

أثر برنامج ترويحى علي تنمية المهارات الحركية لذوى الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم)

أ.د/ بلال عبدالعزيز سيد احمد بدوي

أستاذ الترويح الرياضى بقسم الترويح الرياضى

كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان

أ.د / باسم محمد تهامى

أستاذ الترويح الرياضى بقسم الترويح الرياضى

- جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنين

الباحث/ محمد خالد محمد يوسف

مدرب عام لفريق الاحتياجات الخاصة بأندية وادي دجلة

Doi: 10.21608/jsbsh.2023.213242.2454

المقدمة ومشكلة البحث :

يعتبر الترويح أحد المجالات التي تساعد في بناء شخصية المعاق فكرياً ، وذلك بما تمنحه من فرص للتعبير عن ذاته وقدراته وإبداعاته، كما أنه مجالاً غني بالأنشطة التي تشبع حاجة المعاق فكرياً الملحة للحركة والتأمل والتفكير والإبداع والتي يكتسب من خلال ممارستها اللياقة البدنية والنفسية والسيولوجية والمهارية ، وفي هذا يشير محمد الحماحمى وعائدة عبد العزيز (١٩٩٨م) أن الترويح يزود الطفل بالخبرات والمعلومات بطرق تلقائية (٢١ : ١٦٠) ، وتضيف تهاني عبد السلام (٢٠٠١م) أن ممارسة الأنشطة الترويحية تساعد على الشعور بالسعادة والفخر لإنجاز عمل ما (١٢ : ٢٤٥) .

كما يحتل الترويح الرياضى بأنواعه المختلفة مكان الصدارة في برامج الترويح ، ولا شك أن للمعاقين فكرياً الحق في ممارسة كافة أنواع الترويح ، مما دعا علماء النفس والترويح والتربية والباحثين في مجال الإعاقة لوضع مجموعة من الأسس النفسية التي يجب أن يتبعها العاملين مع المعاقين بصفة عامة والمعاقين فكرياً بصفة خاصة للحد من الآثار النفسية والتي منها ضرورة محاولة إدماج المعاق فكرياً في المجتمع حتى لا يشعر بالوحدة والعزلة واعطائه الثقة في نفسه وخلق الظروف التي تدفعهم إلى المشاركة في البرامج المختلفة والمتنوعة المقدمة إليهم (١٣ : ٤١-٤٢) .

وترى أمنة الشبكشى (١٩٩٤م) ان إهمال برامج الترويح من الممكن أن تؤدي إلى الإصابة بكثير من العيوب والانحرافات القوامية وضعف في القدرات ، الأمر الذى يجعل برامج الترويح فى غاية الأهمية (٩ : ٤) .

ويوضح أسامة راتب (١٩٩٩م) أن فكرة برنامج ترويحى تقوم من خلال تقديم كم للأنشطة والمهارات الطبيعية الأساسية (المشى ، الجرى ، الوثب ، القفز ، التعلق ، التسلق ، الرمى ، اللقف ، اللف ، الدوران ، الصعود ، الهبوط ، التمرير ، الاستقبال ، الحجل ، الدفع ، الركل ، الضرب ، التنطيط ، الاتزان) وأنماطها المشتقة من العديد من الاعتبارات مثل التنوع بما يحقق المتعة والإثارة والرضا

والحدثة وتضافر العمل العقلي مع العمل الحركي والثراء الحركي والبراعة الحركية والبعد عن النمطية وتوافر الأدوات والأجهزة وإتاحة الفرصة للممارسة الحركية والتخيل والتقليد والتوازن بين العمل والراحة عند التنفيذ للنشاط الحركي (٤ : ٢٤)

وتعتبر الإعاقة الفكرية بأشكالها المختلفة ظاهرة اجتماعية التي يعاني منها المجتمع سواء كان هذا المجتمع متقدماً أو بدائياً وذوى الاحتياجات الخاصة حاله وليس مرضاً (٢٣ : ٢٤ ، ٢٥) . ويرى تشوب هوزيل Schoop Hozel (١٩٩٣م) ان انتقاء الأنشطة الحركية تمثل أهمية كبرى لذا يجب التفكير والتخطيط الجيد عند اختيار نوع النشاط الحركي وأساليب التدريس المناسبة ، الأمر الذي يعمل على النمو المتزن للطفل بدنياً وعقلياً ونفسياً واجتماعياً (٢٩ : ١٩) يري كل من أمين الخولي ، وأسامة راتب (١٩٩٨) وأسامة راتب (١٩٩٩م) إلى الإختلاف بين العلماء في تحديد مفهوم المهارات الحركية الاولية واستخدام مصطلحات عديدة (١٠ : ٢٨١ ، ٢٨٢) (٢٢١:٤) .

وقد لاحظ الباحثون أن المعاقين فكراً يتصفون بالضعف في استيعابهم للحركات والمهارات الأساسية مما يعود الى ضعف في المهارات الحركية الاولية ، الأمر الذي يمكن تحقيقه من خلال برامج ترويحية ، حيث يسهم هذا النوع من البرامج في تحقيق أهداف الترويح ، حيث يعتبر البرنامج ترويحى لتنمية المهارات الحركية أحد الأساليب التي تهدف الى :-

- ١- تحديد نوعية وكمية الخدمة والمساندة المطلوبة لاحتياجات كل فرد على حده
- ٢- قياس مدى تقدم المعاقين فكراً في البرنامج . (٢٨)

ومن خلال ما تقدم نجد أن البرنامج الترويحى لتنمية المهارات الحركية يعد وسيلة مناسبة لدي ذوى المعاقين فكراً ، مما دعا الباحثون إلى اقتراح برنامج ترويحى للتعرف على أثره على مستوى المهارات الحركية لذوى الاعاقه الفكرية .

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على :-

- ١- تأثير برنامج ترويحى على تنمية المهارات الحركية لذوى الاعاقه الفكرية(القابلين للتعلم).
- ٢- الفروق في نسب التغير بين القياس القبلى والقياسات البينية والقياس البعدى لمستوى المهارات الحركية لذوى الاعاقه الفكرية (القابلين للتعلم) .

فروض البحث :

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى لمجموعة البحث التجريبية في تنمية مستوى المهارات الحركية لذوى الاعاقه الفكرية (القابلين للتعلم) لصالح القياس البعدى .
- ٢- توجد فروق في نسب التغير بين القياس القبلى والقياسات البينية والقياس البعدى لمستوى

المهارات الحركية لذوى الإعاقات الفكرية (القابلين للتعلم) .

اهمية البحث :

تتضح اهمية البحث في ان البرامج الترويحية تؤثر إيجابياً على المعاقين فكرياً و تكسبهم اتجاهات و قيماً و سلوكيات سليمة و تساعدهم على تنمية مهاراتهم و الاعتماد على انفسهم فى الحياة اليومية مما يجعلهم يتوائمون مع انفسهم و مع افراد المجتمع الذى يعيشون فيه ، حيث تلعب البرامج الترويحية دوراً هاماً فى تنمية نواحي النقص لدى المعاقين فكرياً فإذا فقد المعاق فكرياً قدرته على التمتع بأي جانب من جوانب الحياة فأن هذه الانشطة الترويحية تعوضه من خلال شعوره بإمكانيته اثناء الممارسة .

