تأثير الأنشطة الترويحية الرياضية على النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه لدي أطفال ما قبل المدرسة

د/ ايمان عصام الدين على رزق حموده (*)

مقدمة ومشكلة البحث:

تعد مرحلة الطفولة من المراحل الهامة في حياة الإنسان لما لها من أثر واضح علي حياته المستقبلية، وقد دفع ذلك العديد من الباحثين والخبراء على الاهتمام بالمناهج التعليمية والعمل على إعداداها وبنائها بالشكل الذى يساهم في تحقيق النمو المتكامل لهم وتطوير شخصيتهم وتزويدهم بالخبرات الحركية المختلفة، وعلى الرغم من أهمية هذه الفئة إلا إنهم قد يعانون من بعض المشكلات والاضطرابات السلوكية نتيجة لطبيعة هذه المرحلة والتي تتميز بحركاتهم الزائدة واندفاعهم وتشتت انتباههم وعدم قدرتهم على انجاز المهام المطلوبة.

ويعد النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه من المشكلات السلوكية والانفعالية المرتبطة ببعض الأطفال هو، والذى يمثل جملة من الأنماط السلوكية المتداخلة التى يطلق عليها مسميات عديدة مثل النشاط الزائد مع ضعف الانتباه، أو الحركة الزائدة المصحوبة بعدم القدرة على التعلم، أو مجموعة الأعراض المقرونة بالحركة الزائدة، أو اضطراب المزاج أو السلوك الانفعالى (٩ : ٢٠٣).

ويتسم الطفل ذو قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الحركى بالاستجابات السلبية، وتتعارض سلوكياته مع قيم ومعايير الجماعة والمجتمع، فهو يفتقد القدرة على ضبط وتنظيم سلوكه، وعدم الطاعة، وعدم الاستقرار داخل حجرة الدراسة أو فى أى مكان مما قد يلحق الأذى والضرر بنفسه أو بالمحيطين به، وقد يؤدى هذا الاضطراب إلى شعوره بالإحباط وتدنى مفهوم الذات لديه. (١٨: ٥٤٣)

ويفسر النشاط الحركي الزائد بأنه اضطراب يؤثر على جميع جوانب النمو، فالطفل الذى يعانى من النشاط الزائد وقصور الانتباه لا يمكنه التركيز والانتباه لكلام المعلمة، كما يعجز عن متابعة الشرح بسبب مقاطعته المستمرة مما يؤثر على تحصيله الدراسى، ولأنه يتحرك كثيرا ويضايق أقرانه ويعجز عن العمل فى الفريق أو الجماعة، فان المعلمة غالبا ما ترفض قبوله فى الفصل لصعوبة التحكم فيه ونظرا لحاله الشغب التى قد يسببها مما يعرضه للعقاب المستمر من قبل المعلمة والنبذ والرفض من قبل أقرانه مما يؤثر على حالته النفسية.(٨ :٥)

وقد حظى موضوع النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه باهتمام كبير في معظم بلدان العالم، حيث توجد عيادات متخصصة لعلاج النشاط الزائد وقصور الانتباه، يعمل

فيها متخصصون متمرسون لديهم من الخبرة ما يمكنهم من علاج هذا الاضطراب، كذلك يوجد فى المدارس حجرات دراسية مجهزة لهؤلاء الأطفال لكى يتلقوا فيها دروسهم وفقا لبرامج تربوية خاصة وذلك عن طريق ممارسة بعض الانشطة والتي تسهم في تعديل سلوكياتهم بصورة إيجابية، و تزيد من قدرتهم على تركيز الانتباه كالأنشطة الترويحية والحركية. (١٠: ١٠)

وتعد الأنشطة الترويحية الرياضية المحتوية على مجموعة من الالعاب والتمرينات المختلفة مفيدة لأطفال النشاط الزائد في تعليمهم كيفية التفاعل مع الآخرين، كما تفيدهم في اخراج الطاقات الكامنة، وان الأنشطة الترويحية الرياضية بما تحتويه من كم حركي سواء بالأدوات أو بدونها فردية أو جماعية تساعد علي التخلص من بعض الأعراض المرتبطة بالنشاط الزائد. (١٦: ١٣٦)

كما ان ممارسة الالعاب والانشطة الترويحية الرياضية لها اهمية للأطفال الذين يعانون من النشاط الزائد وقصور الانتباه، حيث تعمل على التنفيس عن الطاقة المكبوتة لديه فى شكل سلوك مقبول اجتماعيا. (١٩ :١٢٤)

بالإضافة إلى أن الأنشطة الترويحية الرياضية تحل العديد من المشكلات التي يتعرضون لها الأطفال كاضطراب فرط الحركة المصحوب بنقص الانتباه، بالإضافة إلى ذلك فإنها تساعد على اكتشاف واستغلال ميول الأطفال الطبيعية، ومن خلال استخدامها فإن الاطفال ينجحون كثيرًا في إنجاز مهامهم. (١٧: ٢٦٣، ٢٨١)

ولذا يعتبر ممارسة الانشطة الترويحية الرياضية المبنية على أسس علمية قد تساعد الاطفال في التعبير عن أنفسهم وتؤثر على خفض السلوك الغير مرغوب فيه من قبل هؤلاء الاطفال كسلوك النشاط الزائد وقصور الانتباه خاصة ان الحركة عند الطفل فى هذه المرحلة هى محور نشاطه فى الحياة ودوما كانت الحركة في هذه المرحلة من العمر هى الطريقة الاساسية فى تعبير الطفل عن أفكاره ومشاعره وتنمية المفاهيم وتعتبر مجالاً خصباً للتنفيس عن رغبات الاطفال.

ومن خلال عمل الباحثة كمدرس بقسم رياض الاطفال بكلية التربية جامعة دمياط، واثناء إشرافها علي مجموعة من طالبات التدريب الميداني بإحدى روضات مدارس محافظة دمياط، تم ملاحظة أن بعض الأطفال يرفضون التعليمات والتنبيهات التى توجه لهم اثناء ممارستهم للنشاط الحركي، كما إنهم يميلون للتدخل فى شئون اقرانهم ومقاطعة العابهم وإحداث شغب وضوضاء يكون من شأنها عرقلة النشاط , وميلهم الشديد الى الانتقال من نشاط لآخر وعجزهم الشديد عن الاستقرار او انتظار دورهم فى اللعب مما ينعكس على اسلوب التعامل معهم، والبحث دائماً عن

توفير وتطبيق أنشطة تلائم احتياجاتهم ولا تتعارض فى نفس الوقت مع احتياجات بقية الاطفال، حيث استرعى ذلك نظر الباحثة ودفعها إلى الاطلاع على بعض الدراسات المرجعية التى تناولت مثل تلك الحالات كدراسة كل من " كامل سيسليم *Kamal SeSalem* (٢٠٠٨م)، ايمان محمود (٢٠١٢م)، ليلى محمد (٢٠١٢م)، حنان مبارك(٢٠١٦م)، حيث أشارت أهم نتائج دراستهم إلى أنه يوجد العديد من الاطفال الذين يعانون من اضطرابات تشتت الانتباه المصحوب بفرط الحركة، كما أن البرامج الرياضية المتخصصة تدخل ضمن البرامج العلاجية التى تساعد على تحسين وعلاج تلك الحالات، الامر الذى دفع الباحثة إلى التفكير في استخدام بعض الألعاب الترويحية الرياضية المقترحة والتى يتم بنائها وفق أسلوب علمى موضوعى بهدف التعرف على تأثيرها لخفض النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه لدي أطفال ما قبل المدرسة، حيث قد تكون الانشطة الترويحية الرياضية الوسيط التربوي الذي يساعد على نمو الطفل بدنياً وحركياً وعقلياً ومعرفياً واجتماعياً وانفعالياً كما أنها قد تكون وسيلة من الوسائل الهامة لفهم الحالة النفسية للأطفال والوقوف على استعداداتهم، ومن خلالها يستطيع الطفل أن يعبر عن نفسه بحرية ويتفاعل مع غيره من الأطفال.

هدف البحث:

يهدف إلى التعرف على "تأثير الأنشطة الترويحية الرياضية على النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه لدي أطفال ما قبل المدرسة"، وذلك من خلال:

١- التعرف على تأثير البرنامج المقترح على النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه لدي أطفال ما قبل المدرسة.
٢- التعرف على تأثير البرنامج المتبع على النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه لدي أطفال ما قبل المدرسة.
٣- التعرف على الفروق بين تأثير البرنامج المقترح والبرنامج المتبع على النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه لدي أطفال ما قبل المدرسة.

فروض البحث:

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط رتب القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية علي مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال لصالح القياسات البعدية.
٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط رتب القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة علي مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه للأطفال لصالح القياسات البعدية.

٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط رتب القياسات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية علي مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال لصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:

- **الانشطة الترويحية الرياضية:**

أحدي انواع الأنشطة الترويحية المنظمة والمتمثلة والتي تنفذ تحت إشراف متخصص تربوي مؤهل في فترة زمنية وإمكانات محددة بغرض اكساب الطفل العديد من القيم الشخصية والسلوكية والحركية و الاجتماعية. (٦ :٦).

- **النشاط الحركي زائد :**

اضطراب سلوكي يُصدر فيه الطفل سلوك حركي زائد غير مناسب للمرحلة العمرية التي يمر بها وكذلك قصور انتباه، واندفاعية (١ : ٢٦)

- **أطفال ما قبل المدرسة:**

الطفل في المرحلة العمرية الممتدة من نهاية العام الثالث حتى نهاية العام الخامس أو بداية العام السادس من (٤: ٦) سنوات، وقد أطلق البعض على هذه المرحلة مسمى الطفولة المبكرة. (١٣: ٣)

الدراسات السابقة:

١. قام **كلويك بي دي** (2008) **Klluk, B.D** بدراسة هدفت إلى التعرف عن العلاقة بين المشاركة في النشاط الرياضي وأثرها على الاضطراب النفسي لدى الأطفال ذوي النشاط الزائد وضعف الانتباه، وقد استخدمت الباحثون المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين أحداهما تجريبية، والأخرى ضابطة، تتراوح أعمارهم من (٦: ١٤) سنة تم اختياره (٦٥) طفلاً (٣٣) مجموعة تجريبية طبق عليهم برنامج رياضي مكون من أكثر من ثلاثة أنشطة رياضية ومجموعة ضابطة (٣٢) طفلاً مارسوا أقل من ثلاثة رياضات. وقد أشارت النتائج إلى تحسن وانخفاض مستوى القلق لدى الأطفال وأيضاً الاكتئاب نتيجة المشاركة في النشاط الرياضي، كما وجدت فروق دالة إحصائياً بين الأطفال الذين مارسوا أكثر من ثلاثة رياضات وبين الأطفال الذين مارسوا عدداً أقل من الرياضات لصالح الممارسة الأكثر. (٢٣)

٢. قام **كامل سيسليم** (2008) **Kamal SeSalem** بدراسة هدفت إلى التعرف على تأثير برنامج تدريبي للمهارات الحركية الدقيقة على التحصيل العلمي لدى الاطفال ذوى اضطراب

