



التوازن الحركي لدى المتخلفين عقليا تخلف بسيط

دراسة مقارنة بين الممارسين و غير الممارسين للنشاط الحركي المكيف بالمركز النفسي

البيداغوجي للمعاقين ذهنيا -ولاية قالمة -فئة (05-07 سنوات)

خشامية سلوى ، داسة بدر الدين

جامعة أمحمد بوقرة بومرداس، الجزائر

s.khechaimia@univ-boumerdes.dz

dassach@yahoo.fr

الملخص

معلومات متعلقة بالمقال:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على مستوى التوازن الحركي لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلف من خلال المقارنة بين الممارسين و غير الممارسين للنشاط الحركي المكيف و افترض الباحث أن لهذه الأنشطة دور ايجابي على تطوير تنمية لتوازن الحركي مستعملين المنهج الوصفي لملائته لمشكلة البحث لاختيار الفروض ، ولتأكد من صحتها أو نفيها تم تطبيق الاختبار المقارنة بين الممارسين والغير الممارسين على عينة قوامها 20 طفل متخلف عقليا وتم اختيارهم بطريقة قصديه واستخدم الباحث بعض أبعاد من اختبار كيفارت لقياس التوازن الحركي وقد استخدمنا اختبار "ت" لعينات المستقلة ، معامل الارتباط بيرسون .

في ضوء النتائج المتحصل عليها أن ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة و الرياضية تساهم في إيجاد تأثيرات ايجابية على تنمية التوازن الحركي لدى المتخلف عقليا تخلف عقلي بسيط

تاريخ الاستلام: 2021/02/25

تاريخ القبول: 2021/04/28

تاريخ النشر: 2021/12/16

الكلمات المفتاحية:

النشاط البدني الرياضي المكيف

التوازن الحركي

التخلف العقلي البسيط

The Motor Balance in the Mentally Retarded is Slight a Comparative Study between Practitioners and Non-practitioners of the Adapted Motor Activity at the Psychiatric Center of the Mentally Disabled - Qalama State - Category (05-07 years)

Khechaimia Selwa , Dassa Baderdine

Université M hamed Bougara Boumerdes.

s.khechaimia@univ-boumerdes.dz

dassach@yahoo.fr

ARTICLE INFO

Received: 25/02/2021

Accepted: 28/04/2021

Published: 16/12/2021

Keywords:

Adapted sport physical
activity

Motor balance

minor mental retardation

ABSTRACT

The current research aims to identify the level of motor balance in mentally retarded children left behind by comparing practitioners and non-practitioners of adaptive motor activity. The researcher assumed that these activities had a positive role in developing the development of motor balance using the descriptive approach of its modalities for the research problem to choose hypotheses and confirm or infirm them. The test was applied and the comparison between practitioners and non-practitioners was applied on a sample of 20 mentally retarded children and they were chosen in an intentional way. KHEPHART test to measure motor equilibrium We used a "t" test for independent samples, Pearson Correlation Coefficient. In the light of the obtained results, the practice of conditioned and athletic physical activities contributes to finding positive effects on the development of motor balance in the mentally retarded person. Simple mental retardation.

1- المقدمة :

إن قضية المعوقين من أقدم قضايا الإنسان و الإنسانية، و العوق لم يكن أمرا مرغوبا فيه منذ القدم، إلا أن المجتمع الإسلامي الذي أبدى اهتماما شديدا برعاية المعوقين على اختلاف إعاقاتهم وخصص لهم من يساعدهم على التحرك و التنقل و أكد على حسن معاملتهم و اعتبرت حالة العوق اختبارا من الله سبحانه و تعالى كما جاء في محكم كتابه الكريم و "تبلوئكم بالشرو الخير فنته" (القران الكريم، الآية 35 وعليه فان أسعد الناس) من استطاع أن يعيش مع علقته (عائدة، 2014) إذ لا يكاد مجتمع من المجتمعات الإنسانية يخلو من وجود أفراد معاقين، و ذلك بسبب الأمراض و الحروب و الكوارث الطبيعية و البشرية و سوء الأحوال الاجتماعية و هؤلاء الأفراد قدر لهم أن يكونوا في وضعية قصور حسي، بدني أو ذهني بفعل إصابات وراثية أو مكتسبة مما يجعل هذه الفئة و بنسب متفاوتة عاجزة حتى عن أداء أعمالها اليومية دون الاعتماد على الغير . لقد اختلفت نظرة المجتمعات لفئة المعاقين من عصر لآخر، حيث كانت عبر التاريخ ضحية الاضطهاد والإهمال و التهميش،