المصطلحات المستخدمة بالبحث :

البرامج الترويحية :

مجموعة الأنشطة المنظمة تحت إشراف رائد تروحي من أجل تحقيق هدف التربية الترويحية ألا و هو تغيير سلوك الأعضاء أثناء وقت الفراغ إلي سلوك أمثل وذلك عن طريق تنمية معلومات و مهارات و تكوين اتجاهات إيجابية نحو شغل وقت الفراغ . (١٢ : ٢٣٣)

المهارات الحركية :

نظام خاص لحركات تؤدي في نفس الوقت و حركات تؤدي بالتوالي ، ويقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثيرات المتبادله للقوة الداخلية و الخارجية . (٢٠ : ٣٧٤)

الإعاقات الفكرية :

يعرف سعيد العزه الإعاقات الفكرية سلوكياً بإنها حالة تتميز بمستوي عقلي وظيفي دون المتوسط تبدأ أثناء فترة النمو ، ويصاحب هذه الحالة قصور في النضج العقلي و التوافق الاجتماعي و القدره علي التعلم لدي الفرد . (١٤ : ١٣٢)

المعاقين فكرياً القابلين للتعلم :

تعرف آيات يحيي المعاقين فكرياً هم من لديهم قصور جوهري في القدرات العقلية والتي تكون وظائفها دون المتوسط ويكون هذا مصحوباً بقصور في جانبين أو أكثر من المهارات التوافقية المرتبطة بالأنشطة اليومية التالية (الاتصال ، رعاية الذات ، الحياة المنزلية ، المهارات الاجتماعية ، الصحة والأمان ، العمل الأكاديمي ، قضاء وقت الفراغ) ويظهر هذا القصور قبل سن الثامنة عشر وبقليل من الملاحظة يمكن التعرف على الطفل المعاق فكرياً من سمات تشكل في مجملها عدم النضج الاجتماعي وضعف التوافق الحركي وكذا امكانية الجسم وبعض التشوهات القوامية . (١١ : ٣)

الدراسات السابقة :

الدراسات باللغة العربية :

١. احمد مصباح فتوح الشريف (٢٠١٤) (٣) تأثير برنامج ترويجي باستخدام التمرينات بالأدوات في تخفيف اضطرابات نقص الانتباه المصاحب للنشاط الحركي الزائد لدي الأطفال المعاقين ذهنيا القابلين للتعلم ، تهدف الدراسة التعرف علي تأثير البرنامج الترويجي باستخدام التمرينات بالأدوات في التخفيف من اضطرابات الانتباه المصاحب للنشاط الحركي الزائد المتمثلة في أعراض (نقص الانتباه - النشاط الحركي الزائد- الاندفاعية) لدي الأطفال المعاقين ذهنيا القابلين للتعلم ، وأستخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي و المنهج التجريبي لمناسبتة لطبيعة هذا الدراسة ، عينة الدراسة من مدرسة التربية الفكرية والإعداد المهني بقلين ، وعددها (١٠) تلاميذ ممن يعانون من اضطراب نقص الانتباه المصاحب للنشاط الحركي الزائد ، بعمر زمني من (٩ - ١٢) سنة ،وبعمر عقلي ما بين (٨-١٠) سنوات وبدرجة نكاء ما بين (٥٥-٧٥) درجة. وقد أسفرت نتائج الدراسة علي فاعلية البرنامج الترويجي باستخدام التمرينات في التخفيف من حدة اضطرابات الانتباه المصاحب للنشاط الحركي الزائد المتمثلة في أعراض (نقص الانتباه - النشاط الحركي الزائد- الاندفاعية) لدي الأطفال المعاقين ذهنيا القابلين للتعلم.

٢. قامت " شيماء حسن طه ، فاطمة فوزى عبد الرحمن " (٢٠٠٨) (١٥) بدراسة تهدف الى تصميم برنامج تعليمي ترويجي للمهارات الأساسية للسباحة وذلك فى ضوء تحديد وتشخيص درجة إحجام الأطفال عن الممارسة وأيضاً تعليم وتحسين مستوى الأداء المهارى للمهارات الأساسية للسباحة، ولتحقيق هذا الهدف استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي ، واشتملت عينة البحث على (٣٥) طفل، (٢٠ طفلة) ، وكانت اهم النتائج أن البرنامج التعليمي الترويجي ساعد على تشخيص وتحديد أسباب الإحجام لدى بعض الأطفال و أدى الى علاجها كما أن خلق البيئة الصحية التى تسودها المودة والحب والألفة بين المعلم والطفل ساعد على سرعة التعلم (١١).

٣. قامت " امانى محمد محمد ،امل حلمى لطفى " (٢٠٠٧) (٦) بدراسة تهدف الى التعرف على فعالية برنامج ترويجي رياضى على الحالة الانفعالية والسيكو حركية للاطفال المعاقين ذهنيا " القابلين للتعلم " واستخدمت الباحثتان المنهج التجريبي ، واشتملت عينة البحث على (٢٠) طفلاً من المعاقين ذهنيا القابلين للتعلم، وكانت اهم النتائج ان البرنامج الترويجي الرياضى لة تاثير ايجابى على الحالة الانفعالية والحالة السيكو حركية والمتمثلة فى متغيرات (الادراك الحسى - التركيز - الاستجابة الموجهة - الميكانيزم - الاستجابة المعقدة - الحركات ذات المهارة) للاطفال المعاقين ذهنيا "القابلين للتعلم "

٤. إبراهيم بيومى إبراهيم (٢٠٠٧) (١) تأثير برنامج ترويجي رياضى على تنمية بعض الصفات

البدنية والجوانب الحركية والنفسية للمعاقين ذهنياً القابلين للتعلم ، يهدف البحث أساساً الى تصميم برنامج ترويحي رياضي للمعاقين ذهنياً فئة القابلين للتعلم والتي تتراوح نسبة ذكائهم بين (٧٠ : ٥٠) وعمرهم الزمني من ٩ : ١٢ سنة ، والتعرف على تأثيره علي تنمية صفتي التوافق والتوازن . تحسين النشاط الزائد. تنمية الإدراك الحسي الحركي ، استخدم الباحث المنهج التجريبي ، يتمثل مجتمع البحث في مجموعة التلاميذ المعاقين ذهنياً والمقيدين بمدرسة التربية الفكرية بأسبوط في العام الدراسي ٢٠٠٥م - ٢٠٠٦م ، ممن تتراوح أعمارهم بين ٩-١٢ سنة، ومستوي ذكائهم من (٥٠ - ٧٠) ، وخلصت اهم النتائج الى عدم وجود أي إعاقة أخرى بخلاف الإعاقة الذهنية تعوق من ممارستهم لأنشطة البرنامج. وأثر البرنامج الترويحي الرياضي المقترح علي تحسين بعض الصفات البدنية (التوافق والتوازن) لدي الأفراد المعاقين ذهنياً ، وأثر البرنامج الترويحي الرياضي المقترح علي تحسن بعض الجوانب الحركية (الإدراك الحسي الحركي) لدي الأفراد المعاقين ذهنياً ، أثر البرنامج الترويحي الرياضي المقترح علي تحسن بعض الجوانب النفسية (النشاط الزائد) لدي الأفراد المعاقين ذهنياً. ، استخدام الألعاب والأنشطة الترويحية الجماعية التي تتميز بطابع المرح والسرور لها تأثير إيجابي علي نجاح البرنامج الترويحي الرياضي في تحقيق أهدافه.

