



تأثير برنامج ترويحي رياضي في تطوير الادراك الحس حركي  
للمعاقين عقلياً القابلين للتعلم للمرحلة السنية من 6-9 سنة  
الباحث

م. م. اوس سعد حسين

Porsh\_gt\_2007@yahoo.com

الكلمات المفتاحية: الترويح الرياضي، الإدراك الحسي الحركي، المعاقين عقلياً.

مستخلص البحث باللغة العربية

ان الترويح الرياضي جزءاً مهماً من التربية الرياضية والذي لا يستثني أحد من طبقات المجتمع سواء الصغير أو الكبير، المعاق أو السوي، لذا يجب أن تعمل برامج الترويح الرياضي المختلفة علي تشجيع المعاقين والاعتراف بحقهم في ممارسة الانشطة الترويحية المناسبة لما لها من فوائد متعددة لكافة ألوان حياتهم ، يهدف البحث إلي التعرف علي تأثير برنامج ترويحي رياضي علي الادراك الحس حركي للمعاقين عقلياً القابلين للتعلم، اما فروض البحث هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدي وصالح الاختبار البعدي ، وتتألف عينة البحث من الاطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم والذي يتراوح نسبة ذكائهم من (50-70) وتم اختيارها بالطريقة المعدية وتكونت العينة من (14) متعلم ، واستخدام الباحث المنهج التجريبي، واستخلص الباحث أن برنامج الترويحي الرياضي المقترح قد أدى إلى تنمية الادراك الحس حركي لدى المعاقين عقلياً القابلين للتعلم، وبرنامج الترويحي الرياضي المقترح له تأثير إيجابي دال إحصائياً للمجموعة التجريبية في قياس الادراك الحس حركي

***The effect of a sports recreational program on the development of the kinesthetic perception For the mentally handicapped who are able to learn for the age group of 6-9 years***  
***researcher***

***M. Os Saad Hussein***

***Key words: sports recreation, kinesthetic perception, the mentally disabled.***

***Abstract of the research in Arabic***

***The practice of sports and sports recreation in the exercise of sport and recreation does not exclude one of the strata of society, whether it is young or old, the disabled or the normal, so different sports recreation programs must work for all colors, this research is to identify the effect of a sports recreation program on the perception of kinesthetic for the***



*mentally handicapped. To learn, as for the research hypotheses, there are significant differences A statistic between the pre and post tests and for the benefit of the post test, and the research sample consists of mentally handicapped children who are able to learn and whose IQ ranges from (50-70) and were selected by the infectious method and the sample consisted of (14) learners, and the researcher used the experimental method, and the researcher concluded That the proposed sports recreational program has led to the development of sensory motor perception among the mentally handicapped who are able to learn, and the proposed sports recreational program has a statistically significant positive effect for the experimental group in measuring perception kinesthetic*