وبمرور العصور و مع مجيء الديانات السماوية اتخذت اتجاهها و منحها مغايرا، إذ نادى الإسلام باسمه و باسم الديانات الأخرى إلى رعاية هذه الفئة المحرومة و اعتبر مبدأ الرعاية الاجتماعية واجبا دينيا وهو تطبيق لمبدأ التكافل الاجتماعي في الإسلام. (فرحات، 2008)

و في أيامنا أصبح لفئة المتخلفين تخلفا ذهنيا بسيطا الحظ الأوفر من الاهتمام و الاستفادة من مختلف البرامج عن طريق العناية و التأهيل الملائم لتغيير النظرة إليهم على أنهم أفراد عاجزين و أن المجتمع هو من عجز على استيعابهم و تقبلهم و الاستفادة مما قد يكون لديهم من طاقات كامنة بالإمكان ترميتها و تدريبها للوصول إلى أعلى مستوى ممكن لتحقيق النجاح الذي لا بد من وجود حلول ملائمة لتجسيده واقعا و الصعود بالمتخلفين تخلفا ذهنيا بسيطا إلى أرقى مستويات التوافق العقلي و بالتالي النفسي و الاجتماعي، ولعل انطب هذه الحلول هو مشاركة هذه الفئة في الأنشطة البدنية و الرياضية التي تمثل فضاء واسعا للعناية بها و مجالا هاما لاستعادة قوتهم و توافقهم الذهني خاصة و أن هذه العينة تحقق نتائج منخفضة في مقياس الرشاقة و المرونة و الاتزان و سرعة الاستجابة (فاروق، 2010)، لكن رغم وجود مثل هذه النقائص تبقى لديها طاقات و قدرات كامنة تحتاج إلى التنمية و هذا من خلال البرامج البدنية الرياضية المكيفة سواء كانت تعليمية أو ترفيهية أو علاجية لان هذه البرامج الحركية إذا كانت ضرورية للأفراد الأسوياء فإنها تصبح أكثر ضرورة للمتخلفين عقليا و ذلك لحاجتهم الملحة لتلك الممارسة المكيفة التي تشمل التمارين و الألعاب البدنية التي تم تعديلها مع حالات الإعاقة الذهنية و تتماشى مع القدرات البدنية و الاجتماعية و العقلية. وفي هذا المجال بحوث و دراسات عديدة أثبتت أن تدريب ذوى الإعاقة الذهنية البسيطة على النشاط الحركي و العقلي و حل المشكلات يرفع نسبة استيعابهم و بالتالي زيادة نسبة ذكائهم و إدراكهم إلى مستوى يجعل منهم أشخاصا قادرين على مواصلة دراستهم و تحسين تحصيلهم الدراسي و الاهتمام بأنفسهم بشكل مستقل (عادل، 1965)، وهذا بعد إتمام العمليات الإدراكية المختلفة للمتخلف عقليا مثل إدراكه لجسمه و الفراغ، لجانبي جسمه، للاتجاهات، وتوحيد البصر والحركة والاتزان و التأزر الحسي الحركي، الشيء الذي يساعده على التكيف في بيئته. وبناء على ماسبق نطرح التساؤل الرئيسي : هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية التوازن الحركي لدى المتخلفين عقليا ؟
ومنه تتفرع الأسئلة التالية:

1- هل هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بينت الممارسين الغير ممارسين في الاتزان على اللوح لصالح الممارسين؟

2- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين والغير ممارسين في مهارة الربط لصالح الممارسين؟

1-1-الفرضيات:

الفرضية العامة:

للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية التوازن الحركي للمتخلفين عقليا تخلف عقلي بسيط.

الفرضيات الفرعية

1-هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين والغير ممارسين في مهارة التوازن على اللوح لصالح الممارسين .

2- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين والغير الممارسين في مهارة الربط لصالح الممارسين

أهمية الدراسة :

تساعد هذه الدراسة في معرفة دور النشاط البدني المكيف علي تعديل و تحسين ا التوازن الحركي للمعاقين ذهنيا. كما تسهم هذه الدراسة في مساعدة المربين في المراكز الخاصة للمعاقين ذهنيا بالعمل علي استخدام البرامج و الأنشطة الحركية التي تتناسب مع إمكانيات و قدرات هذه الفئة من حيث النواحي الجسمية و البدنية و كذلك تتناسب مع قدراتهم العقلية. كما تساعدنا في معرفة خصائص و قدرات المتخلفين ذهنيا تخلف الذهني بسيط و إثبات أنها فئة قابلة للتحسن و للعطاء. إظهار أهمية الأنشطة البدنية المكيفة كوسيلة تربية ،علاجية ووقائية تساعد المعاق ذهنيا علي الاختلاط ضمن النسيج الاجتماعي.

