

## جدول ( 16 )

دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البعديّة ) على  
اختبار المستوى الرقمي قيد البحث للمجموعة التجريبية (ن=20)

| الاختبارات | وحدة القياس | القبليّة        |                   | البعديّة        |                   | متوسط الفرق | انحراف الفرق | قيمة ت |
|------------|-------------|-----------------|-------------------|-----------------|-------------------|-------------|--------------|--------|
|            |             | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |             |              |        |
| 100متر عدو | ث           | 14.883          | 1.337             | 14.104          | 0.889             | 0.779       | 1.184        | 2.941  |

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (0.05) = 2.042

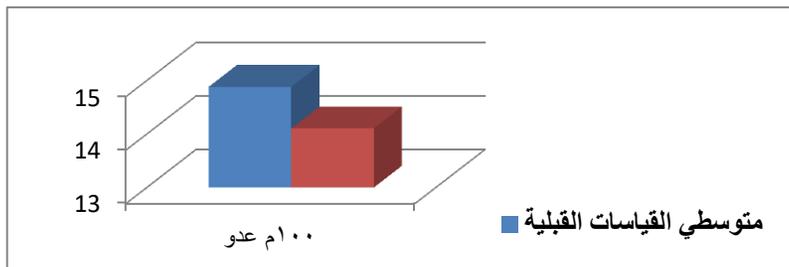
يتضح من جدول ( 16 ) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة (0.05) بين القياسات القبليّة والبعديّة على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث ولصالح القياسات البعديّة.

## جدول ( 17 )

نسب التغير بين متوسطي القياسات ( القبليّة - البعديّة )  
على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث لدي المجموعة التجريبية (ن = 20)

| الاختبارات | وحدة القياس | متوسطي القياسات القبليّة | متوسطي القياسات البعديّة | نسب التغير |
|------------|-------------|--------------------------|--------------------------|------------|
| 100متر عدو | ث           | 14.883                   | 14.104                   | 5.23       |

يتضح من جدول ( 17 ) ان نسب التغير بين متوسطي القياس القبلي والبعدي قد بلغت 5.5 %.



شكل (4)

يتضح من جدول (14)، (16) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية باستخدام الألعاب التمهيدية فى الإختبار المهاري، وإختبار المستوى الرقمي عند مستوى دلالة (0,05) ولصالح القياس البعدى. حيث أن قيمة "ت" المحسوبة فى جدول (14) بلغت (11,840) وهى نسبة عالية جداً بالنسبة لقيمة "ت" الجدولية (2,042) عند مستوى (0,05).

وكذلك قيمة "ت" المحسوبة فى جدول (16) بلغت (2,941) وكانت قيمتها أكبر من قيمة "ت" الجدولية (2,042) عند مستوى (0,05).

ويعزو الباحثين ذلك التأثير الإيجابى لنتائج المجموعة التجريبية إلى فعالية استخدام الألعاب التمهيدية التي إستخدمها الباحثين فى تحسين الأداء لسباق 100م عدو حيث وضع المهارات فى صورة ألعاب صغيرة تساعد على نجاح تعلمها.

حيث أن ممارسة الألعاب التمهيدية تؤدي بطبيعتها إلى المرح والسرور والسعادة وتحقيق الذات وأنها تمتاز بعامل التشويق والإثارة مما يجعل الفرد يقبل عليها بإرادة وحرية كاملة.

وتتفق نتائج هذا البحث مع نتائج بعض الدراسات السابقة لكل من "عبدالرازق أحمد يوسف" (2017م) (6)، "مضاوي محمد فهيد" (2015م) (11)، "نادر إسماعيل حلاوة" (2013م) (12)، نيكولاس Nicholas (2016م) (14).

وبذلك قد يتحقق الفرض الثاني والذي ينص على أنه: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية باستخدام

الألعاب التمهيدية في تحسين مستوى الأداء لسباق 100م عدو ولصالح القياس البعدي.

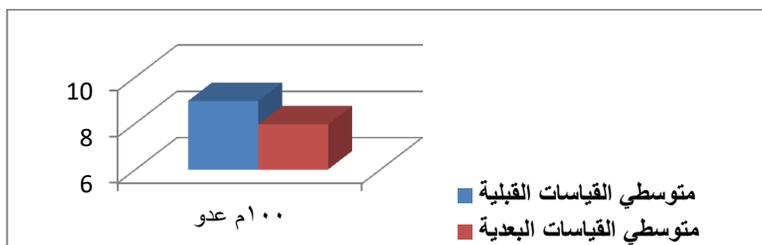
جدول (18)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث ( التجريبية - الضابطة ) على الاختبار المهاري قيد البحث في القياسات البعدية (ن=1 ن=2 = 20)

| قيمة ت | الضابطة           |                 | التجريبية         |                 | وحدة القياس | الاختبارات |
|--------|-------------------|-----------------|-------------------|-----------------|-------------|------------|
|        | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي |             |            |
| 4.539  | 0.810             | 7.948           | 0.639             | 8.966           | درجة        | 100متر عدو |

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (0.05) = 2.042

يتضح من جدول ( 18 ) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة (0.05) بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية على جميع الاختبار المهاري قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.



