



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة زيان عاشور - الجلفة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم النشاط الرياضي المكيف

أطروحة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراه الطور الثالث أ.ل.د في النشاط الرياضي المكيف
تخصص إعادة التأهيل بواسطة النشاط البدني المكيف

بعنوان:

اقتراح برنامج حركي معدل وفق بعض المتغيرات
الكنماتيكية لتطوير بعض عناصر القدرات
الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط

دراسة ميدانية بالمركز النفسي البيداغوجي بالجلفة الفئة العمرية (9-12)

اشراف:

اعداد:

أ.د. حرواش لمين

نجام خالد

لجنة المناقشة

جامعة الجلفة	أستاذ تعليم عالي	رئيسا	سربوت عبد المالك
جامعة الجلفة	أستاذ تعليم عالي	مشرفا ومقررا	حرواش لمين
جامعة الجلفة	أستاذ تعليم عالي	ممتحنا	كيحل اسماعيل
جامعة الجلفة	أستاذ تعليم عالي	ممتحنا	جرعوب عبد الرحمان
جامعة الأغواط	أستاذ تعليم عالي	ممتحنا	دمانة عامر
جامعة بسكرة	أستاذ تعليم عالي	ممتحنا	بزيو سليم

الموسم الجامعي 2023/2022



**Ministry Of Higher Education and
Scientific Research**



Ziane Achor Université Of Djelfa

**Institute Of Sciences And Techniques Of Physical And
Sports Activity**

Adapted Sports Activity Département

**Thesis Submitted Within The Requirements For Obtaining A 3 Cycle
Phd In The Filed Of Adapted Physical Activity**

Entitled :

**Proposing A Motor Program According
Adapted To Some Kinematic Variable To
Develop Some Elements Of Motor
Abilities Of Children With Simple
Mental Retardation 9-12 Years**

A Field Study At The psychological pedagogical Center in the DJELFA

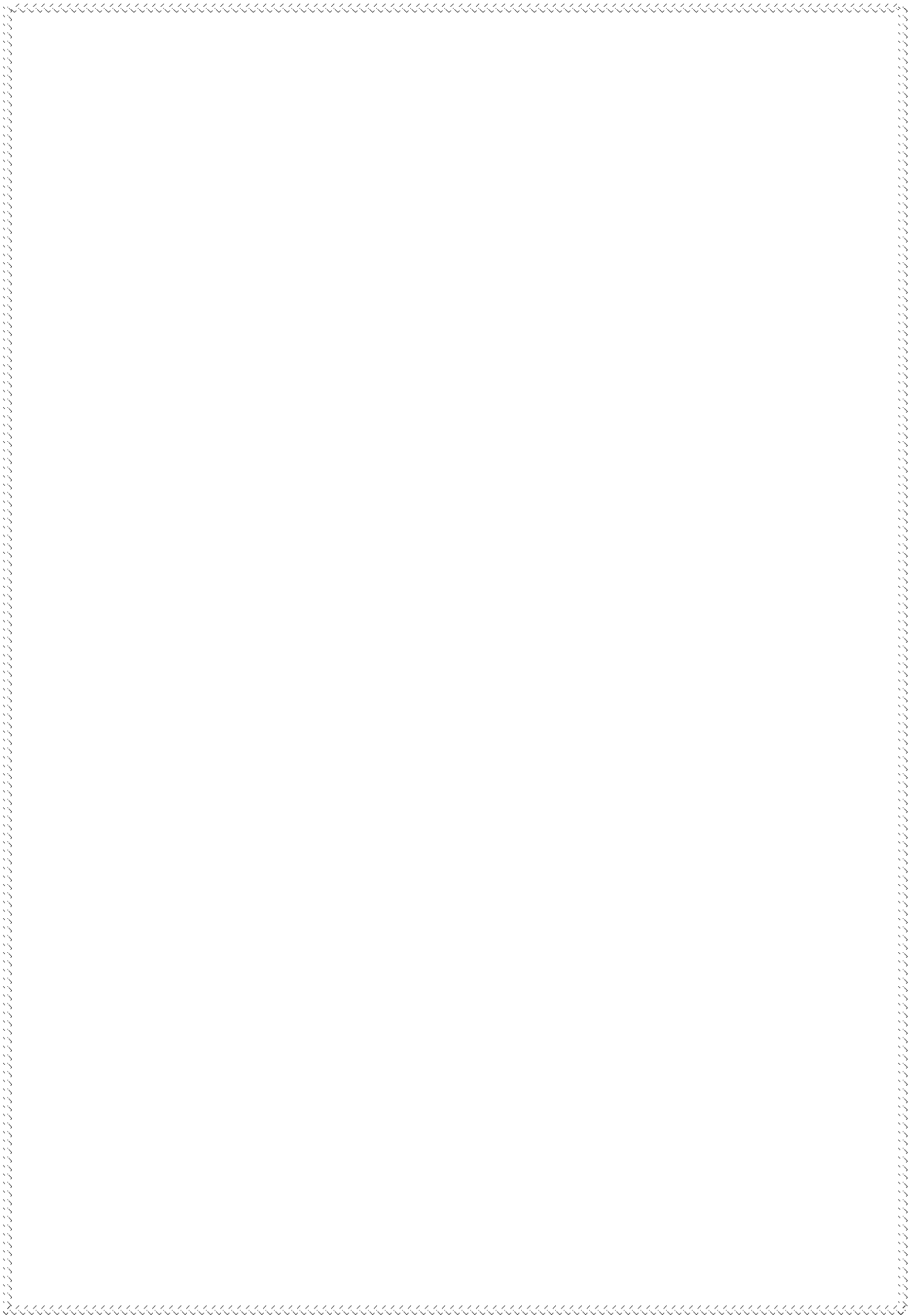
Presented by :

Nadjem Khaled

Supervised by :

Pr.Harouach Lamin

2023/2022





إلى من علمني النجاح و الصبر... إلى من علمني العطاء بدون انتظار... أبي.
إلى من علمتني و عانت الصعاب لأصل إلى ما أنا فيه... إلى من كان دعاؤها
سر نجاحي و حنانها بلسم جراحي... أمي.
إلى جميع أفراد أسرتي العزيزة و الكبيرة كل باسمه أينما وجدوا.
إلى ملاكي في الحياة أينما كان.
إلى أصدقائي رفقاء دربي من داخل الجامعة و خارجها.
إلى الأستاذ المشرف أ.د حرواش لمين الى المشرف المساعد شرفي عامر ، إلى
أساتذتي الكرام الذين أناروا دروبنا بالعلم و المعرفة.
إلى كل من يقتنع بفكرة فيدعو إليها و يعمل على تحقيقها، لا يبغى بها إلا وجه
الله و منفعة الناس.
إليكم أهدي ثمرة هذا العمل المتواضع.

شكر و عرفان



شكر و تقدير



أرى لزاما عليا تسجيل الشكر وإعلامه ونسبة الفضل لأصحابه، استجابة لقول

النبي صل الله عليه وسلم: «من لم يشكر الناس لم يشكر الله».

وكما قيل:

علامة شكر المرء إعلان حمده فمن كتم المعروف منهم فما شكر

فالشكر أولا لله عز وجل على أن هداني لسلوك طريق البحث والتشبه بأهل العلم وإن
كان بيني وبينهم مفاوز.

كما أخص بالشكر أستاذي الكريم ومعلمي الفاضل المشرف على هذا البحث أ.د.
حرواش لمين كما أخص بالذكر المشرف المساعد أ.د شرفي عامر، فقد كان حريصا على
قراءة كل ما أكتب ثم يوجهني إلى ما يرى بأرق عبارة وألطف إشارة، فله مني وافر الثناء
وخالص الدعاء.

كما أشكر السادة الأساتذة وكل الزملاء وكل من قدم لي فائدة أو أعانني بمرجع،

أسأل الله أن يجزيهم عني خيرا وأن يجعل عملهم في ميزان حسناتهم.

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الى التعرف على اقتراح برنامج حركي وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية لتنمية بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط ومعرفة مدى نجاعة هذا البرنامج وهل له اثر في تنمية هذه العناصر .

ومن اجل معرفة ذلك قمنا بإجراء دراسة استطلاعية للمركز النفسي البيداغوجي بالجلفة من اجل التعرف على مجتمع الدراسة واختيار العينة وكذا إمكانات والمرافق التي يحتوي عليها المركز المتاحة لنا من اجل إتمام هذه الدراسة واعتمدنا في هذه الدراسة على الدراسات السابقة والمشابهة التي تدعم تنمية القدرات الحركية لفئة التخلف العقلي البسيط

وقد قمنا باختيار المنهج التجريبي الأحادي لعينة واحدة لملائمته وطبيعة هذه الدراسة وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية من أطفال التخلف العقلي البسيط تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من 5 أطفال كما تكونت العينة التجريبية من 9 أطفال من فئة التخلف العقلي البسيط وقمنا باختباري كلموغروف وشابيرو وليك لمعرفة اعتدالية التوزيع النمائية وتبين ان العينة مسحوبة من مجتمع يتبع التوزيع الطبيعي ثم تم بناء البرنامج الحركي المعدل حسب إجراءات التكافؤ النمائية والبدنية والمتغيرات الكنماتيكية وتك عرض البرنامج الحركي المعدل على مجموعة من المحكمين .

وتم اجراء القياسات القبلية للعينة باستعمال كاميرا التحليل الحركي لمجموعة من الاختبارات الخاصة بالقدرات الحركية تمثلت في اختبار الجري 30م اختبار الوثب الثنائي من الثبات واختبار رمي الكرة على الهدف وتم التحليل الحركي باستخدام برنامج كينوفا واستخراج قيم نتائج القياس القبلي وتفرغ البيانات في برنامج التحليل الاحصائي spss ثم انطلقنا في عملية تنفيذ محتوى البرنامج الحركي المعدل لتنمية القدرات الحركية قيد الدراسة وكان التركيز في أداء التمرينات على ابجديات تعلم هذه المهارات وتطويرها واستعمل الباحث طريقة تكرار

التمرينات لترسيخها في اذهان الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط وتحسين أدائهم المهاري
لهذه القدرات

وبعد الانتهاء من البرنامج الحركي الذي كانت مدته 10 أسابيع بواقع وحدة كل أسبوع
قمنا بإجراء القياسات البعدية لنفس الاختبارات الجري 30م والوثب الثنائي من الثبات والرمي
على الهدف باستعمال كميرا التحليل الحركي وقمنا باستخراج القيم عن طريق برنامج كينوفا
وتفريغ معطيات القياس البعدي في برنامج التحليل الاحصائي spss
وقمنا بدراسة الفروق بين القياسات القبلية والبعدية لعينة الدراسة باستعمال اختبار t.tes
للعينات المستقلة لكافة متغيرات الدراسة

وبعد دراسة الفروق بين القياسات القبلية والبعدية لعينة الدراسة توصل الباحث للنتائج
التالية:

للبرنامج الحركي المعدل وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية دور في تنمية بعض عناصر
القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.
توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس
البعدي للبرنامج الحركي دور في تطوير مهارة الجري 30م.
توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس
البعدي للبرنامج الحركي دور في تطوير مهارة الوثب الثنائي من الثبات.
توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس
البعدي للبرنامج الحركي دور في تطوير مهارة الرمي على الهدف.

Abstract

The study aimed to identify the proposal of a motor program according to some of the changes in the dynamics of the development of some elements of motor abilities of children with simple mental retardation and to know the effectiveness of this program and whether it has an impact on the development of these elements.

In order to know this, we conducted an Exploratory Study of the psychological pedagogical Center in the DJELFA in order to identify the study community and the selection of the sample as well as the possibilities and facilities that the center has available to us in order to complete this study and we relied in this study on previous and similar studies that support

We have selected the single sample experimental approach for its suitability and the nature of this study.

The sample was selected randomly from the children of simple mental retardation. the sample of the survey study consisted of 5 children. the experimental sample consisted of 9 children from the category of simple mental retardation. we tested kalmogrove, Shapiro and Leck to find out the moderation of the developmental distribution. it turned out that the sample was drawn from a community that follows the normal distribution. then the modified motor program was built according to the procedures of developmental parity, physical and kinematic variables. the modified motor program was presented to a group of arbitrators.

The tribal measurements of the sample were carried out using the kinetic analysis camera for a set of tests of motor abilities was represented in the test of running 30 m double jump test of stability and the test of throwing the ball on the target was the kinetic analysis using Kenova program and extract the values of the results of tribal measurement and unloading data in

After completing the motor program, which was 10 weeks by one unit each week, we carried out dimensional measurements of the same tests running

30 M and double jump of stability and throwing at the target using the camera of the kinetic analysis and we extracted the values through the program Kenova and dump the data of the dimensional measurement in the statistical analysis program spss

We studied the differences between the tribal and dimensional for independent samples of measurements of the study sample using the t test. all study variables

After studying the differences between the tribal and dimensional measurements of the study sample, the researcher reached the following results:

The motor program adjusted according to some kinematic variables has a role in the development of some elements of motor abilities of children with simple mental retardation.

There are significant differences between tribal measurement and dimensional measurement and in favor of dimensional measurement of the motor program role in the development of the skill of aljjri 30m.

There are significant differences between tribal measurement and telemetry and in favor of telemetry of the motor program role in the development of the skill of the double jump of stability.

There are significant differences between tribal measurement and telemetry and in favor of telemetry of the motor program plays a role in the development of the skill of throwing at the target.

فهرس المحتويات

إهداء

شكر وعرهان

ملخص الدراسة

Abstract

فهرس المحتويات

قائمة الجداول

قائمة الأشكال

قائمة الملاحق

مقدمة

مقدمة:

أ

الإطار العام للدراسة

1. الإشكالية:

6

1.1. التساؤلات الفرعية:

10

2. فروض البحث:

10

2.1. الفرضية العامة:

10

3.1. الفرضيات الجزئية:

11

3. اهداف البحث:

11

4. أهمية البحث:

12

5. أسباب اختيار الموضوع:

12

12	4.1. أسباب ذاتية:
13	5.1. أسباب موضوعية:
13	6. تحديد المفاهيم والمصطلحات:
13	1.6. التخلف العقلي:
14	2.6. القدرات الحركية:
15	1.2.6. القدرات الحركية قيد الدراسة:
16	3.6. البرامج الحركية المعدلة:
18	4.6. المتغيرات الكنماتيكية:
21	7. الدراسات السابقة والمشابهة والمرتبطة

الخلفية النظرية المعرفية للدراسة

التخلف العقلي

37	تمهيد:
38	1. مفهوم التخلف العقلي:
39	1.1. التعريف الطبي:
40	2.1. التعريف السيكومتري:
41	3.1. التعريف الاجتماعي:
43	2. تعريف السلوك التكيفي:
43	3. خصائص المتخلفون عقليا:
44	1.3. الخصائص الأكاديمية:
46	2.3. الخصائص اللغوية:
48	3.3. الخصائص العقلية:
48	4.3. الخصائص الجسمية:

49	الخصائص الشخصية:	5.3
50	الخصائص الاجتماعية والانفعالية:	6.3
52	الخصائص السلوكية:	7.3
52	التعلم:	1.73
53	الانتباه:	2.73
54	التذكر:	3.73
55	انتقال أثر التعلم:	4.73
56	تصنيف التخلف العقلي:	4.
56	التصنيف على أساس الأسباب:	1.4
57	التصنيف على أساس الشكل الخارجي:	2.4
57	المنغولية:	3.4
58	القماءة:	1.34
59	صغر حجم الدماغ:	2.34
60	كبر حجم الدماغ:	3.34
60	التصنيف على أساس نسبة الذكاء:	4.4
60	التخلف العقلي البسيط:	1.44
61	التخلف العقلي المتوسط:	2.44
61	التخلف العقلي الشديد :	3.44
62	تصنيف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي:	5.4
62	التصنيف على حسب متغير البعد التربوي:	6.4
63	فئة بطيء التعلم:	1.64
63	فئة القابلين للتعلم :	2.64

64	فئة القابلين للتدريب:	3.64
64	فئة الاعتماديين:	4.64
64	العوامل المسببة للتخلف العقلي:	5.
65	العوامل المسببة للتخلف العقلي في مرحلة ما قبل الولادة:	1.5
65	العوامل الجينية:	1.1.5
67	العوامل غير الجينية:	2.1.5
68	العوامل المسببة للتخلف العقلي أثناء الولادة:	2.5
69	العوامل المسببة للتخلف العقلي ما بعد الولادة:	3.5
71	خلاصة:	

القدرات الحركية

73	تمهيد:	
74	1. القدرات الحركية:	
75	1.1 مفهوم المهارات الحركية الأساسية:	
79	2.1 أسس المهارات الحركية الأساسية:	
81	1.2.1 المهارات الحركية الانتقالية:	
87	2.2.1 - المهارات الحركية غير الانتقالية:	
88	3.2.1 مهارات المعالجة والتناول:	
92	2. المهارات الحركية:	
92	1.2 مفهوم المهارة والمهارة الحركية الرياضية:	
92	1.1.2 مفهوم المهارة:	
93	2.2 تعريف المهارة الحركية الرياضية :	
93	3.2 خصائص المهارة الحركية الرياضية :	

93	1.3.2	تعلم المهارة :
94	3.	التعلم الحركي:
95	1.3	نظريات التعلم:
95	1.1.3	- نظرية التعلم بالارتباط الشرطي:
96	2.1.3	نظرية التعلم بالمحاولة والخطأ :
97	3.1.3	نظرية التعلم بالاستبصار :
97	4.1.3	نظرية التعلم الذاتي :
98	5.1.3	نظريات معالجة المعلومات :
99	6.1.3	التعلم الاجتماعي:
100	2.3	مراحل التعلم:
102	1.2.3	العوامل المؤثرة في التعلم الحركي:
103	2.2.3	المخزن الحركي والتجارب الحركية:
105	3.3	غرض الحركة وأهدافها :
106	4.3	أهمية الحواس في التعلم الحركي:
108	5.3	مبادئ التعلم الحركي:
108	6.3	منحنى التعلم الحركي:
110	7.3	هضبة التعلم الحركي:
111		خلاصة:

البرامج الحركية المعدلة

113		تمهيد:
114	1.	ماهية البرامج:
114	2.	أهمية البرامج:

116	3. الخصائص التي يجب أن تتوفر لدى مصممي البرامج:
116	4. أسس تخطيط البرامج:
117	1.4. الاحتياطات التي يجب مراعاتها عند تنفيذ البرنامج:
119	5. طرق تعليم المهارات الحركية:
119	2.5. الطريقة الكلية:
120	3.5. الطريقة الجزئية :
121	4.5. الطريقة المختلطة الكلية الجزئية):
121	6. أساليب تعديل الأنشطة الرياضية للمعاقين:
122	7. الأنشطة الرياضية المعدلة:
123	1.7. التربية الرياضية المعدلة:
125	2.7. أسس التربية الرياضية المعدلة:
128	8. البرامج الحركية المكيفة:
128	1.8. البرنامج الحركي:
129	2.8. مفهوم البرنامج الحركي المعدل:
130	3.8. اهداف البرنامج المعدل:
130	4.8. أسس وضع البرنامج المكيف عند المعاقين:
131	5.8. أهداف برامج التربية الرياضية لذوي الإعاقة العقلية:
132	6.8. خطوات تنفيذ برامج التربية الرياضية لذوي الإعاقة العقلية:
132	7.8. محتوى برامج التربية الرياضية لذوي الإعاقة العقلية:
133	8.8. مبادئ تعليم المهارات الحركية للمتخلفين ذهنياً:
134	9.8. مراحل تكوين البرنامج الحركي:
135	10.8. تخطيط البرامج التطوير اهم الواجبات الأساسية:

136	القواعد التي يجب أن تراعى عند تصميم وبناء البرامج	11.8
138	أسس نجاح البرنامج الحركي:	12.8
139	المتغيرات الكنماتيكية	9.
139	علم البيوميكانيك :	1.9
141	التحليل الحركي:	2.9
144	التحليل الكينماتيكي:	3.9
145	التحليل الكمي:	1.3.9
145	التحليل الكيفي (النوعي):	2.3.9
146	التحليل الكمي في مقابل التحليل الكيفي:	3.3.9
146	مستويات التحليل الحركي:	4.9
147	مبادئ التحليل البيوميكانيكي:	5.9
148	أغراض التحليل الحركي:	6.9
149	خلاصة:	

الخلفية المعرفية التطبيقية

إجراءات البحث الميدانية

152	تمهيد:	
153	1. الدراسة الاستطلاعية:	
155	2. منهج البحث:	
155	1.2. المنهج التجريبي بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة:	
156	3. مجتمع الدراسة والعينة:	
156	1.3. مجتمع الدراسة:	
157	2.3. عينة الدراسة:	

157	شروط اختيار العينة:	.1.2.3
157	حجم عينة الدراسة:	.2.2.3
158	التكافؤ والتجانس لمجتمع الدراسة:	.3.3
158	تكافؤ وتجانس عينة الدراسة الاستطلاعية:	.1.3.3
160	تكافؤ وتجانس عينة الدراسة الأساسية:	.2.3.3
162	تكافؤ العينة الأساسية في المتغيرات المهارية:	.3.3.3
163	تكافؤ العينة في المتغيرات الكنماتيكية:	.4.3.3
163	اعتدالية التوزيع:	.5.3.3
164	شرط العشوائية:	.6.3.3
164	شرط الاعتدالية:	.7.3.3
165	ادوات جمع البيانات.	.4
166	تصميم البرنامج الحركي المكيف:	.1.4
167	حوص البرنامج الحركي المكيف:	.1.1.4
168	المهارات الحركية المختارة في الدراسة:	.2.1.4
168	الإختبارات المستعملة	.2.4
168	إختبارات المهارات الحركية:	.1.2.4
171	المتغيرات الكنماتيكية المستخدمة في الدراسة:	.2.2.4
175	صدق وثبات الإختبارات:	.3.2.4
176	مراحل تطبيق البرنامج الحركي والقياسات القبلية والبعديّة:	.3.4
176	عملية التصوير:	.1.3.4
177	القياسات القبلية:	.2.3.4
178	القياسات البعدية:	.3.3.4

- 178 5. الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة:
- 179 6. صعوبات الدراسة:
- 181 خلاصة:

عرض وتحليل النتائج

- 184 1. عرض وتحليل النتائج:
- 184 1.1 عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول:
- 189 2.1 عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني:
- 194 3.1 عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث:

مناقشة وتفسير النتائج

- 201 1. مناقشة وتفسير النتائج:
- 201 1.1 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:
- 204 2.1 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:
- 207 3.1 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:
- 210 4.1 مناقشة نتائج الفرضية العامة:
- 214 2. التوصيات:

خاتمة

- 216 خاتمة:

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر العربية:

قائمة المصادر الأجنبية

الملاحق

قائمة الجداول

- 158 جدول رقم 1: يبين تقسيم المجتمع الأصلي
- 158 جدول رقم 2: التكافؤ والتجانس لعينة الدراسة الاستطلاعية
- 160 جدول رقم 3: تكافؤ وتجانس عينة الدراسة الاساسية
- 162 جدول رقم 4: تكافؤ العينة في المتغيرات المهارية
- 163 جدول رقم 5: تكافؤ العينة في المتغيرات الكنماتيكية
- 164 جدول رقم 6: يبين إعتدالية العينة الأساسية
- 167 جدول رقم 7: يبين نتائج استطلاع اراء الخبراء في عناصر البرنامج المكيف المقترح
- 168 جدول رقم 8: يبين المراحل الزمنية لحصص البرنامج
- 168 جدول رقم 9: يبين المهارات الحركية المختارة في البرنامج الحركي المكيف.
- 169 جدول رقم 10: يمثل اختبارات المهارات الحركية المرشحة للخبراء والمختصين
- 176 جدول رقم 11: ثبات وموضوعية الاختبارات على العينة الاستطلاعية
- 179 جدول رقم 12: يبين الاساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة
- 184 جدول رقم 13: نتائج اختبار قدرات الجري.
- 187 جدول رقم 14: نسبة التطور قي قدرات الجري
- 189 جدول رقم 15 : نتائج اختبار قدرات الوثب.
- 192 جدول رقم 16: نسبة التطور قي قدرات الوثب
- 194 جدول رقم 17: نتائج اختبار قدرات الرمي.
- 198 جدول رقم 18 : : نسبة التطور قي قدرات الرمي

قائمة الأشكال

- شكل رقم 1 : يبين تكافؤ العينة الإستطلاعية في متغير الطول 159
- شكل رقم 2: يبين تكافؤ العينة الإستطلاعية في متغير الوزن 159
- شكل رقم 3: يبين تكافؤ العينة الإستطلاعية في متغير العمر 160
- شكل رقم 4: يبين تكافؤ العينة الأساسية في متغير الطول 161
- شكل رقم 5: يبين تكافؤ العينة الأساسية في متغير الوزن 161
- شكل رقم 6: يبين تكافؤ العينة الأساسية في متغير العمر 162
- شكل رقم 7: التحليل الكمناتيكي لمتغير السرعة 171
- شكل رقم 8: التحليل الكمناتيكي لمتغير التعجيل 172
- شكل رقم 9: التحليل الكمناتيكي لمتغير زاوية الكتف 173
- شكل رقم 10: التحليل الكمناتيكي لمتغير زاوية المرفق 173
- شكل رقم 11: التحليل الكمناتيكي لمتغير زاوية الركبة 174
- شكل رقم 12: التحليل الكمناتيكي لمتغير ميلان الجسم 174
- شكل رقم 13: التحليل الكمناتيكي لمتغير اقصى ارتفاع لنقطة مركز ثقل الجسم 175
- شكل رقم 14 : المتوسطات الحسابية لقدرات الجري 186
- شكل رقم 15 : نسبة التطور في قدرات الجري 188
- شكل رقم 16: المتوسطات الحسابية لقدرات الوثب 191
- شكل رقم 17: نسبة التطور في قدرات الوثب 193
- شكل رقم 18 : المتوسطات الحسابية لقدرات الرمي 197
- شكل رقم 19 : نسبة التطور في قدرات الرمي 199

قائمة الملاحق

- البرنامج الحركي المعدل
- استمارة تحكيم الإختبارات
- بطاقة فنية للمركز
- نتائج برامج SPSS
- قائمة الأساتذة المحكمين
- المتغيرات الكنماتيكية

مقدمة

مقدمة:

تهتم الأمم المتحضرة في الوقت الحاضر بالطاقة البشرية لأبنائها أكثر من اهتمامها بأي شيء آخر أو بأي طاقة أخرى، ذلك أن الإنسان يستطيع أن يتحكم بتلك الطاقات ويحولها لصالح أمته ومجتمعه فيما لو أعد إعداداً سليماً يحقق له نمواً متكاملًا في جوانب شخصيته فمرحلة الطفولة من أهم المراحل العمرية التي يمر بها الإنسان من الميلاد حتى البلوغ، فهي بمثابة الركيزة الأساسية للبناء السليم والمتكامل للطفل وعلى كافة المستويات المهارية والبدنية والمعرفية والنفسية والوجدانية، كما أنها تؤثر على سلوكه وشخصيته بكل أبعادها

(سميرة كاظم عبد الحسين، 1990)

وتعد الأفكار والنظريات التربوية التي جاء بها (رودولف لابان) و (أفلاطون) و(باجيه) خير دليل على أهمية القدرات البدنية والحركية وعلاقتها بالأداء الحركي للإنسان ودورها في تنمية المستوى الحركي والوجداني والمعرفي للطفل.

وأن التربية الرياضية والحركية نوع من أنواع التربية العامة والتي تسعى إلى تحقيق النمو المتكامل والمتزن (اجتماعيا، وعقليا، ونفسيا، وبدنيا) وذلك من خلال النشاط الحركي

(السيد فؤاد البهي، 1975)

كما تُعد المهارات الحركية الأساسية أساس جميع الحركات المختلفة المتقدمة، ويتوقف عليها تعلم وإتقان المهارات والأنماط الحركية المختلفة المستخدمة في الألعاب والرياضات، لذا، يجب ألا ينتقل المعلم بالتلميذ إلى مهارات الألعاب والرياضات إلا بعد أن يتعلم الطفل

ويصل إلى درجة عالية من إتقان المهارات الحركية الأساسية، وذلك من خلال إتاحة الفرصة للتلميذ لأدائها بأنماطها المتعددة والمتنوعة إلى أن يصل إلى مرحلة إتقانها

(فريدة عثمان، 1987).

أما إذا تطرقنا إلى والأطفال المعاقون عقليا تصبح الأنشطة الرياضية والبدنية المكيفة أكثر ضرورة لهذه الفئة نظرا مما يعانونه من نقص في العلاقة الميكانيكية بين أجهزة الجسم ممى أدى إلى التأخر في نمو القدرات الحركية إن هؤلاء الأطفال يعتبرون طاقة بشرية معطلة إن لم يتلقوا العناية والرعاية الكاملة والتأهيل المناسب، فهم يشكلون قطاعا هاما من ثروة البلاد البشرية وهذه ال حقيقة دفعت دول العالم المختلفة إلى سن التشريعات والقوانين التي تضمن حقوق هؤلاء الأطفال في الحصول على تربية فعالة ومناسبة.

وتدخل القدرات الحركية ضمن المهارات التي تستهدفها معظم برامج التدخل مع الأطفال ذوي الإعاقات العقلية مثل برنامج "بورتاج"، وبرنامج "هيلب"، وتركز تلك البرامج على تنمية كل من المهارات الحركية الكبيرة (كالمشي والوقوف والجلوس) والمهارات الحركية الدقيقة (كالإمساك بالأشياء عن طريق الأصابع وتقليب الصفحات والتعامل مع الأزرار الموجودة في الملابس).

حيث تعد تنمية المهارات الحركية الكبيرة والمهارات الحركية الدقيقة من أهداف برامج التربية الخاصة، التي يجب الاهتمام بها، وذلك من خلال توفير الأنشطة الحركية الفردية والجماعية في الألعاب الداخلية والخارجية والحفلات والمسابقات والفك والتركيب وغيرها (كمال مرسي، 1999).

وتعتبر تنمية مهارات الحركات الكبرى ومهارات الحركة الدقيقة مطلبًا مسبقًا للتعلم الناجح في بقية المجالات التكيفية، وترتبط تنمية مهارات الحركة الكبرى بالحركة العامة مثل الاتزان والمشي، وتشتمل كذلك على ضبط الرقبة والرأس، والدوران، وانتصاب الجسم، والجلوس، والزحف، والحمل، والوقوف، والجري، والتسلق، والقفز.

(محروس الشناوي 1997).

وقد عرف ان النمو الحركي للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط يكون بطيئًا، ومع التدريب الحركي يستطيع هؤلاء الأطفال تحقيق نجاح في المهارات الحركية ويقترّب من مستوى العاديين في هذه الناحية، لذا ينصح بتدريبهم على الأنشطة الحركية حيث يحققون فيها نجاحاً يعوضهم عن الفشل الذي يلاقونه في مجال التعليم الأكاديمي.

ومن هذا المنطلق اقترح المشرف والمشرف المساعد موضوع البحث تحت عنوان اقتراح برنامج حركي معدل وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية لتطوير بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف لعقلي البسيط.

وقد تم تقسيم البحث كما يلي:

المقدمة

- مغل عام الى الدراسة
- الباب الأول: الخلفية المعرفية النظرية واحتوى على 3 فصول

الفصل الأول: التخلف العقلي

الفصل الثاني: القدرات الحركية

الفصل الثالث: البرامج الحركية المعدلة

- الباب الثاني: الخلفية المعرفية التطبيقية واحتوت على فصلين

الفصل الأول: إجراءات البحث الميدانية

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

-الخاتمة

الإطار العام للدراسة

الإشكالية:

الحركة هي أساس الحياة في الكون وكل مظهر من مظاهر الكون يرتبط بالحركة كحركة الرياح وحركة الأمواج والكواكب... الخ فالإنسان يبدأ الحركة منذ نشأته في بطن امه فحركته هنا ضرورية لنمو اجهزته المختلفة العضلية والعصبية والعظمية فالحركة مرتبطة بالجهاز العصبي المركزي وهي تحدث عن الإشارة او التنبيه الذي تحمله الالياف العصبية ويسمى التنبيه الحركي وتعد الحركة من أساسيات نمو الانسان البدني والعقلي والمعرفي.

(دلال فتحي، 2006)

ومما لاشك فيه أن ممارسة الأنشطة الرياضية بالطرق الصحيحة التربوية تؤثر على الفرد وتكسبه اتجاهات وقيما وسلوكيات سليمة تجعله يتواءم مع نفسه ومع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه حيث تلعب الأنشطة الرياضية المتنوعة دورا هاما في تنمية نواحي النقص لدى الأفراد فإن هذه الأنشطة تعوضه من خلال شعوره بإمكانياته أثناء الممارسة ويحتل النشاط الرياضي بأنواعه المختلفة مكان الصدارة في برامج التدريب الحركي، ولاشك أن للمعاقين الحق في الممارسة لكافة أنواع الرياضات بالطرق المشروعة في مجتمعنا وذلك وفق امكاناتهم وظروف اعاقاتهم. (دحمانى, بن سعد الله، 2011)

وتعد التربية الرياضية والحركية جزءا من التربية العامة كما انها هامة في رعاية المعاقين عقليا وذلك لان الإعاقة العقلية تقف حائلا دون ممارسة الأنشطة اليومية بكفاءة حيث يعاني

المعاقون عقليا من الاختلال الوظيفي لديهم في كل من البطء في الحركة والتعلم بجانب عدم قدراتهم على الإدراك الحسي الحركي والانخفاض في مستوى القدرات الحركية والبدنية.

(عبدالمنعم, محمد حسنين محمد، 2009)

وتدخل المهارات الحركية ضمن المهارات التي تستهدفها معظم برامج التدخل مع الأطفال ذوي الإعاقات العقلية والنمائية مثل برنامج "بورتاج"، وبرنامج "هيلب"، وتركز تلك البرامج على تنمية كل من المهارات الحركية الكبيرة (كالمشي والوقوف والجلوس) والمهارات الحركية الدقيقة (كالإمساك بالأشياء عن طريق الأصابع وتقليب الصفحات والتعامل مع الأزرار الموجودة في الملابس).

حيث تعد تنمية المهارات الحركية الكبيرة والمهارات الحركية الدقيقة من أهداف برامج التربية الخاصة، التي يجب الاهتمام بها، وذلك من خلال توفير الأنشطة الحركية الفردية والجماعية في الألعاب الداخلية والخارجية والحفلات والمسابقات والفك والتركيب وغيرها

(مرسي, كمال، 1999)

وبما أن البرامج الحركية ضرورية للأطفال الأسوياء ففي هذه المرحلة يكتسب الطفل أهم القدرات الحركية التي تمثلت في الحركات الأساسية المتمثلة في الحبو- الجري- الحبل - القفز-المشي.... الخ. ويمكن تطوير هذه المكتسبات حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية، من خلال التدريب والممارسة.

فتعد البرامج الحركية المعدلة أكثر ضرورة للأطفال ذوي التخلف العقلي فان الناتج عن هذا الأخير كما أشار اليه بعض العلماء يؤدي الى الببط في النمو والتأخر في تعلم واكتساب القدرات الحركية وخلل في العلاقة الميكانيكية بين أجهزة الجسم المختلفة التي تقلل من كفاءة عمل المفاصل والعضلات والعظام وتؤثر بالتالي على معظم أجهزة الجسم وهذا تترجمه القدرات الحركية بالنسبة لهذه الفئة حيث أن المصابون بالتخلف العقلي قبل الولادة أو أثناء الولادة هم الأطفال الذين يتأخرون في تعلم الحركات الأساسية مثل (الحو-المشي..... الخ).

وأكدت دراسة (محمد الأمين عبيدة) ان وجود التخلف في النمو الحركي عند الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط قد يصل ما بين 3-5 سنوات مقارنة بمقرانهم من الاسوياء وبينت دراسة (وونج) ودراسة (فجييك) وجود تخلف حركي في اغلب الحالات عند الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط ويرجع ذلك الى تخلف قدرة الجهاز العصبي المركزي الذي يؤثر على النمو الحسي الحركي اكثر منه على النمو العرفي ولذلك فان ذوي التخلف العقلي يتميزون بدافعية اقل لاكتشاف المحيط بنشاط وحيوية وهذا ما يزيد من صعوبات التعلم لهذه الفئة وان المستوى الكافي من ممارسة الأنشطة المعدلة يمكن ان يساهم إيجابيا في تحسين النشاطات الحياتية اليومية للمتخلفين عقليا وتسمح لهم بالاستمتاع والمشاركة في الأنشطة البدنية والرياضية وانه من الضروري ان تخضع القدرات الحركية عند هذه الفئة للاختبار والدراسة.

(عبيده, محمد الامين، 2016)

واستنادا الى الدراسات السابقة وبعض الكتب والمراجع تبين لنا أهمية تطوير القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط مما يعانيه من نقص في المهارات الحركية الأساسية والتهميش في ممارسة الأنشطة الرياضية المعدلة داخل المراكز النفسية البيداغوجية وهذا ما اشارت اليه بعض الدراسات دراسة (احمد بوسكرة 2008) ودراسة (دحماني بن سعد الله 2011) ودراسة (احمد الأمين عبيده2016) ومن خلال الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها داخل المركز النفسي البيداغوجي بمدينة الجلفة بحيث تبين لنا انه لا يوجد لمربي مختص في المجال الرياضي للفئات الخاصة ولا توجد أي نشاطات رياضية او حركية وكان الاهتمام فقط بالجانب المعرفي.

فهذا التقصير لتفعيل البرامج الحركية والرياضية المعدلة التي تساهم بالارتقاء بالأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط في جميع النواحي النفسية والاجتماعية والعقلية والجسمية والاعتراف بأن ذوي التخلف العقلي البسيط قوة بشرية معطلة يمكن الاستفادة منها. أدى بنا الى انتهاج الأسس العلمية في بناء برنامج حركي معدل هادف وتكيفه على فئة الإعاقة العقلية البسيطة.

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية في تطوير بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط تعزو للبرنامج الحركي المعدل؟

1.1. التساؤلات الفرعية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في تطوير قدرات الجري وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط تعزو للبرنامج الحركي المعدل؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في تطوير قدرات الوثب من الثبات وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط تعزو للبرنامج الحركي المعدل؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في تطوير قدرات الرمي وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط تعزو للبرنامج الحركي المعدل؟

فروض البحث:

2.1. الفرضية العامة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية في تطوير بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط تعزو للبرنامج الحركي المعدل.

3.1. الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الجري وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط تعزو للبرنامج الحركي المعدل.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الوثب من الثبات وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط تعزو للبرنامج الحركي المعدل.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الرمي وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط تعزو للبرنامج الحركي المعدل.

اهداف البحث:

نذكر من بين الأهداف المرجوة من الدراسة ما يلي:

- اعداد برنامج حركي معدل يهدف لتنمية القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.
- امداد المراكز النفسية البيداغوجية ببرنامج حركي معدل خاص بفتة ذوي التخلف العقلي البسيط لتطوير بعض القدرات الحركية.
- تطوير بعض القدرات الحركية لدى الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.

- مساعدة الأطفال المتخلفين عقليا على الاعتماد على أنفسهم وذلك بتطوير بعض المهارات الحركية الأساسية.

أهمية البحث:

تكمن أهمية هذه الدراسة في:

- تسليط الضوء على الأطفال الذين يعانون من التخلف العقلي البسيط وإمكانية تطوير قدراتهم الحركية من خلال البرامج الحركية المعدلة.
- التعرف على واقع القدرات الحركية لدى الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط
- أهمية البرنامج الحركي المعدل لتطوير هذه القدرات الحركية.
- إبراز أهمية وأهداف البرامج الحركية المعدلة داخل المراكز النفسية البيداغوجية.

أسباب اختيار الموضوع:

4.1 أسباب ذاتية:

- الرغبة في اظهار أهمية البرامج الحركية المعدلة للمعاقين عقليا.
- إيماننا منا بضرورة الاهتمام بالأطفال ذوي التخلف العقلي.
- فتح المجال حول هذا الموضوع ليكون دراسة لمواضيع مشابهة.
- الاطلاع أكثر لمختلف التطورات الحاصلة في هذا الميدان.
- الميل الشخصي لكل ما تقدمه هذه الدراسة

5.1 أسباب موضوعية:

- المفهوم الخاطئ لبعض الأشخاص للإعاقة العقلية
- الاستهزاء من الأهداف البناءة للبرامج الحركية المعدلة باعتقادهم أنها تقل أهمية مع العلاجات الأخرى.
- تهميش البرامج الحركية المعدلة داخل المراكز النفسية البيداغوجية.
- تزايد حجم العينات من المعاقين عقليا ومحاولة لفت أنظار المسؤولين إليها.

تحديد المفاهيم والمصطلحات:

6.1 التخلف العقلي:

تعريف تريد جولد: حالة عدم اكتمال نمو الفرد يجعل الشخص لا يستطيع ان يكيف نفسه مع مطالب البيئة التي يعيش فيها ويحتاج الى مساعدة الاخرين.

(بوسكرة, احمد، 2008)

يعرفه نادر فهمي الزيود: الإعاقة العقلية على أنها حالة من النقص العقلي ناتجة عن سوء التغذية أو عن مرض ناشئ عن الإصابة في مركز الجهاز العصبي وقد تكون هذه الإصابة قبل أو بعد أو أثناء

الولادة. (الزيود, نادر فهمي، 2000)

يعرفه عبد الرحمن سليمان: الإعاقة العقلية من منظور اجتماعي على أنها افتقار المعاق إلى الكفاءة الاجتماعية والمعاناة من حالة عدم التكيف. (سليمان, عبد الرحمان سيد، 1998)

تعريف الجمعية الامريكية للتخلف العقلي: هو نقص جوهري في الأداء الوظيفي الراهن يتصف بأداء ذهني وظيفي دون المتوسط يكون متلازما مع جوانب قصور في اثنين او أكثر من مجالات المهارات التكيفية التالية: (التواصل. العناية الشخصية. الحياة المنزلية. المهارات الاجتماعية. التوجيه الذاتي. الصحة والسلامة. الجوانب الاكاديمية الوظيفية. مهارات العمل والحياة الاستقلالية) وتظهر قبل سن الثامن عشر

(ليلي السيد فرحات، 2005)

التعريف الاجرائي: هو القصور الذي يحدث في الجهاز العصبي المركزي اثناء الحمل او الولادة نتيجة عوامل خارجية او وراثية وهو ما يؤثر سلبا على التوافق الحسي الحركي والسلوك التكيفي ويختلف هذا التأثير السلبي حسب درجة وشدة التخلف العقلي.

7.1. القدرات الحركية:

تعريف وجيه محمود: هي القدرات التي يكتسبها الانسان من المحيط او تكون موجودة وتكون الممارسة والتدريب اساسا لها وتتطور حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية الحركية.

(محجوب, وجيه، 2000)

تعريف كمال درويش: تتمثل في الوصول بالأداء الى شكل ديناميكي حركي كما انها ما يمكن ان تطلق عليه عمل حركي معلوم مدرب عليه. (درويش, كمال، 1999)

تعريف رياض جمعة حسن: هي مقدرة الفرد الحالية المكتسبة والطبيعية لأداء المهارات الحركية ذات الطبيعة العامة الأساسية من المحيط والذي يأتي عن طريق الممارسة والتدريب المتواصل والمتكرر والمنظم لأداء المهارات الحركية. (حسن, رياض جمعة، 2008)

التعريف الاجرائي: هي القدرات الحركية الفطرية والمكتسبة من البيئة المحيطة بالفرد وتعني الكفاءة في أداء المهارات الحركية الأساسية مثل (الجري. الوثب. الرمي. الحجل. اللقف... الخ).

1.7.1. القدرات الحركية قيد الدراسة:

مهارة الركض:

يعرفه بسطويسي احمد: تطور حركات المشي الى حركات الجري يتطلب من الطفل قدرات حركية أساسية والمتمثلة في القوة العضلية والسرعة... الخ هذا بالإضافة الى قدرات خاصة كالتوازن والتكيف والقدرة على التوجيه والتكوين الحركي. (احمد, بسطويسي، 1996)

التعريف الاجرائي: هو عبور مسافة محددة في اقل زمن ممكن وهو عبارة عن تطوير حركة المشي في زيادة مدى الخطوة وتسارع الخطوات بالإضافة الى مرحلة الطيران عكس المشي وهو ارتباط احدي الرجلين دائما بالأرض.

مهارة الوثب الطويل من الثبات:

يتطلب توافق في الأداء لكل أجزاء الجسم ويكون الارتقاء والهبوط بالقدمين معا وقبل الارتقاء تنثنى مفاصل الركبة والفخذ للمساهمة في رفع الجسم من على الأرض وتمرجح الذراعين في اتجاه الوثب عند الارتقاء وعند الوثب للأعلى يكون الجسم ممتدا عند مرحلتي الارتقاء والطيران وعند الهبوط تكون القدمان للأمام مع ثني مفاصل الركبتين والفخذين. (عبيده, محمد الامين، 2016)

التعريف الاجرائي: الوثب هو حركة مركبة تعني القفز بالقدمين معا من نقطة معينة وبتقنية معينة من اجل الوصول لأبعد مسافة.

الرمي من الوقوف:

تعتبر مهارة الرمي والذراع مفرودة من أعلى الرأس من أكثر مهارات الرمي استخداما في مجالات النمو الحركي ويمكن إنجاز هذه المهارة بطرق عديدة باستخدام أدوات مختلفة، دراسة تطور النمو وتؤدي مهارة الرمي والذراع مفرودة من أعلى الرأس كما يمكن أن تؤدي باليدين من أسفل الحوض او تؤدي بحركة الذراع الى الجانب.

(بوسكرة, احمد، 2008)

التعريف الاجرائي: هو مهارة حركية مركبة نستعمل فيه أداة مثل كرة او جلة لرميها لأبعد مسافة ممكنة وفق تقنيات وقوانين مضبوطة.

8.1 البرامج الحركية المعدلة:

البرنامج:

عرفه محمد حسنين عبد المنعم: هو مهام وإجراءات مسبقة الاعداد او وثيقة عمل او

خبرات وتجارب مسبقة التخطيط والتحضير او كل ما ينبغي ان يعرفه الطالب ويتمكن من

القيام به. (عبدالمنعم, محمد حسنين محمد، 2009)

وعرفه الدمرداش: سرحان بأنه مجموعة من الخبرات منضمة في ناحية من نواحي المواد الدراسية وضع لها هدف معين تعمل على تحقيقه مرتبطة في ذلك بوقت محدد ومكانات خاصة

يعرفه عبد الحميد شرف: بأنه هو عبارة عن الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط لخطة صممت سلفا وما يتطلب ذلك التنفيذ من توزيع زمني وطرق تنفيذ وامكانا تحقيق هذه الخطة (سليمان, محمد شحاتة، 2007)

التعريف الاجرائي: البرنامج هو خطة عمل تسير وفق خطوات ممنهجة في وقت مسبق وتنفذ في زمن محدد لتحقيق اهداف الخطة.

البرامج الحركية المعدلة:

هي مجموعة البرامج المتخصصة التي تقدم لفئة الافراد الغير عاديين وذلك لمساعدتهم على تنمية قدراتهم الى اقصى حد ممكن من اجل تحقيق ذاتهم ومساعدتهم. التكيف.

(عبد الله الزبيري واخرون، 2011)

التعريف الاجرائي: البرامج الحركية المعدلة هي البرامج الحركية والرياضية والترويحية التي اجري عليها تعديل لتناسب مع طبيعة الافراد الذين يعانون من قصور جسمي او عقلي لمنحهم فرصة الاشتراك في التربية البدنية والرياضية.

9.1. المتغيرات الكنماتيكية:

عرفها بسطويسي احمد: هي علاقة زمنية مكانية بحتة يصرف النظر عن القوى

المسببة لهذه الحركة وهذا من وجهة نظر الكنماتيكا.

تعريف الحركة كنماتيكية: يعرفها بروير على انها انتقال الجسم من مكان لآخر في

اتجاه معين وبسرعة معينة.

ويعرفها جنسي وسولتر: الحركة هي انتقال او دوران الجسم او أحد اجزائه في اتجاه

وسرعة معينة باستخدام أداة او بدونها وتحدث نتيجة لانقباض العضلات والذي ينتج عندها

الحركة بالجسم كله او أحد اجزائه. (احمد, بسطويسي، 1996)

التعريف الاجرائي: المتغيرات الكنماتيكية هي وصف الحركة دون ذكر مسبباتها وتجاهل

العوامل المؤثرة فيها.

الخلفية المعرفية النظرية للدراسة

الدراسات السابقة والمثابفة والمرتبطة

الدراسات السابقة والمثابهة والمرتبطة

تمهيد:

بالتعاون يسمو العلم، فإذا قبلنا هذه العبارة على ما هي عليه، فان بحثنا ينبغي أن يتضمن

دراسة البحوث الأخرى التي تمت في هذا المضمار

فالبحث العلمي هو حلقة من سلسلة سبقتة حلقات وتلحقه حلقات إنه مساهمة تضاف إلى

المساهمات العلمية الأخرى.

وقد ساهم في جمع هذا العدد المعتبر من الدراسات أ.د/ حرواش لمين المشرف

أ.د شرفي عامر المشرف المساعد بفضل علاقاتهما مع الاساتذة والباحثين

وتمكننا من الحصول على بعض الدراسات المثابهة والتي تدرس الموضوع من أحد

متغيراته. يمكن تلخيص نتائجها

دراسة: صغيري رابح

مجلة الابداع الرياضي العدد 10 - 2013 جامعة المسيلة

دور النشاط البدني المكيف في التقليل من السلوك العدواني لدى الأطفال المعاقين عقليا

من وجهة نظر المربين.

هدف الدراسة:

هدفت الدراسة الى ابراز أهمية النشاط البدني المكيف في التقليل من السلوك العدواني لدى

الأطفال المعاقين عقليا داخل المراكز النفسية البيداغوجية من وجهة نظر المربين بالمسيلة

إجراءات الدراسة:

أجريت الدراسة بالمركز النفسي البيداغوجي بالمسيلة على عينة مكونة من 27 مربي من

بينهم 17 مربي نضريا و10 مربي تطبيقيا استخدم الباحث المنهج الوصفي لطبيعة الدراسة وتم

تحكيم استمارة استبيان وزعت على افراد العينة من اجل معرفة ارتباط النشاط البدني المكيف

والتقليل من السلوك العدواني لدى الأطفال المتخلفين عقليا فئة القابلين للتعلم.

نتائج الدراسة:

من اهم الخطوات التي توصل لها الباحث بعد مناقشة النتائج

ان للنشاط الرياضي المكيف دور هام في التقليل من السلوك العدواني لدى الأطفال ذوي

التخلف العقلي

العمل على وجود اخصائي في النشاط البدني المكيف

إدماج حصة النشاط البدني المكيف ضمن الأهداف العامة للتربية الخاصة.

دراسة: بن عمر مراد. خوجة عادل. بلعايبة الصالح

مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية العدد 30 * 2017

فاعلية استخدام إجراء المساعدة المتناقصة تدريجيا في تعليم الأطفال ذوي التخلف

العقلي المتوسط على مهارة ركل الكرة.