٥. قام "عبد التواب محمود عبد التواب" (٢٠٠٦) (١٦) بدراسة تهدف إلى التعرف على فعالية برنامج ترويحي رياضي على ترشيد السلوكيات الصحية للأطفال المعاقين عقليا ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، واشتملت عينة البحث على (٤٢) تلميذ تم تقسيمهم عشوائيا إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٢١) تلميذ ، وكانت أهم النتائج ان برنامج الترويح الرياضي له تأثير إيجابي في ترشيد السلوكيات الصحية وتخفيف حدة الانعزالية عند الأطفال المعاقين عقليا عن طريق زيادة التفاعل الاجتماعي والشعور بالقيمة الذاتية والشعور بالانتماء .
٦. دراسة ناجي محمد قاسم، فاطمة فوزي عبد الرحمن (٢٠٠٤م) (٢٢) عنوانها "فعالية برنامج ترويحي على تنمية بعض المهارات الحياتية والنفسية والحركية لدي الأطفال ذوى الاحتياجات الخاصة (القابلين للتعلم) بهدف التعرف على مدي فاعلية البرنامج المقترح واستخدام المنهج التجريبي نظام المجموعة الواحدة (قبلي - بعدي) على عينة عمدية بلغ قوامها (٣٠) طفلاً حددت نسبة ذكائهم (٥٠ - ٧٠) وتراوح أعمارهم من ١١ - ١٤ سنة بمتوسط ١٢.١٣ سنة وتراوح العمر العقلي ٥ - ٩ سنوات بمتوسط ٧.٣٧ ، وتوصل الباحثان إلى أن البرنامج المقترح له تأثيراً إيجابياً على تحسين بعض المهارات الحركية والحياتية والنفسية
٧. دراسة نجده لطفي احمد حسن (٢٠٠٢م) (٢٤) وعنوانها فاعلية برنامج للتمرينات على بعض القدرات الحس حركية والسلوك التوافقي للأطفال المعاقين ذهنياً وأقرانهم بمدارس الأسوياء وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية البرنامج المقترح على بعض القدرات الحس حركية والسلوك

التوافقي لأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم ، وقد بلغ حجم العينة (٤٠) تلميذاً من فئة القابلين للتعلم ، ويتراوح العمر الزمني للعينة ما بين (٨-١٢) سنة العمر العقلي من (٤-٦) سنوات وتم تقسيمهم إلى مجموعتين ، واستخدمت المنهج التجريبي ، وأظهرت أهم النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القدرات الحس-حركية المختارة ، وكذلك السلوك التوافقي لصالح القياس البعدي ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات البحث لصالح المجموعة المدمجة مع الأسوياء .

٨. أجرى أبو النجا أحمد عز الدين ، عثمان مصطفى عثمان (٢٠٠١م) (٢) دراسة بهدف التعرف على فاعلية برنامج تربية حركية على التفكير الابتكاري وبعض القدرات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة ، واستخدم المنهج التجريبي ، ، وبلغ حجم العينة (٦٠) طفلاً ، وأظهرت أهم النتائج عن تميز المجموعة التجريبية عن أطفال المجموعة الضابطة في عوامل التفكير الابتكاري والقدرات البدنية قيد البحث .

٩. دراسة أمال السيد مرسي ، مها العطار محمد (٢٠٠٠م) (٥) وعنوانها الألعاب الشعبية وتأثيرها على اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية للأطفال المعاقين ذهنياً وتهدف هذه الدراسة إلى معرفة تأثير الألعاب الشعبية وتأثيرها على اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية للأطفال المعاقين ذهنياً وقد بلغ حجم العينة ٣٠ تلميذاً من مدرسة التربية الفكرية وتتراوح نسبة ذكائهم من (٥٥-٧٠) درجة وأعمارهم من (١٢-١٤) سنة وأستخدم المنهج التجريبي وتم الاستعانة ببرنامج الألعاب الشعبية واختبار اللياقة البدنية والقدرات الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويج Aahper (١٩٧٦م) ومقياس الشعور بالوحدة النفسية لإبراهيم قشقوش كأدوات لجمع البيانات ، وأظهرت أهم النتائج إن الألعاب الشعبية تسهم في رفع اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة للأطفال المعاقين ذهنياً بنسبة تفوق البرنامج المقرر من الوزارة.

١٠. أجرت عفاف عثمان مصطفى (١٩٩٩م) (١٩) دراسة بعنوان برنامج تربية حركية مقترح للمعاقين بصرياً ، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته لهذه الدراسة وتم اختيار العينة من مدرسة النور للمكفوفين بحرم بك ممن تتراوح أعمارهم من ٦-١٠ سنوات للعام الدراسي ١٩٩٨-١٩٩٩م وأظهرت أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين القياس البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اتجاه القياس البعدي للمجموعة التجريبية في نتائج اختبارات المهارات الحركية الأساسية .

الدراسات باللغة الأجنبية :

١١. دراسة زيكل ، هولوبكوف ، و كاراسكوف ، وفيزيلكوف (٢٠١٣) (٣٠) Ziki, Holoubkova Karaskova , Veselikova بعنوان " المهارات الحركية و مهارات التحكم للأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة التي هدفت إلى مقارنة أداء المهارات الحركية بين الأطفال ذوي الإعاقة

الفكرية البسيطة مع الأطفال الأسوياء. حيث شملت الدراسة على عينة قوامها (٥٧) مشارك من ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة و (٥٧) مشارك من الأطفال الأسوياء جميعهم مشارك (١٠) سنوات ، تم استخدام الباحثون المنهج التجريبي ، ولجمع بيانات الدراسة تم استخدام اختبار المهارات الحركية الكبيرة - 2 TGMD ، ومن أهم النتائج أشارت إلى انخفاض في مستوى أداء المهارات الحركية لدى الأطفال ذوي الإعاقه الفكرية البسيطة مقارنة مع الأطفال الأسوياء .

١٢. دراسة كل من انجلوس ك . تشانياس ومايكل ل هوفر Angelos K.Chanias, and Micael L. Hover (١٩٩٨م) (٢٥) وعنوانها تأثير التمرينات علي عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدي الأفراد من ذوي الإعاقة الذهنية "وهدفت هذه الدراسة إلي دراسة تأثير برنامج التمرينات على عناصر اللياقة البدنية ، وبلغ حجم العينة (٢١) فرداً واستخدم المنهج التجريبي ، وأظهرت أهم النتائج التأثير الإيجابي الدال للبرنامج المقترح على لياقة الجهاز الدوري التنفسي والقوة العضلية ، والى تأثيره المتوسط على المرونة ، بينما لم ذلك فيما يتعلق التركيب الجسمي .

