,٦٤٢٨٦*	-١,٥٠٠٠٠*		١٧,٠٠٠	القياسات القبلية	الجلوس من الرقود
-١,١٤٢٨٦			١٨,٥٠٠	القياسات البينية	
			١٩,٦٤٣	القياسات البعدية	

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني - البعدى) للمتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدى على النحو التالى (متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البيني فى جميع الاختبارات لصالح متوسط القياس البيني ، ومتوسط القياس البيني ومتوسط القياس ومتوسط القياس البيني ومتوسط القياس البعدى فى جميع الاختبارات لصالح متوسط القياس البعدى ، ومتوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدى فى جميع الاختبارات لصالح متوسط القياس البعدى .

ويتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني - البعدى) فى اختبار العدو ٣٠ متر لصالح القياس البعدى ووجود نسبة تحسن بين متوسط القياس القبلي (٢٠,٤٢٩) ومتوسط القياس والبعدى (١٨,٥٧١) لصالح القياس البعدى. ويعزى الباحث ذلك الى ان التدريبات المهارية التى اعتمدت على سرعة اللاعب فى الاداء والجرى السريع والاداء المشابه للمباراة والاعتماد على الهجوم الخاطف السريع وذلك لان بمجرد فقد الفريق المهاجم للكرة ينتقل الفريق المدافع من حالة الدفاع الى حالة الهجوم الخطف باتجاه مرمى الفريق المنافس مما يتطلب سرعة فائقة للتحويل من الدفاع الى الهجوم قبل ان ينظم الفريق المدافع خطوطه الدفاعية ، مما يتطلب سرعة انتقالية لاحراز هدف فى اقل زمن ممكن .

كما يتضح ايضا من جدول (١١) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني - البعدى) فى رمى كرة طبية لصالح القياس البعدى ووجود نسبة تحسن بين متوسط القياس القبلي (١٥,٨٥٧) ومتوسط القياس والبعدى (١٩,١٤٣) لصالح القياس البعدى .

ويرجع الباحث هذا التحسن الى الاثر الايجابي للبرنامج التدريبي باستخدام التدريبات المهارية الخاصة المشابهة للاداء التي ساعدت اللاعبين على اداء مهارة التصويب الكراجي بسهولة نتيجة التكرارات المشابهة للاداء وتحسن اللياقة العضلية فى القوة العضلية .

كما يتضح ايضا من جدول (١١) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلى - البينى - البعدى) فى اختبار الوثب العريض لصالح القياس البعدى ووجود نسبة تحسن بين متوسط القياس القبلى (٤٥,٢٨٦) ومتوسط القياس والبعدى (٥٤,٤٢٩) لصالح القياس البعدى . ويعزى الباحث ذلك الى ان الوثب العالى لليقيام بحائط الصد يتطلب قوة مميزة بالسرعة للرجلين حتى يستطيع اللاعب الى ان يصل الى اعلى نقطة والتي معها لا يتمكن اللاعب المصوب من التصويب على المرمى بقوة . ويرجع الى الاثر الايجابي للبرنامج التدريبي الذى اهتم بالتمرينات المهارية الخاصة التي ساهمت فى تحسن القدرة العضلية للاعبين لاداء حائط الصد بالشكل الامثل والتصدي للكرات المصوبة ، كذلك القدرة على اداء التصويب من الوثب العالى باستخدام تدريبات مشابهة لطبيعة الاداء وتكرار الاداءات المختلفة .

كما يتضح ايضا من جدول (١١) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلى - البينى - البعدى) فى اختبار مرونة الجذع والفخذ لصالح القياس البعدى ووجود نسبة تحسن بين متوسط القياس القبلى (٢٧,٤٢٩) ومتوسط القياس والبعدى (٣٠,٢١٤) لصالح القياس البعدى .

ويرجع الباحث هذا التحسن الى الاثر الايجابي للبرنامج التدريبي باستخدام التدريبات المهارية الخاصة المشابهة للاداء التي ساعدت اللاعبين على اداء المهارات بسهولة نتيجة التكرارات المشابهة للاداء مثل التمرير والاستلام والصويب والمهارات الدفاعية ومهارات حارس المرمى التي تعتمد بشكل كبير على المرونة. ويتضح ايضا من جدول (١١) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلى - البينى - البعدى) فى اختبار الجلوس من الرقود لصالح القياس البعدى ووجود نسبة تحسن بين متوسط القياس القبلى (١٧,٠٠٠) ومتوسط القياس والبعدى (١٩,٦٤٣) لصالح القياس البعدى .