النشـاط الزائـد وضـعف الانتبـاه، وقـد اسـتخدمت البـاحثون المـنهج التجريبـي باسـتخدام مجموعتين أحداهما تجريبية، والأخرى ضابطة، بواقع (١٠) تلاميذ لكل مجموعة، تتراوح أعمارهم من (٦: ١١) سنة، واحتوى البرنامج على ١٠ق أداء حركي داخل الوحدة التدريسية وقد أشارت النتائج إلى تحسن مستوى الاضطراب كما تحسن التحصيل الأكاديمي لدى تلاميذ المجموعة التجريبية. (٢٤)

٣. قامت **ايمان محمود** (٢٠١٢م) بدراسة هدفت الى التعرف على تأثير برنامج تربية حركية لتعديل اضطراب الانتباه لدى أطفال الروضة واستهدفت الدراسة اعداد برنامج تربية حركية لتعديل اضطراب الانتباه لدى أطفال الروضة، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبى على عينة من(٦٤) طفلا من مرحلة رياض الأطفال مقسمة الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) قوام كل منها (٣٢) طفلا، والأدوات المستخدمة إختبار رسم الرجل (لجودانف)، مقياس انتباه الأطفال "د.عبد الرقيب البحيري ومن أهم الاستخلاصات أن برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابى ودال إحصائيا في تعديل اضطراب الانتباه لدى أطفال الروضة. (٢)

٤. قامت **ليلى محمد** (٢٠١٢م) بدراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية التدريب على اللعب لخفض حدة اضطراب النشاط الحركي الزائد لدى الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعليم وهدف البحث الكشف عن فاعلية التدريب على اللعب لخفض حدة اضطراب النشاط الحركي الزائد لدى الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعليم. ولتحقيق هذا، تم تصميم برنامج التدريب على اللعب، وحساب الخصائص السيكومترية لمقياس إضطراب النشاط الحركي الزائد وقد تكونت عينة البحث من مجموعتين: إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، قوام كل منهما (٩) أطفال من المعاقين عقلياً القابلين للتعلم. كما تم التكافؤ بين المجموعتين في المتغيرات التالية: العمر، الذكاء، النشاط الحركي الزائد، وإنتهت النتائج إلى أن التدريب على اللعب قد أدى إلى خفض حدة إضطراب النشاط الحركي الزائد لدى الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم. وقد تم تفسير النتائج في ضوء ما انتهت إليه نتائج البحوث السابقة، والانتهاء إلى مجموعة من التوصيات والبحوث المقترحة. (١١)

٥. قامت **حنان بنت مبارك** (٢٠١٦م) بدراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج قائم على الألعاب الصغيرة فى تحسين بعض القدرات الحركية لدى عينة من أطفال الروضة المصابين بفرط الحركة بالمملكة العربية السعودية وهدفت الدراسة تحسين بعض القدرات الحركية لدي عينة من أطفال الروضة المصابين بفرط الحركة بالمملكة العربية السعودية،

وذلك عن طريق برنامج قائم على الألعاب الصغير وبيان فاعليته في ذلك، نظرا لطبيعة البحث وتحقيقا لأهدافه وفروضه استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي ذو القياس القبلي والبعدي لمجموعتين أحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وذلك لمناسبة لطبية البحث وتحقيقا لأهدافه وفروضه، وتمثل مجتمع البحث في أطفال ذوي النشاط الحركي الزائد بمدارس رياض الأطفال بالمملكة العربية السعودية (المنطقة الشمالية) للعام الدراسي (٢٠١٥-٢٠١٦م) وتم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية من أطفال ذوي النشاط الحركي الزائد مع نقص الانتباه بمدارس رياض الأطفال الحكومية بالمنطقة، والبالغ عددها (٣٠) تلميذا، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في جميع المتغيرات وذلك لصالح القياس البعدي، مما يدل على فاعلية البرنامج المشار إليه.(٣)

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين احداهما تجريبية والأخرى ضابطة وبإجراء القياسين القبلي والبعدي لكل مجموعة لمناسبته لطبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث:

مجتمع البحث:

يمثل مجتمع البحث أطفال الروضة للمرحلة العمرية (٥-٦) سنوات بمدرسة الشرباصي النموذجية المشتركة بإدارة دمياط التعليمية – محافظة دمياط، للعام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١م، والبالغ عددهم (٢٣٢) طفلاً.

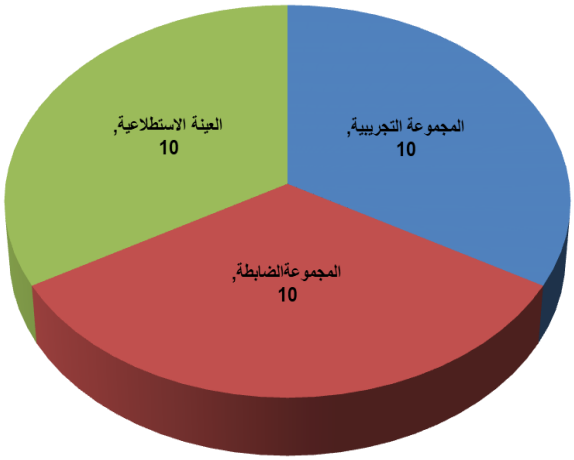
عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث الاساسية بالطريقة العمدية من مدرسة الشرباصي النموذجية المشتركة بإدارة دمياط التعليمية – محافظة دمياط، وتكونت عينة البحث التجريبية من (٢٠) طفل ممن يظهر عليهم اضطراب النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه، تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين متساويتين إحداهما مجموعة تجريبية ويطبق عليها برنامج الأنشطة الترويحية الرياضية المقترح (المتغير المستقل)، والأخرى مجموعة ضابطة ويطبق عليها البرنامج (المتبع) بالروضة، قوام كل مجموعة (١٠) أطفال، كما تم اختيار عينة أخري استطلاعية من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الاساسية وقد بلغ عددها (١٠) اطفال، كما هو موضح بالجدول (١).

جدول (١)
توصيف عينة البحث

م	عينة البحث		العدد	البرنامج المطبق على مجموعتي البحث
١	عينة البحث الأساسية	التجريبية	١٠	برنامج الالعاب الترويحية المقترح قيد البحث.
		الضابطة	١٠	البرنامج المتبع داخل الروضة
٢	العينة الاستطلاعية		١٠	تقنين البرنامج المقترح وحساب المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث.
المجموع			٣٠ طفل	

شكل (١)
توصيف عينة البحث



تشخيص واختيار عينة البحث:

لتشخيص واختيار عينة البحث تم اتباع الخطوات التالية:

١. عمل دراسة مسحية لجميع الاطفال المقيدين داخل الروضة، بواسطة معلمات الفصول وذلك لاختيار التلاميذ الذين يعانون من الاعراض الاولية لاضطراب الانتباه المصحوب بنشاط حركي زائد والتي تتمثل في :

قصور الانتباه: (*Inattention*).

- غالبا يفشل في إعطاء انتباه كامل للتفاصيل، أو يقوم بعمل أخطاء ناجمة عن عدم العناية بالعمل المدرسي. أو العمل عموما، أو أي أنشطة أخرى.
- لديه صعوبة في الانتباه المستمر في المهام أو أنشطة اللعب.
- غالبا يبدو وكأنه لا يسمع عندما يتم التحدث إليه مباشرة.
- غالبا لا يتبع التعليمات، ويفشل في إنهاء الأعمال المدرسية، والأعمال الروتينية، أو الواجبات الخاصة بالعمل (ولا يرجع ذلك لسلوك العناد، أو الفشل في فهم التعليمات).

- غالبا تكون لديه صعوبة في تنظيم المهام، أو الأنشطة.
- يتجنب أو ينفر من الانخراط في المهام التي تتطلب جهدا عقليا متصلا (مثل الواجبات المدرسية أو الأعمال المنزلية).
- غالبا يفقد الأشياء الضرورية لأداء المهام والأنشطة (كاللعب، والأغراض المدرسية: كالأقلام والكتب أو الأدوات).
- من السهل تشتت انتباهه بالمثيرات الخارجية.
- كثير النسيان للأنشطة اليومية.
- ستة أو أكثر من الأعراض التالية للنشاط المفرط الاندفاعية تكون مستمرة لمدة ٦ أشهر على الأقل ولدرجة تبدو غير تكيفية وغير متسقة مع مستوى النمو (التطور).

النشاط الزائد (*Hyperactivity*):

- غالبا يظهر تململا بواسطة اليدين، أو القدمين، أو تحريك المقعد.
- غالبا يترك مقعده في الفصل، أو في المواقف الأخرى عندما يكون بقاؤه فيها متوقعا.
- يجري ويقفز بشكل كبير في المواقف التي تكون فيها تلك الأفعال غير ملائمة (في المراهقة والرشد. قد تكون قاصرة على الشعور الذاتي بعدم الراحة).
- دائم الحركة كما لو كان مدفوعا بواسطة آلة أو ماكينة.
- يتكلم ويثرثر كثيرا (يتكلم بسرعة).

الاندفاعية (*Impulsivity*):

- غالبا يندفع في الإجابة قبل أن تكتمل الأسئلة.
- لديه صعوبة في انتظار دوره.
- يزعج الآخرين أو يقاطعهم (كالتدخل في الحديث أو اللعب). (٢٣ :٨٨)

٢. تطبيق مقياس اضطراب الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد اعداد/ مجدي الدسوقي (٢٠٠٦م) (١٢)، علي الأطفال الذين يعانون من الاعراض الاولية والذي بلغ عددهم (٦٥) طفل، وقد تم استبعاد (٣٠) طفل والإبقاء على (٣٥) طفل والذين حصلوا علي درجات مرتفعة بالمقياس ليمثلو عينة البحث كما يلي:

- التلاميذ الذين حصلوا علي درجات تتراوح ما بين ١٧ الي ٣٤ فاكثر في محور النشاط الحركي الزائد.
- التلاميذ الذين حصلوا علي درجات تتراوح ما بين ١١ الي ٢٢ فاكثر في محور النشاط الاندفاعية.

- التلاميذ الذين حصلوا علي درجات تتراوح ما بين ١٦ الي ٣٢ فاكثر في محور نقص وتشتت الانتباه.
- تم استبعاد (٥) اطفال لتغيبهم عن تطبيق المقياس، وبذلك بلغ العدد الكلي لعينة البحث (٣٠) تلميذ كما هو موضح بالجدل (٢).