شكل (5)

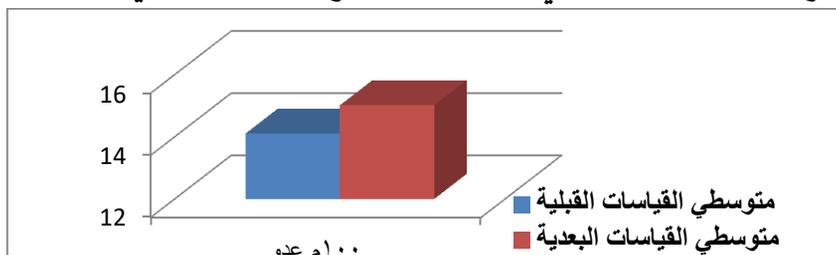
جدول ( 19 )

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث ( التجريبية - الضابطة ) على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث في القياسات البعدية (ن=1 ن=2 = 20)

| قيمة ت | الضابطة           |                 | التجريبية         |                 | وحدة القياس | الاختبارات |
|--------|-------------------|-----------------|-------------------|-----------------|-------------|------------|
|        | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي |             |            |
| 2.810  | 1.139             | 15.013          | 0.888             | 14.104          | ث           | 100متر عدو |

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (0.05) = 2.042

يتضح من جدول ( 19 ) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.05) بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية على جميع اختبار المستوى الرقمي قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.



شكل (6)

يتضح من جدول (18)، (19) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين البعديين لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الإختبار المهاري ، وإختبار المستوى الرقمي عند مستوى دلالة (0,05) ولصالح المجموعة التجريبية. حيث أن قيمة "ت المحسوبة في جدول (18) بلغت (4,539) وكانت قيمتها أكبر من قيمة "ت" الجدولية (2,042) عند مستوى (0,05).

وكذلك قيمة "ت" المحسوبة في جدول (19) بلغت (2,810) وكانت قيمتها أكبر من قيمة "ت" الجدولية (2,042) عند مستوى (0,05).

ويرجع الباحثين هذا الفرق بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية إلى استخدام الألعاب التمهيدية في تحسين مستوى الأداء لسباق 100م عدو وما تحتويه من ألعاب صغيرة مختلفة ومتدرجة.

وتتفق النتائج السابقة مع دراسة " عبدالرازق أحمد يوسف" (2017م) (6)، "مضاوي محمد فهد" (2015م) (11)، "محمد أبو الفتوح سعد" (2013م) (9)، "نبيل محمد محمد" (2009م) (13).

وبذلك قد يتحقق الفرض الثالث والذي ينص على أنه: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعديين لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في تحسين مستوى الأداء لسباق 100م عدو ولصالح المجموعة التجريبية.

### الإستنتاجات والتوصيات:

#### أولاً: الإستنتاجات:

في ضوء عينة البحث وأدوات جمع البيانات وفي ضوء أهداف وفروض البحث وما أسفرت عنه المعالجات الإحصائية توصل الباحثين إلى الإستنتاجات التالية:

- 1- أثرت الألعاب التمهيدية تأثيراً إيجابياً على تحسين مستوى الأداء (المهاري ، الرقمي) للمجموعة التجريبية في سباق 100م عدو.
- 2- الوحدات التعليمية باستخدام الأسلوب المتبع ( التقليدي ) "أسلوب الأوامر" ساهمت بطريقة إيجابية في تحسين مستوى الأداء المهاري للمجموعة الضابطة في سباق 100م عدو.
- 3- تقدمت المجموعة التجريبية التي إستخدمت في التدريس الألعاب التمهيدية على المجموعة الضابطة التي إستخدمت في التدريس الطريقة المتبعة "أسلوب الأوامر" في مستوى الأداء (المهاري ، الرقمي) لسباق 100م عدو.

- 4- استخدام الألعاب التمهيدية له تأثير إيجابي فعال والأسلوب المتبع ( الأوامر ) له تأثير إيجابي على تحسين مستوى الأداء المهارى وكانت نسبة التحسن قد بلغت ( 8.9 % ) بالنسبة للمجموعة الضابطة، في حين كانت نسبة التحسن بالنسبة للمجموعة التجريبية قد بلغت ( 29.5 % ) وهذا يدل على تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تحسين مستوى الأداء المهارى لسباق 100م عدو.
- 5- استخدام الألعاب التمهيدية والأسلوب المتبع ( الأوامر ) له أثر فعال على تحسين المستوى الرقمي وكانت نسبة التحسن قد بلغت ( 0.02 % ) بالنسبة للمجموعة الضابطة، في حين كانت نسبة التحسن بالنسبة للمجموعة التجريبية قد بلغت ( 5.5 % ) وهذا يدل على تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تحسين المستوى الرقمي لسباق 100م عدو.