**-المقدمة :** التربية الرياضية تعد ميداناً من ميادين التربية، إذ أنها تستمد فلسفتها من التربية العامة التي تعنى بإعداد الفرد في جميع جوانب حياته المختلفة، وتعد جزءاً مهماً من برامج الإعداد التي تهدف إلى بناء مجتمع أفضل، ووسيلة للحكم على مستوى تقدم الدول وتحضرها، فالتربية حق من الحقوق الأساسية لجميع أفراد المجتمع، سواء كانوا معاقين أو غير معاقين، وأن كان هذا يحدث بطرق ومعدلات ومستويات مختلفة، ويرى ( ادم وآخرون **adms, r,et,al** 2007م: 1) ان الترويج الرياضي جزءاً مهماً من التربية الرياضية والذي لا يستثنى أحد من طبقات المجتمع سواء الصغير أو الكبير، المعاق أو السوي، لذا يجب أن تعمل برامج الترويج الرياضي المختلفة علي تشجيع المعاقين والاعتراف بحقهم في ممارسة الأنشطة الترويحية المناسبة لما لها من فوائد متعددة لكافة ألوان حياتهم، كذلك يرى الباحث ان الإدراك الحس حركي يعتبر غاية في الأهمية للأطفال المعاقين في مرحلة الطفولة المبكرة بوجه خاص، و في المراحل العمرية اللاحقة بوجه عام ، والتطور الحركي ذو تأثير كبير على النواحي النفسية والاجتماعية لكافة الأطفال المعوقين وغير المعوقين، كما يرى الباحث أن البرامج الموجودة لم تتطور منذ فترة طويلة، وتقوم في الغالب على الالعاب الحركية وبعض التمرينات البدنية وبعض الألعاب الصغيرة في أحسن حالات التدريس، الأمر الذي يستدعى تطوير اتجاهات هذه المرحلة بالأساليب الحديثة في طرق التدريس والبرامج المحببة للطفل والتي تتسم بالطابع الترويحي حتى يمكن الارتقاء بالعملية التعليمية في هذه المرحلة، ومن خلال برنامج الترويج الرياضي كأحد البرامج المتخصصة والتي عن طريقها يمكن دمج وتنويع الحركات الأساسية الأصلية وأنماطها الشائعة المتصلة بالألعاب الجماعية وألعاب المطاردة وألعاب الكرة والتي تعتمد على المهارات الحركية الأساسية من ركل ودفع ورمى وجرى ووثب وقفز بالإضافة إلى تمرينات لبعض عناصر اللياقة الحركية كالسرعة والتوازن والتوافق والمرونة والرشاقة والدقة للعمل على تنمية المتغيرات

البدنية والنفسية والعقلية، من هنا جاءت الحاجة إلى اقتراح برنامج تروحي رياضي ومعرفة تأثيره على تنمية الادراك الحس حركي لدى المعاقين عقلياً القابلين للتعلم، وقد تسهم الدراسة الحالية إضافة علمية لمجال التربية الرياضية متمثلاً في البرنامج الحركية في مجال المعاقين عقلياً. يهدف البحث إلى : تأثير برنامج تروحي رياضي على الادراك الحس حركي للمعاقين عقلياً القابلين للتعلم

اما فروض البحث :توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في الادراك الحس حركي قيد البحث ولصالح القياس البعدي، توجد نسبة تحسن عالية في مستوى الادراك الحس حركي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

اما مجالات البحث تمثلت :

- المجال البشري :- ( 9 أطفال ) معاقين عقلياً

-المجال المكاني : معهد الرجاء لتأهيل المعاقين

-المجال الزمني :- 2017 /2/15 - 2017 /5/5 .

منهج البحث :استخدام الباحث المنهج التجريبي ذو تصميم مجموعة تجريبية واحدة باستخدام

القياس القبلي - البعدي للمجموعة التجريبية

مجتمع وعينة البحث: يتألف مجتمع البحث من الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم والذي يتراوح نسبة ذكائهم من (50-70) درجة بمحافظة بغداد.

عينة البحث: تتألف عينة البحث من مجموعة واحدة تجريبية من الاطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم والذي يتراوح نسبة ذكائهم من (50-70) درجة بمعهد ( الرجاء لتأهيل المعاقين) وتم اختيارها بالطريقة العمدية وتكونت العينة من (9) أطفال كمجموعة تجريبية واحدة أساسية ، (5) أطفال كعينة استطلاعية لتقنين الاختبارات قيد البحث،

كما هو موضح بالجدول رقم (1):

م	عينة البحث	العدد	النسبة
1	المجموعة الأساسية	9	64.28%
2	المجموعة الاستطلاعية	5	35.72%
3	العينة ككل	14	100%

تجانس عينة البحث: قام الباحث بإجراء التجانس على عينة البحث لمتغيرات النمو والبالغ عددهم (9) اطفال، بهدف حساب التجانس بين مجموعة البحث، كما هو موضح بالجدول رقم

(2)

## جدول (2)

تجانس عينة البحث في قياسات متغيرات النمو

ن = 9

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء	التفطح
السن	السنة	10.57	0.20	10	0.08	1.02 -
الطول	سم	117.65	1.48	117.00	1.30	1.32 -
الوزن	كجم	30.08	1.06	30.00	0.23	0.36 -
الذكاء	درجة	64.30	5.319	65.000	0.136	0.107

ينتضح من الجدول رقم (2) أن قيم معامل الالتواء قد تراوحت بين (0.08 و 1.30) ، كما أن قيم معامل التفطح قد تراوحت بين (-1.32، -0.36) أي انحصرت ما بين (+3، -3) مما يدل على تجانس عينة البحث في متغيرات النمو.

