



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس _مستغانم_
كلية العلوم الاجتماعية و الانسانية
قسم العلوم الاجتماعية
شعبة ارطوفونيا



مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر تخصص أمراض اللغة و التواصل

اقتراح برنامج علاجي للتخفيف من حدة اضطراب فرط نشاط
الحركة للطفل العادي عن طريق السباحة

تحت إشراف الأستاذة :

د.عمراني أمال

مقدمة من طرف الطالبة:

لحلاف إكرام أمال

السنة الجامعية 2020 - 2021

شكر وتقدير

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات

- أشكر الله سبحانه و تعالى على توظيفي في هذا العمل

كما أشكر عائلتي لمساعدتهم لي في كل خطواتي

- أشكر الأستاذة المؤطرة: أستاذة عمراني

- كما أشكر أستاذة : تواتي حياة

شكر خالص لمساعدتي في البحث : صارة

و أشكر كل من ساندني و ساعدني في انجاز هذا العمل

إهداء

إلى سندي في الحياة و فدرتي رمز العطاء معلمي الأول كل الشكر و التقدير لك

أبي الغالي

- إلى الحبيبة الغالية التي تعبت في تنشئتي و التي لا على وصفها كل الكلمات

الكون

أمي الغالية

- إلى زوجي العزيز الذي ساعدني عبر المراحل هذا البحث إلى إخوتي فاطمة الزهراء

،أمين ، و مريم و أزواجهم إلى صغاري "إبتسام ، مصطفى ، إبراهيم"

فهرس المحتويات

الفهرس

الصفحة	العنوان
	كلمة شكر
	إهداء
/	قائمة الجداول
/	ملخص
01	المقدمة
الجانب النظري للدراسة	
الفصل الأول: مدخل الدراسة	
05	1. الدراسات السابقة
07	2. الإشكالية
09	3. الفرضيات
09	4. أهمية الدراسة
10	5. أهداف الدراسة
10	6. دواعي اختيار الموضوع
10	7. التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة
الفصل الثاني : فرط نشاط الحركة	
13	تمهيد
14	1. التطور التاريخي لاضطراب فرط النشاط الحركي
17	2. تعريف اضطراب فرط النشاط الحركي
20	3. أسباب ظهور اضطراب فرط نشاط الحركة
32	4. النظريات المغيرة لاضطراب الحركة
33	5. أنماط اضطراب فرط الحركة
35	6. قضية انتشار اضطراب فرط نشاط الحركة
39	7. الخصائص الايجابية لدى اضطراب فرط الحركة
39	8. الآثار السلبية لاضطراب فرط الحركة

41	9. قياس و تشخيص حالات اضطراب فرط الحركة
45	10. الاضطرابات المصاحبة لاضطراب فرط نشاط الحركة
55	11. علاج اضطراب فرط نشاط الحركة
71	12. طرق الوقاية من اضطراب فرط الحركة
74	13. ملخص
الفصل الثالث: السباحة	
76	تمهيد
77	1. لمحة تاريخية عن رياضة السباحة
83	2. تعريف السباحة
84	3. مجالات السباحة
87	4. فوائد السباحة
90	5. العوامل المؤثرة على عملية تعليم السباحة
101	6. أهداف السباحة
101	7. ملاحظات هامة حول تعليم و تدريب
104	8. ملخص الفصل
الفصل الرابع: الطفولة	
106	تمهيد
107	تعريف الطفولة
116	حاجيات و حقوق الطفل
114	العوامل المؤثرة في الدور التربوي للأسرة
118	ملحق الفصل
الجانب التطبيقي للدراسة	
120	تمهيد
121	أ. الدراسة الاستطلاعية
121	1. أهداف الدراسة الاستطلاعية
122	2. مجالات الدراسة الاستطلاعية

122	3. أدوات الدراسة الاستطلاعية
124	4. أدوات و نتائج الإنسان القبلي
136	ب. الدراسة الأساسية
136	1. المنهج
136	2. مجالات الدراسة الأساسية
138	3. محتوى البرنامج
138	4. البرنامج (أهداف - تجارب - التطورات - الوقت)
169	5. تقييم البرنامج
205	6. عرض نتائج الحالات
218	7. كيفية تطبيق البرنامج
218	8. أساليب العلاج بالبرنامج
218	9. أهداف البرنامج
218	10. أدوات البرنامج
219	11. مدى ملائمة البرنامج
219	12. آراء المحكمين
221	13. نتائج القياس القبلي و البعدي
222	14. تحليل نتائج الاستبيان
224	15. خلاصة الفصل
225	الاستنتاج العام
226	الخاتمة
227	توصيات و الاقتراحات
229	قائمة المصادر و المراجع