### ثانياً: التوصيات:

فى ضوء ماأظهرته نتائج البحث والإستنتاجات التى تم التوصل إليها، يوصي الباحثين بالأتى:

- 1- تفعيل استخدام الألعاب التمهيدية فى المدارس.
- 2- إجراء المزيد من البحوث باستخدام الألعاب التمهيدية لمرحل دراسية أخرى ومهارات أخرى فى المدارس.
- 3- نشر الوعي الثقافى بأهمية استخدام الألعاب التمهيدية بالمدارس وخاصة المرحلة الإعدادية.

## المراجع

## أولاً المراجع العربية:

- 1- حسين أحمد حشمت : تطبيقات علمية للتقنية البيولوجية فسيولوجيا الرياضة، المؤتمر العلمي عن التوافق الفسيولوجي للظروف البيئية بالعريش، جمعية العلوم الفسيولوجية وتطبيقاتها، دار النشر. (2004م)
- 2- سليمان علي حسن : التحليل العلمي لمسابقات الميدان والمضمار، ط1، دار المعارف، القاهرة. (1984م)  
، أحمد الخادم، ذكي درويش
- 3- شارلز جوزولي، : اجري اقفز ارمي، ط3، ترجمة مركز التنمية الإقليمي بالقاهرة، الإتحاد الدولي لألعاب محمد، عبدالمالك الهبيل القوى. (2012م)
- 4- : ألعاب القوى للأطفال، ط3، ترجمة مركز التنمية الإقليمي بالقاهرة، الإتحاد الدولي لألعاب القوى.
- 5- : نماذج تعليمية للأطفال في ألعاب القوى، ط3، ترجمة مركز التنمية الإقليمي بالقاهرة، الإتحاد الدولي لألعاب القوى.
- 6- عبدالرازق أحمد : تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام التدريب الباليستي على المستوى الرقمي لمتسابقى 100م عدو، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.

- 7- عفاف عثمان : طرق التدريس في التربية الرياضية، دار الوفاء مصطفى (2007م) لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
- 8- محمد إبراهيم : تأثير تدريبات الأستيك المطاط على المستوى محمود (2014م) الرقمي لناشئي 75م عدو، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- 9- محمد أبو الفتوح : برنامج تدريبي مركب (أثقال - بليومتري) سعد (2013م) لتنمية بعض المتغيرات البدنية وأثره على تحسين المستوى الرقمي لسباق 100م عدو، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.
- 10- مصطفى محمد : تنمية القدرات الحركية باستخدام الألعاب السايح (2014م) الصغيرة، ماهي للنشر والتوزيع، الإسكندرية.
- 11- مضاوي محمد فهيد : فاعلية الألعاب التمهيدية على تطوير القدرات الحركية ومستوى الإنجاز لسباق 100م عدو لتلميذات المرحلة المتوسطة بدولة الكويت، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق.
- 12- نادر إسماعيل حلاوة : تأثير برنامج باستخدام التدريب المتقاطع على تنمية بعض المتغيرات البدنية والمستوى الرقمي لسباق 100م و 200م عدو، بحث منشور، كلية التربية الرياضية، جامعة الأقصى بفلسطين.

13- نبيل محمد محمد : فاعلية إستخدام الوحدات النموذجية التطبيقية على التحصيل الدراسي ومستوى الإنجاز في بعض مسابقات الميدان والمضمار لطلاب كلية التربية الرياضية، رسالة دكتوراة، جامعة المنصورة.

**ثانياً: المراجع الأجنبية:**

- 14- Nicholas P. : Improvement In 100-m Sprint performance at An Altitude Of 2250-m, International Abstract Dissertation, Brunel University London.

## تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تحسين مستوى الأداء لسباق 100م عدو لتلاميذ المرحلة الإعدادية"

° أ.م.د/ رانيا محمد حسن سعيد

\*\* د/ محمد رياض علي

\*\*\* الباحث/ محمد جمال حسن محمد

### ملخص البحث

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام الألعاب التمهيدية في تحسين مستوى الأداء لسباق 100م عدو لتلاميذ المرحلة الإعدادية، حيث استخدم الباحثين المنهج التجريبي، وقد استعان الباحثين بالتصميم التجريبي باستخدام القياس القبلي والبعدي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، وذلك لمناسبتها لطبيعة البحث، عينة البحث الأساسية (40) تلميذ من مدرسة مازورة الإعدادية بنين بمحافظة بني سويف [والتابعة لإدارة سمسطا التعليمية]، والذين تتراوح أعمارهم من (14 - 15) سنة، وقد أسفرت نتائج البحث إلى تقدم المجموعة التجريبية التي استخدمت في التدريس الألعاب التمهيدية على المجموعة الضابطة التي استخدمت في التدريس الطريقة المتبعة "أسلوب الأوامر" في مستوى الأداء لسباق 100م عدو، ويوصي الباحثين بتفعيل استخدام الألعاب التمهيدية في المدارس، إجراء المزيد من البحوث باستخدام الألعاب التمهيدية لمراحل دراسية أخرى ومهارات أخرى في المدارس، نشر الوعي الثقافي بأهمية استخدام الألعاب التمهيدية بالمدارس وخاصة المرحلة الإعدادية.

• أستاذ بقسم المناهج وطرق التدريس المساعد - كلية التربية الرياضية - جامعة بني سويف.

