

دور برنامج حركي مقترح في تنمية بعض القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط  
دراسة ميدانية في المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة

The role of a proposed motor program in the development of some motor abilities for  
children with simple mental retardation

Field study at the Pedagogical Psychological Center in DJELFA

نجام خالد

NADJEM KHALED

جامعة زيان عاشور بالجلفة / المنظومة الرياضية بالجزائر, k.nadjem@mail.univ-djelfa.dz

تاريخ النشر: 2020/12/20

تاريخ القبول: 2020/10/02

تاريخ الاستلام: 2020/06/20

الملخص:

هدفت هذه الدراسة الى تطوير بعض القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط من خلال برنامج حركي معدل تم تجريبه على عينة البحث داخل المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة حيث تم اختيار العينة بطريقة قصدية واشتملت العينة على 18 طفلا من ذوي التخلف العقلي البسيط وقسمها الى مجموعتين ضابطة وتجريبية وتبعنا المنهج التجريبي للملائمة البحث. قمنا بالقياسات القبلية للمجموعتين وبعد تطبيق البرنامج والقياسات البعدية تبين ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وكانت من اهم النتائج ان للبرنامج الحركي المقترح دور في تنمية البعض عناصر القدرات الحركية  
- الكلمات المفتاحية: - برنامج حركي. القدرات الحركية. التخلف العقلي البسيط

**Abstract:** This study aimed at developing some of the motor abilities of children with mild mental retardation through a modified motor program that was tested on the research sample within the pedagogical psychological center in The Eyelid, where the sample was selected In a deliberate way, the sample included 18 children with mild mental retardation, divided into two controlled and experimental groups, and we followed the experimental method to suit the research. We did tribal measurements of the two groups and after applying the program and the dimensional measurements show that there are statistically significant differences between the control and experimental groups, and one of the most important results was that the proposed motor program has a the development elements of motor abilities  
Keywords: - Dynamic program. Motor abilities. Simple mental retardation

## الجانب النظري

1- مقدمة واشكالية الدراسة: 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، الصفحات 9-10) ومما لا شك 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. (دحماني بن سعد الله، 2011، صفحة 11)

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 ليدهم في كل من البطء في الحركة والتعلم بجانب عدم قدراتهم على الادراك الحسي الحركي والانخفاض في مستوى القدرات الحركية والبدنية (عبد المنعم، 2009، صفحة 108)

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 (كالإمسك 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، صفحة 219)

وبما أن البرامج الحركية ضرورية للأطفال الأسوياء ففي هذه المرحلة يكتسب الطفل أهم القدرات الحركية التي تمثلت في الحركات الأساسية المتمثلة في الحبو- الجري - الحجل-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 البطء 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 (الحبو-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 بمقرنتهم بأقرانهم من الاسوياء وبينت دراسة ( وونج ) ودراسة ( فجيك ) 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(محمد عبيدة، 2016، صفحة 16)

كما انه توجد بعض الدراسات حول موضوع الدراسة نذكر منها:

دراسة احمد بوسكرة2008: النشاط البدني المكيف لدى الأطفال المتخلفين عقليا في المراكز النفسية البيداغوجية. هدفت الدراسة الى التعرف على مدى أهمية النشاط البدني المكيف للمعاقين عقليا داخل المراكز النفسية البيداغوجية في نمو المهارات

الحركية الأساسية ) الحركات الانتقالية، الحركات غير الانتقالية، مهارات التعامل مع الأداة ولتحقيق وتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي من خلال تطبيق برنامج مقترح في النشاط البدني المكيف للأطفال المتخلفين عقليا تخلفا بسيطا في المراكز الطبية البيداغوجية يتناسب مع استعداداتهم واحتياجاتهم وقدراتهم البدنية والاجتماعية والعقلية لرفع من أداء المهارات الحركية الأساسية والإدراك الحسي الحركي والسلوك التوافقي وذلك من خلال الوصول بالطفل إلى الوعي بالجسم وأطرافه والسيطرة عليه أثناء أداء الحركية تنمية التوافق العصبي العضلي التوافق بين العين واليد والقدم تنمية المهارات الحركية الانتقالية، كالمشي، الجري، القفز، الحجل،... - تنمية المهارات الحركية غير الانتقالية، كالتوازن، الامتداد، الانثناء،... - تنمية حركات التعامل مع الأداة، كالركل، الرمي، اللقف.