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي (مجموعة تجريبية) باستخدام القياس القبلي و البعدي وذلك لمناسبتة لطبيعة البحث .

مجتمع البحث :

يمثل مجتمع البحث مجموعة من ذوي الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم) الذين يتراوح أعمارهم ما بين (٩ : ١٢) سنة ، وتتراوح نسبة ذكائهم ما بين ٥٠ - ٧٠٪، من المركز النموذجي للتعريف الفكري. عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من أجمالي الطلاب و الطالبات ذوي الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم) من المركز النموذجي للتعريف الفكري ، وقد تراوح أعمارهم من (٩ : ١٢) سنة ، وتتراوح نسبة ذكائهم ما بين ٥٠ - ٧٠٪ ، وقد بلغ قوام العينة (١٥) طالب وطالبة من ذوي الإعاقة الفكرية القابلين للتعلم ، وقد راعي الباحثون في اختيار العينة أن يكون أفراد العينة يعيشون في ظروف بيئية متشابهة . تجانس عينة البحث.

أجرى الباحثون التجانس على عينة البحث وبلغ قوامها (١٥) من ذوي الإعاقة الفكرية في متغيرات (العمر العقلي ، الذكاء ، الطول ، الوزن ، المهارات الحركية) .

جدول (١) التجانس في متغيرات (العمر العقلي ، الذكاء ، الطول ، الوزن ، المهارات الحركية) ن = ١٥

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
العمر العقلي	٦.١٢	٠.٩٨	٦	٠.٣٧
الذكاء	٦٠.٣٥	١.٣٥	٦٠	٠.٧٨

٠.١١	١٣٢	٦.٦٩	١٣٢.٢٤	الطول
٠.١٧	٣٥	٤.٥١	٣٥.٢٦	الوزن
١.٣١	٨٩.٠٠	٥.٤٢	٩١.٣٥	الوثب العريض من الثبات
٠.٧٨	٢٧.٠٠	٣.٤١	٢٧.٨٩	رمى كرة ناعمة لمسافة
١.٥٠	٠.٣٠	٠.١٠	٠.٣٥	الحجل
٠.٧٠-	٢.٧٠	٠.٥٥	٢.٥٧	الوثب على قدم واحدة

يوضح جدول (١) أن معامل الالتواء لمتغيرات (العمر العقلي ، الذكاء ، الطول ، الوزن ، المهارات الحركية) كانت (٠.٧٠- : ١.٥٠) على التوالي وهذه القيم تنحصر بين (٣±) وتقع تحت المنحنى الاعتدالي مما يدل على تجانس عينة البحث.

أدوات جمع البيانات :

قام الباحثون بتحديد الأدوات والأجهزة والاختبارات الملائمة لموضوع البحث وذلك بالاستعانة بالمراجع والدراسات السابقة وكانت كالتالي :

١- الأجهزة والأدوات :

- ميزان طبي لتحديد الوزن لأقرب كيلوجرام .
- جهاز ريستامتر لقياس الطول لأقرب سنتيمتر .
- ساعة إيقاف لقياس الزمن مقدراً بالثانية .
- أطواق مقاسات مختلفة .
- أكياس الحبوب .
- كور بلاستيك ألوان ومقاسات مختلفة .
- جير لرسم الخطوط على الأرض .

٢- اختبار الذكاء (لاستانفورد بينيه) لذوي الإعاقة الفكرية :

مقياس استانفورد بينيه عبارة عن صندوق به مجموعة من اللعب المقننة وبطاقات مطبوعة وكراسة تسجيل وكراسة تعليمات وكراسة معايير وأسئلة مرتبة وفق مستوى العمر الذي ستطبق عليه وهو يبدأ من سنتين حتى سن الرشد ، ويستغرق هذا الاختبار من ٣٠ - ٤٠ دقيقة ويتم تسجيل مستويات الضعف العقلي في صورة نسبة ذكاء ، وتم تطبيق المقياس من قبل المتخصصين المركز النموذجي للتثقيف الفكري . (١٧ : ٣٩٦ ، ٣٩٧) .

٣- اختبارات المهارات الحركية لذوي الإعاقة الفكرية ملحق (١) (٢٢ : ١٢٥ - ١٣٤) .

المعاملات العلمية:

الثبات :

قام الباحثون بتطبيق طريقة الاختبار ثم إعادة تطبيقه على عينة بلغ قوامها (٥) من ذوي الإعاقة الفكرية لبيان ثبات الاختبارات قيد البحث جدول (٢) .

الصدق :

تم حساب صدق الاختبارات باستخدام الصدق الذاتي وهو الجذر التربيعي لمعامل الثبات جدول (٢) .
جدول (٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط لبيان ثبات
اختبارات المهارات الحركية قيد البحث
ن = ٥

م	الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط	الصدق الذاتي
			ع+	س/	ع+	س/		
١	الوثب العريض من الثبات	سم	٥.٦٣	٩٠.٢٦	٥.٩٦	٩٠.٢٦	٠.٨٩	٠.٩٤
٢	رمى كرة ناعمة لمسافة	متر	٣.٢٥	٢٧.٥٠	٣.٦١	٢٧.٥٠	٠.٩١	٠.٩٥
٣	الحجل	درجة	٠.٠٩	٠.٣٤	٠.٠٨	٠.٣٤	٠.٩١	٠.٩٤٨
٤	الوثب على قدم واحدة	درجة	٢.٨٥	٢.٩٨	٢.٨٥	٢.٩٨	٠.٩٠	٠.٩٥

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ = ٠.٨٧٨

يوضح جدول (٢) وجود علاقة ارتباط مقبول بين القياسين الأول والثاني لاختبارات المهارات الحركية قيد البحث ، حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (٠.٨٩ ، ٠.٩١) ، كما تراوح معامل الصدق الذاتي ما بين (٠.٩٤ ، ٠.٩٥) مما يدل على ثبات وصدق الاختبارات قيد البحث .

إعداد البرنامج:

الهدف من البرنامج :

التعرف على اثر برنامج ترويحى على تنمية المهارات الحركية لذوى الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم) .
برنامج ترويحى لتنمية المهارات الحركية :

من خلال الإطار المرجعى للبحث استخدم الباحث تمارين ترويحى التى تم تحديدها من خلال المراجع العلمية والتى تتناسب مع ذوى الإعاقة الفكرية وتم عرضها على الخبراء (ملحق ٣) للتعرف على مدى مناسبتها لتحقيق الهدف من البحث ، وتم إجراء التعديلات اللازمة وهى يصبح عدد الوحدات (٣٦) وحدة ، يكون زمن الوحدة (٦٠ق) ، ويتم استخدام أدوات (أطواق ، أكياس الحبوب ، الخطوط ، الكرات) ، المهارات الحركية ، وأصبح البرنامج فى صورته النهائية (ملحق ٢)

أسس وضع البرنامج الترويحى :

من خلال خبرة الباحثون فى مجال البحث والاطلاع على المراجع والدراسات العلمية تم مراعاة الأسس التالية لتحقيق هدف البرنامج الترويحى :

- مراعاة أن تحقق التدريبات الهدف من البرنامج .
- مراعاة التشويق والإثارة فى مكونات البرنامج .
- مراعاة التدرج من السهل إلى الصعب .
- استخدام عبارات التشجيع والإثابة الفورية .
- ان تكون محتويات البرنامج بسيطة وغير مركبة .