الهدف من الدراسة:

هدفت هذه الدراسة التعرف على فاعلية استخدام إجراء المساعدة المتناقصة تدريجيا في

تعليم الأطفال ذوي التخلف العقلي المتوسط على مهارة ركل الكرة،

إجراءات الدراسة:

تمثلت عينة الدراسة من 20 طفلا، تتراوح نسبة ذكائهم ما بين (35- 55) درجة ويمثلون

حوالي 22 % تقريبا من العدد الكلي بالمركز، تم اختيارهم بالطريقة العمدية من أطفال المركز

الطبي البيداغوجي للأطفال المعوقين عقليا بالمسيلة .

منهج الدراسة المتبع المنهج التجريبي، هذا وتم الاستعانة ببطاقة ملاحظة لتسجيل بيانات

تعلم الأطفال، وكذلك تصميم برنامج تدريبي لتعلم مهارة ركل الكرة،

نتائج الدراسة:

أظهرت نتائج الدراسة تمكن الأطفال ذوي التخلف العقلي المتوسط من تعلم مهارة ركل

الكرة بنسبة 100% وذلك من خلال

استخدام مستوى التلقين الجسدي الجزئي لإجراء المساعدة المتناقصة تدريجياً

استخدام مستوى التلقين بالنمذجة لإجراء المساعدة المتناقصة تدريجياً استخدام مستوى التلقين

اللفظي لإجراء المساعدة المتناقصة تدريجياً. لقد أظهرت نتائج الدراسة تمكن استخدام مستوى

الاستقلالي لإجراء المساعدة المتناقصة تدريجياً.

دراسة: مهند جبران موسى، رامي صالح حلاوة، عمر سليمان هنداوي

مجلة دراسات العلوم التربوية المجلد 41 العدد 02 - 2014

فاعلية برنامج لتعليم المهارات الحركية الأساسية على القدرات الإدراكية الحركية للأطفال

المعاقين ذهنياً "القابلين للتدريب

الهدف من الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف فاعلية برنامج لتعليم المهارات الحركية الأساسية على القدرات

الإدراكية الحركية للأطفال القابلين للتدريب والى العلاقة بين مستوى المهارات الحركية الأساسية

وبين مستوى القدرات الإدراكية الحركية المعاقين ذهنياً، فئة القابلين للتدريب.

إجراءات الدراسة: تكونت عينة الدراسة من 20 طفلاً أعمارهم بين 8-11 سنة تم

تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين ومتساويتين من حيث درجة الذكاء والعمر الزمني وتم اختيارهم

بالطريقة العمدية، وقد تراوحت درجة ذكائهم بين 40-55 درجة.

تم انتهاج المنهج التجريبي نظرا لملاءمته لطبيعة الدراسة وأهدافها. واستخدمت القياسات القبلية والبعديّة على عينة الدراسة بعد التحقق من المعاملات العلمية لها. وللإجابة عن تساؤلات الدراسة، فقد استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والعلاقات الارتباطية

نتائج الدراسة:

وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود أثر إيجابي للبرنامج التعليمي على مستوى المهارات الحركية الأساسية، والقدرات الإدراكية الحركية لدى عينة الدراسة، وجود فروقات معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية،

وجود علاقة ارتباط إيجابية بين تعلم مهارات التحكم والسيطرة ومهارة التوازن، وبين، القدرات الإدراكية الحركية

وتوصي الدراسة بضرورة التركيز على مهارات التحكم والسيطرة لدى هذه الفئة من المعاقين ذهنياً لما لها من أثر إيجابي على تطوير القدرات التوافقية. والتوازن في دروس التربية الرياضية للمعاقين ذهنياً.

دراسة قدور باي بلخير رسالة دكتوراه 2016 جامعة مستغانم

أثر برنامج تربية نفس حركية على بعض القدرات الإدراكية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

الهدف من الدراسة:

تهدف الدراسة الى: اقتراح برنامج تربية نفس حركية يعمل على تطوير بعض القدرات الإدراكية

الحركية للأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم

معرفة أثر التربية النفس حركية على بعض القدرات الإدراكية الحركية للأطفال المعاقين عقليا

القابلين للتعلم

كشف الفروق الحاصلة بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في بعض القدرات الإدراكية

الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم

إجراءات الدراسة:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لطبيعة البحث

تمثلت عينة الدراسة في 20 طفل تتراوح اعمارهم بين 9 سنوات و 11 سنة وقد تم اختيار

العينة الكلية للدراسة بطريقة الأزواج المتناظرة وهذا من اجل التحكم قدر المستطاع في الضبط

الإجرائي

نتائج الدراسة: بعد اجراء البرنامج وكذا القياسات القبلية والبعديّة على عينة البحث اسفرت

النتائج على التالي

تطور افراد العينة التجريبية في زيادة قدرة الوعي بأجزاء جسمهم، وتطور قدرة التحكم الحركي

في الأطراف العليا من جسمهم وترجمة الأنماط البصرية الى انماط حركية

زيادة وعي الطفل لشغل جسمه حيز الفراغ ووعيه بالأشياء التي توجد مباشرة في مجاله

البصري

تطور الوضع العام للقوام والتوافق اي تطور العينة التجريبية في مجال تصور الجسم وتمييزه

مقارنة بالعينة الضابطة ويرجع الباحث هذا الى برنامج التربية النفس حركية المقترح

طور مجال التوازن والقوام) التحكم بالجسم، تصور الجسم، الإيقاع الحركي (وكذا طور مجال

تصور الجسم وتمييزه) الوعي بأجزاء جسمهم، قدرة التحكم الحركي

دراسة: دحماني بن سعد الله - رسالة دكتوراه 2011 جامعة الجزائر

مدى فاعلية برنامج تدريبي لتعليم السباحة للأطفال المعاقين ذهنياً وأثره على تنمية

القدرات الحركية.

الهدف من الدراسة:

وهدفت الدراسة للتعرف على فعالية برنامج تدريبي رياضي لتعليم السباحة للأطفال تصميم

برنامج تدريبي رياضي لتعليم السباحة يتناسب مع فئة المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم

دراسة تأثير البرنامج التعليمي على بعض المهارات والقدرات الحركية للأطفال المعوقين

ذهنياً القابلين للتعلم والمتمثلة في الرشاقة

تشجيع الأطفال المعوقين ذهنياً القابلين للتعلم لممارسة السباحة خلق لهذه الفئة جو مفعم

بالحيوية والترويح من خلال ممارسة السباحة

تعديل السلوكيات الغير مرغوب فيها للأطفال المعاقين ذهنياً من خلال ممارسة

إجراءات الدراسة:

وتمثلت عينة الدراسة تم اختيار العينة بطريقة قصدية عينة من الأطفال المعاقين ذهنيا والتمثلة في: مجموعة من الأطفال المعاقين ذهنيا بالمركز الطبي التربوي بولاية الجلفة، من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم الزمنية من (09 - 17) سنة وقد تراوحت نسبة ذكائهم من (50-70) تم تقسيمهم عشوائيا إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة تم تقسيم العينة الى مجموعتين كل مجموعة تحتوي على 12 طفل معاق عقليا.

نتائج الدراسة:

من خلال تحليل النتائج استنتج الباحث ان البرنامج التدريبي المقترح أدى إلى تحسين قدرة

الرشاقة لدى الأطفال المعاقين ذهنيا

أن البرنامج التدريبي المقترح أدى إلى تحسين قدرة عضلات البطن لدى الأطفال المعاقين

ذهنيا

إن البرنامج التدريبي المقترح يساهم في تحسين قدرة تحمل عضلات الرجلين لدى الأطفال

المعاقين ذهنيا

إن البرنامج التدريبي المقترح يساهم في تحسين قدرة عضلات الذراعين لدى الأطفال المعاقين

ذهني

إن البرنامج التدريبي المقترح يساهم في تحسين قدرة المرونة لدى الأطفال المعاقين ذهنيا

- دراسة احمد بوسكرة رسالة دكتوراه 2002 جامعة الجزائر

موضوع الدراسة: النشاط الرياضي الترويحي لدى الاطفال المتخلفون عقليا بالمراكز النفسية

التربوية

الهدف من الدراسة:

هدفت هذه الدراسة التعرف على أثر النشاط الرياضي الترويحي لدى الاطفال

المتخلفون عقليا تخلفا بسيطا بالمراكز النفسية التربوية السن 09-12 سنة

إجراءات الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة تتكون من 40 طفلا متخلفا عقليا تخلفا بسيطا تتراوح

اعمارهم ما بين 09-12 سنة مقسمة إلى مجموعتين (مجموعة تمارس النشاط الرياضي الترويحي

بالمركز، مجموعة لا تمارس النشاط الرياضي الترويحي بالمركز) 20 طفلا في كل مجموعة،

استخدم الباحث المنهج الوصفي معتمدا على الدراسة السببية المقارنة بتوظيف القسم الاول من

مقياس السلوك التكيفي، بالإضافة الى استخدام استماراتي استبيان موجّهتين الى كل من المربين

والاولياء .

نتائج الدراسة:

اعتماد المراكز النفسية التربوية في رعاية الأطفال المتخلفين عقليا على مربين ذوي مستوى

نهائي، حيث نجد معظم هؤلاء المربين ليس لديهم فكرة واضحة في كثير من المسائل المتعلقة بجوهر

ومضمون تعليم وتدريب هؤلاء الأطفال على التصرفات الاستقلالية والتأهيل المهني.

كل المراكز النفسية التربوية لا تعتمد في تعليم أطفالها على برنامج علمي مسطر من طرف أخصائيين اجتماعيين ونفسانيين يستمد مبادئه وأساسه من العلوم المتصلة بالتربية الخاصة كعلم النفس الإكلينيكي سيكولوجيا الأطفال غير العاديين ... الخ.

حيث نجد أن البرنامج المعتمد يحضر على مستوى المركز من طرف المربين والإداريين الذين يفتقرون إلى أنجع الوسائل والطرق العلمية المتبعة في هذا المجال.

● افتقار المراكز النفسية التربوية إلى أخصائيين في علم النشاط الرياضي أو الترويحي بصفة عامة

● أجمع المربون على أن الأطفال المتخلفون عقليا (بسيط) يفضلون الاستماع للموسيقى وممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية والميل إلى الألعاب الرياضية الجماعية.

● قلة العتاد والوسائل الترويحية التي تستعمل في تدريب الأطفال على العمليات الذهنية والبدنية والاجتماعية والتي تعتبر أداة فعالة وناجعة في نمو الجوانب الحسية الحركية والاجتماعية العاطفية لهذه الفئة.

● توجد فروق بين المجموعة الممارسة والغير الممارسة للنشاط الرياضي الترويحي في نمو المجال الحسي الحركي لصالح المجموعة الممارسة.

● توجد فروق بين أولياء المجموعة الممارسة وغير الممارسة للنشاط الرياضي الترويحي في نمو المجال الاجتماعي العاطفي لصالح المجموعة الممارسة.

• توجد فروق في السلوك التكيفي بين المجموعة الممارسة والمجموعة غير الممارسة للنشاط

الرياضي الترويحي في نمو المجال الحسي حركي لصالح المجموعة الممارسة.

• توجد فروق في السلوك التكيفي بين المجموعة الممارسة والمجموعة غير الممارسة للنشاط

الرياضي الترويحي في نمو المجال الاجتماعي العاطفي لصالح المجموعة الممارسة.

دراسة حمد محمد إسماعيل وهشام حمدان عباس

مجلة الرياضة المعاصرة المجلد 7 العدد 9 - 2008

تأثير برنامج للأنشطة الحركية القصصية في تطوير بعض الحركات الأساسية للمتخلفين

عقليا من (حملة أعراض داون)

الهدف من الدراسة:

هدفت الدراسة الى وضع برنامج تدريبي للأنشطة الحركية القصصية للمتخلفين حركيا من

حملة اعراض داون

معرفة تأثير البرنامج التدريبي للأنشطة الحركية القصصية في تطوير بعض الحركات

الاساسية للمتخلفين عقليا من حملة اعراض داون

إجراءات الدراسة:

تم اعتماد المنهج التجريبي لطبيعة البحث

تم اختيار افراد عينة البحث من المعاقين عقليا فئة الاعاقة البسيطة من حملة اعراض داون

وكان عدد افراد عينة البحث 15.

نتائج الدراسة:

بناء على النتائج التي حصل عليها الباحثان تم استنتاج ما يلي:

كان التطور عاليا في الحركات الاساسية (الاستلام والرمي والركض) .

ظهر تطور جيد في الحركة الاساسية لمهارة الوثب الطويل من الثبات ولكنه كان اقل من بقية المهارات لمتغيرات البحث بسبب قلة خبرة افراد عينة البحث وخوف الاهالي والمسؤولون عنهم من السقوط والتعرض للأذى

لكن خلال الملاحظة المباشرة ظهر تطور في التكيف الاجتماعي وكان جليا في المسابقات التي تعتمد على الفريق وكان واضحا من خلال البهجة والمرح والاثارة التي احسها افراد عينة البحث.

دراسة: بن يوسف دحو - شريقي وليد - جعفر بوعروري

مجلة تفوق المجلد 6 العدد 1 - 2021

تأثير وحدات تعليمية مكيفة على مهارة الجري لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا

الهدف من الدراسة:

يهدف البحث إلى معرفة مدى تأثير وحدات تعميمية مكيفة على مهارة الجري لدى الأطفال

المتخلفين ذهنيا، وقد اشتملت عينة البحث على 12 طفلا مصابا بالتخلف الذهني اختيروا بطريقة عمدية من النادي الرياضي الهاوي "التحدي" وهران.

إجراءات الدراسة:

المنهج المستخدم تمثل في المنهج التجريبي عن طريق اجراء اختبار الجري اختبار الجري لمسافة 10 متر على أفراد عينة البحث، وذلك بعد حساب صدق وثبات الأداة. وبعد التحليل

الإحصائي للبيانات

نتائج الدراسة:

توصل الباحثان الى ان الوحدات التعميمية المكيفة المقترحة لها تأثير ايجابي على مهارة

الجري لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا

ويوصي الباحثان بضرورة اقتراح وحدات تعليمية مكيفة لتطوير المهارات الحركية الأخرى

مثل الوثب والرمي لفئة الأطفال المتخلفين ذهنيا .

التعليق على الدراسات السابقة:

لقد لاحظ الباحث من خلال اطلاعه على الدراسات السابقة انه معظم الدراسات السابقة الذكر انه قد استعملت المنهج التجريبي في بحثها وقد حثت معظم الدراسات على أهمية النشاط البدني المكيف والبرامج المعدلة لفئة المتخلفين عقليا مهما اختلفت أهدافه سواء البرامج الترويحية منها او التأهيلية او التنافسية لضرورتها داخل المراكز النفسية البيداغوجية من اجل النهوض بفئة المتخلفين عقليا خاصة ذوي التخلف العقلي البسيط

واسفرت معظم النتائج من الدراسات السابقة على ان للبرامج الحركية المعدلة دور مهم في تطوير القدرات الحركية لفئة الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط كما ان لها دور في تنمية المهارات الحركية الأساسية الانتقالية مثل مهارة الركض كما اثرت البرامج الحركية بشكل إيجابي في المهارات الحركية الأساسية الغير انتقالية مثل مهارة الوثب من الثبات وكذا مهارة الرمي واثرت بشكل كبير في مهارة التحكم والسيطرة مثل التوازن واللقف.

مدى الاستفادة من الدراسات السابقة:

يعلم أي باحث أهمية الدراسات السابقة في مجال بحثه ليتطلع الى ما توصل اليه الباحثون في مجال تخصصه من اجل الإضافة المعرفية ومقارنة دراسته بالدراسات السابقة كما ان الباحث قد استفاد من الدراسات السابقة من حيث

- تحديد المنهج المتبع في الدراسة

- تحديد حجم ونوع العينة
 - تحديد الأساليب الإحصائية المتبعة
 - الاستدلال بكيفية بناء البرامج الحركية المعدلة
 - الاسترشاد بنوع الاختيارات المناسبة لفئة التخلف العقلي البسيط
 - تحديد المدة الملائمة لتأثير البرنامج الحركي المعدل
- ما يميز الدراسة الحالية عن بقية الدراسات السابقة:

بعد اطلاع الباحث على الدراسات السابقة واستشارة المشرف أكد المشرف على ضرورة إضافة عنصر يميز هذه الدراسة وإعطاء إضافة فعالة ومهمة على النشاط البدني المكيف وكذا البرامج الحركية المعدلة فاكد المشرف وكذا المشرف المساعد على إضافة علم البيوميكانيك لإعطاء الدراسة طابع علمي اكثر دقة فكان عنوان الدراسة اقتراح برنامج حركي معدل وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية لتطوير بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط وإضافة عنصر التحليل الحركي عن طريق التصوير بتقنية الفيديو

الفصل الاول

التخلف العقلي

تمهيد:

يعتبر التخلف العقلي من الموضوعات المثيرة للجدل في مجال التربية الرياضية مقارنة مع الموضوعات الأخرى، كما ان العلم يتدخل بكل ميادينه إذا ما تكلمنا عن التخلف العقلي مثل ميدان علم النفس، وعلم الاجتماع والقانون، والطب . . . إلخ، مما يتطلب من المربين داخل المراكز النفسية البيداغوجية أن يكونوا على دراية كافية بكل هذه الجوانب لأجل تخطيط البرامج التربوية التي تتلاءم مع خصائصهم وميولهم ورغباتهم.

وعليه فقد خصصنا هذا الفصل للقيام بدراسة التخلف العقلي، بحيث سنتطرق أولاً إلى تحديد مفهوم التخلف العقلي دراسة خصائص الأطفال المتخلفون عقليا (الأكاديمية، الجسمية الشخصية، الاجتماعية والانفعالية، السلوكية).

1. مفهوم التخلف العقلي:

تقع ظاهرة التخلف العقلي ضمن اهتمامات فئات مهنية مختلفة، لهذا حاول المختصون في ميادين الطب والاجتماع والتربية وغيرهم تحديد مفهوم للتخلف العقلي، وطرق الوقاية منه، وأفضل السبل لرعاية الأشخاص المتخلفين عقليا. وفي ضوء ما سبق يمكن القول أن الباحث في مجال التخلف العقلي يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي يتداولها المختصون و العاملون في هذا الميدان، و استخدامهم المصطلح الواحد بمعان مختلفة فقد استخدم الباحثون الإنجليز و الأمريكيان مصطلحات من قبل دون عقل، وصغير العقل، و نقصان العقل، وفي آخر الخمسينيات تخلوا عن هذه المصطلحات واستخدموا مصطلح التخلف العقلي، واصطلاح التأخر العقلي.

أما الباحثون العرب فقد استخدموا مصطلحات كثيرة، منها القصور العقلي، النقص العقلي، الضعف العقلي، التأخر العقلي، والإعاقة العقلية. ويرجع هذا التعدد إلى ظروف ترجمة المصطلحات الإنجليزية لبعض الباحثين ترجمها ترجمة حرفية والبعض الآخر ترجمها بحسب مضمونها واختلفوا في تحديد هذا المضمون، فمنهم من يعرف التخلف العقلي على أنه يعتبر عملية من العمليات الصعبة والمعقدة (ماجدة السيد عبيد، 2000).

يقصد بالتخلف العقلي (توقف نمو الذهن قبل اكتمال نضوجه، ويحدث قبل سن الثانية عشرة لعوامل فطرية وبيئية، ويصاحبه سلوك توافقي سيئ (مصري عبد الحميد حنورة، 1991).

كما يمكن تعريف التخلف العقلي بأنه انخفاض ملحوظ في الأداء العقلي العام للشخص ويصاحبه عجز في السلوك التكيفي، ويظهر في مرحلة النمو مما يؤثر سلباً على الأداء التربوي.

ومن خلال هذه التعاريف المختلفة قد يكون من المناسب استعراض بعض التعريفات الفنية والسيكولوجية والاجتماعية (حسن محمود محمد رفعت، 1977).

10.1. التعريف الطبي:

يعتبر التعريف الطبي من أقدم تعريفات حالة الإعاقة العقلية، إذ يعتبر الأطباء من أوائل المهتمين بتعريف وتشخيص ظاهرة الإعاقة العقلية، وقد ركز التعريف الطبي على أسباب الإعاقة العقلية ففي عام 1900م ركز إرلاندر على الأسباب المؤدية إلى إصابة المراكز العصبية، والتي تحدث قبل أو أثناء أو بعد الولادة، وفي عام 1908م ركز ثريد جولد على الأسباب المؤدية إلى عدم اكتمال عمر الدماغ سواء كانت تلك الأسباب قبل الولادة أو بعدها. تتعدد الأسباب المؤدية إلى الإعاقة العقلية، وخاصة تلك الأسباب التي تؤدي إلى تلف في الجهاز العصبي المركزي، وخاصة القشرة الدماغية والتي تتضمن مراكز: الكلام و العمليات العقلية العليا، التآزر البصري الحركي، الحركة والإحساس، القراءة، السمع، . . . إلخ، حيث تؤدي تلك الأسباب إلى تلف في الدماغ أو المراكز المشار إليها، وبالتالي تعطيل الوظيفة المرتبطة بها، وعلى سبيل المثال قد تؤدي الأسباب إلى إصابة مركز الكلام بالتلف ويترتب على ذلك تعطيل الوظيفة المرتبطة بذلك المركز وهكذا لبقية . . ، وتبدوا مهمة الجهاز

العصبي المركزي في استقبال المثيرات من خلال الأعصاب الحسية ومن ثم القيام بالاستجابات المناسبة وفي الوقت المناسب (حسن محمود محمد رفعت، 1977) .

1.1.1. التعريف السيكومتري:

ظهر التعريف السيكومتري للإعاقة العقلية نتيجة للانتقادات التي وجهت إلى التعريف الطبي ، حيث يمكن للطبيب وصف الحالة ومظاهرها وأسبابها ، دون أن يعطي وصفا دقيقا وبشكل كمي للقدرة العقلية، فعلى سبيل المثال قد يصف الطبيب حال الطفل المنغولي ويذكر مظاهر تلك الحالة من الناحية الفيزيولوجية وأن يذكر الأسباب المؤدية إليها، و لكن لا يستطيع وصف نسبة ذكاء تلك الحالة، بسبب صعوبة استخدام الطبيب لمقياس ما من مقاييس القدرة العقلية كمقياس ستانفورد بينيه للذكاء أو مقياس وكسلر لذكاء الأطفال وبسبب من ذلك، ونتيجة للتطور الواضح في حركة القياس النفسي على يد بينيه في عام 1905م وما بعدها بظهور مقياس ستانفورد، في الولايات المتحدة الأمريكية (1916 - 1960)، ومن ثم ظهور مقاييس أخرى للقدرة العقلية ومنها مقياس وكسلر لذكاء الأطفال عام 1949م، و غيرها من مقاييس القدرة العقلية وقد اعتمد التعريف السيكومتري على نسبة الذكاء (I. Q) كمحك في تعريف الإعاقة العقلية وقد اعتبر الأفراد الذين تقل نسبة ذكائهم عن 75 معاقين عقليا ، على منحى التوزيع الطبيعي للقدرة العقلية (ماجدة السيد عبيد، 2000).

وتختلط على بعض الدارسين مصطلحات لها علاقة بالإعاقة العقلية مثل مصطلح بطيء التعلم وصعوبات التعلم والمرض العقلي، وقد يكون من المناسب هنا التمييز بين حالات

الإعاقة وحالات بطء التعلم، حيث تمثل حالات بطء التعلم تلك الحالات التي تقع نسبة ذكائها ما بين 85 - 70 درجة، ومن المناسب أيضا التمييز هنا بين حالتها بطء التعلم وحالات صعوبات التعلم، حيث تمثل حالات صعوبات التعلم تلك الفئة من الأطفال التي لا تعاني من نقص في قدرتها العقلية حيث تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة ما بين 85 - 145 درجة.

كما قد يكون من المناسب التمييز في هذا الصدد بين حالات الإعاقة العقلية من جهة والتي تعاني من نقص واضح في قدرتها العقلية بل قد تكون عادية في قدرتها العقلية، ومن ذلك يفقد ذوي حالات المرض العقلي (الجنون) صلتهم بالواقع ويعيشون في حالة انقطاع عن العالم الواقعي (أمراض جنون العظمة والاكتئاب والفصام بأشكاله.. إلخ)

12.1. التعريف الاجتماعي:

ظهر التعريف الاجتماعي للإعاقة العقلية نتيجة للانتقادات المتعددة لمقاييس القدرة العقلية وخاصة ستانفورد بينيه ومقياس وكسلر، في قدرتها على قياس القدرة العقلية للفرد، فقد وجهت انتقادات إلى محتوى تلك المقاييس وصدقها وتأثيرها بعوامل مرضية وثقافية وعقلية واجتماعية الأمر الذي أدى إلى ظهور المقاييس الاجتماعية، والتي تقيس مدى تفاعل الفرد مع مجتمعه واستجابته للمتطلبات الاجتماعية. وقد نادي بهذا الاتجاه ميرسر 1973م وجنسن 1980م، ويركز التعريف الاجتماعي على مدى نجاح أو فشل الفرد في الاستجابة للمتطلبات الاجتماعية المتوقعة منه (ماجدة السيد عبيد، 2000).

أما دول فيعرف التخلف، من وجهة نظر نفسية اجتماعية تعريفا شاملا محددًا محاولًا التغلب على العيوب التي يقع فيها تعريف تريد جولد في استخدامه الصلاحية الاجتماعية كمحك للتعرف على التخلف العقلي واستطاع دول أن يحدد ما يقصد بالصلاحية الاجتماعية، كما استطاع وضع تعريف للتخلف العقلي قائم على أساس الصلاحية الاجتماعية، كما قدم وسيلة للتعرف على هذه الصلاحية بشكل أكثر تحديدا وشمولا مما قدمه تريد جولد، يعرف دول التخلف العقلي فيقول أن الفرد المتخلف عقليا إنما هو الشخص الذي تتوفر فيه الشروط التالية (ماجدة السيد عبيد، 2000):

- 1- عدم الكفاءة الاجتماعية بشكل يجعل الفرد غير قادر على التكيف الاجتماعي بالإضافة إلى عدم الكفاءة المهنية وعدم القدرة على تدبير أموره الشخصية.
- 2- أنه دون مستوى الفرد العادي من الناحية العقلية.
- 3- أن تخلفه العقلي قد بدأ منذ الولادة أو سنوات عمره المبكرة.
- 4- أنه سيكون متخلفا عقليا عند بلوغه مرحلة النضج.
- 5- يعود تخلفه العقلي إما إلى عوامل تكوينية وإما وراثية أو نتيجة لمرض ما.
- 6- الشرط الأخير أن حالته غير قابلة للشفاء.

بهذا نجد أن دول يضع تحديدا واضحا وشاملا للتخلف العقلي يشترط فيه أن تتوفر هذه الشروط الستة حتى يمكن تشخيص الحالة على أنها تخلف عقلي، وبهذا يكون أكثر دقة وتحديدا من تريد جولد، وذلك أن جعل الشرط الثاني للتخلف أن يكون صاحب الحالة أقل من

العاديين من الناحية العقلية، فإن لم يكن كذلك فإنه ليس عند دول متخلفا حتى و إن كان عاجزا عن التكيف الاجتماعي، في حين أن مثل هذا الفرد يعتبر متخلفا في مفهوم تريف جولد.

تعريف السلوك التكيفي:

يشير السلوك التكيفي إلى الاستقلال الذاتي وقدرة الشخص على تحمل المسؤولية الاجتماعية المتوقعة ممن هم في عمره، ومن مجموعته الثقافية، ويقاس السلوك التكيفي بأدوات عديدة من أهمها مقياس السلوك التكيفي الذي أعدته الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي، الذي يقيس الجزء الأول منه الجوانب الآتية (ماجدة السيد عبيد، 2000):

الأداء المستقل، النمو الجسمي، النشاط الاقتصادي، النمو اللغوي، الأرقام والوقت النشاط المهني، التوجيه الذاتي، تحمل المسؤولية، النضج الاجتماعي.

خصائص المتخلفون عقليا:

إن التعرف على السمات و الخصائص العامة للمعوقين عقليا يساعد المرهون و الأخصائيون على تقديم أفضل الخدمات النفسية والتربوية و الاجتماعية، حيث أن الأشخاص المتخلفين عقليا قادرين على التعلم والنمو على أن نموهم وإن كان يوازي نمو الأشخاص غير المتخلفين عقليا إلا أنه يتصف بكونه بطيئا، واستنادا إلى هذه الحقيقة فإن فلسفة رعاية هؤلاء الأشخاص قد تغيرت في العقود الماضية من الإيواء إلى تطوير البرامج التربوية للأفراد المتخلفين عقليا ذلك أن هؤلاء الأفراد لا يشكلون فئة متجانسة فقد تختلف الخصائص تبعا لدرجة الإعاقة، لذا نجد اختلافات واضحة بين الأفراد المعوقين عقليا بعضهم البعض هذا

فضلا عن الاختلافات الكبيرة بين هؤلاء الأفراد وبين العاديين وسوف يكون وصفا لخصائص

هذه الفئة، رغم وجود بعض الخصائص المختلفة لكل فئة من فئات المتخلفين عقليا

(محمد عبدالسلام البواليز، 2000)

وأهم الخصائص هي:

13.1. الخصائص الأكاديمية:

إن العلاقة القوية التي يرتبط بها كل من الذكاء و قدرة الفرد على التحصيل يجب أن تكون مفاجئة للمعلم عندما لا يجد الطفل المتخلف عقليا غير قادر على مسانيرة بقية الطلبة العاديين في نفس العمر الزمني لهم وخاصة في عملية تقصيره في جميع جوانب التحصيل، وقد يظهر على شكل تأخر دراسي في مهارات القراءة والتعبير والكتابة والاستعداد الحسابي، وقد أشارت دونا بان هناك علاقة بين فئة المتخلفين عقليا وبين درجة التخلف الأكاديمي، إذن من اكثر الخصائص وضوحا لدى الأطفال المعاقين عقليا النقص الواضح في القدرة على التعلم مقارنة مع الأطفال العاديين المتناظرين في العمر الزمني، كذا عدم قدرة هؤلاء على التعلم من تلقاء أنفسهم مقارنة مع العاديين، و هذا ما أثاره كل من بني مستر 1976م ، وديني 1946م، وزقلمر 1964م والتي يلخصها ما كميلان 1977م بقوله أن الفروق بين تعلم كل من الأطفال العاديين و المعوقين عقليا المتماثلين في العمر الزمني فروق في الدرجة و النوع.

أما من ناحية الانتباه (وهو ما يعرف على أنه القدرة على التركيز على مثير محدد) يعتبر متطلبا مهما لتعلم التمييز، وقد حاولت دراسات عديدة التعرف على هذه الصفة لدى الأفراد المتخلفين عقليا.

وقد خلصت النتائج إلى افتراض مفاده أن قدرة الشخص المتخلف عقليا على الانتباه إلى المثيرات ذات العلاقة في الموقف أضعف أو أدنى من قدرة الأشخاص غير المعوقين، وأن ضعف الانتباه هذا هو العامل الذي يكمن وراء الصعوبة في التعلم التي يواجهها الأشخاص المتخلفين عقليا أما درجة التذكر فهي ترتبط بدرجة الإعاقة العقلية، إذ تزداد درجة التذكر كلما زادت القدرة العقلية و العكس صحيح ، و تعتبر مشكلة التذكر من أكثر المشكلات التعليمية حدة لدى الأطفال المعوقين سواء كان ذلك متعلق بالأسماء أو الأشكال أو الوحدات وخاصة الذاكرة قصيرة المدى والاعتقاد السائد كما يذكر أليس هو أن الأشخاص المتخلفين عقليا لديهم ضعف في اقتفاء المثير حيث يعتقد أن الذاكرة قصيرة المدى تتضمن أثر في الجهاز العصبي المركزي يستمر عدة ثوان ، و هذا الأثر هو الذي يسمح بالاستجابة السلوكية وقد أطلق أليس على هذا اسم نظرية اقتفاء أثر المثير، ويخلص ما كميلان نتائج بعض البحوث على موضوع التذكر منها (فاروق الروسان، 1983) :

1 - نقل قدرة المعوق عقليا على التذكر مقارنة مع الطفل الذي يناظره في العمر

الزماني.

2 - ترتبط درجة التذكر بالطريقة التي تتم بها عملية التعلم، فكلما كانت الطريقة أكثر حسية كلما زادت القدرة على التذكر والعكس صحيح.

3 - تتضمن عملية التذكر ثلاث مراحل رئيسية هي: استقبال المعلومات و تخزينها ثم استرجاعها وتبدو مشكلة الطفل المعاق عقليا الرئيسية في مرحلة استقبال المعلومات، وذلك بسبب ضعف الانتباه لديه.

فالأفراد المتخلفين عقليا لا يستطيعون التقدم في العملية التعليمية كغيرهم من الأفراد فهم لا ينجحون في المجالات الأكاديمية كغيرهم، ولا غرابة في ذلك فثمة علاقة قوية بين التحصيل الأكاديمي والذكاء، فهم لا يعانون من مشكلات في القراءة وخاصة في الاستيعاب القرائي، وهم لا يحصلون أكاديميا بما يتوافق وقدراتهم المتوقعة.

14.1. الخصائص اللغوية:

تعتبر الخصائص اللغوية والمشكلات المرتبطة بها مظهرا مميزا للإعاقة العقلية وعلى ذلك فليس من المستغرب أن نجد أن مستوى الأداء اللغوي للأطفال المعاقين عقليا هو أقل بكثير من مستوى الأداء اللغوي للأطفال العاديين الذين بناءا على ظروفهم في العمر الزمني. وأشارت الدراسات إلى أن الاختلاف بين العاديين و المعوقين عقليا هو اختلاف في درجة النمو اللغوي ومعدله، وقد لاحظ الباحثون تطور النمو اللغوي لدى الأطفال المنغوليين لمدة ثلاث سنوات، وتوصلوا إلى أن الاختلاف في تطور النمو بين الأطفال العاديين والمعوقين عقليا هو اختلاف في معدل النمو اللغوي حيث أن الأطفال المعوقين عقليا أبطأ في نموهم

اللغوي مقارنة مع نظرائهم من العاديين، و تين الدراسات أن المشكلات الكلامية أكثر شيوعا لدى الأشخاص المتخلفين عقليا منها لدى غير المتخلفين و خاصة مشكلات التهجئة ومشكلات لغوية مختلفة مثل تأخر النمو اللغوي التعبيري و الذخيرة اللغوية المحدودة واستخدام القواعد اللغوية بطريقة خاطئة وقد أشار هالاهاان وكوفمان 1982 إلى الخصائص التالية للنمو اللغوي للأشخاص المتخلفين عقليا :

1- إن مدى انتشار المشكلات الكلامية واللغوية وشدة هذه المشكلات يرتبط بشدة التخلف العقلي الذي يعاني منه الفرد، فكلما ازدادت شدة التخلف العقلي الذي يعاني منه الفرد ازدادت المشكلات الكلامية واللغوية وأصبحت أكثر انتشارا.

2- أن المشكلات الكلامية واللغوية لا تختلف باختلاف الفئات التصنيفية للتخلف العقلي.

3- أن البنية اللغوية للمتخلفين عقليا تشبه البناء اللغوي لدى غير المتخلفين عقليا فهي ليست شاذة أنها لغة سرية ولكن بدائية (فاروق الروسان، 1983).

أما كريمير فقد أشار عام 1974م من خلال الاطلاع على الدراسات التي أجريت على تطور اللغة عند الأطفال المتخلفين عقليا وقد كانت على الشكل التالي:

1- الأطفال المعوقين عقليا يتطورون ببطء في النمو اللغوي.

2- الأطفال المعوقين عقليا يتأخرون في اللغة، مقارنة مع العمر بالنسبة للعاديين.

3- لديهم الضعف في القدرات المعرفية وذلك مثل ضعف في فترة الذاكرة.

15.1. الخصائص العقلية:

من المعروف أن الطفل المعوق عقليا لا يستطيع أن يصل في نموه التعليمي إلى المستوى الذي يصل إليه الطفل العادي، كذلك أن النمو العقلي لدى الطفل المعوق عقليا أقل في معدل نموه من الطفل العادي، حيث أن مستوى ذكائه قد لا يصل 70 درجة كما أنهم يتصفون بعدم قدرتهم على التفكير المجرد وإنما استخدامهم قد حصر على المحسوسات كذلك عدم قدرتهم على التعميم.

16.1. الخصائص الجسمية:

على الرغم من أن النمو الحركي لدى المتخلفين عقليا أكثر تطورا من مظاهر النمو الأخرى ، إلا أن الأشخاص المتخلفين عقليا عموما أقل كفاية من الأشخاص غير المتخلفين عقليا، وذلك فيما يتصل بالحركات وردود الفعل الدقيقة والمهارات الحركية المعقدة والتوازن الحركي، كذلك تشير الدراسات إلى أن المتخلفين عقليا يواجهون صعوبات في تعلم المهارات اليدوية، وهم أقل وزنا ولديهم تأخر في القدرة على المشي وبما أن هؤلاء الأشخاص المتخلفين عقليا لديهم أكثر بقليل من حيث المشاكل في السمع والبصر والجهاز العصبي من العاديين، لذلك من المتوقع بأن هؤلاء الأطفال من حيث التربية الرياضية أقل من العاديين في المهارات الرياضية كما أن قدرتهم الحسية والحركية سريعة وذلك يظهر من خلال الحركات التي يقومون بها من دون هدف مثل المشي إلى الأمام والعودة إلى الخلف، وقد يصاحب بعضها تحريك الرأس

واللزمات العصبية، وبناءا على تحليل الأدب المتصل بالخصائص النمائية الحركية للمتخلفين عقليا، خلص فالن و أمانسكي 1985 إلى ما يلي (فاروق الروسان, جرار جلال، 1995):

1 - هناك علاقة قوية بين العمر الزمني والأداء الحركي، فمع تقدم العمر يصبح المتخلف عقليا أكثر مهارة حركية.

2 - هناك علاقة قوية بين شدة التخلف العقلي وشدة الضعف الحركي.

3 - إن تسلسل النمو الحركي لدى المتخلفين عقليا يشبه التسلسل النمائي لدى غير المتخلفين عقليا فمعدل النمو لديهم أبطأ منه لدى المعوقين ، وكمجموعة فان المتخلفين عقليا يتأخرون في المشي، و يكونون أقصر قليلا من الآخرين، وأكثر عرضة للمشكلات والأمراض الجسمية، كم أن هذه الفئة تعاني مشكلات متصلة بالمجاري البولية و صعوبة كبيرة في التحكم بحركة اللسان كما يعانون من اضطرابات عصبية و خاصة الصرع، و قد تبين أن بعضهم يتردد حولهم شكاوي الشذوذ الجنسي ولم تتعدى أعمارهم العشر سنوات، و يرجع إلى أن المتخلف عقليا يريد إثبات ذاته وكيانه.

1.7.1. الخصائص الشخصية:

إن الأطفال المعوقين عقليا لديهم بعض المشاكل الانفعالية والاجتماعية، وذلك لسبب يعود إلى المعاملة والطريقة التي يعامل بها هؤلاء المتخلفين في المواقف الاجتماعية حيث قد يوصف بأنه متخلف أو غبي أو مجنون ... إلخ (ماجدة السيد عبيد، 2000).

وقد أشار زغلر من خلال الفرضيات التي وضعها في بحثه إلى أن السبب الحقيقي وراء تسمية أو الحكم على الأطفال المتخلفين عقليا بأنهم غير اجتماعيين يعود إلى الخبرات السابقة لديهم وما أصيبوا من احباطات نتيجة هذا التفاعل مع القادرين، وأشارت الكثير من الدراسات إلى أن لدى الكثير من المعوقين عقليا إحساس سلبي نحو أنفسهم بسبب ضعف القدرات لديهم التي قد تساعدهم في عملية النجاح، وكذلك أن لدى المعوقين عقليا ضعف في مفهوم الذات.

ويعجز المتخلف عقليا عن إدراك العلاقات التي تربط سلوكه بنتائج ذلك السلوك عجزه عن إسقاط النتائج المباشرة للسلوك في المستقبل، فتتشأ عنه أفعال مدمرة لنفسه وللآخرين، ويصبح خطرا على الناس والمجتمع ويعجز المتخلف عقليا عن تمييز ذاته من الأشياء والناس، ويعاني المتخلفون كل أنواع الضغوط كالعجز عن فهم تعقيدات الحياة والاستجابة لها والفشل في تحقيق المطالب الاجتماعية الملقاة على عاتقهم يعي الكثير من المتخلفين قصورهم العقلي ويعانون من مشاعر مرة من اللاقيمة والإعتبار مما يرشحهم لمختلف الذهانات الوظيفية كالفسام والهوس (ماجدة السيد عبيد، 2000).

18.1. الخصائص الاجتماعية والانفعالية:

يجعل الضعف العقلي للإنسان المتخلف عقليا عرضة لمشكلات اجتماعية وانفعالية مختلفة، لا يعود ذلك للضعف العقلي فحسب ولكنه يعود أيضا إلى اتجاهات الآخرين نحو

المتخلفين عقليا وطرق معاملتهم لهم والتي تؤدي بهذه الفئة إلى إظهار أنماط سلوكية اجتماعية غير مناسبة ويواجهون صعوبات بليغة لبناء علاقات اجتماعية مع الآخرين.

إن الأشخاص المتخلفين عقليا لا يتطور لديهم الشعور بالثقة بالذات إذ يعتمدون على الآخرين لحل المشكلات، وأنهم بسبب هذا الإخفاق يتطور لديهم الخوف من الفشل والذي يدفع بهم إلى تجنب محاولة تأدية المهام المختلفة (فاروق الروسان، 1998).

كذلك لوحظ أن الطفل المعوق عقليا يميل إلى الانسحاب والتردد في السلوك التكراري وفي عدم قدرته على ضبط الانفعالات، وغالبا ما يميل إلى المشاركة مع الأصغر سنا في نشاطه، وقد يميل إلى العدوان والعزلة والانطواء، وقد أشارت بعض الدراسات أن الطفل المعوق عقليا قد يكون هادئا لا يتأثر بسرعة، حسن التصرف والسلوك راضيا بحياته كما هي، ويستجيب إذا علمناه ويغضب إذا أهمل، ولكن سرعان ما يضحك ويمرح.

هناك بعض الدراسات التي ترجع السلوك الانفعالي الذي يتميز به الأطفال المتخلفون عقليا إلى ارتفاع وانخفاض في الهرمونات التي تفرزها الغدة الصماء، ومثال ذلك أن هرمون الثيروسكين الذي تفرزه الغدة الدرقية يعدل النشاط العقلي والعصبي ويؤثر في الناحية الانفعالية إذا زاد إفرازه فان ذلك يؤدي إلى التوتر العصبي وعدم الاستقرار وعدم الثبات الانفعالي، وعلى العكس فإذا قل فان ذلك يؤدي إلى التعب والكسل والإهمال والبلادة والخمول، وقد يؤدي إلى مشاكل متنوعة في الشخصية (ماجدة السيد عبيد، 2000).

19.1. الخصائص السلوكية:

بينت الخصائص السلوكية لدى المعوقين عقليا على نتائج الدراسات المقارنة بين الأطفال العاديين والمعوقين عقليا المتماثلين في العمر الزمني إلا انه يصعب تعميم هذه الخصائص على كل الأطفال المعاقين عقليا إذ قد تنطبق هذه الخصائص على طفل ما، بينما قد لا تنطبق على طفل آخر بنفس الدرجة، ومن أهم تلك الخصائص:

1.19.1. التعلم:

التعلم الحركي هو التغير في الأداء أو السلوك الحركي كنتيجة للتدريب أو الممارسة وليس للنضج أو التعب أو تأثير بعض العقاقير المنشطة وغير ذلك من العوامل التي تؤثر على الأداء أو السلوك الحركي تأثيرا وقتيا معينا.

من أكثر الخصائص وضوحا لدى الأطفال المعاقين عقليا النقص الواضح في القدرة على التعلم مقارنة مع الأطفال العاديين المتناظرين في العمر الزمني ، كما تشير الدراسات في هذا الصدد إلى النقص الواضح في قدرة هؤلاء الأطفال المعوقين عقليا على التعلم من تلقاء أنفسهم مقارنة مع الأطفال العاديين، و أن الفرق بين هؤلاء الأطفال المتماثلين في العمر الزمني فروق في الدرجة و النوع و في تعلم المفاهيم العددية ومهارات الكتابة والقراءة وفي إتقان مهارات التعبير اللفظي في إشارة إلى تفوق الطلبة العاديين على الطلبة المعوقين عقليا.

2.19.1 الانتباه:

يواجه الأطفال المعاقين عقليا مشكلات واضحة في القدرة على الانتباه والتركيز على المهارات التعليمية إذ تتناسب تلك المشكلات طرديا كلما نقصت درجات الإعاقة العقلية، و على ذلك يظهر الأطفال المعاقين إعاقة بسيطة مشكلات أقل في القدرة على الانتباه و التركيز مقارنة مع ذوي الإعاقة العقلية المتوسطة و الشديدة، و يلخص ما كميلان (1977) الدراسات التي أجراها زيمان 1965 و زيمان و هاوس 1963 و تيرنر 1970 و سبيتز 1966 في هذا المجال كما يلي (ماجدة السيد عبيد، 2000):

- يعاني المعاقون عقليا من نقص واضح في الانتباه والتعلم التمييزي بين المثيرات من حيث شكلها ولونها ووضعها، وخاصة لدى فئة الإعاقة العقلية المتوسطة والشديدة.
- يعاني المعاقون عقليا (وخاصة فئة الإعاقة العقلية المتوسطة والشديدة) من فرص الإحباط والشعور بالفشل، لذا يبحث الطفل المعاق عقليا عن فرص النجاح وعلاماته إذ يركز على تعبيرات وجه المعلم أكثر من تركيزه على المهمة المطلوبة منه.
- يعاني المعاقون عقليا من مرحلة استقبال المعلومات في سلم تسلسل عمليات أو مراحل التعلم والتذكر لذا كان من الضروري لمعلم التربية الخاصة العمل على مساعدة الأطفال المعاقين عقليا بطريقة منظمة سهلة.

- يميل الأطفال المعاقين عقليا إلى تجميع الأشياء أو تصنيفها بطريقة غير صحيحة وقد يعود السبب في ذلك إلى الطريقة التي يستقبل فيها المعاقون عقليا تعليمات ترتيب أو تصنيف الأشياء.

وعلى ضوء ذلك كله فليس من المستغرب أن يكون النقص الواضح في القدرة على الانتباه لدى الأطفال المعاقين عقليا سببا في كثير من المشكلات التعليمية لديهم.

3.19.1. التذكر:

ترتبط درجة التذكر بدرجة الإعاقة العقلية إذ تزداد درجة التذكر كلما زادت القدرة العقلية والعكس صحيح، وتعتبر مشكلة التذكر من أكثر المشكلات التعليمية حدة لدى الأطفال المعوقين عقليا سواء أكان ذلك متعلق بالأسماء أو الوحدات وخاصة التذكر قصير المدى، ويلخص ما كميلان 1977 نتائج البحوث التي أجراها بروكزكي 1974 وروبسون 1974 و براون 1974 على موضوع التذكر لدى الأطفال المعوقين عقليا و منها:

- تقل قدرة الطفل المعوق عقليا على التذكر مقارنة مع الطفل الذي يناظره في العمر الزمني، ويعود السبب في ذلك إلى ضعف قدرة المعاق عقليا على استعمال وسائل أو استراتيجيات أو وسائل للتذكر كما يقوم بذلك الطفل العادي.

- ترتبط درجة التذكر بالطريقة التي تتم بها عملية التعلم فكما كانت الطريقة أكثر حسية كلما زادت القدرة على التذكر والعكس صحيح.

- تتضمن عملية التذكر ثلاث مراحل رئيسية هي: استقبال المعلومات و تخزينها ثم استرجاعها وتبدو مشكلة الطفل المعاق عقليا الرئيسية في مرحلة استقبال المعلومات. (فاروق الروسان ، 1998)

4.19.1 انتقال أثر التعلم:

يعاني الأطفال المعاقين عقليا من نقص واضح في نقل أثر التعلم من موقف إلى آخر، ويعتمد الأمر على درجة الإعاقة العقلية، إذ تعتبر خاصية صعوبة نقل آثار التعلم من الخصائص المميزة للطفل المعوق عقليا مع الطفل العادي الذي يناظره في العمر الزمني، و يبدو السبب في ذلك إلى فشل المعوق في التعرف إلى أوجه الشبه والاختلاف بين الموقف المتعلم السابق و الموقف الجديد، و قد لخص ما كميلان 1977 نتائج الدراسات التي أجريت حول موضوع انتقال اثر التعلم فأشار إلى الفروق الواضحة بين أطفال مراكز التربية الخاصة النهارية، و أطفال الإقامة الكاملة من حيث قدرتهم على التعرف على الدلائل المناسبة بين الموقف المتعلم السابق ، و الموقف الجديد اللاحق، كما أشار إلى أن قدرة الطفل المعوق عقليا على نقل التعلم تعتمد على درجة الإعاقة العقلية وعلى طبيعة المهمة التعليمية ودرجة التشابه بين الموقفين السابق واللاحق. (فاروق الروسان ، 1998)

تصنيف التخلف العقلي:

الهدف الجوهرى من استخدام نظام للتصنيف في مجال التخلف العقلي هو المساعدة على وضع وتخطيط برامج وخدمات ملائمة للأفراد والذين يقع مدى أدائهم العقلي في نطاق المستويات المختلفة للبحث العقلي

إن الشخص المتخلف عقليا لا بد من النظر إليه على انه فرد يملك درجات مختلفة من القدرات في المجالات المختلفة، هذه القدرات تتغير كلما تقدم الفرد تجاه تحقيق النضج وكلما حصل على التدريب والتعليم اللازمين والمساعدة المستمرة.

ويمكن تصنيف التخلف العقلي إلى ما يلي (عبد الرحمن العيسوي، 1994):

20.1. التصنيف على أساس الأسباب:

يشمل التصنيف على حسب الأسباب العناصر التالية:

- الإعاقة العقلية الأولية والتي يرجع السبب فيها إلى ما قبل الولادة ويقصد بها العوامل الوراثية مثل أخطاء الجينات والصفات (الكروموزومات) ويحدث في حوالي 80 % من حالات الضعف العقلي العائلي (عبد الرحمن العيسوي، 1994).

- الإعاقة العقلية الثانوية و التي تعود إلى أسباب تحدث أثناء فترة الحمل، أو أثناء فترة الولادة، أو بعدها وغالبا ما يطلق على هذه العوامل الأسباب البيئية، و هذه العوامل تؤدي إلى إصابة الجهاز العصبي في مرحلة من مراحل النمو بعد عملية الإخصاب، و يحدث ذلك

في حوالي 20 % من حالات الإعاقة العقلية، ومن أمثلة ذلك حالات استسقاء الدماغ و حالات القصاع .