قائمة الجداول:

الصفحة	العنوان	الرقم
36	يوضح النسب المئوية لانتشار اضطراب النشاط الزائد المصحوب بتشتت الانتباه لدى بعض الدول	01
38	يبين نسب انتشار اضطراب و النشاط الزائد في بعض الدول	02

الملخص :

يهدف البحث الحال إلى بناء برنامج علاجي خفف من حدة فرط نشاط الحركة للطفل العادي عن طرق السباحة المائية

طبق البحث على عينة من الأطفال يعانون من فرط نشاط الحركة قدرها 10 أطفال إختبرو و بطريقة قصدي، استخدمها المنهج التجريبي ، كما إستعنا بإستبيان أمريكي مكيف على المجتمع الجزائري بين أعراض فرط الحركة

يتكون البرنامج من 16 حصة ، مقسمة إلى حصتين أسبوعيا تقريبا ساعة و نصف لكل حصة و بعد تطبيق كل الأنشطة يتم التنقيط حسب حضور الطفل التقيد بالالتزامات الدخول إلى المسبح و كذلك السلوكات و كذلك التواصل مع غيره و بعدها يتم عرض نتائج الحالة بعد تطبيق البرنامج ثم التحقق من الخصائص السيكومترية للبرنامج في مجال الصدق ثم التحقق من صدق المحتوي (صدق المحكمين) و في مجال الثبات ثم التأكد منه بتطبيق الاستبيان و إعادة تطبيقه

و عليه لقد توصلت النتائج إلى أن البرنامج تمتع بالخصائص السيكومترية (الصدق و الثبات) التي تتفق مع خصائص البرنامج الجيد .

الكلمات المفتاحية

- فرط الحركة ، صدق، السباحة ، أطفال يعانون من فرط نشاط الحركة

résume

L'objectif de la recherche est de construire un programme thérapeutique qui facilite l'hyperactivité des méthodes de natation aquatique de l'enfant moyen.

La recherche a été appliquée à un échantillon de 10 enfants présentant une hyperactivité testée de manière expérimentale, ainsi qu'à un questionnaire américain adapté à la société algérienne pour les symptômes d'hyperactivité.

Le programme se compose de 16 actions, divisées en deux actions par semaine, soit environ une heure et demie par action. Une fois toutes les activités mises en œuvre, goutte à goutte selon la présence de l'enfant, le respect des engagements d'entrer dans le pool, ainsi que le comportement, ainsi que la communication avec les autres. (Certifié par les arbitres) et dans le domaine de la preuve et de la vérification par demande et nouvelle application du questionnaire

Les résultats ont donc révélé que le programme avait des propriétés psychométriques (vérité et Tibet) qui étaient cohérentes avec celles du bon programme.

Mots clés:

Hyperactivité, honnêteté, natation, hyperactivité enfants

Summary :

The objective of the research is to build a therapeutic program that eases the hyperactivity of the average child's water swimming methods. The research was applied to a sample of 10 children with hyperactivity tested in an experimental manner, as well as to an American

questionnaire adapted to Algerian society for symptoms of hyperactivity

The program consists of 16 shares, divided into two shares per week, approximately one and a half hours per share. After all activities are implemented, drip according to the presence of the child, compliance with commitments to enter the pool, as well as behavior, as well as communication with others. (Certified by arbitrators) and in the field of evidence and verification by application and re-application of the questionnaire

The findings therefore found that the programmers had psychometric properties (truthfulness and Tibet) that were consistent with those of the good programmers.

Keywords

-Hyperactivity, honesty, swimming, hyperactivity kids

مقدمة

تعتبر مرحلة الطفولة من المراحل العمرية العامة مم يفرض ضرورة الاهتمام بها من قبل كافة مؤسسات التنشئة الاجتماعية.