• مدرس بقسم التدريب الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة بني سويف.

••• باحث بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية الرياضية - جامعة بني سويف.

**"The Effect Of Using Preliminary Games On  
Improving The Performance Level Of The 100 M  
Sprint Race For Students Of The Preparatory Stage"**

\* Dr. Rania Mohammed Hassan Saeed.

\*\* Dr. / Mohammed Riyadh Ali.

\*\*\*Researcher. Mohammed Gamal Hassan Mohammed

**Summary**

The research aims to recognizing the effect of using preliminary games on improving the performance level of the 100m sprint race for students of the preparatory stage. The researchers used the experimental syllabi and experimental design by using the before and after standard for two groups on of them, The basic research sample is (40) student from Mazoura preparatory school, Beni Suef governorate [and the management of Somasta educational], Whoes ages ranges from (14-15) year, And the results of research led to progress of the experimental group which used preliminary games in teaching on the adjustment group which used the followed method in teaching "commands style" in the the performance level of the 100m sprint race, And the researchers recommends: cultural awareness of the importance of using preliminary games in schools and especially in the preparatory stage.

- 
- Professor Department of curriculum and teaching methods Assistant, Faculty of Physical Education, Beni -Suef University.
  - Lecture in sport training Faculty of physical education of Beni-Suef university.
  - Researcher curriculum and methods Section, Faculty of Physical Education, University of Beni- Suef.

نأثير برنامج مقترح للأنشطة الحركية على تنمية بعض  
المهارات الحركية الأساسية للأطفال المعاقين  
ذهنياً من (4-6) سنوات

\* أ.م.د/محمد سعيد محمد السيد

\*\* د/ أحمد محمد هاشم

\*\*\* م/ريم احمد زكى المالكي

المقدمة :

ان الإعاقة الذهنية تعد من الظواهر التي لا تعترف بالحدود الاجتماعية ، ويمكن أن تتعرض لها الأسر الفقيرة والغنية ، أو المثقفة والأقل ثقافة فهي ظاهرة تعرضت لها مختلف الفئات الاجتماعية بدرجات متفاوتة ، للإعاقة الذهنية مشكلة إنسانية واجتماعية وأسرية وطبية وتربوية جديرة بالاهتمام والدراسة وقد نالت هذه المشكلة اهتماماً كبيراً ومتزايداً لدى الكثير من المجتمعات لأنها مشكلة مرتبطة بالقدرة العقلية للإنسان ، ومستوى كفاءته .  
(11 : 28 ، 29)

لذا شهد العصر الحديث اهتماماً كبيراً بالأفراد المعاقين ذهنياً خاصة في مراحل الطفولة وذلك من خلال اهتمام المختصين بأعداد البرامج المتطورة لتحسين قدرات هذه الفئة التي تحتاج إلى مساعدة من جميع المحيطين بهم بما يؤدي إلى المشاركة في الأنشطة بنجاح وبالتالي تكيفهم واندماجهم مع المجتمع .  
(1 : 14)

- \* استاذ مساعد بقسم الترويم الرياضي كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان.
- \*\* مدرس بقسم الترويم الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة بني سويف.
- \*\*\* معيدة بقسم الترويم الرياضي كلية التربية الرياضية جامعة بني سويف.

ويرى " أمين الخولى ، أسامة راتب " ان الطفل المعاق ذهنياً تبدو عليه سمات عدم النضج الاجتماعى وضعف التوافق الحركى وضعف ميكانيكية الجسم والقوام وانخفاض الحيوية ، كما يواجه صعوبات فى إتباع التعليمات والمقدرة على التركيز، وفشل الأطفال المعاقين ذهنياً فى المسايرة (conformity) مع الأطفال العاديين من شأنه أن يزيد الأمور تعقيداً مما ينتج عنه التوافق السيئ وظهور أنماط سلوكية غير مرغوبة بينهم، فالطفل المعاق ذهنياً خاصة الفئات شديدة الإعاقة - يظهر اهتماماً قليلاً نحو اللعب ويفتقد للاستقرار والثبات الانفعالي الذي يترجم في الغالب إلى شعور بالخوف أو سلوك عدواني، ولذلك يعتبر أهم احتياجات الطفل المعاق ذهنياً هو أشعاره بأن الفرق بينه وبين الأطفال الأسوياء إنما هي فرق ضئيل وذلك من خلال إتاحة الفرص الملائمة له للمشاركة الفعالة الناجحة في اللعب الجماعي. (6 : 296 ، 297)

كما أكد " أمين الخولي ، جمال الشافعي " أن الطفل المعاق ذهنياً لا يستطيع اكتساب المهارة بدرجة عالية مثل الأطفال الأسوياء، ولكن ينبغي التأكيد على المهارات الحركية الأساسية كالوقوف الصحيح والمشى والجري والوثب . باعتبارها حركات أساسية هامة للتكيف البيئي ، مع محاولة تعليمه بعض المهارات الحركية (الخاصة) الرياضية التي تتناسب وحالته والتي لا تتطلب أبعاد معرفية كثيرة أو توافقاً عالياً بين أجزاء جسمه وفي نفس الوقت تعمل على زيادة مستوى اللياقة البدنية وتحسين النغمة العضلية بهدف إكسابه قواماً سليماً أو مساعدته أو إصلاح ما قد يتعرض له من عيوب قواميه. (7 : 166-168)