21.1. التصنيف على أساس الشكل الخارجي:

تقسم الإعاقة العقلية إلى فئات حسب الشكل الخارجي المميز لكل فئة ومن هذه الفئات

ما يلي:

22.1. المنغولية:

وتسمى هذه الحالة باسم عرض داون نسبة إلى الطبيب الإنجليزي (JOHN DOWN)

في عام 1866 حيث قدم محاضرة طبية حول المنغولية كنوع من أنواع الإعاقة العقلية ولقي

مثل هذا الاسم ترحيباً في أوساط المهتمين بالإعاقة العقلية. وتشكل حالة المنغولية حوالي 10%

من حالات الإعاقة العقلية المتوسطة والشديدة ويمكن التعرف على هذه الحالة قبل عملية

الولادة وأثناءها (فاروق الروسان ، 1998).

ويتميز الأطفال المنغوليون بخصائص جسدية وعقلية واجتماعية مميزة تختلف عن

فئات الإعاقة العقلية الأخرى، تتمثل هذه الخصائص في شكل الوجه حيث الوجه المستدير

المسطح، والعيون الضيقة ذات الاتجاه العرضي، وصغر حجم الأنف، وكبير حجم الأذنين،

وظهور اللسان خارج الفم، وقصر الأصابع والأطراف، وظهور خط هلامي واحد في راحة اليد

بدلاً من خطين.

أما الخصائص العقلية فتتمثل في القدرة العقلية التي نسبة ذكائها ما بين 45 - 70 على منحى التوزيع الطبيعي للقدرة العقلية، ويمكن تصنيف هذه الفئة ضمن فئة الأطفال القابلين للتعلم، أو الأطفال القابلين للتدريب.

أما الخصائص اللغوية لهذه الفئة فهو يواجه مشكلات في اللغة التعبيرية إذ يصعب عليهم التعبير عن ذواتهم لفظيا لأسباب متعددة أهمها القدرة العقلية وسلامة جهاز النطق وخاصة اللسان والأسنان.

أما مشكلات اللغة الاستقبالية فتبدو اقل مقارنة باللغة التعبيرية، إذ يسهل على الطفل المنغولي استقبال اللغة وسمعها وفهمها وتنفيذها (ماجدة السيد عبيد، 2000).

أما أسباب هذه الحالة فتعود إلى اضطرابات في الكروموزوم رقم 21 حيث يظهر زوج الكروموزومات هذا ثلاثيا لدى الجنين، وبذا يصبح عدد الكروموزومات لدى الجنين في حالة المنغولية 47 كروموزوما كما هو الحال في الأجنة العادية، وهناك أسباب أخرى لحدوث حالات المنغولية تعود إلى خطأ ما في موقع الكروموزوم.

ولكن نسبة هذه الحالات قليلة جدا ولا ترتبط بعمر الأم كما هو الحال في حالات اضطرابات الكروموزوم رقم 21 والذي يرتبط بعمر الأم (فاروق الروسان ، 1998).

1.22.1 القماءة:

تعتبر القماءة مظهرا من مظاهر الإعاقة العقلية، ويقصد بها حالات قصر القامة الملحوظ مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي إليها الفرد، و من المظاهر الجسمية المميزة

لهذه الحالة قصر القامة حيث لا يصل طول الفرد حتى في نهاية سن البلوغ و المراهقة إلى أكثر من 80 سم و يصاحبها كبر في حجم الرأس وجحوظ العينين و جفاف الجلد و اندلاع البطن و قصر الأطراف والأصابع. أما الخصائص العقلية لهذه الحالات فتتمثل في تدني الأداء العقلي لهذه الفئة على مقياس الذكاء التقليدي. وفي الغالب تتراوح نسب ذكاء هذه الفئة ما بين 25 - 50 درجة ، و تواجه هذه الحالات مشكلات تعليمية تتمثل في القراءة و الكتابة و الحساب و حتى مهارات الحياة اليومية . وترجع أسباب حالات القماءة إلى عوامل وراثية وبيئية، وخاصة النقص الواضح في هرمون الثيروكسين الذي تفرزه الغدة الدرقية حيث يتأثر نشاط الغدة الدرقية بعدة عوامل منها الهرمون المنشط لها من الغدة النخامية و كمية الدم التي تصل إليها، و مادة اليود التي تعتبر عاملا أساسيا في نقص هرمون الثيروكسين .

2.22.1. صغر حجم الدماغ:

وتبدو مظاهر هذه الحالة في صغر حجم محيط الجمجمة والتي تبدو واضحة منذ الميلاد، مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي إليها الفرد وفي صعوبة التأزر البصري الحركي وخاصة للمهارات الحركية الدقيقة، وتتراوح القدرة العقلية لهؤلاء ما بين الإعاقة العقلية البسيطة والمتوسطة ويعتقد أن سبب هذه الحالة يبدو في تناول الكحول والعقاقير أثناء فترة الحمل، وتعرض الأم الحامل للإشعاع (الخالدي حمد علي أديب، 1975).

3.22.1. كبر حجم الدماغ:

تعتبر حالات كبر حجم الدماغ من الحالات الإكلينيكية المعروفة في مجال الإعاقة العقلية بالرغم من قلة نسب حدوث مثل هذه الحالات مقارنة مع حالات الإعاقة العقلية البسيطة، وتبدو مظاهر هذه الحالة في كبر محيط الجمجمة 40 سم - 50 سم، مقارنة مع حجم محيط الجمجمة لدى الأطفال العاديين عند الولادة وغالبا ما يكون شكل الرأس في مثل هذه الحالات كبيرا، ومن المظاهر الجسمية المصاحبة لمثل هذه الحالات النقص الواضح أحيانا في الوزن والطول وصعوبة في المهارات الحركية العامة والدقيقة، مقارنة مع نظرائهم من الأطفال العاديين. أما الخصائص العقلية لمثل هذه الحالات فتبدو في النقص الواضح في القدرة العقلية، وغالبا ما تقع هذه الحالات ضمن فئة الإعاقة العقلية الشديدة والشديدة جدا، خاصة إذا ما صاحبها إعاقات أخرى، أما البرامج التربوية فتبدو في مهارات الحياة اليومية.

23.1. التصنيف على أساس نسبة الذكاء:

وهنا يصنف التخلف العقلي إلى فئات حسب معيار نسبة الذكاء المقاسة باستخدام مقاييس القدرة العقلية كمقياس ستانفورد بينيه أو مقياس وكسلر للذكاء. و على ضوء ذلك تصنف الإعاقة العقلية إلى الفئات التالية:

1.23.1. التخلف العقلي البسيط:

تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة ما بين 55 - 70 درجة ، كما يتراوح العمر العقلي لأفرادها في حده الأقصى 7- 10 سنوات، ويطلق على هذه مصطلح القابلون للتعلم ، حيث يتميز أفراد

هذه الفئة من الناحية العقلية بعدم القدرة على متابعة الدراسة في الفصول العادية، مع العلم أنهم قادرون على التعلم ببطء وخاصة إذا وضعوا في مدارس خاصة، و يمكن لهذه الفئة أن تتعلم القراءة والكتابة و الحساب، ولا يتجاوز أفراد هذه الفئة في الغالب المرحلة الابتدائية، وتشكل هذه الفئة ما نسبته 10 % من الأطفال المعاقين عقليا (ماجدة السيد عبيد، 2000).

2.23.1. التخلف العقلي المتوسط:

تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة 40-55 درجة، كما تتراوح أعمارهم العقلية بين 3-7 سنوات في حده الأقصى، ويتميز أفرادها من الناحية العقلية بأنهم غير قابلين للتعلم في حين انهم قابلين للتدريب على بعض المهارات التي تساعدهم في المحافظة على حياتهم ضد الأخطار حيث يمكن تدريبهم على قطع الشارع بسلام أو تفادي حريق...إلخ. لذا يطلق عليهم القابلين للتدريب أما الخصائص الجسمية والحركية قريبة من مظاهر النمو العادي لهذه الفئة، ولكن يصاحبها أحيانا مشكلات في المشي أو الوقوف، كما تتميز بقدرتها على القيام بالمهارات البسيطة، وتشكل 10% تقريبا من الأطفال المعاقين عقليا.

3.23.1. التخلف العقلي الشديد:

تقل نسبة ذكاء هذه الفئة عن 20 درجة، كما يعاني أفرادها من ضعف رئيسي في النمو الجسمي وفي قدرتهم الحسية الحركية وغالبا ما يحتاجون إلى رعاية وإشراف دائمين. وتجدر الإشارة إلى أن خصائص كل فئة الجسمية والعقلية والاجتماعية توازي خصائص

الأطفال المماثلين لهم في التصنيف التربوي في وصف حالات الإعاقة العقلية حسب تغير الذكاء. (فاروق الروسان ، 1998)

24.1. تصنيف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي:

يعتمد هذا التصنيف في تقسيم الإعاقة العقلية على حسب متغيري القدرة العقلية والسلوك التكيفي إذ يؤخذ بعين الاعتبار مقياس الذكاء والدرجة على مقياس السلوك التكيفي ويشبه هذا التصنيف تصنيف التخلف العقلي على حسب نسب الذكاء مع التركيز على نسبة مظاهر السلوك التكيفي في كل فئة من فئات الإعاقة العقلية وهي حسب هذا التصنيف تتمثل فيما يلي:

أ- الإعاقة العقلية البسيطة.

ب- الإعاقة العقلية المتوسطة.

ج- الإعاقة العقلية الشديدة.

د- الإعاقة العقلية الشديدة جدا أو الاعتمادية (فاروق الروسان ، 1998).

25.1. التصنيف على حسب متغير البعد التربوي:

يصنف جمهرة المربين المعوقين عقليا إلى فئتين:

- قابلي التعلم.

- غير قابلي للتعلم.

وتقابل الفئة الأولى طبقة المورون وتقابل الطبقة الثانية طبقتي الأبله والمعتوه، وتلتحق الفئة الأولى بمعاهد التربية الفكرية التابعة لوزارة التربية، بينما تلتحق الفئة الثانية بمؤسسات التثقيف الفكري والمهني التابعة لوزارة الشؤون الاجتماعية.

يعتبر هذا التصنيف من أكثر التصنيفات شيوعاً وتقبلاً بين العاملين في هذا المجال لعدة اعتبارات رئيسية.

كما يمكن تصنيف حالات الإعاقة العقلية وفقاً لمتغير البعد التربوي إلى مجموعات منها:

1.25.1 فئة بطيء التعلم:

تتراوح نسبة ذكائها من 75-90 وقد نجدها في بعض الحالات من 70-90 إذ هناك اختلاف بين علماء النفس والتربية في تحديدها، ويتصف هذا الطفل بعدم قدرته على موازنة نفسه مع ما يعطى له من مناهج في المدرسة العادية وعدم قدرته على تحقيق المستويات المطلوبة في الصف الدراسي، حيث يكون متراجعا في تحصيله الأكاديمي قياساً إلى تحصيل أقرانه من نفس الفئة العمرية.

2.25.1 فئة القابلين للتعلم:

توازي هذه الفئة حالات التخلف العقلي البسيط وفق التصنيف على أساس نسب الذكاء للإعاقة العقلية.

3.25.1 فئة القابلين للتدريب:

يوازي هذه الفئة حالات التخلف العقلي المتوسط وفق التصنيف على أساس نسب الذكاء، ومن بين خصائص هذه الفئة أنهم قابلون للتدريب في المجالات التالية:

- أ- تعلم المهارات اللازمة للاعتماد على النفس.
- ب- التكيف الاجتماعي في نطاق الأسرة والجيرة .
- ت- تقديم بعض المساعدة في نطاق الأسرة والمدرسة والعمل.

4.25.1 فئة الاعتماديين:

توازي هذه الفئة حالات التخلف العقلي الشديد وفق التصنيف على أساس نسب الذكاء للإعاقة العقلية ويطلق عليها أحيانا الفئة غير القابلة للتدريب، وهو يحتاج إلى الرعاية وإشراف مستمرين. (أحمد، 1981)

العوامل المسببة للتخلف العقلي:

لقد تحددت بعض أسباب الإعاقة العقلية بطريقة ملحوظة في العقود القليلة السابقة نتيجة للتقدم العلمي الواضح في ميادين الطب والعلوم الأخرى ذات العلاقة، ومع ذلك فإن 70% من أسباب حالات الإعاقة العقلية غير معروفة حتى الآن، وينصب الحديث على 25% من الأسباب المعروفة للإعاقة العقلية فقط. ويحدث التخلف العقلي في الغالبية العظمى نتيجة لعامل واحد أو تجميع متشابك من العوامل الثلاثة الآتية:

- قد ترجع حالات التخلف العقلي إلى حالة وراثية معقدة ليست واضحة أو مفهومة تماما في الوقت الحاضر، في مثل هذه الحالة يميل عدد كبير من أفراد الأسرة إلى الإجابة بالتخلف العقلي.

- قد يرجع التخلف العقلي إلى عوامل بيئية لا يتوفر فيها للفرد الاستشارة الذهنية الملائمة، أو لا تتوفر للفرد العلاقات الاجتماعية المناسبة التي تسمح بالنمو نمواً ملائماً.

غير أن العوامل المسببة للإعاقة العقلية سواء المعروفة منها بصورة مؤكدة أو غير معروفة، تندرج تحت ثلاث عناوين بارزة. الوراثة، البيئة، أو مزيج بين العوامل الوراثية والبيئية معا. (منال منصور بوحמיד، 1985)

ولهذا فإن من الممكن أن نذكر أهم العوامل المسببة للإعاقة العقلية في المراحل الثلاث التالية:

26.1. العوامل المسببة للتخلف العقلي في مرحلة ما قبل الولادة:

يمكن تقسيم العوامل المسببة للتخلف العقلي في مرحلة ما قبل الولادة إلى مجموعتين من العوامل كما يلي:

1.26.1. العوامل الجينية:

تتمثل العوامل الجينية في عاملين قد يتسببان في إحداث حالة الإعاقة العقلية لدى المولود.

أ- **الوراثة:** يقصد بالوراثة انتقال صفات معينة من جيل سابق إلى جيل لاحق، أو هي كل ما يأخذه الفرد عن والديه عن طريق ما يسمى " الكروموزومات " التي لها أهمية كبرى في تكوين الفرد غذ تتوقف عليها العوامل الوراثية.

وكما هو معروف فان صفات الفرد كالطول ولون الشعر ولون العينين، وشكل الأنف وغير ذلك من آلاف الصفات الأخرى تحددها الجينات التي تحملها الكروموزومات الموجودة في نواة الخلية البشرية ويقدر العلماء أن كروموزومات الإنسان تحمل ما بين 60.000 - 100.000 جين نصفها يأتي من الأب والنصف الثاني من الام.

وقد أرادت المشيئة الإلهية أن تكون هناك بعض الجينات الضارة منتشرة في هذا الكم الهائل من الجينات وقد تمكن العلماء حتى يومنا هذا من معرفة حوالي 2800 جين له صفات ضارة غير مرغوبة ولكن لحسن الحظ فان نسبة انتشارها بين الناس نادرة جدا. ومن الجدير بالذكر، الإشارة إلى أن تلك الجينات وما تحمل من صفات وراثية تأخذ ثلاث أشكال: الجينات السائدة. الجينات الناقصة. الجينات المتنحية (محمد حسن علاوي، 1978).

ب- **الخلل الذي قد يحدث أثناء انقسام الخلية الجنسية:** إن أشهر مثال على مثل هذا الخلل الذي يمكن أن يحدث في عملية انقسام الكروموزومات هي الحالة المسماة بالمنغولية هذا الخلل يمكن أن يرجع إلى الانقسامات المبكرة للبويضة الملقحة والذي قد يؤدي بدوره إلى خلل انقسام الكروموزومات.

في عام 1959 اكتشف LeJeune مع مجموعة من الباحثين الفرنسيين وجود كروموزوم زائد في الخلايا الجسمية للمصابين بهذه الأعراض، أي أنهم يحملون 47 كروموزوم بدلا من 46 كروموزوم، وقد تبين أن 90 % تقريبا ترجع هذه الزيادة إلى وجود ثلاثة كروموزومات تحمل الرقم 21 أما أسباب وجود هذا الكروموزوم الزائد فغير معروفة تماما من الناحية الطبية، ولكن لوحظ أن هناك ارتباطا طرديا ما بين ازدياد عمر الأم وبين ازدياد احتمال إنجابها لأطفال مصابين بهذه الحالة.

2.26.1 العوامل غير الجينية:

تشمل هذه العوامل مجموعة واسعة من الأسباب التي قد تؤثر في الجنين فتؤدي إلى إصابته بالإعاقة العقلية في مرحلة ما قبل الولادة.

وفيما يلي عرض لأبرز هذه العوامل (مرسي عبد العظيم شحاتة، 1990):

أ-الأشعة: تؤثر الأشعة تأثيرا ضارا بالجنين إذا تعرض لها وعمره أقل من ثلاث أشهر وقد اكتشف ذلك في الثلاثينات من هذا القرن، عندما كان يعالج سرطان الرحم بالأشعة عند بعض النساء الحوامل فأدى ذلك إلى تعرض الأجنة للإصابة بحالة صغر الرأس وأنواع أخرى من التشوهات وقد أكد ذلك ما حدث في هيروشيما ونجراكي، وكذا التجارب التي تم إجراؤها على الحيوانات المعرضة للأشعة في فترة الحمل. وعلى ذلك فإن أثر هذه الأشعة يتوقف على عدد من العوامل أهمها:

- جرعة أو حجم الأشعة.

- العمر (المرحلة العمرية الذي يتعرض فيه الفرد إلى تلك الإشعاعات).

ب- الحصبة الألمانية: تعتبر من أخطر الأمراض التي يمكن أن ينتقل تأثيرها من الأم إلى الجنين ويعتبر Mcalistar Gregg هو أول من اكتشف تأثير هذه الحصبة على الجنين وذلك عام 1941، وقد شهد العالم انتشار هذا المرض بصورة وبائية حيث كان لانتشاره في أمريكا عام 1964 آثار خطيرة أدى إلى وفاة أو إصابة أكثر من 50.000 طفل بأضرار بالغة الخطورة (مرسي عبد العظيم شحاتة، 1990).

ج- تعاطي العقاقير والأدوية أثناء الحمل: تعتبر العقاقير والأدوية والمشروبات الكحولية سببا رئيسيا من أسباب الإصابة بالإعاقة العقلية أو حالات أخرى من الإعاقة ومن الأدوية التي قد تؤدي إلى تلف الخلايا الدماغية للجنين الأسبيرين وبعض المضادات الحيوية والأنسولين والهرمونات الجنسية والأدوية الخاصة بعلاج الملاريا والحبوب المهدئة. ويبدو تأثير هذه الأدوية في التشوهات الخلقية أو خلل في الجهاز العصبي المركزي، كما يؤثر التدخين والغازات بشكل عام إلى نقص واضح في وزن الجنين، أما تعاطي الكحول فيبدو في مشكلات نمو الجنين وحالات صغر حجم الدماغ بالإضافة إلى مشكلات في التآزر فيما بعد الولادة .

27.1. العوامل المسببة للتخلف العقلي أثناء الولادة:

ويقصد بهذه المجموعة من أسباب أثناء الولادة تلك الأسباب التي تحدث أثناء فترة الولادة، والتي تؤدي إلى الإعاقة العقلية أو غيرها من الإعاقات ومنها:

- **نقص الأوكسجين أثناء عملية الولادة:** قد تؤدي حالات نقص الأوكسجين لدى الأجنة أثناء عملية الولادة إلى موت الجنين أو إصابته بإحدى الإعاقات ومنها الإعاقة العقلية بسبب إصابة قشرة الدماغ للجنين كما تتعدى الأسباب الكامنة وراء نقص الأوكسجين أثناء عملية الولادة لدى الجنين كحالات التسمم أو نقص المشيمة أو طول عملية الولادة أو عسرها أو زيادة نسبة الهرمون الذي يعمل على تنشيط عملية الولادة

- **الصددمات الجسدية:** قد يحدث أن يصاب الجنين بالصددمات أو الكدمات الجسدية أثناء عملية الولادة بسبب طول عملية الولادة أو استخدام الأدوات الخاصة بالولادة، أو استخدام طريقة الولادة القيصرية بسبب وضع رأس الجنين أو كبر حجمه مقارنة مع عنق رحم الأم مما قد يسبب الإصابة في الخلايا الدماغية أو القشرة الدماغية للجنين وبالتالي الإعاقة ومنها الإعاقة العقلية.

28.1. العوامل المسببة للتخلف العقلي ما بعد الولادة:

يقصد بهذه المجموعة من الأسباب كل الأسباب التي تؤدي إلى الإعاقة العقلية بعد عملية الولادة ومع ذلك فمن المناسب أن نشير إلى بعض حالات الإعاقة التي قد تظهر بعد عملية الولادة والتي هي نتاج لعوامل حدثت قبل أو أثناء عملية الولادة ومنها على سبيل المثال حالات الفنيل كيتونوريا والتي تحدث نتيجة لعدم وجود أحد الإنزيمات الضرورية لتمثيل المواد الذهنية، ومن أسباب ما بعد الولادة الرئيسية للإصابة بالإعاقة العقلية (فاروق الروسان ، 1998):

- سوء التغذية: قد أشرنا إلى أهمية التغذية الجيدة للأم الحامل أثناء فترة الحمل، وأثر ذلك على نمو الجنين وعلاقة ذلك بالإعاقة العقلية، كما تبدو أهمية التغذية الجيدة أيضا بعد عملية الولادة، إذ يشكل سوء التغذية وخاصة في المناطق الفقيرة سببا رئيسيا من أسباب حالات الإعاقة العقلية ومن هنا كان من الضروري أن يتضمن غذاء الطفل بعد الولادة على المواد الرئيسية اللازمة لنمو الجسم كالمواد البروتينية والكربوهيدراتية والفيتامينات خاصة فيتامين أ، ب 6، ب 12، د.

- الحوادث والصدمات: تعتبر الحوادث والصدمات الجسمية والتي تؤثر بشكل مباشر على الخلايا الدماغية سببا رئيسيا من أسباب الإصابة بالإعاقة العقلية، وما يصاحب ذلك من نقص في الأوكسجين أو تلف للخلايا الدماغية.

- الأمراض والالتهابات: كثيرا ما يتعرض الطفل وخاصة في السنوات الأولى من عمره إلى عدد من الأمراض وقد يكون من نتائجها ارتفاع درجة حرارة الطفل، وخاصة في حالات السحايا والحصبة والتهاب الجهاز التنفسي... الخ

وقد يؤدي ارتفاع درجة حرارة الطفل إلى إصابة الجهاز العصبي المركزي للطفل وبالتالي إلى الإعاقة العقلية.

- العقاقير والأدوية: ويقصد بذلك مجموعة العوامل التي قد تؤدي إلى تلف في الجهاز العصبي المركزي (فاروق الروسان ، 1998).

خلاصة:

أجرى الباحث محاولة لشرح التخلف العقلي من جميع هذه الجوانب وإظهار مختلف التعاريف للهيئات والمنظمات الإنسانية حوله، وما ساهمت به هذه الهيئات في مضمار فهم ماهيته، وتغيير وجهة النظر للمتخلف عقليا

يلاحظ أن التخلف العقلي يبين الاختلاف بين الباحثين والاختصاصيين خاصة الباحثين العرب في تحديد المفاهيم والمصطلحات والتي تصب في اتجاه واحد، ويعود ذلك الى النظرة الذاتية للباحثين في تحديد ماهية التخلف العقلي بدقة يضاف إلى هذا مسألة انتشار هذه الظاهرة في المجتمعات المتطورة والضعيفة على حد سواء، والتي زادت من حاجات الباحثين إلى ضرورة البحث عن العوامل والأسباب التي تؤدي إلى هذه الظاهرة، إلا أن أسباب بعض حالات الإعاقة العقلية ما زالت غير معروفة حتى الآن.

الفصل الثاني:

القدرات الحركية

تمهيد:

تبدأ الحركة عند الإنسان من قبل الولادة إلى آخر مرحلة في حياته، ومنذ الولادة تظهر عند الرضيع حركات فطرية ثم تتطور وتحسن مع مرور الوقت نتيجة لعملية النمو كالزحف والمشي والجري... الخ، وتسمى الحركات الأساسية أو الأولية، ولما يحقق الطفل استعدادا بدنيا ونفسيا وهناك يبدأ عن طريق التعلم في اكتساب حركات نوعا ما تسمى الحركات المكتسبة حين يصبح أداء جيد متميز بالكفاءة العالية وتتجز فيه الحركات ضمن معايير وأهداف محددة تصبح حينئذ تحت تسمية المهارات الحركية. حتى يتسنى استخدام الحركات البنائية الأساسية في داخل أنشطة الألعاب فانه يتم عادة تعديلها أو تكييفها لتناسب مع المتطلبات الخاصة لكل لعبة، ولا بد أن تؤدي هذه الحركات في شكل مهاري متقن، بمعنى أنه يتوافر فيها عناصر الدقة والتوافق والسرعة والاتزان والرشاقة والمرونة وكلها يمكن تسميتها أثناء الاشتراك في الألعاب الصغيرة والعب الفرق وفي العديد من الأنشطة البدنية الأخرى، بمعنى لماذا تؤدي أو تعلم المهارة بطريقة ما ، دون الاقتصار على تزويد المتعلم بأداء المهارة الحركية فقط ، وبذلك نساعد على إدراك الحقائق والمبادئ العلمية التي يستند إليها اكتساب المهارات الحركية المتضمنة في الألعاب كي يمارسها بنجاح ويستمتع بها ، وتحتاج أنشطة الألعاب المتنوعة إلى استخدام المهارات الحركية بطرق كثيرة متعددة ، ومن النادر استخدام مهارة حركية بسيطة بمعزل عن المهارات الأخرى ، إذ عادة ما ترتبط أكثر من مهارة معا إما بشكل مركب أو معقد (حسن محمد ابو عيده، 2002).

1. القدرات الحركية:

القدرات الحركية هي صفات يكتسبها الفرد من البيئة المحيطة به، أو قد تكون موجودة بشكل فطري وتتطور حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية من خلال التدريب والممارسة وتعتمد هذه القدرات على السيطرة الحركية بشكل رئيسي فأن السيطرة الحركية تأتي من خلال قدرة الجهاز العصبي المركزي والمحيطي على إرسال إشارات دقيقة إلى العضلات لهدف انجاز الواجب الحركي

وتشير القدرة الحركية إلى مدى كفاءة الفرد في أداء المهارات الحركية الأساسية، كالجري والوثب والتسلق والرمي حيث يؤكد هذا المفهوم (سكوت وفرنش) عندما أشار إلى إن القدرة الحركية تشير إلى التحصيل في المهارات الحركية الأساسية كالجري والرمي والوثب وغيرها بينما يشير آخرون إلى إن القدرة الحركية أنها الحالة الوظيفية للأجهزة العضوية، والقياسات الجسمية كالطول والوزن وتركيب العظام والسمنة والمكونات الحركية اللازمة للأداء البدني، كالقوة والسرعة والرشاقة والجلد والمرونة وغيرها.

وهي قابلية واستعداد فطري وتعني أيضا مدى المهارة الحركية ودقتها وسرعتها وقوتها. وبالإضافة إلى ذلك فإن مفهوم القدرات الحركية يتمثل في الوصول بالأداء إلى الشكل الديناميكي الحركي كما أنها أيضا ما يمكن أن تطلق عليه عمل حركي معلوم مدرب عليه. ويشير مصدر آخر على أن مفهوم القدرة الحركية هو انعكاس لظهور مهارات جديدة ضمن نتائج السلوك الحركي المهاري (حسن رياض جمعة، 2009).

وهي مقدرة الفرد الحالية المكتسبة والطبيعية لأداء المهارات الحركية ذات الطبيعة العامة الأساسية من المحيط والذي يأتي عن طريق الممارسة والتدريب المتواصل والمتكرر والمنظم لأداء المهارات الحركية.

ويعرفه جونسون ونيلسون بأنها الاستعداد الفطري والمستوى الحركي الذي اكتسبه الفرد ويظهر في المهارات الحركية الأساسية وذلك أكثر من كونها مستوى عالياً من التخصص في السباقات والألعاب.

و يشير قاسم لزام إلى استخدام مصطلح القدرات الحركية "للدلالة على مدى كفاءة الأداء للمهارات الحركية الأساسية والمهارات المرتبطة بنشاط رياضي معين.

ويعرفها (محجوب، 2001) بأنها القدرات التي يكتسبها الإنسان من المحيط أو تكون موجودة مثل المرونة والرشاقة والتوازن ويكون التدريب والممارسة أساساً لها وتتطور حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية.

29.1. مفهوم المهارات الحركية الأساسية:

وتعرف الحركات الأساسية (الأصلية) بأنها المفردات الأولية الأصلية في حركة الإنسان والنتيجة عن الخطة الوراثية للنوع الإنساني، وهي حركة تؤدي من أجل ذاتها، فالمشي من أجل المشي، والرمي من أجل الرمي (Elder, Stephen, 2009)

وهي حركات ملازمة لنماذج الجسم وتبقى في أثناء السنوات الأولى من العمر. وتظهر بشكل غريزي أكثر مما تعلم أو تكتسب إرادياً (فرج لين وديع، 2002).

كما تعرف بالأنماط الحركية الفطرية وهي أساس للحركات المهارية الخاصة المعقدة، وهذه الأنماط تعد نقطة انطلاق لتحسين القدرات البدنية والإدراك الحسي أساس الحركات المركبة الماهرة والأغراض في هذا النوع من الحركات تكون القدرة على التزحلق، المشي، الجري، وأداء التمرير في مستوى الكتف والتعامل مع الكرات، وهي حركة طبيعية موروثه في النوع الإنساني وهي لا تعلم وإن كانت قابلة للتعلم والتجديد وصولاً بها إلى الأنماط الحركية المختلفة والتي تمهد لتعلم المهارة الحركية، وتعرف أيضاً بأنها حركة تؤدي من أجل ذاتها" فالمشي يؤدي من أجل المشي، والرمي يؤدي بغرض الرمي (امين انور الخولي، 2008).

إن مصطلح المهارات الحركية الأساسية يطلق على النشاطات الحركية الأساسية التي تبدو عامة عند معظم الأطفال وتتضمن نشاطات مثل رمي الكرات والنقاطها، القفز والوثب، والحبل، التوازن، وتعد ضرورية للألعاب المختلفة التي يقوم بها الأطفال، و يضيف علاوي و رضوان أن مصطلح المهارات الحركية الأساسية يشير إلى بعض مظاهر الإنجاز الحركي التي تظهر مع مراحل النضج البدني المبكرة مثل الحبو، المشي، الجري، الدحرجة، الوثب، التسلق، التعلق، لأن هذه الأنماط الحركية تظهر عند الإنسان في شكل أولي، لذا يطلق عليها اسم المهارات الحركية الأساسية أو الرئيسية، كما عرفها السامرائي بأنها تلك الحركات الطبيعية الفطرية التي يزاولها الفرد ويؤديها بدون أن يقوم أحد بتعليمه إياها مثل المشي، والجري، والقفز، والتعلق.

بينما عرفت ماجدة السيد عبيد على المهارات الحركية الأساسية بأنها أشكال ومشتقات الحركات الطبيعية والتي يمكن التدريب عليها واكتسابها في عديد من الواجبات الحركية التي تشكل تحديا لقدرات الطفل من أجل اكتساب حصيلة جيدة من مفردات المهارات الحركية (هشام الصاوي, هالة الجرواني، ، 2009).

وعرفها أمين الخولي وأسامة راتب أنها المفردات الأولية الأصلية في حركة الطفل، و يعرفها عبد الحميد شرف بأنها حركات نشأت من طبيعة الإنسان يؤديها الطفل لذاتها تلقائيا وتكون على شكل حركة انتقالية أو ثابتة أو مركبة (شرف, عبد الحميد، 2005)،

وبذلك تكون المهارات الأساسية هي المقدرة على إحداث نتائج محددة مسبقا بأقصى قدر من الثقة وبأقل قدر من الجهد، وعلى ذلك تكون المهارة حركة إرادية تتصف بالتوافق العضلي عند أداء نشاط حركي هادف (محمد إبراهيم شحاته، 1998)

فهي وسيلة الفرد للتعامل بفاعلية وبشكل مباشر مع الحقائق الواقعية أو المادية في البيئة، وتشمل المهارات الحركية العامة اللازمة لحركة الفرد الأساسية التي تمكنه من الاتصال بالبيئة المحيطة به ومن استكشاف العالم من حوله، ومنها مهارات المشي والجري والوثب والرمي. وتشمل المهارات الحركية الأساسية المهارات الحركية الكبيرة والدقيقة المتطلبة لاكتساب مهارات حركية فعالة عموما، وتشكل الأساس لتطور المهارات الحركية التخصصية المتطلبة لرياضة محددة أو لعبة محددة (فاطمة فوزي عبد الرحمن, خيرية ابراهيم السكري ، 2005)

ويعرفها كيفارت (Kephart) بأنها ذلك الجانب من التربية الأساسية التي تتعامل مع النمو والتدريب لأنماط الحركة الأساسية باعتبارها تختلف عن المهارات الحركية الخاصة بالأنشطة الرياضية (منى محمد ممدوح، 2012)

وتعد المهارات الحركية الأساسية متطلبا رئيسيا وقليليا لأغلب المهارات المتعلقة بالألعاب الرياضية، وأن الفشل في الوصول إلى التطور والإتقان لهذه المهارات يعمل كحاجز لتطور المهارات الحركية التي يتم استخدامها في الألعاب الرياضية إذ تؤكد ذلك فريدة عثمان أنه "من الصعب أن يصبح الفرد ناجحا في الأداء

الحركي في لعبة كرة السلة على سبيل المثال إذا لم تصل مهاراته الأساسية في الرمي والقف والمحاورة والجري إلى مستوى النضوج فهناك (حاجز مهاري) بين نمو أنماط مرحلة مهارات الألعاب"، كما يؤكد ذلك شفيق حسان بأن الطفل إذا لم يتمكن من تطوير المهارات الحركية الأساسية في مرحلة ما قبل المدرسة سوف يؤدي ذلك إلى مواجهة الطفل صعوبات كبيرة في تعلم مهارات الألعاب الرياضية في مراحل الطفولة والمراهقة وهذا ما يسمى بحاجز الكفاءة. ويضيف راتب إلى أن المهارات الحركية الأساسية التي تمتد فترتها ما بين (2- 7) سنوات تحتل أهمية مميزة بالنسبة لتطور مراحل النمو الحركي، وتعد أساسا لاكتساب المهارات العامة والخاصة المرتبطة بالأنشطة الرياضية المختلفة في مراحل النمو التالية وخاصة أثناء فترة الطفولة المتأخرة والمراهقة (هشام الصاوي, هالة الجرواني، ، 2009).

ولكن أن نتصور أن هذه الحركات الأساسية تنمو بالصورة الصحيحة المطلوبة تلقائياً فهذا تصور خاطئ لسببين رئيسيين أولهما: أنها من الممكن أن تنمو ولكن قد تنمو في اتجاهات مبني بشكل أساسي على الإمكانيات النفس حركية الطبيعة المتاحة لدى الطفل (منى محمد ممدوح، 2012)

30.1. أسس المهارات الحركية الأساسية:

- توفير بيئة ملائمة بالمشيرات السمعية البصرية واللمسية واستخدامها بأسلوب جيد من حيث النوع والشكل والحجم.
- يتناسب البرنامج والأنشطة الممارسة مع خصائص وميول وقدرات الأطفال.
- مراعاة التنوع في طرق التدريس والأدوات والوسائل المستخدمة في الشكل واللون والحجم.
- العمل على إيجاد المواقف الحركية التي تضيف عنصر المرح والسرور لدى الأطفال.
- الاستفادة من المواد المتاحة والمتوفرة في البيئة المحيطة.
- الاستعانة بالمؤثرات الموسيقية والعد الجماعي والتصفيق لاستثارة الأطفال وجذب انتباههم.
- مراعاة الظروف النفسية والاجتماعية والصحية للأطفال وخلق روح الصداقة بين المعلم وتشجيعهم على الاستمرار في بذل الجهد.

- إثارة الأطفال لممارسة الأنشطة عن طريق التدعيم المادي والمعنوي.
- مراعاة عوامل الأمن والسلامة للأطفال واستخدام الأدوات الثابتة على الأرض والمصنوعة من مواد غير صلبة، ومبدأ الفروق الفردية بين الأطفال.
- أن يتسم البرنامج بالمرونة، حيث يسمح بإدخال التعديلات إذا لزم الأمر.
- مراعاة التدرج بالتمارين والأنشطة من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.
- اختيار الألعاب والمهارات التي تتحدى قدرات الطفل والتي تحرره من الخوف من اللعب مع إعطائه الفرصة للنجاح في هذه الألعاب.
- يجب التحلي بالصبر والمثابرة باستخدام أسلوب المدح والتشجيع.
- يجب استعمال النموذج الجيد لأداء المهارات المختلفة (فاطمة فوزي عبد الرحمن، خيرية ابراهيم السكري ، 2005).

لقد تعددت التصنيفات الخاصة بالمهارات الحركية الأساسية وذلك نظرا لتباين وتنوع وجهات النظر، حيث يرى كل من (Burton & Miller) بأنه يوجد جزئين من المهارات الحركية الأساسية التي تمثل الوضع العمودي أو وضعية ذات القدمين وتهدف التحكم في المهارة (Capio & Rotor, 2010)

ولكن يمكن تصنيف المهارات الحركية الأساسية إلى ثلاث فئات رئيسية اعتماداً على وجهة نظر كل من (راتب, امين انور الخولي، اسامة كامل، 1998)، (فريده، 1985) حيث صنفت كما يلي:

1.30.1. المهارات الحركية الانتقالية:

وهي تلك المهارات التي تؤدي إلى تحريك الجسم من مكان إلى آخر عن طريق تعديل موقعه بالنسبة لنقطة محددة على سطح الأرض، وتشمل المهارات الانتقالية، المشي، الجري، الوثب الطويل، والعمودي، والحجل والتسلق. (هشام الصاوي, هالة الجرواني، ، 2009).

ويعرف كل من (Fowweather et al)، و (Okely et al)، و (Ulrich) المهارات الانتقالية بأنها المهارات التي تتطلب عموماً حركة الفرد وتشتمل الركض عدو الفرس الحجل القفز الوثب الانزلاق (Capiro & Rotor, 2010)، وتعرف بالحركات التي تتضمن القدرة على التحرك من وضع ثابت إلى مكان آخر كالمشي والجري والحجل والخطو والانزلاق (فرج لين وديع، 2002).

كما أنها تلك المهارات ذات الإيقاع المنتظم مثل: المشي، الجري، الحجل، الوثب. والمهارات ذات الإيقاع غير المنتظم مثل: خطوات الحجل المتبادل، الانزلاق، الجري، والوثب على رجل واحدة وهي جميعها تستخدم لتحريك الجسم من مكان لآخر أو دفع الجسم إلى أعلى. (عبد الستار جبار الصمد، 2008)

وفيها يتحرك الجسم أثناء أدائها من مكان إلى آخر مثل: (المشي - الجري - الزحف - الوثب - القفز) والتنتقل هو إسقاط للجسم من نقطة إلى أخرى مغيرا لوضعيته في الفراغ عبر المستوى العمودي والأفقي. (شرف, عبد الحميد، 2005)

وهي تتضمن أنشطة مختلفة كالوثبات والمشي والجري والتسلق، فالتنقل والثبات يحققان مجموعة غير قابلة للتفريق بينهما في الواقع أثناء التنقلات، فالثبات (التوازن الحركي) يلعب دورا ضروريا للتطور في وقت واحد فهو يسمح بتطور قدرات التنقل بأكثر فاعلية. فنجد الطفل يلجأ مثلا إلى القفز على قدم وهذا ما يكسب حركاته "الفعالية" وهي ضرورية حسب "جاليهيو" لأنها تدخل القدرات المبنية على الخبرات الحركية (Auriane, Thibaud, 2012).

المشي:

المشي هو أحد المهارات الأساسية التي تهدف إلى المحافظة على القوام واكتساب التوقيت وتقوية عضلات الرجلين والتأثير على الأجهزة الحيوية وهو ينتمي إلى مجموعة المهارات المتكررة بغرض قطع مسافة معينة (محمد إبراهيم شحاته، 1998)

والمشي هو عبارة عن عملية مستمرة ومتكررة لفقدان إعادة اتزان الجسم أثناء الحركة في الوضع العمودي للجسم، ولا توجد في المشي مرحلة طيران حيث أن هناك وطوال مراحل الأداء للمشي وتكون القدم متصلة بالأرض ويتم انتقال وزن الجسم في المشي من خلال الارتكاز على الكعب ثم المشط ثم إلى أصابع القدم الأداء الدفع تمهيدا للخطوة التالية.

(HaywoodKathleen, 2001)

ففي حركة المشي تتحرك القدم بطريقة تبادلية خلال الأداء - الخطوة، وعادات المشي غير الصحيحة التي تتشكل في الطفولة تنمو مع الطفل ويستمر تأثيرها حتى المراهقة. (راتب, امين انور الخولى، اسامة كامل، 1998)

الجري:

يعتبر الجري امتدادا طبيعيا لأداء الطفل لحركة المشي، حيث تتشابه ميكانيكية الجري مع ميكانيكية المشي، وتختلف عنها في زيادة سرعة التحرك وطول الخطوة وزيادة الدور الذي تلعبه الذراعان في إضافة قوي زائدة على الحركة أثناء لحظة الطيران القصيرة وفقد الاتصال بالأرض والتي تسمى بمرحلة عدم الارتكاز أو الطيران بينما المشي يتم في اتصال دائم بالأرض. (عفاف عثمان مصطفى، 2016)

ويستخدم الجري كوسيلة للتحرك، كما أنه يعتبر من المهارات الرئيسية لمعظم الأنشطة الرياضية ويؤدي الجري إلى تحسين مستوى الجلد الدوري التنفسي، ويتم في الجري مرحلة طيران تحضيرية نسبيا وفيها لا تلمس القدمان الأرض في وقت واحد، ويؤدي الجري بضغط خفيف على النتوء المستدير عند قاعدة الإبهام مع وجود ميل خفيف في الجسم للأمام، ويصاحب ذلك ثني الركبتين وارتفاعهما لأعلى مع مرجحة الذراعين للخلف من الكتفين بقوة مع ثني المرفقين (Elder, Stephen, 2009).

إذ يعتبر الجري هو النشاط الحركي السائد في اللعب الحر والنشاط غير الموجه ويتميز الجري في تلك المرحلة بالانسيابية، إلا أن ارتقاء القدم عن الأرض في غضون حركة الجري

لا يكون بنفس درجة القوة في مراحل النمو التالية. كما أن سرعة تكرار الخطوات كما هو

الحال في العدو تتميز ببعض البطء عن المرحلة التالية (Greg Payne, 2002)

ويعزى الإتقان النسبي لمهارة الجري إلى ممارسة الطفل لتلك المهارة في هذه المرحلة

وكذلك في المرحلة السابقة لها بصورة كبيرة مما يساعد على تثبيت الأداء، ومن الملاحظ أن

جري الطفل في العامين الأوليين لهذه المرحلة لا يحمل - في غالب الأحيان - على الطابع

الاقتصادي المحدد للجري الرياضي بل يتميز بارتباطه ببعض القصور في توقيت واتجاه

الجري، ويخضع بدرجة كبيرة لمبدأ النشاط الزائد المميز لطفل هذه المرحلة. كما يختلف الأطفال

فيما بينهم بالنسبة لإتقانهم لمهارة الجري الذي يهدف لتحقيق هدف معين، كما هو الحال في

مهارة الجري السريع (العدو) أو الجري بهدف الاقتراب الذي يعد للوثب مثلا، وتلعب العوامل

البيئية بالنسبة لأطفال الريف والحضر وما يرتبط بذلك من طبيعة أماكن الجري دورا هاما.

(محمد حسن علاوى، 1998)

الوثب:

يعتبر الوثب من المهارات الحركية المحببة لأطفال هذه المرحلة، بالرغم من عدم توافر

الفرص والظروف المساعدة لتلك المهارات بدرجة كبيرة، كما هو الحال في مهارة الجري مثلا.

ولهذا السبب يعزى عدم إتقان أطفال هذه المرحلة لمهارة الوثب، كما نجد بعض الاختلافات

الواضحة بين أطفال الريف والحضر بالنسبة لإتقانهم لتلك المهارة، إذ كثيرا ما يتفوق أطفال

الريف نظرا لظروف البيئة المساعدة. ومن الملاحظ أن مهارة الوثب لأسفل من فوق ارتفاع ما

تحتل المرتبة الأولى بالنسبة لأنواع الوثبات المختلفة نظرا لقلّة الفرص المتاحة للأطفال هذه المرحلة لممارسة الوثب الطويل أو الوثب العالي. وتسهم عمليات التعليم التدريب الرياضي في غضون دروس التربية الحركية في تنمية مهارة الوثب بدرجة كبيرة إذ دلت بعض التجارب على أن طفل هذه المرحلة يمكنه بقدر معين من التعليم والتدريب أن يثب عالياً أو طويلاً باستخدام الجري في الاقتراب لما يزيد عن حوالي 50 سم (محمد حسن علاوى، 1998).

وتعني مهارة الوثب اندفاع الجسم في الهواء بواسطة دفع إحدى القدمين أو القدمين معا ثم الهبوط على إحدى القدمين أو القدمين معا، وتتعدد أنواعه تبعاً للغرض المطلوب من أدائه فقد يكون الوثب راسياً من نفس النقطة الأعلى أو لأسفل أو من فوق ارتفاع بسيط، وقد يكون المسافة أفقية. والوثب لمسافة أفقية أو (الوثب الطويل من الثبات) يتطلب توافق في الأداء لكل أجزاء الجسم ويكون الارتقاء والهبوط بالقدمين معا وقبل الارتقاء تنثنى مفاصل الركبة والخذ للمساهمة في رفع الجسم من على الأرض و تمرجح الذراعان في اتجاه الوثب أثناء الارتقاء وعند الوثب لأعلى يكون الجسم ممتد تماماً في مرحلتي الارتقاء والطيران وعند الهبوط تكون القدمان للأمام مع ثني مفاصل الفخذين، الركبتين، ويتم ثني أو فرد الذراعين جانباً للمساهمة في الحفاظ على التوازن أثناء الهبوط وغالباً ما يسبق الوثب الطويل عدة خطوات (الاقتراب) قبل الارتقاء، وأثناء الاقتراب تكون مرجحة الذراعين عكس اتجاه حركة الرجلين. (عفاف عثمان مصطفى، 2016)

الحجل:

مهارة الحجل عبارة عن دفع ذاتي للجسم من الأرض بقدم واحدة والهبوط على نفس القدم، أي انتقال الجسم لأعلى وإلى الأمام من إحدى القدمين على الأرض للهبوط عليها بنفسها (HaywoodKathleen, 2001)

والحجل هو نقل ثقل الجسم من قدم إلى نفس القدم اثنا مرحلة الارتقاء وتكون أصابع القدم هي آخر ما يغادر الأرض، وعند الهبوط تتصل الأصابع بالأرض أولاً ثم ينتقل الثقل تدريجياً إلى مشط القدم ومن خلال هذه الحركة تقوم الذراعان بحفظ التوازن وتساعدان على الحركة العليا الرأسية (عفاف عثمان مصطفى، 2016).

ويتوقف مقدار القوة اللازمة للدفع من الأرض لأداء مهارة الحجل على مسافة الحجلة والارتفاع المطلوبين ولذلك يتم مد الجذع في أثناء ارتفاع الجسم أماماً، ولتحقيق أداء حجلة بقوة يراعي رفع الذراع والساق العكسية لها، وعند الهبوط من الحجلة بسهولة ولغرض امتصاص صدمة الهبوط يتم ثني مفاصل الحوض والركبة ومفصل القدم الهابطة للأرض، ومما لا شك فيه أننا نحتفظ بتوازن الجسم عندما يكون مركز الثقل فوق القدم التي تؤدي الحجلة بالإضافة إلى عمل الذراعين لتعديل هذا التوازن، ويرتبط الحجل بالكثير من المهارات (محمد إبراهيم شحاته، 1998).

2.30.1 - المهارات الحركية غير الانتقالية:

وتتمثل في الحركات المحورية أي الحركات التي تدور حول محور رأسي أو أفقي والتي تؤدي من الأطراف والجذع مع ثبات الجسم في المكان مثل الانحناء والرفع والدفع والشد (لين فرج وديع، 2002)

والثبات يسمح للطفل بالحفاظ على وضعيته دون التنقل في الفراغ وكذلك يستكشف البيئة والتفاعل مع ذلك، هذه الحركات أحيانا غير انتقالية لأنها تتعلق بالأنشطة المسماة "التوقف" مثل الانتناء الحفاظ على التوازن والاستقرار (Auriane, Thibaud, 2012) وهي تلك المهارات التي يؤديها الطفل من المكان، أي بدون الانتقال من مكان إلى آخر، ومن أمثلتها الثني، الامتداد، المرجحة، الدوران، اللف، الدفع، الجذب (عبد الستار جبار الصمد، 2008).

وفيها لا يتحرك الجسم من مكان إلى آخر ولكن تؤدي في نفس المكان مثل (المرجحات، الدرجات، اللفات، الدفع، الاهتزاز... الخ)

وتسمى كذلك مهارات الاتزان الثابت والمتحرك وهي تلك المهارات التي يتحرك فيها الجسم حول محوره الرأسي أو الأفقي (هشام الصاوي، هالة الجرواني، ، 2009)

التوازن: المفهوم العام للتوازن هو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم عند أداء أوضاع كما في وضع الوقوف على قدم واحدة مثلا، أو عند أداء حركات كما في حركة المشي على عارضة مرتفعة (محمد حسن علاوى، 1998)

ويعرفه لارسون (larson) ويوكوم (yocom) بكونه: قدرة الفرد على السيطرة على الأجهزة العضوية من الناحية العضلية العصبية، ويعرفه كيورتن (curton) بكونه إمكانية الفرد للتحكم في القدرات الفيزيولوجية والتشريحية التي تنظم التأثير على التوازن مع القدرة على الإحساس بالمكان سواء باستخدام البصر أو بدونه وذلك عضليا وعصبيا، ويعرفه روث (ruth) بأنه القدرة على الاحتفاظ بوضع معين للجسم أثناء الثبات أو الحركة.

تصنيف التوازن:

أ- التوازن الثابت:

ويقصد به القدرة التي تسمح للفرد بالبقاء في وضع ثابت، أو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة، كما هو الحال عند الوقوف على قدم واحدة أو اتخاذ وضع الميزان أو الوقوف على الذراعين.