إن الهدف الرئيسي لدراسة هو إعطاء صورة عن الدور الايجابي للنشاط البدني الرياضي المكيف في تحسين الإدراك الحسي الحركي للمتخلفين عقليا

1-2-الدراسات السابقة :

*دراسة : صبرى عشوري 2012 بعنوان : النشاط البدني الرياضي المكيف و دوره في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقليا

حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة اثر النشاط الرياضي المكيف على نمو المهارات الحسية الأساسية من خلال تطبيق برنامج مقترح في النشاط البدني المكيف للأطفال المتخلفين عقليا في المراكز الطبية البيداغوجية و يتناسب مع استعداداتهم احتياجاتهم و قدراتهم البدنية والعقلية لرفع من أداء المهارات الحركية الأساسية والإدراك الحسي الحركي وذلك من خلال الإجابة عن التساؤلات التالية:

*هل للنشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقليا في المراكز البيداغوجية من حيث المربين والمشرفين على تنفيذ برنامج النشاط الحركي المكيف من حيث اللوازم والأدوات الرياضية؟

*هل لكفاءة المربين والمشرفين على تنفيذ النشاط البدني الرياضي المكيف دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلف بسيط في المراكز الطبية البيداغوجية؟

*هل اللوازم والأدوات الرياضية لها دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلف بسيط في المراكز البيداغوجية؟

*هل البرامج الرياضية المكيفة دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلف بسيط في المراكز البيداغوجية؟

- تم صياغة فرضيات الدراسة على النحو التالي:

*كفاءة المربين والمشرفين على تنفيذ النشاط البدني المكيف له دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلف بسيط في المراكز الطبية البيداغوجية

*اللوازم والأدوات الرياضية لها دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلف بسيط في المراكز الطبية

البيداغوجية.

*للبرامج الرياضية المكيفة دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلف بسيط في المراكز الطبية البيداغوجية.

- أجريت الدراسة على عينة من 12 مربي واستخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي

- أما أدوات البحث فقد استخدم الاستبيان الذي كان موجها للمربين

*أظهرت هذه الدراسة النتائج التالية :

*إن النشاط البدني والرياضي الموجه للمعاقين يستمد مبادئه وأساسه من النشاط البدني الرياضي الذي يمارسه الأفراد العاديين لكنه يكتفه حسب نوع ودرجة الإعاقة و طبيعة الفرد المعاق من حيث القوانين و الوسائل المستعملة.

*يعد النشاط البدني الرياضي المكيف حديث النشأة مقارنة بالنشاط الرياضي عند العاديين وله جوانب عديد تعود بالفائدة على الأفراد الممارسين، فهو يعتبر وسيلة تربوية علاجية وقائية إذا ما تم استغلاله بصفة منتظمة ومستمرة إذ يساهم في تكوين شخصية الأفراد في جميع الجوانب البدنية والاجتماعية و النفسية.

*تفتقر المراكز البيداغوجية للمتخلفين عقليا إلى مربين مختصين في النشاط البدني المكيف والي برامج خاصة بالنشاط البدني المكيف.

*كفاءة المربين والمشرفين على تنفيذ النشاط البدني المكيف لها دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا إعاقة بسيطة.

*المنشآت والأدوات الرياضية لها دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلف بسيط في المراكز البيداغوجية.

*للبرامج الرياضية المكيفة دور في تنمية القدرات الذهنية لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلف بسيط.

2*دراسة بن حاج الطاهر عبد القادر 2008 بعنوان : دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية لدى المعوق حركيا

هدفا هذه الدراسة إلى معرفة الدور النشاط البدني المكيف وانعكاساته الايجابية على السمات الشخصية لدى المعوق حركيا وذلك من خلال الايجابية على التساؤلات التالية:

*هل النشاط البدني المكيف دور في تنمية السمات الشخصية لدى المعوق حركيا؟

*هل توجد فروق فيما يخص سمة الانبساطية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي؟

*هل توجد فروق فيما يخص سمة الاجتماعية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي؟

*هل توجد فروق فيما يخص سمة الهدوء بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي؟

- تم صياغة فرضيات الدراسة على النحو التالي:

*لممارسة النشاط البدني الرياضي دور فعال في تنمية بعض السمات الشخصية للمعوقين حركيا.

*توجد فروق ذات دلالات إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين فيما يخص السمة الانبساطية لصالح الممارسين للنشاط البدني

الرياضي.

*توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين و الغير الممارسين فيما يخص السمة الاتزان الانفعالي لصالح الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

*توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين والغير الممارسين فيما يخص السمة الاجتماعية لصالح الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

*توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين و الغير الممارسين فيما يخص السمة الهدوء لصالح الممارسين للنشاط البدني -اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي حيث أجريت هذه الدراسة على عينة عشوائية مكونة من 45 فردا من المعوقين حركيا.