ويرى " محمود حمودة " ان الأنشطة الرياضية المعدلة تعمل من خلال برامجها على مساعدة المعاق على تحقيق النمو البدنى وإعادة تأهيله

ومساعدته فى الاعتماد على نفسه ، وتحقيق التكيف لحياة أفضل. ودلت العديد من الدراسات على أهمية الأنشطة الرياضية المعدلة فى مساعدة المعاق على تحقيق النمو البدنى وتحقيق أقصى درجة من الفاعلية.(22: 39)

ويشكل اللعب جانبا هاما من أنشطة التعديل والتوجيه للطفل المعاق ذهنيا، وذلك للشراء الذي يتميز به اللعب بالنسبة للقيم النفسية والاجتماعية كالتحكم والسيطرة وتقبل الذات والثقة بالنفس والشعور بخبرة النجاح بأبعادها الانفعالية والتقبل الاجتماعي وهي ما تسعى إليه معظم البرامج المقدمة.( 8: 23)

كما أكد " جالاهو Gallahue " أن تنمية المهارات الحركية الأساسية هى الأساس لتنمية جميع الأطفال حيث تمدهم بخبرات حركية متنوعة وكم من المعلومات والمعارف يعمل على تأسيس إدراكهم بأنفسهم وعالمهم المحيط بهم وهذا ينطبق على الأطفال المعاقين ذهنياً ، وأن النمو فى المهارات الحركية الأساسية رئيسي بالنسبة للنجاح فى الحركات الأخرى المعقدة ، وأن تنمية تلك المهارات يعطى رؤية لحركات بدنية أخرى ويؤدى إلى نجاح فى أداء حركات أكثر تعقيداً مثل تلك المستخدمة فى الرقص ، الألعاب الرياضية وغيرها من الرياضات . ( 27: 312-315 )

### مشكلة البحث :

يعتبر الاستثمار فى الموارد البشرية من أهم انواع الاستثمار وأكثرها تأثيرا فى الارتقاء بمستوى أى مجتمع من المجتمعات ، وعلى الرغم من أن الاستثمار فى الموارد البشرية يعتبر مكلفا كما أن العائد منه لا يظهر فى الاجل القصير ، الا أنه يعتبر مجزيا بدرجة كبيرة مقارنة بالاستثمار فى الموارد المجتمعية الأخرى وخاصة . ( 19، 18: 29 )

ولقد بدأ الاهتمام الفعلى بالمعاقين على المستوى العالمى بإصدار إعلان حقوق الأشخاص المعاقين من قبل الجمعية العامة للأمم المتحدة فى عام ( 1971 ) ثم تلاه مجموعة أخرى من الإعلانات عن حقوق المعاقين صدرت من قبل الجمعية العامة للأمم المتحدة فى أعوام (1975م)، (1976م) ، كما قررت الجمعية العامة للأمم المتحدة أن يكون عام (1981 م) ، عاماً دولياً للمعاقين وأصدرت قرارها رقم (32/133) ، وتحت هدف (المشاركة الكاملة ) والمساواة للمعاقين وإتاحة الفرصة الكاملة لتأهيلهم أو إعادة تأهيلهم لمواجهة الحياة (16 : 4) .

لذلك تحتل قضايا المعاقين مركزاً متميزاً فى سلم الأولويات فى خطط التنمية العالمية اعترافاً بحقوق المعاق ، و اقتناعاً بدوره فى المجتمع ، حيث أثبتت الدراسات المختلفة ، أن نسبة الإعاقة الذهنية ، تختلف من مجتمع لآخر إلا أن النسبة العالمية التى اوردها منظمة الصحة العالمية هي ( 3% ) من مجموع أفراد أى مجتمع. (17 : 34)

لذا اكد كلاً من " كارل ايشستد ، باري لافي Carl B . Eichsted ، Barry W.lavay " على انه لا يمكن تقديم الالعاب المنظمة للاطفال المعاقين ذهنياً الا بعد أن يكون الطفل قد أدى المهارات الحركية الأساسية بطريقة جيدة ومفيدة ، وحصيلة الحركات القليلة عندهم قد تؤدي الى الفشل ، ورفض الآخرين فى اختيارهم للمشاركة فى الالعاب الرياضية ، وهذا بدوره يؤدي بهم إلى العزلة الاجتماعية ، وأسوء من ذلك قد يعانون من الحرج إذا لم يشاركوا مع أقرانهم فى ممارسة الرياضة ، وبالتالي يؤدي إلى انسحابهم من التدريب الحركى الذى يعد من أهم الحاجات الضرورية ، وربما العائد ، والفائدة الأكثر أهمية للمهارات الحركية الأساسية للأشخاص المعاقين ذهنياً كامنة فى مجال المهارات الوظيفية ، وأن النجاح فى المهارات الحركية الأساسية يساعد

على أداء المهارات الحياتية والوظيفية اللازمة للحركة اليومية (25 : 206 : 207) .