والتوازن الثابت يحتل أهمية كبيرة في بعض الأنشطة الرياضية وخاصة رياضة الجمباز والتمرينات الفنية والباليه ويعبر عن جمال وتناسق وتأزر الأداء. ويعرفه جونسون (johnson) ونيلسون (nelson) على أنه القدرة البدنية التي تمكن الفرد من الاحتفاظ بوضع ساكن

(محمد صبحي حسانين، 2003)

3.30.1 مهارات المعالجة والتناول:

تسمى المهارات الحركية اليدوية وهي تلك المهارات التي تتطلب معالجة الأشياء وتناولها بالأطراف كاليد والرجل أو استخدام أجزاء أخرى من الجسم وتتضمن هذه المهارات وجود علاقة

بين الطفل والأداة التي يستخدمها وتتميز بإعطاء قوة لهذه الأداة أو استقبال قوة منها، وتجمع مهارات المعالجة والتناول بين حركتين أو أكثر، ومن خلال هذه المهارات يتمكن الأطفال من استكشاف حركة الأداة في الفضاء من حيث تقدير كتلة الشيء المتحرك، والمسافة التي يتحركها، وسرعة واتجاه الأداة، وتشمل مهارات المعالجة والتناول مهارات كالرمي، والاستلام (اللقف)، والركل، ودحرجة الكرة، وطبببة الكرة، والضرب، والالتقاط (هشام الصاوي، هالة الجرواني، ، 2009).

هذه القدرة هي التي تطور الحركات التي تسمح للطفل بإعطاء القوة لهدف مثل القذف وضرب الكرة، وفضلا عن ذلك استقبال قوة عند ضرب الكرة، وهي أيضا حركات دقيقة تجمع الحركات المثيلة مثل الكتابة والرسم وهذه القدرة تعتمد على مدى تطور قدرات أخرى كالثبات والتقل، فمثلا رمي الكرة تتدخل فيه عوامل الثبات والتمرير في كرة القدم يتدخل فيه التقل (Auriane, Thibaud, 2012).

وتعرف بالحركات التي تهدف إلى إعطاء قوة إلى شيء آخر ينتج عنها تحرك هذا الشيء أو تغيير اتجاهه سواء كان هذا الشيء ثابتا أصلا أو في حالة حركة مثل الرمي والقف والضرب والركل (فرج لين وديع، 2002)

وهي تلك المهارات التي تتطلب معالجة ومناولة الأشياء بالأطراف كاليد والرجل، كذلك يمكن استخدام أجزاء أخرى من الجسم من هذه الفئة، ومن أمثلة هذه الفئة الدفع والتي تشمل

الرمي والضرب والركل، والاستقبال ويشمل الالتقاط والمسك والقبض (عبد الستار جبار الصمد،
2008)

الرمي:

تعتبر مهارة الرمي إحدى المهارات الحركية الأساسية التي تتباين وتتوسع درجة إتقانها بالنسبة لأطفال هذه المرحلة، وبالمقارنة بمهارتي الجري والوثب نجد أن مهارة الرمي تقل كثيرا بالنسبة لدرجة الإتقان ويشوبها الكثير من الحركات الزائدة غير الهادفة (محمد حسن علاوى،
1998)

وكذلك عادة ما يبدأ الطفل الحركة والقدمان مفتوحتان بموازاة الكتفين والركبتان محنيتان قليلا، ويكون الذراعان مستقيمان وأصابع اليدين تمسك بالكرة ومع الاحتفاظ بالظهر مستقيما يتم مرجحة إلى الأمام وأعلى ثم تستقيم الركبتان ويتم رمي الكرة من بأصابع اليدين في الاتجاه
(Elder, Stephen, 2009)

استقبال الكرة (اللقف):

ومن الملاحظ أن الطفل في هذه الفئة لا يتقن مهارة استقبال الكرة (اللقف) بدرجة كبيرة، وكثيرا ما نجد بعض الأطفال يستقبلون الكرة بضمها إلى صدورهم مع اشتراك جميع أجزاء الجسم في ذلك إذ أن ظاهرة الاستلام الصحيح للكرة في غضون طيرانها في الهواء لا يتميز بها أطفال هذه المرحلة نظرا لافتقارهم القدرة على توقع قوس طيران الكرة، وكذلك الزمن المتوقع

للطيران. ومن المعروف أن الاستلام الصحيح للكرة في الهواء - أي دون الحاجة لاستخدام الصدر لصد الكرة واستقبالها يتأسس بدرجة كبيرة على توقع حركة الكرة وهي في الهواء. كما تلعب سرعة الاستجابة دورا هاما في ذلك أيضا لإمكان سرعة التحرك في أية اتجاه للوصول إلى الكرة واستقبالها وتسهم عمليات التعلم والتدريب في دروس التربية الرياضية في المدرسة في العمل على تطوير ونمو القدرة على التوقيع وسرعة الاستجابة وبالتالي القدرة على حسن استقبال الكرة (محمد حسن علاوى، 1998)

حيث يعتبر القف أو المسك هو أكثر المهارات تعقيدا وصعوبة للأطفال المدارس الابتدائية، ولا بد أن يتعلم الطفل كيف يركز على الشيء القادم إليه كي يتحرك إلى وضع المسك الصحيح واستخدام يد واحدة أو كلتا اليدين والتقاط هذا الشيء سفليا أو علويا.

وتستغرق هذه الحركات العديد من الممارسات، ومع ذلك يظهر الأطفال الكثير من عدم الثبات والتعارض مع هذه المهارات، ومما يساعد الطفل على تعلم هذه المهارة، استخدام الكرات الكبيرة مثل البالونات وكرات الصوف ورميها من مسافات قصيرة مما يعطيه الثقة لتعلم هذه المهارة في المرحلة الأولى لمسك الكرة، وكلما زادت مهارة الطفل يمكننا تصغير حجم الكرات وزيادة المسافة بين الرمي والإمساك، وسرعة الرمي للإمساك، كل هذه العوامل لا بد من وضعها في الاعتبار عند تعليم الأطفال مهارة المسك (عفاف عثمان مصطفى،

(2016)

الركل:

يعد ضرب الكرة بالقدم من المهارات الحركية الأساسية التي تتم فيها المعالجة والتعامل، وتتم مهارة الرمي بوضع الكرة على الأرض أمام القدم الضاربة بمسافة مناسبة حيث يقوم الطفل بأخذ خطوة للأمام بالقدم الحرة بحيث تجاور الكرة وخلفها، ثم عمل مرجحة من الرجل الضاربة للأمام مع ثني القدم للخارج (راتب، امين انور الخولى، اسامة كامل، 1998)

المهارات الحركية:

3.1.1 مفهوم المهارة والمهارة الحركية الرياضية:

1.31.1 مفهوم المهارة:

لفظ مهارة Skill يشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى الرفيع في كافة مجالات الحياة، وهو بذلك يشمل كافة الأداءات الناجحة للتواصل إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والثقة.

لفظ مهارة يمتد ليشمل كافة مجالات الحياة من أعمال حرفية أو مهنية. هناك ثلاث

أنواع من المهارات:

- مهارات معرفية Cognitive Skills، مثل مهارات الحساب والجبر والهندسة... الخ.

- مهارات إدراكية Perceptuel Skills، مثل مهارات إدراك أشكال معينة.

- مهارات حركية Motor Skills مثل المهارات الرياضية.

32.1. تعريف المهارة الحركية الرياضية:

تعرف المهارة الحركية الرياضية بأنها «مدى كفاءة الأفراد في أداء واجب حركي معين تعرف المهارة الحركية الرياضية أيضا بأنها «مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بذل أقل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن (مانيل, كورت، 1987).

33.1. خصائص المهارة الحركية الرياضية:

1.33.1. تعلم المهارة:

المهارة تتطلب التدريب، وتتحسن بالخبرة. التعلم يعرف عادة بأنه «التغيير الدائم في السلوك والأداء بمرور الوقت» ويجب أن يوضع ذلك في اعتبارنا و نحن نشاهد دلائل النجاح الأولى لأداء المهارة فقد يكون ذلك النجاح قد حدث بالصدفة.

- المهارة لها نتيجة نهائية: نعني بالنتيجة النهائية لأداء المهارة الهدف المطلوب تحقيقه من الأداء، وبالقطع فان هذا الهدف معروف لدى الفرد المؤدي للمهارة قبل الشروع في تنفيذ الأداء من حيث طبيعة الهدف المطلوب تحقيقه «النتائج المحددة سافا للأداء»

- المهارة تحقق النتائج بثبات:

نعني بذلك أن تنفيذ المهارة يتحقق خلاله الهدف من أدائها بصورة ثابتة من أداء إلى آخر من خلال المحاولات المتعددة المتتالية تقريبا (مفتى إبراهيم حماد، 2002).

- المهارة تؤدي باقتصادية في الجهد وبفاعلية:

وهو ما يعني أن أداء المهارة يتم بتوافق وتجانس وانسيابية وتوقيت سليم، وبسرعة أو ببطء طبقا لمتطلبات الأداء الحركي خلالها المبتدئين عادة ما يستهلكون طاقة كبيرة في الأداء دون ما تحقيق نجاح في الأداء بإنفاق الطاقة الضرورية فقط لإنجاز الأداء الصحيح وبفاعلية.

- مقدره المؤدين للمهارة على تحليل متطلبات استخدامها:

اللاعبين أو التلاميذ المهارة يستطيعون تحليل متطلبات استخدام المهارة في مواقف التنافس المختلفة، ويستطيعون اتخاذ قرارات بتنفيذها بفعالية، فالمهارة ليست فقط مجرد أداء فني جيد للحركات، ولكن تعني أيضا المقدره على استخدام هذا الأداء بفعالية في التوقيت المناسبة (مفتى إبراهيم حماد، 2002).

بالقدم والسيطرة عليها. (راتب, امين انور الخولى، اسامة كامل، 1998)

التعلم الحركي:

التعلم: يري "ستالينج" التعلم بأنه التعبير في السلوك، وعرفه "ماجل" بأنه حالة داخلية لا يمكن ملاحظتها مباشرة بل يمكن الاستدلال عليها من خلال سلوك الفرد، وعرفه "وود ورث": بأنه النشاط الذي يمارسه الشخص والذي يؤثر في سلوكه مستقبلا.

عرفه "كاندلس" بأنه كسب المهارات الجديدة وإدراك الأشياء والتعود عليها عن طريق الممارسة بما في ذلك تجنب أنماط السلوك التي يتضح للكائن الحي عدم فعاليتها وضررها عرفه "ماجويش" تغيير في الأداء عن طريق الممارسة قد عرف استالينج" التعلم الحركي بأنه

تطوير في المهارة الحركية الناتجة عن الشروط التجريبية والتطبيقية عرفه **جانبييه** " بأنه عملية يقوم الكائن الحي خلالها بتعديل سلوكه بطريقة اقتصادية ذات نتائج مستديمة ، بشرط أن يكون ذلك السلوك ظاهريا ، ويمكن قياسه بالوسائل المباشرة عرفه **عبدوا** علي نصيف بأنه نشاط خاص موجه للتعلم الحركي التي من خلالها يستطيع الفرد تكوين قابليات أو مهارات عن طريق الممارسة والتجربة حافظ إبراهيم نقلا عن (جيمس, كارتر، 1996)

وعرفه مروان عبد المجيد إبراهيم بأنه: تغيير في الأداء يرتبط بالممارسة الايجابية واكتساب المعرفة عن طريق أداء مهارات جديدة.

وعرفه نجاح مهدي وأكرم محمد صبحي بأنه: العملية التي من خلالها يستطيع المتعلم تكوين قابليات حركية جديدة أو بتعديل قابليات الحركة عن طريق الممارسة والتجربة.

وعرفه وجيه محبوب بأنه: عملية اكتساب الوسائل المساعدة على استيعاب الحاجات والدوافع لتحقيق الأهداف، هو ناتج عن ممارسة الإنسان للتدريب (جابر عبد الحميد، 1976)

34.1. نظريات التعلم:

العديد من النظريات التي حاولت تفسير عملية التعلم، وفيما يلي عرض موجز لنظريات

التعلم التالية والتي يمكن الاستفادة منها في تعلم المهارات الحركية والتدريب عليها وإتقانها

1.34.1 - نظرية التعلم بالارتباط الشرطي:

ترتبط هذه النظرية باسم العالم الروسي بافلوف، وتتلخص في أنه يمكن اكتساب الفرد

للسلوك المطلوب تعلمه إذا ما اقترن بمثيرات شرطية معينة إذ يقوم الفرد بسلوك معين كنتيجة

لمؤثرات معينة ارتبطت بهذا السلوك وبذلك تتكون لدى الفرد استجابات معينة ترتبط أو تقترب كل منها بمثير معين.

فعلى سبيل المثال عندما نرى الرعد أو نسمع البرق فإننا نستجيب لذلك بطريقة معينة مثل التباعد في المنزل، لأننا سبق أن تعلمنا أن الرعد أو البرق يرتبط بنزول المطر أي أننا تعلمنا استجابة معينة (وهي البقاء في البيت) نتيجة مثل شرطي معين (وهو الرعد أو البرق) سبق أن ارتبط بالمثير الأصلي (وهو المطر) وبذلك أصبح المثير الشرطي بمفرده يستدعي الاستجابة الخاصة بالمثير الأصلي.

ويتعلم الفرد بهذا الأسلوب، إذ يسترشد الفرد ببعض المدركات التي سبق ارتباطها بتأثير معين وتصبح بذلك عبارة عن إشارات أو علامات تؤدي إلى سلوك معين (ركن الملعب مثلًا)، أو اقتران اللعب بالسلوك التعاوني وتكرار ذلك تحت مثل هذه الشروط.

وبذلك يستطيع الفرد تعلم المهارات الحركية والأنماط السلوكية المطلوبة بالارتباط

الشرطي (جابر عبد الحميد، 1976)

2.34.1 نظرية التعلم بالمحاولة والخطأ:

تذهب هذه النظرية إلى أن الفرد في سلوكه إزاء مختلف المواقف يقوم بأداء استجابات أو محاولات خاطئة متعددة قبل أن يصل إلى الاستجابة الصحيحة ويتعلمها فعلى سبيل المثال إذا حاولنا تعلم التصويب في كرة السلة فإننا نقوم في البداية بتوجيه الكرة نحو الهدف والتصويب فنجد أن الكرة تخطئ الهدف ، فإذا لاحظنا أن الكرة قد انحرفت يمينًا بعيدًا عن الهدف فإننا

نحاول مرة أخرى توجيه الكرة قليلا نحو اليسار ، وإذا وجدنا أن الكرة لم تصل إلى الهدف فإننا نسعى إلى إعطاء الرمية المزيد من القوة والارتفاع، وهكذا نجد انه في غضون محاولتنا المتكررة نسعى لحذف بعض الاستجابات الخاطئة والإبقاء على الاستجابات الأخرى التي توصل للنجاح في إصابة الهدف .

وهكذا نجد أن التعلم في إطار هذه النظرية ما هو إلا مسألة محاولة وخطأ، وبتكرار التعلم والتدريب تقل الأخطاء شيئا فشيئا حتى نتوصل في النهاية إلى الاستجابة الصحيحة (جابر عبد الحميد، 1976)

3.34.1 نظرية التعلم بالاستبصار:

تشير هذه النظرية إلى أن الفرد يستجيب لأي موقف بطريقة كلية، إذ أن التعلم ما هو إلا نتيجة للإدراك الكلي للموقف، وهذا يعني كلما ازداد بصيرة الفرد الرياضي بالمهارة الحركية ككل استطاع سرعة تعلمها واكتسابها وهذا النوع من التعلم كثيرا ما نلاحظه في تعلم بعض المهارات الحركية أو عند تعلم خطط اللعب المختلف بصورة كلية دون تجزئة المهارة الحركية أو خطة اللعب إلى أجزاء صغيرة منفصلة

4.34.1 نظرية التعلم الذاتي:

نظرية التحكم الذاتي تستخدم لغة ومفاهيم عصر الآلة الذي ارتبط بالتغيرات السريعة المتلاحقة الحادثة في تكنولوجيا الآلات والأجهزة المختلفة كالحاسبات آلية أو الالكترونية والتي

أدت إلى إمكانية التوصل إلى طرق وأساليب جديدة لفهم السلوك البشري وبصفة خاصة عملية التعلم.

التحكم الذاتي يؤكد على أهمية تحكم المتعلم في الموقف والظروف المحيطة به والقدرة على الضبط والتحكم الذاتي في حركاته وبالتالي يستطيع المتعلم الاعتماد بدرجة اقل على المتغيرات الخارجية وزيادة الاعتماد على عمليات التحكم والضببط الداخلية أو الذاتية (جابر عبد الحميد، 1976).

5.34.1 نظريات معالجة المعلومات:

ترتكز نظرية معالجة المعلومات على دور الإدراك والانتباه والتذكر واتخاذ القرار، كما أنها تهتم بدرجة كبيرة بمقدار سعة المعلومات التي يستطيع الفرد استيعابها، ومقدار المعلومات أو التي حفر هذه المعلومات، وكيف تستطيع المعلومات مساعدة الفرد على التمييز بينها حتى يستطيع القيام باستجابات صحيحة ودقيقة.

وترتكز نظرية معالجة المعلومات على قدرة الفرد على استخدام المعلومات الإمكانية مواجهة الموقف، حل المشكلات وإصلاح الأخطاء وبذلك فإنها تعارض النظريات الشرطية التي تشير إلى إمكانية حدوث الاستجابات طبقاً لمثيرات معينة (محمد مصطفى زيدان، 1982)

6.34.1. التعلم الاجتماعي:

تؤكد نظرية التعلم الاجتماعي على أهمية المتغيرات المعرفية في التعلم بالملاحظة مثل الانتباه، التذكر، الدافعية، والتعلم عن طريق تقليد سلوك نموذج ما.

وقد أشارت "ألبرت دورا" إلى أن نظرية التعلم الاجتماعي تتأسس على التعلم بالتمذجة أو القدرة، أي التعلم بالملاحظة أو بتقليد الآخرين وهذا يعني أن الفرد عندما يلاحظ سلوك آخرين فعندئذ يكون باستطاعته إدراك بعض أو كل هذا السلوك الملاحظ.

فعلى سبيل المثال عندما يقوم الأستاذ بإثابة أو تشجيع التلميذ على أداء سلوك معين فان مثل هذا التعزيز أو التدعيم يدفع التلاميذ إلى تكراره، وعلى العكس من ذلك عندما يقوم الأستاذ بعقاب التلميذ على أداء أو سلوك ما فقد يكون هذا الإجراء دافعا للتلميذ لعدم تكراره ومن ناحية أخرى فان إدراك التلميذ في إن نجاح أو فصل أداء معين يؤدي إلى التعرف على الجوانب التي يمكن أن تؤدي إلى نتائج ايجابية أو نتائج سلبية وبالتالي نشأة الرغبة والدافع في تكرار السلوك الناجح.

التعلم هو لب العملية التعليمية والتربوية جميعها، وأي صورة من صور النشاط التربوي هي عبارة عن موقف تعليمي هادف، ويحدث التعلم عندما يحثك المتعلم بموقف معين في ظروف خاصة، فمهما تعددت الطرق التعليمية فانه ينظر على طرق تعلم من خلال الشروط اللازمة للتعلم دون الإخلال بأحدها، وبهذا يصبح ما تعلمه الكائن الحي ذا مضمون في حياته (سيد خيرات، 1973).

35.1. مراحل التعلم:

يحدث التعلم في سلسلة الخطوات المتابعة حتى يؤدي بالتالي إلى ترتيب الأفكار وتنظيمها وتسهيل عملية تخزينها في الذاكرة وسبل استرجاعها ويشير البعض إلى وجود (04) خطوات هي:

- الخطوة الأولى:

ويكون فيها السلوك التعليمي غير منظم بالنسبة للموضوع المقصود تعلمه فالإنسان قد يعرف بعض المعلومات المتناثرة عن الموضوع في الحالة، ولكنها غير متلاحمة مع بعضها البعض لإيجاد نسيج يكون له الأثر القوي الذي يؤدي إلى التعلم المنظم وفي خلال هذه المرحلة يبدأ الشعور في وجود المشكلة سواء كانت متمثلة في مشكلة تعليمية أو في مادة يراد تعلمها، وترتبط هذه المرحلة بالشعور بالحيرة لعدم وضوح الطريق أو التمكن من الإلمام بالسبل المؤدية إلى تحقيق الهدف (Martin, Habil Dornhoff, 1993).

- الخطوة الثانية:

ويشعر الفرد خلال هذه الخطوة و عن طريق البحث ومحاولة إرضاء أو حسب الاستطلاع أو عن طريق الاطلاع والدراسة في الشعور وبمعرفة لبعض أجزاء الموضوع الحاضر، مما يساعد على تحديد الهدف ويقلل من الشعور بالضيق والحيرة ويتمكن المتعلم خلال هذه العمليات من تكوين فكرة عن الموضوع.

- الخطوة الثالثة:

ويتم في هذه المرحلة فهم الموضوع مع الشعور ببعض الصعوبات، كما تبدوا بعض أجزاء الموضوع غير متماسكة أو متصلة ولهذا يقوم المتعلم بتقسيم الموضوع والنظر إليه بطريقة جزئية على شكل وحدات صغيرة.

- الخطوة الرابعة:

ويتم في هذا الموضوع كوحدة متماسكة، ويتم الفهم خلال هذه المرحلة بطابع الإتقان والقدرة على أداء التمارين وحل المشاكل المتشابهة أو التي يكون لها صلة بالموضوع الرئيسي (Martin, Habil Dornhoff, 1993).

الدافعية في التعلم: يتم التعلم عن طريق قيام الفرد بنشاط، ولا يقوم الفرد بوجه معين من النشاط بغير دافع، فالدافع شيء أساسي لبدء التعلم والاستمرار فيه ومحاولة التغلب على ما يتعرض الفرد من مصاعب وعقبات ويمنح الفرد المؤيد من الحماس والميل والمثابرة وبذل الجهد، ويحول دون ظهور بوادر التعب وعلامات الملل.

وعلى المدرب الرياضي مراعاة هذا المبدأ الهام في عمله أن يحاول جاهدا إثارة اهتمام اللاعبين للممارسة، ومن أساليب التي يمكن للمدرب الرياضي استخدامها الزيادة الدافعية نحو ممارسة نشاط الحركي وإتقانه ما يلي:

• الاهتمام باختيار أنواع الأنشطة الرياضية التي تعمل على زيادة الدافعية نحو

الممارسة.

- على المدرب الرياضي مراعاة أن نشاط الرياضي من حيث هو ظاهرة اجتماعية
- تتحدد بصفة سائدة من خلال الدوافع أو الحاجات الاجتماعية يجب علينا محاولة
- إشباع ما لدى اللاعب من تلك الدوافع الاجتماعية.
- ضرورة وضوح الهدف أو الغرض في ذهن المتعلم، فاللاعب يجب أن يعرف جيدا الهدف الذي يسعى إليه وأن يقتنع بقدرته على تحقيقه، كما يجدر بالمدرّب الرياضي أن يقوم بشرح هدف النشاط الذي يقوم بتعليمه.
- معرفة المتعلم لمدة تقدمه ودرجة تحصيله، فلاعب الرياضي الذي لا يعرف درجة مستواه مثله كمثل متسابق الوثب العالي، فإدراك المتعلم للمستوى الذي وصل إليه من شأنه أن يعمل على تحسين الموقف التعليمي ويسهم في محاولة جادة التعلم كما يعمل على تثبيت الاستجابات الناجحة ومحاولة إصلاح أو تجنب الاستجابات الخاطئة، ويزداد الميل نحو الوصول إلى مستويات أعلى (رافد، سيد محمد، 2003).

1.35.1 العوامل المؤثرة في التعلم الحركي:

- التصميم على الهدف: لقد أطلق "بافلوف" على دافع الحركة التصميم على تحقيق الهدف، فالحياة تعمل على تحقيق هدف ما، وهو المحافظة على الحياة ذاتها، لذا فالإنسان يعمل بكل ويسعى إلى تحقيق هذا الهدف، ويسمى هذا الهدف بغريزة الحياة، إن هذا الدافع

يتكون من عدة دوافع ويشكل القسم الأكبر منها الدوافع الحركية الايجابية التي تتم في ظل عوامل ويشترط تتناسب والحياة وبالتالي يمكن ملاحظتها من خلال حركة الذراعين. إن الطاقة الأساسية للحياة تتبع من دافع المستقبل الذي له تأثير كبير على الحياة نفسها، فعندما يسعى الإنسان لتحقيق هدف ما يشعر بالسعادة عندما يحقق هذا الهدف لينتقل منها إلى هدف ثان.

وهكذا فإن الطاقة الأساسية للحياة هي العامل الهام لتحسين وتطوير وتقديم حركات الحياة ذاتها، أي أنها كل شيء بالنسبة للتعلم الحركي، ومع مرور الوقت يضاف التفكير والنشاط في التعلم مع الإدارة والقدرة على العمل والوصول إلى أعلى المستويات الرياضية، بالإضافة إلى الإنتاج العالي في الحياة العامة (وجيه, محجوب إبراهيم، 1995).

2.35.1 المخزن الحركي والتجارب الحركية:

يرتبط تعلم الحركات الجديدة بدون شك على نمو الأجهزة الداخلية المختلفة وخاصة الجهاز العصبي ، فلا يستطيع الطفل المشي دون أن تنمو ساقاه بحيث تستطيعان تحمل وزن الجسم ، ولكن يتمكن الطفل من الشعور بالاتزان ويستطيع الفرد الرياضي تعلم حركات جديدة كلما كثرت عنده التجارب الحركية أو الخبرة الحركية، إن التجارب الحركية التي يمر بها الإنسان أو الفرد الرياضي ، يحتفظ بها في المخزن الحركي بالمخ وذلك أن الجهاز العصبي ينمو وينضج من خلال العمل الدائم ، وهذا يفسر لنا كيف يتم انتقال اثر التدريب من مهارة معينة ولقد تناول علماء النفس هذا الموضوع بالدراسة لمعرفة هل ما تعلمه الفرد الرياضي وما

تكتسبه من ناحية السلوك الرياضي من خلال ممارسة النشاط الحركي ، سواء أكان ذلك في عمليات التدريب أو المنافسة يمكن أن ينتقل أثره في تعامله مع الناس ، وهل تؤثر عملية اكتساب وتعلم بعض المهارات الحركية الأخرى (إبراهيم, مروان عبد المجيد، 2002).

من المعروف أن الفرد الرياضي لابد أن يتعلم المهارات الحركية والسلوك الرياضي من درجة الصفر ، فلقد ذكرنا أن الفرد منذ الولادة يبدأ تعلم المهارات الحركية إذن ففي المجال الرياضي نجد الفرد قد مر بتجارب كثيرة حركية وسلوكية تؤثر بالطبع في الخبرات التي يحاول تعلمها واكتشافها ، وقد يكون تأثير هذه الخبرات ايجابيا أو سلبيا ، وهذا يتوقف بالطبع على الخبرات السابقة التي يحتفظ بها في المخزن الحركي أو السلوكي ، لذلك فهناك انتقال ايجابي لأثر التدريب والتمرين ، وهو عبارة عن إسهام مهارة معينة سبق تعلمها أو اكتسابها في تكوين أو تطوير مهارة أو مهارات جديدة ، مما يساهم في سرعة تعلم وإتقان تلك المهارة الجديدة ، والتي تركز بالطبع على خبرة حركية سابقة للفرد الرياضي ، هذه الخبرة الحركية السابقة تتميز بالإتقان والتثبيت الصحيح للمهارة الحركية السابقة ، والتي تشابه في مكوناتها مع تلك المهارة الجديدة . كما أن الفرد الرياضي عندما يعرف مدى التشابه بين مكونات الحركة الأساسية بين المهارة الجديدة والمهارة أو الخبرة الحركية لديه ، لإمكانية التعميم بينهما ففي كثير من المواقف يمكن تعميم تعلمه الفرد الرياضي في المواقف المشابهة ، فالخدع مثلا في الألعاب الصغيرة يمكن استخدامها في الألعاب الكبيرة ، وهكذا . وعندما يحدث تعارض بين مهارة معينة سبق تعلمها مع مهارة أخرى، مما تعلم على الإقلال من تعلم وإتقان تلك المهارات فيسمى ذلك انتقال

اثر التعلم أو التمرين السلبي، والذي يعمل على تداخل أو تعارض المهارات الحركية (إبراهيم، مروان عبد المجيد، 2002).

36.1. غرض الحركة وأهدافها:

لكل حركة واجب يحدد الهدف وغرض الحركة، كل حركة رياضية جديدة يتعلمها الفرد، تخدم بالطبع أو تحقق واجبا حركيا سبق أن تعلمه أو سبق معرفته له وعليه كان من الأهمية استطاعة الفرد الرياضي استيعاب الواجب الحركي مضبوطا وواضحا حتى تكون هناك قاعدة للتعلم أفضل.

ونستطيع أن نقول أن التعلم الحركي المقصود يرتبط باستيعاب وتفهم واجب الحركة الجديدة مع معرفة غرض تلك الحركة ، وكلما وضح هدف وواجب الحركة فان ذلك يبعث في نفس الرياضي الحماس والإقدام على أداء تلك الحركة ، ويصبح التعلم الحركي ذا فعالية عندما يتعامل الفرد الرياضي مع أداة ، أو يحاول التغلب على شيء عارض مثلا ، ويرى العالم "John" أن وجود أداة لكل تمرين أو تدريب أو وجود شيء يمكن الفرد الرياضي من التغلب عليه يجعل الموقف التعليمي أكثر فعالية وهذا يوضح أن الملائمة الخيالية أو المبارزة الخيالية لا فائدة منها ذلك أن الواجب الحركي هنا ليس له غرض محدد ، ذلك إن الحركات الرياضية هي عبارة عن نشاط إنساني مع الأدوات والعوارض ومع الواجبات التي تفرضها البيئة الخارجية والتي تتم برغبة الإنسان واختياره ليجد فيها ما يحقق رغباته (طلحة حسام الدين، 1998).

ننصح دائما في التعلم الحركي بإعطاء الأولوية لعنصر الشجاعة في أداء الحركات مع ملاحظة بسيطة عن طريقها يتم التحسن من ناحية النوع والكمية، وفي السنوات عندما تصبح إرادة واضحة وثابتة بحد أن تكون وقعا للتدريب وللتمرين وهذا بالطبع يرتبط بقوة الهدف والفوز والهزيمة أمران لا بد منهما ، فتاريخ الرياضة حافل بأمثال عديدة وكلما قوي ووضح الهدف يصل الفرد الرياضي خلال مراحل الإعداد الطويلة إلى الفوز (إبراهيم, مروان عبد المجيد، 2002).

37.1. أهمية الحواس في التعلم الحركي:

خلال التعلم الحركي يستقبل الفرد الرياضي الإحساسات المختلفة عن طريق الحواس وتعد الخبرات الحسية التي تأتي عن طريق الحواس أساسا لردود الأفعال التي يقوم بها الفرد الرياضي ولقد اثبت "بافلوف" "Pavlov" وجود حاسة داخلية هامة وهي التي تقوم بتحليل الأفعال الحركية إلى أجزاء والتي عن طريقها يتم الشكل النهائي للحركة المعلمة، وقد أطلق على هذه الحاسة الجديدة بالحاسة الحركية (صالح, أحمد زكي، 19971)

- حاسة البصر:

إن لهذه الحاسة أهمية فائقة في تعلم الحركات وفي إتقانها، وفي التعلم بصفة عامة فإن رؤية الحركات المختلفة حين تؤدي كنموذج أمام الفرد الرياضي (التلميذ) كنموذج حي، أي يقوم لاعب أو مدرب بعمل نموذج للحركة أمام الفرد الرياضي عن طريق الأفلام والصور. ان رؤية المتعلم للحركة المراد تعلمها من العوام التي يستطيع المتعلم من خلالها إدراك تصور

أولي لمظهر الحركة الجديدة، وإذا قمنا النموذج مرة أخرى وبطريقة بطيئة فإن المتعلم يستطيع أن يكون صورة أخرى أكثر إيضاحاً من الصورة الأولى للحركة ويحاول إذا الوصول إليها عن طريق التدريب والتمرين.

- حاسة السمع:

لا تقل حاسة السمع في الأهمية عن حاسة أخرين لأن المدرب أو المدرس خلال الحركة يعطي الفرد الرياضي التعليمات اللازمة خلال عرض النموذج الحركي أما الفرد الرياضي (التلميذ) فيوضح لهم خلال الشرح الفني أهم نواحي الحركة أو المهارة، وما يجب التركيز عليه، فتتلقى الأذن الموجات الصوتية التي تنتقلها إلى جهاز الحركة بالمخ والذي يقوم بدوره بترجمة هذه الذبذبات الصوتية لربطها مع بعضها البعض لتظهر عملية التصور الحركي بدوره (طلحة حسام الدين، 1998).

فعلى سبيل المثال عند قيام اللاعب بأداء الشقلبة الخلفية على اليدين لدورة هوائية خلفية مكورة فيحتاج اللاعب لسماع كلمة "هوب" "Hop" وذلك بعد انتهائه من المرحلة الأولى للحركة ولكي يستطيع أن ينتبه لعمل وضع التكرار لأداء العملية الثانية المرتبطة بالحركة الأولى وفي مختلف الألعاب الرياضية ، نجد أن هناك بعض الإثارة السمعية للقيام بالتصويب أو التمرير وفي المنازل الفردية يظهر أهمية الإثارة السمعية ن فلاعب السلاح عندما يقوم بحركة الطعن يحدث صوتاً عالياً ، وفي ألعاب القوى نجد المدرب في بداية تعليم حركات جديدة في الجري أو العدو يسمع الإثارة السمعية (إبراهيم، مروان عبد المجيد، 2002) .

38.1. مبادئ التعلم الحركي:

- الاستيعاب، سرعته تؤثر على التعلم الحركي
 - الوضوح، فهو يسهل عملية الاستيعاب
 - السهولة، وهي كون التحركات في البداية سهلة ومقبولة
 - التدرج، من السهل إلى الصعب ثم زيادة عدد الحركات
 - التشويق والإثارة
 - الإتقان والثبات والتجارب السابقة
 - الممارسة
 - دافع الحركة والتمرين
 - تأثير المجتمع والبيئة
 - النضج وهو السن المناسب لاختيار اللعبة الملائمة، الجمناز، كرة القدم (...)
 - النمط الجسمي، لكل نمط جسمي رياضة خاصة به، الطول (كرة السلة) ... الخ.
 - المزاج نفس الأهمية للنضج والنمو الجسمي أي لكل مزاج رياضته الخاصة
- (مانيل، كورت، 1987).

39.1. منحى التعلم الحركي:

إن أكثر المراجع لا تتضمن خطوط بيانية واضحة تتعلق بعمليات التعلم الحركي، ولهذا وجدنا هنا نعتي طريقة مستعملة لتحديد منحنيات التعلم الحركي لرسومات بيانية وبشكل

حقيقي يوضح مجرى التعلم الحركي للمهارة، بحيث نرى العمليات الحركية تتابع لإدراك عملية التطور والتوافق الحركي.

إن منحى التوافق الحركي للمهارة يرتكز على:

- قيمة الانجاز الحركي مرتبطة بالتكرار والإدراك

- تطور الانجاز مرتبط بالمعلومات السابقة في الذاكرة والزمن

- التوافق الحركي يتطور على شكل منحنيات إحصائية ثلاثية

- التوافق للمهارة الحركية يتطور ويمكن رؤيته

- الانجاز الحركي هو قيمة عليا أو انجاز لا يمكن أن يتقاطع معه منحى التعلم

للقيمة الحركية حد لا يمكن تجاوزه ويمكن الوصول إليه، ولكن لا يتقاطع معه، مثلا لا يمكن

أن يقطع الإنسان حاجز 100م بأقل من صفر من الثانية

- التعلم يبدأ سريعا ثم يتباطأ بعد ذلك. فركض 100م يعني هناك مسار حركي والمسار

الحركي لهذه المهارة هدفها هو قطع 100 م بأقل زمن ممكن ، فان كان الزمن الحالي 9.9

ثانية ويسعى التدريب إلى ضغط هذا الزمن إلى اقل من هذا ، معناه يجوز أن يكون 8.9 ثانية

، عندما كان سابقا 10 ثانية ، ويجوز ضغط زمن 8.9 ثانية فالسؤال إلى أي حد يمكن

ضغط هذا الزمن وبأي سنة لهذا الجواب نقول هناك حد للإنجاز الحركي يمكن الوصول إليه

، ولكن لا يمكن أن تتقاطع معه ، ومع مرور الزمن تكون قدرة الإنسان على مقاومة هذا الرقم

معجزة، ولها يبدأ غيره يحقق الرقم أو يكسر الرقم ، الذي هو لا يستطيع أن يحققه ، معنى هذا

أن العمر الزمني واللياقة البدنية لهذا الفرد وصل إلى حد غير قادر حتى الاحتفاظ برقمه ،
وهكذا بالقفز العالي و الرياضات الأخرى (مانيل, كورت، 1987).

40.1. هضبة التعلم الحركي:

تبدوا وكخط أفقي في هضبة التعلم ن ويطلق عليها اسم الهضبة Plateau وتتمثل
في وجود بعض الفترات التي لا يحقق فيها المتعلم أي تقدم في الموقف التعليمي على الرغم
من مواصلة تعلمه، والسبب قد يكون خطأ في طريقة تعلمه للحركة أو هو سبب سيكولوجي
مرتبط بالحياة الانفعالية للفرد بسبب الفشل أو التعب أو عدم الثقة في النفس كما يمكن أن
يكون السبب فقر الرياضي لإحدى مكونات اللياقة البدنية كالمرونة والسرعة والقوة والتحمل
والرشاقة إضافة إلى عامل الشجاعة والتحضير والتدريب الجيدين.

خلاصة:

من الاثار السلبية التي يخلفها التخلف العقلي هو الضمور والقصور في أداء القدرات الحركية والمهارات الحركية الأساسية فان الوسيلة الوحيدة من اجل معالجة هذا النقص او القصور هو انتهاز أحد طرق التعلم الحركي للوصول بهذه الفئة الى اقصى حد من اجل ممارسة حياتهم بشكل طبيعي دون الاعتماد على غيرهم ومنحهم الفرصة في المشاركة الإيجابية في جل الرياضات والبرامج الحركية المعدلة.

الفصل الثالث:

البرامج الحركية المعدلة

تمهيد:

تهتم الأمم المتحضرة في الوقت الحاضر بالطاقة البشرية لأبنائها أكثر من اهتمامها بأي شيء آخر أو بأي طاقة أخرى، ذلك أن الإنسان يستطيع أن يتحكم بتلك الطاقات ويحولها لصالح أمته ومجتمعه فيما لو أعد إعداداً سليماً يحقق له نمواً متكاملأ في جوانب شخصيته (كاظم, سميرة عبد الحسين، 1990)

ولتحديد أهداف لابد على الأخصائي من وضع مخطط أو برنامج يسطر من خلاله أهدافه ومتطلبات نجاح هذه العملية من خلال تحديد نقاط القوة والضعف لتصحيحها وتميئتها حيث يعتمد وضع البرامج الحركية المعدلة على تحديد الاحتياجات والمتطلبات والبرنامج المناسب.

1. ماهية البرامج:

عرفه وليامس بأنه: البرنامج بصفة عامة عبارة عن عملية التخطيط للمقررات والأنشطة والعمليات التعليمية المقترحة لتغطية فترة زمنية محددة".

وتعرفه حورية موسى وحلمي إبراهيم بأنه: هو مجموعة من أوجه نشاط معين ذات صيغة معينة تسعى لتحقيق هدف واحد" ويعرفه سيد الهواري بأنه: عبارة عن كشف يوضح العمليات المطلوب تنفيذها مبينا بصفة خاصة ميعاد الابتداء وميعاد الانتهاء لكل عملية تقرر تنفيذها".

أهمية البرامج:

يمكن أن نستخلص أهمية البرامج بصفة عامة ونذكر أهمها في النقاط التالية:

- إكساب عنصر التخطيط فاعليته: حيث أن البرامج عنصر حيوي وأساسي من عناصر التخطيط ففي غياب البرامج تصبح عملية التخطيط ناقصة ونقصانها يجعلها عديمة الفاعلية (عبد الحميد شرف، 1996).

- تكسب العملية الإدارية بأكملها النجاح والتوفيق: أن التخطيط عنصر من عناصر الإدارة وبغياب البرامج من التخطيط تسقط فاعليته وتجعله غير ذي قيمة، وبالتالي تكون العملية الإدارية غير مكتملة فتصبح لا جدوى منها، وتكون كمن يحرق في الماء وتكون العملية التعليمية كلها متعثرة والسبب يكون في غياب البرامج

- **ضياع الأهداف:** أن عدم اكتمال العملية الإدارية لفقدائها عنصر التخطيط الكامل يجعلها غير قادرة على تحقيق الأهداف فتصبح الأهداف سرابا والأمني أو هاما. لان أساليب تنفيذ الأهداف وتحقيقها يكمن في وجود البرامج.

- **الاقتصاد في الوقت:** حيث تعطي البرامج للزمن قيمة، وتقلل من الوقت الضائع وتساعد على إنجاز الأعمال في أقصر وقت ممكن بحيث نستغل الوقت المتيسر أحسن استغلال.

- **تساعد على نجاح الخطط التدريبية والتعليمية:** إذا اكتملت العملية الإدارية بكل عناصرها نصبح قادرين على تحقيق وتنفيذ أهداف الخطط الموضوعية، وطالما تحقق الخطط أهدافها تصبح خطط ناجحة.

- **البعد عن العشوائية في التنفيذ:** في غياب البرامج تتسلل العشوائية إلى عمليات التنفيذ ويكون نتيجة ذلك تعثر العملية الإدارية بأكملها وتفشل لعدم وجود تحديد واضح لمراحل وكيفية تنفيذ الواجبات.

- **دقة التنفيذ:** أن العلم المسبق بأسلوب التنفيذ المناسب وطريقة التعليم الأفضل وكمية الوقت المتيسر لإنجاز العمل كل هذا يساعد على الدقة في التنفيذ أي أن البرامج سبب في الإنجاز الدقيق فلا تسقط فكرة ولا يضيع غرض (عبد الحميد شرف، 1996).

الخصائص التي يجب أن تتوفر لدى مصممي البرامج:

- مراعاة الجانب التأهيلي سواء العلمي أو الثقافي فيمن يقومون بتصميم وبناء برامج التدريب.
 - ضرورة الاعتماد على المدربين المتخصصين والذين يستطيعون مراعاة الجانب التربوي في عملية التدريب.
 - يفضل ذوي الخبرة في القائمين على تصميم البرامج سواء من حيث ممارسة اللعبة أو مارس مهنة التدريب لإحدى الفرق الرياضية.
 - يفضل عند اختيار مصمم برامج التدريب الأفراد الذين يهتمون بالتجديد والتطوير والتنوع المستمر في طرق وأساليب التدريب والذي يستفيد من الخبرات الأجنبية.
 - يفضل في القائمين على تصميم برامج التدريب الذين يهتمون بخصائص وطبيعة الأفراد الذين سيوضع لهم البرنامج.
 - يفضل الأفراد الذين يراعون الإمكانيات المتيسرة لديهم سواء كانت مادية أو بشرية.
- (جمال إسماعيل النمكي، و عمرو ابو المجد، 1997)

أسس تخطيط البرامج:

- الأسس المهمة لتخطيط البرامج التدريبية للفئات العمرية الصغيرة هي:
- أن يخطط البرنامج بحيث يسمح بالتقدم بأقل تكرار ممكن.
- تنظيم البرامج بحيث يتاح وقت ملائم للتعلم.

- لا أن تكون البرامج من الأنشطة المشوقة والتي تتميز بالقيم وتؤدي إلى النمو المتوازن.

- أن تبني البرامج في ضوء الإمكانيات المتاحة، والأهداف الاجتماعية، وفلسفة المجتمع والشخصية والفئات العمرية الصغيرة.

- اختيار المحتوى الذي سيتم التركيز على تنفيذه خلال الموسم وهي الأهداف للياقة البدنية

- المهارات المعلومات الرياضية - المعلومات الشخصية والاجتماعية) بما تتناسب مع كل مرحلة سنوية.

- لا يقدم البرنامج الأنشطة القابلة لاستخدام طرق التدريب غير الشكلية أو التقليدية، ويجب إدخال التكامل كعملية تربوية وكمفهوم في التربية الرياضية من خلال مداخل منطقية.

(عبد الحميد شرف، 1996).

41.1. الاحتياطات التي يجب مراعاتها عند تنفيذ البرنامج:

هناك مجموعة من الاحتياطات والإجراءات يجب مراعاتها عند تنفيذ برنامج رياضي للأسوياء أو المعاقين ويتفق على أغلبها العلماء وهي:

- ضرورة إجراء فحص طبي شامل للمشاركين في البرنامج: لكي يؤتى البرنامج ثماره

ولكي تتحد المسؤوليات يجب أن يتمتع المشاركون في البرنامج بقدر كبير من الصحة

العامة و يتم التأكد من ذلك بواسطة إجراء عمليات فحص طبي شامل عليهم حتى

تكون الأمور واضحة و يتحمل كل مسؤوليته بما في ذلك المسؤولية المدنية على أن يتم ذلك قبل بدء عملية التنفيذ مباشرة ثم بطريقة دورية بعد ذلك أثناء تنفيذ البرامج.

- الاهتمام بعملية الإحماء قبل البدء في أي تمرين: هي بمثابة إجراء تتبنيه لجسم الإنسان لاستقبال النشاط المنتظر حيث أن مفاجأة الجسم بأي أنشطة بدنية غير عادية تعرضه للإصابات لمواقف وخيمة (عبد الحميد شرف، 1996).

- مراعاة حمل التدريب: حمل التدريب قد يكون حملا خارجيا وهو عبارة عن كل التمرينات التي يعطيها المربي للاعب وقد يكون الحمل داخليا وهو عبارة عن انعكاس اثر الحمل الخارجي على أجهزة الجسم الحيوية فإذا كان الحمل ضعيفا لا يستفيد منه الممارس وإذا كان الحمل زائدا عن الحد الخارجي لمقدرة اللاعب تولد عنه ظاهرة التدريب الزائد.

- مراعاة التغذية المناسبة والراحة الكافية للممارسين أثناء عملية التنفيذ: يجب مراعاة أن تكون فترة الراحة إيجابية تعتمد على التحرك النشط والعلاج الطبيعي بعد الجهد العنيف ومعرفة المربي لأنواع التعب تجعله قادرا على تحديد مدة الراحة اللازمة في نفس الوقت يجب العناية بأسلوب التغذية الصحيح الذي يتناسب وحجم ونوعية النشاط الرياضي.

- تطبيق مبدأ الاستمرارية في التدريب: من الحقائق المهمة معرفة "تكيف الجسم الحمل المؤقت" فابتعاد اللاعب عن التدريب أو عدم الانتظار فيه يقلل من مستواه إذن لابد إن يستمر اللاعب في التدريب بأسلوب منتظم طوال فترة البرنامج (عبد الحميد شرف، 1996)

- تجنب الإسراع الغير مدروس في عملية التنفيذ: لابد من الاستمرار في الممارسة حتى لا يهبط مستوى اللاعب و لما كان تكرر الحمل لفترة معينة يجعل الجسم في حالة تكيف على هذا الحمل فانه من الأهمية أن يعقب ذلك فترة زمنية لتثبيت هذا التكيف ثم الارتفاع ثانية بالحمل وهكذا، ولذلك فان الإسراع الغير مدروس في تنفيذ البرامج يؤدي إلى عدم إحداث عمليات التكيف (عبد الحميد شرف، 1996).

طرق تعليم المهارات الحركية:

42.1. الطريقة الكلية:

وهي الطريقة البسيطة لأداء المهارة الحركية، دون أي تمهيد وتعتمد على الاستعدادات الجسمانية والعضلية للاعب، كما أن نجاحها أو فشلها يتوقف على الفروق الفردية بين اللاعبين، حيث يركز المدرب على اللعبة أو الفاعلية أو على مجموعة من مهارات اللعبة في وقت واحد.

إن هذه الطريقة تستعمل في تدريب المهارات البسيطة إلا أن معظم البحوث العلمية تحبذ استخدام هذه الطريقة في التعلم إذا كان بوسع اللاعب استيعاب المهارة بأجمعها.

كما أن من مزايا هذه الطريقة هي أنها تهتم بدرجة كبيرة بالعمل على خلق أسس التذكر الحركي للمهارة وذلك لأن الفرد يقوم باستدعاء واسترجاع المهارة الحركية كوحدة واحدة، أي ارتباطها بأجزائها المختلفة دون تجزئة، إلا أن هذه الطريقة من الصوبة استخدامها عند تعلم المهارات الحركية المركبة التي تتميز بالصعوبة. (إبراهيم, مروان عبد المجيد، 2002).

43.1. الطريقة الجزئية:

وهي الطريقة المتدرجة لتعليم المهارة مع تقسيمها إلى أجزاء متتالية على أن يؤدي كل جزء على حدا حتى يتم إتقانها، بحيث يقوم اللاعب بربط هذه الأجزاء مع بعضها البعض حتى يصل في النهاية إلى الحركة إلى السليمة ككل.

وبالرغم من مناسبة هذه الطريقة لبعض المهارات الحركية التي تتميز بالصعوبة والتعقيد إلا أنها لا تتناسب مع المهارات الحركية السهلة البسيطة أو الحركات التي لا يمكن تجزئتها. ومن أهم عيوب هذه الطريقة أنه في كثير من الأحيان تفقد بعض أجزاء المهارة الحركية الارتباط الصحيح بالأجزاء الأخرى، مما يعمل على تأخير إتقان التوافق المنشود للمهارة الحركية وظهور بعض العادات الحركية الخاطئة كنتيجة لربط الأجزاء المنفصلة بعضها ببعض الآخر.

إن لكل من الطريقة الكلية والجزئية محاسنها ومساوئها كما أن هناك عوامل كثيرة تؤثر على اختيار الطريقة الصحيحة في التعلم ومن هذه العوامل نوعية اللاعب ونوعية المهارات

المنفصلة، فإذا كانت المهارة معقدة وطويلة يحبذ استخدام الطريقة الجزئية، كما أن نوعية المدرب ومستواه يؤثران على طريقة التعلم (إبراهيم, مروان عبد المجيد، 2002).

44.1. الطريقة المختلطة الكلية الجزئية):

في كثير من الأحيان يفضل استخدام الطريقتين معا لكي تتحقق الاستفادة من مزايا كل منهما وفي نفس الوقت تلافي عيوب كل طريقة.

وقد دلت التجارب والخبرات على أن التعلم بالطريقة الكلية الجزئية تحقق أحسن النتائج بالنسبة لمعظم المهارات الحركية "

ويجب على المدرب أن يقوم بتعليم المهارة ككل بصورة مبسطة وأن يكون تعليم الأجزاء الصعبة بصورة منفصلة مع ارتباط ذلك بالأداء الكلي للمهارة الحركية مع مراعاة تقسيم أجزائها إلى وحدات متكاملة ومترابطة عند التدريب عليها كأجزاء. (إبراهيم, مروان عبد المجيد، 2002).