-أدوات الدراسة:

*مقياس أيزنك للشخصية

*الاستبيان

-أظهرت الدراسة النتائج التالية:

-من نتائج البحث نستنتج أن هنالك فروق في سمات الشخصية قيد البحث بين الممارسين والغير الممارسين للنشاط البدني فالممارسة الرياضية المكيفة تساهم في تنمية وتطوير السمات الشخصية للفرد المعوق حركيا بصفة عامة.

* دراسة إسحاق تركي و خالد جوادي (2019) أثار برنامج مقترح لتنمية التوازن الحركي لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة 11-15 سنة

هدفت الدراسة الى معرفة أثر النشاط البدني الرياضي المكيف من خلال برنامج مقترح على نمو الحركات الأساسية (التوازن الحركي) لدى المعاق عقليا إعاقة بسيطة وذلك من خلال الإجابة على التساؤل التالي :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج القياس القبلي والبعد المهارات الحركية الأساسية لصالح الاختبار البعدي لدى عينة من الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة تعزي تطبيق البرنامج؟

وللإجابة على التساؤل السابق نطرح الفرض التالي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج القياس القبلي والبعد المهارات الحركية الأساسية لصالح الاختبار البعد لدى عينة من الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة تعزي تطبيق البرنامج

اعتمد الباحث على المنهج التجريبي حيث تمت الدراسة على عينة مكون من 10 أطفال تم اختيارهم بالطريقة القصدية ذوي إعاقة ذهنية بسيطة سن من 11-15 سنة

أدوات الدراسة:

تم استخدام اختبار التوازن الحركي لكيفارت " مقياس الادراك الحركي "

أظهرت الدراسة النتائج:

يعتبر البرنامج إحدى العوامل التي أدت إلي تحسين المهارات الحركية الأساسية للاطفال ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة القابلين

للتعلم في المراكز البيداغوجية

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج القياس القبلي والبعدي المهارات الحركية الأساسية لصالح الاختبار البعد لدى عينة من الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة يعني للبرنامج المقترح أثر ايجابي على نمو المهارات.

1-3-المصطلحات و المفاهيم:

النشاط البدني الرياضي المكيف:

*يعرفه الدكتور أسامة رياض: "بأنه عملية تطوير وتعديل في طرق ممارسة الأنشطة الرياضية بما يتلاءم مع قدرات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة ويتناسب مع نوع ودرجة الإعاقة كما يحتوي على مجموعة من الإجراءات التي تتخذ في بعض النواحي والأنشطة الرياضية سواء من حيث التعديل في الأداء البدني أو التعديل في بعض النواحي القانونية حتى يتسنى للمعاقين ممارسة الأنشطة الرياضية بصورة آمنة وفعالة" (رياض، 2000، صفحة 32).

*تعريف ستور store: "يعنى بيه كل الحركات والتمرينات وكل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محددين في قدراتهم من الناحية البدنية والنفسية والعقلية وذلك بسبب أو بفعل تلف أو إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى (A.STORE,1993, p 16)

التعريف الإجرائي:

النشاط البدني المكيف هو يعني الرياضات والألعاب التي فيها التغيير لدرجة يستطيع فيها المتخلف عقليا على المشاركة والممارسة في هذه الأنشطة والألعاب، والتي يتم تعديلها بحيث تلازم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدها وتتم تبعا لاهتماماتهم وفي حدود إمكانياتهم و قدراتهم البدنية والاجتماعية والعقلية.

التوازن الحركي :

ان معنى التوازن هو " القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم عند أداء مختلف المهارات والحركات الرياضية سواء كانت من وضع الثبات أو الحركة والاحتفاظ بمركز ثقل الجسم ضمن خط الشاكلة لي عند أداء اللاعب المهارات المعقدة و البسيطة من خلال استخدام خاصية القصور الذاتي وسلامة الحواس المسئولة عن الأوامر التي تأتي من الدماغ وإضافة الى ذلك السيطرة على حركات الجسم بأنواعها ووجود تأثيرات قوى خارجة عن مركز ثقل الجسم سواء كان مستمرا بالحركة وثابتا" (مبارك، 2019، صفحة 16)

"وهو التوازن المصاحب لحركة الجسم ويعرفه جونسون ونيلسون " بكونه القدرة على الاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة " (حسنين، 1995، صفحة 429)

ويقصد أيضا بالتوازن الحركي القدرة على الاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة ، كما في معظم الالعاب الرياضية و المنازل الفردية أو عند المشي على عارضة مرتفعة (جوادي، 2019، صفحة 90)