جدول (٢)

النسبة المئوية لمجتمع وعينة البحث

المتغيرات	مجتمع البحث	اطفال فرط الحركة	الاطفال المتغيبون	العينة الاستطلاعية	العينة الاساسية
المجموع	٢٣٢	٣٥	٥	١٠	٢٠
النسبة المئوية	%١٠٠	%١٥.٠٩	%٢.١٥	%٤.٣	%٨.٦

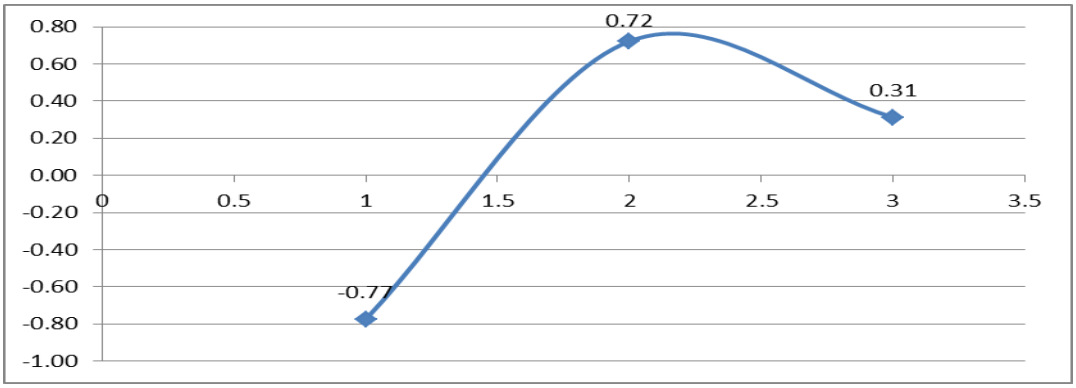
اعتدالية توزيع افراد عينة البحث :

تم حساب معامل الالتواء لجميع قياسات المتغيرات المستخدمة قيد البحث، للتأكد من أن أطفال عينة البحث الأساسية تتوزع اعتداليا فى جميع المتغيرات قيد البحث، كما هو موضح بجداول (٣) (٤):

جدول (٣)

اعتدالية توزيع المتغيرات الأساسية (الطول- السن- الوزن) (ن = ٣٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	Kolmogorov-Smirnov	مستوي الدلالة
١	السن	سنة	٥.١٠	٥.٥٠	١.٥٥	-٠.٧٧	٠.٩٨	٠.٢٩
٢	الطول	سم	١٠٨.١٥	١٠٧.٥٠	٢.٧٠	٠.٧٢	٠.٧٤	٠.٦٥
٣	الوزن	كجم	١٧.٢٥	١٧.٠٠	٢.٤٠	٠.٣١	٠.٧٩	٠.٥٥



شكل (٢)

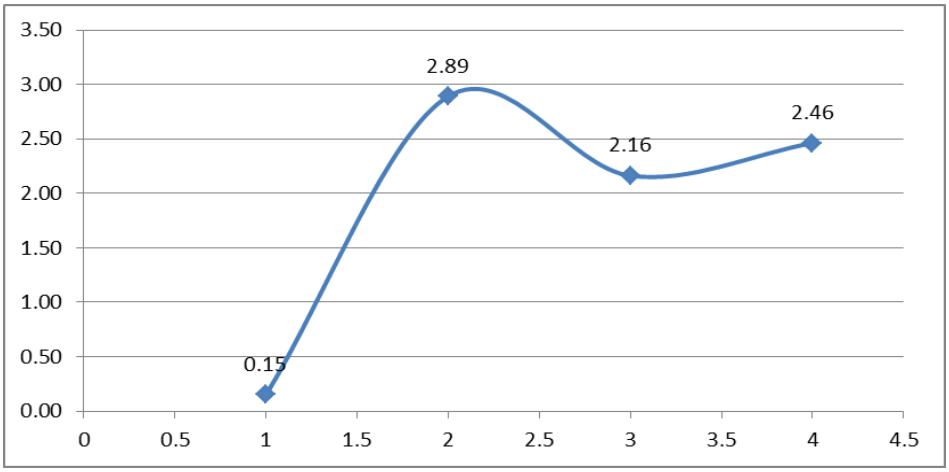
معامل الالتواء لعينة البحث في المتغيرات الأساسية (الطول- السن- الوزن)

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات الالتواء في متغيرات (السن– الطول– الوزن) قد انحصرت ما بين (±٣)، كما ان قيم اختبار Kolmogorov–Smirnov لقياس اعتدالية التوزيع غير دالة احصائياً عند مستوي معنوية ٠.٠٥ مما يشير إلي اعتدالية توزيع العينة في هذه المتغيرات.

جدول (٤)

اعتدالية توزيع البيانات لعينة البحث في متغيرات النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه (ن=٣٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	Kolmogorov–Smirnov	مستوي الدلالة
١	النشاط الزائد	درجة	٢٦.٥٥	٢٦.٥٠	١.٠٠	٠.١٥	٠.٩٢	٠.٣٦
٢	الاندفاعية	درجة	١٧.٨٠	١٧.٠٠	٠.٨٣	٢.٨٩	٠.٦٩	٠.٧٤
٣	نقص الانتباة	درجة	٢٢.٨٠	٢٢.٠٠	١.١١	٢.١٦	٠.٨١	٠.٥٣
٥	الدرجة الكلية للقائمة	درجة	٦٧.١٥	٦٥.٥٠	٢.٠١	٢.٤٦	٠.٨١	٠.٥٢



شكل (٣)

معامل الالتواء لعينة البحث في متغيرات النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه.

يتضح من جدول (٤) أن قي م معاملات الالتواء في متغيرات (النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه) قد انحصرت ما بين (±٣)، كما ان قيم اختبار *Kolmogorov–Smirnov* لقياس اعتدالية التوزيع غير دالة احصائياً عند مستوي معنوية ٠.٠٥ مما يشير إلي اعتدالية توزيع العينة في هذه المتغيرات

تكافؤ عينتي البحث:

جدول (٥)

دالة الفروق بين متوسط رتب القياسات القبلية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في المتغيرات الاساسية قيد البحث (ن ١=١٠، ن٢ = ١٠)

المتغيرات	وحدة القياس	الضابطة =١٠		التجريبية =١٠		اختبار مان وتني		
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	(U)	قيمة (Z)	مستوي الدلالة
السن	سنة	٩.٠٠	٧٢.٠٠	٨.٠٠	٦٤.٠٠	٢٨.٠٠	٠.٤٩	٠.٦٣
الطول	سم	١٠.١٩	٨١.٥٠	٦.٨١	٥٤.٥٠	١٨.٥٠	١.٤٧	٠.١٤
الوزن	كجم	١٠.٥٠	٨٤.٠٠	٦.٥٠	٥٢.٠٠	١٦.٠٠	١.٧٣	٠.٠٨

قيمة "Z" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ =١.٩٦٢

يتضح من الجدول (٥) وباستخدام اختبار مان وتني لدلالة الفروق انه لا توجود فروق دالة بين المجموعتين الضابطة والمجموعة التجريبية في كل المتغيرات الاساسية قيد البحث،،حيث ان قيمة"Z" المحسوبة اقل من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ مما يشير إلى التكافؤ بين المجموعتين في القياسات القبلية.

جدول (٦)

دالة الفروق بين متوسط رتب القياسات القبلية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في المتغيرات النشاط الحركى الزائد المصحوب بنقص الانتباه (ن ١=١٠، ن٢ = ١٠)

المتغيرات	وحدة القياس	الضابطة =١٠		التجريبية =١٠		اختبار مان وتني		
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	(U)	قيمة (Z)	مستوي الدلالة
النشاط الزائد	درجة	٩.٠٠	٧٢.٠٠	٨.٠٠	٦٤.٠٠	٢٨.٠٠	-٠.٤٥	٠.٦٦
الاندفاعية	درجة	٩.٤٤	٧٥.٥٠	٧.٥٦	٦٠.٥٠	٢٤.٥٠	-٠.٨٢	٠.٤١
نقص الانتباه	درجة	٩.١٣	٧٣.٠٠	٧.٨٨	٦٣.٠٠	٢٧.٠٠	-٠.٥٥	٠.٥٩
الدرجة الكلية للقائمة	درجة	٩.٣١	٧٤.٥٠	٧.٦٩	٦١.٥٠	٢٥.٥٠	-٠.٧٠	٠.٤٩

قيمة "Z" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ =١.٩٦٢

ويتضح من الجدول (٦) وباستخدام اختبار مان وتني لدلالة الفروق انه لا توجد فروق دالة بين المجموعتين الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه قيد البحث،،حيث ان قيمة"Z" المحسوبة اقل من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ مما يشير إلى التكافؤ بين المجموعتين في القياسات القبلية.

وسائل وأدوات جمع البيانات:

اولاً: مقياس تقدير أعراض النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه، والذي اعده مجدي الدسوقي (٢٠٠٦) (١٢): مرفق (٢)

وصف المقياس:

تم استخدام مقياس تقدير أعراض النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه، والذي اعده مجدي الدسوقي (٢٠٠٦) لتقدير أعراض نقص الانتباه وتشتته مصحوبا بالنشاط الزائد، ويتكون المقياس من (٤٤) بندا مقسمة إلى ثلاثة أبعاد (النشاط الزائد، الاندفاعية، نقص الانتباه وتشتته)، وتتكون بدائل العبارات من ثلاثة بدائل هي (لا يحدث- يتكرر بدرجة متوسطة – يتكرر كثيرا) والدرجات على البدائل من (صفر -١-٢).

ويتكون المقياس من (٤٤) بندا مقسمة علي النحو التالي:

١. من البند (١) الي البند (١٧) تعبر عن النشاط الحركي الزائد.
٢. من البند (١٨) الي البند (٢٨) تعبر عن النشاط الاندفاعية.
٣. من البند (٢٩) الي البند (٤٤) تعبر عن نقص الانتباه وتشتته.

المعاملات العلمية للمقياس فهي تتمثل في:

- الصدق:

تم حسابه عن طريق الصدق التمييزي بين المجموعات المتباينة حيث بلغت قيمة "ت" بين المجموعات المميزة وغير المميزة " ١٤.٠٣ " عند مستوى ٠.٠١ مما يشير إلى قدره المقياس على التمييز بين الأفراد الذين يعانون من الاضطراب والأفراد الذين لا يعانون من الاضطراب.

- الثبات:

عن طريق إعادة التطبيق وبلغت قيمة معامل الثبات ٠.٨١٢، كما تم حساب معامل ألفا كرونباخ وأتضح من خلال من معاملات الثبات الناتجة أنها جميعها دالة عند مستوى ٠.٠١ مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بقدر طيب من الثبات.

ثانياً: برنامج الانشطة الترويحية الرياضية المقترح: مرفق (٤)

هدف البرنامج:

يهدف البرنامج إلى خفض أعراض النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه لدى عينة من الاطفال ما قبل المدرسة من خلال تطبيق برنامج باستخدام الانشطة الترويحية الرياضية.

أسس بناء البرنامج المقترح :

من خلال الاطلاع على المراجع والدراسات السابقة تم التوصل الي الأسس التالية لبناء البرنامج المقترح وهي:

- أن يتم اختيار المحتوى بما يتحقق مع أهداف البرنامج.
- مراعاة خصائص الأطفال النفسية والحركية.
- اختيار الانشطة الترويحية الرياضية والتمرينات التي تناسب عمرهم.
- توضيح العمل في شكل مهمات محددة مع توضيح فنيات الأداء وبشكل ميسر.
- التدرج في استخدام التدريبات التي تتطلب عمل زوجي أو جماعي.
- توفير عامل الأمن والسلامة سواء في التمارين المستخدمة أو الأدوات والأجهزة.
- توفير الأدوات والإمكانات اللازمة لتطبيق محتوى البرنامج.