### 1. اختبارات دايتون للإدراك الحس حركي:

استخدم الباحث مقياس دايتون للوعي الحس - حركي لأطفال ويتكون المقياس من (9) محاور بإجمالي (15) اختبار، والذي تم تعديل بعض بنوده ليتناسب مع طبيعة واعداد عينة البحث وذلك بعرضها علي السادة الخبراء لا بداء الراي في هذه التعديلات وكانت كما يلي:

1. الاتزان : يقف الطفل على قدم واحدة والعينان مغلقتان لمدة (7 ثوان) بدلاً من (5 ثواني) مع نشر الذراعين للجانب مع تبادل القدمين (مرة على قدم اليمين ، مرة على قدم اليسار).
2. الإيقاع والتحكم العصبي العضلي : يطلب من الطفل الحجل على قدم واحدة 8 مرات متتالية بدلاً من 6 مرات (بقدم اليمين ذهاباً والعودة بقدم اليسار).
3. توافق العين واليد : لوحة توجد فيها ثلاث ثقوب، أقطارها كالتالي (1.75سم)، (1.50سم)، (1.25 سم)، بدلاً من (2سم)، (1.75 سم)، (1.50 سم)، ويطلب من الطفل وضع إصبعه فيها دون لمس حوافها .

### المعاملات العلمية للاختبار:

ولأجل استخراج المعاملات العلمية المتمثلة بمعامل الثبات والموضوعية للمقياس المستخدم تم إعادة التجربة الاستطلاعية على نفس أفراد العينة وبالظروف نفسها تم إعادة تطبيق الاختبار الخاص بالإدراك الحس - حركي ( دايتون).



## 1- صدق الاختبار :

من أجل بيان صلاحية هذا المقياس تم عرضه على (9) في مجال التعلم الحركي - علم نفس تربوي - تدريب رياضي - اختبار وقياس ( مرفق 1) لغرض التحقق من صدق الاختبار وتبين إنها صالحة إذ بلغت قيمة (كا<sup>2</sup>) المحتسبة (9) والجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) قد بلغت (3.84) وهي أصغر من المحتسبة ، والجدول (1) يبين ذلك .

جدول (3) عدد الخبراء على مدى صلاحية مقياس الإدراك الحس - حركي (دايتون)

ت	فقرات المقياس	عدد الخبراء		قيمة كا	
		لا يصلح	يصلح	الجدولية	المحتسبة
1	الذات الجسمية	0	9	3,84	9
2	المجال والاتجاهات	0	9		
3	الاتزان	0	9		
4	الاتزان	0	9		
5	الاتزان	0	9		
6	الإيقاع والتحكم العصبي العضلي	0	9		
7	الزحقة للأمام	0	9		
8	الزحقة للجانب	0	9		
9	الزحقة للخلف	0	9		
10	التحكم العضلي الدقيق	0	9		
11	توافق العين والقدم	0	9		
12	إدراك الشكل	0	9		
13	إدراك الشكل	0	9		
14	التمييز السمعي	0	9		
15	توافق العين واليد	0	9		

تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (1)

## 2- الصدق التمايز:

قام الباحث بإيجاد معامل الصدق على عينة من الاطفال الاسوياء وعددهم (5) من الاطفال (كمجموعة مميزة) بهدف حساب معامل الصدق التجريبي (صدق التمايز) ، للاختبارات



المهاريه قيد البحث، وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة عن معامل الصدق للاختبارات قيد البحث باستخدام " مان وتني " " Mann-Whitne Test " كما يوضح الجدول (3)  
جدول (3) : صدق التمايز للاختبارات والمقاييس قيد البحث

(ن<sub>1</sub>=ن<sub>2</sub>=5)