الرفع من مستوى فعاليات الطفل المختلفة لمواجهة مطالب بيئته المادية والاجتماعية. يتكون المجتمع الأصلي للدراسة من 72 طفلا متخلفا عقليا تخلفا بسيطا تم اختيار منهم 60 كعينة للدراسة حيث تم استبعاد الأطفال الذين لديهم خبرة سابقة في الميدان الرياضي ويشاركون في بعض الفرق الرياضية كما تم استبعاد أيضا الأطفال الذين شاركوا في الدراسة وتم استعمال المنهج التجريبي على عينة البحث لمؤامته موضوع الدراسة وبع تحديد العينة ومجانستها تم تقسيمها إلى ثلاث مجموعات تمثلت في عنة ضابطة وعينة شاهدة وعينة تجريبية بحيث كانت النتائج بعد دراسة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لمجموعة من الاختبارات تبين ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمهارات الحركية الأساسية لصالح القياس البعدي للعينة التجريبية وكذا قام الباحث بمقارنة النتائج مع المجموعتين المراقبة والضابطة وكانت النتائج دالة احصائيا لصالح المجموعة التجريبية

دراسة محمد الأمين عبيدة 2016: أثر برنامج تربية رياضية مقترح في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية عند الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط. هدفت الدراسة إلى بناء برنامج وفق الأسس العلمية لتنمية المهارات الحركية الأساسية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط بحيث طبق المنهج التجريبي لمؤامته موضوع الدراسة وذلك بتطبيق البرنامج على عينة البحث المتكونة من 20 طفلا من داخل المركز النفسي

البيداغوجي ممن يعانون الإعاقة العقلية البسيطة بعمر 12/09 سنة وبعد استعمال المعالجة الإحصائية للنتائج ودراسة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في جميع المهارات الحركية الأساسية ماعدا مهارة اللقف وهو ما يثبت ان للبرنامج المقترح دور في تنمية المهارات الحركية الاساسية.

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 والتمهيش 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 عبيده 2016) ومن خلال الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها داخل المركز النفسي البيداغوجي بمدينة الجلفة بحيث تبين لنا انه لا ووجد 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.

○ فإلى أي مدى يساهم البرنامج الحركي المعدل وفق بعض المتغيرات الكنماتيكية في تطوير بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط؟  
التساؤلات الفرعية:

○ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لعينة البحث لصالح القياس البعدي في تطوير حركة الجري للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لعينة البحث لصالح القياس البعدي في تنمية حركة الوثب من الثبات للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لعينة البحث لصالح القياس البعدي في تنمية حركة الرمي للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط؟
- فروض البحث:  
الفرضية العامة:
- يساهم البرنامج الحركي المعدل في تطوير بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.
- الفرضيات الجزئية:
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لعينة البحث لصالح القياس البعدي في تطوير حركة الجري للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لعينة البحث لصالح القياس البعدي في تنمية حركة الوثب من الثبات للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لعينة البحث لصالح القياس البعدي في تنمية حركة الرمي للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.
- اهداف الدراسة:
- ان الاهداف المرجو من الدراسة يتمثل فيما يلي:
- اعداد برنامج حركي معدل يهدف لتنمية القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط.
- امداد المراكز النفسية البيداغوجية ببرنامج حركي مقنن و 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.
  - لفت انتباه السلطات المعنية للاهتمام بفئة ذوي التخلف العقلي و انشاء مراكز متطورة لمساعدتهم على الشفاء والاندماج .
- أهمية الدراسة:

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.
  - ابراز أهمية وأهداف البرامج الحركية المعدلة داخل المراكز النفسية البيداغوجية.
- الكلمات الدالة في الدراسة :

التخلف العقلي : له عدت تعريفات نذكر أهمها :

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، 2008، صفحة 56)

يعرفه نادرفهبي 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. (فهبي الزيود، 2000، الصفحات 19-20)

يعرفه عبد الرحمن سليمان: الإعاقة العقلية من منظور اجتماعي على أنها افتقار المعاق إلى الكفاءة الاجتماعية والمعانة من حالة عدم التكيف (عبد الرحمان سليمان، 1998، صفحة 40)

تعريف الجمعية الامريكية للتخلف العقلي: هو نقص جوهرى 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 فرحات، 2005، صفحة 15).

اما من وجهة نظر الباحث فهو يرى ان التخلف العقلي: 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

القدرات الحركية: لها ايضا عدت تعريفات:

هي اشكال ومشتقات الحركات الطبيعية والتي يمكن التدريب عليها واكتسابها في عديد من الواجبات الحركية التي تشكل تحديا لقدرات الطفل من اجل اكتساب حصيلة جيدة من مفردات المهارات الحركية (بقار ناصر. 2019. ص60)

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، 2000، صفحة 57).

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. (جمعة حسن، 2008، صفحة 40)

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).

واشتملت البرامج الحركية المعدلة جملة من التعريفات نذكر منها:

**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. (محمد حسنين عبد المنعم، 2009، صفحة 13)

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 شحاته، 2007، صفحة 88)

**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 على التكيف. (عبد الله الزيري واخرون، 2011، صفحة 23)

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

#### الجانب التطبيقي:

**الطرق المنهجية المتبعة:** الدراسة الاستطلاعية: بعد الحصول على الامر بمهمة وتقديمه لمدير المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة قمنا بزيارة تفقدية للمركز والتعرف على عينة البحث والتأكد من صدق وثبات الاختبارات وكانت في الفترة الممتدة من 2019/04/8 الى غاية 2019/04/14 وتم التأكد من صحة الخصائص العلمية للاختبارات

المنهج المستخدم: تم استعمال المنهج التجريبي لملاءمته موضوع الدراسة مجتمع وعينة الدراسة: يتكون مجتمع البحث في دراستنا الحالية من الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط من 26 طفلا ملتحقون بالمركز النفسي البيداغوجي للإعاقة الذهنية بالجلفة ممن يعانون من العاقة العقلية البسيطة. تم اختيار العينة بطريقة قصديه من حيث العدد تحتوي على 18 طفلا من ذوي التخلف العقلي البسيط وتم استبعاد 8 أطفال ممن يعانون تشوهات قواميه او بعض الاعاقات الحركية ومن يمارسون الرياضة خارج المركز وقد تم تقسم العينة الى مجموعتين ضابطة وعينة أخرى تجريبية يطبق عليها البرنامج الحركي المعدل لتخضعا للاختبار القبلي والبعدي ودراسة الفروق بين القياسين وبين المجموعتين

أدوات 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 25م - اختبار الوثب من الثبات. - اختبار الرمي. وقد عرضت هذه الاختبارات على مجموعة من الأساتذة المحكمين من أجل اثراء الخصائص العلمية الشروط العلمية للأداة:

الجدول رقم 01 يبين صدق وثبات الاختبارات

بنود الاختبار	التجربة الأولى		التجربة الثانية		معامل الصدق	معامل الثبات
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الجري	04.66	0.74	5.00	0.64	0.87	0.94
الوثب من الثبات	1.34	0.22	1.33	0.23	0.93	0.98
رمي الكرة	4.97	1.22	5.11	1.31	0.74	0.86

المصدر: (الباحث. مستخرج من نظام spss)