محتوى البرنامج:

من خلال إطلاع الباحثة على المراجع والدراسات السابقة والتي تناولت النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه كدراسة ايمان محمود (٢٠١٢)، ليلي محمد (٢٠١٢)، حنان بنت مبارك (٢٠١٦) تم وضع تصور مقترح لمحتوى البرنامج حيث اشتمل على مجموعة من الانشطة الترويحية الرياضية، والتي تتمثل في(الألعاب الصغيرة وتدريبات الانتباه واليوجا والتأمل والعاب التحكم) بحيث تعمل على إشاعة روح المرح والسرور وزيادة الإقبال على الوحدات وأيضاً بث الثقة بالنفس للأطفال، كما تم استخدام التمارين الفردية والجماعية، وكذلك تم وضع العاب تنافسية.

وأثناء تطبيق المحتوى تم مراعاة البيئة المحيطة بالطفل بحيث لا تترك إلا الأدوات التي سوف يتم استخدامها مباشرة في النشاط المنفذ فقط حتى لا يؤدي ذلك إلى تشتيت انتباه الاطفال، كما تم الاستعانة بطالبات التدريب الميداني في تنفيذ الوحدات، وتجهيز الأدوات وتجميعها بعد الانتهاء من النشاط مباشرة حتى لا تشتت انتباه الأطفال، كما تم الاستعانة بهم في توجيه الأطفال وإعطاء التغذية الراجعة عن الأداء مباشرة أثناء الأداء ولإحكام الرقابة على الاطفال وزيادة في عامل الأمان لما يتصف به هؤلاء الاطفال من الاندفاعية وعدم الالتزام بالقواعد.

التوزيع الزمني للبرنامج المقترح:

من خلال استطلاع راي الخبراء مرفق (١) حول تحديد محتوي البرنامج المقترح وعدد وحدات البرنامج وزمن كل وحدة مرفق (٢)، وقد توصلت الباحثة أنه تم توزيع محتوى البرنامج المقترح على (١٦) وحدة بواقع وحدتان أسبوعياً، على أن يكون زمن الوحدة (٣٠) دقيقة وفقاً للجدول الموضوع من قبل المدرسة، وتم توزيعهم على النحو التالي:

جدول (٧)
التوزيع الزمنى للوحدة

أجزاء الوحدة	الزمن	المحتوى
الجزء تمهيدي	٥ق	– تهيئة عامة والقاء بعض التعليمات – ويتنوع ما بين العاب صغيرة وتمرينات سواء فردية وزوجية بأدوات أو بدون أدوات بغرض التهيئة والإحماء لأجزاء الجسم المختلفة
النشاط الرئيسي	٢٠ق	عرض للنشاط الرئيسى (مجموعة الالعاب الترويحية واليوجا والعاب التحكم) وتطبيقات عليه فى صوره تنافسية
الجزء الختامي	٥ق	ويشتمل على مجموعة العاب صغيرة أو تمرينات بهدف الرجوع بالجسم إلى حالته الطبيعية وتهدئة الطفل بدنياً ونفسياً مع إعطاء بعض التوجيهات الإرشادية والإثابة اللفظية للأطفال لاستكمال يومهم الدراسى

الأدوات والأجهزة المستخدمة :

ميزان طبي – ساعة إيقاف – شريط قياس – عارضة توازن أرضية بطول ٣م – عصا تتابع – مراتب أسفنجية – كور طبية – حبال – ٢ صندوق مكعب طول ضلعه ٥٠سم لوضع الأدوات به – إطارات عربيات – إطارات عجل دراجات – بالونات ملونة – كور جلد.

الدراسات الاستطلاعية:

اولاً: الدراسة الاستطلاعية الاولي:

تم إجراء هذه الدراسة فى الفترة الزمنية من الأثنين الموافق ٢٠٢١/٢/١٥م إلى الخميس الموافق ٢٠٢١/٢/١٨م، حيث قامت الباحثة بمقابلة المعلمات المسئولات عن الاطفال للتعريف بأعراض النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه مع الإلمام بأهداف البحث وأهمية التعاون والدقة فى الإجابة ثم توزيع المقياس الخاص بذلك للإجابة عليه واختيار الاطفال وذلك بعد التأكد من خلوهم من الإعاقة الحسية والعقلية والبدنية، وقد أثبتت العديد من الدراسات والمراجع أن تقدير المدرسين وأحكامهم على مستوى اضطراب النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه من خلال ملاحظاتهم يعد من أصدق المحكات للتعرف على مستوى الاضطراب. (١٢: ٢٦)

نتائج الدراسة الاستطلاعية:

– تم التحقق من جميع اهداف الدراسة وتشخيص عينة البحث.

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية في الفترة من ٢١-٢٠٢١/٢/٢٣م وذلك بهدف:

- صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة و توفير كافة الأدوات اللازمة لتطبيق البرنامج وتصنيع ما يلزم من أدوات بديلة.
- تطبيق بعض وحدات البرنامج للتأكد من مناسبتها لعينة البحث.
- إجراء المعاملات العلمية (الصدق – الثبات) لمقياس تقدير النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه.

نتائج الدراسة الاستطلاعية:

- تم التحقق من جميع اهداف الدراسة.

المعاملات العلمية للمقياس:

اولاً: صدق المقياس:

١- الصدق بطريقة صدق التمايز:

تم حساب صدق المقياس باستخدام صدق التمايز وذلك بتطبيق المقياس علي عدد(١٠) اطفال من ذوي النشاط الزائد وتشتت الانتباه كعينة استطلاعية من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الاساسية، كما تم تطبيق المقياس علي عدد (١٠) اطفال من الصف الثاني الابتدائي والذين لا يعانون من النشاط الزائد وتشتت الانتباه، وأسفر ذلك عن بيانات الجدول التالي:

جدول (٨)

صدق التمايز لمقياس النشاط الحركى الزائد المصحوب بنقص الانتباه(ن ١=١٠، ن٢ = ١٠)

المتغيرات	وحدة القياس	غير المميزة = ١٠		المميزة = ١٠		اختبار مان وتني		
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	(U)	قيمة (Z)	مستوي الدلالة
النشاط الزائد	درجة	٩.٥٠	٥٧.٠٠	٣.٥٠	٢١.٠٠	٠.٠٠	٢.٩٥	٠.٠٠
الاندفاعية	درجة	٩.٥٠	٥٧.٠٠	٣.٥٠	٢١.٠٠	٠.٠٠	٣.٠٢	٠.٠٠
نقص الانتباه	درجة	٩.٥٠	٥٧.٠٠	٣.٥٠	٢١.٠٠	٠.٠٠	٢.٩١	٠.٠٠
الدرجة الكلية للقائمة	درجة	٩.٥٠	٥٧.٠٠	٣.٥٠	٢١.٠٠	٠.٠٠	٢.٩١	٠.٠٠

قيمة "Z" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ =١.٩٦٢

ويتضح من الجدول (٨) وباستخدام اختبار مان وتني لدلالة الفروق انه توجد فروق دالة بين المجموعتين الغير مميزة والمميزة في كل متغيرات مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه قيد البحث لصالح المجموعة المميزة، حيث ان قيمة"Z" المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ مما يشير إلى صدق قائمة الملاحظة.

٢- الصدق بطريقة الاتساق الداخلي:

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي، وذلك عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين الأبعاد وبعضها وبين العبارات والمحاور التي تنتمي إليها، وبين العبارة والدرجة الكلية للاستمارة؛ كما في جداول (٩)، (١٠).

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين أبعاد لمقياس النشاط الحركى الزائد المصحوب بنقص الانتباه (ن=١٠)

الأبعاد	النشاط الزائد	الاندفاعية	نقص الانتباه	الدرجة الكلية للقائمة
النشاط الزائد		٠.٨٦٧	٠.٨٢٧	٠.٨٧٨
الاندفاعية			٠.٩١١	٠.٨٩٨
نقص الانتباه				٠.٨٧٩
الدرجة الكلية للقائمة				

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ =٠.٦٣٢

يوضح جدول (٩) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين درجة كل محور وبين الدرجة الكلية، وبين المحاور وبعضها، مما يدل على صدق الاتساق الداخلى للاستمارة.

جدول (١٠)

معاملات الإرتباط بين كل عبارة والبد التابعة له وبينها وبين الدرجة الكلية لمقياس النشاط الحركى الزائد المصحوب بنقص الانتباه (ن=١٠)

معاملات إرتباط النشاط الحركي الزائد			معاملات إرتباط الاندفاعية		
م	مع البعد	مع الاستمارة	م	مع البعد	مع الاستمارة
١	٠.٦٩٦	٠.٧١٠	١٨	٠.٦٨٤	٠.٧٦١
٢	٠.٦٩٨	٠.٧٣٢	١٩	٠.٧٥٣	٠.٧٨٩
٣	٠.٧٦٧	٠.٦٩٨	٢٠	٠.٧٥٤	٠.٧٧١
٤	٠.٦٤٧	٠.٧٤٩	٢١	٠.٦٩٩	٠.٨٠١
٥	٠.٧٥٧	٠.٨٠٤	٢٢	٠.٧٣٩	٠.٧٠١
٦	٠.٧٤٢	٠.٧٥٣	٢٣	٠.٦٨٨	٠.٧٨٣
٧	٠.٧١٠	٠.٧١٦	٢٤	٠.٧٢٩	٠.٧١٣
٨	٠.٦٩٦	٠.٧١٠	٢٥	٠.٦٨٣	٠.٧٢٠
٩	٠.٧٦٧	٠.٦٩١	٢٦	٠.٧٥٣	٠.٧٢٤
١٠	٠.٧٠١	٠.٧١٩	٢٧	٠.٧٥٣	٠.٧٨٩
١١	٠.٧٨٤	٠.٧٩٢	٢٨	٠.٦٩٢	٠.٦٩٦
١٢	٠.٧٧٠	٠.٧٧٤			
١٣	٠.٦٨٢	٠.٧٨٣			
١٤	٠.٧٣٧	٠.٧٨١			
١٥	٠.٧١٩	٠.٧٥٠			
١٦	٠.٦٩١	٠.٧٠٥			
١٧	٠.٦٨٧	٠.٧٥٧			

تابع جدول (١٠)

معاملات الإرتباط بين كل عبارة والبد التابعة له وبينها وبين الدرجة الكلية لمقياس النشاط الحركى الزائد المصحوب بنقص الانتباه (ن=١٠)

معاملات إرتباط النشاط الحركي الزائد			معاملات إرتباط الاندفاعية		
م	مع البعد	مع الاستمارة	م	مع البعد	مع الاستمارة
معاملات إرتباط نقص الانتباه					
م	مع البعد	مع الاستمارة	م	مع البعد	مع الاستمارة
٢٩	٠.٦٩٥	٠.٧٩٦	٣٧	٠.٧٧٤	٠.٧٩٤
٣٠	٠.٦٨٠	٠.٧٥٢	٣٨	٠.٧٧٢	٠.٨٢٦
٣١	٠.٦٩٧	٠.٧٦٩	٣٩	٠.٧٢٧	٠.٧٧٥
٣٢	٠.٧٣٠	٠.٧٨٢	٤٠	٠.٧٣٥	٠.٧٥٢
٣٣	٠.٧٦٩	٠.٨٣٢	٤١	٠.٧١٣	٠.٧٥٢
٣٤	٠.٦٩٩	٠.٧١٢	٤٢		
٣٥	٠.٧٢٣	٠.٧٣٧	٤٣		
٣٦	٠.٦٨١	٠.٧٨٣	٤٤		

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ =٠.٦٣٢

يوضح جدول (١٠) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين درجة كل عبارة وبين الدرجة الكلية للمحور، وبين كل عبارة وبين الدرجة الكلية للاستمارة، مما يدل على صدق الاتساق الداخلى لمقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه.