م	اسم الاختبار	وحدة القياس	المجموعة الغير مميزة		المجموعة المميزة		قيمة "Z"
			متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	
5	الادراك الحس حركي	(درجة)	4.50	36.00	12.50	100.00	0.00
							3.45*
							8

يتضح من الجدول ( 3 ) وباستخدام الباحث لاختبار " مان وتني " Mann-Whitne " لحساب دلالة الفروق بين مجموعتين مستقلتين وغير مرتبطتين يتضح أن قيمة (Z) المحسوبة في جميع المجالات أكبر من قيمه (Z) الجدولية (1.960) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني قدرة هذه الاختبارات على التمايز بين المستوى المرتفع والمستوى المنخفض مما يؤكد صدق التمايز ، أي أنها تعد اختبارات صادقة لقياس الصفات التي وضعت من أجلها.

### 3- معامل الثبات للاختبارات قيد البحث :

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات علي عينة الاستطلاعية والمكونة من (5) من المعاقين عقلياً القابلين للتعلم وهي عينة مماثلة لعينة البحث الأساسية، عن طريق تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقها Test Retest بفارق زمني بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات قدره ثلاث ايام بنفس ظروف التطبيق الأول لإمكانية ضبط المتغيرات، ويوضح جدول (4) تلك النتائج

### جدول ( 4 )

معامل الارتباط بين التطبيق الأول و الثاني للاختبار

(ن = 5)

م	اسم الاختبار	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة " ر "
			س	ع ±	س	ع ±	
5	الادراك الحس حركي	(درجة)	28.000	1.881	28.875	1.773	0.906*

يتضح من جدول (4) وجود ارتباط دال إحصائياً بين درجات عينة التقنين في التطبيق الأول للاختبارات ودرجات التطبيق الثاني بفواصل زمني قدره اسبوع حيث كانت قيم معامل الارتباط

اكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 مما يدل على ثبات الاختبارات المستخدمة في البحث.

**القياس القبلي:** قام الباحث بإجراء القياس القبلي على عينة البحث (المجموعة التجريبية) في الفترة من 2017/2/26 إلى 2017/2/27 الإدراك الحس حركي.

1- **البرنامج المقترح:** أسس وضع البرنامج: اهتم الباحث بوضع الأسس العلمية لتصميم البرنامج وبالرجوع إلى المصادر العلمية والمراجع التي تناولت أسس وخصائص تصميم برامج الترويحي الرياضي عبيد محمد قنبر 2004م(7)، حاتم محمد ابراهيم 2005م(3)، محمد بدوي هلال 2005م(11)، مشيره احمد 2011 م (14) ، فاتن اسماعيل محمد 2012م(8) ، مع مراعاة مجموعة من الأسس العلمية وهي: أن يتضمن البرنامج مجموعة من المهارات الانتقالية وغير الانتقالية ومهارات الإدراك الحس حركي.

- **المهارات الانتقالية:** وهي تلك المهارات التي تستخدم تحرك الجسم من مكان لآخر أو قذف الجسم لأعلى ، ومن أمثلة هذه الفئة : الجري-المشي- الوثب - الحبل - التزحلق

- **المهارات غير الانتقالية:** هي تلك المهارات التي يؤديها الطفل في المكان ، أي بدون انتقالية من مكان لآخر ، ومن أمثلة هذه الفئة : الثني- المد - المرجحة - الارتعاش - الدفع - الشد - الدوران - الاهتزاز - الارتداد - اللف.

2- أن يحتوي البرنامج على مجموعة من الأنشطة والخبرات الحركية التي تهدف إلى تنمية القدرات الحركية والإدراكية ونشاطات التكيف مع الجماعة والتعامل مع الآخرين لمساعدة الأطفال على تحسين الهدف الوجداني.

3- أن يراعى مبدأ التدرج في تطبيق الواجبات الحركية (من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب) وان يراعى مبدأ الأمن والسلامة في استخدام الأجهزة والأدوات في الدرس.

### خطوات بناء البرنامج المقترح :

سارت إجراءات بناء البرنامج المقترح وفقاً للخطوات التالية :

◀ تحديد الأهداف العامة وهي :

1- تنمية المهارات الحركية الأساسية لدي الاطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم من المرحلة السنية من 6 -9 سنة.