ويرجع الباحث هذا التحسن الى الاثر الايجابي للبرنامج التدريبي باستخدام التدريبات المهارية الخاصة المشابهة للاداء التي ساعدت اللاعبين على اداء المهارات بسهولة نتيجة التكرارات المشابهة للاداء مثل التمرير والاستلام والصويب مع تاخر التعب وذلك باستخدام تدريبات مشابهة لطبيعة الاداء .

وتتفق هذه النتائج مع و حامد محمد حامد الكومى (٢٠٠٨م) (٣) ، و فكري لطيف متولى (٢٠١٥) (٨) و مشارى عيسى الرويع (٢٠٠٩م) (٩) ان الانشطة الرياضية المعدلة تعمل من خلال برامجها على مساعدة المعاق على تحقيق النمو البدنى واعاده تاهيله ومساعدته على الاعتماد على نفسه وتحقيق التكيف لحياه افضل مع محاوله دمجهم فى المجتمع .

كما ان الاعداد البدنى يعمل على تنمية وتطوير اللياقة الوظيفية للرياضى عن طريق رفع كفاءة الجسم للقيام بوظائفه ، ورفع اللياقة الحركية بزيادة مستوى الاداء فى الانشطة المختلفة مع الاعتماد على اسلوب الدمج مع الاسوياء .
وتتمية القدرات البدنية للفرد الرياضى من المعاقين ذهنيا له تاثير ايجابى على تحسن القدرات المهارية بما يؤثر على مستوى الاداء خلال المنافسات الرياضية .

- عرض ومناقشة الفرض الثانى :

توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلى - البينى - البعدى للمتغيرات المهارية قيد البحث لصالح القياس البعدى.

جدول (٩)

تحليل التباين للقياسات القبلىة والبينية والبعدية للمجموعة فى المتغيرات البدنية والمهارية قيد

البحث ن = ١٢

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة " ف "
الجرى المتعرج بالكرة	بين المجموعات	٢١٩,٦١٩	٢	١٠٩,٨١٠	٣٩,٥٤٩
	داخل المجموعات	١٠٨,٢٨٦	٣٩	٢,٧٧٧	
	المجموع الكلى	٣٢٧,٩٠٥	٤١		
التمرير والاستقبال على الحائط	بين المجموعات	٣٧,٧٦٢	٢	١٨,٨٨١	٢٢,٧٥٧
	داخل المجموعات	٣٢,٣٥٧	٣٩	.٨٣٠٠	
	المجموع الكلى	٧٠,١١٩	٤١		
سرعة ودقة التمرير	بين المجموعات	٤٩,٠٠٠	٢	٢٤,٥٠٠	٣٠,٢٦٥
	داخل المجموعات	٣١,٥٧١	٣٩	.٨١٠٠	
	المجموع الكلى	٨٠,٥٧١	٤١		
قوة التصويب	بين المجموعات	٢١,٠٠٠	٢	١٠,٥٠٠	١٦,٠٥٩

داخل المجموعات	٢٥,٥٠٠	٣٩	٦٥٤٠.
المجموع الكلي	٤٦,٥٠٠	٤١	

قيمة (ف) الجدولية عند درجة حرية (٢ ، ٣٩) = ٣,٢٥

تشير نتائج جدول (٩) الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات البعدية للمجموعات الثلاثة في المتغيرات المهارية قيد البحث.

حيث يوضح جدول (١٠) تحليل التباين للقياسات القبلية والبيئية والبعدية للمجموعة في المتغيرات المهارية قيد البحث والتي اظهرت وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلي - البيئي - البعدي) للمتغيرات المهارية قيد البحث لصالح القياس البعدي ، حيث كانت قيمة (ف المحسوبة) بين (١٦,٠٥٦ - ٣٩,٥٤٩) و الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ، لذا سوف يقوم الباحث باجراء اختبار L.S.D للتعرف على اتجاه الفروق الدالة .