ثانياً: ثبات المقياس:

١- الثبات بطريقة التطبيق و إعادة التطبيق:

تم حساب الثبات المقياس باستخدام التطبيق و إعادة التطبيق وذلك بتطبيقه على عدد (١٠) اطفال من ذوي النشاط الزائد وتشتت الانتباه كعينة استطلاعية من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الاساسية، واعادة تطبيقه بعد مرور ١٠ ايام على نفس العينة، كما في جداول (١١).

جدول (١١)

معاملات الارتباط بين درجات التطبيق الأول والتطبيق الثاني لمقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه (ن = ١٠)

المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الاول		اعادة التطبيق		قيمة (ر)
		المتوسط (س)	الانحراف (± ع)	المتوسط (س)	الانحراف (± ع)	
النشاط الزائد	درجة	٢٤.٨٣	١.١٧	٢٥.١٧	٠.٧٥	٠.٩٤٧
الاندفاعية	درجة	١٧.٦٧	١.٨٦	١٧.٦٧	٠.٨٢	٠.٩٦٥
نقص الانتباه	درجة	٢٢.٨٣	٢.١٤	٢٢.١٧	١.١٧	٠.٩٧٤
الدرجة الكلية للقائمة	درجة	٦٥.٣٣	٢.٥٠	٦٥.٠٠	١.٤٧	٠.٩٥٩

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ =٠.٦٣٢

يتضح من الجدول(١١) ارتفاع قيم معاملات الارتباط بين درجات التطبيق الأول واعادة التطبيق لمقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه، حيث ان قيمة "ر" المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ مما يشير إلى ثبات المقياس.

٢- الثبات بطريقة التجزئة النصفية و معامل ثبات "ألفا كرونباخ":

اتبع الباحث طريقة التجزئة النصفية لسبيرمان براون، ومعادلة جتمان؛ بالإضافة إلى معامل ثبات "ألفا كرونباخ" التي تستخدم لتقدير معامل الثبات الكلي للمقاييس، وتعطي معامل اتساق داخلي لبنية المقياس، بالإضافة إلى التعرف على العبارات التي تؤدي إلى خفض أو رفع معامل الثبات الكلي لأداة القياس عند حذفها. وتم تطبيق الاستمارة علي عينة البحث الاستطلاعية ويوضح جدول (١٢) حساب معامل الثبات للمقياس بطريقة التجزئة النصفية (سبيرمان براون، ومعادلة جتمان) ومعامل ثبات ألفا كرونباخ.

جدول (١٢)

ثبات مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه بطريقة التجزئة النصفية وألفا كرونباخ

المحاور	Split-Half Coefficient التجزئة النصفية		Cronbach's ألفا كرونباخ Alpha
	Spearman-Brown	Guttman Split-Half	
النشاط الزائد	٠.٨١٢	٠.٨١٠	٠.٨٠٧
الاندفاعية	٠.٨١٦	٠.٨١٦	٠.٨٤١
نقص الانتباه	٠.٨٢٣	٠.٧٩٦	٠.٨٦٨
الدرجة الكلية للقائمة	٠.٩١٥	٠.٩٠٣	٠.٩٤٥

يتضح من جدول (١٢) أن معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية تراوح ما بين (٠.٧٩٦) و(٠.٩١٥)، وأن معامل ثبات ألفا كرونباخ تراوح ما بين (٠.٨٠٧) و(٠.٩٤٥)، مما يدل على أن الإستمارة قيد البحث ذو معامل ثبات عال.

خطوات تطبيق الدراسة:

القياس القبلي:

تم إجراء القياس القبلي فى الفترة من الاربعاء الموافق ٢٠٢١/٢/٢٤م إلى الاحد الموافق ٢٠٢١/٢/٢٨م وذلك لجميع أفراد العينة الأساسية، وتم تطبيق القياسات بمدرسة الشرباصى النموذجية المشتركة بإدارة دمياط التعليمية – محافظة دمياط.

التجربة الاساسية:

تم تنفيذ البرنامج المقترح فى الفترة من يوم الاثنين الموافق ٢٠٢١/٣/١ م إلى الخميس الموافق ٢٠٢١/٤/٢٩م لمدة (٨) أسابيع بواقع مرتين فى الأسبوع أى أن عدد الوحدات (١٦) وحدة، وزمن الوحدة (٣٠) دقيقة.

القياس البعدي:

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج تمت القياسات البعدية بنفس الطريقة التى تم بها القياس القبلى، وذلك بعد انتهاء الوحدة الأخيرة فى يوم الاحد الموافق ٢/٥/٢٠٢١م.

المعالجات الاحصائية:

استخدمت الباحثة في المعالجات الإحصائية للبيانات داخل هذه الدراسة برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (*SPSS*) *Statistical Package For Social Science* الإصدار (٢٥) مستعينًا بالمعاملات التالية:

- المتوسط الحسابى. – الوسيط.
- الانحراف المعيارى. – الالتواء.
- اختبار *Kolmogorov-Smirnov* لقياس اعتدالية التوزيع.
- معامل ارتباط بيرسون.
- معامل ثبات ألفا كرونباخ.
- التجزئة النصفية (*Split-Half Method*) :

أ. لـ"سبيرمان براون" (*Spearman-Brown Coefficient*)

ب. و"جتمان". (*Guttman Split-Half Coefficient*)

- اختبار "ويلكوكسون" (*Wilcoxon Test*) لدلالة الفروق بين مجموعتين مرتبطتين صغيرة العدد.
- اختبار "مان وتني" (*Mann-Whitne Test*) لدلالة الفروق بين مجموعتين مستقلتين غير مرتبطتين صغيرة العدد
- حجم التأثير (*Effect Size*):

أ. للمعاملات اللابارامترية: مربع ايتا (η^2).

ب. في حالة (ويلكوكسون): معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة (r_{prb}).

ج. في حالة (مان وتني): معامل الإرتباط الثنائي للرتب (r_{pb})،

١. نسبة التغيير/ التحسن (معدل التغير) *Change Ratio*

$$\text{نسبة التغير} = \frac{\text{القياس البعدى} - \text{القياس القبلى}}{\text{القياس القبلى}} \times ١٠٠$$

عرض ومناقشة النتائج:

أولا: عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

١- عرض نتائج الفرض الأول:

والذي نص علي: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط رتب القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية علي مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال لصالح القياسات البعدية.

جدول (١٥)

الفروق بين متوسطات رتب درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي للمجموعة التجريبية علي قياس النشاط الحركى الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال (ن= ١٠)

الأبعاد	وحدة القياس	الرتب السالبة			الرتب الموجبة			قيمة (Z)	حجم التأثير	
		ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب		(r_{prb})	(η^2)
النشاط الزائد	درجة	١٠	٥.٥٠	٥٥.٠٠	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٢.٨٣	١.٠٠	٠.٨٩٥
الاندفاعية	درجة	١٠	٥.٥٠	٥٥.٠٠	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٢.٨١	١.٠٠	٠.٨٨٩
نقص الانتباه	درجة	١٠	٥.٥٠	٥٥.٠٠	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٢.٨٢	١.٠٠	٠.٨٩٢
الدرجة الكلية للقائمة	درجة	١٠	٥.٥٠	٥٥.٠٠	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٢.٨١	١.٠٠	٠.٨٨٩

قيمة "Z" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ =١.٩٦٢

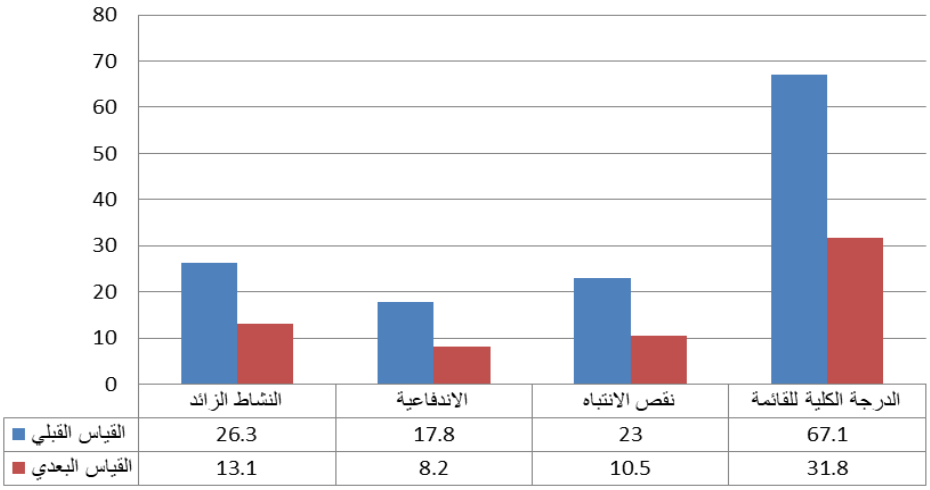
يتضح من الجدول (١٥) وباستخدام اختبار ويلكوكسون لدلالة الفروق انه يوجد فروق دالة بين متوسطات رتب درجات التطبيق القبلي دالة في جميع متغيرات قائمة ملاحظة النشاط الزائد وتشتت الانتباه للاطفال ومتوسطات رتب درجات التطبيق البعدي حيث كانت قيمة "Z" المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ وذلك لصالح التطبيق البعدي.

ويتضح أن قيمة حجم التأثير (r_{prb}) تساوي (١.٠٠) وهذا يدل على حجم تأثير (قوي جدا)؛ وأن قيمة حجم التأثير (η^2) تراوحت بين (٠.٨٨٩) و(٠.٨٩٥) وهذا يدل على حجم (ضخم).