2- تنمية مهارات الإدراك الحس حركي المختلفة لدي الاطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم من المرحلة السنية من 6 -9 سنة.

◀ تحديد الاهداف الفرعية للبرنامج وهي :

1- تنمية ابعض المتطلبات النفسية والتربوية والاجتماعية للأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم من المرحلة السنية من 6-9 سنة مثل (الثقة بالنفس، اتخاذ القرار، تأكيد الذات والاستقرار النفسي)

2- تطوير وتنمية المهارات الحركية الاساسية ( الركل والرمي واللقف والوثب ) لدي الاطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم من المرحلة السنية من 6-9 سنة.

3- تطوير وتنمية مهارات الادراك الحس حركي ( الذات الجسمية - المجال والاتجاهات - التوازن - التحكم العصبي العضلي - التوافق - ادراك الاشكال - التمييز السمعي) لدي الاطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم من المرحلة السنية من 6-9 سنة.

◀ تحديد مهارات لادراكية الحس حركية المراد تعلمها.

اعتمد الباحث أيضاً في إعداد البرنامج التعليمي على اللعب بأساليب وتشكيلات متعددة تخدم تعليم المهارات الحركية الأساسية والادراك الحس حركي من حركات مثل المشي والجري بأنواعه وفي مختلف الاتجاهات.

◀ اختيار محتوى البرنامج .

◀ تحديد الأنشطة والوسائل التعليمية المستخدمة في البرنامج .

احتوى البرنامج على مجموعة من الأنشطة والوسائل التعليمية كتشكيلات المختلفة من ( صفوف وقطارات وانتشار حر) وألعاب باستخدام أدوات وكرات مختلفة الأحجام والألوان.

◀ عرض البرنامج على المحكمين .

◀ الفترة الزمنية لتنفيذ تدريس البرنامج .

**محتوى البرنامج:**

تضمن البرنامج المقترح على مجموعة من الأنشطة الحركية المختارة (مهارات الرمي واللقف والسيطرة والتحكم والاتزان والأشكال والألعاب الحركية والاجتماعية الفردية والجماعية، والتي تهدف إلى تنمية مختلف جوانب نمو الطفل المعرفية والحركية والاجتماعية، بعد توزيع محتوى البرنامج على مدار الفترة الزمنية المقررة للتطبيق وهي ( 10 ) أسابيع، قام الباحث بعرضه على ذوي الخبرة والاختصاص الذين اقروا صلاحية استخدامه وانه يحقق الغرض المرجو.

**مكونات ومحتوى برنامج التربية الحركية:**

أولاً: التهيئة (ألعاب صغيرة، محطات).

ثانياً: المهارات الحركية الأساسية.

ثالثاً: حركات البراعة مع الزميل والادراك الحس حركي.

رابعاً: الختام.

(12ق)

(20ق)

(10ق)

(3 ق)



#### المدة الملائمة للبرنامج المقترح:

أفاد الخبراء بأن (10) أسابيع بواقع (10) دروس، (2) حصة في الأسبوع هي المدة الملائمة لتدريس البرنامج حيث تم التعديل في البرنامج وفقاً لآراء الخبراء حتى وصل إلى صورته النهائية .

#### 4- المسح المرجعي:

تم الاطلاع على العديد من المراجع المتخصصة العربية والأجنبية في مجال التربية الرياضية عامة ومجال التربية الحركية والمعاقين عقلياً، وفي حدود ما توصل إليه الباحث قام بإعداد برنامج التربية الحركية وكذا الاختبارات المستخدمة في البحث.

#### 4- المقابلات الشخصية:

تمت في الفترة 2017/1/12 إلى 2017/2/6 باستطلاع آراء الخبراء من خلال إجراء المقابلات الشخصية حيث بلغ عددهم (9) خبيراً وقد جريت هذه المقابلات الشخصية بغرض التعرف على:

- مدى صلاحية الاختبارات المستخدمة بالبحث.
- مدى تناسب مكونات ومحتوى الأنشطة والمهارات والبرنامج مع المرحلة السنية .