جدول (١٠)

اقل فرق معنوي (LSD) بين متوسطات المجموعات الثلاثة للقياس البعدي في المتغيرات

البدنية ن = ١٢

القياسات البعدية	القياسات البيئية	القياسات القبلية		القياسات	المتغيرات
٥,٥٧١٤٣*	٢,٢٨٥٧١*		٤٤,٠٠٠	القياسات القبلية	الجرى المتعرج
٣,٢٨٥٧١*			٤١,٧١٤	القياسات البيئية	
			٣٨,٤٢٩	القياسات البعدية	
-	-		٧,٥٧١	القياسات القبلية	التمرير والاستقبال على الحائط
٢,٢٨٥٧١*	٠,٧٨٥٧١*		٨,٣٥٧	القياسات البيئية	
-			٩,٨٥٧	القياسات البعدية	
			١٩,٦٤٣	القياسات البعدية	
-	-		٧,٠٠٠	القياسات القبلية	سرعة ودقة التمرير
٢,٦٤٢٨٦*	١,٢١٤٢٩*		٨,٢١٤	القياسات البيئية	
-			٩,٦٤٣	القياسات البعدية	
-	-		١,٥٧١	القياسات القبلية	قوة التصويب
١,٧١٤٢٩*	١,٠٧١٤٣*				

-		٢,٦٤٣	القياسات البينية
.٦٤٢٨٦*		٣,٢٨٦	القياسات البعدية

تشير نتائج جدول (١٠) الي وجود فروق ذات دلالة احصائية بين (LSD) وبين متوسطات فروق القياسات الثلاث لمجموعة البحث (قبلي - بيني - بعدي) لصالح المتوسط الاكبر على النحو التالي (متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البيني في جميع الاختبارات لصالح متوسط القياس البيني و متوسط القياس البيني ومتوسط القياس البعدي في جميع الاختبارات لصالح متوسط القياس البعدي و متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي في جميع الاختبارات لصالح متوسط القياس البعدي) .

يتضح من نتائج جدول (١٣) وجود فروق دالة احصائية بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني - البعدي) في اختبار تطبيق الكرة لصالح القياس البعدي ووجود نسبة تحسن بين متوسط القياس القبلي (٤٤,٠٠٠) ومتوسط القياس والبعدي (٣٨,٤٢٩) لصالح القياس البعدي عن طريق الجري المتعرج .

ويرجع الباحث هذا التحسن الى الاثر الايجابي للبرنامج التدريبي الذي اهتم باداء مهارة تطبيق الكرة في الوحدات التدريبية والاعتماد على الالعاب الصغيرة التي تطفى نوع من التشويق والمتعة وجو من المرح والسرور لدى هذه الفئة من الرياضيين (المعاقين ذهنيا) .

كما يتضح من نتائج جدول (١٣) وجود فروق دالة احصائية بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني - البعدي) في اختبار التمرير والاستقبال على الحائط لصالح القياس البعدي ووجود نسبة تحسن بين متوسط القياس القبلي (٧,٥٧١) ومتوسط القياس والبعدي (٩,٨٥٧) لصالح القياس البعدي.

ويرجع الباحث هذا التحسن الى اهتمام البرنامج التدريبي الذي اهتم باداء مهارة التمرير والاستلام في الوحدات التدريبية والاعتماد على الالعاب الصغيرة التي تطفى نوع من التشويق والمتعة وجو من المرح والسرور لدى هذه الفئة من الرياضيين (المعاقين ذهنيا) .

كما ان البرنامج التدريبي اهتم بتمرينات مهارية خاصة لمهارة التمرير والاستلام ومشابه لطبيعة الاداء المهارى وتكرار الاداءات المختلفة سواء بكرات طبية او مقاومات

كما يتضح من نتائج جدول (١٣) وجود فروق دالة احصائية بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني - البعدي) في اختبار سرعة ودقة التمرير لصالح القياس البعدي ووجود نسبة

تحسن بين متوسط القياس القبلي (٧,٠٠٠) ومتوسط القياس والبعدي (٩,٦٤٣) لصالح القياس البعدي.