ومن خلال عمل الباحثة مع افراد هذه الفئة وتخصصها الأكاديمي والمهني و حصولها على العديد من الدورات التدريبية وحضورها لبعض المناقشات مع خبراء الإعاقة الذهنية ومتابعته لعدد من المؤتمرات العلمية - لاحظت افتقارها وتأخرها فى المهارات الحركية الأساسية بالمقارنة لمن هم فى نفس سنهم من الأطفال العادين ، ولأن المهارات الحركية الأساسية تعد الركيزة الأساسية التى تتأسس عليها جميع الحركات التى يقوم بها الأطفال المعاقين ذهنياً سواء كانت تلك الحركات أثناء ممارستهم المهام اليومية مثل المشى والجرى والحبو والمسك . أو أدائهم من خلال المشاركة فى الأنشطة الترويحية ومن هنا وجدت الباحثة ضرورة وضع برنامج للالعاب الترويحية لتنمية المهارات الحركية الأساسية للأطفال المعاقين ذهنياً .

#### هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج العاب ترويحية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال المعاقين ذهنياً من (4-6) سنة .

#### التعريف ببعض المصطلحات والمفاهيم المستخدمة:

##### الإعاقة الذهنية : Mental Retardation

يتفق الباحثان مع مفهوم الجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية الصادر فى مايو ( 1992 ) وهو الذي يشير إلى أن الإعاقة الذهنية ترجع إلى قصور جوهري في القدرات العقلية الشخصية ويظهر هذا القصور بشكل واضح فى أن الوظائف العقلية تكون دون المتوسط ويكون مصحوباً "بقصور فى جانبين أو

أكثر في المهارات التوافقية المرتبطة بالأنشطة الآتية (الاتصال، رعاية الذات، الحياة المنزلية، المهارات الاجتماعية، التعامل مع المجتمع، توجيه الذات، الصحة والأمان، العمل الأكاديمي، قضاء وقت الفراغ والعمل) ويظهر هذا القصور قبل سن الثامنة عشر (20: 27)

**المعاق ذهنياً : Mental Handicapped**

ضعف قدرة الفرد على الفهم والإدراك والتكيف الاجتماعي نتيجة لقصور فكري وظيفي ناتج عن عوامل وراثية أو بيئية سببت عجزاً للجهاز العصبي " (23:40).

**الدراسات السابقة**

**أ- الدراسات العربية**

1- قامت " ماجدة السيد ابراهيم " (2000م) ( 18 ) بدراسة عنونها " تأثير برنامج حركي باستخدام بعض الأدوات المبتكرة على الأداء الحركي والتكيف الشخصي والاجتماعي للتلاميذ المعاقين ذهنياً " ، واستهدفت هذه الدراسة التعرف على تأثير برنامج حركي باستخدام بعض الأدوات المبتكرة على الأداء الحركي والتكيف الشخصي والاجتماعي للتلاميذ المعاقين ذهنياً. واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته لهدف البحث ، وتمثلت عينه البحث (40) تلميذ وتلميذة من (9-12) سنة، تم اختيارها بالطريقة العمدية، واعتمدت الباحثة على اختبار الذكاء (لاستانفورد - بنية) ، واختبار التطور الحركي (بطارية اختبار كاراتي) للأطفال المتخلفين عقلياً - واختبار التكيف العام (الشخصية) وبرنامج النشاط الحركي المقترح كوسائل لجمع البيانات وكان من أهم نتائجها وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية وذلك في اختبار الأداء الحركي وكذلك التكيف الشخصي والاجتماعي والمجموع

الكلى للاختبار (التكيف العام) فى القياس البعدى مما يوضح أن ممارسة البرنامج المقترح كان له تأثير إيجابى على تنمية الأداء الحركى وعلى تنمية التكيف الشخصى والاجتماعى والمجموع الكلى للاختبار (التكيف العام).

2- قامت " رانية صبحي محمد " (2002م) (12) بدراسة عنوانها " تأثير الدمج فى برنامج ترويحى على كل من مفهوم الذات لدى الأطفال المعاقين ذهنياً واتجاهات الأسوياء نحوهم " ، واستهدفت هذه الدراسة التعرف على تأثير الدمج فى برنامج ترويحى على كل من مفهوم الذات لدى الأطفال المعاقين ذهنياً واتجاهات الأسوياء نحوهم ، واستخدمت الباحثه المنهج التجريبي لملاءمته لهدف البحث ، وتمثلت عينه البحث فى (32) تلميذ وتلميذة من (9-12) سنة تم اختيارها بالطريقة العمدية، واعتمدت الباحثه على اختبار اللياقة الحركية للشباب للجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح والرقص واختبار اللياقة الحركية لمتوسطى التخلف العقلى للجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح ، ومقياس بيرز - هاريس لمفهوم الذات للأطفال . ومقياس اتجاهات الأطفال الأسوياء نحو دمجه مع أقرانهم المعاقين ذهنياً .، وكان من أهم نتائجها وجود فروق ذات دلالة إحصائية أدت الى تأثير إيجابى فى اتجاهات الأطفال الأسوياء نحو أقرانهم المعاقين ذهنياً (بسيطى الإعاقة) وهناك أيضاً تأثير إيجابى فى مفهوم الذات لدى الأطفال المعاقين ذهنياً (بسيطى الإعاقة)