#### 1- التجربة الأساسية للبحث:

قام الباحث بإجراء تجربة البحث في الفترة من 2017/2/28 إلى 2017/5/2 ووزعت على (10) أسابيع واشتملت على (10) دروس بواقع (2) حصة في الأسبوع واستغرقت تنفيذ الحصة الواحدة (45) دقيقة.

#### 2- القياس البعدي:

قام الباحث بإجراء القياس البعدي على عينة البحث (المجموعة التجريبية) في الفترة من 2017/5/4 إلى 2017/5/5 عن طريق اختبارات المهارات الحركية الأساسية بنفس الظروف التي استخدمت في القياس القبلي.

عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج

توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية من المعاقين عقلياً القابلين للتعلم في مستوى الادراك الحس حركي " وتضح ذلك من جدول (5) جدول ( 5)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي و البعدي وحجم الاثر

للمجموعة التجريبية في من المعاقين عقلياً القابلين للتعلم في مستوى الادراك الحس حركي

( ن = 9 )

اسم الاختبار	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة " ت "	آيتا <sup>2</sup>
		س	± ع	س	± ع		
الادراك الحس حركي	(درجة)	27.571	± 1.284	40.929	± 1.385	*25.189	0.964

يتضح من جدول رقم ( 5 ) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي و البعدي في المتغيرات المهارية قيد البحث للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي عند مستوى معنوية (0.05)، حيث كانت قيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية، وهذا يعني أن برنامج المقترح قد أحدث تحسناً ملحوظاً في مستوى الأداء المهارى ظهر خلال القياسات البعدي لتطبيق البرنامج ، البرنامج قد ساعد في تطوير و تعلم المهارات الحركية للمعاقين عقلياً في هذه المرحلة وذلك نتيجة لتضمين مفردات البرنامج أنشطة متنوعة تهتم بأنشطة الوثب والركل والرمي واللقف بالإضافة إلى أنشطة تطوير الحركات الصغيرة والكبيرة وتطوير قدرة الترابط بين الایعازات العصبية عن طريق تطوير التوافق العصبي العضلي من خلال استخدام تمارين تعليمية توافقية ضمن البرنامج التعليمي المقترح "، كما أن البرنامج قد راعي التنوع في عرض المعارف والمعلومات المرتبطة بالمهارات سواء الحركية من قبل التلاميذ أثناء عملية التعلم، وأن التنوع في طريقة عرض المعلومات له تأثير إيجابي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، وفي هذا الصدد يشير عادل عبدالله محمد 2001م ( 6)، الي اهمية تصميم البرامج التعليمية لتكون في مستوى التلاميذ وان التلاميذ المعاقين يحتاجون الي تقديم الموضوع بشكل م شوق ومجزأ بصورة مقبولة، وهذا ما يتفق مع ما توصلت اليه نتائج دراسات كل من محمد بدوي هلال 2005م، مشيره احمد 2001م، فاتن اسماعيل محمد 2012م، في البرنامج التجريبي والذي طبق علي التلاميذ كان له تأثير ايجابي في تعديل بعض السلوكيات الصحية وكذلك علي تحسين وتنميه مكونات اللياقة الحركية

والمهارات الاساسية للتلاميذ المدرسة الفكرية، وهذا يعني أن استخدم التربية الحركية يؤثر تأثيراً إيجابياً على إكساب المعاقين عقلياً لهذه المهارات.

#### 2-4-1-2 عرض نتائج الفرض الثاني :

" توجد نسبة تحسن عالية في مستوي الادراك الحس حركي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية من المعاقين عقلياً القابلين للتعلم " ويتضح ذلك من جدول (6)

#### جدول (6)

نسبة التحسن للمجموعة التجريبية في مستوي الادراك الحس حركي

(ن = 8)

المجموعة التجريبية			المتغيرات
متوسط القياس البعدي	متوسط القياس القبلي	نسبة التحسن	
27.571	40.929	32.637%	الادراك الحس حركي