ويرجع الباحث هذا التحسن الى الاثر الايجابي للبرنامج التدريبي باستخدام التدريبات المهارية الخاصة المشابهة للاداء التي ساعدت اللاعبين على اداء المهارات بسهولة نتيجة التكرارات المشابهة للاداء مثل التمرير والاستلام والصويب مع تاخر التعب وذلك باستخدام تدريبات مشابهة لطبيعة الاداء

وكان اختبار له شروط خاصة مختلفة عن اداء التمرير والاستلام على الحائط لقياس دقة وقوة التمرير ، مع التركيز فى الوحدات التدريبية على التمرينات المهارية الخاصة التى تهتم بتلك المهارة من خلال التكرارات المشابهة للاداء فى المباريات .

كما يتضح ايضا من نتائج جدول (١٣) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني - البعدي) فى اختبار سرعة ودقة التمرير لصالح القياس البعدي ووجود نسبة تحسن بين متوسط القياس القبلي (١,٥٧١) ومتوسط القياس والبعدي (٣,٢٨٦) لصالح القياس البعدي.

ويرجع الباحث هذا التحسن الى الاثر الايجابي للبرنامج التدريبي باستخدام التدريبات المهارية الخاصة المشابهة للاداء التي ساعدت اللاعبين على اداء المهارات بسهولة نتيجة التكرارات المشابهة للاداء من خلال التدريبات المهارية الخاصة بالصويب مع تاخر التعب وذلك باستخدام تدريبات مشابهة لطبيعة الاداء خلال المباريات .

وتتفق هذه النتائج مع كل من و مشارى عيسى الرويع (٢٠٠٩م) (٨) وحسام الدين قطب (٢٠١٦) (٤) على ضرورة الاهتمام بالانشطة الرياضية المعدلة تعمل من خلال برامجها على مساعدة المعاق على تحقيق النمو البدني واعاده تاهيله ومساعدته على الاعتماد على نفسه وتحقيق التكيف لحياء افضل مع محاوله دمجهم فى المجتمع .

كما ان الاعداد المهارى يعمل على رفع اللياقة الحركية بزيادة مستوى الاداء فى الانشطة المختلفة مع الاعتماد على اسلوب الدمج مع الاسوياء .

وتتمية القدرات المهارية للفرد الرياضى من المعاقين ذهنيا له تاثير ايجابي على تحسن القدرات الاداء الخططى بما يؤثر على مستوى الاداء خلال المنافسات الرياضية .

- عرض ومناقشة الفرض الثالث :

توجد نسبة تحسن بين متوسطات قياسات البحث (القبلي - البيني - البعدي) فى الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث .

جدول (١١)

نسبة التحسن بين متوسطات قياسات البحث (القبلي - البيني - البعدي) في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث ن = ١٢

٣٧,٧٥٧	١٧,٣٤٣		٧,٠٠٠	القياسات القبليّة	سرعة ودقة التمرير
١٧,٣٩٧			٨,٢١٤	القياسات البينيّة	
			٩,٦٤٣	القياسات البعديّة	
١٠٩,١٦٦	٦٨,٢٣٧		١,٥٧١	القياسات القبليّة	قوة التصويب
٢٤,٣٢٨			٢,٦٤٣	القياسات البينيّة	
			٣,٢٨٦	القياسات البعديّة	

يتضح من جدول (١١) نسبة التحسن بين متوسطات قياسات البحث (القبلي - البيني - البعدي) في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث.

ويتضح من جدول (١١) وجود نسبة تحسن بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني - البعدي) للمتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدي على النحو التالي (متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البيني في جميع الاختبارات لصالح متوسط القياس البيني ، ومتوسط القياس البيني ومتوسط القياس البعدي ومتوسط القياس البيني ومتوسط القياس البعدي في جميع الاختبارات لصالح متوسط القياس البعدي ، ومتوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي في جميع الاختبارات لصالح متوسط القياس البعدي .

ويرجع الباحث نسبة التحسن بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني - البعدي) في اختبار العدو ٣٠ متر لصالح القياس البعدي ووجود نسبة تحسن بين متوسط القياس القبلي (٢٠,٤٢٩) ومتوسط القياس والبعدي (١٨,٥٧١) لصالح القياس البعدي ، ويعزى الباحث ذلك الى ان التدريبات المهارية التي اعتمدت على سرعة اللاعب في الاداء والجرى السريع والاداء المشابه للمباراة .