تم الحصول على ثبات الاختبار من خلال طريقة إعادة الاختبار وذلك على عينة استطلاعية أخرى، حيث بلغ حجمها 7 أطفال من ذوي التخلف العقلي البسيط من المركز النفسي البيداغوجي ببلدية عين وسارة وكانت المدة الزمنية بين تطبيق الاختبار الأول والاختبار الثاني أسبوع واحد وتراوحت معاملات الثبات بين 0.70 و0.93 وهي معاملات مقبولة جدا وتفي بأغراض الدراسة الحالية. اما صدق الذاتى للاختبار فقد تم الحصول عليه بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات وقد تراوحت معاملات الصدق بين 0.71 إلى 0.98 وهي نسب عالية كما هو موضح في الجدول رقم 1.

إجراءات التطبيق الميداني: بعد الدراسة الاستطلاعية التي قمنا والتأكد من صدق وثبات الاختبار في الفترة الممتدة من 2019/03/03 الى 2019/03/10 قمنا بعدها مباشرة ب الاختبارات القبليّة وكانت بتاريخ 2019/03/14 وباشرنا بعد هذا التاريخ العمل على تطبيق البرنامج الحركي المعدل على عينة البحث بمعدل 3 حصص في الأسبوع لمدة 8 اسابيع والعمل ب 24 وحدة تعليمية في الفترة الممتدة من 2019/03/15 الى غاية 2019/05/15 وكان هذا تاريخ القياس البعدي

ملاحظة: قمنا بالاتصال بأولياء الأمور لطلب العمل مع أطفالهم أيام عطلة الربيع وكذا اصطحبهم الى المركز وهذا بعد موافقة مدير المركز.

الجدول رقم 2 يمثل متوسطات الطول والوزن لعينة البحث

الجنس	متوسط الطول	متوسط العمر
ذكور	157.8	47.53

من خلال الجدول نستطيع التعرف على المتوسطات الحسابية للعمر والوزن الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة: إن أصل بحثنا هذا يهدف إلى معرفة مدى تطور في القدرات الحركية عند الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط بعد تطبيق البرنامج الحركي المقترح فذلك يتبين في الفرق بين متوسطات نتائج القياسات القبليّة والقياسات البعدية للمجموعة التجريبية باستعمال الأساليب الإحصائية الملائمة. والمتمثلة في:

معامل الارتباط بيرسون «R» دلالة معامل الارتباط، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري اختبار الدلالة الإحصائية (ت) T-TEST عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

الجدول رقم 3: يبين مستوى دلالة الفروق للقياس القبلي بين الجمعة التجريبية والمجموعة الضابطة

مستوى الدلالة 0.05	T	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		بنود الاختبار
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غيردال	-0.19	0.96	9.34	1.28	9.27	رمي الكرة
غيردال	-0.40	3.27	63.25	3.67	63.70	الوثب من الثبات
غيردال	-0.35	0.98	7.07	0.45	7.12	الجري 25م

المصدر: (الباحث. مستخرج من نظام spss)

من خلال نتائج الجدول رقم 03 الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية في الاختبار القبلي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في نمو القدرات الحركية بالنسبة للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط التي هي قيد الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بحيث بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة لمهارة الرمي 9.27 وبانحراف معياري قدره 1.28 بينما المجموعة التجريبية بلغ المتوسط الحسابي لنفس المهارة 9.34 وبانحراف معياري 0.96 وبلغت قيمة ت المحسوبة -0.19 وهي قيمة اقل من قيمة ت الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وهي غير دالة احصائيا فيما يخص مهارة رمي الكرة لأبعد مسافة

اما بالنسبة لمهارة الوثب العريض من الثبات بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة 63.70 وبانحراف معياري قدره 3.67 بينما المجموعة التجريبية بلغ المتوسط الحسابي لنفس المهارة 63.25 وبانحراف معياري 3.27 وبلغت قيمة ت المحسوبة -0.40 وهي قيمة اقل من قيمة ت الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وهي غير دالة احصائيا فيما يخص الوثب العريض من الثبات