يتضح من الجدول (6) وجود فروق في نسب التحسن بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوي الادراك الحس حركي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية، ويعزو الباحث هذا التقدم للبرنامج المقترح والذي استخدم فيه الباحث الالعاب الحركية و التمهيديّة والصغيرة كأن له تأثير إيجابي للمجموعة التجريبية ، حيث يعود تأثير البرنامج التعليمي إلى إيجاد مناخ صفي مريح ومتعاون شعر فيه التلاميذ المعاقين عقلياً بالأمان والحرية في ممارسة المهارات الحركية والانشطة المختارة دون خوف وبالقبول والاحترام ، مما ساعد التلاميذ علي اتباع التعليمات لجميع جلسات البرنامج ، وقد أنعكس ذلك علي أداء جميع أفراد المجموعة التجريبي مما أدى إلى تحسن المستوي المهاري لديهم.

وهذا يتفق مع دراسة عبيد محمد محمد قنبر 2004م، حاتم محمد ابراهيم 2005م، والتي أكدت نتائجها علي أن البرنامج التعليمي الالعاب الحركية وبرامج الترويحي الرياضي له تأثير إيجابياً في تحسين المهارات الحركية والادراك الحس حركي لدي التلاميذ عامة ومدارس التربية الفكرية خاصة.

#### الخاتمة

في ضوء نتائج البحث والهدف منه وفي ضوء حدود عينة البحث والإمكانيات المتاحة واستناداً على ما تم تطبيقه من معاملات إحصائية وتفسير للنتائج توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

أن برنامج الترويحي الرياضي المقترح قد أدى إلى تنمية المهارات الحركية الاساسية والادراك الحس حركي لدى المعاقين عقلياً القابلين للتعلم. في ضوء ما أظهرته نتائج البحث التي توصل

إليها الباحث، وفي حدود عينة البحث يوصى الباحث بما يلي: التخطيط لبرامج الترويحي الرياضي وفقاً للأسس العلمية وخاصة للتلاميذ المعاقين عقلياً القابلين للتعلم. تطوير الالعاب الترويحية وطرق تدريسها ضمن منهاج كليات التربية وكليات التربية الرياضية. الاهتمام بفئة المعاقين عقلياً القابلين للتعلم وذلك بتوفير المقاييس التشخيصية ذات المصادقية العالية الأمر الذي يسهم في تشخيص هذه الصعوبات الحركية بشكل علمي و اكثر دقة.

#### قائمة المراجع:

#### قائمة المراجع باللغة العربية:

- احمد السعيد يونس: مساعدة الطفل ذو الاحتياجات الخاصة ذهنياً، الهيئة المصرية العامة للكتاب، مركز تنمية الكتاب، القاهرة، 2001م.
- حاتم محمد ابراهيم: "تأثير برنامج تربيته حركيه علي تنميه بعض متغيرات السلوك التوافقي لدي المعاقين ذهنيا"، رساله ماجستير غير منشوره، كليه التربيه الرياضيه، جامعه المنصوره، 2005م.
- عادل عبدالله محمد : جداول النشاط المصور للأطفال التوحيدين وأمكانية استخدامها مع الاطفال المعاقين عقلياً، دار الرشاد، القاهرة، 2001م.
- عبير محمد محمد قنبر: تأثير برنامج العاب صغيره علي بعض مظاهر السلوك الصحي والتعايش مع الاعاقه للمعاقين فكريا"، رساله دكتوراه غير منشوره ، كليه التربيه الرياضيه ، جامعه طنطا ، 2004م.
- لطفي بركات احمد: تربية المعوق في الوطن العربي، دار المريخ، الرياض، المملكة العربية السعودية، د.ت.
- محمد أحمد سرفان ، سعيد طه محمود: سيكولوجية المتأخرون ، مذكرات غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق، 2003م.
- محمد بدوي هلال : برنامج العاب صغيره مصاحب بالموسيقى وتأثيره علي بعض الحركات الطبيعيه الاساسيه لذوي الاحتياجات الخاصه القابلين للتعلم "رساله ماجستير غير منشوره ، كليه التربيه الرياضيه ، جامعه طنطا ، 2005م.
- محمد عبد السلام البوايز : الإعاقة الحركية والشلل الدماغي ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان ، 2000م.
- مشيره احمد ابراهيم : تعديل السلوكيات الصحيه من خلال استخدام القصة الحركيه لطفل الصف الاول الابتدائي، رساله ماجستير، غير منشوره، كليه التربيه الرياضيه جامعه طنطا، 2001م.