وجاءت نسبة التحسن بين القياس القبلي والبيني (٧,٢٠٨) والقياس البعدي (٢٠,٧٢٣) في اختبار رمي كرة طبية ، ويرجع الباحث ذلك الى الاثر الايجابي للبرنامج التدريبي باستخدام

اسلوب الدمج مع الاسوياء والتي ساعدت الرياضيين من فئة المعاقين ذهنيا على التحسن فى الاداء .

وجاءت نسبة التحسن بين القياس القبلى والبينى (٦,٥٠٨) والقياس البعدى (١٠,١٥٣) فى اختبار مرونة الجذع والفخذ، ويرجع الباحث ذلك الى الاثر الايجابى للبرنامج التدريبى باستخدام اسلوب الدمج مع الاسوياء والتي ساعدت الرياضيين من فئة المعاقين ذهنيا على التحسن فى الاداء ، وكذلك استخدام التدريبات الخاصة والمشابهة لطبيعة الاداء . كما ان نسبة التحسن بين القياس القبلى والبينى (٦,٥٠٨) والقياس البعدى (١٠,١٥٣) فى اختبار الوثب العريض ، ويعزى الباحث ذلك التحسن الى الاثر الايجابى للبرنامج التدريبى باستخدام اسلوب الدمج مع الاسوياء والتي ساعدت الرياضيين من فئة المعاقين ذهنيا على التحسن فى الاداء ، وكذلك استخدام التدريبات الخاصة والمشابهة لطبيعة الاداء .

كما ان نسبة التحسن بين القياس القبلى والبينى (٦,٩٤٠) والقياس البعدى (١٢,٣٨٩) فى اختبار الوثب العريض ، ويعزى الباحث ذلك الى الاثر الايجابى للبرنامج التدريبى باستخدام اسلوب الدمج مع الاسوياء والتي ساعدت الرياضيين من فئة المعاقين ذهنيا على التحسن فى الاداء ، وكذلك استخدام التدريبات الخاصة والمشابهة لطبيعة الاداء .

وتتفق هذه النتائج مع كل من حامد محمد حامد الكومى (٢٠٠٨م) (٣) ، وحسام الدين قطب (٢٠١٦) (٤) على ضرورة الاهتمام بالانشطة الرياضية المعدلة التى تعمل من خلال برامجها على مساعدة المعاق على تحقيق النمو البدنى واعاده تاهيله ومساعدته على الاعتماد على نفسه وتحقيق التكيف لحياه افضل مع محاوله دمجهم فى المجتمع

كما ان الاعداد المهارى يعمل على رفع اللياقة الحركية بزيادة مستوى الاداء فى الانشطة المختلفة مع الاعتماد على اسلوب الدمج مع الاسوياء.

ويعزى الباحث ذلك التحسن الى الاثر الايجابى للبرنامج التدريبى باستخدام اسلوب الدمج مع الاسوياء والتي ساعدت الرياضيين من فئة المعاقين ذهنيا على التحسن فى الاداء ، وكذلك استخدام التدريبات الخاصة والمشابهة لطبيعة الاداء اثناء المباريات ، حيث يشير كل من كمال درويش ، قدرى مرسى ، عماد الين ابو اليزيد الى ان الصفات البدنية اصبحت ضرورية للاعب كرة اليد حيث ان لها اثر مباشر على مستوى الاداء المهارى للاعب ، كما يشير ايضا ابراهيم الزهيرى وفكرى لطيف متولى على ضرورة الاهتمام بالانشطة الرياضية للمعاقين وضرورة دمجهم مع اقرانهم من الاسوياء .

- الاستخلاصات والتوصيات :

- الاستخلاصات :

في ضوء اهداف البحث وفروضه وفي حدود مجتمع الدراسة والمعالجات الاحصائية

تم التوصل الى الاستخلاصات الاتية :-

- ❖ وجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني - البعدى) للمتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدى ، حيث كانت قيمة (ف المحسوبة) بين (٧,٧٦٤ - ٣٣,٤٤٠) وكانت قيمتها اكبر من قيمة ف الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥)
- ❖ فى اختبار تنطيط الكرة لصالح القياس البعدى ووجود نسبة تحسن بين متوسط القياس القبلي (٤٤,٠٠٠) ومتوسط القياس والبعدى (٣٨,٤٢٩) لصالح القياس البعدى عن طريق الجرى المتعرج .
- ❖ وفى اختبار سرعة ودقة التميرر لصالح القياس البعدى ووجود نسبة تحسن بين متوسط القياس القبلي (٧,٠٠٠) ومتوسط القياس والبعدى (٩,٦٤٣) لصالح القياس البعدى. وفى اختبار دقة التصويب لصالح القياس البعدى ووجود نسبة تحسن بين متوسط القياس القبلي (١,٥٧١) ومتوسط القياس والبعدى (٣,٢٨٦) لصالح القياس البعدى.