أساليب تعديل الأنشطة الرياضية للمعاقين:

- تقليل الزمن الكلي للعبة ووقت كل شوط وعدد الأشواط والنقاط اللازمة في المباراة.
- تعديل مساحة الملعب لتقليل مقدار الجهد المبذول في النشاط.
- التعديل في قواعد اللعبة وزيادة فترات الراحة النسبية.
- زيادة عدد أفراد الفريق، وذلك لتقليل المسؤولية بتوزيع الأداء على عدد أكبر من

اللاعبين

- تغيير اللاعبين في المراكز المختلفة داخل اللعبة حتى لا يتحمل أي لاعب عبئاً أكبر عليه من الجهد.
- السماح بالتغيير المستمر بحيث يشارك كل فرد من اللعب ويأخذ فترة راحة أثناء المباراة
- التغيير في وزن الأداة والتخفيف منها مثل الجلة والرمح أو في ارتفاع الشبكة حتى لا يشكل عبئاً على المعاق أثناء الممارسة.
- تقسيم النشاط على اللاعبين تبعاً للفروق الفردية وإمكانيات كل فرد.
- كما يجب على المدرس أو المدرب السماح لأي لاعب بالخروج من المباراة عند التعب أو ظهور أي أعراض للإرهاق نتيجة لاشتراكهم في اللعب أو لزيادة حمل التدريب عليهم، وعلى المدرس أو المدرب التقييم المستمر للبرنامج وللاعبين ليتعرف على نواحي الضعف والقوة وتشخيص الحالة التدريبية وإجراء التعديلات الملائمة على البرنامج. (عبد الحميد شرف، 1996).

الأنشطة الرياضية المعدلة:

في بداية القرن الحالي ومنذ أكثر من خمسين عاماً كانت التربية الرياضية أساساً يعتمد على تنمية الجسم والعقل، وفي عام 1920 إتجه الاهتمام إلى إدخال البرامج والنظريات التعليمية الحديثة إلى الملاعب وصالات الألعاب بالنسبة للمعاق كجزء مكمل للعلاج الطبي، وقد زاد الاهتمام بها في أعقاب الحرب العالمية الثانية وذلك حفاظاً على المقاتلين بدنياً وعقلياً وخاصة مصابي الحرب.

وتعد اليوم التربية الرياضية جزءاً هاماً من التربية العامة. وقد عدلت الألعاب لتحسين النمو البدني، واللياقة العامة والصحة، كما أنها تساعد على الترويح والسُرور. ويقول (انارينو) إن تقييم الهدف يتحدد بعدة عوامل هي، النضج، النمو، طريقة التعليم، كفاءة المدرس، وقيمه. والأهداف لا تختلف بالنسبة للمعاق عن الأسوياء إلا في بعض القواعد والأسس والتنظيم والموازنة بينها وبين الإعاقة، كما أن من الأهمية مرونتها ومناسبتها لوقت الفراغ والمكان (منزل، مستشفى، دار للرعاية، نادي أو مركز رياضي) بالإضافة إلى التنوع في الأنشطة (سمير مكاي ، 2000)

45.1. التربية الرياضية المعدلة :

وهي تعني الرياضات والألعاب التي يتم التغيير فيها لدرجة يستطيع بها المعوق غير القادر الممارسة والمشاركة في الأنشطة الرياضية.

ومعنى ذلك أن التربية الرياضية المعدلة هي البرامج الارتقائية والوقائية المتعددة والتي تشمل على الأنشطة الرياضية والألعاب، والتي يتم تعديلها بحيث تلائم حالات الإعاقة وفقاً لنوعها وشدتها، ويمكننا القول بأن ذلك يتم تبعاً لاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود قدرتهم ليتمكنهم المشاركة في تلك البرامج بنجاح وأمان لتحقيق أغراض التربية الرياضية.

وهناك من يطلق على هذا النوع من الرياضة بالتربية الرياضية المطورة أو التنموية.

وذلك حينما تهدف تلك البرامج إلى تنمية وتطوير اللياقة البدنية والحركية للفرد بحيث تكون متدرجة ومتقنة وفقاً لاحتياجات كل فرد.

أما التربية الرياضية الوقائية فهي تعني البرامج التي تختص بالتمارين البدنية والتي تؤدي إلى الحد من الأمراض أو الإعاقات حتى لا تزداد الحالة سوءاً، والوقاية من أي مضاعفات قد تحدث لاستمرار الإعاقة.

لذلك يمكننا القول إن هدف الأنشطة الرياضية المعدلة هو مساعدة المعاقين على تحقيق النمو العقلي والبدني والاجتماعي والنفسي حتى يتقبل إعاقته ويتعايش معها والاعتماد على أنفسهم في قضاء حاجاتهم حتى لا يكونوا عبئاً على المجتمع بل قوة منتجة في جميع المجالات فيشاركوا في تقدم المجتمع (سمير مكاوي ، 2000).

ونجد أن الأنشطة الرياضية المختلفة قد أدخل عليها بعض التعديلات سواء في الأداة نفسها أو في الملاعب أو في القواعد الخاصة باللعب والقوانين لكي تتناسب مع الإعاقات، كذلك تم تعديل القوانين المنظمة لتلك الألعاب حتى تتيح لهم المشاركة بالإضافة لإكسابهم بعض المهارات التي تساعدهم في الحياة واللياقة البدنية والحد من الانحرافات القوامية التي تطرأ عليهم نتيجة الإعاقة.

وبالطبع لا بد من تخصيص برامج رياضية معدلة خاصة بكل فئة من المعاقين حتى يسهل ممارسته وتحقيق أغراض الممارسة، كما يمكن تقديم الخدمات التي تلائم حالتهم لضمان عملية التعلم.

كذلك أنشئت اتحادات خاصة برياضات المعاقين لتسهيل ممارستهم واشتراكهم في كافة مجالات التربية الرياضية، لذلك كان لابد بالنظر بعين الاعتبار إلى أهمية الرياضة لتلك الفئة من المجتمع لشتى أنواع الإعاقات لاندماجهم في المجتمع (, عبد الرحمن عيسوي، 1975).

46.1. أسس التربية الرياضية المعدلة:

هناك حقيقة هامة هي أن أهداف التربية الرياضية للمعاقين تتبع من الأهداف العامة للتربية الرياضية من حيث النمو العضوي والعصبي والبدني والنفسي و الاجتماعي حيث تركز رياضة المعاقين على وضع برنامج خاص التربوي يتكون من ألعاب وأنشطة رياضية وحركات إيقاعية وتوقيتيه تتناسب مع ميول وقدرات وحدود المعاقين الذين لا يستطيعون الاشتراك في برنامج التربية الرياضية العام دون أن يصيبهم أي ضرر، وقد تؤدي تلك البرامج المعدلة في المستشفيات أو المراكز الخاصة بالمعاقين أو المدارس، ويكون الهدف الأسمى لها هو الوصول إلى تنمية أقصى قدرة للمعاق وتقبله للذات واعتماده على نفسه، بالإضافة إلى الاندماج في المجتمع والأنشطة الرياضية بأنواعها المختلفة هي وسيله لا غاية، أما الترويح فهو غاية حيث يستغل الفرد فراغه بطريقة هادفة بناءة: (صالح, عبد الحي محمود حسن، 1999)

يراعى عند وضع أسس التربية الرياضية المعدلة:

1. العمل على تحقيق أهداف التربية الرياضية العامة.

2. تقوم على أسس التربية العامة.

3. تهدف إلى إتاحة الفرصة للأفراد والجماعات للتمتع بنشاط بدني وتنمية مهاراته الحركية وقدراته البدنية.

4. يهدف البرنامج إلى التأهيل والعلاج والتقدم الحركي للمعاق وغير القادر وذلك لتنمية أقصى قدرات وإمكانات لديه.

5. يمكن تنفيذ تلك البرامج في المدارس أو في المستشفيات والمؤسسات العلاجية.

6. للمعاقين بمختلف فئاتهم الحق في الاستفادة من برامج التربية الرياضية كجزء من البرنامج التربوي بالمدارس.

7. تمكن المعاق من التعرف على قدراته وإمكاناته، وحدود إعاقته حتى يستطيع تنمية القدرات الباقية له، واكتشاف ما لديهم من قدرات.

8. تمكن المعاق من تنمية الثقة بالنفس واحترام الذات وإحساسه بالقبول من المجتمع الذي يعيش فيه، وذلك من خلال الممارسة الرياضية للأنشطة الرياضية المعدلة

ويمكن تلخيص أهداف التربية الرياضية المعدلة فيما يلي:

1. تنمية المهارات الحركية الأساسية لمواجهة متطلبات الحياة كالمشي والجري وتغيير

الاتجاه وحفظ التوازن والتوافق التي تساعده على المشاركة في أنشطة الحياة المعتادة

2. تنمية التوافق العضلي العصبي وذلك باستخدام أجزاء الجسم السليمة لأداء النمط

الحركي المناسب والنعمة العضلية للعضلات السليمة واللاتزان لأجهزة الجسم الوظيفية

(صالح, عبد الحي محمود حسن، 1999).

3. تنمية اللياقة البدنية الشاملة واللياقة المهنية بما يتناسب مع نوع الإعاقة وطبيعتها، وذلك لعودة الجسم إلى أقرب ما يكزن طبيعياً، وذلك بزيادة قدرته على العمل وكفاءته في مواجهة متطلبات الحياة.
4. العمل على تقوية أجهزة الجسم الحيوية والاتزان لجميع أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز العصبي والعضلي والدوري التنفسي وغيرها من الأجهزة.
5. تصحيح الانحرافات القوامية والحد منها، وعلاج بعض الانحرافات التي توجد نتيجة الإعاقة حتى تتاح لأجهزة الجسم الحيوية فرصة أداء وظائفها على كاملة.
6. تنمية الإحساس بأجهزة الجسم المختلفة والإحساس بالمكان، ومعرفة الحجم والمساحة التي يتحرك فيها الجسم وإمكانية حركته في البيئة المحيطة به.
7. زيادة قدراته من الممارسة الترويحية واستغلال وقت الفراغ في أنشطة ترويحية تعود عليهم بالفائدة مما يساعد على اكتساب السلوك التعاوني وتنمية حب الجماعة وحب الوطن ورفع الروح المعنوية.
8. اكتساب جهازات حركية تساعد على زيادة الانتباه وحسن التصرف والتفكير.
9. تنمية الاتجاهات السليمة نحو الشخصية السوية والحساسية الزائدة وزيادة الثقة بالنفس وبمن حوله وقدراته وتكيف نزاعاته وميوله بطريقة تعاونه على اكتساب المهارات.
10. الاعتماد على النفس في قضاء حاجاتهم المختلفة وعدم الاعتماد على الغير مع إمكانية العيش مستقلاً معتمداً على ذاته (صالح، عبد الحي محمود حسن، 1999)

البرامج الحركية المعدلة:

47.1. البرنامج الحركي:

تعرفه "حورية موسى وحلمي إبراهيم" بأنه: هو مجموعة من أوجه النشاط معين ذات صيغة معينة تسعى لتحقيق هدف واحد، ويعرفه "سيد الهواري" بأنه: عبارة عن كشف يوضح العمليات المطلوب تنفيذها مبنيًا بصفة خاصة ميعاد الابتداء وميعاد الإنهاء لكل عملية تقرر تنفيذها (شرف, عبد الحميد، 2002).

ويذكر (مصطفى حسين باهي، سمير عبد الثادر جاد، 2006) البرنامج الحركي بأنه مجموعة من الأوامر الحركي ذات ترتيب مسبق من شأنه أن يؤدي إلى تعيين الحركة وتحديد اتجاهها وشكلها ويعتمد على ميكانيزم ضبط (الحلقة) المفتوحة، والبرنامج الحركي هو تجميع الأوامر إلى العضلات قبل بداية أداء سلسلة من الحركات.

وقد عرف (عقيلي، 2009) البرنامج على أنه عبارة عن مزيج من الأهداف والنشاطات والسياسات والإجراءات الواجب القيام بها، وتحديد الموارد اللازمة لإنجاز عمل ونشاط معين.

ويرى (جميل الصمادي، 2009) أن البرنامج خطة تشتمل على نشاطات متعددة لإنجاز هدف مهم، ويشتمل على أعمال لها بدايات ونهايات واضحة، والبرامج تعتبر آلية تنفيذ الاستراتيجية، أو هي التي تترجم الاستراتيجية إلى واقع عملي.

ووفقا لحريم فإن البرنامج قد يكون رئيسيا ويتفرع عنه برامج فرعية، وهو في هذه الحالة يتطلب التنسيق بين جميع البرامج الفرعية لأن أي إخفاق في إحداها قد يؤدي إلى إخفاق في إنجاز البرنامج، ويتسع مجال البرامج ليشمل أي نشاط أو وظيفة داخل المنظمة (حسين حريم، 2010).

48.1. مفهوم البرنامج الحركي المعدل:

يعرف البرنامج المعدل بأنه هو البرنامج المتنوع للنمو من الأنشطة والألعاب الرياضية والايقاعية تتناسب وميول وقدرات وجدود الأطفال ممن لديهم نقص في القدرات ليشاركوا بنجاح وأمان في أنشطة البرنامج العام للتربية الرياضية، ويعرف أسامة راتب البرنامج بصفة عامة هو الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط لخطة ما صممت سلفا وما يتطلبه ذلك التنفيذ من توزيع زمني وطرق تنفيذ وإمكانات تحقق هدف الخطة (اسامة كامل راتب، 1982).

ويمكن القول بأنه برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات المباشرة وغير المباشرة فردية وجماعية لجميع من تضمهم المؤسسة (المدرسة مثلا) بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعلق والتحقيق المتوافق النفسي داخل المؤسسة وخارجها ويقوم بتخطيطه وتنفيذه وتقييمه لجنة من المسؤولين المؤهلين، ويعرفه حسن شحاتة وأيمن النجار بأنه نوع من أنواع التدريب يهدف إلى إعداد الأفراد وتدريبهم في مجال معين وتطوير معارفهم واتجاهاتهم بما يتفق مع القدرات التعليمية للمدرسين ونموهم وحاجاتهم لتنمية مهارة ما (فايضة حلاسة، 2016).

49.1. اهداف البرنامج المعدل:

من بين أهم مميزات نجاح البرنامج المعدل: تنمية التوافق العصبي والعضلي، تدريب المعاقين على الوقاية النفسية بدلا من زيادة حالاتهم سوءا، اكتشاف معارف ومعلومات ومهارات في مختلف الألعاب، اكتساب الثقة بالنفس والشعور بالاطمئنان، التمتع بالحياة عن طريق الاقتناع بمقوماتهم وامكانياتهم لتصحيح التشوهات الميكانيكية وتحسين أداء وضائف الجسم المختلفة.

كما هناك أهداف الاندماج سواء مادي وذلك بتقليل البعد المادي بين المعاقين والعاديين أو الاندماج الوظيفي وهو تقليل البعد الوظيفي بين هاتين الفئتين عند استخدامها معدلات ومواد مختلفة، وبدون أن نتناسى الاندماج الاجتماعي وهو تقليل البعد الاجتماعي بين المعاقين والعاديين ومعنى البعد الاجتماعي عدم الاتصال والشعور النفسي بالعزلة (عائدة حمودي، 2015).

50.1. أسس وضع البرنامج المعدل عند المعاقين:

يرتكز النشاط البدني والرياضي المكيف على وضع برنامج خاص يتكون من ألعاب وأنشطة رياضية وحركات إيقاعية وترفيهية تتناسب مع ميول وقدرات وحدود المعاق الذي لا يستطيع الاشتراك في برنامج التربية الرياضية العامة وقد تودي تلك البرامج المعدلة في المستشفيات أو المراكز الخاصة بالمعاقين ويكون الهدف الأسمى هو الحصول على تنمية

أقصى قدرة للمعاق وتقبله لذاته واعتماده على نفسه والاندماج في المجتمع، لذا يجب مراعاة

الأسس التالية في وضع البرنامج الخاص بالنشاط البدني والرياضي المكيف:

- أن يقوم على أسس التربية العامة للفرد.

- أن يعمل على تحقيق أغراض التربية البدنية والرياضية.

- أن يهدف إلى علاج وتأهيل المعاق للاندماج في المجتمع.

- أن تتاح الفرصة للجميع دون استثناء.

- أن يراعي قدرات المعاق واحتياجاته ومستوى تطلعاته بالإضافة إلى مبدأ كأساس

مهم في مشاركة المعاقين في الأنشطة الرياضية دون أن يصيبهم اذي (حلمي ابراهيم، ليلي

السيد فرحات، 1998).

51.1. أهداف برامج التربية الرياضية لذوي الإعاقة العقلية:

تهدف برامج التربية الرياضية لذوي الإعاقة العقلية إلى أن يصل المتخلف عقليا نتيجة

اشتراكه في هذه البرامج إلى ما يلي:

- اكتساب اللياقة البدنية وذلك بالوصول إلى مستوى أفضل من اللياقة الجسمية

والصحية.

- تنمية التوافق العضلي والعصبي وهذا ما يسمح بتحسين الأداء الحركي.

- العلاج عن طريق الألعاب الرياضية التي تسمح بتطوير اللغة وتعديل فكرة الذات.

- تعديل السلوكيات الغير مرغوب فيها.

- تنمية التفاعل الاجتماعي وتحسين التعامل مع الأقران. (عبد الحافظ سلامة، 2007)

52.1. خطوات تنفيذ برامج التربية الرياضية لذوي الإعاقة العقلية:

- الكشف الطبي الدقيق بهدف وصف الحالة الصحية للتلميذ وصفا دقيقا وتحديد

حقيقتها.

- تصنيف المعاقين في جماعات متجانسة تقريبا حتى تتاح لهم أفضل الفرص

التعليمية.

- تنظيم لقاءات فردية مع كل تلميذ لمناقشة النشاطات الملائمة له ولإقامة علاقة ودية

معه.

- تحديد النشاطات المناسبة للتلاميذ على ضوء التشخيص الدقيق (عبد الحافظ سلامة،

2007).

53.1. محتوى برامج التربية الرياضية لذوي الإعاقة العقلية:

يشمل البرنامج الرياضي للمعاقين ذهنيا في المرحلة الابتدائية النشاطات التي تناسبهم

وتتمثل في القصص الحركية وألعاب التوافق وألعاب الصيد والمطاردة ذات الحركة المحدودة،

وحركات التحكم الدقيق في أوضاع الجسم، والألعاب الصغيرة بسيطة التنظيم، وبالنسبة للمرحلة

الإعدادية والثانوية فإن النشاطات التي تناسبهم تتمثل في النشاطات المائية وألوان الرياضات

الجماعية والفردية والزوجية، والجمباز، وحركات التحكم الدقيق في الجسم

- محتوى برامج التربية الحركية لذوي الإعاقة العقلية:

- المهارات الانتقالية: وتشمل الدرجة في اتجاه معين، والمشى في خط مستقيم،

والجري

في مسار معين، والقفز من ارتفاع بسيط.

- مهارات المعالجة والتناول: وتشمل مهارات لقف الكرة وتسديدها نحو هدف باليدين

أو بالقدمين

- مهارات التوازن الحركي والسكوني: ونجد منها مهارة الوقوف على قدم واحدة، السير

على مسار مرتفع عن الأرض. - الألعاب الجماعية المتنوعة: مثل ألعاب الكرة

الجماعية (القدم، اليد)، التسابق مع الأقران، شد الحبل (عبد الحافظ سلامة، 2007).

54.1. مبادئ تعليم المهارات الحركية للمتخلفين ذهنياً:

- توفير البيئة التعليمية السارة والتي تستثير اهتمام الأطفال.

- تعليم المهارات الحركية تدريجياً على شكل انجازات صغيرة في الأداء

- توجيه التعلم نحو أهداف محددة.

- استخدام التلقين اللفظي والبصري والجسدي في تعلم المهارات الحركية.

- استخدام التعزيز الايجابي في تعليم المهارات الحركية لأهميته.

- جعل الطفل يشارك بفعالية في تعلم المهارات الحركية

- تزويد الأطفال بتغذية راجعة تصحيحية فورية (عبد الفتاح على غزال، 2012).

55.1. مراحل تكوين البرنامج الحركي:

إن عملية بناء برنامج حركي لأي مهارة وفي أي فعالية يتطلب عدة مراحل للوصول إلى أداء مهاري مثالي، وهذا يتم من خلال التكرار والممارسة لكل مرحلة من مراحل البرنامج الحركي والتي سيتم ذكرها كآلاتي:

أولاً: في المرحلة الأولى من التعلم لا يمتلك المتعلم أي معلومات سابقة أو يكون لديه معلومات بسيطة عن المهارة المراد تعلمها، لذا يحاول المعلم أو المدرب تكوين صورة مطبوعة عن المهارة المطلوب تنفيذها من خلال عرض وشرح أجزاء وتفاصيل المهارة الجديدة.

ثانياً: بعد توافر الصورة الأولية للمهارة المراد تعلمها وهذا يتم من خلال معرفة كل جزء من أجزاء المهارة وممارستها عملية، مما يساعد المتعلم على تخزين أكبر عدد من المعلومات في الدماغ عن هذه المهارة، وهذا يساعد المتعلم على اختيار إحدى البرامج الحركية المخزونة والتي يمكن أن تستخدم للوصول إلى الهدف المطلوب.

ثالثاً: بعد استخدام إحدى البرامج الحركية المخزونة في الدماغ يقوم المتعلم بمقارنة النتيجة مع الهدف عن طريق استخدام التغذية الراجعة وان أي اختلاف بين النتيجة والهدف يحاول المتعلم تغيير برنامجه الحركي بما يلائم هدفه حول المهارة المطلوبة.

رابعاً: بعد محاولات المتعلم المستمرة للوصول إلى تطابق بين الهدف والنتيجة بذلك سوف يتكون برنامج حركي مناسب لتلك المهارة ومتى ما بني البرنامج الحركي فإن الفرد المتعلم سوف يحتاج إلى تعميم هذا البرنامج وخاصة في تعلم المهارات المفتوحة، ويشير

(Schmidt) إلى أن البرنامج الحركي يتكون من خلال تخزين أربعة أنواع مختلفة من المعلومات والتي هي:

• ظروف البداية: وهي الظروف التي تتم فيها بداية الحركة.

• محددات الاستجابة المطلوبة: وهي المقاييس المحددة للبرنامج الحركي العام.

• النتائج الحسية: وقصد بها الإحساسات الداخلية للمؤدي والنتيجة عن تنفيذ الحركة

والشعور بالحركة والصوت الناتج عنها.

• المخرجات الحركية: وهو ما يعرف بالنتائج، ويعني معرفة ناتج أداء هذه الحركة في

البيئة المحيطة

إن ما ذكر من مراحل البناء البرنامج الحركي يشمل جميع المهارات الرياضية، من

خلال الممارسة والتكرار الصحيح لأشكال المهارة الواحدة، واستخدام التغذية الراجعة لتصحيح

الأخطاء وتعزيز الاستجابات الصحيحة والتنوع في الممارسة فسوف يتكون لدينا برنامج حركي

عام. (وسام صلاح، سامر يوسف متعب، 2013)

56.1. تخطيط برامج التطوير اهم الواجبات الأساسية:

يتطلب الأمر بالنسبة لتخطيط عملية التدريب السنوية وضع خطط خاصة لتنمية

وتطوير أهم الواجبات الأساسية في كل فترة من فترات التدريب، ومن أمثلة ذلك ما يلي:

أ- خطط خاصة لتنمية وتطوير أهم الصفات البدنية الأساسية والضرورية وتشمل على

خطط لتطوير القوة العضلية والسرعة والتحمل ... الخ (خطط الإعداد البدني العام والخاص).

ب- خطط خاصة لإتقان المهارات الحركية، (خطط الإعداد المهاري).

ج- خطط خاصة لإتقان القدرات الخطئية (خطط الإعداد الخطئي).

د- خطط خاصة لاكتساب المعارف والمعلومات الضرورية (خطط الإعداد النظري).

هـ - خطط خاصة لتطوير السمات الخلقية والإرادية، (خطط الإعداد التربوي النفسي).

ويراعي في الخطط السالفة الذكر ضرورة تحديد طريقة التدريب المستخدمة وعدد

الساعات التدريبية اللازمة والدرجة المستخدمة (محمد حسن علاوي، 1994).

57.1. القواعد التي يجب أن تراعى عند تصميم وبناء البرامج

يرى مفتي ابراهيم وحنفي محمود مختار ومحمد رضا الرقاد، انه كي يتم تصميم البرامج

التدريبية التنفيذ خطة في إطار تخطيط متكامل لكرة القدم فإن من الأهمية أن يشتمل على

العناصر التالية بدرجة عالية من التفصيل (محمد رضا الرقاد، 2003):

أولاً: المبادئ العلمية التي يقوم عليها البرنامج:

يجب أن يبني على الأسس والمبادئ العلمية بالدرجة الأولى مثل علم وظائف الأعضاء،

علم النفس الرياضي، علم الحركة... الخ. (محمد رضا الرقاد، 2003).

ثانياً: الهدف العام والأهداف الفرعية للبرنامج التدريبي:

يستمد البرنامج هدفه من أهداف الخطة، كما أنه من الأهمية أن يكون هدف البرنامج

قابلاً للتحقيق، وألا يفصل هدفه عن محتواه وتحديده الأهداف بدقة يسهم بدرجة كبيرة في اختيار

الأنشطة المناسبة وتحديد أفضل بدائل التدريب والتعلم كما يساعد بفعالية في القيام بعملية التقويم. (محمد رضا الرقاد، 2003).

ثالثاً: تحديد الأنشطة داخل البرنامج التدريبي:

مثل الإحماء والتهدئة وكذا الإعداد بمختلف أنواعه (بدني - مهاري - خططي -

نفسي)

رابعاً: تنظيم الأنشطة داخل البرنامج التدريبي:

ويعتمد تنظيم الأنشطة داخل البرنامج على عدة عناصر منها تنظيم حمل التدريب بكل

مكوناته ودرجته وكذلك توزيع أزمته التدريب.

خامساً: الخطوات التنفيذية للبرنامج التدريبي:

يمكن تلخيص هذه الخطوات كالتالي:

- لقاء المدرب مع اللاعبين لشرح محتويات التدريب.
- إعداد المدرب لمكان التدريب من ملعب أو قاعة أو خارجه.
- إعداد الأجهزة والأدوات التي قد يتطلبها تنفيذ الوحدة التدريبية.
- بدء الوحدة التدريبية بشكل نظامي. • إجراء تمارين الإحماء.
- إجراء تمارين تحقق أهداف الوحدة في تسلسل علمي.
- إجراء تمارين التهدئة.

• مقابلة اللاعبين للاطمئنان عليهم للتعرف على مدى تأثير الحمل عليهم واستكمال

الإعداد النفسي (محمد رضا الرقاد، 2003).

58.1. أسس نجاح البرنامج الحركي:

- يجب أن ينمي لدى لاعبي الفئات العمرية الصغيرة الاستجابة الدافع والرغبة للبرنامج

التدريبي وأن يكون لديهم الثقة فيما يبذلونه من جهد خلال التعلم والتدريب وأن يقتنع

كل لاعب بأن ذلك سوف يصل به إلى درجة عالية من الأداء.

- يجب أن يتعود الناشئ على التركيز الكامل في الأداء أثناء التدريب

- يجب أن يتضمن البرنامج التدريبي التمرينات والألعاب التي تجدد من نشاط اللاعبين

وتزيد من إقبالهم على الأداء وتبعد عامل الملل والسأم لديهم، أي يجب خلط بين البرنامج

المشوق الترفيهي والبرنامج الجد والذي يتطلب التصميم والعطاء.

- لابد أن يحتوي البرنامج على وسائل القياس التي توضح وتبين نتائج التدريب لدى

اللاعبين فهناك اختلاف في تفاعل اللاعبين في أهداف البرنامج وخلال فتراته ومراحله ومقياس

النجاح أن يشعر اللاعبون بمدى ما حققوه من تقدم ولا يقتصر التدريب على ما يجب أن يفعلوه

فقط.

- يجب أن تحدد المهرجانات والمباريات، وأماكن التدريب، وعدد اللاعبين والأدوات

ووسائل القياس، والسجلات الخاصة بالكشف الطبي الدوري والإصابات، وذلك ضمانا لسير

التدريب وتنظيمه وفقا للبرامج الموضوعية في إطار خطة التدريب السنوية.

- يجب أن يتسم البرنامج الخاص بالفئات العمرية الصغيرة بالمرونة وقابليته للتعديل وفقا للظروف الطارئة التي تقابل المدرب ووفقا لما تظهره عملية التقويم بعد كل فترة.
- يجب أن يراعى عند التخطيط للبرامج، الإعداد المتكامل للناشئين لكل من الجوانب البدنية والمهارية والخططية والنفسية والذهنية.
- يجب أن يتناسب البرنامج مع الإمكانيات والأدوات والملاعب المتاحة في كل نادي.
- يجب ألا تقل عدد مرات التكرار عن ثلاث مرات أسبوعية.
- يجب أن تتصف وحدة التدريب بالشمولية وأن تضيء عليها عامل البهجة والسرور والمتعة.

- يجب أن يزيد حجم الألعاب الصغيرة في محتوى البرنامج.
- يجب أن يتم الاهتمام بالمهارات الحركية الأساسية في بداية تدريب الفئات العمرية الصغيرة والتركيز عليها قبل البدء في تعلم مهارات كرة القدم (مفتى إبراهيم حماد، 2002).

المتغيرات الكنماتيكية

59.1. علم البيوميكانيك:

إن علم البيوميكانيك هو الذي يعني بتحليل الحركات وتوضيح التكنيك الرياضي وتحسينه، وكذلك بحث قوانين وشروط الحركات الرياضية واختيار أحسن تكنيك للعبة، وبناء على ذلك فإن هذا العلم يسعى لدراسة المنحنى الخاص لمسار الحركة للحركة الرياضية سعياً

وراء تحسين التكنيك الرياضي وذلك من أجل تصحيحه وتطويره وفقا لدقة متطلبات

الحركة (علي سلوم جواد الحكيم، 1997).

ولقد تم الاهتمام والاعتماد على البيوميكانيك كجانب أساسي ومهم في تطوير التكنيك

الرياضي فاهتم بحركة الإنسان أثناء أداء الفعل الحركي الرياضي من خلال البحث في القواعد

والشروط الفنية للمهارات الحركية الرياضية والتي تعمل على توسيع قاعدة المعلومات النظرية

حول مختلف الأنشطة الرياضية وهذا ما تذكره سوسن عبد المنعم أن البيوميكانيك يهدف إلى

تحليل جميع الحركات الرياضية الفهم التكنيك بمختلف النظم والإجراءات العلمية وبذلك نتمكن

من البناء الجيد للحركات كما يهتم بالتدريب على الحركات المعقدة معتمدا في ذلك على بحوث

المقارنة (سوسن عبد المنعم واخرون، 1997).

كما أن اسلوب الاكتشاف والتحليل يؤدي دورا مهما في مجال عمل المدربين والتطور

السريع الذي تشهده الألعاب الرياضية في العالم تتطلب العمل المستمر في عملية التحليل

والاكتشاف، وكذا بالنسبة المجال التربوية البدنية والرياضية سواء للمربي أو الطالب، حيث

يسعى المربي للوصول بالتلميذ لأحسن مستوى في الأداء الذي يعود في النهاية على النتيجة

المرجوة وهي تحقيق أحسن إنجاز.

إن التحليل البيوميكانيكي هو وسيلة معرفية يمكننا من خلالها دراسة أجزاء الحركة

بدقائقها ومكوناتها واكتشاف أماكن الخطأ والصواب في الأداء، ومن ثم تصحيح الخطأ للوصول

إلى التكنيك الأمثل للمهارة ويرى الخبراء والعلماء والمهتمون بعلم الميكانيكا الحيوية بأنه يجب

أن لا نعتمد على التقدير الذاتي في تقويم الحركات، بل يجب أن يكون التقويم موضوعي مبني على أسس موضوعية و هو التحليل عن طريق الأجهزة حيث يمكن أن نستدل على العديد من المتغيرات من خلال التحليل، مثل القوة، السرعة، والأزمنة... الخ).

(علي جواد، هيثم لطيف إبراهيم، نغم صالح نعمة، 2005)

وأن التحليل الحركي في مجال التربية والرياضية يساعد في اختيار الحركات الصحيحة الملائمة للإنجاز الرياضي من خلال اكتشاف طرق جديدة وتحليل الحركات الرياضية وتوضيحها وتحسين الحركات والتكنيك الرياضي وحل المشكلة التي تتعلق بالتعلم الحركي، وتشخيص الحركات الرياضية للإجابة على كثير من الأسئلة التي ترتبط بالإنجاز، ومساعدة المدرب واللاعب في تجنب الأخطاء والتصور الصحيح للحركة (هاشم عدنان الكيلاني، جهاد احمد الرفوع، 2007).

60.1. التحليل الحركي:

لا بد من معرفة أن كلمة (التحليل) بمفهومها العام هي الوسيلة المنطقية التي يجري بمقتضاها تناول الظاهرة ووضع الدراسة بعد تجزئتها الى عناصرها الأولية الاساسية المكونة لها، حيث تبحث هذه العناصر الأولية كل على حدة لفهم أعمق للظاهرة كلها انطلاقا من هذا المفهوم لكلمة (تحليل) يمكن دراسة حركة الانسان وان يكون التحليل مستندة إلى علوم مختلفة.

(عادل عبد البصير، 1998)

إذا فالتحليل الحركي هو دراسة أجزاء الحركة الذي يحقق الهدف منها، كما يفهم بأنه مجموعة متفاعلة مختارة طبقا لما تحدده أهداف الدراسة وواجباتها في طرق البحث الميكانيكي الموجهة، كما أن التحليل الميكانيكي يدرس العناصر المكونة للحركة بالإضافة إلى دراسة الحركة كوحدة متكاملة، حيث أن فعالية أداء الرياضيين تتعلق بدرجة اكتمال التكنيك المستخدم، فدراسة الخصائص الكنماتيكية تسمح بالحكم على مستوى إتقان الأداء (قاسم حسن حسين، ايمان شاكر محمود، 1998).

والتحليل الحركي هو أحد الطرائق الأساسية لعلم البيوميكانيك ويعتمد على استخدام القوانين والأسس التي تستخدم في البيوميكانيك من أجل دراسة الحركة وتحليلها ميكانيكية وان كلمة التحليل تعتبر طريقة لمعرفة سلوك ومسار حركة الإنسان عن طريق تجزئة هذه الحركة إلى أجزاء حتى تتسني دراستها بأجزائها ومعرفة العلاقة بين متغيرات الحركة والمسار الذي سلكته ومن ثم تحويل الحركة المدروسة إلى أرقام ودرجات، وتعني أيضا الوسيلة المنطقية التي يجري بمقتضاها تناول الحركة موضوع الدراسة كما لو كانت مقسمة إلى أجزاء أو عناصر أساسية (، ريسان مجيد خريبط، نجاح مهدي شلش، 1992)

لذا يعيد التحليل الحركي في المجال الرياضي من العلوم المهمة التي تعتمد علي العلوم المختلفة الأخرى كالتشريح والميكانيكا والفيزياء والرياضيات وعلم النفس، لذلك لا يمكن إجراء تحليل الحركات الرياضية من دون أن تكتمل جميع العناصر المؤثرة في ذلك الأداء إضافة إلى علم الحركة الذي يعد من العلوم التي اهتمت بدراسة الحركة في وجهة النظر التركيبية

الهيكليّة والعمل العضلي هذا بالإضافة إلى المبادئ والأسس الميكانيكية التي ترتبط بحركة الجسم البشري (طلحة حسين 1998).

ويعد التحليل الحركي الاداة الفعالة الاستقصاء الحقائق التي تساعد على تصور الحركة ومعرفة ادائها الفني ومواطن الضعف والقوة منها من اجل وضع الحلول العلمية لمعالجة تلك الأخطاء، ويرى (ريسان خريبط ونجاح شلش) أن التحليل الميكانيكي الحيوي للمهارات الحركية يشمل تجزئة الحركة المتداخلة وتحليلها الى اجزاء وتقدير طبيعة كل جزء من حركات الانسان وتحديد الخصائص الحركية للرياضيين وصولا الى الانجاز الافضل وتحليل الاداء والاسس والقوانين الميكانيكية والتشريحية الملائمة للأداء الفني المثالي للحركة الجيدة (، ريسان مجيد خريبط، نجاح مهدي شلش، 1992).

أن التحليل الحركي البيوميكانيكي يشكل الفروض والمقدمات الأولية المتعلقة بوضع الأسس العلمية الترشد جوهر عملية تعليم وتدريب الحركات الرياضية، وأن العوامل الأساسية المساعدة للأداء الحركي والإنجاز الرياضي يمكن إن تستخدم بمساعدة الأجهزة العلمية الحديثة للاستعانة على وصف الحركة وتحليلها تحلية دقيقة والكشف عن جميع العوامل التي تدخل في التحليل الحركي لجسم الإنسان (صريح عبد الكريم الفضلي، 1997).

كما أن التحليل الحركي جزء من دراسات البيوميكانيك ويقوم على اساس قياس كل من مصطلحات الزوايا والمسافات والازمنة والمسارات بغرض تطوير المهارات (حسين مردان عمر، إياد عبد الرحمن، 2011).

61.1. التحليل الكنماتيكي:

يعتمد التحليل الكنماتيكي على إجراء التحليل الوصفي للمظاهر الميكانيكية التي تميز حركة جسم الإنسان، إذ يتناول التحليل الكنماتيكي النواحي الوصفية المجردة من حيث مساراتها الهندسية والزمنية فضلا عن دراسة متغيرات الازاحة والسرعة والتعجيل وغيرها من المتغيرات سواء الخطية او الزاوية والعلاقة التي تربط هذه المتغيرات مع بعضها بغض النظر عن القوة التي تسبب الحركة (حناء ستار جبار الزهيري، 2001).

ومن خلال التحليل البايوكينماتيكي يمكن التعرف على الاقسام الحركية لجسم الانسان وصولا إلى الانجاز الأفضل، والتحليل الحركي في مجال التدريب الرياضي يساعد على تكوين واختيار الحركات الصحيحة التي تلائم الأوضاع المحيطة بالإنجاز الرياضي والحاجة الماسة الى حقائق ثابتة تساعد على اتخاذ قرارات بخصوص التكنيك الصحيح للأداء الحركي، والتحليل الميكانيكي للأداء وسيلة موضوعية لتقييم الأداء والعمل على تحسينه وتعديله ومقارنة الطرائق المختلفة، فعن طريقه يمكن معرفة نقاط القوة والضعف في مستوى الأداء ووضع الحلول على اساس علمي، وبذلك أصبحت الدراسات الميكانيكية في الالعب الرياضية ذات أهمية كبيرة لاعتمادها الوسائل الموضوعية في تقييم الأداء في قياسات وزوايا ومسافات وازمنة فضلا عن القوى المؤثرة والمسببة للحركات بشكل كمي ودقيق مما يرفع من موضوعيتها وصدقها في تقييم الأداء للحركة الجيدة (طلحة حسين حسام الدين، 1993).

فالتحليل البايوكينماتيكي يعني الناحية الظاهرية من خلال وصفها، أي وصف الأجزاء التي تم تجزئتها كل على حده، والوصف هو أولى خطوات التحليل في القياس الكمي وينقسم التحليل الحركي الى نوعين:

1.61.1 التحليل الكمي:

يعرف التحليل الكمي بأنه الملاحظة المنظمة والحكم الاستنباطي على جودة الحركة الإنسانية من أجل تقديم أفضل المدخلات العلاجية الملائمة وذلك لتحسين الأداء، ويتعامل هذا النوع من التحليل مع قياس الكمية أو النسب المئوية للمكونات المختلفة للشيء بمعنى تعيين المقادير وتحديدها وهي التي تمثل المعلومات الموضوعية عن الخصائص الواقعية للحركة الرياضية وعن توافقها وتعاقب تغير أوضاع الجسم للتابع الزمني وتمثل المحددات الكمية للبارومتريات الميكانيكية لحركة (أزمنة، وإزاحات، وسرعات، وتعجيل) (, محمود داود الربيعي، 2012).

2.61.1 التحليل الكيفي (النوعي):

هي عملية تميز الفروق وتقدير الاختلاف في استيعاب النتائج الأساسية للتحليل الكمي وإدراكها وتأويلها وتعميقها للوصول إلى الاستنتاجات الواقعية، إضافة إلى إيجاد الأسباب غير المباشرة لأخطاء الأداء مقارنة بالنموذج (قاسم حسن حسين، ايمان شاكر محمود، 1998). وتهتم هذه الطريقة بتوضيح ووصف أنواع الحركات المختلفة عن طريق استخدام المدلولات الخاصة بالسرعة والتعجيل الذي وضع على أساس قياسات المسافة والزمن وتستخدم

في تحقيق ذلك وسائل منها جهاز ضبط الزمن، جهاز تسجيل السرعة، التصوير السينمائي، التصوير بالفيديو (عادل عبد البصير، 1998).

3.61.1 التحليل الكمي في مقابل التحليل الكيفي:

إن التحليل الكيفي عبارة عن حكم ذاتي بطبيعته وهذا لا يعني أنه غير منظم او مبهم غامض أو عشوائي وفي الحقيقة سوف نرى أن التحليل الكيفي يتطلب معلومات شاملة من العديد من النظريات والعلوم الأخرى، كما أنه يتطلب تخطيطه وكذلك خطوات منظمة حتى يحقق أكبر الأثر وأقصى درجات الفعالية، أما التحليل الكمي فيقوم على قياس الأداء فإذا ما كان من الممكن التعبير عن الأداء في صورة أرقام أو أعداد فإن التحليل يقوم على البيانات أو معلومات كمية في تلك الحالة (مروان عبد المجيد إبراهيم، ايمان شاكر محمود، 2012).

62.1. مستويات التحليل الحركي:

أتفق كل من طلحة حسين حسام الدين وعلي عبد الرحمن أن التحليل الحركي له أربعة مستويات وهي على النحو التالي:

المستوى الأول: التحليل بغرض التعرف على الخصائص التكنيكية للمهارة

ويعتبر هذا النوع من أسهل أنواع التحليل حيث يتم دراسة المسارات الحركية للمهارة من حيث مجموعة الخصائص الميكانيكية التي تميزها كأن تتم دراسة المسارات الحركية بقوانين الحركة الخطية أو الدورانية لحساب قيم المتغيرات المميزة للمسارات وتحديد أهم الخصائص.

المستوى الثاني: التحليل بغرض الكشف عن عيوب الأداء

ويعتبر هذا المستوى بالمعرفة المسبقة لأهم الخصائص التكتيكية المميزة للمهارة المدروسة وقيم هذه الخصائص على أساس أن التحليل يتم بمقارنة قيم المتغيرات في كلتا الحالتين للتعرف على أوجه القصور.

المستوى الثالث: التحليل بغرض المقارنة الأداء بالمنحنيات النظرية

وتتمثل صعوبة هذا النوع من التحليل في استنتاج المنحنيات النظرية للخصائص المراد مقارنة أداء الأطفال بها ومدى ما يمكن اقتراحه من تطوير في أسلوب الأداء بهدف محاولة الوصول بقيم المتغيرات المدروسة إلى الحدود القصوى التي تشير إليها المنحنيات النظرية.

المستوى الرابع: التحليل بغرض الدراسة النظرية الحركات النماذج

وهو أصعب أنواع التحليل وأكثرها تقدمة حيث يتم دراسة مسارات بعض المهارات الرياضية على النماذج المصنعة بهدف دراسة إمكانية ظهور احتمالات حركية جديدة على هذه النماذج من ناحية وإمكانية تطبيقها على الجسم البشري من ناحية أخرى ومن هنا تظهر أهمية البحوث في تعديل وتطوير طرق الأداء للعديد من المهارات الرياضية كما أن لهذا النوع من التحليل أهمية كبيرة فيما ظهر حديثاً من مهارات مبتكرة لم يسبق التعرف عليها من قبل كما هو الحال في جميع الرياضات (طلحة حسين حسام الدين، 1994).

63.1. مبادئ التحليل البيوميكانيكي:

وضع (عادل عبد البصير، 1998) نموذج تخطيطي للتحليل البيوميكانيكي للمهارة

الرياضية:

- تحديد تسمية دقيقة للمهارة الرياضية وفقا للمصطلحات المتبعة في المجال الرياضي التخصصي.

- وضع هدف أو اهداف محددة للتحليل البيوميكانيكي.

- اختيار طرق البحث وأجهزة القياس اللازمة لحل مختلف واجبات الدراسة.

- الكشف عن الارتباطات والعلاقات الداخلية بين الخصائص المنفردة للمهارة في حدود الأهداف السابق تحديدها عن طريق استخدام الطرق الاحصائية.

- صياغة الاستخلاصات المناسبة حول تقويم المهارات الرياضية موضع الدراسة

ووضع التوصيات، وفقا لنتائج التحليل البيوميكانيكي السابق إجراءه

64.1. أغراض التحليل الحركي:

هنالك أغراض عدة للتحليل الحركي في المجال الرياضي وهي:

- التحليل لغرض التعرف على الخصائص التكنيكية للمهارة.

- التحليل لغرض الكشف عن عيوب الأداء.

- التحليل لغرض مقارنة الأداء بالأداء الأمثل أو ما يسمى بالمنحنيات النظرية.

وان العوامل الأساسية المساعدة للأداء الحركي والإنجاز الرياضي يمكن إن تستخدم

بمساعدة الأجهزة العلمية الحديثة للاستعانة على وصف الحركة وتحليلها تحلية دقيقة والكشف

عن جميع العوامل التي تدخل في التحليل الحركي لجسم الإنسان (, صريح عبد الكريم الفضلي،

.(2000)

خلاصة:

تهتم البرامج الحركية المعدلة بإعاقه الطفل المعاق باعتباره كائناً حياً بيولوجي، اجتماعي، ثقافي له حاجاته ومشكلاته البيولوجية والاجتماعية والنفسية. ولما كانت الإعاقة تلعب دوراً في عزل الطفل وأسرته عن المجتمع، فإن العزلة تعنى المرض، والمرض يعنى الإعاقة والمعاق يعنى عدم القدرة على أداء دوره في المجتمع يتطلب ذلك تنمية القدرات التي لديه بما يمكنه من أداء دوره في المجتمع في حدود هذه القدرات، وإعادة الاندماج والانتماء إلى المجتمع للقضاء على العزلة التي يعاني منها.

الباب الثاني

الخلفية المعرفية التطبيقية للدراسة

الفصل الاول

إجراءات البحث الميدانية

تمهيد:

مما لا شك فيه ان أي بحث يحتاج الى الدقة للوصول الى أهدافه ولا يمكن معالجة أي ظاهرة او مشكلة دون تحديد الوسائل والأدوات الممكنة والمناسبة لموضوع الدراسة وان أي ظاهرة او مشكلة تحتاج الى منهجية علمية مسطرة قبل الشروع فيها واشكالية الدراسة تحدد لنا سلفا نوع المنهجية العلمية المناسبة لموضوع الدراسة وموضوع الدراسة الذي نحن بصدد معالجته يحتاج الى الكثير من الدقة والوضوح كما يحتاج الى جهد أكبر من حيث تحديد منهج الدراسة وطبيعة عينة البحث واجراءاته الميدانية وطرق اختيار الأدوات والوسائل المناسبة.

1. الدراسة الاستطلاعية:

من أجل ضبط متغيرات الدراسة والوقوف على معوقات إجراء الدراسة والتأكد من المنهج المتبع والعينة المختارة لتنمية أهم القدرات الحركية المختارة وفقاً لبعض المتغيرات الكنماتيكية قمنا بإجراء دراسة استطلاعية بمركز الأطفال ذوي التخلف الذهني البسيط بالجلفة وذلك في الحدود الزمانية 2018/12/16-2018/12/17 على عينة قوامها 5 أفراد من أطفال ذوي التخلف الذهني البسيط

وتعرف الدراسة الاستطلاعية بأنها: عملية استطلاع على الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها والتعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها واختبارها للبحث العلمي. (إبراهيم، 2002)

وكان الهدف من إجراء هذه التجربة هو الآتي:

- معرفة مدى ملائمة الاختبارات المختارة لعينة البحث.
- معرفة الوقت المستغرق لأداء الاختبارات.
- معرفة مدى ملائمة الأدوات المستعملة.
- معرفة المعوقات التي قد تواجه مجريات الدراسة.
- التأكد من ملائمة وتناسب محتوى الحصة التدريبية مع الزمن المخصص لها والتوزيع الزمني لها.

- العمل على تحديد الأحمال التدريبية من حيث الشدة والحجم وفترات الراحة

- التأكد من مدى ملائمة وصلاحية المكان والأدوات والأجهزة المستخدمة في تنفيذ
الحصص.

- التأكد من تفهم وتقبل اللاعبين للوحدات التدريبية بجدية وعزم وإجراء في التغيير
للوصول إلى مستوى عالي خاصة في محتوى البرنامج المقترح.

وقد قمنا في دراستنا الاستطلاعية بما يلي:

قام الباحث بتصميم استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد أهم المهارات الأساسية.

قام الباحث بتصميم استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد محتوى البرنامج المقترح

وقد أسفرت نتيجة الاستطلاع رأي الخبراء على ما يلي:

1. المهارات الأساسية المختارة:

مهارة الجري

مهارة الوثب من الثبات

مهارة الرمي

2. الاختبارات الأساسية المستعملة في الدراسة:

اختبار الجري 30 مترا

اختبار الوثب من الثبات

اختبار رمي الكرة

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم الاحادي لملاءمته لمشكلة البحث إذ يعد "المنهج التجريبي واحداً من المناهج التي تعتمد التغيير وضبط الملاحظات المحددة للواقع أو الظاهرة مع ملاحظة ما ينتج عن هذا التغيير من ضبط لهذا الواقع أو الظاهرة".

(إبراهيم عامر، 1993)

65.1. المنهج التجريبي بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة:

يتطلب أبسط تصميم تجريبي، مجموعة واحدة من المفحوصين إذ يقوم الباحث بملاحظة أداء المفحوصين قبل وبعد تطبيق متغير أو إبعاده، ويقاس مقدار التغير الذي يحدث إذا ما وجد تغير في أدائهم. (محمد عبد الفتاح دويدار، 1999)

وقد تم الاعتماد على التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة بقياسين قبلي وبعدي، ومن الناحية النظرية لا يوجد ضبط أفضل من استخدام نفس المجموعة في الحالتين طالما أن جميع المتغيرات المستقلة المرتبطة بخصائص أفراد المجموعة والمؤثرة في المتغير التابع قد أحكم ضبطها.

وقد تطلب منا هذا التصميم ما يلي:

• يقوم الباحث بقياس قبلي على العينة وذلك قبل إدخال المتغير المستقل في

التجربة.

- يستخدم الباحث المتغير المستقل على النحو الذي يحدده ويضبطه، ويهدف هذا الاستخدام إلى إحداث تغيرات معينة في المتغير التابع يمكن ملاحظتها وقياسها.
- يجري الباحث قياس بعدي على المجموعة للتعرف على حجم تأثير المتغير المستقل في المتغير التابع.
- يقوم الباحث بحساب الفروق بين القياسين القبلي والبعدي ثم تختبر دلالة الفروق والتأثير إحصائياً.