- مراعاة توزيع محتوى البرنامج على عدد الوحدات .
- مراعاة توفر الإمكانيات والأدوات اللازمة .
- أن يتمشى البرنامج الترويحي لتنمية المهارات الحركية مع خصائص المرحلة السنية .
- أن يتمشى البرنامج الترويحي لتنمية المهارات الحركية مع ميول ورغبات عينة البحث
- عدم وصول نوى الإعاقة الفكرية إلى مرحلة الإجهاد .

زمن البرنامج :

تم تطبيق برنامج ترويحي لتنمية المهارات الحركية لمدة (ثلاثة أشهر) (١٢) أسبوع بواقع (٣) وحدة في كل أسبوع (الأحد ، الثلاثاء ، الخميس) بإجمالي (٣٦) وحدة ، زمن الوحدة (٦٠) دقيقة وتم توزيع زمن كل وحدة (٦٠) دقيقة على أجزائه (١٠ اق الإحماء ، ٤٠ اق الجزء الأساسي ، ١٠ اق ختام) ، والجدول التالي يوضح نموذج لوحدة من برنامج ترويحي لتنمية المهارات الحركية .

أسلوب التحليل الإحصائي :

استخدم الباحثون حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS واختار معامل ارتباط Person لإيجاد الثبات ، والجذر التربيعي لبيان درجة الصدق لاختبارات ، واختبار (ف) لإيجاد الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعة البحث كما استخدم طريقة Tokay لإجراء المقارنات الفردية بين متوسطات القياسات في الاختبارات ذات الدلالة .

عرض ومناقشة النتائج :

أولاً : عرض النتائج :

- الفروق بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني ١ - البيني ٢ - البعدي) في المهارات الحركية لذوي الإعاقة الفكرية .

جدول (٣) دلالة الفروق بين متوسطات القياسات (القبلي - البيني ١ - البيني ٢ - البعدي)

في المهارات الحركية لذوي الإعاقة الفكرية ن = ١٥

م	الاختبارات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	التباين	قيمة (ف) المحسوبة
١	الوثب العريض من الثبات	بين للمجموعات	٧٨.٦١	٣	٢٦.٢٠	*٢.٩٦
		داخل للمجموعات	٤٩٦.١٨	٥٦	٨.٨٦	
٢	رمى كرة ناعمة لمسافة	بين للمجموعات	٦٨.٩٤	٣	٢٢.٩٨	*٣.٦١
		داخل للمجموعات	٣٥٦.٩١	٥٦	٦.٣٧	
٣	الحجل	بين للمجموعات	٦٧.٥٢	٣	٢٢.٥١	*٣.٢٨
		داخل للمجموعات	٣٨٤.٦١	٥٦	٦.٨٦	
٤	الوثب على قدم واحدة	بين للمجموعات	٧٥.٣٠	٣	٢٥.١٠	*٤.٥٤
		داخل للمجموعات	٣٠٩.٨٧	٥٦	٥.٥٣	

*قيمة (ف) الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ ودرجات حرية (٣ ، ٥٦) = ٢.٧٦

يوضح جدول (٣) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات (القبلي-البيني ١ - البيني ٢ - البعدي) في المهارات الحركية لذوى الإعاقة الفكرية ، حيث أن قيمة (ف) المحسوبة أكبر من قيمة (ف) الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ ودرجات حرية (٣ ، ٥٦) ، مما يوجب إجراء المقارنات الفردية بين متوسطات القياسات في الاختبارات ذات الدلالة باستخدام طريقة تيوكي .

جدول (٤) الفروق بين متوسطات القياسات (القبلي- البيني ١ - البيني ٢ - البعدي)

في المهارات الحركية لذوى الإعاقة الفكرية

المهارات	القياسات	المتوسط	القياس القبلي	بيني ١	بيني ٢	القياس البعدي	تيوكي
١ الوثب العريض من الثبات	القياس القبلي	٩١.٦١	-	١.٥٤	٤.٧٣	*١٣.٩٩	٥.١٠
	القياس البيني ١	٩٣.١٥		-	٣.١٩	*١٢.٤٥	
	القياس البيني ٢	٩٦.٣٤			-	*٩.٢٦	
	القياس البعدي	١٠٥.٦٠				-	
٢ رمي كرة ناعمة لمسافة	القياس القبلي	٢٧.٨٢	-	*٦.٨٣	*١٤.٥٤	*٢٢.٩٥	٥.٦٩
	القياس البيني ١	٣٤.٦٥		-	*٧.٧١	*١٥.٧٢	
	القياس البيني ٢	٤٢.٣٦			-	*٨.٠١	
	القياس البعدي	٥٠.٣٧				-	
٣ الحجل	القياس القبلي	٠.٣٢	-	*٠.٠٧	*٠.١٤	*٠.٢٣	٠.٠٤
	القياس البيني ١	٠.٣٩		-	*٠.٠٥	*٠.١٦	
	القياس البيني ٢	٠.٤٦			-	*٠.٠٩	
	القياس البعدي	٠.٥٥				-	
٤ الوثب على قدم واحدة	القياس القبلي	٢.٩١	-	*٠.٦١	*١.١٢	*٢.١١	٠.٤٦
	القياس البيني ١	٣.٥٢		-	*٠.٥١	*١.٥٠	
	القياس البيني ٢	٤.٠٣			-	*٠.٩٩	
	القياس البعدي	٥.٠٢				-	

يتضح من جدول (٤) اتجاه الفرق بين متوسط القياس القبلي والقياس البيني ١ في المهارات الحركية لذوى الإعاقة الفكرية قيد البحث لصالح القياسات البينية والقياس البيني ١ في اختبارات (رمي كرة ناعمة لمسافة ، الحجل ، الوثب على قدم واحدة) ، كما توجد فروق بين القياس البيني ١ والبيني ٢ لصالح القياس البيني ٢ في جمع الاختبارات عدا اختبار (الوثب العريض من الثبات) ، بينما توجد فروق بين القياس البيني ٢ والبعدي لصالح القياس البعدي في جمع الاختبارات .