حيث تعد هذه المرحلة من أهم المراحل العمرية للفرد كونها الأساس في بناء شخصية الطفل فيمكن في هذه المرحلة أن تظهر مجموعة من المشاكل التي تعيق الحياة الاجتماعية التي يعيشها و خاصة المسار الدراسي بصفة خاصة من بينها إصابته باضطراب فرط نشاط الحركة الذي يحتل مكانة هامة في الوقت الحاضر .

و قد اهتم بها علماء الأطفونيا إلى جانب اهتمام أولياء الأمور .

حيث يظهر عدد كبير من الأطفال اضطرابات مخالفة للسلوك خاصة في بداية مرحلة التمدرس فيلاحظ الأولياء على أطفالهم جملة من الأعراض أهمها (الحركة الزائدة ،الاندفاعية و العدوانية) و عادة ما تبدأ شكاوي الأولياء من تصرفات أطفالهم في مرحلة ما قبل التمدرس ، و غالبا ما تكون استشارة الأطباء و المختصين النفسانيين و الأطفونيين فكرة تراود أذهانهم عندما تتطابق ملاحظتهم مع ملاحظات لمدرسين أو المجتمع و هذه المجموعة من الأعراض تشكل اضطراب مستقلا يعرف باضطراب فرط الحركة مما يجعل الأولياء مستعدين للقيام بكل مطلوب يساعد طفلهم لتخلص من هذا الاضطراب، و للأسف لا يوجد الكم الكافي من العلاجات الفعالة لهذا الاضطراب فقد أشار علم النفس (خالد عبد العزيز 2006) إلى أن اهتمام بهذا الاضطراب يعتبر موضوعا جديدا نسبيا بما ذلك الدول المتقدمة مقارنة بفئة الاضطرابات الأخرى غير أنه لا ينفي الكم الوسائل من الدراسات و في حدود اطلاع الباحثة توجد دراسات قليلة حول موضوع تخفيف حدة فرط نشاط الحركة عن طريق السباحة المائية قد يعتبر هذا البرنامج كإضافة و محاولة لبناء برنامج فعال لتخفيف من حدة هذا الاضطراب.

الجانب النظري حيث يتناول 4 فصول

-سوف نتطرق في الفصل الأول إلى الإطار العام للدراسة ويتضمن إشكالية الدراسة وفرضيتها وأهميتها وأهدافها و المفاهيم الإجرائية لمتغيرات إضافة على الدراسات السابقة .
أما عن الفصل الثاني احتوى على اضطراب فرط النشاط الحركة و الانتباه ،التطور التاريخي له، الأسباب و النظريات المفسرة وأنماطه وأعراض هذا الاضطراب ونسبة انتشاره والخصائص الايجابية و الآثار السلبية وعرضنا أيضا كيف يتم قياس وتشخيص هذا الاضطراب وعلاجه وطرق الوقاية منه .

وفي الفصل الثالث تطرقنا للمحة تاريخية حول السباحة ، تعريفها ، مجالاتها ، فوائدها وأسس تعليمها و العوامل المؤثرة في عملية السباحة وأيضا التحليل الفني الحديث لطرق السباحة وخصائصها وأهدافها وذكرنا بعض الملاحظات حول الموضوع .

وفي الفصل الرابع تم التطرق إلى تعريف الطفولة ، حاجيات الطفولة وحقوقها و العوامل المؤثرة في هذه المرحلة .

الجانب النظري

الفصل الأول :
الإطار العام للدراسة

01- الدراسات السابقة:

لا بد أن يعتمد الباحث أثناء قيامه بالدراسة على بعض الأبحاث و الدراسات التي تطرقت إلى موضوع بحثه سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة و بذلك يكون عمله حلقة متصلة و ليست منفصلة بتلك المحاولات السابقة لباحثين قبله و تعتبر هذه الدراسات مهمة لأي باحث خاصة في تحديد و توجيه مسار البحث نحو العمل السليم الصحيح.

و من خلال الإطلاع على مختلف المراجع العلمية تمكنا من الحصول على العديد من الدراسات حول موضوع دراستنا بالرغم من إختلافها في مناهجها و نتائجها من بينها أهم الدراسات:

الدراسة الأولى: لزويخة بوحيتم في عسر القراءة لدى تلاميذ المصابين بإضطراب فرط النشاط الحركي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

➤ أن الأطفال الذين يعانون من اضطراب فرط النشاط الحركي لديهم صعوبة القراءة نتيجة لوقوعهم في الأخطاء (الحذف ، الإضافة ، الإبدال ، التكرار ، القلب)

➤ أن الأطفال أو التلاميذ الذين يعانون من فرط النشاط الحركي الغير مصحوب بضعف الانتباه يعانون أيضا من صعوبة القراءة بدرجة خفيفة كالحالة الأولى والثانية.