مجتمع الدراسة والعينة:

66.1. مجتمع الدراسة:

هو إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بحصة او مقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تأخذ القياسات او البيانات المتعلقة بالدراسة او البحث، وبذلك يعرض تعميم النتائج التي يتم التوصل اليها من العينة على المجتمع الأصلي المسحوب منه العينة. (رضوان، 2003)، حيث احتوى المركز على 153 من الأطفال من مختلف الاعاقات العقلية وقد تمثل مجتمع دراستنا في الأطفال ذوي التخلف الذهني البسيط بعدد 20 طفلاً متواجدين في مركز الأطفال ذوي التخلف الذهني بالجلفة

67.1. عينة الدراسة:

عينة الدراسة هي معلومات عن عدد الحصص التي تسحب من المجتمع الأصلي

لموضوع الدراسة، بحيث تكون ممثلة تمثيلاً صادقاً (عبد العزيز فهمي، 1994).

1.67.1 شروط اختيار العينة:

✓ ان تكون افراد العينة من الأطفال ذوي التخلف الذهني البسيط.

✓ ان لا تكون هناك اعاقات أخرى مع إعاقة التخلف الذهني البسيط قد تعيقه على

أي نشاط من الأنشطة المدرجة ضمن اختبارات المهارات الحركية قيد الدراسة او

المتغيرات الكنماتيكية قيد الدراسة.

✓ ان تكون العينة مناسبة لطبيعة المشكلة المراد دراستها من خلال هذه الدراسة

✓ ان يكون الأطفال ذوي التخلف الذهني البسيط ضمن الفئة العمرية من 09 سنة

الى 12 سنة

2.67.1 حجم عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الخاصة بنا من الأطفال ذوي التخلف الذهني البسيط بعدد 9

أطفال المتواجدين بمركز الأطفال المعاقين ذهنياً بالجلفة، وقد تم اختيار العينة بطريقة عشوائية

بسيطة وهذا راجع الى استعمالنا المنهج التجريبي ذو التصميم الأحادي والذي يفرض علينا

الاختيار العشوائي للعينة كما هو موضح في الجدول رقم 1.

جدول رقم 1: يبين تقسيم المجتمع الأصلي

النسبة المئوية	العدد	العينة
100%	20	مجتمع الدراسة الكلي
19.2%	05	العينة الاستطلاعية
34%	09	العينة التجريبية

68.1. التكافؤ والتجانس لمجتمع الدراسة:

1.68.1. تكافؤ وتجانس عينة الدراسة الاستطلاعية:

بعد اختيار الباحث عينة الدراسة الاستطلاعية بعدد 5 أطفال قام الباحث بإجراء التكافؤ

والتجانس لعينة الدراسة الاستطلاعية والنتائج مبينة في الجدول التالي:

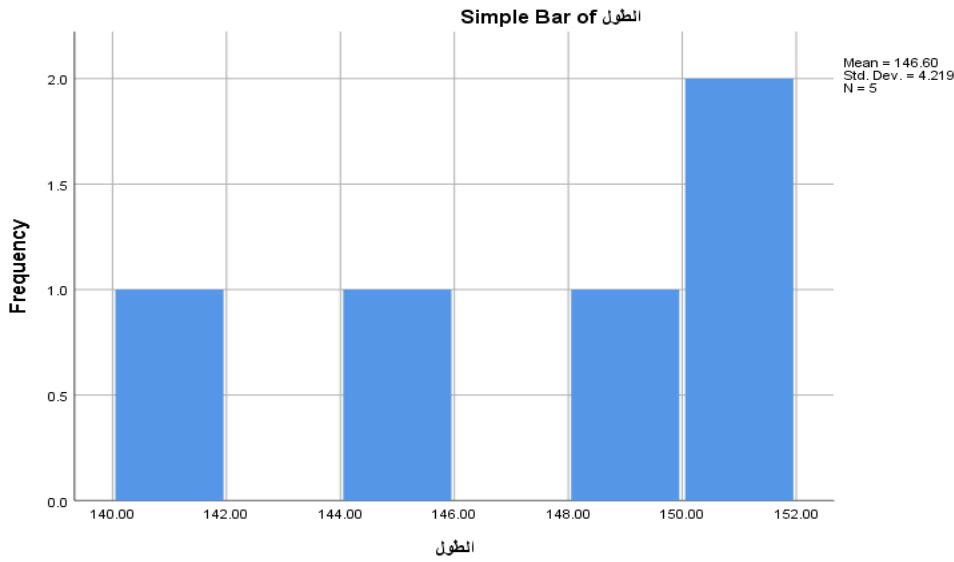
جدول رقم 2: التكافؤ والتجانس لعينة الدراسة الاستطلاعية

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الوسيط	وحدة القياس	المعالجات الإحصائية المتغيرات
0.57	2.70	146.6	145.0	متر	الطول
-0.147	3.36	49.60	50.00	كغ	الوزن
0.541	1.30	10.20	10.00	سنة	العمر

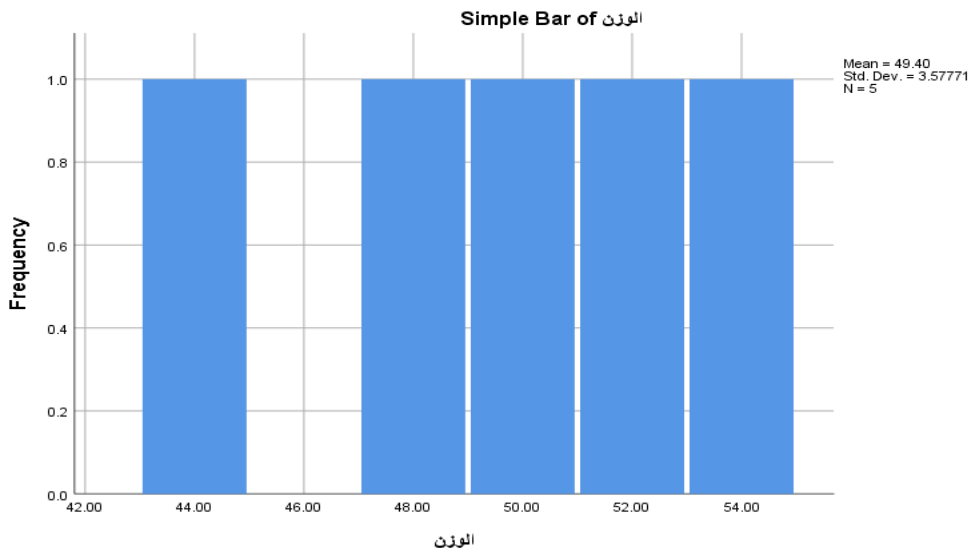
لدينا من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول نجد ان معامل الالتواء والذي بلغ

على التوالي 0.57، -0.147، 0.541، تقع هذه القيم كلها ما بين +1 و -1 ومنه يمكن

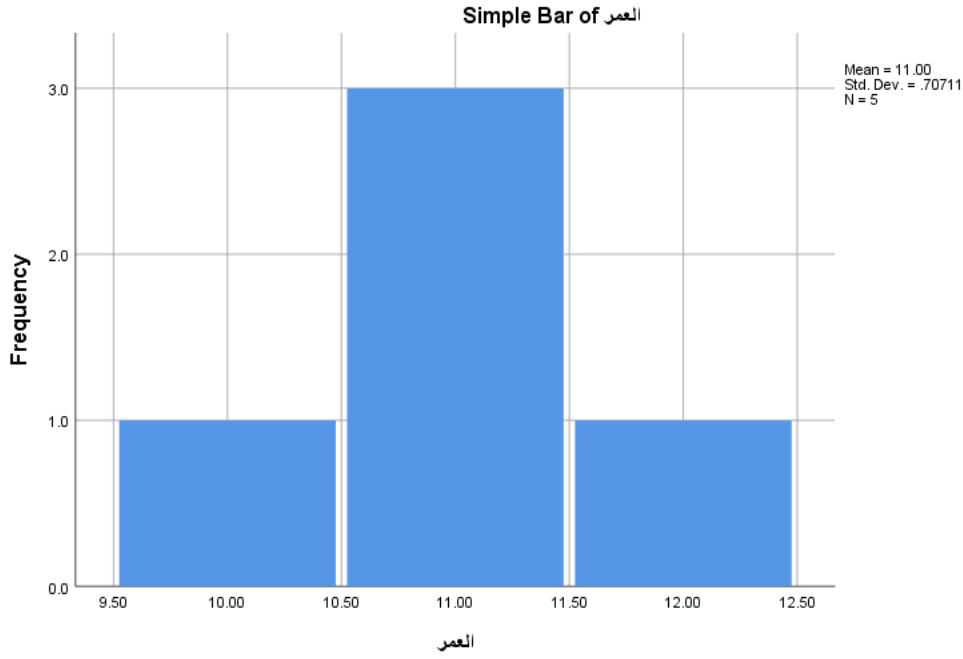
القول ان القيم متكافئة أي ان افراد العينة الاستطلاحية متكافئين في المتغيرات النمائية قيد الدراسة.



شكل رقم 1 : يبين تكافوء العينة الإستطلاحية في متغير الطول



شكل رقم 2: يبين تكافوء العينة الإستطلاحية في متغير الوزن



شكل رقم 3: يبين تكافؤ العينة الاستطلاعية في متغير العمر

2.68.1 تكافؤ وتجانس عينة الدراسة الأساسية:

جدول رقم 3: تكافؤ وتجانس عينة الدراسة الأساسية

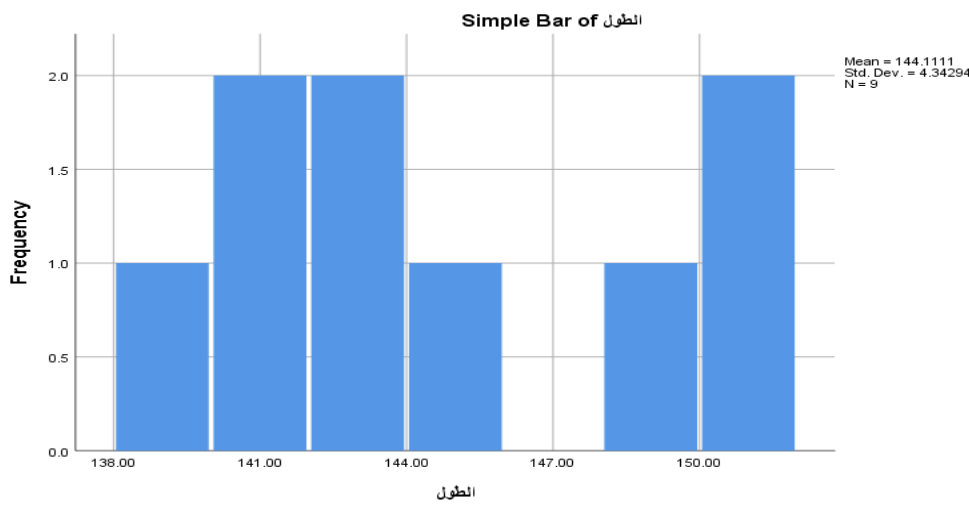
المعالجات الاحصائية		المتغيرات	
وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	143.00	4.34	0.362
الوزن	50.00	4.35	0.182
العمر	11.00	0.78	0.216

لدينا من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول السابق نجد ان معامل الالتواء

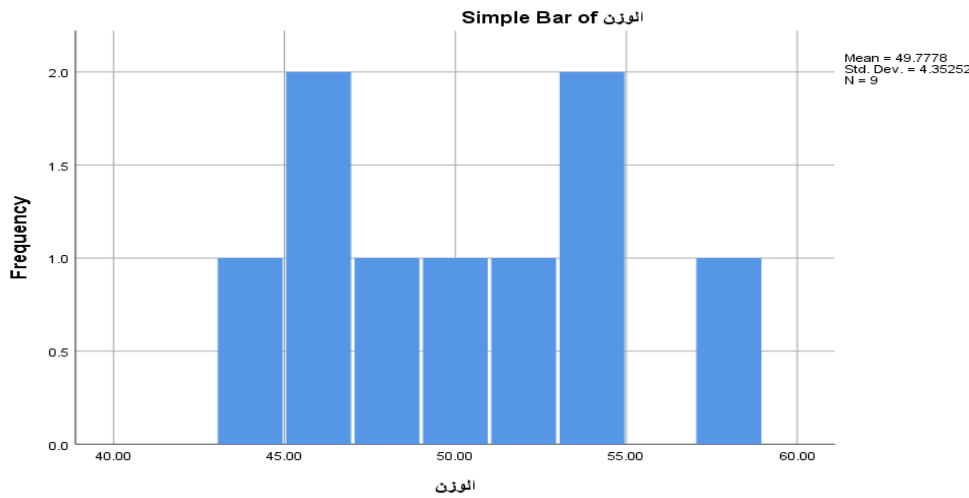
والذي بلغ على التوالي 0.362، 0.182، 0.216

ونجد ان هذه القيم تقع كلها ما بين +1 و -1 ومنه يمكن القول ان افراد العينة الاساسية

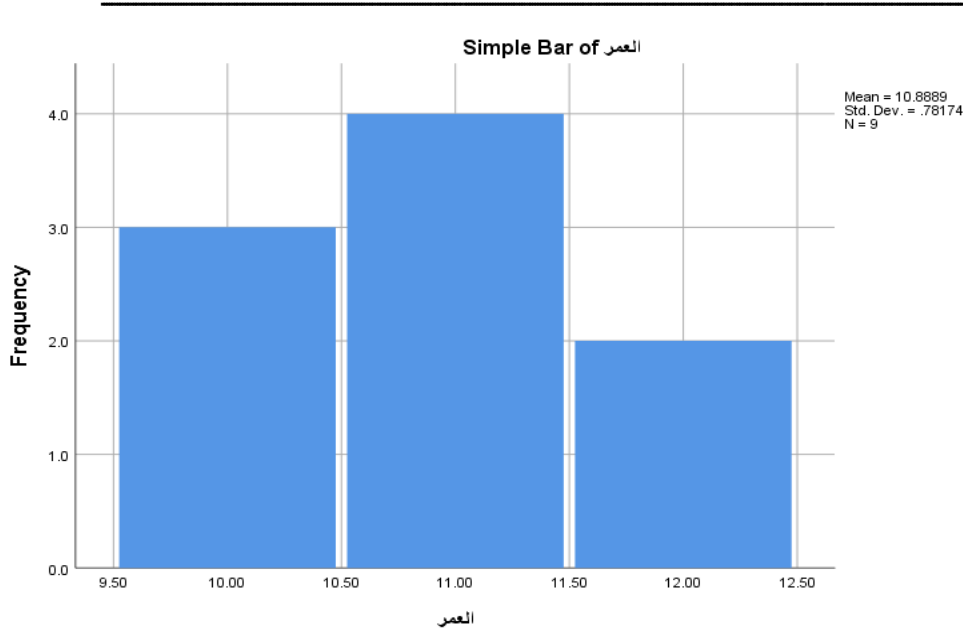
متكافئين في المتغيرات النمائية قيد الدراسة.



شكل رقم 4: يبين تكافؤ العينة الأساسية في متغير الطول



شكل رقم 5: يبين تكافؤ العينة الأساسية في متغير الوزن



شكل رقم 6: يبين تكافؤ العينة الأساسية في متغير العمر

3.68.1. تكافؤ العينة الأساسية في المتغيرات المهارية:

جدول رقم 4: تكافؤ العينة في المتغيرات المهارية

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الوسيط	المعالجات الاحصائية المتغيرات
0.107	1.00	7.33	7	الجري
-0.929	0.123	0.755	0.80	الوثب
0.661	1.333	11.55	11	الرمي

لدينا من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال دراسة المتغيرات المهارية نجد ان

معامل الالتواء قد بلغ على التوالي 0.107، -0.929، 0.661

ونجد ان هذه القيم كلها تقع ما بين +1 و -1 ومنه يمكن القول ان القيم متكافئة أي

ان افراد العينة متكافئين في المتغيرات المهارية قيد الدراسة.

4.68.1 تكافؤ العينة في المتغيرات الكنماتيكية:

جدول رقم 5: تكافؤ العينة في المتغيرات الكنماتيكية

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الوسيط	المعالجات الاحصائية المتغيرات
0.036	4.41	145.55	145	زاوية المرفق
0.031	6.02	153.33	152	زاوية الكتف
-0.26	12.43	118.88	122	زاوية الركبة
-0.10	0.34	3.69	3.78	السرعة

لدينا من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال دراسة المتغيرات الكنماتيكية نجد ان

معامل الالتواء قد بلغ على التوالي 0.036، 0.031، -0.26، -0.10

ونجد ان هذه القيم كلها تقع ما بين +1 و -1 ومنه يمكن القول ان القيم متكافئة أي

ان افراد العينة متكافئين في المتغيرات الكنماتيكية قيد الدراسة.

5.68.1 اعتدالية التوزيع:

يشترط في البحوث العلمية مجموعة من الشروط قبل استخدام أي اختبار من الاختبارات

ولابد من توافرها ومن اهم هذه الشروط:

6.68.1. شرط العشوائية:

إن شرط العشوائية شرط نظيري لا يتم اختباره إحصائياً لأنه من المفترض ان تكون العينات التي قام الباحث بسحبها هي عينات عشوائية ومستقلة.

7.68.1. شرط الاعتدالية:

أي أن تكون عينية الدراسة مسحوبة من مجتمع تتبع بياناته التوزيع الطبيعي، ولإيجاد التوزيع الطبيعي واعتدالية التوزيع قمنا باختبارين ببرنامج SPSS هما اختبار كلومجروف-سيمرنوف واختبار شابيرو-ويليك.

جدول رقم 6: يبين اعتدالية العينة الأساسية

Shapiro-Wilk		Kolmogorov-Smirnov ^a		المتوسط الحسابي	المعالجات الإحصائية المتغيرات
sig	قيمة الاختبار	sig	قيمة الاختبار		
0.20	0.890	0.20	0.161	144.11	الطول
0.717	0.952	0.20	0.141	49.77	الوزن
0.055	0.838	0.20	0.223	10.88	العمر

ومن الجدول ومن نتائج الاختبارات Kolmogorov والتي بلغت على التوالي 0.161،

0.141، 0.223، وضمن مستوى الدلالة والذي بلغ على التوالي 0.20، 0.20، 0.20 وهو

أكبر من مستوى الدلالة 0.005،

وكذلك واختبار Shapiro والذي كانت قيمه على التوالي 0.838، 0.952، 0.890 وقد بلغ مستوى الدلالة على التوالي 0.20، 0.717، 0.055 وهي كلها قيم أكبر من مستوى الدلالة 0.005

ومن النتائج المتحصل عليها فإننا نقبل الفرض العدمي القائل بأن بيانات العينة مسحوبة من مجتمع تتبع بياناته التوزيع الطبيعي وبالتالي فإننا نلاحظ توفر شرط الاعتدالي والتوزيع الطبيعي.

ادوات جمع البيانات.

للتأكد من صحة الفرضيات المقدمة للدراسة واستجابة لطبيعتها نحن بصدد وضع مجموعة من الاختبارات بعد تعديلها حسب قدرات العينة هذه الاختبارات موجهة للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط كأداة للبحث. وتمثلت الاختبارات في:

- اختبار الجري 30م

-اختبار الوثب من الثبات.

- اختبار الرمي.

وقد استخدمنا كذلك الأدوات التالية:

❖ برنامج التحليل الحركي Kinovea

❖ المصادر والمراجع العربية والأجنبية.

❖ الاختبار والقياس.

❖ استمارات خاصة بتسجيل وتفرغ البيانات.

❖ كاميرا التحليل الحركي تصوير فيديو حديثة تردد 60fps

❖ ميزان طبي

❖ شريط متري

❖ مقياتي (ساعة توقيت الكترونية)

❖ اقمام بعدد 10

❖ كرات يد بعدد 9.

❖ طباشير ومادة الكلس.

❖ صفارة

❖ حقيبة التحليل الاحصائي spss

❖ جهاز اعلام آلي

69.1. تصميم البرنامج الحركي المعدل:

قام الباحث ببناء البرنامج في صورته الأولية وعرضه على نخبة من المختصين في مجال البرامج الحركية المكيفة من مختلف معاهد الوطن وهذا لتقنين البرنامج الحركي المكيف ولضبطه من ناحية ملائمة العينة والمدة ولتحكيمة وإعطاء آرائهم حول النقائص والتعديلات، وبعد التحكيم قام الباحث بالالتزام بمختلف الملاحظات التي تم اعطاؤها لأجل اخراج البرنامج في صورته النهائية، ونتائج استطلاع الخبراء مبينة في الجدول التالي:

جدول رقم 7: يبين نتائج استطلاع آراء الخبراء في عناصر البرنامج المعدل المقترح

المتغيرات	الاختبار	النسبة المئوية
1	مدة البرنامج	10 اسابيع
2	عددت الوحدات	وحدة كل اسبوع
3	زمن الوحدات	35-45 دقيقة
4	العناصر الأساسية للبرنامج	عام - خاص - تمارين فردية
5	الشدة	من السهل الى الصعب

1.69.1. حصص البرنامج الحركي المعدل:

الجزء التحضيري:

يحتوي على الجوانب التنظيمية والتحضير البدني العام والخاص للأطفال الصم البكم ويدوم

05 دقائق

الجزء الرئيسي: وهو جزء أداء تمارين البرنامج الخاصة بالقدرات الحركية قيد الدراسة

ويحتوي على المواقف التعليمية ومؤشرات الانجاز بالإضافة الى التمارين الخاصة بالقدرات

الحركية قيد الدراسة، وتدوم مدته 35 دقيقة.

الجزء الختامي:

يمثل هذا الجزء الراحة والتعويض البدني وفيه العودة للحالة الطبيعية ويدوم 05 دقيقة.

جدول رقم 8: يبين المراحل الزمنية لحصص البرنامج

الدرس	التهيئة	الاعداد البدني	الجزء التعليمي	التطبيقات العملية	الجزء الختامي
الزمن	5 د	5 د	5 د	25د	5د

2.69.1. المهارات الحركية المختارة في الدراسة:

تم عرض المهارات الحركية على الخبراء والمختصين في المجال، وقد تم الموافقة عليها

والنتائج مبينة في الجدول التالي:

جدول رقم 9: يبين المهارات الحركية المختارة في البرنامج الحركي المكيف.

النسبة المئوية	المهارة
%100	مهارة الرمي
%100	مهارة الوثب
%100	مهارة الجري

70.1. الاختبارات المستعملة

1.70.1. اختبارات القدرات الحركية:

قام الباحث بعمل استبيان خاص بتحديد اهم اختبارات المهارات الحركية المناسبة للعينة،

وقد تم عرضها على الخبراء والمختصين في المجال، ومن ثم قام الباحث بتفريغ الاستبانة

ومعالجتها احصائيا واستخراج النسب المئوية للاختبارات، والنتائج موضحة في الجدول

التالي:

جدول رقم 10: يمثل اختبارات المهارات الحركية المرشحة للخبراء والمختصين

المهارة	الاختبارات	النسبة المئوية	القبول
مهارة الجري	الجري 30 مترا	%93	مقبول
	الجري المتعرج	%35	غير مقبول
	الجري حول الأقماع	%30	غير مقبول
مهارة الوثب	اختبار الوثب بقدم واحدة	%20	غير مقبول
	اختبار الوثب من الثبات	%100	مقبول
	اختبار نط الحبل	%35	غير مقبول
مهارة الرمي	اختبار رمي واستقبال الكرات على الجدار	%45	غير مقبول
	اختبار الكرة المرتدة	%40	غير مقبول
	اختبار رمي الكرة	%100	مقبول

1.1.70.1. اختبار الجري 30م من وضعية الوقوف

الغرض من الاختبار: قياس السرعة الانتقالية الجري

الأدوات المستعملة في الاختبار: ساعة إيقاف - صفارة - طريق مستقسم ممهد للجري -

مواصفات الأداء: يعطى نموذج لكيفية للأداء

- يقف الطفل خلف خط البداية متخذاً وضعية البدء العالي عند سماع إشارة ينطلق الى

خط النهاية

- يؤدي الاختبار في مجموعات كل منها في اثنين.

- يسجل الزمن الذي يقطع في الطفل بالثانية الى أقرب 0.01 ثا.

2.1.70.1 اختبار الوثب من الثبات

الغرض من الاختبار: قياس مهارة الوثب

الأدوات المستعملة: ارض مستوية - شريط قياس - يرسم خط بداية على الأرض.

مواصفات الأداء:

- يعطى للطفل نموذجا لكيفية الوثب

- يقف الطفل خلف خط البداية القدمان في نفس الخط والذراعان جانبا ثم يبده الطفل

بمرجحة الذراعان خلفا مع ثني الركبتان ثم مرجحة الذراعان اماما والدفع بالقدمين بقوة في

نفس لحظة الوثب لأبعد مسافة ممكنة.

- يعطى للطفل ثلاث محاولات.

تقدير الدرجات:

تحسب للطفل أفضل مسافة يسجلها خلال ثلاث محاولات

تقاس مسافة الوثب بين خط البداية الحافة الداخلية حتى اعند نقطة ملامسة الكعبين

للأرض.

3.1.70.1 اختبار الرمي على الهدف:

الغرض من الاختبارات: قياس مهارة الرمي

الأدوات المستعملة: ارض مستوية- شريط قياس- كرة طبية وزن 250 غ -

إجراءات الأداء: يعطى للفل نموذج لكيفية الرمي

- يقف الطفل خلف خط البداية يقوم الطفل برمي الكرة بعد سماع الإشارة وذلك بعد ان

يستعد وتستقر قدماه خلف خط البداية

- تقاس المسافة بين خط البداية الى اول نقطة سقوط الكرة.

- تعطى ثلاث محاولات للطفل

تقدير الدرجات: تحسب أحسن مسافة من المحاولات الثلاثة

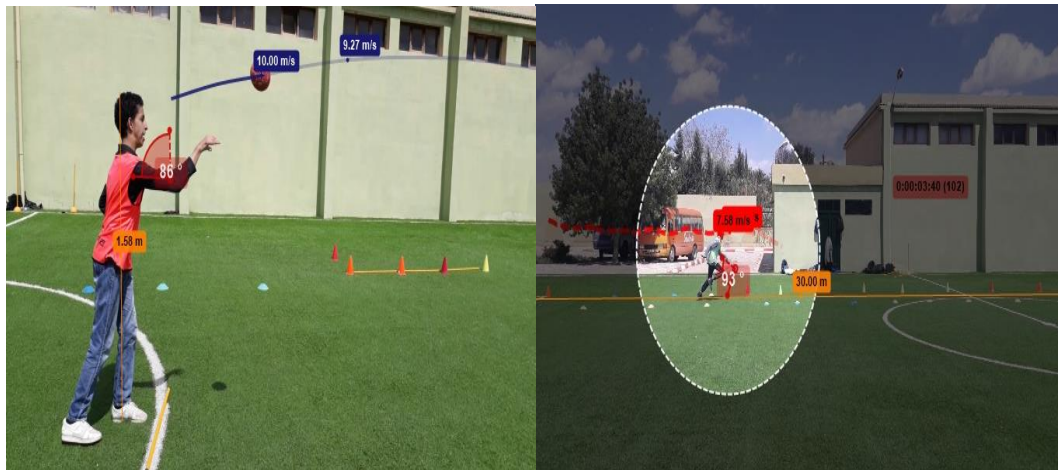
تقاس مسافة الرمي من داخل الحافة الداخلية الى اول نقطة ملامسة الكرة للأرض.

2.70.1 المتغيرات الكنماتيكية المستخدمة في الدراسة:

1.2.70.1 السرعة:

السرعة: هي معدل تغير المسافة بالنسبة للزمن، وهي السرعة الكلية للمهارة كاملة،

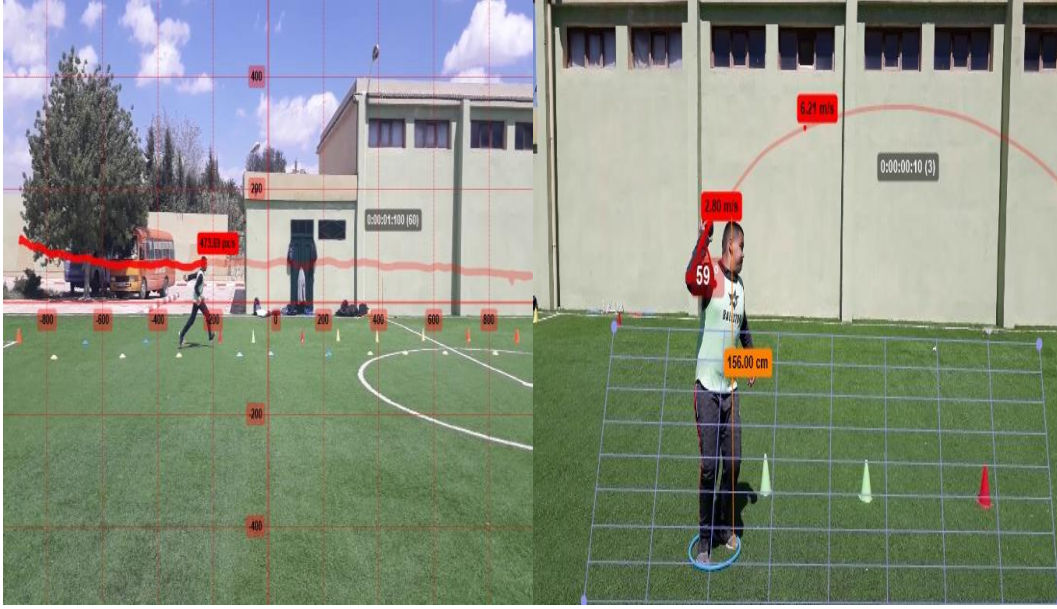
وتنتج عن قسمة المسافة الكلية المقطوعة على الزمن الكلي لها.



شكل رقم 7: التحليل الكنماتيكي لمتغير السرعة

2.2.70.1. التعجيل:

التسارع هو المعدل الزمني لتغير سرعة الجسم في الحركة ككل.



شكل رقم 8: التحليل الكنماتيكي لمتغير التعجيل

3.2.70.1. زاوية الكتف:

وهي الزاوية المحصورة بين خط العضد (من نقطة مفصل الكتف الى نقطة مفصل المرفق) مع خط الجذع، هي الزاوية المحصورة بين الخط الواصل من مفصل المرفق إلى مفصل الكتف والخط الواصل بين مفصل الكتف إلى مفصل الورك في الجسم، وتقاس من الداخل ومن الخارج، وحدة قياسها الدرجة.



شكل رقم 9: التحليل الكنماتيكي لمتغير زاوية الكتف

4.2.70.1. زاوية المرفق:

هي الزاوية المحصورة بين خط المرفق (من نقطة مفصل الرسغ الى نقطة مفصل المرفق) وخط العضد (من نقطة مفصل المرفق الى نقطة مفصل الكتف) وتقاس من الداخل فقط لأنها زاوية مغلقة.



شكل رقم 10: التحليل الكنماتيكي لمتغير زاوية المرفق

5.2.70.1. زاوية الركبة:

هي الزاوية المحصورة بين خط عظم الفخذ من نقطة مفصل الورك إلى نقطة مفصل الركبة، وبين خط عظم الساق من نقطة مفصل الركبة إلى نقطة مفصل الكاحل وتُقاس من الخلف.



شكل رقم 11: التحليل الكنماتيكي لمتغير زاوية الركبة

1.2.70.1. زاوية ميلان الجسم:

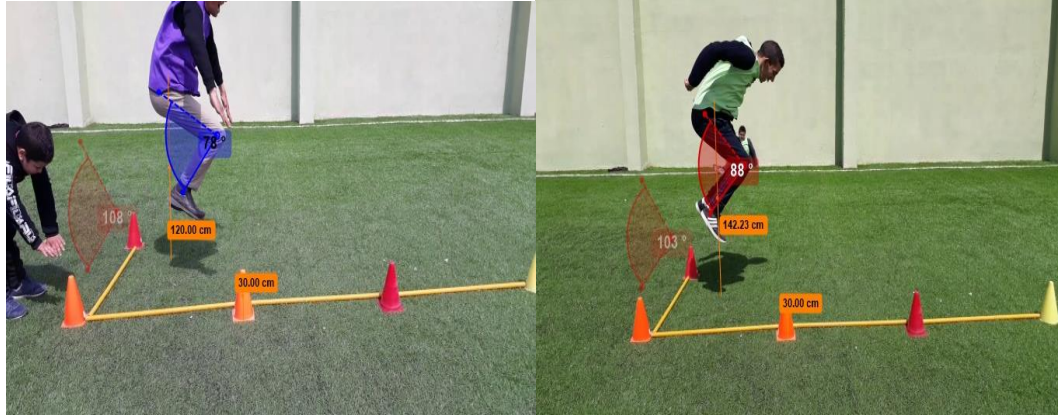
هي الزاوية المحصورة بين خط الجذع (من نقطة مفصل الكتف إلى نقطة مفصل الورك) مع الخط العمودي أو الأفقي.



شكل رقم 12: التحليل الكنماتيكي لمتغير ميلان الجسم

2.2.70.1. أقصى ارتفاع لنقطة مركز ثقل الجسم:

وهو المسافة العمودية المحصورة بين موقع نقطة ثقل الجسم في الهواء والأرض.



شكل رقم 13: التحليل الكنماتيكي لصدق وثبات الاختبارات:

3.2.70.1. ثبات الاختبار:

يقصد بالاختبار الثابت هو الاختبار الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا طبقت

أكثر من مرة في ظروف متماثلة (الزيود و عليان، 2005)

4.2.70.1. صدق الاختبار:

عند إجراء الاختبارات أو القياس يجب أن يبتعد القائم بالاختبار أو المقوم أو الباحث

عن الانقياد أو التحيز لأرائه الشخصية، بل يجب الاعتماد على الأدلة القاطعة والبراهين

للاستناد عليها في عملية التقويم. (الحكيم، 2004)

ولغرض إيجاد ثبات وموضوعية الاختبار تم الاختبار على عينة التجربة الاستطلاعية

ثم بعد مرور أسبوع تم إعادة الاختبار باستعمال معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

جدول رقم 11: صدق وثبات الاختبارات على العينة الاستطلاعية

المعنوية	sig	القيمة الاحصائية	الاختبار الثاني		الاختبار الاول		الاختبار
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
معنوي	0.021	0.746	0.72	7.55	1.00	7.33	اختبار الجري 30م
معنوي	0.022	0.742	0.100	0.733	0.123	0.755	اختبار الوثب من الثبات.
معنوي	0.004	0.844	1.00	12.00	1.33	11.55	اختبار الرمي.

71.1. مراحل تطبيق البرنامج الحركي والقياسات القبلية والبعدية:

1.71.1. عملية التصوير:

برنامج كينوفيا (Kinovea):

هو برنامج تخصصي لتحليل الحركات الرياضية لاستخراج قيم الزوايا والأبعاد والأزمنة بعد نقل الملفات (مقاطع الفيديو للحركة) وفتحها من خلال البرنامج، والشكل التالي يوضح واجهة البرنامج هو تطبيق تحليلي شامل يستهدف في المقام الأول من قبل المدربين الرياضيين وأصحاب المهن الطبية، إذ يتم عن طريق هذا البرنامج تحليل ومقارنة وتقييم الحركة وذلك لتقييم مدى التقدم الحاصل عند تدريب الرياضي، أي يمثل هذا البرنامج ملف متكامل يتيح للمدربين إظهار مجموعة الفيديو وهات على شكل صور مصغرة متحركة يمكن حفظها والرجوع إليها، مما يتيح الترميز على حركات معينة ضمن الفيديو واكتشاف الحركة بشكل إطار تلو الإطار أو بشكل حركة بطيئة.

إن مستخدمي هذا النظام يمكنهم من إضافة أي محتوى إلى الفيديوهات التي تخصهم بواسطة استخدام أدوات الرسم والتي تمكنهم من إضافة أشكال مختلفة مثل الخطوط والأسم مع إضافة وصف لمفاتيح المواقع، فالخطوط وأدوات التوقيت تتيح للمدرب قياس المسافة والزمن، كما يمكن متابعة مسار الحركة وقياس السرعة باستخدام أدوات أتوماتيكية متشابهة مثل نموذج الشاشة المزدوجة والتي من خلالها يمكن تتبع اثنين من الفيديوهات في حدث معين مشترك، إضافة إلى ذلك فإن هذا البرنامج يمكنه حفظ الفيديو.

2.71.1 القياسات القبلية:

تمت القياسات القبلية بتاريخ الاحد 10 /01/ 2019 الى 12 /01/ 2019 وهذا بعد تهيئة الظروف المناسبة واتمام الدراسة الاستطلاعية والتأكد من صلاحية تطبيق البرنامج الحركي وقد تم في هذه المرحلة ما يلي:

- العمل على تنفيذ اختبارات المهارات الحركية الخاصة بالبرنامج الحركي المكيف على العينة الأساسية من ذوي التخلف الذهني البسيط
- تهيئة الكاميرا وتسجيل الأداء للقيام بالتحليل الحركي
- تسجيل وجمع وفرز النتائج المتحصل عليها
- الشروع في تطبيق البرنامج الحركي

3.71.1 القياسات البعدية:

بعد القيام بتطبيق حصص البرنامج الحركي المكيف، بواقع حصتين كل أسبوع لمدة 10 أسابيع وهذا وفق مسار التاريخ من 2019/01/15 الى غاية 2019/03/20، قمنا بتطبيق الاختبارات البعدية على العينة وعملنا على استخراج المتغيرات الكنماتيكية قيد الدراسة، وهذا بتاريخ

وقد تمثل هذه المرحلة فيما يلي:

- القيام بتصوير الأداء باستعمال آلات الكاميرا.
- تسجيل أداء الماهرات الحركية
- العمل على تحويل الفيديو من الكاميرا الى برنامج التحليل الحركي.
- بتحليل واستخراج المتغيرات الكنماتيكية
- تفرغ النتائج على حزمة برامج التحليل الاحصائي **spss**
- استخراج الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية في المتغيرات قيد الدراسة.

الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة:

الإحصاء هو العلم الذي يبحث في جميع البيانات عرضها -تحليلها- واستقرار النتائج وإيجاد قرارات البناء وكانت الغرض من استخدام المعالجة هو جمع تحليل ومناقشة النتائج الميدانية. (عبد الهادي، 1999).

جدول رقم 12: يبين الاساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة

الإحصاء الوصفي	الإحصاء الاستدلالي
الوسيط:	اختبار t, test لعينتان مرتبطتان
المتوسط الحسابي:	(عينة واحدة)
الانحراف المعياري	معامل الارتباط الخطي لبيرسون
النسبة المئوية للتطور	اختبار كلومجروف
معامل الاختلاف	اختبار شبيرو

صعوبات الدراسة:

نقص المراجع الأساسية الخاصة بالدراسة

- اضاءة الكثير من الوقت والجهد في البحث في المكتبات جامعية وغيرها ومواقع

المكتبات

- الشح في المراجع المتواجدة في دولتنا فيما يخص مجال التحليل الحركي
- عرقلة عملية التصوير في مراكز ذوي الاحتياجات الخاصة ومنع استعمال الكاميرا داخل مراكز ذوي الاحتياجات الخاصة الا بصعوبة وتبريرات.
- تحمل مصاريف التنقل من والى مركز الأطفال المعاقين ذهنيا
- العمل على توفير الوسائل التي يمكن استعمالها لأداء التمارين الرياضية.
- البحث عن استئجار كاميرا فيديو عدة مرات في الدراسة الاستطلاعية وأثناء القيام

بتصوير التجربة.

- نقص كبير في إمكانيات واليات المركز.
- عدم تواجد المختصين في المجال.

خلاصة:

قمنا في هذا الفصل باستعراض الطرق والأساليب الإحصائية والإجراءات المتبعة لتنفيذ الدراسة وتهيئة الأرضية المناسبة لمناقشة نتائج وقد بينا فيه الطرق والأساليب والإجراءات الميدانية والأدوات المستخدمة التي اتبعها الباحث للتحقق من صدق وثبات الأدوات المستعملة في هذه الدراسة وكذا حيثيات تطبيق البرنامج الحركي المكيف من التصوير الحركي واستخراج بيانات الدراسة القبلية الى التصوير والتحليل الحركي واستخراج المتغيرات الكنماتيكية للدراسة البعدية.

الفصل الثاني

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد:

في هذا الفصل سنقوم بعرض النتائج المتحصل عليها من الدراسة ومن ثم تحليل وتفسير ومناقشة هذه النتائج في ضوء الدراسات السابقة والمشابهة والعمل على اظهار تأثير المتغيرات على بعضها والتأكد من صحة فرضيات الدراسة، وكذا تبيان قيم التحسن في المتغيرات قيد الدراسة وتأثير البرنامج الحركي المكيف على متغيرات الدراسة، وكذلك تقديم النتائج المتحصل عليها وتفسيرها واستخراج توصيات الدراسة.

1. عرض وتحليل النتائج:

72.1. عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول:

والذي ينص على:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الجري وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط؟

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث بحساب اختبار t.test للعينات الغير

مستقلة كما هو موضح في الجدول رقم 13.

جدول رقم 13: نتائج اختبار قدرات الجري.

الجري 30 مترا								
المتغيرات	القياسات القبلية		القياسات البعدية		الاختبار الاحصائي t.test	sig	df	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
زاوية ميلان الجسم	133.11	11.56	147.00	11.10	8.53	0.00	8	دال
السرعة	4.20	0.31	4.56	0.35	3.48	0.008		دال
التعجيل	1.15	0.17	1.29	0.14	4.62	0.002		دال
الانجاز	7.33	1.00	8.88	0.78	5.29	0.001		دال

من خلال الجدول السابق تبين لنا ان قيمة المتوسط الحسابي في القياسات

القلبية لزاوية ميلان الجسم قد بلغت 133.11 وبانحراف معياري قدره 11.56

وقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي في القياس البعدي 147.00 وبانحراف

معياري قدره 11.10

ولدينا قيمة $t.test$ ، 8.53 وقد بلغت قيمة sig 0.00، وبدلالة معنوية

ولدينا قيمة المتوسط الحسابي في القياسات القبلية لمتغير السرعة قد بلغت

4.20 وبانحراف معياري قدره 0.31

وقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي في القياس البعدي 4.56 وبانحراف معياري

قدره 0.35

ومن الجدول لدينا قيمة $t.test$ قد بلغت 3.48 وقيمة sig قد بلغت 0.008

وبدلالة معنوية

ونجد قيمة المتوسط الحسابي في القياسات القبلية لمتغير التعجيل قد بلغت

1.15 وبانحراف معياري قدره 0.17

وقيمة المتوسط الحسابي في القياس البعدي قد بلغت 1.29 وبانحراف معياري

قدره 0.14

ولدينا قيمة $t.test$ قد بلغت 4.62 وقيمة sig قد بلغت 0.002 وبدلالة معنوية

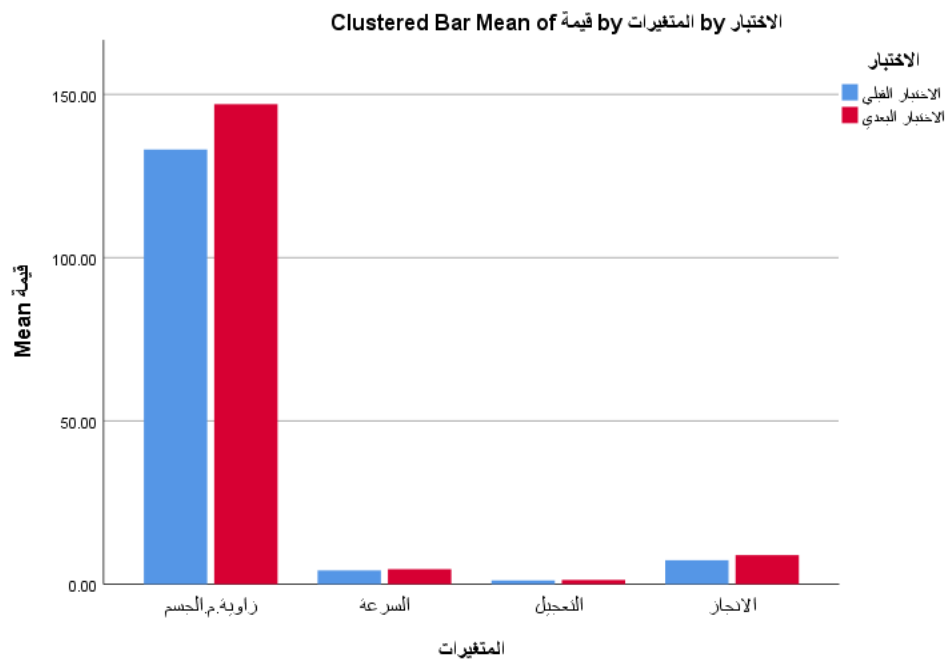
وكذلك قيمة المتوسط الحسابي في القياسات القبليـة لمتغير الانجاز قد بلغت

7.33 وبانحراف معياري قدره 1.00

ولدينا قيمة المتوسط الحسابي في القياس البعدي قد بلغت 8.88 وبانحراف

معياري قدره 0.78

ولدينا قيمة t.test قد بلغت 5.29 وقيمة sig قد بلغت 0.001 وبدلالة معنوية



شكل رقم 14 : المتوسطات الحسابية لقدرات الجري

نسبة التطور:

لغرض معرفة مدى التقدم الحاصل في قدرات الجري قام الباحث بحساب معامل الاختلاف والنسبة المئوية للتطور بين القياس القبلي والقياس البعدي في اختبار الجري وفق لبعض المتغيرات الكنماتيكية، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم 14: نسبة التطور في قدرات الجري

المتغيرات	القياسات القبلية			القياسات البعدية			df	النسبة المئوية للتطور
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف		
زاوية ميلان الجسم	133.11	11.56	8.68%	147.00	11.10	7.55%	8	10.43%
السرعة	4.20	0.31	7.38%	4.56	0.35	7.67%		8.57%
التعجيل	1.1544	0.17	14.78%	1.29	0.14	10.85%		12.17%
الانجاز	7.3333	1.00	13.64%	8.88	0.78	8.78%		21.14%

من نتائج دراسة نسبة التطور نجد ان قيمة معامل الاختلاف لمتغير زاوية

ميلان الجسم في القياسات القبلية قد بلغ 8.68% وفي القياسات البعدية قد بلغ

7.55%

وقد بلغت قيمة النسبة المئوية للتطور 10.43%

وبالنسبة لمتغير السرعة فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف في القياسات القبلية

7.38% وقد بلغت قيمته في القياسات البعدية 7.55%

وبلغت قيمة النسبة المئوية للتطور 8.57%

اما متغير التعجيل فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف 14.78% وكذلك في

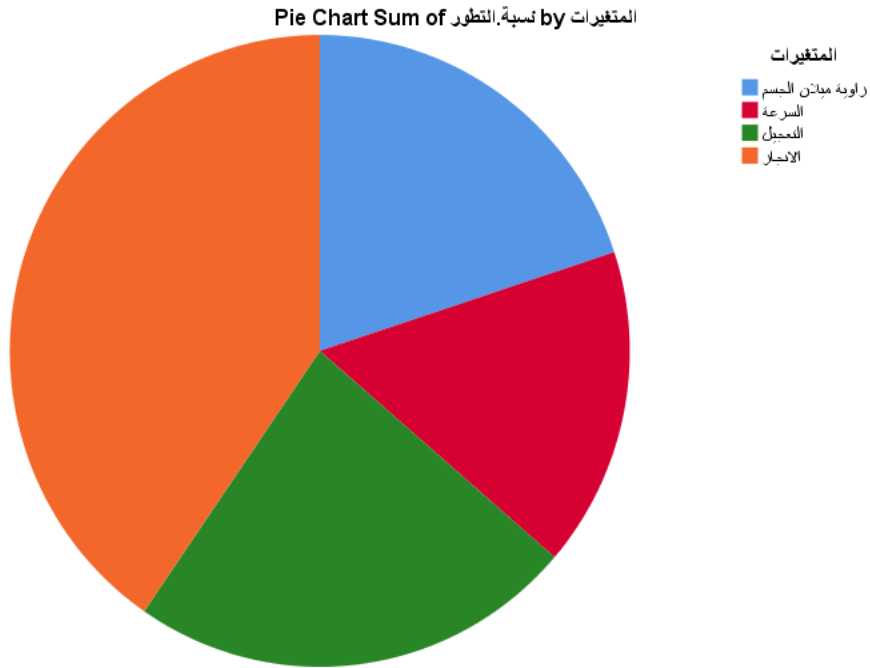
القياسات البعدية فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف 10.85%

وقد بلغت قيمة النسبة المئوية للتطور 12.17%

وبالنسبة لمتغير الإنجاز فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف 13.64%، وبلغت

كذلك قيمته في القياسات البعدية 8.78%

وقد بلغت قيمة النسبة المئوية للتطور لمتغير الإنجاز 21.14%



شكل رقم 15 : نسبة التطور في قدرات الجري

عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني:

والذي ينص على:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح

القياس البعدي في تطوير قدرات الوثب من الثبات وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية

للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط؟

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات

المعيارية واختبار t.test للعينات الغير مستقلة، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم 15 : نتائج اختبار قدرات الوثب.