اما لمهارة الجري 25م بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة 7.12 وبانحراف معياري قدره 0.25 بينما المجموعة التجريبية بلغ المتوسط الحسابي لنفس المهارة 7.07 وبانحراف معياري 0.96 وبلغت قيمة ت المحسوبة -0.35 وهي قيمة اقل من قيمة ت الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وهي غير دالة احصائيا فيما يخص مهارة الجري 25م

الجدول رقم 04: الفروق الإحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة

الضابطة للاختبارات قيد الدراسة

مستوى الدلالة 0.05	T	القياس البعدي		القياس القبلي		بنود الاختبار
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دال	0.22-	1.15	9.15	1.28	9.27	رمي الكرة
غير دال	0.02	4.05	64.05	3.67	63.70	الوثب من الثبات
غير دال	0.28-	0.86	7.20	0.45	7.12	الجري 25م

المصدر: (الباحث. مستخرج من نظام spss)

تشير نتائج الجدول السابق الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية للمجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي في القدرات الحركية التي قيد الدراسة (الجرى). الوثب من الثبات. رمي الكرة لأبعد مسافة) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية. وهذا ما توضحه المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة المبينة في الجدول بحيث بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي لمهارة الرمي 9.27 وبتأخراف معياري قدره 1.28 بينما القياس البعدي لنفس المهارة بلغ المتوسط الحسابي 9.15 وبتأخراف معياري 1.15 وبلغت قيمة ت المحسوبة -0.22 وهي قيمة اقل من قيمة ت الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وهي غير دالة احصائيا فيما يخص مهارة رمي الكرة لأبعد مسافة اما بالنسبة لمهارة الوثب العريض من الثبات بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 63.70 وبتأخراف معياري قدره 3.67 بينما القياس البعدي بلغ المتوسط الحسابي لنفس المهارة 64.5 وبتأخراف معياري 4.05 وبلغت قيمة ت المحسوبة 0.02 وهي قيمة اقل من قيمة ت الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وهي غير دالة احصائيا فيما يخص الوثب العريض من الثبات اما لمهارة الجري 25م بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 7.12 وبتأخراف معياري قدره 0.25 بينما القياس البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي لنفس المهارة 7.20 وبتأخراف معياري 0.86 وبلغت قيمة ت المحسوبة -0.28 وهي قيمة اقل من قيمة ت الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وهي غير دالة احصائيا فيما يخص مهارة الجري 25م

الجدول رقم 05: الفروق الإحصائية للاختبارات قيد الدراسة بين القياسين والبعدي

للمجموعة التجريبية

مستوى الدلالة 0.05	T	القياس البعدي		القياس القبلي		بنود الاختبار
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دال	3.06	0.49	10.10	0.96	9.34	رمي الكرة
دال	4.34	1.95	67.05	3.27	63.25	الوثب من الثبات
غير دال	-0.48	0.59	6.96	0.98	7.07	الجرى 25م

المصدر: (الباحث. مستخرج من نظام spss)

تشير نتائج الجدول السابق الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية للمجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي في نمو المهارات الحركية الأساسية التي قيد الدراسة (الجرى 30م، الوثب من الثبات، رمي الكرة لأبعد مسافة) إلى وجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية بحيث بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي لمهارة الرمي 9.34 وبتأخراف معياري قدره 0.96 بينما القياس البعدي لنفس المهارة بلغ المتوسط الحسابي 10.10 وبتأخراف معياري 0.49 وبلغت قيمة ت المحسوبة 3.06 وهي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وهي دالة احصائيا فيما يخص مهارة رمي الكرة لأبعد مسافة