جدول (٥) فروق نسب التغير بين القياس القبلي والقياسات البينية والقياس البعدي

للمهارات الحركية لذوى الإعاقة الفكرية

م	المهارات	القياس القبلي والبيني ١			القياس القبلي والبيني ٢		القياس القبلي والبعدي	
		قبلي	بيني ١	نسبة التحسن	بيني ٢	نسبة التحسن	بعدي	نسبة التحسن
١	الوثب العريض من الثبات	٩١.٦١	٩٣.١٥	١.٦٨	٩٦.٣٤	٥.١٦	١٠٥.٦٠	١٣.٥٩
٢	رمي كرة ناعمة لمسافة	٢٧.٨٢	٣٤.٦٥	٢٤.٥٥	٤٢.٣٦	٥٢.٢٦	٥٠.٣٧	٨١.٠٢
٣	الحجل	٠.٣٢	٠.٣٩	٢١.٨٨	٠.٤٦	٤٣.٧٥	٠.٥٥	٧١.٨٨
٤	الوثب على قدم واحدة	٢.٩١	٣.٩٢	٢٠.٩٦	٤.٠٣	٣٨.٤٩	٥.٠٢	٧٢.٥١

يوضح جدول (٥) تراوحت معدلات النسب المئوية للتغير بين القياس القبلي والقياس البيئي ١ لاختبارات المهارات الحركية لعينة البحث ما بين (١.٦٨٪ : ٢٤.٥٥٪) لصالح القياس البيئي ١ ، وتراوحت النسبة المئوية لمعدلات التغير بين القياس القبلي والقياس البيئي ٢ ما بين (٥.١٦٪ : ٥٢.٢٦٪) لصالح القياس البيئي ٢ ، بينما تراوحت النسبة المئوية لمعدلات التغير بين القياس القبلي والقياس البعدي ما بين (١٣.٥٩٪ : ٨١.٠٢٪) وكانت نسبة التغير لصالح القياس البعدي جميع اختبارات المهارات الحركية قيد البحث .

ثانيا : مناقشة النتائج :

يوضح جدول (٣) وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات القياسات (القبلي البيئي ١ - البيئي ٢ - البعدي) في المهارات الحركية لذوي الإعاقة الفكرية ، كما يوضح جدول (٤) اتجاه الفرق بين متوسط القياس القبلي والقياس البيئي ١ في المهارات الحركية لذوي الإعاقة الفكرية قيد البحث لصالح القياسات البيئية والقياس البيئي ١ في اختبارات (رمى كرة ناعمة لمسافة ، الحجل ، الوثب على قدم واحدة) ، في حين لا توجد فروق دالة بين باقى الاختبارات ، كما توجد فروق بين القياس البيئي ١ والبيئي ٢ لصالح القياس والبيئي ٢ في جمع الاختبارات عدا اختبار (الوثب العريض من الثبات) ، بينما توجد فروق بين القياس البيئي ٢ والبعدي لصالح القياس البعدي في جمع الاختبارات .

ويرى الباحثون أن هذه النتائج قد ترجع إلى التأثير الإيجابي لبرنامج ترويحى لتنمية المهارات الحركية حيث راعى الباحثون عناصر الانطلاق وقابلية عينة البحث للتعلم الحركى والرغبة فى التعلم مع مراعاة الانسيابية والاستمرارية مما ساهم بقدر كبير فى تحقيق هدف ترويحى لتنمية المهارات الحركية ، حيث يؤكد أمين الخولى ، أسامة راتب (١٩٩٢م) أن برامج البرامج الترويحية تسهم فى تحقيق الأهداف فهى تساعد فى اكتساب القدرة على إدارة الأجسام فى المواقف الحركية بكفاءة ، وذلك بطريقة فعالة ومؤثرة خلال التكيف المستمر للمواقف الجديدة (٤ : ٢٢١) .

كما يرجع الباحثون هذه النتائج إلى التأثير الايجابي لبرنامج ترويحى لتنمية المهارات الحركية لذوي الإعاقة الفكرية ، ويرجع تأخر ظهور فروق دالة إلى القياس البعدي (١٢) أسبوع فى جميع الاختبارات (الوثب العريض من الثبات ، رمى كرة ناعمة لمسافة ، الحجل ، الوثب على قدم واحدة) الى طبيعة هذه الاختبارات والى التأثير البعيد المدى لبرنامج ترويحى لتنمية المهارات الحركية لذوي الإعاقة الفكرية ، كما قد ترجع الى أنه علي الرغم من قدرة ذوى الإعاقة الفكرية علي التعلم إلا أنهم يحتاجون إلي جهد كبير وأساليب خاصة لأن مقدرتهم علي التعلم لا تنمو إلا في سن متأخرة ، كما أنهم يتسمون بعدم القدرة علي إدراج المفاهيم ويجدون صعوبة كبيرة في تكرار الأداء الحركى لمدة طويلة ، فى حين ظهرت الفروق الدالة فى القياس البيئي ٢ فى اختبار (الوثب العريض من الثبات) ويرجع الباحثون هذه النتائج إلى إمكانية التأثير الإيجابي على هذه الاختبارات فى خلال (٨) أسابيع ، كما يرجع الباحثون ظهور

فروق دالة في الاختبار البيئي الأول لاختبارات (رمى كرة ناعمة لمسافة ، الحجل ، الوثب على قدم واحدة) إلى التأثير الإيجابي للبرنامج المقترح بالإضافة إلى ان هذه الاختبارات تتأثر سريعا بالمتغيرات الخارجية بالإضافة إلى عامل الزمن والمتمثل في عامل النمو البدنية والنفسي والاجتماعي .

ويرجع الباحثون هذه النتائج إلى تأثر البرنامج الترويحي حيث روعى فيه المواقف الحركية التي تبرز قدرات المعاقين فكريا وتعمل على تحسين الأداء الحركي لديهم مع مراعاة جانب الجذب والتشويق ، وهذا يدل على أن فاعلية البرنامج الترويحي قد راع جميع الجوانب الخاصة بالمهارات الحركية لذوي الإعاقة الفكرية .

كما تتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه عفاف عبد الكريم (١٩٩٥م) انه تتميز حركة الأطفال بحسن التوقيت والانسيابية وحسن انتقال الحركة من الجذع إلى الذراعين والى القدمين كما يتميزون بسرعة الاستيعاب والتعلم للحركات الجيدة والقدرة على المواءمة لمختلف الظروف (١٨ : ١٥) ، وكذا مع نتائج دراسات كل من تشوب هوزيل Schop Hozel (١٩٩٣م) (٢٩) والتي أشارت جميعها إلى أن البرنامج الترويحي لتنمية المهارات الحركية لذوي الإعاقة الفكرية أسلوب تربيوي محبب ومثير من أفضل الأساليب التي يمكن استخدامها كوسيلة فعالة لتحسين القدرات البدنية لهم ، ونتائج دراسة كاستانجو Castango (١٩٩٢م) والتي خلصت إلى تحسن السلوك الإيجابي للمجموعتين من ذوي الاحتياجات الخاصة الذي خضعوا للبرنامج الرياضي (٢٦) .

واتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة عبد التواب محمود عبد التواب (٢٠٠٦م) والتي خلصت الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مقياس السلوك الصحي للأطفال المعاقين عقليا لصالح القياس البعدي ، وان البرنامج الترويحي الرياضي المستخدم في الدراسة أحرز نجاحا ملحوظا وله فعاليته في ترشيد السلوكيات الصحية لدى هؤلاء الأطفال المعاقين عقليا (١٦) . كما تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة شيماء حسن طه ، فاطمة فوزى عبد الرحمن (٢٠٠٨م) والتي أسفرت نتائجها أن البرنامج التعليمي الترويحي ساعد على تشخيص وتحديد أسباب الإحجام لدى بعض الأطفال من ٦-٩ سنوات ، كما أن خلق البيئة الصحية التي تسوده المودة والحب والألفة بين المعلم والطفل تساعد على سرعة التعلم (١٥)

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من حنان فايز محمود (٢٠٠٤) ، عبد التواب محمود عبد التواب (٢٠٠٦) ، وشيماء حسن طه ، فاطمة فوزى عبد الرحمن (٢٠٠٨) والتي أشارت نتائجها الى ان برنامج الترويج الرياضي له تأثير إيجابي في ترشيد السلوكيات الصحية وتخفيف حدة الانعزالية عند الأطفال المعاقين عقليا عن طريق زيادة التفاعل الاجتماعي والشعور بالقيمة الذاتية والشعور بالانتماء (١٣)(١٦)(١٥) .

وهذا يحقق الفرض الأول والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسين القبلي

والبعدي لمجموعة البحث في تنمية المهارات الحركية لذوى الإعاقة الفكرية لصالح القياس البعدي .
ويوضح جدول (٥) تراوح معدلات النسب المئوية للتغير بين القياس القبلي والقياس البيني ١
لاختبارات المهارات الحركية لعينة البحث ما بين (١.٦٨٪ : ٢٤.٥٥٪) لصالح القياس البيني ١ ،
وتراوحت النسبة المئوية لمعدلات التغير بين القياس القبلي والقياس البيني ٢ ما بين (٥.١٦٪ :
٥٢.٢٦٪) لصالح القياس البيني ٢ ، بينما تراوحت النسبة المئوية لمعدلات التغير بين القياس القبلي
والقياس البعدي ما بين (١٣.٥٩٪ : ٨١.٠٢٪) وكانت نسبة التغير لصالح القياس البعدي جميع
اختبارات المهارات الحركية قيد البحث .

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة أمال السيد مرسي ، مها العطار محمد (٢٠٠٠م) التي
أظهرت إن الألعاب الشعبية تسهم في رفع اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة للأطفال المعاقين
ذهنياً بنسبة تفوق البرنامج المقرر من الوزارة (٥) ، ودراسة أمل محمد محروس بيومي (٢٠٠٢م) ،
والتي أشارت إلى ان البرنامج المقترح أدى إلى تحسن قوة عضلات الذراعين والرجلين وزمن ٣٠ عدو
بين الذراعين واليدين والتوازن الثابت ، كما أثر على بعض الجوانب النفسية بتحسن مستوى الأطفال
المصابون بمتلازمة داون لذاتهم ، وازدادت ثقتهم وصاروا يقبلون ، وتم تعديل السلوكيات غير المرغوب
فيها واتضح ذلك من نتائج القياس البعدي ، كما تسنت بعض الجوانب الاجتماعية ولتي تمثلت في جزء
التنشئة الاجتماعية وتحمل المسؤولية والتوجيه الذاتي لهؤلاء الأطفال (٧) ، ودراسة نجده لطفي احمد
حسن (٢٠٠٢م) ، والتي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القدرات الحس-حركية المختارة ،
وكذلك للمهارات الحركية الاولية لذوى الاحتياجات الخاصة لصالح القياس البعدي ، ووجود فروق ذات
دلالة إحصائية في متغيرات البحث لصالح المجموعة المدمجة مع الأسوياء (٢٤) .

وهذا يحقق الفرض الثاني والذي ينص على " توجد فروق في نسب التغير بين القياس القبلي
والقياسات البينية والقياس البعدي لمستوى المهارات الحركية لذوى الاعاقة الفكرية .

الاستخلاصات :

- من خلال الإطار المرجعي للباحثون ومن النتائج التي أمكن التوصل إليها فقد تم استنتاج ما يلي :-
- تهيئ البرامج الترويحية الفرص للمعاقين فكريا لتنمية مهاراتهم من خلال الانشطة الرياضية .
 - تساعد البرامج الترويحية المعاقين فكريا علي تأدية الحركات الطبيعية مثل (الحجل ، الجري ،
الوثب) .
 - بلغت معدلات النسب المئوية للتغير بين القياس القبلي والقياس البيني ١ لاختبارات المهارات
الحركية لعينة البحث ما بين (١.٦٨٪ : ٢٤.٥٥٪) لصالح القياس البيني ١
 - بلغت معدلات النسب المئوية للتغير بين القياس القبلي والقياس البيني ٢ ما بين (٥.١٦٪ :
٥٢.٢٦٪) لصالح القياس البيني ٢ .

- بلغت معدلات النسب المئوية للتغير بين القياس القبلى والقياس البعدى ما بين (١٣.٥٩% : ٨١.٠٢%) لصالح القياس البعدى .

التوصيات :

- من خلال الاستنتاجات التى أمكن التوصل إليها وفى حدود عينة البحث يوصى الباحثون بما يلى :-
- زيادة الاهتمام والرعاية لذوى الاعاقة الفكرية .
- عمل برامج تروحية متخصصة لأنواع أخرى من الإعاقات.
- عقد ندوات لأولياء الأمور والمربين والمشرفين والمدربين للتعرف على أفضل الطرق لتطوير قدرات الأطفال المعاقين فكريا من النواحي النفسية والاجتماعية.
- ضرورة دمج المعاقين فكريا مع الأطفال الأسوياء، نظراً لما لاحظته الباحث من فوائد عديدة أثناء تطبيق البرنامج .
- ضرورة تدريب المعاقين فكريا على شغل أوقات فراغهم بالعاب أو أعمال فردية مثمرة وهادفة .

المراجع :

١. إبراهيم بيومي إبراهيم ٢٠٠٧ تأثير برنامج ترويحى رياضى على تنمية بعض الصفات البدنية والجوانب الحركية والنفسية للمعاقين ذهنياً القابلين للتعلم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة المنيا - كلية التربية الرياضية
٢. أبو النجا احمد عز الدين ، عثمان مصطفى عثمان : (٢٠٠١م) ، فاعلية برنامج تربية حركية على التفكير الابتكارى وبعض القدرات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة ، المجلة العلمية للبحوث والدراسات فى التربية الرياضية لكلية التربية الرياضية ببورسعيد ، العدد الثانى ، جامعة السويس .
٣. احمد مصباح فتوح الشريف ٢٠١٤ تأثير برنامج ترويحى باستخدام التمرينات بالأدوات في تخفيف اضطرابات نقص الانتباه المصاحب للنشاط الحركي الزائد لدي الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية
٤. أسامة كامل راتب: (١٩٩٩م) النمو الحركي مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق، دار الفكر العربي، القاهرة.
٥. أمال السيد مرسي ، مها العطار محمد صلاح الدين : (٢٠٠٠م) الألعاب الرياضية وتأثيرها علي اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية للأطفال المعاقين ذهنياً المجلد الثالث لبحوث المؤتمر العلمي الثالث ، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة ، القاهرة أكتوبر .
٦. امانى محمد محمد ، امل حلمى لطفى : "فاعلية برنامج ترويحى رياضى على الحالة الانفعالية والسيكو حركية للاطفال المعاقين ذهنياً " القابلين للتعلم " ، مجلة التربية ، كلية التربية ، جامعة كفرالشيخ ، ٢٠٠٧م.
٧. أمل محمد محروس: (٢٠٠٢م) برنامج مقترح لتعليم المهارات الأساسية للسباحة للأطفال المعاقين ذهنياً وأثره على بعض القدرات الحركية والجوانب النفسية والاجتماعية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
٨. آمنة مصطفى الشبكشى : (١٩٩٤م) ، تأثير برنامج تربية حركية مقترح على التفكير الابتكارى لأطفال الحضانة ، المجلد السادس ، عدد ٣ .
٩. آمنة مصطفى الشبكشى: (١٩٩٤م) أثر برنامج ألعاب صغيرة مقترح على تنمية الأداء الحركي والتكيف العام للتلاميذ المتخلفين عقلياً، مجلة علوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية بالجزيرة، القاهرة.