### ب- الدراسات الاجنبية

3- قام " دي .اي .اس.فيوتن .D.I.S Futten " (1999م) (26) بدراسه عنوانها " أثر برنامج متكامل الإدراك الحركى على الأطفال

المتخلفين عقلياً القابلين للتدريب، واستهدفت هذه الدراسة التعرف معرفة أثر برنامج الإدراك الحركي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً القابلين للتدريب على تطور مستوى الإدراك الحركي، وتقبل الذات الحركي، ونمو التفاعل الاجتماعي والتحصيل العلمي، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لهدف البحث، وتمثلت عينه البحث في (46) طفلاً من (6-12) سنة، تم اختيارها بالطريقة العمدية، واعتمد الباحث علي التوازن الحركي - التوافق بين العين واليد واختبار الصور والأشكال - اختبار القدرة على إدراك الجسم، واختبار تقبل الذات الحركي - اختبار التفاعل الاجتماعي - اختبار التحصيل العلمي كوسائل لجمع البيانات، وكان من أهم نتائجها وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي معنوية (0.5) لصالح المجموعة التجريبية في اختبارات التوازن الحركي، التوافق بين العين واليد، اختبار الصور والأشكال والقدرة علي إدراك الجسم، التفاعل الاجتماعي ولم تظهر فروق دالة إحصائية لتقبل الذات الحركي والتحصيل العلمي

4- قام "دي . ام . تان D.M.Tan" ( 2001م ) ( 28 ) بدراسة عنوانها " تأثير أحد البرامج الرياضية والتي تكون تحت إشراف معين على المعاقين ذهنياً " ، واستهدفت هذه الدراسة تأثير برنامج رياضى مقترح يحتوى على مجموعة من التمارين الرياضية يتم تطبيقه تحت إشراف معين على مستوى اللياقة البدنية والصحية للمعاقين ذهنياً، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لهدف البحث، وتمثلت عينه البحث في المديرين من شركات مختلفه، بواقع (12) طفل معاق، تم اختيارها بالطريقة العمدية، واعتمد الباحث علي اختبارات بدنية وحركية وقياس السعة التنفسية وضغط الدم النبض للوقوف علي الحالة الصحية والبدنية كوسائل لجمع البيانات، وكان من أهم نتائجها أن هناك تأثير إيجابي

للبرنامج الرياضي المقترح علي تحسين السعة الحيوية للرتتين وتحسين  
مستوي للياقة البدنية الاجتماعية لعينة البحث.

### إجراءات البحث :

#### منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمجموعتين احدهما تجريبية  
والاخرى ضابطة باستخدام القياس القبلي والبعدي.

#### مجتمع وعينة البحث :

تمثل مجتمع هذه الدراسة في الأطفال المعاقين ذهنيا بالمدارس  
الحكومية بمحافظة بني سويف، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من  
بين التلاميذ الذين تتراوح اعمارهم بين ( 4 ، 6 ) سنة ، ودرجات ذكائهم ( 50 -  
70 ) درجة بمقياس ستانفورد بينيه ويتراوح العمر العقلي لهذه المرحلة من  
المجموعتين التجريبية والضابطة من ( 4-6 ) سنوات ، وبلغ حجم العينة (22)  
تلميذا تم توزيعهم كالتالي : - عدد(6) تلميذا تم الاستعانة بنتائج تلك العينة  
لحساب المعاملات العلمية من صدق وثبات - عدد (16) تلميذا تم تقسيمهم  
عشوائيا الى مجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة قوام كل مجموعة  
(8) تلميذا .

#### تجانس العينة :

قامت الباحثة باجراء التجانس لعينة البحث الاساسية والبالغ عددها  
(16) تلميذاً وذلك في الاختبارات الخاصة بالمهارات الحركية الأساسية كما هو  
موضح بجدول (1)

## جدول (1)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية  
ومعاملات الالتواء لعينه البحث الكلية فى متغيرات البحث المختارة

(ن = 16)

| المتغيرات                           | وحدة القياس | م      | ع     | ل      |
|-------------------------------------|-------------|--------|-------|--------|
| الطول                               | سم          | 127.92 | 3.381 | 0.280  |
| الوزن                               | كجم         | 37.846 | 2.460 | 0.122  |
| العمر الزمني                        | سنوات       | 5.760  | 1.756 | 0.226- |
| جرى 20 م/ث                          | ث           | 11.269 | 1.313 | 0.721  |
| الوثب العريض من الثبات              | سم          | 31.923 | 1.718 | 0.538  |
| رمى كرة لأبعد مسافة بالذراع اليميني | متر         | 4.153  | 0.967 | 0.330- |
| رمى كرة لأبعد مسافة بالذراع اليسري  | متر         | 3.807  | 0.693 | 0.502- |
| الحجل 10م بالرجل اليميني            | ث           | 18.269 | 2.089 | 0.017- |
| الحجل 10م بالرجل اليسري             | ث           | 19.423 | 1.527 | 0.061- |
| الرمى                               | درجة        | 3.88   | 0.863 | 0.168- |
| اللقف                               | درجة        | 2.346  | 0.891 | 0.044- |

يتضح من جدول (1) أن معاملات الالتواء لعينه البحث فى المتغيرات المختارة قد انحصرت بين (+3 ، -3) مما يشير إلى تجانس افراد عينة البحث الكلية فى هذه المتغيرات .