اما بالنسبة لمهارة الوثب العريض من الثبات بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 63.25 وبتأخراف معياري قدره 3.27 بينما القياس البعدي بلغ المتوسط الحسابي لنفس المهارة 67.05 وبتأخراف معياري 1.95 وبلغت قيمة ت المحسوبة 4.34 وهي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وهي دالة احصائيا فيما يخص مهارة الوثب العريض من الثبات

اما لمهارة الجري 25م بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 7.07 وبتأخراف معياري قدره 0.98 بينما المجموعة التجريبية بلغ المتوسط الحسابي لنفس المهارة 6.96 وبتأخراف معياري 0.59 وبلغت قيمة ت المحسوبة -0.48 وهي قيمة اقل من قيمة ت الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وهي غير دالة احصائيا فيما يخص مهارة الجري 25م

نلاحظ مستوى دلالة الفروق الإحصائية في القدرات الحركية قيد الدراسة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي يظهر لنا أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي للمهارات الحركية الأساسية (الجرى 30م، الوثب من الثبات، رمي الكرة لأبعد مسافة)، مما يعني حدوث تقدم في نمو جميع المهارات الحركية قيد الدراسة من خلال التجربة الميدانية عدى مهارة الجري 30م.

الجدول رقم 06 : الفروق الإحصائية للقياس البعدي للمجموعة الضابطة والمجموعة

التجريبية للاختبارات قيد الدراسة

مستوى الدلالة 0.05	T	القياس البعدي		القياس القبلي		بنود الاختبار
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دال	3.35	0.49	10.10	1.15	9.15	رمي الكرة
دال	3.39	1.95	67.05	4.05	64.05	الوثب من الثبات
غير دال	1.01-	0.59	6.96	0.86	7.20	الجري 25م

المصدر: (الباحث. مستخرج من نظام spss)

تشير نتائج الجدول السابق الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية في الاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في نمو القدرات الحركية التي هي قيد الدراسة (رمي الكرة لأبعد مسافة، الوثب من الثبات، الجري 30م) إلى وجود فروق دالة إحصائية حيث بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة لمهارة الرمي 9.15 وبتباخراف معياري قدره 1.15 بينما المجموعة التجريبية لنفس المهارة بلغ المتوسط الحسابي 10.10 وبتباخراف معياري 0.49 وبلغت قيمة ت المحسوبة 3.35 وهي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وهي دالة احصائية فيما يخص مهارة رمي الكرة لأبعد مسافة

اما بالنسبة لمهارة الوثب العريض من الثبات بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة 64.05 وبتباخراف معياري قدره 4.05 بينما المجموعة التجريبية بلغ المتوسط الحسابي لنفس المهارة 67.05 وبتباخراف معياري 1.95 وبلغت قيمة ت المحسوبة 4.34 وهي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وهي دالة احصائية فيما يخص مهارة الوثب العريض من الثبات

اما المهارة الجري 25م بلغ المتوسط الحسابي للقياس القبلي 7.20 و بانحراف معياري قدره 0.86 بينما المجموعة التجريبية بلغ المتوسط الحسابي لنفس المهارة 6.96 و بانحراف معياري 0.59 وبلغت قيمة ت المحسوبة -1.01 وهي قيمة اقل من قيمة ت الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وهي غير دالة احصائيا فيما يخص مهارة الجري 25م نلاحظ مستوى دلالة الفروق الإحصائية في القدرات الحركية قيد الدراسة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي يظهر لنا أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي للمهارات الحركية الأساسية (الجري 30م، الوثب من الثبات، رمي الكرة لأبعد مسافة)، مما يعني حدوث تقدم في نمو جميع المهارات الحركية قيد الدراسة من خلال التجربة الميدانية عدى مهارة الجري 30م. مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

الفرضية الأولى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية للقياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية لتنمية مهارة الجري للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط لم تتحقق وهذا من خلال نتائج المعروضة في الجدول رقم 06 حيث ان قيمة ت المحسوبة بلغت -1.01 وهي قيمة اقل من القيمة الجدولة وغير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة 0.05 لذا الفرضية الأولى لم تتحقق