الوثب من الثبات								
المتغيرات	القياسات القبليّة		القياسات البعديّة		الاختبار الاحصائي t.test	sig	df	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
زاوية الركبة	105.00	3.96	98.66	3.16	5.12	0.001	8	دال
ارتفاع مركز النقل	116.22	6.74	119.55	5.74	5.77	0.000		دال
زاوية السقوط	57.66	5.38	63.22	4.11	5.01	0.001		دال
الانجاز	63.44	6.54	68.88	5.34	4.86	0.003		دال

لدينا من الجدول رقم (15) ومن خلال دراسة اختبار t.test للعينات الغير مستقلة لاختبار الوثب من الثبات التالي:

قيمة المتوسط الحسابي في القياسات القبلية لمتغير زاوية الركبة بلغ 105.00
وبانحراف معياري قدره 3.96

وقيمة المتوسط الحسابي في القياسات البعدية لمتغير زاوية الركبة قد بلغ
98.66 وبانحراف معياري قدره 3.16

وكذلك لدينا قيمة الاختبار الاحصائي t.test قد بلغ 5.12 وقيمة مستوى
الدلالة sig قد بلغت 0.001 وبدلالة معنوية

وبالنسبة لمتغير ارتفاع مركز ثقل الجسم فقد بلغ المتوسط الحسابي في القياسات
القبلية 116.22 وبانحراف معياري قدره 6.74

وفي القياسات البعدية فقد بلغ المتوسط الحسابي 119.55 وبانحراف معياري
قدره 5.74

وبلغت قيمة الاختبار الاحصائي t.test 5.77 وبمستوى الدلالة sig قدره
0.000 وبدلالة معنوية

وكذلك فيما يخص متغير زاوية السقوط فقد بلغ المتوسط الحسابي في القياسات
القبلية 57.66 وبانحراف معياري قدره 5.38

وقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي في القياسات البعدية 63.22 وبانحراف

معياري قدره 4.11

وبلغت قيمة الاختبار الاحصائي t.test 5.01 وبمستوى الدلالة sig قدره

0.001 وبدلالة معنوية

وبالنسبة لمتغير الإنجاز فقد بلغ المتوسط الحسابي في القياسات القبلية 63.44

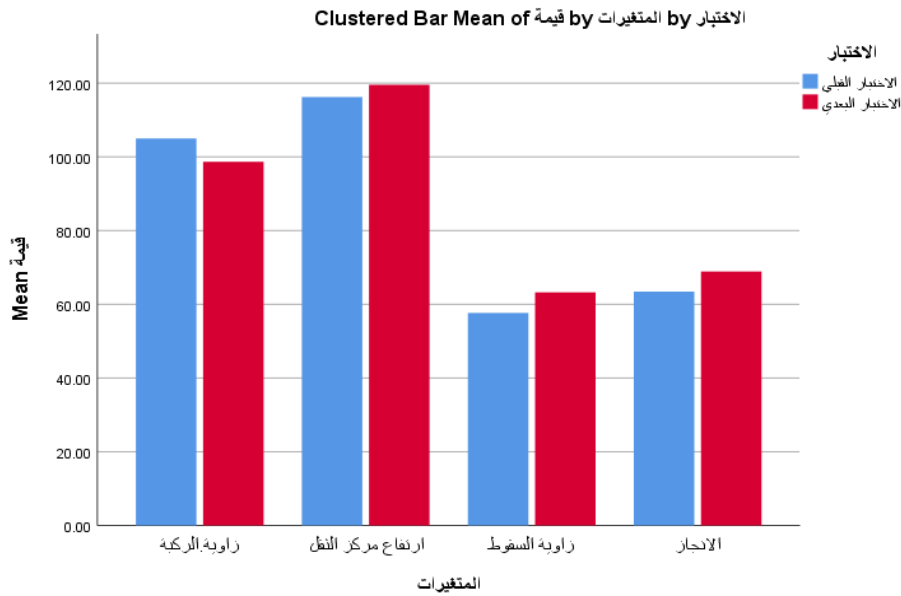
وبانحراف معياري قدره 6.54

وفي القياسات البعدية فقد بلغ المتوسط الحسابي 68.88 وبانحراف معياري

قدره 5.34

وبلغت قيمة الاختبار الاحصائي t.test 4.86 وبمستوى الدلالة sig قدره

0.003 وبدلالة معنوية



شكل رقم 16: المتوسطات الحسابية لقدرات الوثب

نسبة التطور:

لغرض معرفة مدى التقدم الحاصل في قدرات الجري قام الباحث بحساب معامل الاختلاف والنسبة المئوية للتطور بين القياس القبلي والقياس البعدي في اختبار الوثب من الثبات وفق لبعض المتغيرات الكنماتيكية، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم 16: نسبة التطور في قدرات الوثب

المتغيرات	القياسات القبلية			القياسات البعدية			df	النسبة المئوية للتطور
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف		
زاوية الركبة	105.00	3.96	3.77%	98.66	3.16	3.20%	8	6.57%
ارتفاع مركز الثقل	116.22	6.74	5.79%	119.55	5.74	4.80%		2.86%
زاوية السقوط	57.66	5.38	9.33%	63.22	4.11	6.50%		9.64%
الانجاز	63.44	6.54	10.30%	68.88	5.34	7.75%		8.57%

نجد من خلال دراسة نسبة التطور بين المتغيرات ومن خلال الجدول رقم (16):

قيمة معامل الاختلاف لمتغير زاوية الركبة في القياسات القبلية قد بلغ 3.77%

وفي القياسات البعدية قد بلغ 3.20 %

وقد بلغت قيمة النسبة المئوية للتطور 6.57 %

وبالنسبة لمتغير ارتفاع مركز النقل فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف في

القياسات القبلية 5.79% وقد بلغت قيمته في القياسات البعدية 4.80 %

وبلغت قيمة النسبة المئوية للتطور 2.86 %

ومتغير زاوية السقوط فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف 9.33 % وكذلك في

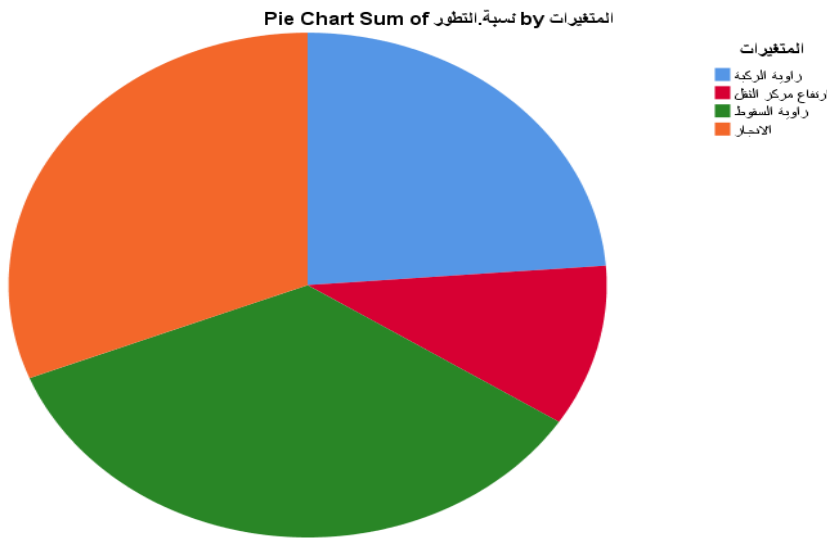
القياسات البعدية فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف 6.50 %

وقد بلغت قيمة النسبة المئوية للتطور 9.64 %

واما متغير الإنجاز فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف 10.30 %، وبلغت كذلك

قيمه في القياسات البعدية 8.57 %

وقد بلغت قيمة النسبة المئوية للتطور لمتغير الإنجاز 8.57 %



شكل رقم 17: نسبة التطور في قدرات الوثب

عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث:

والذي ينص على:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الرمي وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط؟

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار t.test للعينات الغير مستقلة، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم 17: نتائج اختبار قدرات الرمي.

رمي الكرة								
المتغيرات	القياسات القبليّة		القياسات البعديّة		الاختبار الاحصائي t.test	sig	df	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
زاوية الكتف	154.66	4.76	149.44	4.33	5.55	0.001	8	دال
زاوية المرفق	93.33	5.56	98.00	4.94	5.83	0.000		دال
سرعة الكرة	10.88	1.53	12.17	1.67	6.85	0.000		دال
التعجيل	4.02	0.16	4.13	0.14	4.31	0.003		دال
الانجاز	11.55	1.33	13.33	1.11	4.43	0.002		دال

من خلال الجدول السابق ومن خلال دراسة اختبار t.test للعينات الغير مستقلة

لاختبار الرمي التالي:

قيمة المتوسط الحسابي في القياسات القبلية لمتغير زاوية الكتف قد بلغ

154.66 وبانحراف معياري قدره 4.76

ولدينا قيمة المتوسط الحسابي في القياسات البعدية قد بلغ 149.44 وبانحراف

معياري قدره 4.33

ولدينا قيمة الاختبار الاحصائي t.test قد بلغ 5.55 وقيمة مستوى الدلالة

sig قد بلغت 0.001 وبدلالة معنوية

ولدينا متغير زاوية المرفق بلغ المتوسط الحسابي في القياسات القبلية 93.33

وبانحراف معياري قدره 5.56

وفي القياسات البعدية فقد بلغ المتوسط الحسابي 98.00 وبانحراف معياري

قدره 4.94

وكذلك بلغت قيمة الاختبار الاحصائي t.test 5.83 وبمستوى دلالة sig قدره

0.000 وبدلالة معنوية

وكذلك متغير سرعة الكرة فقد بلغ المتوسط الحسابي في القياسات القبلية

10.88 وبانحراف معياري قدره 1.53 وقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي في القياسات

البعدية 12.17 وبانحراف معياري قدره 1.67

وبلغت قيمة الاختبار الاحصائي t.test 6.85 وبمستوى الدلالة sig قدره

0.002 وبدلالة معنوية

وكذلك متغير التعجيل فقد بلغ المتوسط الحسابي في القياسات القبلية 4.02

وبانحراف معياري قدره 1.33

وفي القياسات البعدية فقد بلغ المتوسط الحسابي 4.13 وبانحراف معياري قدره

0.14

وبلغت قيمة الاختبار الاحصائي t.test قيمة قدرها 4.31 وبمستوى الدلالة

sig قدره 0.003 وبدلالة معنوية

وأیضا متغير الإنجاز فقد بلغ المتوسط الحسابي في القياسات القبلية 11.55

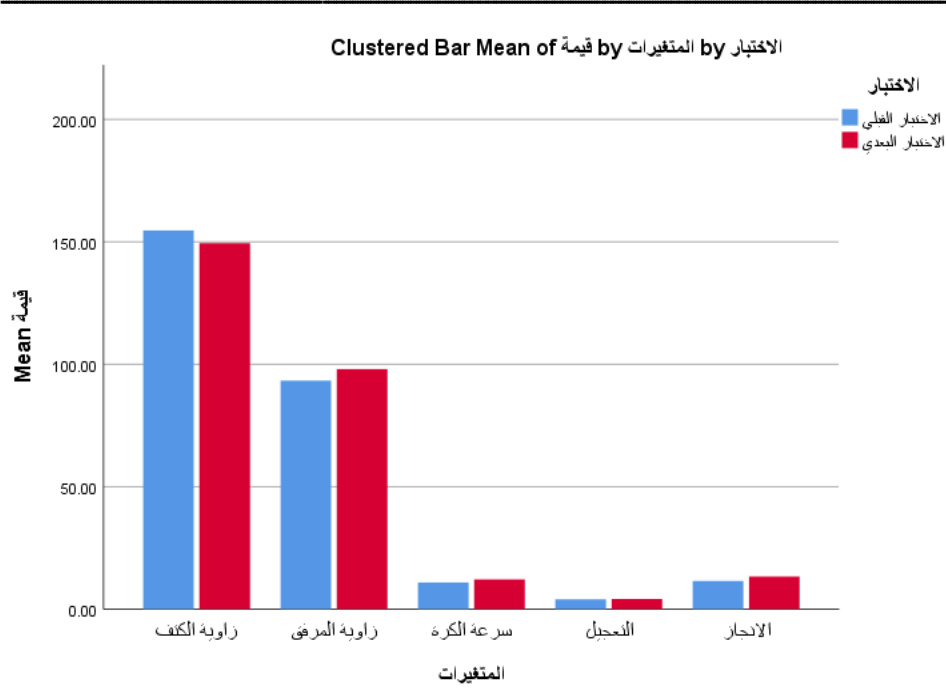
وبانحراف معياري قدره 1.33

وفي القياسات البعدية فقد بلغ المتوسط الحسابي 13.33 وبانحراف معياري

قدره 1.11

وبلغت قيمة الاختبار الاحصائي t.test 4.43 وبمستوى الدلالة sig قدره

0.002 وبدلالة معنوية



شكل رقم 18 : المتوسطات الحسابية لقدرات الرمي

نسبة التطور:

لغرض معرفة مدى التقدم الحاصل في قدرات الجري قام الباحث بحساب معامل الاختلاف والنسبة المئوية للتطور بين القياس القبلي والقياس البعدي في اختبار الوثب من الثبات وفق لبعض المتغيرات الكنماتيكية، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم 18: نسبة التطور في قدرات الرمي

المتغيرات	القياسات القبلية			القياسات البعدية			df	النسبة المئوية للتطور
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف		
زاوية الكتف	154.66	4.76	3.07%	149.44	4.33	2.89%	8	3.37%
زاوية المرفق	93.33	5.56	5.95%	98.00	4.94	5.04%		5.03%
سرعة الكرة	10.88	1.53	14.06%	12.17	1.67	13.72%		11.85%
التعجيل	4.02	.160	3.98%	4.13	0.140	3.38%		2.73%
الانجاز	11.55	1.33	11.51%	13.33	1.11	8.32 %		15.41%

من نتائج دراسة نسبة التطور نجد ان

قيمة معامل الاختلاف لمتغير زاوية الكتف في القياسات القبلية قد بلغ

3.07% وفي القياسات البعدية قد بلغ 2.89 %

وقد بلغت قيمة النسبة المئوية للتطور 3.37 %

وبالنسبة لمتغير زاوية المرفق فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف في القياسات

القبلية 5.95% وقد بلغت قيمته في القياسات البعدية 5.04 %

وبلغت قيمة النسبة المئوية للتطور 5.03%

ومتغير سرعة الكرة فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف 14.06% وكذلك في

القياسات البعدية فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف 13.72%

وقد بلغت قيمة النسبة المئوية للتطور 11.85%

ومتغير التعجيل فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف 3.98% وكذلك في القياسات

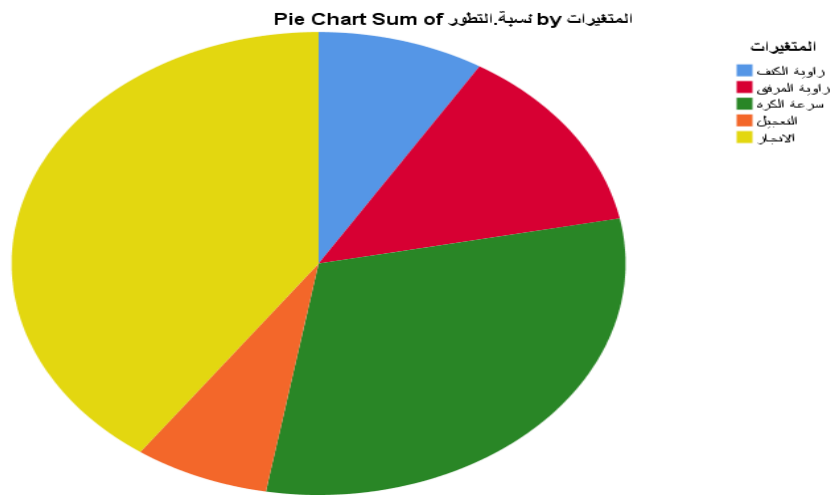
البعدية فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف 3.38%

وقد بلغت قيمة النسبة المئوية للتطور 2.73%

واما متغير الإنجاز فقد بلغت قيمة معامل الاختلاف 11.51%، وبلغت كذلك

قيمه في القياسات البعدية 8.32%

وقد بلغت قيمة النسبة المئوية للتطور لمتغير الإنجاز 15.41%



شكل رقم 19 : نسبة التطور في قدرات الرمي

مناقشة وتفسير النتائج

مناقشة وتفسير النتائج:

1.1. مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

نصت الفرضية الأولى على:

لدينا من نتائج دراسة الاختبار الاحصائي t.test بين العينات الغير المستقلة في اختبار الجري كانت النتائج على التوالي 8.53، 3.48، 4.62، 5.29 وهذا عند مستويات الدلالة على التوالي 0.00، 0.008، 0.002، 0.001، وهذه النتائج كما هي مبينة في الجدول اقل من مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) أي ان النتائج المتحصل عليها من دراسة الفروق الإحصائية دالة احصائيا بين الاختبارين القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي في قياسات اختبار الجري 30 مترا اذن يمكن القول ان البرنامج الحركي المعدل المقترح قد أثر في جميع المتغيرات قيد الدراسة في اختبار الجري 30 مترا ويمكن القول ان البرنامج فعال ويمكن تطبيقه نظرا للنتائج المحققة فيما يخص اختبارات الجري لدى العينة المقصودة ولدينا من خلال نتائج دراسة معامل الاختلاف ومن نتائج دراسة النسبة المئوية للتطور والتي بينت نتائجها ان هناك تطورا بنسبة 10.43% في متغير زاوية ميلان الجسم ونسبة 8.57% في متغير السرعة وكذلك ما نسبته 12.17% في متغير التعجيل وكذلك نسبة 21.14% في متغير الإنجاز بينت لنا النتائج ان البرنامج قد

اثر على جميع المتغيرات وبشكل فعال أي ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والقياس البعدي في متغير الجري لدى الأطفال ذوي التخلف البسيط. كما يعزو الباحث هذه النسب المئوية في التطور بين القياسات القبلية والقياسات البعدية ولصالح القياسات البعدية في المتغيرات الكنماتيكية قيد الدراسة في اختبار الجري 30 مترا الى كون البرنامج المقترح قد أثر في جميع المتغيرات قيد الدراسة وبأثير فعال ودال احصائيا وهذا راجع الى كون البرنامج يحتوي على تمارينات فعالة وهادفة لتطوير المهارات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.

اذن يمكن القول ان نص الفرضية والذي ينص على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الجري وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط قد تحققت وهذا ما يتفق مع دراسة **دحماني بن سعدالله 2011** بحيث اكدت دراسة هذا الأخير انه يوجد فروق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي لعينة البحث في مهارة الركض واكد الجدول رقم 13 من الدراسة في الفصل الخاص بعرض وتحليل النتائج ان نسبة التطور لمهارة الجري قد بلغت 46.41% وهذا ما يدل على فاعلية البرنامج الحركي ومدى تأثيره في مهارة الجري.

كما اكدت دراسة **محمد الأمين عبيدة** من خلال النتائج التي توصل لها ودراسة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي ان للبرنامج الحركي أثر في تنمية المهارات الحركية

الانتقالية الجري الوثب الحبل. ويكأء دان ان تطور الركض لءى الأطفال يتم ببساطة عن طريق زيادة سرعة المشي والذي يتطلب نوع الحركة وسرعتها فتحدث فترة وجيزة لا تكون فيه أي الاقدمين على الأرض وهذا يجعل الركض اقل استقرارا من المشي وتتفق النتائج أيضا مع ما أشار اليه تول واخرون على ان التطور في السرعة الانتقالية بما يتفق مع خصائص النمو البدني والتطور الحركي للطفل وان الأطفال في هذه الفئة يستطيعون اظهار نتائج ملموسة في الأنشطة الحركية عن طريق الممارسة تحت اشراف مختصين مع شيء من الصبر والمعاملة الحميدة والبعد عن المقارنات حيث انهم يتميزون بحماس جاد اتجاه التعلم.

73.1. مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية على:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الوثب من الثبات وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط

بينت نتائج دراسة الاختبار الاحصائي t.test بين العينات الغير المستقلة في اختبار الوثب من الثبات كانت النتائج على التوالي 5.12، 5.77، 5.01، 4.86 وهذا عند مستويات الدلالة على التوالي 0.001، 0.000، 0.001، 0.003، وهذه النتائج كما هي مبينة في الجدول اقل من مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) أي ان النتائج المتحصل عليها من دراسة الفروق الإحصائية دالة احصائيا بين القياسين القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في قياسات اختبار الوثب من الثبات، وهذه النتائج تبين النتيجة الفعالة لاختبار الوثب اذ اثر في جميع المتغيرات قيد الدراسة وبتأثير إيجابي وفعال وهذا ما تبينه النتائج الموضحة في الجدول ومن خلال الاستدلال بالنتائج المتحصل عليها من خلال الجدول السابق يمكن القول ان البرنامج الحركي المعدل المقترح قد أدى ما وضع لأجله من خلال التأثير في جميع المتغيرات قيد الدراسة من خلال اختبار الوثب من الثبات لدى العينة من أطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.

وكذلك من خلال الاستدلال با نتائج دراسة معامل الاختلاف ونتائج دراسة النسبة المئوية للتطور والتي بينت نتائجها ان هناك تطورا في متغير زاوية الركبة بنسبة 6.57% وكذلك في متغير ارتفاع مركز الثقل 2.86% وأيضا فيما يخص متغير زاوية السقوط فقد سجل ما يعادل 9.64% من التحسن وأيضا في متغير الإنجاز فقد كانت نسبة التحسن قد بلغت 8.57%

ويعزو الباحث هذه النسب المئوية في التطور بين القياسات القبليّة والقياسات البعديّة ولصالح القياسات البعديّة في المتغيرات الكنماتيكية قيد الدراسة في اختبار الوثب من الثبات الى كون البرنامج المقترح قد أثر في جميع المتغيرات قيد الدراسة وبتأثير فعال ودال احصائيا وهذا راجع الى كون اختبار الوثب من الثبات اثر تأثيرا فعالا في كل المتغيرات الكنماتيكية قيد الدراسة وقد حقق الاختبار النتائج التي وضع من اجلها لدى أطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.

ومن خلال الاستدلال بالنتائج المحققة في اختبار الوثب من الثبات يمكن القول ان نص الفرضية والذي ينص على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الوثب من الثبات وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط قد تحقق وهذا ما يتفق مع دراسة حمد محمد إسماعيل وهشام حمدان عباس بناء على النتائج التي حصل عليها الباحثان كان التطور عاليا في الحركات الاساسية (الاستلام والرمي

والركض). ظهر تطور جيد في الحركة الأساسية لمهارة الوثب الطويل من الثبات ولكنه كان اقل من بقية المهارات لمتغيرات البحث بسبب قلة خبرة افراد عينة البحث وخوف الاهالي والمسؤولون عنهم من السقوط والتعرض للأذى كما اكدت دراسة: **مهند جبران موسى، رامي صالح حلاوة، عمر سليمان هنداوي** فاعلية برنامج لتعليم المهارات الحركية الأساسية على القدرات الإدراكية الحركية من خلال استعراض النتائج بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية القابلين للتدريب من الأطفال المعاقين ذهنياً في المهارات الحركية الأساسية يتبين وجود فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في جميع اختبارات المهارات الحركية الانتقال (المشي، الجري، الوثب، الحجل، الجري المتعرج) مما يشير إلى وجود أثر إيجابي للبرنامج التعليمي المقترح لهذه الدراسة.

74.1. مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

نصت الفرضية الثالثة على:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الرمي وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط

من خلال النتائج المبينة من خلال دراسة الاختبار الاحصائي t.test بين العينات الغير المستقلة في اختبار الرمي كانت النتائج المتحصل عليها على التوالي 5.12، 5.77، 5.01، 4.86 وهذا عند مستويات الدلالة على التوالي 5.55، 5.83، 6.85، 4.31، 4.43 وهذه النتائج كما هي مبينة في الجدول اقل من مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)

ومنه يمكن القول ان هذه النتائج المتحصل عليها من دراسة الفروق الإحصائية دالة احصائيا بين القياسين القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في قياسات اختبار رمي الكرة.

ومن خلال هذه النتائج يتبين لنا فعالية اختبار رمي الكرة اذ اثر في جميع المتغيرات الكنماتيكية قيد الدراسة وبتأثير إيجابي وفعال لصالح القياسات البعدية.

ومن خلال الاستدلال بالنتائج المتحصل عليها من خلال الجدول السابق يمكن القول ان البرنامج الحركي المعدل المقترح قد أدى ما وضع لأجله من خلال التأثير

في جميع المتغيرات قيد الدراسة من خلال اختبار الوثب من الثبات لدى العينة من أطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.

ومن خلال الاستدلال بنتائج دراسة معامل الاختلاف ونتائج دراسة النسبة المئوية للتطور والتي بينت نتائجها ان هناك تطورا في متغير زاوية الكتف بنسبة 3.37% وكذلك في متغير زاوية المرفق بنسبة 5.03% وأيضا متغير سرعة الكرة بنسبة 11.85% وكذلك في متغير التعجيل ما نسبته 2.73% من التطور وأيضا في متغير الإنجاز فقد كانت نسبة التطور 8.57% ويرجع الباحث هذه النسب المئوية في التطور بين القياسات القبلية والقياسات البعدية ولصالح القياسات البعدية في المتغيرات الكنماتيكية قيد الدراسة في اختبار رمي الكرة الى ان اختبار الرمي قد أثر في جميع المتغيرات قيد الدراسة وبتأثير فعال ودال احصائيا

كما يعزو الباحث هذا التطور الى كون البرنامج المقترح أثر تأثيرا فعالا في كل المتغيرات الكنماتيكية قيد الدراسة وقد حقق الاختبار النتائج التي وضع من اجلها لدى أطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.

ومن خلال الاستدلال بالنتائج المحققة في اختبار رمي الكرة يمكن القول ان نص الفرضية والذي ينص على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في تطوير قدرات رمي الكرة وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط قد تحققت

وهذا ما تؤكدته دراسة **احمد بوسكرة** النشاط الرياضي الترويحي للطفل المتخلفين عقليا داخل المركز النفسية البيداغوجية بعد عرض النتائج وناقشتها توصل الباحث الى ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الممارسة والغير ممارسة للنشاط الرياضي الترويحي ولصالح المجموعة الممارسة في الجانب الحسي الحركي وشمل الجانب الحسي الحركي مجموعة من المهارات الانتقالية والغير انتقالية وكذا مهارات التحكم والسيطرة واكد الباحث ان للنشاط الرياضي الترويحي دور في تنمية مهارة الرمي كما اكد **احمد امين عبيدة** في دراسته على وجود فروق بين القياسات القبلية والبعدية لعينة البحث ولصالح القياس البعدي في ما يخص المهارات الحركية الانتقالية الركض والرمي والوثب

75.1. مناقشة نتائج الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة على:

يساهم البرنامج الحركي المعدل وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية إيجابا في تطوير بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط. يتطلب تحقق الفرضية الرئيسية تحقق اغلب الفرضيات الجزئية الخاصة بالمتغيرات المدروسة ومن خلال الاستدلال بنتائج الفرضيات الجزئية والتي نصت على الآتي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الجري وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الوثب من الثبات وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الرمي وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط

وجد من خلال نتائج دراسة الفروق الإحصائية بين القياسات القبلية والقياسات البعدية ومن خلال تحليل ومناقشة نتائج اختبار t.test للعينات الغير مستقلة للفرضيات الجزئية ان كل الفرضيات قد تحققت ويمكن الاستدلال بتحقق الفرضيات الجزئية والقول ان الفرضية العامة والتي تنص على: يساهم البرنامج الحركي المعدل وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية إيجابا في تطوير بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط، قد تحققت

أي ان هناك تأثير إيجابي وفعال للبرنامج الحركي المكيف وفق المتغيرات الكنماتيكية في تطوير بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط، ويرجع هذا لكون البرنامج الحركي المعدل مكون من تمارين هادفة وفعالة ومدروسة من قبل العلماء والباحثين ومخصصة لدراسة القدرات الحركية.

ويرجع هذا التأثير الإيجابي والفعال للبرنامج الحركي المعدل الى كون الدراسة تأتي على جزئيات مهمة في القدرات الحركية وهي المتغيرات الكنماتيكية أي التائي على الجزئيات الأساسية للنقل والأداء الحركي كالزوايا وغيرها

النتائج والتوصيات:

في إطار تحقق الفرضيات الجزئية ومنه تحقق الفرضية الرئيسية للدراسة وكذلك اثبات فعالية الدراسة في إطار تطوير بعض عناصر القدرات الحركية يمكن اعتماد النتائج المتحصل عليها من الدراسة وبالتالي توصلت الدراسة الى النتائج التالية:

يساهم البرنامج الحركي المعدل وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية إيجابا في تطوير بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط. يتطلب تحقق الفرضية الرئيسية تحقق اغلب الفرضيات الجزئية الخاصة بالمتغيرات المدروسة ومن خلال الاستدلال بنتائج الفرضيات الجزئية والتي نصت على الاتي:

هناك تأثير إيجابي وفعال للبرنامج الحركي المعدل وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية في تطوير بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.

أثر البرنامج الحركي المعدل وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية في كل المتغيرات المدروسة وبتأثير فعال وايجابي

وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الجري وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط

وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الوثب من الثبات وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط

وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي في تطوير قدرات الرمي وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط

وجود تطور كبير وملحوظ في القدرات الحركية المدروسة يرجع أساسا الى تكرار

التمارين المقننة في البرنامج

تحقيق البرنامج الهدف المنشود من الدراسة وتأثير فعال ومباشر للتمارين في

الأطفال ذوي التخلف الذهني البسيط

يمكن تعميم النتائج المتحصل عليها من دراسة تأثير البرنامج الحركي المعدل

في القدرات الحركية في مجال ذوي التخلف العقلي البسيط

التوصيات:

- دمج البرنامج الحركي المعدل ضمن البرنامج الرياضي العام لمركز الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط
- اجراء بحوث مشابهة ومكمله لهذه الدراسة في مجال رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة.
- اجراء دورات تكوينية وحصص تدريبية للأساتذة والمربين في مركز الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.
- القيام بتوجيه الاهتمام نحو رياضة ذوي التخلف العقلي البسيط.
- ممارسة النشاط البدني المكيف لتحسين المهارات الحركية لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا .
- الاستعانة بالبرامج الحركية المكيفة المقترحة في طرف الباحثين في إعداد مقرر للتربية الحركية المكيفة لأطفال المتخلفين ذهنيا
- اجراء دورات تكوينية لمدراء المراكز الطبية البيداغوجية وأولياء هذه الفئة تتعمى بأهمية الممارسة الرياضية .
- تشجيع الجمعيات والنوادي على المساهمة في تفعيل الممارس

خاتمة

خاتمة:

يعتبر النشاط الرياضي من المواضيع الحديثة التي نالت قسطا كبيرا من الاهتمام والدراسة في شتى الميادين، وقد أحدثت ثورة عاتية تمخضت في نتائج في منتهى الأهمية بالنسبة لجميع الفئات كبارا وصغارا أسوياء أو ذوي عاهات، مما دفع بالأمم إلى إعطاء عناية وأهمية كبيرة لهذا النشاط إلى درجة أصبح يقاس فيها تقدمها أو تأخرها بمدى اهتمامها بالأنشطة الرياضية والحركية المعدلة.

كما انه ما تم استخلاصه من نتائج البحث أهمية البرامج الحركية المعدلة لدى الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط والدور المهم الذي تلعبه البرامج في تطوير القدرات الحركية وتأثير البرامج الحركية المعدلة في كل من الجانب النفسي والاجتماعي والبدني وهذا ما جاء في نظرية وحدة الفرد التي تحث على ان لكل فرد أربعة ابعاد تمثلت في الابعاد النفسية والجسمية والاجتماعية والعقلية ولا يمكن تنمية او تطوير بعد من الابعاد السابقة الذكر دون تأثر الابعاد الأخرى ولو بشكل بسيط.

إن رعاية الأطفال المتخلفون عقليا أضحت ضرورة حتمية تتطلب من الجميع بذل مجهودات جبارة ، لأن حياتهم مرهونة بما يقدمونه من خدمات جليلة لهذه الفئة المحرومة من المجتمع التي تعرضت للنقد والحرمان عبر العصور ، إلى أن ظهرت بعض البدايات العلمية المنظمة لهذا الموضوع في النصف الثاني من القرن التاسع عشر التي تناولت موضوع التربية الخاصة للأفراد غير العاديين والذين يختلفون عن

الأطفال العاديين في نموهم العقلي والحسي الحركي والانفعالي واللغوي ، مما يستدعي اهتماما خاصا بهذه الفئة قصد تربيتهم ورعايتهم نفسيا واجتماعيا وعاطفيا .

إن إيماننا القوي بأهمية برمجة هذا النشاط للأطفال المتخلفين عقليا في المراكز البيداغوجية دفعتنا إلى القيام بهذه الدراسة وجعلنا نقوم بهذا البحث لإثبات أو نفي هذه الأهمية خاصة في نمو القدرات الحركية.

انه بات من الواضح من خلال هذه الدراسة ان النشاط الرياضي والبدني المكيف له أهمية كبيرة داخل المراكز النفسية البيداغوجية للأطفال ذوي التخلف العقلي لإعطاء الفرص لهذه الفئة في ممارسة الأنشطة الرياضية وفق مبدأ تكافؤ الفرص وشعار الرياضة للجميع والوصول بهذه الفئة للممارسة حياتهم بشكل طبيعي دون الاتكال على غيرهم وازافة على ذلك الدمج الاجتماعي عن طريق الاحتكاك بأقرانهم من خلال الأنشطة الرياضية والحركية المعدلة.

وفي الأخير نقول ان النتائج المتوصل اليها في هذا البحث هي عبارة عن معلومات قابلة للإثراء والمناقشة وتتطلب دراسات أخرى قصد التحكم الكلي في متغيرات القدرات الحركية.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

مراجع

1. ابراهيم حلمي. (2000). *تطور الرياضة والترويح*. القاهرة: مكتبة الانجلو.
2. ابراهيم شحاتة محمد، فؤاد الشاذلي احمد، و محمد قنديل محروس. (1998). *اساسيات التمرينات البدنية*. الاسكندرية: مطبعة الانتصار لطباعة الاوفست.
3. إبراهيم, م. ع. (2002). *طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية*. عمان, الاردن: الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع.
4. أبو العلا احمد عبد الفتاح. (1997). *التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
5. أحمد زكي صالح. (1997). *نظريات التعلم*. القاهرة : مكتبة النهضة العربية.
6. احمد, ب. (1996). *اسس ونظريات الحركة*. نصر: دار الفكر العربي.
7. اسامة كامل راتب. (1982). *التربية الحركية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
8. البواليز محمد عبد السلام. (2000). *الإعاقة الحركية و الشلل الدماغي*. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
9. الحكيم, ع. س. (2004). *الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي*. القادسية, العراق: مطبعة الطيف للطباعة.
10. الخالدي حمد علي أديب. (1975). *سيكولوجية المتفوقين عقليا*. بغداد: مطبعة دار السلام .
11. الروسان جرار جلال فاروق. (1995). *دليل مقياس المهارات اللغوية للمعوقين عقليا*. عمان: مطبعة الجامعة الأردنية.
12. الزيود, ن. ف. (2000). *تعليم الاطفال المتخلفين عقليا*. عمان: دار الفكر.

13. الزيود, ن. ف & عليان, ه. ع. (2005). مبادئ القياس والتقويم في التربية (Vol. 3 ط 3). عمان, الاردن: دار الفكر للنشر والتوزيع.
14. الين وديع فرج. (2002). خبرات في الألعاب للكبار والصغار . الاسكندرية: منشأة المعارف .
15. امين انور الخولي، اسامة كامل راتب. (1998). التربية الحركية للطفل. القاهرة: دار الفكر العربي.
16. امين انور الخولي. (1996). اصول التربية البدنية والرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
17. امين انور الخولي. (2008). سلسلة المراجع في التربية البدنية والرياضة: مناهج التربية البدنية المعاصرة. القاهرة: دار الفكر العربي.
18. بوسكرة, ا. (2008). النشاط البدني المكيف لدى الاطفال المتخلفين عقليا داخل المراكز النفسية البيداغوجية. الجزائر.
19. جابر عبد الحميد. (1976). سيكولوجية التعلم ونظريات التعلم . القاهرة: دار النهضة العربية.
20. جمال إسماعيل النمكي، و عمرو ابو المجد. (1997). تخطيط برامج تربية وتدريب البراعم والناشئين في كرة القدم. القاهرة: مركز الكتاب للنشر والتوزيع.
21. حسن رياض جمعة. (2009). تأثير منهج تعليمي في تنمية مهارات كرة السلة والقدرات الحركية وسلوك التكيف الاجتماعي لذوي الإعاقة العقلية البسيطة أطروحة دكتوراه . القادسية: جامعة القادسية. كلية التربية الرياضية.
22. حسن محمد ابو عيده. (2002). أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية. الإسكندرية: مكتبة الإشعاع.
23. حسن, ر. ج. (2008). تأثير منهج تعليمي في تنمية مهارات كرة السلة والقدرات الحركية وسلوك التكيف الاجتماعي لذوي الإعاقة العقلية البسيطة . القادسية, القادسية, العراق: رسالة دكتوراه.

24. حسناء ستار جبار الزهيري. (2001). التحليل الكينماتيكي ل ات وعلاقتها بأداء مهارة الإرسال بنوعيه(المستقيم والقاطع) في التنس الأرضي أطروحة ماجستير غير منشورة . بغداد : جامعة بغداد.
25. حسين حريم. (2010). مبادئ الإدارة الحديثة. دار حامد للنشر والتوزيع: عمان.
26. حسين مردان عمر، إياد عبد الرحمن. (2011). البايوميكانيك في الحركات الرياضية. النجف: مطبعة النجف.
27. حلمي ابراهيم، ليلي السيد فرحات. (1998). التربية الرياضية والترويح للمعاقين. القاهرة: دار الفكر العربي.
28. خيرية ابراهيم السكري، وسيلة محمد مهران، فاطمة فوزي عبد الرحمن. (2005). المهارات الأساسية في التربية البدنية لرياض الأطفال : الأسوياء و ذوي الاحتياجات الخاصة. دار الوفاء لندنيا الطباعة و النشر: الإسكندرية.
29. داود الربيعي محمود، الشمري مازن، و كازر الطائي مازن . (2013). نظريات التعلم والعمليات العقلية. بيروت: دار الكتب العلمية.
30. دحماني, ب. س. (2011). مدى فاعلية برنامج تدريبي لتعليم السباحة لدى المعاقين ذهنيا واثره على تنمية القدرات الحركية .الجزائر, الجزائر.
31. درويش, ك. (1999). المدخل في طرق وبرامج الرياضة للجميع (Vol. 1). (القاهرة, القاهرة, مصر: مركز الكتاب للنشر.
32. دلال فتحي. (2006). التربية الحركية في رياض الاطفال (المجلد 1). القاهرة، القاهرة، مصر: المكتب الجامعي الحديث.
33. دويدار, م. ع. (1999). مناهج البحث في علم النفس (Vol. 2 ط 2). مصر: دار المعرفة الجامعية.
34. ديتريش هارة. (1990). أصول التدريب. (عبد علي نصيف، المترجمون) بغداد: مطابع التعليم العالي، جامعة بغداد.
35. رضوان, م. ن. (2003). الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي للطباعة والنشر.

36. ريسان مجيد خريبط، نجاح مهدي شلش. (1992). *التحليل الحركي*. البصرة: مطبعة دار الحكمة.
37. سليمان, ع. ا. (1998). *معجم التخلف العقلي*. القاهرة, القاهرة, مصر: مكتبة زهراء الشرق.
38. سليمان, م. ش. - (2007). *سيكولوجية اللعب*. مصر: مركز الإسكندرية للكتاب.
39. سمير مكاوي. (2000). *الإعاقة*. بيروت: مركز التدريب والبرمجة.
40. سميرة عبد الحسين كاظم. (1990). *المهارات الاجتماعية الأساسية للأطفال الملتحقين برياض الأطفال رسالة ماجستير , الجامعة الأردنية , كلية التربية*. الأردن: الجامعة الأردنية , كلية التربية.
41. سيد خيرات. (1973). *علم النفس التعليمي*. القاهرة: المكتبة التربوية.
42. سيد محمد رافد. (2003). *الدافعية والتعلم*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
43. صريح عبد الكريم الفضلي. (1997). *التحليل البايوميكانيكي لبعض متغيرات أداء بالوثبة الثلاثية وتأثيره في تطوير الإنجاز اطروحة دكتوراه منشورة*. بغداد: كلية التربية الرياضية .
44. صريح عبد الكريم الفضلي. (2000). *محاضرات مؤتقة في البيوميكانيك على طلبة الدكتوراه*. بغداد: كلية التربية الرياضية.
45. طلبة محمود ابتهاج. (2009). *المهارات الحركية لطفل الروضة*. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع و الطباعة.
46. طلحة حسين
47. حسام الدين. (1998). *علم الحركة التطبيقي*. القاهرة : مركز الكتاب للنشر.
48. طلحة حسين حسام الدين. (1993). *الميكانيكا الحيوية والاسس النظرية والتطبيقية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
49. طلحة حسين حسام الدين. (1994). *الأسس الحركية والوظيفية للتدريب الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي.

50. طلحة حسين حسام الدين، وفاء صلاح الدين، مصطفى كامل، و سعيد عبد الرشيد. (1998). علم الحركة التطبيقي . القاهرة: مركز الكتاب للنشر والتوزيع.
51. طه سعد علي، احمد أبو الليل. (2005). التربية البدنية والرياضية لذوي الحاجات الخاصة. الكويت: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.
52. عادل عبد البصير. (1998). الميكانيكا الحيوية والتكامل بين النظرية والتطبيق في المجال الرياضي. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
53. عامر إبراهيم. (1993). البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات. بغداد: دار الشؤون الثقافية.
54. عائدة حمودي. (2015). تأثير استخدام الألعاب الحركية في تنمية الإدراك الحسي الحركي لدى فئة متوسطي التخلف العقلي أطروحة دكتوراه منشورة . الجزائر: جامعة الجزائر.
55. عبد الحافظ سلامة. (2007). تعميم الوسائل التعليمية لذوي الإحتياجات الخاصة. عمان: دار اليازوري.
56. عبد الحميد شرف. (1996). البرامج في التربية الرياضية: بين النظرية والتطبيق. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
57. عبد الحميد شرف. (2002). البرامج التدريبية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
58. عبد الحميد شرف. (2005). التربية الرياضية و الحركية للاطفال الاسوياء و متحدي الاعاقة. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
59. عبد الحي محمود حسن صالح. (1999). متحدوا الإعاقة من منظور الخدمة الاجتماعية. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
60. عبد الرحمن العيسوي. (1994). التخلف العقلي. بيروت: دار النهضة العربية للطباعة و النشر.
61. عبد الرحمن عيسوي. (1975). العنصر الإنساني أساس التقديم في المجال الاقتصادي ، العدد 204 ، مجلة العربي، 21.

62. عبد الستار جبار الصمد. (2008). التربية البدنية للمتخلفين عقليا و القابلين للتعلم. عمان: دار البداية ناشرون و موزعون.
63. عبد العزيز فهمي. (1994). مبادئ الإحصاء. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
64. عبد العظيم شحاتة مرسي. (1990). التأهيل المهني للمتخلفين عقليا . القاهرة: دار الاتحاد العربي للطباعة .
65. عبد الفتاح على غزال. (2012). الاعاقة الذهنية والعقلية . عمان: دار الحامد.
66. عبد الله محمد سعد محمود. (1983). الشخصية والقدرات العقلية. الدمام: دار الصلاح للطباعة والنشر.
67. عبد المنعم واخرون سوسن. (1997). البيوميكانيك في المجال الرياضي. عمان: دار المعارف.
68. عبد الهادي, ن. (1999). القياس والتقويم التربوي واستخدامه في مجال التدريس الوصفي. عمان, الاردن: دار وائل للنشر.
69. عبد المنعم, م. ح. (2009). مناهج التربية البدنية والرياضية للمعاقين بصريا وذهنيا (Vol. الاولى). (الاسكندرية, الاسكندرية, مصر: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
70. عبيده, م. ا. (2016). اثر برنامج رياضية مقترح في تطوير بعض المهارات الحركية الاساسية عند الاطفال ذوي التخلف العقلي البسيط سيدي عبد الله, الجزائر , الجزائر.
71. عثمان عثمان مصطفى عفاف. (2016). الحركة هي مفتاح التعلم. الإسكندرية: مؤسسة عالم الرياضة للنشر.
72. عثمان فريدة. (1985). التربية الحركية لمرحلة رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية. الكويت: دار القلم.
73. علي الديري. (1987). أصول التمرينات وطرق تدريسه. عمان: مطبعة دار الأمل.

74. علي جواد، هيثم لطيف إبراهيم، نغم صالح نعمة. (2005). التحليل الكينماتيكي لمهارة الارسال الساحق بالكرة الطائرة بين لاعبي بطولتي (سيدني - آثينا). مجلة علوم التربية الرياضية، 4(4).
75. علي سلوم جواد الحكيم. (1997). التحليل الميكانيكي لبعض المتغيرات في مهارة الإرسال المستقيم أطروحة دكتوراه منشورة . البصرة: كلية التربية الرياضية .
76. عبد الله الزبيري وآخرون. (2011). الرياض، الرياض، السعودية: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
77. غسان محمد صادق، عبد الكريم محمود السامرائي. (1997). طرث تدريس التربية الرياضية. بغداد: مطبعة الصفدي.
78. فاروق الروسان. (1983). مناهج المهارات الاستقلالية للمعوقين عقليا. البحرين: مطابع وزارة الإعلام.
79. فاروق الروسان. (1998). سيكولوجية الاطفال غير العاديين - مقدمة في التربية الخاصة. عمان: دار الفكر للطباعة و النشر.
80. فاروق الروسان. (1998). قضايا ومشكلات في التربية الخاصة. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.
81. فائزة حلاسة. (2016). ثر برنامج تدريبي قائم على الس ات الاتصال لدى عينة من المر أطروحة دكتوراه منشورة. المملكة العربية السعودية. الرياض: دار خالد اللحياني .
82. فرحات، خ. ي. ل. (2005). الإعاقة العقلية (Vol. 1). الاردن، الاردن، الاردن: دار وائل للنشر والتوزيع.
83. فريدة عثمان. (1985). التربية الحركية لمرحلة رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية. الكويت: دار القلم.
84. قاسم حسن حسين، ايمان شاكر محمود. (1998). طرق البحث في التحليل الحركي. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
85. قاسم حسن حسين، ايمان شاكر محمود. (1998). طرق البحث في التحليل الحركي. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

86. كارتر جيمس. (1996). علم النفس التربوي. (إبراهيم حافظ، المترجمون) القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
87. كورت مانيل. (1987). التعلم الحركي . (ترجمة عبد العالي نصيف، المترجمون) بغداد: دار الكتب للطباعة والنشر.
88. لطفي بركات أحمد. (1981). تربية المعوقين في العالم العربي. الرياض: دار المريخ.
89. ليلي زهران. (2002). الاسس العلمية للتمرينات والتمرينات الفنية. القاهرة: جامعة حلوان.
90. ماجدة السيد عبيد. (2000). الإعاقة العقلية (المجلد الطبعة الأولى). عمان: دار الصفاء للنشر و التوزيع.
91. محجوب إبراهيم وجيه. (1995). التعلم نظرياته وتطبيقاته. القاهرة: دار المعارف الجامعية.
92. محجوب، و. (2000). نظريات التعلم والتطور الحركي بغداد، بغداد، العراق: دار الكتب والوثائق.
93. محمد إبراهيم شحاته. (1998). أساسيات التمرينات البدنية. الإسكندرية: منشأة المعارف.
94. محمد حسن علاوي. (1998). سيكولوجية الجماعات الرياضية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
95. محمد حسن علاوي. (1978). علم النفس الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
96. محمد حسن علاوي. (1994). علم التدريب الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
97. محمد رضا الرقاد. (2003). التخطيط الحديث في كرة القدم. القاهرة: دار السعادة للفكر العربي.
98. محمد صبحي حسانين. (2003). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي للطباعة والنشر.

99. محمد مصطفى زيدان. (1982). نظريات التعلم وتطبيقاتها التربوية. عمان: دار الشروق.
100. محمود داود الربيعي. (2012). التعلم والتعليم في التربية البدنية والرياضية. بيروت: دار الكتب العلمية.
101. محمود محمد رفعت حسن. (1977). الرياضة للمعوقين. القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
102. مرسى, ك. (1999). مرجع فى علم التخلف العقلى (Vol. الاولى). (القاهرة, القاهرة, مصر: دار النشر للطباعة المصرية.
103. مروان عبد المجيد إبراهيم. (2002). النمو البدني والتعلم الحركي. عمان: دار الثقافة .
104. مروان عبد المجيد إبراهيم، ايمان شاكر محمود. (2012). التحليل الحركي البيوميكانيكي في مجالات التربية البدنية والرياضية. عمان: دار الرضوان للنشر والتوزيع.
105. مصري عبد الحميد حنورة. (1991). رعاية الطفل المعوق. القاهرة : دار الفكر العربي .
106. مصطفى حسين باهي، سمير عبد الثادر جاد. (2006). سيكولوجية الأداء الرياضي نظريات وتحليلات وتطبيقات . القاهرة : مكتبة الانجلو مصرية.
107. مفتى إبراهيم حماد. (2002). المهارات الرياضية أسس التعلم والتدريب والدليل المصور. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
108. منال منصور بوحמיד. (1985). المعوقون . الكويت : مؤسسة الكويت للتقدم العلمي.
109. منى محمد ممدوح عبد الرؤوف عفانة. (2012). بناء مستويات معيارية لبعض مظاهر النمو الحركي لدى طلبة الصفوف الأربعة الأولى في محافظة نابلس اطروحة ماجستير تربية رياضية. نابلس : جامعة النجاح الوطنية. كلية الدراسات العليا.

110. هاشم عدنان الكيلاني، جهاد احمد الرفوع. (2007). مسافة الإقتراب وبعض المتغيرات الكنماتيكية كمؤشر للإنجاز الرقمي لمسافة الوثب لدى ناشئي الوثب الطويل. مجلة الدراسات للعلوم التربوية، 34(1).
111. هالة الجرواني، هشام الصاوي. (2009). محاضرات وتطبيقات للمهارات الأساسية في التربية البدنية. الإسكندرية: ماهي للنشر والتوزيع.
112. وجيه محجوب. (2001). نظريات التعلم والتطور الحركي. عمان : دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع.
113. وسام صلاح، سامر يوسف متعب. (2013). التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية. بيروت: دار الكتب العلمية.
114. يوسف القريوتي، عبد العزيز السرطاوي، و جميل الصمادي. (2009). المدخل إلى التربية الخاصة. دبي: دار القلم للطباعة والنشر والتوزيع.
115. قائمة المصادر الأجنبية

1. Auriane, T. (2012). *Technique d'approche des habiletés motrices fondamentales selon Gallahue*. Toulouse: université Paul Sabatier.
2. Capio, C., & Rotor, E. (2010). Fundamental Movement Skills Among Filipino Children With Down Syndrome. *Journal of exercise science and fitness*, 17-24.
3. Elder, S. (2009). *Fundamental Motor Skills A Manuall for Classroom Teacherrs*. Victoria: Department of Education.
4. Greg Payne, L. I. (2002). *Human Motor Development: A Lifespan Approach 9th Edition*. New York: Routledge.
5. HaywoodKathleen, G. N. (2001). *Life Span Motor Development*. Champaign: Human Kinetics.
6. Martin, H. D. (1993). *L'éducation physique et sportive -un élément de base pour le développement de la pratique physique.de la pédagogie du sport et de la science du sport*. Benaknoun: office des publications universitaires.

الملاحق

ملحق رقم 1: البرنامج التدريبي

البرنامج الحركي المعدل العام

اسم البرنامج	برنامج حركي معدل وفقا لبعض المتغيرات الكنماتيكية لتنمية بعض القدرات الحركية
الفئة المستهدفة	الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط (09—12 سنة)
متطلبات تنفيذ البرنامج	ملعب-صفارة-ميقاتييه-اقماع-عارضة-دوائر بلاستيكية-اشرطة-كاميرا تصوير.

اهداف البرنامج

اهداف البرنامج الحركي المعدل	
1	تنمية بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط
2	اقتراح برنامج حركي معدل ومقنن ومكمل للبرامج السابقة
3	اكتشاف القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط وتنميتها
4	التشجيع على ممارسة النشاط البدني المكيف داخل المراكز النفسية البيداغوجية
5	مساعدة الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط على أداء النشاط البدني المكيف
6	ادخال السرور والفرح والترويح عن الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط

تفاصيل تنفيذ البرنامج الحركي المعدل

مدة البرنامج	10 اسابيع
عدد الوحدات	10 وحدات
تاريخ التنفيذ	2019/01/13 الى غاية 2019/03/17
تواريخ تنفيذ البرنامج	الدراسة الاستطلاعية: 16-17-2018/12- القياسات القبلية: 06-07-2019/01- القياسات البعدية: 20-21-2019/03-
مكان تنفيذ البرنامج	المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة
عدد المشاركين	5 اطفال للدراسة الاستطلاعية و 9 اطفال عينة أساسية
القائمين على البرنامج	مساعد للتصوير كمييرا التحليل الحركي-المربي من اجل مراقبة وضبط الأطفال- منفذ البرنامج الحركي المعدل.