➤ أن الأطفال أو التلاميذ الذين يعانون من فرط النشاط الحركي المصحوب بضعف الانتباه يعانون أيضا من صعوبة القراءة بدرجة متوسطة كالحالة الثالثة نتيجة لعدم التركيز و الانتباه بشكل جيد ، أي هناك علاقة بين ضعف الانتباه وعسر القراءة.

الدراسة الثانية: للطالبة يوبي نبيلة، رسالة نيل ماجستير تحت عنوان فعالية العلاج السلوكي للأطفال مفرطي الحركة و متشتتي الإنتباه ما بين 6 - 12 سنة

هدفت هذه الدراسة إلى علاج أطفال يعانون من اضطراب فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه يبلغ عمرهم ما بين 6-12 سنة بعلاج سلوكي. يهدف هذا العلاج إلى تعديل سلوكياتهم و التخفيف من حدة أعراض اضطرابهم بالإضافة إلى حل مشاكلهم النفسية و العائلية.

بعد القيام بالبرنامج العلاجي السلوكي توصلنا إلى النتائج التالية :

✓ العلاج السلوكي له أثر فعال و ناجع في التخفيض من حدة أعراض فرط الحركة و تشتت الانتباه لدى أطفال ما بين 6-12 سنة .

✓ يمكن التخفيض من أعراض فرط الحركة و تشتت الانتباه من خلال حل المشاكل النفسية و العائلية .

✓ أسلوب التعزيز الايجابي له أثر فعال و ناجع في التخفيض من أعراض اضطراب فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه.

✓ أسلوب تكلفة الاستجابة له اثر فعال و ناجع في التخفيض من حدة أعراض اضطراب فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه.

✓ أسلوب جدولة المهام و الأعمال له أثر فعال و ناجع في التخفيض من حدة أعراض اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه.

الدراسة الثالثة : دراسة كاستر وزينتال(2012)، Zentall & Kuester بعنوان : " قواعد التفاعل الاجتماعي في مجموعات التعلم التعاوني للطلاب المعرضين لخطر الإصابة باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه."

هدفت تلك الدراسة إلى معرفة مدى فعالية وضع قواعد للمشاركة الاجتماعية على الأداء والسلوك الاجتماعي لأطفال المدارس المعرضين لخطر اضطراب فرط الحركة وضعف الانتباه والذين يتعلمون بشكل تعاوني؛ وتكون مجتمع الدراسة من طلاب المدارس الابتدائية والمتوسطة في ولاية إنديانا بالولايات المتحدة الأمريكية؛ واشتملت عينة الدراسة على(92) طالب مقسمين إلى 3 مجموعات 34 مجموعة مختلطة، و24 مجموعة مقارنة؛ و اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي المقارن القائم على مقياس تصنيف الطلاب المكون من 28 فقرة لتصنيف الطلاب المعرضين لخطر اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه، و إستراتيجية التعلم التعاوني في مجموعات؛ وأظهرت الدراسة العديد من النتائج، كان أهمها :

- أنه قبل التدخل كان الطلاب المعرضين لخطر اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه أكثر تحركا و مخالفة لقواعد الحديث و أداء المهام مقارنة بأقرانهم العاديين.

- أنه بعد التدخل بوضع قواعد المشاركة الإجتماعية للأطفال، إنخفضت المشكلات السلوكية و اللفظية لدى الطلاب المعرضين لخطر اضطراب فرط نشاط الحركة.
 - أنه تحسنت قدرات حل المشكلات لدى الطلاب المعرضين لخطر اضطراب فرط نشاط الحركة و تشتت الانتباه و ظهر هذا بشكل خاص بدرجة كبيرة لدى الطلاب الذكور.
- و أوصت الدراسة بالعديد من التوصيات، كان أهمها ضرورة عمل دراسات أخرى مستقبلا لإستخدام التدخل بوضع قواعد المشاركة الإجتماعية مع مجموعات مختلفة من الطلاب ذوي مختلف المشكلات الاجتماعية.
- التعقيب على الدراسات السابقة**