## حساب التكافؤ فى متغيرات البحث :

## جدول (2)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية  
والضابطة فى القياسات القبلىة للاختبارات قيد الدراسة

| قيمة ت | المجموعة الضابطة<br>(ن=13) |       | المجموعة التجريبية<br>(ن=13) |       | الاختبارات                       |
|--------|----------------------------|-------|------------------------------|-------|----------------------------------|
|        | ع                          | م     | ع                            | م     |                                  |
| 0.146  | 1.377                      | 11.30 | 1.300                        | 11.23 | اختبار جرى 20م/ث                 |
| 0.449  | 1.934                      | 32.07 | 1.535                        | 31.76 | الوثب العريض من الثبات /سم       |
| 0.399  | 0.862                      | 4.076 | 1.09                         | 4.230 | رمى الكرة لأبعد مسافة (يمين)/م   |
| 0.843  | 0.759                      | 3.92  | 0.630                        | 3.692 | رمى الكرة لأبعد مسافة (شمال) / م |
| 1.233  | 2.047                      | 18.76 | 2.08                         | 17.76 | الحجل 10م (يمين) /ث              |

|       |       |       |       |       |                      |
|-------|-------|-------|-------|-------|----------------------|
| 0.126 | 1.898 | 19.46 | 1.120 | 19.38 | الحجل 10م (شمال) / ث |
| 0.674 | 0.816 | 4.00  | 0.926 | 3.769 | الرمى                |
| 1.585 | 0.767 | 2.615 | 0.954 | 2.076 | اللقف                |

قيمة ت الجدوليه عند مستوى ( 0.05 ) = (2.064)

يتضح من جدول (1) ان قيمة ت المحسوبة غير دالة احصائيا عند مستوي (0.05) بين مجموعتي البحث ( التجريبية - الضابطة ) فى القياسات القبليه فى الاختبارات قيد البحث ، مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين فى هذه الاختبارات .

### أدوات جمع البيانات :

لجمع بيانات هذه الدراسة استعانت الباحثان بالقياسات والأدوات

التالية :

- 1- تحليل المراجع لتحديد المهارات الحركية الأساسية مرفق ( 1 )
- 2- اختبارات قياس المهارات الحركية الاساسية وتتمثل فيما يلي :
  - اختبار الجرى لمسافة ( 20 م ) .
  - اختبار الوثب العريض من الثبات.
  - اختبار الحجل ( الحجل على الرجل اليمنى لمسافة ( 10م) - الحجل على الرجل اليسرى لمسافة ( 10 م ) .
  - اختبار الرمى ( رمى كرة تنس ارض بالذراع اليمنى لأبعد مسافة - رمى كرة تنس ارض بالذراع اليسرى لأبعد مسافة ) .
  - اختبار الرمى واللقف (الرمى بذراع واحدة على دائرتين متداخلتين داخل مربع على حائط من ثلاث مسافات مختلفة على الأرض واللقف بالذراعين معاً . مرفق ( 2 )
- 3- البرنامج المقترح . مرفق ( 3 )

### تصميم البرنامج المقترح:

تم تصميم برنامج العاب ترويحية المقترح من خلال الإطلاع على بعض المراجع المتخصصة والبحوث المرتبطة ، ويتضمن برنامج الالعاب الترويحية المقترح على العاب ترويحية والتي يؤديها التلميذ مع الزميل أو ضمن جماعة بأدوات أو بدون أدوات أو على الأجهزة وذلك بهدف تنمية المهارات الحركية الأساسية قيد البحث مرفق ( 4 )

#### أ- أسس بناء البرنامج .

- ولقد راعت الباحثة مجموعة من الاسس عند تصميم برنامج الانشطة الحركية المقترح للأطفال المعاقين ذهنياً تمثلت فيما يلي :
- أن تتناسب الحركات والأنشطة مع مستوى الأداء الراهن للأطفال المشاركين فى البرنامج .
  - أن تتيح فرصة اكتساب خبرات نجاح
  - أن تراعي الفروق الفردية بين الممارسين للبرنامج .
  - أن تستثير دافعية الأطفال للعمل وتضمن المشاركة الإيجابية .
  - أن تراعي توافر عوامل الأمن والسلامة.

#### ب- الهدف العام للبرنامج .

- تمثل الهدف العام للبرنامج المقترح في استثارة ما لدى الطفل من مقدرة وحب للنشاط والحركة واستخدام ذلك للارتقاء بمستوى المهارات الحركية الأساسية مع إشباع حاجته وتحقيق المتعة والسرور وذلك من خلال :
- المشاركة الإيجابية للأطفال المشاركين فى البرنامج .