التعريف الإجرائي : هو قدرة المتخلف العقلي على التحكم في الجسم أثناء أداء الحركة (المشي على اللوح ، الحجل الزحلقة)

التخلف العقلي:

* تعريف يزيد جولد: "بأنه حالة عدم اكتمال النمو العقلي يجعل الشخص لا يستطيع أن يكيف نفسه مع مطالب البيئة التي يعيش

فيها و يحتاج إلى مساعدة الآخرين" (الرحمان، 1996، صفحة 101)*تعريف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي هو "ضعف عام أو شذوذ في الوظائف العقلية، تلك التي تظهر أثناء مراحل النمو ويصاحبها عجز في التعلم والتكيف الاجتماعي للمريض أو في النضج أو في كليهما". (إبراهيم، 1996، صفحة 19)

***التعريف الإجرائي:** " يقصد بالتخلف العقلي هو انخفاض ملحوظ في الأداء العقلي العام للشخص يصاحبه عجز في التوافق الحسي الحركي مما يؤثر سلبا على الأداء الحركي للطفل "

*** التخلف العقلي البسيط :**

"هم الذين تتراوح نسبة ذكائهم 55-75 درجة وهم الذين يستطيع تعليمهم بعض المهارات الأكاديمية و المهارات اللغوية و الاجتماعية و الاستفادة من البرامج التعليمية العادية ولكن عملية تقدمهم تكون بطيئة مقارنة مع الأطفال العاديين "

وهذا الأخير سوف نعتمده كتعريف إجرائي لبحثنا

2- منهجية الدراسة:

2-1- المنهج المتبع:

ونظرا لطبيعة موضوعنا و من أجل تشخيص وكشف هذه الظاهرة تبين أنه من المناسب استخدام المنهج الوصفي المقارن .

2-2- مجتمع البحث

نعنى بمجتمع الدراسة جميع مفردات الظاهرة التي يقوم الباحث بدراستها الباحث، فالباحث يواجه مشكلة تحديد نطاق العمل في بحثه أي اختيار مجتمع البحث و العينة ومن المعروف أن أهداف البحث هو إمكانية إقامة تعميمات على الظاهرة موضوع الدراسة إلى غيرها من الظواهر والذي يعتمد على درجة كفاية العينة المستخدمة في البحث.

يعتبر المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا بقالة المجتمع الأصلي، حيث يعتبر المركز الوحيد المعاقين ذهنيا بالولاية، حيث عدد أطفال المركز يقدر ب186 طفلا .

2-3- عينة

عينة البحث هي عبارة عن عدد محدد من المفردات التي سوف يتعامل معها الباحث، أو هي جزء معين من أفراد المجتمع الأصلي ويشترط أن تكون ممثلة للمجتمع من حيث الخصائص و الصفات من أجل تعميم نتائجها على المجتمع كله. عينة هذه الدراسة تتكون من 20 طفلا و تم اختيارها بطريقة قصديه مقسمة الى 10 ممارسين و 10 غير ممارسين .

2-4- مجالات البحث:

2-4-1- المجال المكاني:

تمت هذه الدراسة في المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا الذي أنشأ بولاية قالة بموجب المرسوم التنفيذي رقم 93/158 المؤرخ في 07 جويلية 1993 وتم افتتاحه في 11 سبتمبر 1993 حيث يقع بحي دوار القروي بجوار مديرية النشاط الاجتماعي والتضامن.

2-4-2- المجال الزمني:

بدأت الدراسة الفعلية خلال شهر فيفري 2019

2-5- أدوات البحث:

يلجأ الباحث للحصول على متغيرات إحصائية والمتمثلة في المعلومات الكمية وذلك من خلال جمع البيانات و المعلومات وتصنيفها وتكميمها وتحليلها حيث اعتمدنا في جمع المعلومات على الاختبارات والاستبيان وبرنامج *statisticas* كأداة للمعالجة والتحليل الإحصائي.

2-6- الاختبارات

*مقياس التقدير الحركي لكيفيات

1-1- اختبار الاتزان والتحرك إلى الجانب

ينكون الاختبار من

- المشي علي عارضة للإمام وللخلف ثم للجانب في اتجاه اليمين و اليسار(تمنح درجة للأداء الصحيح)

1-2- مهارة الربط:

-الحجل

- التزلق

2-6-1- الشروط العملية لاختبار:

إن توفر الأسس العلمية للاختبارات المقترحة شرط أساسي لمصادقية الدراسة و التي من خلالها نحصل على صدق و ثبات وموضوعية هذه الاختبارات