### قائمة المراجع باللغة الاجنبية:

- 1- Adms,r,ret,al: games, sport and exercise for handicapped, 2nd,ed,lea febiger, philadelphia,2007

### ملحق (3)

#### البرنامج المقترح

الأسبوع الزمن (45) دقيقة

الأهداف: هدف تعليمي/ أنشطة حركية لتنمية مهارة الوثب

وتطوير الإدراك ويشمل :

- إدراك الجسم - إدراك المكان والإحساس

هدف تربيوي/ الثقة بالنفس إشباع الرغبة فى المنافسة.

هدف معرفة/ أهمية الأنشطة الحركية فى إشباع ميول ورغبات التلاميذ.

التشكيلات والإخراج	الأدوات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
حر	كرة قدم مجموعة من الكور مجموعة من الحبال مقعد سويدى مجموعة من أطواق	أ) لعبة صغيرة / كرة القدم المشروطة مساحة محددة البداية والنهاية ينظم التلاميذ فريقين متساويين، الفريق المستحوذ على الكرة يقوم بتمرير الكرة مع الوثب فيما بينهما والفريق الذى يستطيع الوصول للرقم (10) يصبح فائزا. ب) يتم تقسيم التلاميذ إلى مجموعات للمعمل فى محطات 1- (وقوف) الوثب بالقدمين معا فى اتجاه مجموعة من الكور للمسها باليدين. 2- (وقوف) الوثب بالقدمين معا على جانبي مجموعة من لحبال موضوعة أفقيا ورأسيا. 3- (وقوف الذراعين جانبا- فوق مقعد سويدى) المشى للأمام ثم الوثب بالقدمين معا للهبوط على الأرض ورفع الذراعين جانبا عاليا والثبات (5) ثوانى. 4- (وقوف أمام مجموعة من الأطواق) الوثب فتحا داخل الأطواق مع رفع الذراعين جانبا ثم ضما خارج الأطواق مع ضم الذراعين بجانب الجسم.	12ق	التهيئة



التشكيلات والإخراج	الأدوات	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
قطارات صفوف قطارات حر		<p><b>مهارة الوثب</b></p> <p>1- (وقوف) الوثب لأعلى مع الهبوط على القدمين معا ثم على قدم واحدة (وثب العصا).</p> <p>2- (جلوس الذراعين خلفا) الوثب للأمام في دوائر ثم في خط مستقيم.</p> <p>3- (وقوف) الوثب جانبا مع فتح وضم القدمين وتبادل رفع وخفض الذراعين.</p> <p>4- (إقعاء - الياعدان متقاطعان أمام الصدر) الوثب عاليا مع مد الركبتين كاملا وتباعد القدمين ورفع الذراعين جانبا (وثب الغريرت).</p> <p>5- (وقوف) الوثب لأعلى مع لمس العقبين في الهواء والهبوط على القدمين ورفع الذراعين جانبا.</p>	20 ق 4ق 4ق 4ق 4ق 4ق	المهارات الحركية الأساسية
حر	ساعة إيقاف وكرة يد	<p>1- شرح وعرض التمرين (التعرف على أجزاء الجسم): التعرف على أسم ووظيفة كل جزء من أجزاء الجسم</p> <p>2- شرح وعرض التمرين (تمرين المحطة) : للتعرف على الخطوط الواسعة والضيقة والإحساس بالفراغ والتعرف على الألوان والمشى بين العوارض الركض .</p>	10 ق 5ق 5ق	حركات البراعة من الزميل والادراك الحس حركي
حر		<p>(وقوف) الجرى الخفيف مع مرجحة القدمين للأمام وللخلف وتنظيم التنفس ثم الاصطفاف في دائرة وأداء الصيحة (قوة، إرادة، تحدى) والانصراف إلى الفصل.</p>	3 ق	الختام