١٠. أمين الخولي ، أسامة راتب : (١٩٩٨م) التربية الحركية للطفل، ط٥، دار الفكر العربي ، القاهرة .
١١. آيات يحيى عبد الحميد : " تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على الكفاءة الحركية وال نفسية والاجتماعية للمعاقين " ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة حلوان (٢٠٠٣) م .
١٢. تهاني محمد عبد السلام: "أسس الترويح والتربية الترويحية "، دار الفكر العربي ، القاهرة، ٢٠٠١م.
١٣. حنان فايز محمود: " برنامج تروحي مقترح وأثره على تنمية الوعي بالذات لذوات الاحتياجات الخاصة من الاطفال المعاقين ذهنياً "، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية، جامعة الإسكندرية ٢٠٠٤ م .
١٤. سعيد حسني العزة : التربية الخاصة لذوي الإعاقات العقلية و البصرية و السمعية و الحركية ، الدار العلمية الدولية للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن ، ٢٠١٥ م
١٥. شيماء حسن طه ، فاطمة فوزى عبد الرحمن : فعالية برنامج تعليمي تروحي للمهارات الاساسية للسباحة لعلاج إجهام الأطفال عن التعلم من (٦-٩) سنوات ، كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٨م.
١٦. عبد التواب محمود عبد التواب : " فعالية برنامج تروحي رياضي على ترشيد السلوكيات الصحية للأطفال المعاقين عقليا " ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٦م .
١٧. عبد المطلب القريطي: (١٩٩٦م) سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة، القاهرة، دار الفكر العربي.
١٨. عفاف عبد الكريم : (١٩٩٥م) ، البرامج الحركية والتدريس للصغار ، منشأة المعارف ، الإسكندرية.
١٩. عفاف عثمان مصطفى : (١٩٩٩م) برنامج تربية حركية مقترح للمعاقين بصريا ، المؤتمر العلمي العالمي ٤٢ للمجلس الدولي للصحة والتربية البدنية والرياضة والترويح بالتعاون مع كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .
٢٠. الفارح . شحدة . عمايرة . موسي . حمدان . جهاد . العناني . محمد: مقدمة في اللغويات المعاصرة ، الطبعة الأولى ، دار وائل للنشر و التوزيع ، عمان ، ٢٠٠٠ م
٢١. محمد الحماحمي، عايدة عبد العزيز: " الترويح بين النظرية والتطبيق " ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، ١٩٩٨ .
٢٢. ناجي محمد قاسم، فاطمة فوزي عبد الرحمن: (٢٠٠٤م) فعالية برنامج تروحي على تنمية بعض

المهارات الحياتية والنفسية والحركية لدي الأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم"، المؤتمر العربي الأول، الإعاقة الذهنية بين التجنب والرعاية، ١٣ - ١٤ يناير ٢٠٠٤م ، الجمعية النسائية، جامعة أسيوط للتنمية .

٢٣. نادر فهمى الزبيد : (١٩٩١م) تعليم الأطفال المتخلفين عقليا ، دار الفكر للنشر والتوزيع، القاهرة.

٢٤. نجدة لطفي أحمد حسن : (٢٠٠٢م) فاعلية برنامج للتمرينات علي بعض القدرات الحس حركية والسلوك التوافقي للأطفال المعاقين ذهنياً وأقرانهم بمدارس الأسوياء ، رسالة الدكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية

25. Birebaum: (1998), Community programs for people with mental retardation "American foundation" Jon. R. 24, 3 .

26. Castango , K. S.: (1992), A Study of the Effects of After School Rhvsicol Education Program on the Self Concept of Middle School EMR Students, Dissertation Abstracts International 12, 4289 A.

27. <http://aamr.allenpress.com/americanline/archive>

28. <https://www.gulfkids.com/vb/showthread.php?t=10661>

29. Schoop, P.& Hozel, D. :(1993), Eary childhood curricu-lum New York, MacMillan Pub. Company

30. Zikl, P., Holoubková, N., Karásková, N., Veselíková, T (2013). Gross Motor Skills of Children with Mild Intellectual Disabilities, International Journal of Social, Behavioral, Educational, Economic, Business and Industrial Engineering Vol:7, No:10 .

ملخص البحث

أثر برنامج تروحي علي تنمية المهارات الحركية لذوي الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم)

أ.د/ بلال عبدالعزيز سيد احمد بدوي

أ.د/ باسم محمد التهامي

الباحث/ محمد خالد محمد يوسف

يهدف البحث إلى التعرف علي مدي تأثير برنامج تروحي علي تنمية المهارات الحركية لذوي الإعاقة الفكرية (القابلين للتعلم)، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي ، وطبقت الدراسة علي عينة قوامها (١٥) طالب و طالبة .

ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحثون : تهيئ الفرص للمعاقين فكريا لتنمية مهاراتهم من خلال الأنشطة الرياضية، تدريب المعاقين فكريا علي روح التعاون و أنكار الذات، تساعد المعاق فكريا علي إدراك الذات وتحقيق الثقة بالنفس .

ويوصي الباحثون : بعقد ندوات لأولياء الأمور والمربين والمشرفين والمدربين للتعرف على أفضل الطرق لتطوير قدرات الأطفال المعاقين فكريا من النواحي البدنية والمهارية والنفسية والاجتماعية.

Abstract

The effect of a recreational program on the development of motor skills for people with intellectual disabilities (who are able to learn)

Prof. Bilal Abdulaziz Sayed Ahmed Badawi

Prof. Basem Mohamed El Tohamy

Researcher. Mohamed Khaled Mohamed Youssef

The research aims to identify the extent of the impact of a recreational program on the development of motor skills for people with intellectual disabilities (who are able to learn), and the researchers used the experimental approach, and the study was applied to a sample of (15) male and female students.

Among the most important findings of the researchers: provide opportunities for the intellectually handicapped to develop their skills through sports activities, train the intellectually handicapped in the spirit of cooperation and self-denial, help the intellectually handicapped to realize themselves and achieve self-confidence.

The researchers recommend: Holding seminars for parents, educators, supervisors and trainers to identify the best ways to develop the capabilities of intellectually disabled children in terms of physical, skill, psychological and social aspects