*صدق الاختبار

يقول أحمد العساف صالح" يعد الاختبار صادق إذا قاس ما أعد لقياسه فقط، أما إذا اعد السلوك ما و قاس غيره فلا تنطبق عليه صفات الصدق "(صالح، 1989، صفحة 42)

ويعد الصدق من أهم الشروط ويعنى الصدق الاختبار أن يكون الاختبار قادرا على قياس السمة أو الظاهر التي وضع من أجله (المجيد، 2000، صفحة 43)

*الصدق الظاهري

ويعتمد هذا النوع من الصدق من أجل إثبات إذا كان المقياس يبدو كما لو كان يقيس أو لا يقيس ما وضع لأجل قياسه، وبدل هذا النوع من الصدق على المظهر العام للمقياس

*صدق المحتوى

هو قياس لمدى تمثيل نواحي الاختبار للجانب المقاس عن طريق تحليل عناصر المقياس تحليلا منطقيا لتحديد الوظائف و الجوانب الممثلة فيه، و نسبة كل منها إلى المقياس بأكمله. وقد اعتمد الباحثان لتقنين هذا النوع من الصدق على ما يلي

-الدراسات السابقة

- المراجع العلمية والالكترونية

الاختبارات التي قام بها الباحثان باختيارها لقياس الإدراك الحسي الحركي هي اختبارات معروفة و مقننة و قد تم تناولها في العديد

من الدراسات العلمية فهي لاحتياج إلى عملية التحكيم فهذا تكون النتيجة المحصل عليها لها درجة عالية من الصدق .

الصدق الداخلي

ويقصد به: صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية و يقاس عن طريق الجذر التربيعي لمعامل الثبات الأداة

2* ثبات الاختبار

يعنى أن نحصل على نفس النتائج تقريبا عند إعادة تطبيقه على نفس المجموعة، حيث يتصف الاختبار الجيد بالثبات وهو الاختبار الذي يعطى نتائج متقاربة أو نفس النتائج إذا أجريت أكثر من مرة وفي نفس الظروف (المجيد، 2000، صفحة 42)

الجدول رقم(01) يوضح ، معامل الثبات و الصدق بين الاختبار و إعادة الاختبار للعينة الاستطلاعية :

القياسات	معامل	معامل
	الثبات	الصدق
المتغيرات		
التوازن والتحرك	0.93	0.96
مهارة الربط	0.98	0.98

من خلال الجدول نلاحظ وجود علاقة ارتباطيه قوية جدا ما بين 0.87-1 بين الاختبار وإعادته وكلها تتميز بدرجة ثبات وصدق عالية باتجاهها إلى القيمة 1.

-المعالجة الإحصائية للبيانات

بعد القيام بجمع البيانات المتعلقة بالاختبار في جداول من اجل معالجة البيانات باستخدام حيث استخدمنا الاختبارات التالية:

- المتوسط الحسابي-الانحراف المعياري-اختبار"ت" للعينات المستقلة.

-معامل لارتباط بيرسون.

3- نتائج الدراسة:

3-1 نتائج الفرضية الجزئية الاولى: هل هنالك فروق ذات دلالة احصائية بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط البدني

الرياضي المكيف في مجال الاتزان لصالح الممارسين

جدول رقم 02 يوضح النتائج الإحصائية بين الممارسين والغير الممارسين في اختبار الاتزان

مستوى الدلالة	درجة الحرية	"ت" الجدولية	"ت" المحسوبة	الغير الممارسين		الممارسين		العينة الاختبار
				ع	م	ع	م	
0.05	18	1.73	2.44	ع	م	ع	م	التوازن
				0.51	0.60	0	1	

م: المتوسط الحسابي

ع: الانحراف المعياري

من خلال الجدول رقم 02 نجد أن المجموعة الممارسة قد بلغ متوسطها الحسابي 1 و انحراف معياري 0 ، أما المجموعة الغير الممارسة فقد بلغ متوسطها الحسابي 0.60 و انحراف معياري 0.51 ، أما "ت" المحسوبة تقدر ب 2.44 عند درجة الحرية 18 و مستوى الدلالة 0.05

1- نتائج الفرضية الجزئية الثانية: هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين والغير ممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف في مهارة الربط لصالح الممارسين.