الفرضية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية للقياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية لتنمية مهارة الوثب العريض من الثبات للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط من خلال النتائج المعروضة في الجدول الأخير نلاحظ وجود فروق جوهرية بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية لمهارة الوثب من الثبات حيث بلغت قيمة ت المحسوبة 3.39 وهي قيمة أكبر من القيمة الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ومن خلال ما سبق فان الفرضية الثانية تحققت

الفرضية الثالثة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية للقياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية لتنمية مهارة الوثب العريض من الثبات للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط من خلال القياس البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية لمهارة الرمي لأبعد مسافة تبين ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية

ولصالح المجموعة التجريبية حيث بلغت قيمة ت المحسوبة وهي قيمة 3.35 وهي قيمة أكبر من قيمة ت الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 وعليه فان الفرضية الثالثة تحققت. الفرضية العامة: ومن خلال كل ما سبق نستنتج ان الفرضية العامة للبرنامج الحركي دور في تنمية بعض عناصر القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط تحققت وهذا ما أكدته دراسة احمد بوسكرة 2008 النشاط البدني المكيف لدى الأطفال المتخلفين عقليا في المراكز النفسية البيداغوجية بحيث كانت النتائج بعد دراسة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لمجموعة من الاختبارات تبين ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمهارات الحركية الأساسية لصالح القياس البعدي للعين التجريبية وكذا قام الباحث بمقارنة النتائج مع المجموعتين المراقبة والضابطة وكانت النتائج دالة احصائيا لصالح المجموعة التجريبية(احمد بوسكرة2008)

وأكد كل من حلمي إبراهيم وليلى السيد فرحات أن من أهداف التربية الرياضية للمتخلفين عقليا اكتساب التوافق الحركي والقوة العضلية حيث يساعد ذلك على أداء المهارات الحركية الأساسية، كالوقوف والمشي والجلوس، والحجل والحركة بأنواعها المختلفة وفقا لمتطلبات الحياة المواقف المختلفة. (، ليلي السيد فرحات، 1998.ص222) وأكدت دراسة محمد الأمين عبيدة2016 أثر برنامج تربية رياضية مقترح في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية عند الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط وبعد استعمال المعالجة الإحصائية للنتائج ودراسة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث تبين ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في جميع المهارات الحركية الأساسية ماعدا مهارة اللقف وهو ما يثبت ان للبرنامج المقترح دور في تنمية المهارات الحركية الاساسية. (محمد الأمين عبيدة2016) وهذا ما أكده عبد الحميد لغرور-يحياوي السعيد 2017: أثر منهج التربية البدنية والرياضية في تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية الانتقالية الجري، القفز، الوثب لدى تلاميذ التعليم الابتدائي 6-7 سنوات فقد توصلوا في دراستهم الحالية إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية في تحسن بعض بقار ناصر 73 المهارات الحركية الأساسية الانتقالية) الجري، الوثب، القفز. (بقار ناصر.2020.ص72)

وكما اشارة دراسة صغييري رابح الى ضرورة النشاط البدني المكيف بالنسبة لذوي الاحتياجات الخاصة للتخفيف ما يشعرون به من عجز بدني ونفسي كما أشار في نفس الدراسة على ان النشاط البدني المكيف يعتبر أحد الوسائل الحديثة في تنمية الفرد من ذوي الاحتياجات الخاصة في جميع النواحي البدنية والذهنية واسترجاع بعض العضلات التي قد تكون ضعيفة. (صغييري رابح. 2013. ص121)

وهدف دراسة بن عمر مراد واخرون الى التعرف على فاعلية كانت هناك نتائج إيجابية وفروق بين القياسين القبلي والبعدي لغينة البحث (بن عمر مراد واخرون. 2017. ص465).