جدول (١٦)

نسب التغير للمجموعة التجريبية علي مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال (ن= ١٠)

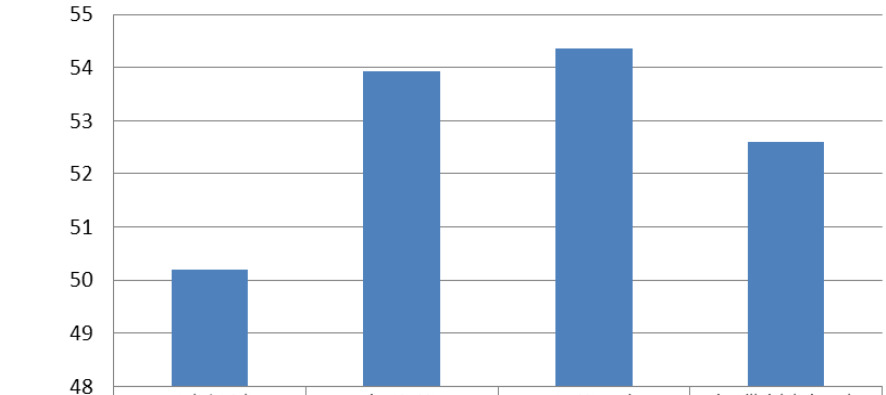
المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	نسبة التغير
		المتوسط (س)	الانحراف (± ع)	المتوسط (س)	الانحراف (± ع)		
النشاط الزائد	درجة	٢٦.٣٠	٠.٩٥	١٣.١٠	٠.٩٩	١٣.٢٠	٥٠.١٩
الاندفاعية	درجة	١٧.٨٠	١.٢٣	٨.٢٠	١.٤٨	٩.٦٠	٥٣.٩٣
نقص الانتباه	درجة	٢٣.٠٠	٠.٨٢	١٠.٥٠	٠.٨٥	١٢.٥٠	٥٤.٣٥
الدرجة الكلية للقائمة	درجة	٦٧.١٠	١.٢٠	٣١.٨٠	٢.٦٣	٣٥.٣٠	٥٢.٦١



	النشاط الزائد	الاندفاعية	نقص الانتباه	الدرجة الكلية للقائمة
القياس القبلي	26.3	17.8	23	67.1
القياس البعدي	13.1	8.2	10.5	31.8

شكل (٤)

الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة التجريبية في مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال



	النشاط الزائد	الاندفاعية	نقص الانتباه	الدرجة الكلية للقائمة
نسبة التغير	50.19	53.93	54.35	52.61

شكل (٥)

نسبة التغير بين درجات المجموعة التجريبية في مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال

يتضح من الجدول (١٦) ان هناك نسب تغير للمجموعة التجريبية في قائمة ملاحظة السلوك للاطفال ذوي النشاط الزائد وتشتت الانتباه حيث تراوحت نسب التغير ما بين (٥٠.١٩%) للنشاط الزئد الي (٥٤.٣٥%) لنقص الانتباة، وبلغ نسب التغير للدرجة الكلية للقائمة (٥٢.٦١%).

٢- مناقشة نتائج الفرض الأول:

والذي نص علي: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط رتب القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية علي مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال لصالح القياسات البعدية.

باستعراض نتائج جدول (١٢) يتضح انه يوجود فروق دالة بين متوسطات رتب درجات التطبيق القبلي دالة في جميع متغيرات قائمة ملاحظة النشاط الزائد وتشتت الانتباه للاطفال ومتوسطات رتب درجات التطبيق البعدي وذلك لصالح التطبيق البعدي.

كما يتضح من الجدول (١٣) ان هناك نسب تغير للمجموعة التجريبية في قائمة ملاحظة السلوك للاطفال ذوي النشاط الزائد وتشتت الانتباه حيث تراوحت نسب التغير ما بين (٥٠.١٩%) للنشاط الزئد الي (٥٤.٣٥%) لنقص الانتباة، وبلغ نسب التغير للدرجة الكلية للقائمة (٥٢.٦١%).

وتعزو الباحثة هذا التغير لاطفال المجموعة التجريبية يرجع الى المتغيير التجريبى الذي يتمثل فى الألعاب الترويحية والتى طبقت على المجموعة التجريبية وذلك نظرا لتنوع الالعاب المختلفة التى تثير مشاعر وانفعالات وحماس الاطفال مما يزيد من فعالية الوحدة ودافعية الاطفال هذا بالاضافة الى ما تحتوية الانشطة من العاب صغيرة ومتنوعة ومبتكرة والعاب يوجا وتحكم مما يثير دوافع الاطفال نحو اللعب والحركة التى هى ميل طبيعى فى مثل هذة المرحلة حيث انة يمكن تربية الطفل وتنمية قدراتة البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية اذا ما كان فى حالة حركة ونشاط محبب الى نفسة.

كما ترجع الباحثة ذلك الي أن الأنشطة المقترحة بما تحتويه من كم حركي والتي طبقت على المجموعة التجريبية كان لها أثر ايجابي على خفض حدة اضطراب النشاط الزائد وتنمية عنصر الانتباه لدى هؤلاء الأطفال حيث اشتملت على مجموعة أنشطة حركية فردية وجماعية وألعاب غير تقليدية بالأدوات أو بدونها والعاب تحكم ويوجا محببة لنفس الأطفال ومناسبتها لمرحلتهم السنية ومراعاتها لميولهم وقدراتهم واستعداداتهم والتي عملت على اتاحة الفرصة لتنمية التفاعل الاجتماعي الايجابي الذي له أهمية كبرى في المساعدة على التقبل الاجتماعي للأطفال الذين لديهم نشاط زائد مما أثر بدوره علي التخلص من بعض الأعراض المرتبطة بالنشاط الزائد وقصور الانتباه.

وهذا يتفق مع ما أشار إليه أشرف محمد عبد الغني ورحاب محمود محمد (٢٠٠٧م) في أن التدريب على المهارات الحركية له فاعلية في تنمية التفاعل الحركي لأطفال النشاط الزائد وقصور الانتباه مما يؤثر على خفض حدة هذا الاضطراب(١: ٣).

كما أن التنوع في استخدام الادوات المبتكرة ساعد على إثارة نشاط وحماس الأطفال للعمل برغبة صادقة وتعاون وتنفيذ التعليمات الخاصة بالأداء واحترام الدور وعدم الانتقال من نشاط لآخر إلا بعد الانتهاء منه، كما أن احتواء الألعاب الترويحية على مجموعة من الألعاب الفردية والجماعية أدى إلى جذب الاطفال وحثهم على الاشتراك الفعلي في النشاط مما أتاح لهم اقامة علاقات مع أقرانهم والتعامل معهم وبالتالي يتخلى هؤلاء الأطفال عن الأعراض الخاصة بالنشاط الزائد وقصور الانتباه.

ويتفق هذا مع ما أشار إليه بالوين واخرون (٢٠٠١م) *Pauline. S* من أنه لمساعدة هؤلاء الأطفال للحد من هذا الاضطراب لابد من المشاركة الجماعية في الأنشطة الرياضية فهي أفضل من العمل الفردي بالإضافة إلى المشاركة في أنشطة اثبات الذات. (٢٠: ٢٣٣)

كما ساعدت العاب اليوجا على خلق جيل قوى يتمتع بالصحة والهدوء والتغلب على الانفعالات وسلامة النفس وتنمية الخصائص البدنية والذهنية والمشاعر، حيث أنها تشجع الأطفال كي يصبحوا أكثر إدراك ومعرفة لما تحتويه طبيعتهم الخاصة والعمل دون خوف من الفشل والرغبة فى النجاح.

وتتفق كل من خيرية السكري (٢٠٠٦م)، وصال الربضى (٢٠٠٩م) أن اليوجا لا تهدف إلى تقوية عضلات الجسم وزيادة رشاقته فحسب، بل القضاء على الاضطرابات النفسية التي قد تواجه الإنسان، كذلك التخلص من العديد من الأمراض والوقاية منها، فهى تهدف إلى إحداث توازن ما بين الجسد والعقل والروح من خلال التأمل، الأمر الذي يؤدي إلى استرخاء عضلات الجسم وشعور المرء بالراحة النفسية والجسدية، وأن أوضاع اليوجا والتنفس المتتابع المنتظم يعمل على التوازن الذهنى بين الجانب الأيمن والأيسر للمخ مما يساهم فى علاج الأطفال الذين يعانون من اضطراب الانتباه المصحوب بالنشاط الحركى الزائد بحيث يصبحوا أكثر هدوءا وتركيزا. (٤: ١٣)(١٥: ٣٥)

ومن خلال ما سبق تم التحقق من الفرض الأول.

ثانيا: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

١- عرض نتائج الفرض الثاني:

والذي نص علي: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط رتب القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة علي مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه للأطفال لصالح القياسات البعدية.

جدول (١٣)

الفروق بين متوسطات رتب درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي للمجموعة الضابطة علي مقياس النشاط الحركى الزائد المصحوب بنقص الانتباه للأطفال (ن= ١٠)

الأبعاد	وحدة القياس	الرتب السالبة			الرتب الموجبة			قيمة (Z)	حجم التأثير	
		ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب		(r_{prb})	(η^2)
النشاط الزائد	درجة	١٠	٥.٥٠	٥٥.٠٠	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٢.٨٢	١.٠٠	٠.٨٩٢
الاندفاعية	درجة	٣	٢.٠٠	٦.٠٠	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	١.٧٣	٠.٧٨	٠.٥٤٧
نقص الانتباه	درجة	٢	١.٥٠	٣.٠٠	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	١.٤١	٠.٨٩	٠.٤٤٦
الدرجة الكلية للقائمة	درجة	٥	٣.٠٠	١٥.٠٠	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	١.٢٤	٠.٤٥	٠.٣٩٢

قيمة "z" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ =١.٩٦٢

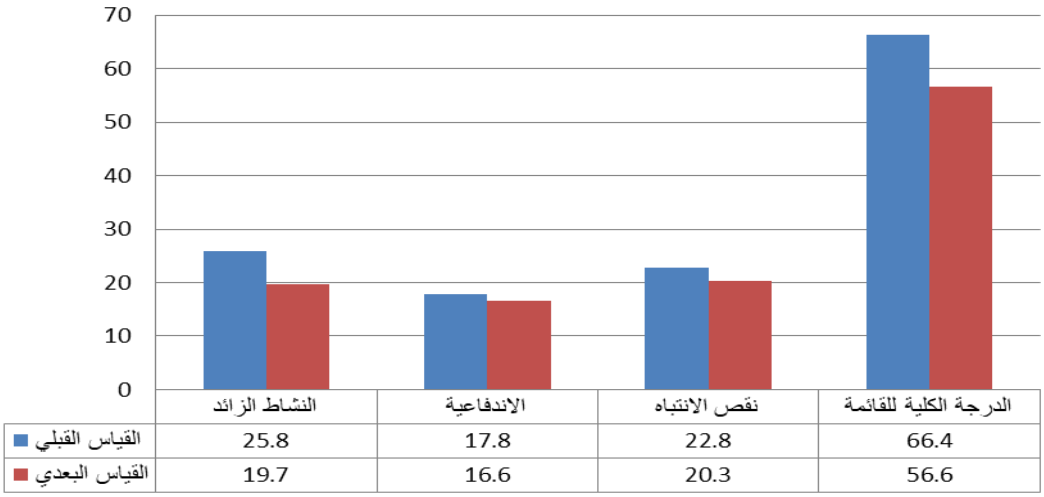
يتضح من الجدول (١٣) وباستخدام اختبار ويلكوكسون لدلالة الفروق انه يوجد فروق دالة بين متوسطات رتب درجات التطبيق القبلي دالة في متغير (النشاط الزائد) ومتوسطات رتب درجات التطبيق البعدي حيث كانت قيمة "z" المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ وذلك لصالح التطبيق البعدي، كما لا يوجد فروق في باقي المتغيرات، حيث كانت قيمة "z" المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥.

ويتضح أن قيمة حجم التأثير (r_{prb}) تراوحت بين (٠.٤٥) و(١.٠٠) وهذا يدل على حجم تأثير (متوسط) إلى (قوي جدا)؛ وأن قيمة حجم التأثير (η^2) تراوحت بين (٠.٣٩٢) و(٠.٨٩٢) وهذا يدل على حجم تأثير (كبير) إلى (ضخم).