البرنامج الحركي المعدل العام

الخطة العامة لتنفيذ البرنامج

اليوم والتاريخ	زمن الحصة	التمارين المنفذة	الهدف الاجرائي	الهدف التعليمي
2018/12/16 2018/12/17	40 د	القيام بالدراسة الاستطلاعية واختيار العينة الأساسية وقياس خصائص العينة وتهيئة المكان وتهيئة الأدوات والأطفال من اجل التجربة الأساسية.		
2019/01/06 2019/01/07	45 د	تنفيذ الاختبارات واخذ القياسات القبليّة للعينة الأساسية والتصوير من اجل التحليل الحركي للقياسات القبليّة		
2019/01/13	45 د	تعلم ابجديات الجري	قياس السرعة الحركية	يتعلم التلميذ طريقة أداء الجري في المنحني
2019/01/20	45 د	سرعة الركض	قياس المدى بين الخطوات	زيادة المدى بين الخطوات لتحسين السرعة
2019/01/27	45 د	السرعة	قياس تردد الخطوات	زيادة تردد الخطوات
2019/02/03	45 د	الوثب من الثبات	تعلم ابجديات القفز مع طريقة امتصاص القفزة	التدريب على القفز مع تعلم كيفية امتصاص القفزة في مرحلة الهبوط
2019/02/10	45 د	أداء أكبر عدد من الوثبات	التوازن العام اثناء أداء أكبر عدد من الوثبات	تحقيق المدى المطلوب
2019/02/17	45 د	تحسين مدى الوثب	التوازن العام اثناء القفز التركيز والنظر للأمام الوثب بالطريقة الصحيحة الدفع بالجسم للأمام	الوضعية الصحيحة للوثب استخدام حركة الذراعين. تخطي العارضة
2019/02/24	45 د	تعلم ابجديات الرمي	الاحتفاظ بمحاور الجسم في خط مستقيم التركيز على مواجهة الهدف والنظر إليه حركة ذراع الرمي من فوق الكتف	تصحيح وضع الجسم الاحتفاظ بذراع الرمي أفقياً فوق مستوى الكتف إستخدام مرونة الكتف.
2019/03/03	45 د	نفس الحصة	الصعوبة التي واجهها التلاميذ في تعلم الطريقة الصحيحة للرمي اعدنا الحصة	نفس الأهداف التعليمية
2019/03/10	45 د	تحسين مستوى الرمي	عدم تغيير وضع الجسم أثناء الرمي .	الاحتفاظ بمواجهة منطقة الرمي التركيز على الهدف

البرنامج الحركي المعدل العام

عدم التوقف قبل الرمي .	محاول إصابة الهدف				
إصابة الهدف اتخاذ الوضع الصحيح للرمي ترسيخ المهارة في أذهان التلاميذ	إداء المهارة بالطريقة الصحيحة. التركيز اثناء الرمي زيادة مدى الرمي محاول إصابة الهدف	الرمي بالطريقة الصحيحة	45 د	12	2019/03/17
القياسات البعدية التصوير من اجل التحليل الحركي					2020/09/20 2020/03/21

الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط	الصف :	المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة	نجم خالد	الاستاذ
تعلم ابجديات الجري	الموضوع		الاولى	الوحدة:
أساليب التقويم	الأنشطة والخطوات التعليمية		الأدوات والوسائل	الأهداف السلوكية
<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء . - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة . 	<p>الجري حول الملعب.</p> <p>الجري الجانبي بعرض الملعب.</p> <p>الجري المتعرج بين الأقماع.</p> <p>العدو لمسافة 20 متر.</p> <p>(وقوف- الذراعان جانبا) تبادل على الجانبين</p> <p>تبادل ثني الجذع على الجانبين.</p>		<p>ساحة مناسبة</p> <p>ساحة مناسبة</p>	<p>((الجزء التمهيدي)) 10د</p> <ul style="list-style-type: none"> - أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري . - أن يؤدي التلميذ تمرينات تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .
<ul style="list-style-type: none"> - يلاحظ المعلم أداء التلاميذ للجري في مع تصحيح الأخطاء الفنية للأداء . 	<p>تعلم ابجديات الجري: تقسيم المجموعة الى فوجين على شكل قاطرات وعلى مسافة معينة. حوالي 15 أو 20 متر مقابلة كل فوج - يقوم الأول من كل فوج برفع الركبتين للأمام مع الجري لمسافة معينة ثم الرجوع مشيا خلف الفوج وهكذا بقية التلاميذ. كذلك:</p> <ul style="list-style-type: none"> - تحريك الذراعين والجري -التنسيق بين الذراعين ورفع الركبتين- تقديم الرجلين للأمام واليدين على الخصرة مع الحركة - التنسيق بين تقديم الرجلين للأمام وعمل الذراعين- رجل يسرى مع ذراع اليمنى والعكس- رفع العقب للخلف مع تكرار هذه الأبجديات للتلاميذ حتى تترسخ في أذهانهم أي بما يسمى في علم التدريب {طريقة التعليم أو التدريب بالتكرار}. 		<p>ساحة الملعب</p> <p>اقماع</p> <p>صفارة</p> <p>ميفاتييه</p>	<p>((الجزء الرئيسي)) 30د</p> <ul style="list-style-type: none"> - أن يتعلم التلميذ طريقة أداء الجري في المنحني. - أن يتعزز لدي التلميذ الحماس للمشاركة لبذل الجهد في النشاط البدني. - أن يتمكن التلميذ من الجري في منحنى بطريقة صحيحة.
<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظه المعلم أداء التلاميذ للمرجحة. - ملاحظه المعلم للاغتسال بدون إسراف . - ملاحظه المعلم للانصراف المنظم . 	<p>(وقوف) المرجحة العمودية .</p> <ul style="list-style-type: none"> - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة . - الانصراف إلي الفصل بشكل منظم . 		<p>ساحة الملعب</p>	<p>((الجزء الختامي)) 5د</p> <ul style="list-style-type: none"> - أن يؤدي التلميذ تمرين للتهدينة . - أن يغتسل التلميذ بعد الحصة مباشرة. - الانصراف إلي الفصل بنظام

الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط	الصف :	المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة	نجام خالد	الاستاذ
سرعة الركض	الموضوع		الثانية	الوحدة :
أساليب التقويم	الأنشطة والخطوات التعليمية		الأدوات والوسائل	الأهداف السلوكية
<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإجماع مع تصحيح أخطاء الأداء . - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة . 	<p>جري خفيف للتلاميذ مع الحفاظ على المسافات الفاصلة بينهم يصحبه حركات تسخينية مثل : - تدوير الذراعين الى الامام ثم الى الخلف - رفع الركبتين الى مستوى الصدر - الرجلين الى الداخل و الخارج - رفع العقب الى الخلف - يتخلل هذه الحركات مرونة تنفسية و استرخاء</p>		ساحة الملعب	<p>((الجزء التمهيدي)) 10د</p> <ul style="list-style-type: none"> - أن يؤدي التلميذ إجماع مناسب من الجري . - أن يؤدي التلميذ تمرينات تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني .
<ul style="list-style-type: none"> - يلاحظ المعلم أداء التلاميذ للجري تحفيز التلاميذ على زيادة السرعة اثناء التمرين . 	<p>موقف 1: رواق بعرض بمسافة 25م ، نقسم القسم الى عدة أفواج وكل فوجين يتنافسان فيما بينهما وكل تلميذ له منافس في الفوج الآخر- مثال : فوج أ ينافس فوج ب ويتكون كل فوج من 3 أو 4 تلاميذ وكل تلميذ يتعرف على منافسه نجعل أحد التلاميذ من الفوج أ داخل الرواق على بعد 1م أو أكثر حسب ما يراه الأستاذ ويكون منافسه في الفوج ب عند خط البداية عند إعطاء الإشارة من طرف الأستاذ ينطلق التلميذ الذي في الرواق بسرعة وفي نفس الوقت ينطلق التلميذ الذي عند خط البداية بسرعة قصوى محاولا مسكه قبل وصوله إلى خط النهاية وهكذا بقية التلاميذ مع تغيير الدور بين الأفواج - بحيث التلميذ الذي يتمكن من مسك منافسه قبل وصوله لخط النهاية يتحصل على نقطة تجمع نقاط الأفواج والفوج الذي يتحصل على اكبر نقاط هو الفائز.</p>		ساحة الملعب أقماع صفارة مقياتي	<p>((الجزء الرئيسي)) 30د</p> <ul style="list-style-type: none"> - أن يتعلم التلميذ طريقة أداء الجري في المنحني. - أن يتعزز لدي التلميذ الحماس للمشاركة لبذل الجهد في النشاط البدني. - أن يتمكن التلميذ من الجري في منحني بطريقة صحيحة.
ملاحظة التلاميذ اثناء الأداء مرافقة التلاميذ الى القسم.	العودة بالجسم الى الوضع الطبيعي تمرينات تمديد الجسم الاعتسال والانصراف الى الصف.		ساحة الملعب	الجزء الختامي 05

الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط	الصف :	المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة	نجم خالد	الاستاذ
سرعة	الموضوع		الثالثة	الوحدة :
أساليب التقويم	الأنشطة والخطوات التعليمية		الأدوات والوسائل	الأهداف السلوكية
- ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء . - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة .	جري خفيف للتلاميذ مع الحفاظ على المسافات الفاصلة بينهم يصحبه حركات تسخينية مثل : - تدوير الذراعين الى الامام ثم الى الخلف - رفع الركبتين الى مستوى الصدر - الرجلين الى الداخل و الخارج - رفع العقب الى الخلف - يتخلل هذه الحركات مرونة تنفسية و استرخاء		ساحة الملعب	((الجزء التمهيدي)) 10د - أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري . - أن يؤدي التلميذ تمرينات تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحنى
- يلاحظ المعلم أداء التلاميذ للجري تحفيز التلاميذ على زيادة السرعة أثناء التمرين .	الموقف 1: تعيين ميدان العدو والمسافة المحددة خط الانطلاق وخط الوصول تحديد الرواق الخاص بالجري. نجري منافسة بين التلاميذ في الجري السريع على مسافة يعينها الأستاذ برواقين أو أكثر ثم بعد ذلك نسجل النتائج وتصنيف التلاميذ، الجيد- المتوسط - الضعيف. الموقف 2: تقسيم القسم الى عدة افوجين عند خط البداية وأروقة بمسافة 25م ونضع عند نهاية كل رواق عند خط الوصول كرة في وسط الرواق عند الإشارة ينطلق الاول من كل فوج بأقصى سرعة داخل الرواق نحوى خط الوصول وحمل الكرة،		ساحة الملعب اقماع صفارة ميقاتييه	((الجزء الرئيسي)) 30د - أن يتعلم التلميذ طريقة أداء الجري في المنحنى . - أن يتعزز لدي التلميذ الحماس للمشاركة لبذل الجهد في النشاط البدني. - أن يتمكن التلميذ من الجري في منحنى بطريقة صحيحة .
- ملاحظه المعلم أداء التلاميذ - ملاحظه المعلم للانصراف المنظم .	تمرينات الاسترخاء- الجري الخفيف - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة. - الانصراف إلي الفصل بشكل منظم.		ساحة الملعب	((الجزء الختامي)) 5د - أن يؤدي التلميذ تمرين للتهدئة . - أن يغتسل التلميذ بعد الحصة مباشرة. - الانصراف إلي الفصل بنظام

الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط	الصف :	المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة	نجم خالد	الاستاذ
الوثب من الثبات	الموضوع		الرابعة	الوحدة :
أساليب التقويم		الأنشطة والخطوات التعليمية	الأدوات والوسائل	الأهداف السلوكية
<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء. - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات اليدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة. 		جري خفيف للتلاميذ مع الحفاظ على المسافات الفاصلة بينهم يصحبه حركات تسخينيه الوثب الى الامام ثم الى الخلف تحريك الذراعان مع القفز في نفس المكان	ساحة الملعب	<p>((الجزء التمهيدي)) 10د</p> <ul style="list-style-type: none"> - أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري . - أن يؤدي التلميذ تمرينات تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا
<ul style="list-style-type: none"> - التدريب على القفز مع تعلم كيفية امتصاص القفزة في مرحلة الهبوط 		الموقف 1: يقوم التلميذ بالوثب فوق رسم تخطيطي للحجل مربعات متعامدة ومتباعدة بمسافات متساوية تحديد مكان الهبوط رسم تمثيلي للقدمين إعادة التمرين مع زيادة المسافة بين خط البداية والرسم التمثيلي المخصص للنزول. يقوم التلميذ بأداء الوثب بدءا من المكان المخصص للوثب الى المكان المخصص للهبوط	ساحة الملعب اقماع صفارة مقياس المسافة رسم تخطيطي	<p>تعلم طرق الوثب التي لا تعتمد فقط على قوة الرجلين بل وأيضا على التوافق بين الرجلين والذراعين ، تناسق حركة الرجلين وأخيرا قبول عدم توازن الطفل للأمام . توفير أرضية ملعب ناعمة وغير زلقة لامتناس الوتبة أثناء الهبوط</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظه المعلم أداء التلاميذ - ملاحظه المعلم للانصراف المنظم . 		تمرينات الاسترخاء- الجري الخفيف - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة. - الانصراف إلي الفصل بشكل منظم.	ساحة الملعب	<p>((الجزء الختامي)) 5د</p> <ul style="list-style-type: none"> - أن يؤدي التلميذ تمرين للتهديئة . - أن يغتسل التلميذ بعد الحصة مباشرة. - الانصراف إلي الفصل بنظام

الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط	الصف :	المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة	نجم خالد	الاستاذ
الوثب من الثبات	الموضوع		الخامسة	الوحدة :
أساليب التقويم	الأنشطة والخطوات التعليمية		الأدوات والوسائل	الأهداف السلوكية
<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء . - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة . 	<ul style="list-style-type: none"> - لجري ثم الوثب أماماً . (الذراعين عالياً) ثني الجذع أماماً إلى الأسفل. - الجري أماماً بسرعة ثم التوقف والعودة للخلف. - دوران الذراع خلفاً وأماماً عالياً. - الجري أماماً وخلفاً وجانباً 		ساحة الملعب	<ul style="list-style-type: none"> ((الجزء التمهيدي)) 10د - أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري . - أن يؤدي التلميذ تمرينات تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني
<ul style="list-style-type: none"> - تسلسل الوثب. - التوازن العام 	<ul style="list-style-type: none"> أداء أكبر عدد من الوثبات للأمام بكلتا القدمين لتحقيق المدى المطلوب . نقوم بوضع دوائر من البلاستيك بقطر 60 سم تبعد الدائرة الأولى عن الثانية 40سم والثالثة 70سم والرابعة 120سم يقف التلميذ وسط الدائرة محاولا القفز الى الدائرة الأخرى بأداء الوثب بطريقة صحيحة الى اكمال الوثبات داخل الدوائر المتبقية 		ساحة الملعب اقماع صفارة ميقاتييه دوائر بلاستيكية	<ul style="list-style-type: none"> ((الجزء الرئيسي)) 30د - عدم ثني الرجلين بدرجة كبيرة -استخدم حركة الذراعين
<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظه المعلم أداء التلاميذ - ملاحظه المعلم للانصراف المنظم. 	<ul style="list-style-type: none"> تمرينات الاسترخاء- الجري الخفيف - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة. - الانصراف إلي الفصل بشكل منظم. 		ساحة الملعب	<ul style="list-style-type: none"> ((الجزء الختامي)) 5د - أن يؤدي التلميذ تمرين للتهديئة . - أن يغتسل التلميذ بعد الحصة مباشرة. - الانصراف إلي الفصل بنظام

الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط	الوصف :	المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة	نجام خالد	الاستاذ
الوثب من الثبات	الموضوع		السادسة	الوحدة :
أساليب التقويم		الأنشطة والخطوات التعليمية	الأدوات والوسائل	الأهداف السلوكية
- ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لإجماع مع تصحيح أخطاء الأداء. - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة.		. جري خفيف حول الملعب (فتح الذراعان عالياً) ثني الجذع أماماً أسفل. ثني الجذع أماماً أسفل مع لف الجذع. ثني الركبتين كاملاً وضمهم إلى الصدر. (الذراعان عالياً) ثني الجذع جانباً. الجري في المكان مع التصفيق على الفخذين. (الذراعان أماماً) ثني الذراعين على الصدر. ثني الجذع اماماً أسفل ثم تحريك الذراعين	ساحة الملعب	((الجزء التمهيدي)) 10د - أن يؤدي التلميذ إجماع مناسب من الجري . - أن يؤدي التلميذ تمرينات تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني
التوازن العام اثناء القفز التركيز والنظر للأمام الوثب بالطريقة الصحيحة الدفع بالجسم للأمام		من اجل تحسين مدى الوثب من الثبات تم تقسيم القسم الى فوجين يقف التلاميذ خلف بعضهم كل فوج على حدى نضع امام كل فوج عارضة ارتفاع 50 سم بحيث تبعد عن المكان المحدد للقفز ب حوالي 50 سم يحاول التلاميذ تخطي العارضة بالوثب الثاني من الثبات إعادة التمرين مع زيادة المسافة بين خط البداية والعارضة للوصول بالتلاميذ الى احسن اداء	ساحة الملعب اقماع صفارة ميقاتييه عارضة بلاستيكية	((الجزء الرئيسي)) 30د الوضعية الصحيحة للوثب استخدام حركة الذراعين. تخطي العارضة
- ملاحظه المعلم أداء التلاميذ - - ملاحظه المعلم للانصراف المنظم .		تمرينات الاسترخاء- الجري الخفيف - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة. - الانصراف إلى الفصل بشكل منظم.	ساحة الملعب	((الجزء الختامي)) 5د - أن يؤدي التلميذ تمرين للتهدئة . - أن يغتسل التلميذ بعد الحصة مباشرة. - الانصراف إلى الفصل بنظام

الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط	الصف :	المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة	نجام خالد	الاستاذ
الرمي	الموضوع		السابعة	الوحدة :
أساليب التقويم		الأنشطة والخطوات التعليمية	الأدوات والوسائل	الأهداف السلوكية
<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لإجماع مع تصحيح أخطاء الأداء . - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة . 		جري خفيف للتلاميذ مع الحفاظ على المسافات الفاصلة بينهم يصحبه حركات تسخينية مثل : - تدوير الذراعين الى الامام ثم الى الخلف - رفع الركبتين الى مستوى الصدر - الرجلين الى الداخل و الخارج - رفع العقب الى الخلف - يتخلل هذه الحركات مرونة تنفسية و استرخاء	ساحة الملعب	<p>((الجزء التمهيدي)) 10د</p> <ul style="list-style-type: none"> - أن يؤدي التلميذ إجماع مناسب من الجري . - أن يؤدي التلميذ تمرينات تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني
<ul style="list-style-type: none"> - تصحيح وضع الجسم الإحتفاظ بذراع الرمي أفقياً فوق مستوى الكتف - استخدام مرونة الكتف. 		رمي كرة وزن 250غ نحو هدف بذراع واحدة من وضع الوقوف والقدمين متباعدتين جانباً على أن يكون ذراع الرمي أعلى من مستوى الكتف يقف التلميذ متخذاً وضعية الرمي امام خط البداية محاولاً إصابة الهدف الذي يبعد عن خط البداية ب5م إعادة التمرين مع زيادة المسافة بين خط البداية والهدف	ساحة الملعب اقماع صفارة ميقاتييه كرة	<p>((الجزء الرئيسي)) 30د</p> <p>الإحتفاظ بمحاوور الجسم في خط مستقيم التركيز على مواجهة الهدف والنظر إليه حركة ذراع الرمي من فوق الكتف</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظه المعلم أداء التلاميذ - ملاحظه المعلم للانصراف المنظم . 		تمرينات الاسترخاء- الجري الخفيف - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة . - الانصراف إلي الفصل بشكل منظم .	ساحة الملعب	<p>((الجزء الختامي)) 5د</p> <ul style="list-style-type: none"> - أن يؤدي التلميذ تمرين للتهدينة . - أن يغتسل التلميذ بعد الحصة مباشرة . - الانصراف إلي الفصل بنظام

الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط	الوصف :	المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة	نجام خالد	الاستاذ
الرمي	الموضوع		الثامنة	الوحدة :
أساليب التقويم		الأنشطة والخطوات التعليمية	الأدوات والوسائل	الأهداف السلوكية
<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإجماع مع تصحيح أخطاء الأداء . - ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة . 		<p>جري خفيف حول الملعب (فتح الذراعان عالياً) ثني الجذع أماماً أسفل. ثني الجذع أماماً أسفل مع لف الجذع. ثني الركبتين كاملاً وضمهم إلى الصدر. (الذراعان عالياً) ثني الجذع جانباً. الجري في المكان مع التصفيق على الفخذين. (الذراعان أماماً) ثني الذراعين على الصدر. ثني الجذع اماماً أسفل ثم تحريك الذراعين</p>	ساحة الملعب	<p>((الجزء التمهيدي)) 10د - أن يؤدي التلميذ إجماع مناسب من الجري . - أن يؤدي التلميذ تمرينات تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنيا لأداء الجري في المنحني</p>
<p>الاحتفاظ بمواجهة منطقة الرمي التركيز على الهدف عدم التوقف قبل الرمي .</p>		<p>تحسين منحني الرمي يتم أداء 3 رميات نحو 3اهداف بذراع واحدة منثنيه وبكرات رمي خفيفة 250غ نضع ثلاث دوائر بلاستيكية افقيا تعتبر هذه الدوائر هي نقطة بداية الرمي ونضع ثلاثة اهداف متنوعة تقدر مسافة بين الهدف والدائرة الأولى ب 5م والثانية ب 8م والثالثة ب 12م يقف التلميذ داخل الدائرة متخذاً وضعية الرمي الصحيحة محاولاً إصابة الهدف ثم ينتقل الى الهدف الثاني والثالث. تكرار التمرين مع توجيهات التلاميذ وتصحيح الاخطاء</p>	ساحة الملعب اقماع صفارة ميفاتيه دوائر بلاستيكية	<p>((الجزء الرئيسي)) 30د عدم تغيير وضع الجسم أثناء الرمي . محاول إصابة الهدف</p>
<ul style="list-style-type: none"> - ملاحظه المعلم أداء التلاميذ - ملاحظه المعلم للانصراف المنظم . 		<p>تمرينات الاسترخاء- الجري الخفيف - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة. - الانصراف إلى الفصل بشكل منظم.</p>	ساحة الملعب	<p>((الجزء الختامي)) 5د - أن يؤدي التلميذ تمرين للتهدينة . - أن يغتسل التلميذ بعد الحصة مباشرة. - الانصراف إلى الفصل بنظام</p>

الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط	الصف :	المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة	نجام خالد	الاستاذ
الرمي	الموضوع		التاسعة	الوحدة :
الأهداف التعليمية		الأنشطة والخطوات التعليمية	الأدوات والوسائل	الأهداف الاجرائية
<p>- ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ للإحماء مع تصحيح أخطاء الأداء .</p> <p>- ملاحظه المعلم لأداء التلاميذ لكل تمرين من التمرينات البدنية مع تصحيح الحركات والأوضاع الخاطئة .</p>		<p>جري خفيف حول الملعب (فتح الذراعان عالياً) ثني الجذع أماماً أسفل. ثني الجذع أماماً أسفل مع لف الجذع. ثني الركبتين كاملاً وضمهم إلى الصدر. (الذراعان عالياً) ثني الجذع جانباً. الجري في المكان مع التصفيق على الفخذين. (الذراعان أماماً) ثني الذراعين على الصدر. ثني الجذع اماماً أسفل ثم تحريك الذراعين</p>	ساحة الملعب	<p>((الجزء التمهيدي)) 10د</p> <p>- أن يؤدي التلميذ إحماء مناسب من الجري. - أن يؤدي التلميذ تمرينات تمهيدية مناسبة لتهيئة الجسم بدنياً لأداء الجري في المنحني</p>
<p>إصابة الهدف اتخاذ الوضع الصحيح للرمي ترسيخ المهارة في أذهان التلاميذ</p>		<p>تقسيم القسم الى فوجين والعملية تتم بالفوج - يبدأ الفوج أ ، نوزع تلاميذه على طول خط طوله 10 م وكل تلميذ بحوزته كرة خفيفة وعلى مسافة حوالي 10 امتار من هذا الخط نضع أقماع كبيرة موازية لهذا الخط ، وعند اطلاق الاشارة من طرف الاستاذ مع الميقاتي يبدأ الفوج بالتسديد نحوى الأقماع محاولين اصابتها ، وتحتسب نقطة لكل اصابة ، ثم يأتي دور الفوج الآخر وهو ب تتم العملية بوقت محدد حوالي 3 دقائق والفريق الذي يتحصل على اكبر عدد من النقاط في المدة المحددة هو الفائز . إعادة التمرين مع زيادة المسافة بين الاقماع وخط وقوف التلاميذ</p>	<p>ساحة الملعب اقماع صفارة ميقاتيه دوائر بلاستيكية</p>	<p>((الجزء الرئيسي)) 30د</p> <p>اداء المهارة بالطريقة الصحيحة. التركيز اثناء الرمي زيادة مدى الرمي محاول إصابة الهدف</p>
<p>- ملاحظه المعلم أداء التلاميذ - ملاحظه المعلم للانصراف المنظم .</p>		<p>تمرينات الاسترخاء- الجري الخفيف. - الاغتسال بعد أداء الحصة مباشرة. - الانصراف إلى الفصل بشكل منظم.</p>	ساحة الملعب	<p>((الجزء الختامي)) 5د</p> <p>- أن يؤدي التلميذ تمرين للتهديئة . - أن يغتسل التلميذ بعد الحصة مباشرة. - الانصراف إلى الفصل بنظام</p>

ملحق رقم 2: استمارة تحكيم الإختبارات

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الجلفة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة

قسم النشاط الرياضي المكيف

تخصص إعادة التأهيل بواسطة الأنشطة البدنية المكيفة

استمارة تحكيم

الطالب الباحث: نجام خالد

المشرف: د/حرواش لمين.

المشرف المساعد: أ.د/ شرفي

عامر

اسم ولقب الأستاذ المحكم:

الدرجة العلمية:

المؤسسة:

الإمضاء:

السلام عليكم تحية طيبة وبعد، لنا كامل الشرف أن نضع بين أيديكم أداة البحث التالية: مجموعة من الاختبارات لقياس بعض القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط ونجروا من سيادتكم المحترمة أن تطلعوا على لتحكيمهما ولذلك قصد استخدامهما كأدوات قياس في أطروحة الدكتوراه الموسومة بـ اقتراح برنامج حركي معدل وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية لتطوير بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.

الاختبارات:

أولاً: اختبار الجري 30 م من وضعية الوقوف

الغرض من الاختبار: قياس السرعة الانتقالية الجري

الأدوات المستعملة في الاختبار: ساعة إيقاف – صفارة- طريق مستقسم ممهد للجري-

مواصفات الأداء: يعطى نموذج لكيفية للأداء

يقف الطفل خلف خط البداية متخذاً وضعية البدء العالي عند سماع إشارة ينطلق الى خط النهاية



يؤدي الاختبار في مجموعات كل منها في اثنين.

يسجل الزمن الذي يقطع في الطفل بالثانية الى أقرب 01.

رأي المحكم حول هذا الاختبار

ثانيا: اختبار الوثب من الثبات

الغرض من الاختبار: قياس مهارة الوثب

الأدوات المستعملة: ارض مستوية -شريط قياس-يرسم خط بداية على الأرض.

مواصفات الأداء:

-يعطى للطفل نموذجا لكيفية الوثب

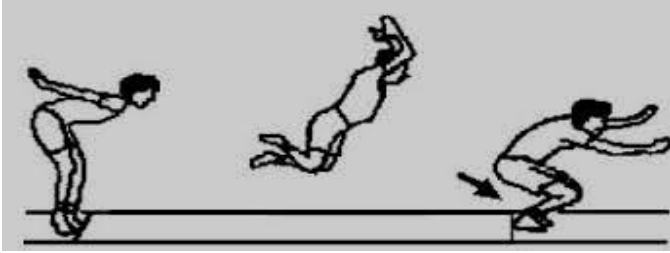
يقف الطفل خلف خط البداية القدمان في نفس الخط والذراعان جانبا ثم يبدء الطفل بمرجحة الذراعان خلفا مع ثني الركبتان ثم مرجحة الذراعان اماما والدفع بالقدمين بقوة في نفس الحظة الوثب لأبعد مسافة ممكنة.

يعطى للطفل ثلاث محاولات.

تقدير الدرجات:

تحسب للطفل أفضل مسافة يسجلها خلال ثلاث محاولات

تقاس مسافة الوثب بين خط البداية الحافة الداخلية حتى اعند نقطة ملامسة الكعبين للأرض



راي المحكم حول هذا الاختبار:

ثالثا اختبار الرمي على الهدف

الغرض من الاختبارات: قياس مهارة الرمي

الأدوات المستعملة:

ارض مستوية- شريط قياس- كرة طبية وزن 250 غ -

إجراءات الأداء يعطى للفل نموذج لكيفية الرمي

يقف الطفل خلف خط البداية يقوم الطفل برمي الكرة الطبية بعد سماع الإشارة وذلك بعد ان يستعد وتستقر قدماه خلف خط البداية

تقاس المسافة بين خط البداية الى اول نقطة سقوط الكرة.

تعطى ثلاث محاولات للطفل

تقدير الدرجات:

تحسب أحسن مسافة من المحاولات الثلاثة

تقاس مسافة الرمي من داخل الحافة الداخلية الى اول نقطة ملامسة الكرة الطبية للأرض



رأي المحكم حول هذا الاختبار:

ملحق رقم 3: بطاقة فنية للمركز

المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا ، مؤسسة عمومية ذات طابع اجتماعي تحت وصاية وزارة التشغيل والتضامن الوطني ، أنشئ بمرسوم 267-90 بتاريخ 15 سبتمبر 1990 تم افتتاح أبوابه بتاريخ 22 سبتمبر 2001 يستقبل أطفال و مرهقين ذوي الإعاقة الذهنية من كلا الجنسين، يتراوح سنهم ما بين 06 و 18 سنة.

طاقة الإستيعاب: النظري 60

2. العدد	
107 3.	نصف داخلي
46	خارجي
153	المجموع

أهداف التكفل

المصلحة البيداغوجية : تهدف إلى

- دمج الطفل المعوق إجتماعيا و مهنيا .
- تحقيق الإستقلالية الذاتية .
- تنمية القدرات الفكرية ، الحركية ، الإجتماعية والعاطفية
- الوعي بالذات و تنمية التواصل مع الآخرين
- التقليل من حدة الإضطرابات المصاحبة للتخلف الذهني
- إشراك الأسرة في عملية التكفل التربوي عن طريق توجيه وإرشاد الأولياء.

المصلحة الخارجية : تهدف إلى

- الكشف المبكر عن الإعاقة : تشخيص الإضطرابات في الطفولة الأولى و ذلك ليستفيد الطفل من التكفل المبكر به .
- الإحصاء: بحيث يتم جمع المعلومات الأولية حول المعوقين و إحصائهم على مستوى تراب الولاية .

- التوجيه : حيث يتم دراسة كل حالة و تحديد إما قبولها في النظام نصف الداخلي أو توجيهها إلى جهات أخرى مختصة.
- إرشاد و توجيه الأولياء : يهدف إلى دفع الآباء لتقبل إعاقة طفلهم مع توجيههم في طرق التكفل داخل الأسرة

شروط القبول

- أن يكون طفل معاق ذهنيا
 - السن ما بين 06 و 18 سنة
 - شهادة الحالة المدنية
 - صور شمسية
 - شهادة عائلية
 - تقرير نفسي يعده الأخصائي العيادي
 - تقرير نفسي إذا كان موضوع من قبل مؤسسة أخرى
 - ملف طبي (إن وجد)
 - رخصة مصادق عليها تسمح لإدارة المركز بإتخاذ الاجراءات الضرورية في حالة الإستعجالات
 - يتعهد الأولياء كتابيا عند دخول الطفل إلى المؤسسة بإستلام أطفالهم في الأيام التي تحددها إدارة المركز
 - ترخيص مصادق عليه من طرف ولي أمر الطفل لتنتقل ابنه بمفرده.
- ملاحظة :** يتم القبول النهائي ، بعد قرار المجلس الطبي التربوي الذي يرأسه مدير المركز ، و يضم ممثل عن كل سلك من الفرقة البيداغوجية .

الهيكل

الهيكل البيداغوجية

الملاحظة	العدد	4. الهيكل
تضم قطعة أرضية فلاحية مجهزة بالبيوت البلاستيكية	5.	ورشة الخياطة و
	1	النسيج
	01	ورشة الطين
	01	6. ورشة
	01	الحياة التطبيقية
	01	7. ورشة
	01	البستنة وتربية
	01	الحيوانات
	01	ورشة النجارة
		11
01		قاعة نفسو حركي
8.		قاعة الفحص النفسي
1		قاعة علاج
01		
01		قاعة لعب
01		نادي
01		قاعة اجتماعات
01		قاعة متعددة
01		التخصصات
الساحة + مساحات أخرى (كرة سلة، كرة اليد...)	02	أماكن اللعب
	02	ملاعب رياضية
	01	المطعم
	02	المراقد

الفرقة البيداغوجية

يرأس الفرقة البيداغوجية مدير المركز و هي تضم :

العدد	9- العمال
01	رئيس المصلحة البيداغوجية
03	10- مربى متخصص رئيس
07	مربى متخصص رئيسي
12	مربى متخصص
01	أخصائي عيادي
04	أخصائي تربوي
01	مساعد إجتماعي
01	أخصائي أرطوفوني
01	طبيب عام
01	ممرضة

الجمعيات

تم إنشاء ثلاثة جمعيات بالمركز وهي :

النادى الرياضى : و يهدف إلى

- ممارسة الرياضة عند المتخلفين ذهنيا .
- تنشيط الأطفال و تنمية القدرات الجسمية لديهم .
- المشاركة في مختلف النشاطات الرياضية والتظاهرات الخاصة بالمعاقين .
- العمل على دمج الأطفال في الوسط الإجتماعي

الجمعية الثقافية و تهدف إلى :

- تنمية الإبداع الفني و الثقافي لدى المتخلف ذهنيا .
- إحياء التظاهرات الوطنية و العالمية الخاصة بالمعوقين (03 دسمبر – 14 مارس – 01 جوان)
- إحياء المناسبات الدينية .

- القيام برحلات تربوية و ترفيهية .
 - خلق نوع من التواصل بين الطفل المتخلف ذهنيا و المحيط الذي من حوله من خلال اكتساب ثقافة في تربية الحيوانات ، التي تتماشى على حسب خصوصيات المنطقة.
 - **جمعية أولياء التلاميذ:** و تهدف إلى :
 - الدفاع عن المصالح المادية و المعنوية للطفل المتخلف ذهنيا.
 - مشاركة الأولياء في التظاهرات الوطنية و العالمية الخاصة بأطفالهم .
- الإدماج الإجتماعي و المهني للطفل المتخلف ذهنيا**



ملحق رقم 4: نتائج برنامج SPSS

Paired Samples Test

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Paired Differences		t	df	Sig. (2-tailed)
				95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 السرعة ق - السرعة ب	-.35556-	.30623	.10208	-.59095-	-.12017-	-3.483-	8	.008
Pair 2 التسارع ق - التسارع ب	-.13889-	.09006	.03002	-.20812-	-.06966-	-4.626-	8	.002
Pair 3 ز.م.الجسم ق - ز.م.الجسم ب	-13.88889-	4.88478	1.62826	-17.64367-	-10.13411-	-8.530-	8	.000
Pair 4 الانجاز ق - الانجاز ب	-1.55556-	.88192	.29397	-2.23346-	-.87765-	-5.292-	8	.001

Paired Samples Test

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Paired Differences		t	df	Sig. (2-tailed)
				95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 ز.الكبة ق - ز.الركبة ب	6.33333	3.70810	1.23603	3.48304	9.18363	5.124	8	.001
Pair 2 ارتفاع م.ث.ق - ارتفاع م.ث.ب	-3.33333-	1.73205	.57735	-4.66471-	-2.00196-	-5.774-	8	.000
Pair 3 ز.السقوط ق - ز.السقوط ب	-5.55556-	3.32081	1.10694	-8.10816-	-3.00296-	-5.019-	8	.001
Pair 4 الانجاز ق - الانجاز ب	-5.44444-	3.35824	1.11941	-8.02582-	-2.86307-	-4.864-	8	.003

d. This is a lower bound of the true significance.

Statistics

		السرعة	زاوية المرفق	زاوية الكتف	زاوية الركبة
N	Valid	9	9	9	9
	Missing	0	0	0	0
Mean		3.6956	145.5556	153.3333	118.8889
Median		3.7800	145.0000	152.0000	122.0000
Std. Deviation		.34500	4.41902	6.02080	12.43427
Skewness		-.106-	.036	.031	-.260-
Std. Error of Skewness		.717	.717	.717	.717

Statistics

		الطول	الوزن	العمر
N	Valid	9	9	9
	Missing	0	0	0
Mean		144.1111	49.7778	10.8889
Median		143.0000	50.0000	11.0000
Std. Deviation		4.34294	4.35252	.78174
Skewness		.362	.182	.216
Std. Error of Skewness		.717	.717	.717

Statistics

		الجري	الوثب	الرمي
N	Valid	9	9	9
	Missing	0	0	0
Mean		7.3333	.7556	11.5556
Median		7.0000	.8000	11.0000
Std. Deviation		1.00000	.12360	1.33333
Skewness		.107	-.929-	.661

Correlations

		الرمي	الرمي2
الرمي	Pearson Correlation	1	.844**
	Sig. (2-tailed)		.004
	N	9	9
الرمي2	Pearson Correlation	.844**	1
	Sig. (2-tailed)	.004	
	N	9	9

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		الجري	الجري2
الجري	Pearson Correlation	1	.746*
	Sig. (2-tailed)		.021
	N	9	9
الجري2	Pearson Correlation	.746*	1
	Sig. (2-tailed)	.021	
	N	9	9

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		الطول	الوزن	العمر
N		9	9	9
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	10.8889	49.7778	144.1111
	Std. Deviation	.78174	4.35252	4.34294
Most Extreme Differences	Absolute	.223	.141	.161
	Positive	.221	.141	.161
	Negative	-.223-	-.140-	-.148-
Test Statistic		.223	.141	.161
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Std. Error of Skewness	.717	.717	.717
Kurtosis	-.643-	1.369	-.153-
Std. Error of Kurtosis	1.400	1.400	1.400

Statistics

		الطول	الوزن	العمر
N	Valid	5	5	5
	Missing	0	0	0
Mean		146.6000	49.6000	10.2000
Median		145.0000	50.0000	10.0000
Std. Deviation		2.70185	3.36155	1.30384
Skewness		.578	-.147-	.541
Std. Error of Skewness		.913	.913	.913

Paired Samples Test

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Paired Differences		t	df	Sig. (2-tailed)
				95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 ز. الكبة ق - ز. الركية ب	6.33333	3.70810	1.23603	3.48304	9.18363	5.124	8	.001
Pair 2 ارتفاع م. ق - ارتفاع م. ب	-3.33333	1.73205	.57735	-4.66471	-2.00196	-5.774	8	.000
Pair 3 ز. السقوط ق - ز. السقوط ب	-5.55556	3.32081	1.10694	-8.10816	-3.00296	-5.019	8	.001
Pair 4 الانجاز ق - الانجاز ب	-5.44444	3.35824	1.11941	-8.02582	-2.86307	-4.864	8	.003

Correlations

	الوثب	الوثب 2
الوثب Pearson Correlation	1	.742*
Sig. (2-tailed)		.022
N	9	9
الوثب 2 Pearson Correlation	.742*	1
Sig. (2-tailed)	.022	
N	9	9

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

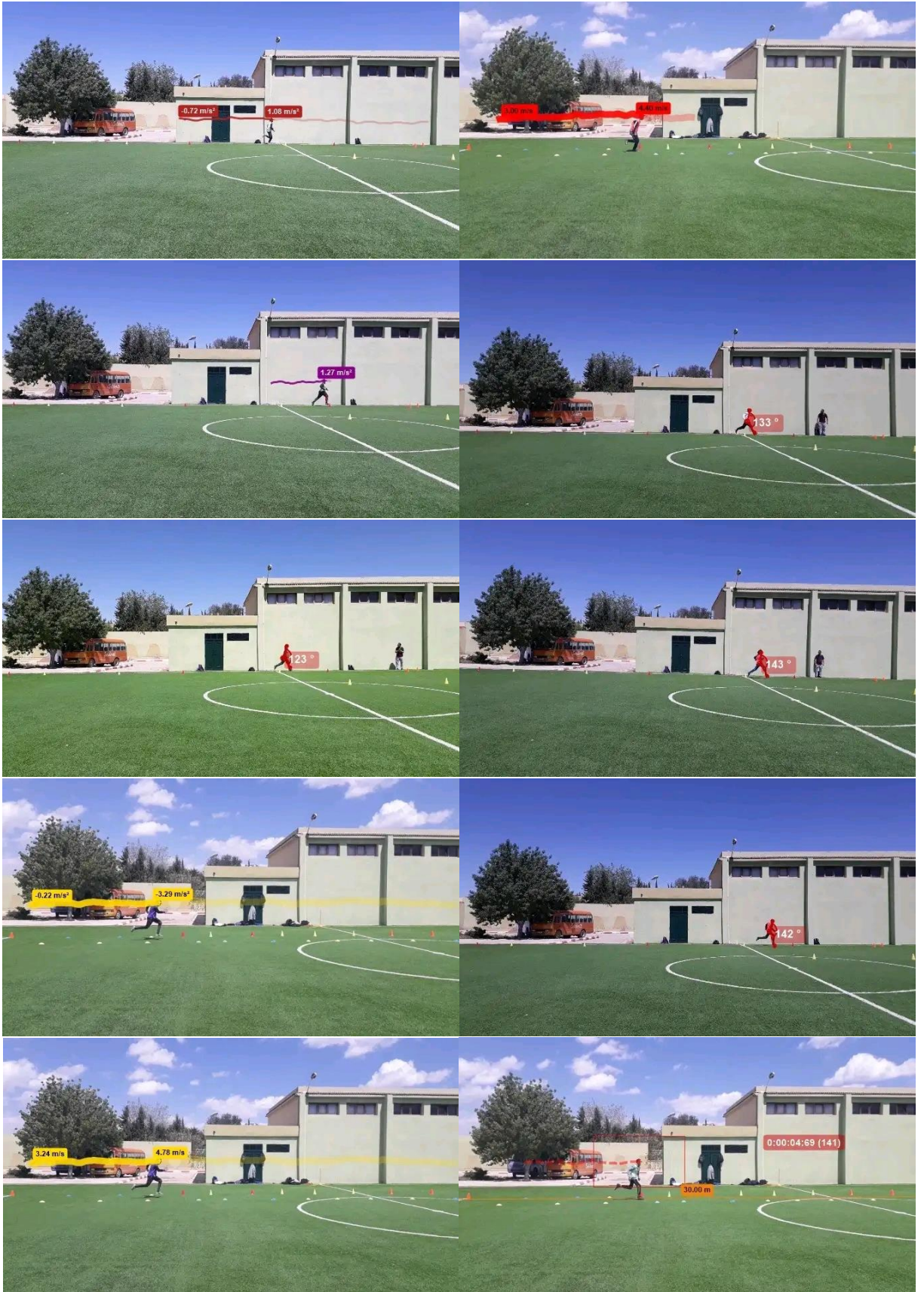
الملحق رقم 5
قائمة الأساتذة المحكمين

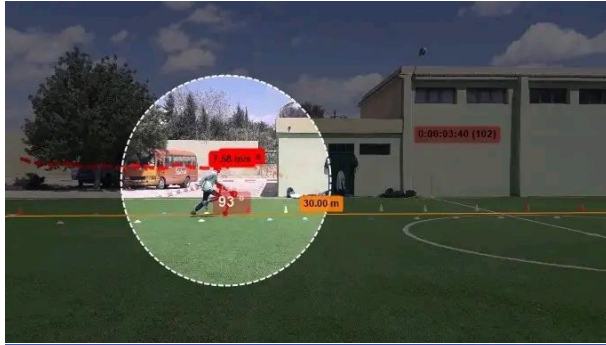
قائمة الأساتذة المحكمين

اسم ولقب الاستاذ	الرتبة	الجامعة
بو نشاده ياسين	أستاذ تعليم عالي	جامعة الجلفة
طبيبي احمد	أستاذ تعليم عالي	جامعة الجلفة
روبيح كمال	أستاذ تعليم عالي	جامعة الجلفة
يخلف احمد	أستاذ تعليم عالي	جامعة الجلفة
عمر اوي محمد	أستاذ محاضر أ	جامعة الجلفة
رفيق ساعد	أستاذ تعليم عالي	جامعة الجلفة
مسعودي الطاهر	أستاذ تعليم عالي	جامعة الجلفة

الملحق رقم 6
المتغيرات الكنماتيكية

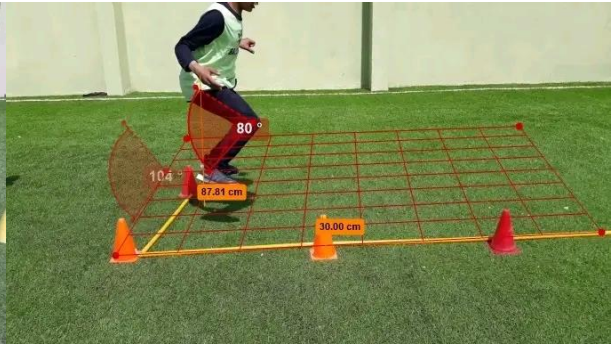
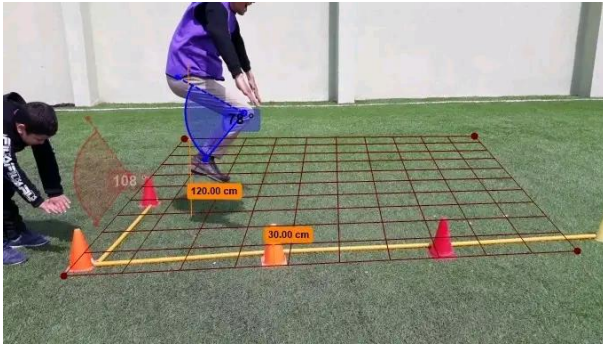
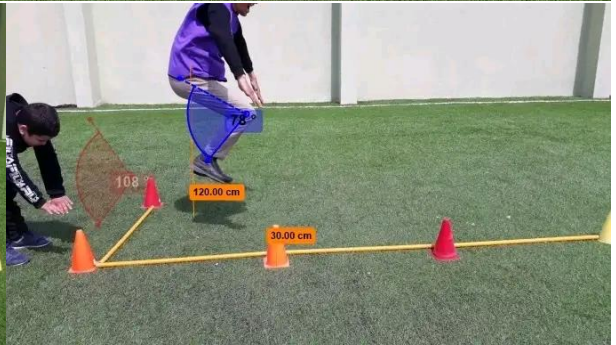
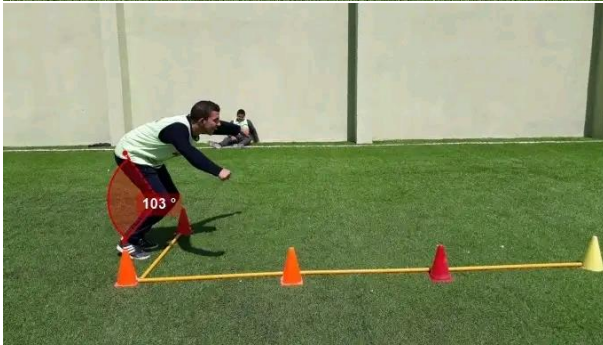
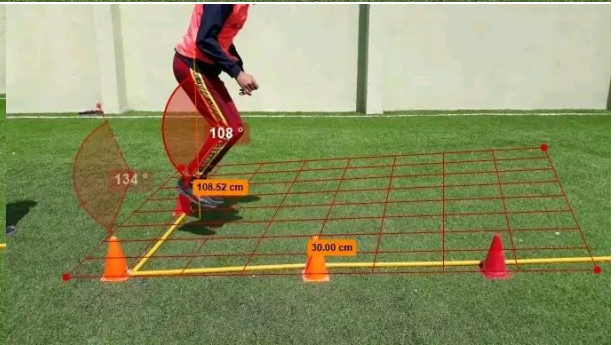
المتغيرات الكنماتيكية الخاصة بمهارة الجري

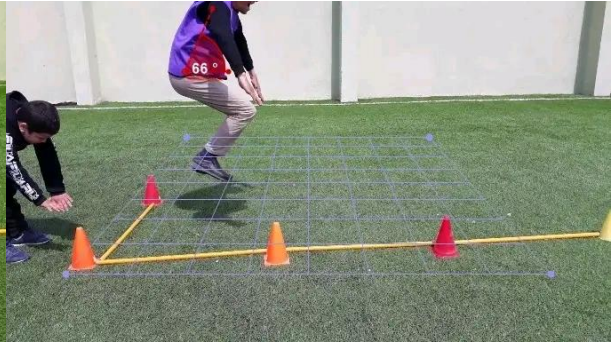
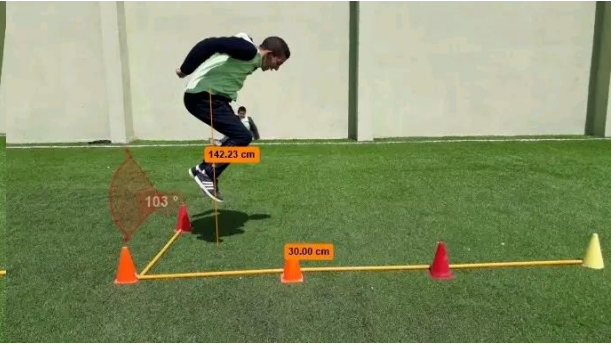
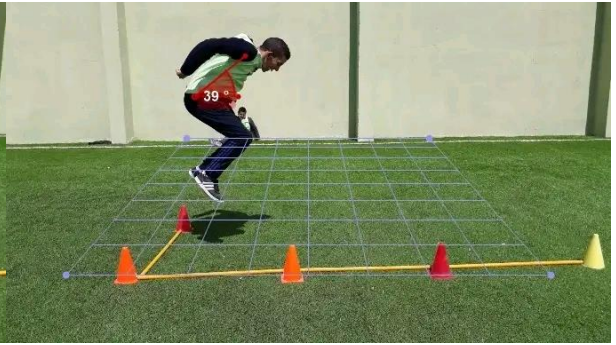




المتغيرات الكنماتيكية الخاصة بمهارة الوثب الثنائي من الثبات







المتغيرات الكنماتيكية الخاصة بمهارة الرمي