#### الاستنتاجات والاقتراحات:

##### الاستنتاجات:

- من خلال الدراسة الميدانية تأكدنا ان الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط قوة بشرية معطلة يمكن الاستفادة منها.
- تطور القدرات الحركية التي كانت قيد الدراسة للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط من خلال البرنامج الحركي المقترح
- إعادة النظر للنشاط البدني المكيف والأنشطة الحركية المعدلة داخل المراكز النفسية البيداغوجية لهذه الفئة

##### الاقتراحات:

- الاعتماد على البرامج الحركية المعدلة الهادفة داخل المراكز النفسية البيداغوجية
- الاهتمام بتطوير القدرات الحركية للأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط لانها تساعد في الحياة اليومية
- توفير مختصين في النشاط البدني المكيف داخل المركز النفسي البيداغوجي بالجلفة لأنه على صعيد الولاية لا يوجد أي مربي رياضي داخل المراكز النفسية البيداغوجية
- دمج الأطفال المتخلفين عقليا في الرياضات التنافسية الخاصة بذوي الاحتياجات الخاصة من خلال تكوين فرق محلية تابعة للمراكز

### قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة.

#### الكتب:

- 1- دلال فتحي- التربية الحركية في رياض الأطفال. المكتب الجامعي الحديث. 2006
- 2- كمال مرسى .مرجع في علم التخلف العقلي. دار النشر للجامعات المصرية. 1999
- 3- نادر فهيم الزبود. تعليم الأطفال المتخلفين عقليا، عمان: دار الفكر للنشر. 2000
- 4- عبد الرحمن سيد سليمان. معجم التخلف العقلي، مكتبة زهراء الشرق. 1998
- 5- خولة احمد يحيى. ماجدة السيد عبيد. الإعاقة العقلية. دار وائل للنشر. 2005.
- 6- سليمان محمد شحاته. سيكولوجية اللعب. مركز الإسكندرية للكتاب.. 2007
- 7- وجيه محبوب. نظريات التعلم والتطور الحركي. دار الكتب والوثائق.. 2000
- 8- عبد الله الزبيري وآخرون. اساسيات التربية الخاصة. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة. 2011.
- 9- حلمي إبراهيم. ليلي السيد فرحات، التربية الرياضية والترويح للمعاقين. دار الفكر العربي. 1998

#### الرسائل والاطروحات:

- 1- دحماني بن سعد الله. مدى فاعلية برنامج تدريبي لتعليم السباحة لدى المعاقين ذهنيا وأثره على تنمية القدرات الحركية. رسالة ماجستير. جامعة الجزائر. 2011
- 2- احمد بوسكرة. النشاط البدني المكيف لدى الأطفال المتخلفين عقليا داخل المراكز النفسية البيداغوجية. رسالة دكتوراه. جامعة الجزائر. 2008
- 3- محمد الأمين عبيدة. أثر برنامج تربية رياضية مقترح في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية عند الأطفال ذوي التخلف العقلي البسيط. رسالة دكتوراه. جامعة الجزائر. 2016

#### المجلات:

- 1- بقار ناصر. دراسة الفرق في مستوى المهارات الحركية الأساسية بين تلاميذ المدارس الابتدائية لولاية بسكرة. مجلة الابداع الرياضي. المجلد 10، العدد 02. 2019. ص 60-72
- 2- صغيري راجح. دور النشاط الرياضي المكيف في التقليل من السلوك العدواني للأطفال المعاقين ذهنيا القابلين للتعلم ومن وجهة نظر المربين. مجلة الابداع الرياضي. العدد 10. 2013. ص 121
- 3- فاعلية اجراء المساعدة المتناقصة تدريجيا في تعليم الاطفال ذوي التخلف العقلي المتوسط على مهارة ركل الكرة. مجلة الابداع الرياضي. العدد 30. 2017. ص 465