جدول (١٤)

نسب التغير للمجموعة الضابطة علي مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال (ن= ١٠)

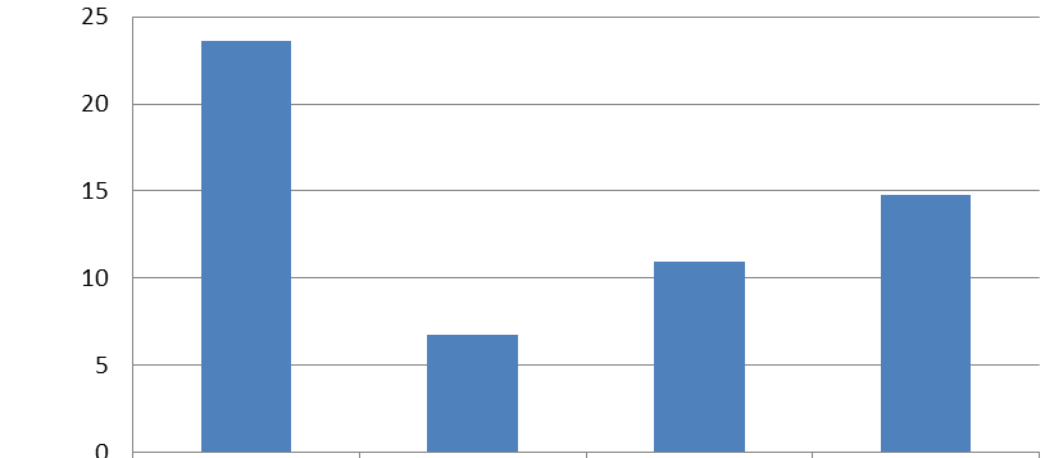
المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	نسبة التغير
		المتوسط (سَ)	الانحراف (± ع)	المتوسط (سَ)	الانحراف (± ع)		
النشاط الزائد	درجة	٢٥.٨٠	١.٠٣	١٩.٧٠	١.١٦	٦.١٠	٢٣.٦٤
الاندفاعية	درجة	١٧.٨٠	١.٠٣	١٦.٦٠	١.٤٣	١.٢٠	٦.٧٤
نقص الانتباه	درجة	٢٢.٨٠	١.٢٣	٢٠.٣٠	٠.٨٢	٢.٥٠	١٠.٩٦
الدرجة الكلية للقائمة	درجة	٦٦.٤٠	٢.٦٦	٥٦.٦٠	٢.٦٠	٩.٨٠	١٤.٧٦



	النشاط الزائد	الاندفاعية	نقص الانتباه	الدرجة الكلية للقائمة
القياس القبلي	25.8	17.8	22.8	66.4
القياس البعدي	19.7	16.6	20.3	56.6

شكل (٦)

الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة الضابطة في مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال



	النشاط الزائد	الاندفاعية	نقص الانتباه	الدرجة الكلية للقائمة
نسبة التغير	23.64	6.74	10.96	14.76

شكل (٧)

نسبة التغير بين درجات المجموعة الضابطة في مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال

يتضح من الجدول (١٤) ان هناك نسب تغير للمجموعة الضابطة في قائمة ملاحظة السلوك للأطفال ذوي النشاط الزائد وتشتت الانتباه حيث تراوحت نسب التغير ما بين

(٦.٧٤٢%) للاندفاعية الي (٢٣.٦٤%) النشاط الزائد، وبلغ نسب التغير للدرجة الكلية للمقياس (١٤.٧٥٩%).

٢- مناقشة نتائج الفرض الثاني:

والذي نص علي: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط رتب القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة علي مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال لصالح القياسات البعدية.

باستعراض نتائج جدول (١٠) يتضح انه يوجود فروق دالة بين متوسطات رتب درجات التطبيق القبلي دالة في متغير (النشاط الزائد) ومتوسطات رتب درجات التطبيق البعدي وذلك لصالح التطبيق البعدي، كما لا يوجد فروق في باقي المتغيرات.

كما يتضح من الجدول (١١) ان هناك نسب تغير للمجموعة الضابطة في قائمة ملاحظة السلوك للأطفال ذوي النشاط الزائد وتشتت الانتباه حيث تراوحت نسب التغير ما بين (٦.٧٤٢%) للاندفاعية الي (٢٣.٦٤%) النشاط الزائد، وبلغ نسب التغير للدرجة الكلية للمقياس (١٤.٧٥٩%).

وترجع الباحثة هذه النتائج وخاصة دلالة الفروق في النشاط الزائد فقط الى ان البرنامج التقليدي قد ساعد نوعاً في ضبط بعض السلوكيات المرتبطة بالنشاط الحركي الزائد مثل ضبط الحركة وتقنينها، وعدم الجري والقفز داخل الفصل، وتسلق منافذ الفصل، وذلك من خلال ممارسة بعض الأنشطة الحركية.

ويتفق ذلك مع كل من نعيم العتوم (٢٠١٣م)، سامية عبد الرحيم (٢٠١٢م)، أن الحركة لها أهمية فى استهلاك الكثير من الطاقة الحركية الزائدة لدى الأطفال، والشعور بالحرية التامة فى التعبير عن أنفسهم بصورة كافية حتى يتمكنوا من أن يحققوا إحساسهم بالأمن والكفاية وتقدير الذات من خلال الاسترخاء الانفعالي. (١٤)(٥)

ومن خلال ما سبق تم التحقق من الفرض الثاني.

ثالثا: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

١- عرض نتائج الفرض الثالث:

والذي نص علي: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط رتب القياسات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية علي مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال لصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية.

جدول (١٧)

الفروق بين متوسطات رتب درجات التطبيق البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية علي مقياس النشاط الحركى الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال (ن ١=١٠، ن٢ = ١٠)

الأبعاد	وحدة القياس	الضابطة =١٠		التجريبية =١٠		اختبار مان وتني		حجم التأثير	
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	(U)	قيمة (Z)	(r_{pb})	(η^2)
النشاط الزائد	درجة	١٣.١٣	١٠٥.٠٠	٦.٦٠	٦٦.٠٠	١١.٠٠	٢.٦١	٠.٦٥٣	٠.٥٨٤
الاندفاعية	درجة	١١.٦٩	٩٣.٥٠	٧.٧٥	٧٧.٥٠	٢٢.٥٠	٢.٥٨	٠.٣٩٤	٠.٥٧٧
نقص الانتباه	درجة	١٣.٣٨	١٠٧.٠٠	٦.٤٠	٦٤.٠٠	٩.٠٠	٢.٨١	٠.٦٩٨	٠.٦٢٩
الدرجة الكلية للقائمة	درجة	١٣.١٩	١٠٥.٥٠	٦.٥٥	٦٥.٥٠	١٠.٥٠	٢.٦٤	٠.٦٦٤	٠.٥٨٩

قيمة "Z" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ =١.٩٦٢

ويتضح من الجدول (١٧) وباستخدام اختبار مان وتني لدلالة الفروق انه توجد فروق دالة بين المجموعتين الضابطة والمجموعة التجريبية في كل المتغيرات قائمة ملاحظة النشاط الزائد وتشتت الانتباه قيد البحث،،حيث ان قيمة"Z" المحسوبة اقل من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

ويتضح أن قيمة حجم التأثير (r_{pb}) تراوحت بين (٠.٣٩٤) و(٠.٦٩٨) وهذا يدل على حجم تأثير (متوسط) إلى (قوي)؛ وأن قيمة حجم التأثير (η^2) تراوحت بين (٠.٥٧٧) و(٠.٦٢٩) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم).

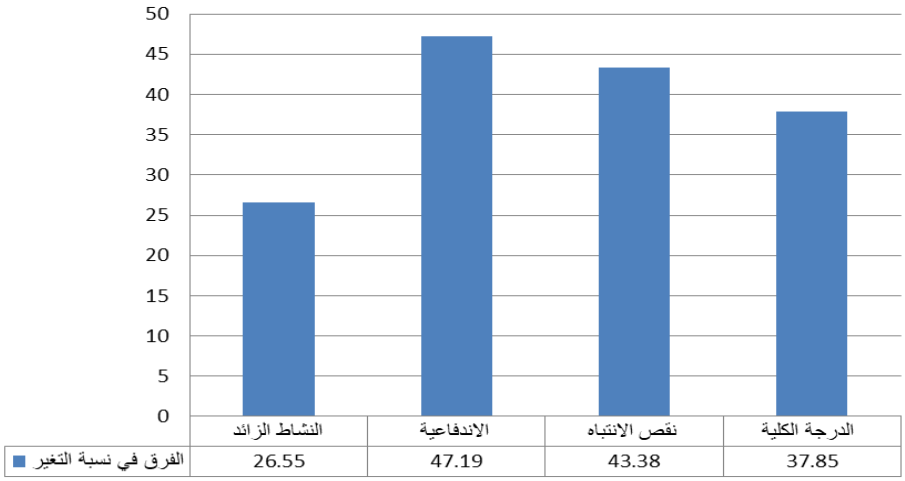
جدول (١٨)

فروق نسب التغير بين المجموعتين الضابطة والتجريبية علي مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه للأطفال (ن ١=١٠، ن٢ = ١٠)

الأبعاد	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين	
		القياس البعدي	نسبة التغير	القياس البعدي	نسبة التغير	المتوسطين	نسبة التغير
النشاط الزائد	درجة	١٩.٧٠	٢٣.٦٤	١٣.١٠	٥٠.١٩	٦.٦٠	٢٦.٥٥
الاندفاعية	درجة	١٦.٦٠	٦.٧٤	٨.٢٠	٥٣.٩٣	٨.٤٠	٤٧.١٩
نقص الانتباه	درجة	٢٠.٣٠	١٠.٩٦	١٠.٥٠	٥٤.٣٥	٩.٨٠	٤٣.٣٨
الدرجة الكلية	درجة	٥٦.٦٠	١٤.٧٦	٣١.٨٠	٥٢.٦١	٢٤.٨٠	٣٧.٨٥

شكل (٨)

الفروق بين القياس البعدى للمجموعة التجريبية والقياس البعدى للمجموعة الضابطة في مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباه للأطفال



شكل (٩)

الفرق في نسبة التغير بين درجات المجموعة التجريبية واللمجموعة الضابطة في مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال

يتضح من الجدول (١٨) أن هناك فروق في نسب التغير بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في قائمة ملاحظة السلوك للاطفال ذوي النشاط الزائد وتشتت الانتباه حيث تراوحت

الفروق في نسب التغير ما بين (٢٦.٥٥%) للنشاط الزائد الي (٤٧.١٩%) للاندفاعية، وبلغ نسب التغير للدرجة الكلية للقائمة (٣٧.٨٥%) لصالح المجموعة التجريبية.

٢- مناقشة نتائج الفرض الثالث :

والذي نص علي: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط رتب القياسات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية علي مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة للاطفال لصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية.

باستعراض نتائج جدول (١٤) يتضح انه توجود فروق دالة بين المجموعتين الضابطة والمجموعة التجريبية في كل المتغيرات قائمة ملاحظة النشاط الزائد وتشتت الانتباه قيد البحث، لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

كما يتضح من الجدول (١٥) ان هناك فروق في نسب التغير بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في قائمة ملاحظة السلوك للاطفال ذوي النشاط الزائد وتشتت الانتباه حيث تراوحت الفروق في نسب التغير ما بين (٢٦.٥٥%) للنشاط الزائد الي (٤٧.١٩%) للاندفاعية، وبلغ نسب التغير للدرجة الكلية للقائمة (٣٧.٨٥%) لصالح المجموعة التجريبية..