- التوصيات :

من خلال نتائج البحث وفي ضوء ما توصل اليه الباحث من استخلاصات

يوصى الباحث بما يلى :-

- ❖ الاولمبياد الخاص المصرى :الاهتمام بتلك الفئة وعمل توثمة بينه وبين الاتحاد الرياضى المصرى لكرة اليد لتقل المدربين وكيفية التعامل مع تلك الفئة من ذوى الاحتياجات الخاصة
- ❖ السادة المدربين :وضع برامج تدريبية باستخدام الاستراتيجيات الحديثة والتقنيات بالتعاون مع برنامج الاولمبياد الخاص .
- ❖ السادة الباحثين والخريجين : اجراء مثل هذه البحوث فى مختلف الرياضات لزيادة المشاركة المجتمعية لهذه الفئة من الرياضيين والمساعدة فى دمجهم مع اقرانهم من الاسوياء .
- ❖ مراعاة عوامل الامن والسلامة خلال تنفيذ مثل هذه البرامج لذوى الاحتياجات الخاصة
- ❖ تزويد وتوعيه الخريجين بمثل هذه البرامج وتأهيلهم حتى يتمكنوا من العمل مع ذوى الاحتياجات الخاصة.

- المراجع العربية والاجنبية :

- ١- ابراهيم الزهيري (٢٠٠٣): تربية المعاقين والموهوبين ونظم تعليمهم اطار فلسفى وخبرات علمية، دار الفكر العربى ،القاهرة
- ٢- البانور لينش (١٩٩٩): دمج الاطفال المتخلفين عقليا فى مرحلة ما قبل المدرسة ، ترجمة سمه طه جميل وهاله الجروانى ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة
- ٣- حامد محمد حامد الكومى(٢٠٠٨م): " تأثير الدمج بين التلاميذ المعاقين ذهنيا و الاسوياء على السلوك التوافقي و مستوى أداء بعض المهارات الاساسية فى كرة اليد"، انتاج علمى
- ٤- حسام الدين قطب (٢٠١٦) : تاثير برنامج تدريبي باستخدام التمرينات النوعية على بعض القدرات الحركية الخاصة وفاعلية اداء النهارات الهجومية لدى لاعبي المبارزة - رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية جامعة اسيوط فرع الوادى الجديد.
- ٥- رونالد كولاروسو (٢٠٠٤) : تعليم ذوى الاحتياجات الخاصة لكل المعلمين، الجزء الاول ، ترجمة احمد الشامى واخرون ، هيئة فولبرايت .
- ٦- زينب شقير (٢٠٠٢): خدمات ذوى الاحتياجات الخاصة ، الجزء الثالث، مكتبة النهضة ، القاهرة ، القاهرة.
- ٧- عفاف عبدالكريم(١٩٩٥م):"البرامج الحركية والتدريس للصغار،منسأة المعارف،الاسكندرية
- ٨- فكرى لطيف متولى (٢٠١٥): اساليب التدريس للمعاقين ،دار الفكر ، القاهرة.
- ٩- مشارى عيسى الرويع(٢٠٠٩م):" تأثير الدمج بين التلاميذ المعاقين ذهنياً والاسوياء على تعلم بعض المهارات الاساسية فى كرة اليد بدولة الكويت، بحوث ومقالات.
- ١٠- مفتى إبراهيم حماد(٢٠٠١م): " التدريب الرياضى الحديث -تخطيط وتطبيق وقيادة " الطبعة الاولى ، دار الفكر العربى.
- ١١- **Salend ,R (٢٠٠٣): effective mainstreaming creating inclusive classrooms , ED PRENTICE –HALL,Inc, NEW JERSEY, U.S.A**
- ١٢- **school of eduction university of extem united Stewart biddle: king doom international < journal of sport psychology vol ٢٠٠٠**