جدول رقم 03 يوضح النتائج الإحصائية بين الممارسين والغير الممارسين في اختبار مهارة الربط

مستوى الدلالة	درجة الحرية	"ت" الجدولية	"ت" المحسوبة	الغير الممارسين		الممارسين		العينة الاختبار
				ع	م	ع	م	
0.05	18	1.73	3.28	ع	م	ع	م	مهارة الربط
				0.48	0.30	0.31	0.90	

من خلال الجدول رقم 03 نجد أن المجموعة الممارسة قد بلغ متوسطها الحسابي 0.90 و انحراف معياري 0.31 أما المجموعة الغير الممارسة فقد بلغ متوسطها الحسابي 0.30 و انحراف معياري 0.48 ، و أما "ت" المحسوبة تقدر ب 3.28 عند درجة الحرية 18 و مستوى الدلالة 0.05

4- مناقشة النتائج :

فمن خلال الجداول رقم 02 التي تبين نتائج t test بين المجموعتين الممارسة والغير الممارسة في اختبار كيفارت للتقدير الحركي "التوازن على العارضة حيث تبين النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في التقدير الحركي لصالح المجموعة الممارسة.

حيث أن "ت" المحسوبة و المقدر ب 2.44 أكبر من "ت" الجدولية و المقدر ب 1.73 عند درجة الحرية 18 و مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يجزم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين و الغير ممارسين وبما أن هنالك فرق في المتوسط الحسابي

والمقدر ب 1 فهذا يؤكد أن هذه الفروق لصالح الممارسين لأن متوسطهم الحسابي أكبر من متوسط الحسابي للغير الممارسين. ربما يرجع ذلك إلى أن ممارسة البدني المكيف تساعد على تحسين التوازن وقدرة على التحكم في الجسم وهذا ما جعل الاختلاف يظهر بين الأطفال الممارسين و الغير الممارسين ولعل هذا ما جعل الجمعية الأمريكية الاستشارية في عام 1976تقر بأن "ممارسة النشاط البدني الرياضي يساعد في الحفاظ على كفاءة عمل الجهاز الحركي من عضلات وأربطة و عظام و كذلك تنمية الأجهزة الحيوية لجسم الإنسان على عكس تماما فان عدم الممارسة بالضرورة تؤدي إلى تناقص القدرة الجسمية و تدهور وظائف الأجهزة الحيوية" (الرحيم، 2001، صفحة 25)ويمان النشاط البدني الرياضي المكيف نوع من أنواع النشاط البدني الرياضي

وهذا ما يؤكد وجود دور ايجابي للنشاط البدني المكيف الذي يحوي على العاب التي تساعد في التوازن ،حيث أكد القريطي (2001) وعبيد (2007) "أن الطفل يفضل اللعب البسيط لمدة أطول، وهذا ما يساعد على محاولته لإتقان الأداء واللعب الحركي،و يعد نشاطا له جاذبية خاصة للمعاقين ذهنيا ومن الممكن أن يكون وسيطا ممتاز لتعليمهم الكثير من المفاهيم والأنماط الحركية في جو ممتع ومحبب إلى نفوسهم".

وهذا ما أكدته هارتر 1979بقولها "بأن المشاركة في البرامج الرياضية من الأطفال يدركون أنفسهم أكثر كفاءة من غير المشاركين" وهذا ما بين كفاءتهم أيضا في الأداء الحركي ، من خلال الأنشطة و احتوائها على العديد من الألعاب تهتم بالتوازن بجميع أنواعه وهذا ما يؤكد صحة صحة الفرضية الجزئية الأولى

أما من خلال استعراض نتائج الجدول م03التي تبين نتائج t.test بين الممارسين والغير الممارسين لاختبار في مهارة الربط حيث أن "ت" المحسوبة و المقدرة ب 3.28 أكبر من "ت" الجدولية والمقدرة ب 1.73 عند درجة الحرية 18 و مستوى الدلالة 0.05 هذا ما يجزم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين و الغير ممارسين وأن هنالك فرق في المتوسط الحسابي و المقدر ب 0.60 فهذا يؤكد أن هذه الفروق لصالح الممارسين لان متوسطهم الحسابي أكبر من متوسط الحسابي للغير الممارسين. و هذت راجع إلى الدور الفعال للأنشطة البدنية المكيفة ونوعية الألعاب التي تحتوي على الحركات الأساسية مثل الحجل الوثب الركض لذلك سجلت فروق بين المجموعتين الممارسة و الغير الممارسة ونستند في ذلك على "أذا كانت التربية البدنية والرياضية ضرورية للفرد السليم فإنها تصبح أكثر ضرورة للمتخلفين عقليا وذلك لحاجاتهم الملحة للتمرينات و الأنشطة البدنية التي تعمل على تحسين القدرات الحركية للجسم و تحسين التوافق العضلي العصبي و التوازن الحركي و الدقة و كذلك الحالة القوامية للجسم من خلال البرامج المعدلة (الأنشطة البدنية المكيفة) (الغني، 1997، صفحة 21)