وتعزو الباحثة تحسن أفراد المجموعة التجريبية إلى أثر البرنامج المقترح، أي أن الانخفاض في المتغير التابع (مستوى أعراض اضطراب الانتباه المصحوب بنشاط حركي زائد) يرجع إلى التأثير المباشر لإضافة المتغير التجريبي المستقل (ألالعاب الترويحية) ويمكن تفسير ذلك الي أن اشتراك اطفال العينة التجريبية بصورة حقيقية في مواقف التعلم من خلال استخدام ألعاب جماعية والعاب تحكم جعلهم يبذلون مزيداً من الجهد المستمر في التغلب على المهام تشتت الانتباة لديهم وفرط الحركة، كما أظهر الاطفال اندماجاً كبيراً في التعاون مع بعضهم البعض، وباتوا يعبرون عن أفكارهم واستجاباتهم دون خوف من حجر عليها، وتقليل من قيمتها، وهذا بدوره ولد ليدهم الشعور بتحمل المسؤولية، وإمكانية تحقيق النجاح، وجعلهم يعتبرون الفشل حالة من حالات التعلم يمكن للإنسان تغييره.

كما ترجع الباحثة ذلك الى افتقار البرنامج التقليدى للانشطة الابتكارية والالعاب الصغيرة والادوات المبتكرة كذلك لم يتيح البرنامج التقليدى ممارسة الانشطة اليوجا والعاب التحكم التى تتيح التفاعل بين الأطفال واللازمة لهؤلاء الاطفال لتحقيق القبول الاجتماعي بينهم وبين اقرانهم والتى ظهر تأثيرها الايجابى بالنسبة للمجموعة التجريبية التى استخدمت الألعاب الترويحية والذي كان له أكبر الأثر فى خفض حدة النشاط الزائد وقصور الانتباه والذى ظهر فى التخلعن بعض السلوكيات المرتبطة بالنشاط الزائد وقصور الانتباه وذلك من خلال اكساب ممارسة الألعاب

الترويحية المقترحة والتى عملت على تنمية التفاعل الايجابى واشباع حاجاتهم النفسية والبدنية والعقلية.

وهذا يتفق مع ما يشير الية ديبورا ويست (٢٠٠٥م) *Deborah wuest* أنه فى مرحلة ما قبل المدرسة من خلال انشطة الألعاب الحركية المتنوعة والاستكشاف والتحكم الحركى يستطيع الاطفال التعبير عن انفسهم بطريقة أكثر إيجابية وذلك من خلال اكتساب المفاهيم السليمة والخبرات الحركية التي تتعلق بقدراتهم البدنية والحركية والتي تساهم بدورها في تنمية وتطوير سلوكهم (٢٢ : ١١٢)

ويتفق هذا أيضا مع ما أشار إليه كاسبرسين، وكرستين بأول (٢٠٠٢م) *Caspersen, Cresten Powell* في أن الأنشطة الحركية المحتوية على ألعاب صغيرة تفيد أطفال النشاط الزائد في كيفية التفاعل مع الآخرين، كما تفيدهم في اخراج الطاقات الكامنة. (١٦: ٣٢٩)

وتعزو الباحثة هذه النتائج أيضا إلى ممارسة تدريبات اليوجا فى مناخ غير تنافسى مما يحرر الروح من تأثيرات الفكر، وفى هذا الصدد تشير خيرية السكرى (٢٠٠٦م) إلى أن نوع الانتباه الذى تسعى رياضة اليوجا إلى تهذيبه مختلف تماما عن ذلك النوع الذى يصيح به المعلم أو ولى الأمر "انتبه"، حيث أن الانتباه الحقيقى خال من مشاعر الخوف ولا يمكن الإجبار عليه، والتعليم بطريقة الأمر والقمع لا تساعد الأطفال بل تؤدى إلى تأثير عكسى يثير انتباه الأطفال والميل لأشياء وموضوعات ليس لهم اهتمام بها.(٤: ١٧٨)

لذا ترجع الباحثة التقدم الجوهري الذي حققته المجموعة التجريبية عند مقارنتها بالمجموعة الضابطة إلى طبيعة ومحتوى الأنشطة المقترحة للألعاب الترويحية كذلك إلى العاب التحكم واليوجا التي احتوت على التعزيزات الفورية لكل سلوك ايجابي يصدر من الأطفال أثناء ممارستهم للأنشطة والألعاب الترويحية المقترحة.

ومن خلال ما سبق تم التحقق من الفرض الثالث.

الاستنتاجات:

تبين من خلال نتائج الدراسة التالية ما يلي:

١. إن البرنامج المقترح باستخدام الألعاب الترويحية له تأثير إيجابي في خفض حدة النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة لدى الاطفال عينة البحث.
٢. تسهم هذه الدراسة فى التعميق العلمى لظاهرة اضطراب النشاط الحركى الزائد المصحوب بنقص الانتباة أكثر من خلال التعرف على أسبابه ونظرياته وأعراضه ومدى خطورة هذه المشكلة على الطفل والأسرة والمدرسة والمجتمع.

٣. اندماج الأطفال فى أنشطة الحركية والألعاب الترويحية لها تأثير فعال وخاصة الذين يعانون بعض المشكلات السلوكية النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة فلها العديد من الخصائص الاجتماعية والفسيولوجية والحركية وذلك من خلال أنشطة اليوجا والتي ساعدت علي خفض النشاط الزائد وزيادة الانتباه والتركيز.

التوصيات:

بناء على النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة وفي حدود عينة البحث وأدواتها توصي الباحثة بما يلي:

١. تطبيق البرنامج المقترح على أطفال ما قبل المدرسة لما في ذلك من تحقيق لاستفادة في خفض حدة النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة.
٢. عمل جلسات وندوات تثقيفيه لتوعية وتدريب معلمي رياض الأطفال بأعراض اضطراب النشاط الحركي الزائد المصحوب بنقص الانتباة ومظاهره ونتائجه وذلك من خلال خبراء علم النفس التربوي للطفل وخبراء علم النفس الرياضي.
٣. إجراء المزيد من الدراسات للمقارنة بين التدريب على التنظيم الذاتي وغيره من البرامج العلاجية للتعرف على أفضلها في مواجهة الاضطراب.

((المراجـــــــــــع))

أولاً: المراجع العربية:

١- **أشرف محمد عبد الغني ورحاب محمود محمد:** برنامج العلاج السلوكي للأطفال ذوي النشاط الزائد، مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع، الإسكندرية، ٢٠٠٧م.

٢- **ايمان محمود:** تاثير برنامج تربية حركية لتعديل اضطراب الانتباه لدى أطفال الروضة واستهدفت الدراسة اعداد برنامج تربية

٣- **حنان بنت مبارك:** فاعلية برنامج قائم على الألعاب الصغيرة فى تحسين بعض القدرات الحركية لدى عينة من أطفال الروضة المصابين بفرط الحركة بالمملكة العربية السعودية، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد: (١٦٩ الجزء الثالث) يوليو لسنة ٢٠١٦م

٤- **خيرية السكرى:** اليوجا للكبار والصغار، منشأة المعارف، الإسكندرية، ط١، ٢٠٠٦م.

٥- **سامية عبد الفتاح عبد الرحيم:** فاعلية برنامج إرشادي باللعب فى خفض حدة بعض الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال المعوقين عقليا القابلين للتعليم فى معاهد

التربيـة الخاصـة للإعاقـة الذهنيـة بدمشـق، جامعـة دمشـق، كليـة التربيـة، ٢٠١٢م.

٦- **السـيد علـي شـتا:** الحاجـات الترويحيـة للطفولـة والشـباب فـي المجتمـع العربـي، المكتبـة المصرية، الإسكندرية، ٢٠٠٤م.

٧- **عبد المعطي حسين مصطفى:** الأمراض السيكوسوماتية (التشخيص- الأسباب- العلاج)، مكتبة الزهراء، القاهرة، ٢٠٠٣م.

٨- **عفـاف محمد عجـلان:** مقيـاس انتبـاه الأطفـال وتـوافقهم، مكتبـة النهضـة المصـرية، القـاهرة، ٢٠٠٧م.

٩- **فاروق الروسان:** سيكولوجية الأطفال غير العاديين-مقدمة فى التربية الخاصة. عمان: دار الفكر، ٢٠٠١م.

١٠- **فيصـل الـزراد:** اضـطراب فـرط الحركـة ونقـص الانتبـاه والانـدفاع بالسـلوك لـدى الأطفـال، الشارقة، مدينة الشارقة للخدمات الإنسانية، ٢٠٠٢م.

١١- **ليلـى محمد:** فاعلية التدريب على اللعب لخفض حدة اضطراب النشاط الحركي الزائد لدى الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعليم، مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة عين شمس - كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، ع ١٣, ج ٤، ٢٠٠١٢م.

١٢- **مجـدي محمد الدسـوقي:** اضـطراب نقـص الانتبـاه المصـحوب بالنشـاط الزائـد: الأسـباب- التشخيص- الوقاية والعلاج، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ٢٠٠٦م.

١٣- **محمد حسونة:** المهارات الاجتماعية لطفل الروضة، الدار العالمية للنشر والتوزيع، مصر، ٢٠٠٥م.

١٤- **نعيم على موسى العتوم:** أثـر الألعـاب المحوسـبة فـى عـلاج اضـطراب قصـور الانتبـاه المصـحوب بالنشاط الزائد لدى الأطفال، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد الحادى والعشرون، ٢٠١٣م

١٥- **وصـال الربضـى:** أثـر اسـتخدام تمرينـات اليوجـا المائيـة لتحسـين عمليـة التنفس والاسـترخاء لـدى طالبـات كليـة التربيـة الرياضـية / جامعـة اليرمـوك، مجلـة جامعـة النجـاح للأبحاث (العلوم الانسانية)، المجلد٢٣، ٢٠٠٩م.

ثانياً: المراجع الاجنبية:

16- Caspersen, G.J., Powell,K. E, & hristen. Son: GM.physical activity, exercise and physical fitness, 2005

17- Egendeelldt Their: Generation Educational a seal computer Game , Tounal. Educational Multinidia and HY peumedia, 2007

18- Epstein, Jeffery N: Relation between Continuous performance measures and ADHA behaviors.Journal of abnormal Child Psychology.Vol.31,No5, 2003

19- Erk, K.: Evaluation der effectivitat eines bewegung sforder programes in kindrgartin.Diplomarbeit deutsche hochschule koll,2002

20- Pauline. S. Jensen, Dianna T. Kenny: The effects of yoga on the attention and behavior of boys with Attention-Deficit/ hyperactivity Disorder (ADHD), November 1Journal of Attention Disorders,2011.

21- Reese: Firststeps and beyond :SecioulGame preparation for futuze leazuning Journal Educational Maltimedia and H y permedia, 2007

22- Deborah, A, W & Charles, A.B: Foundations of physical education and sport.Mosby-year book.INC, 2005.

23- Kiluk B • D: Sport Participation And Anxiety In Children With ADHD "Journal Of Attention Disorders. 12, 2008

24- Kamal. Sesalem: The Effect Of Fine motor Training Program On ADHD Mcneese Stats Sniversity. United States,2008.