وهذا ما يكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة الربط على حساب المجموعة الممارسة وهذا التطور في هذا هو محصلة و نتيجة للنشاط البدني المكيف و أثاره الايجابية في الكفاءات الحركية و الدافعية للتعلم و التطور حيث تحتوى الالعاب على الكثير من الالعاب التي يستعمل فيها الحجل والزحلاقة هذه النتيجة تتفق مع الدراسة السابقة لحسن 2002 التي أشارت إلى إن البرامج الرياضية التي تعمل على تنمية المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا و تساعد في رفع القدرات الإدراكية الحركية و تطويرها و توازن وان الألعاب الحركية دورا مهما في إدراك الطفل لجسمه و إدراك الفرق بين جانبيه وبالتالي الفرضية الجزئية الثانية محققة

5- الاستنتاج :

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة و من خلال مناقشة هذه النتائج و بالإضافة الجانب النظري لهذه الدراسة توصلنا إلى جملة من الاستنتاجات وهي:

بالنسبة للفروق بين الممارسين والغير الممارسين في التوازن على اللوح فان هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في مجال التوازن على اللوح لصالح الممارسين .

بالنسبة للفروق بين الممارسين والغير الممارسين في هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في مجال ال مهارة الربط لصالح الممارسين. عدم تطور الأداء الحركي (التوازن الحركي) للغير الممارسين

6- التوصيات:

*تشكيل لجان من ذوي الاختصاص تحت إشراف الوزارة لإعداد مناهج دراسية للأنشطة البدنية الرياضية المكيفة.

* ضرورة إن تتضمن الحصص والألعاب على المهارات الأساسية الحركية وتكون مبنية على أسس علمية لتنمية القدرات الإدراكية الحسية الحركية و ذلك بإعداد برامج رياضية مكيفة للمتخلفين عقليا و الأخذ بعين الاعتبار عدة عناصر :اختيار الأنشطة و التمارين الرياضية حسب قدرة الطفل و احتياجاته ،و تنوع في أساليب تطبيق الأنشطة البدنية و الرياضية المكيفة للمتخلف عقليا مما يبعث المرح و السرور مما يزيد من حب المشاركة في الأنشطة الحركية.

*إنشاء منشآت رياضية بكل المراكز و توفير و سائل و الأجهزة المتخصصة على حسب نوع و درجة الإعاقة و توفير الإمكانيات و التسهيلات اللازمة لنجاح هذه الأنشطة

*القيام ببطولات ولاتية و جهوية ووطنية في مختلف المنافسات الرياضية لهذه الفئة لاكتشاف المواهب

7- المراجع :

1. أحمد العساف صالح. (1989). مدخل الى البحث في العلوم السلوكية . الرياض.
2. أسامة رياض،ناهد أحمد عبد الرحيم. (2001). القياس والتأهيل الحركي للمعاقين . القاهرة: دار الفكر العربي.
3. اسحاق تركي وخالد جوادي. (2019). أثر برنامج لتنمية التوازن الحركي لدى الاطفال ذوي الاعاقة العقلية البسيطة . عدد 15: مجلة التحدي.
4. الروسان فاروق. (2010). مقدمة في الإعاقة العقلية. عمان .
5. حلمي ابراهيم وليلى السيد فرحات. (2008). التربية الرياضية والترويج للمعوقين . القاهرة : دار الفكر العربي .
6. حمودة عائدة. (2014). أثر استخدام الألعاب الحركية في تنمية و تحسين الإدراك الحسي الحركي لدى المتخلفين عقليا تخلف متوسط (ذكور) 9- 11. الشلف : الاكاديمية للعلوم الانسانية والاجتماعية .
7. زكي محمد الخطاب عادل ، محمد أمين. (1965). الرياضة في الخدمة الاجتماعية .
8. سيد سليمان عبد الرحمان. (1996). سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة . القاهرة : مكتبة زهراء الشرق .

9. سير محمد عبد الغني. (1997). تقويم الحالة القوامية للتلاميذ مدارس التربية الخاصة 12-16 سنة. طنطا : كلية التربية الرياضية .
 10. فتحى فاروق وقبي محمد مبارك. (2019). تمرينات في الرياضة الاضطراب طيف التوحد والاعاقة الذهنية . الجزائر .
 11. محمد صبحى حسنين. (1995). القياس و التقويم في التربية البدنية والرياضية . دار الفكر العربي القاهرة .
 12. مرسي كمال ابراهيم. (1996). علم التخلف العقلي . تأليف علم التخلف العقلي (صفحة 19). الكويت.
 13. مروان عبد المجيد. (2000). أسس البحث العلمي لاعداد الرسائل الجامعية. الاردن : مؤسسة الوراق للنشر .
- 14- STORE .(1993) .outer activité physique et sportives adaptée pour personnes handicapés mentale .BELGIUE: PREINT MARKINK SPRL.