يتضح على الدراسات السابقة أنها تتاولن برامج متنوعة (تربوية، سلوكية، معرفية سلوكية) لخفض من حد اضطراب فرط نشاط الحركة تشتت الانتباه ، وقد اختلفت الفئات المستهدفة وهنا نلاحظ تغير أهداف البحث من واحد غلى آخر وفي حدود اطلاع الباحثة أنه توجد دراسات قليلة حول الموضوع المطروح و الدراسة الحالية تعتبر كإضافة محاولة بناء برتكول علاجي عن طريق السباحة المادية للأطفال العاديين لمحاولة الحد من اضطراب فرط نشاط الحركة وتشتت الانتباه ، وقد ساعدتنا هذه الدراسة في تحديد ضبط المتغيرات واختيار العينة ، كما ساعدتنا في توفير خليفة علمية لإجراء البحث .

2-الإشكالية :

تعتبر مرحلة الطفولة ذات قيمة وأهمية بالغة في أي مجتمع من المجتمعات نظرا لكونها المرحلة الاساسية في بناء الشخصية ولكل طفل خصائص ينبغي تقبلها وترشيدها حسب خصائص شخصيته وطريقة تقبله لكل ما هو جديد في عالمه ، فحسب نوربار سيلامي هي مرحلة من حياة الإنسان ، تبدأ من الولادة إلى مرحلة المراهقة ،ومن وجهة علم النفس الحديث الطفل لا يعتبر كراشد لحماه المعرف أو الأحكام ، فالطفولة مرحلة هامة للتحويلات من الولادة إلى الرشد وتخرجه من مرحلة الحيوانية أي كل ما كان بجهله

(N.silliamy .2003.p98)

وفي هذه المرحلة الممتدة ما بين (6-12 سنة) ، قد يعاني بعض الأطفال من تغيرات سلوكية نظرا للتغيرات التي تحدث في حياته من مرحلة استغلال عن والديه و الانتقال من جو أسري إلى حياة أكثر اتساعا مليئة بأقران آخرين ، حيث يكون مفعم علاقات في المحيط المدرسي وتصبح المدرسة هي البيت الثاني ، وقد يؤثر هذا التغيير على الطفل إما بطريقة إيجابية أو سلبية .

فمن بين هذه التغيرات و الاضطرابات التي يمكن أن تحدث للطفل اضطراب فرط نشاط الحركة وتشتت الانتباه و الذي يعرف هذا الاضطراب ب القدرة الهائلة على اللعب و الحركة المستمرة و هذا إلى عدم التركيز و الثبات .

كما ذكرت دراسة : (لزوليخة بوحيتم في عسر القراءة لدى تلاميذ المصابين بإضطراب فرط النشاط الحركي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية) أن الأطفال الذين يعانون من اضطراب فرط النشاط الحركي لديهم صعوبة القراءة نتيجة لوقوعهم في الأخطاء (الحذف ، الإضافة ، الإبدال ، التكرار ، القلب)

كما تعاني هذه الفئة من تغيرات نفسية حيث تؤثر عليهم وعلى عائلتهم بشكل خاص وعلى المعلمين بشكل عام ولهذا اهتم الكثير من الباحثين بدراسة هذا الموضوع ومن بينهم (الباحثة يوبي نبيلة، رسالة نيل ماجستير تحت عنوان فعالية العلاج السلوكي للأطفال مفرطي الحركة و متشتتي الانتباه ما بين 6 - 12 سنة)

حيث هدفت دراستها إلى علاج أطفال يعانون من هذا الاضطراب عن طريق القيام ببرنامج يهدف هذا العلاج إلى تعديل السلوك و تخفيف من حدة الاضطراب وبعد قيامه به توصلت على النتائج الموائية : أن العلاج السلوكي يمكنه تخفيف من أعراض فرط نشاط الحركة وأن أسلوب التعزيز الايجابي له أثر فعال وناجح في التخفيض من الأعراض المصحوبة بتشتت الانتباه ، وأن أسلوب تكلفة الاستجابة له اثر فعال وناجح في التخفيف من حدة هذا الاضطراب .

وعلى حد علم الباحثة للسباحة دور هام للتخفيف من حدة هذا الاضطراب ، حيث أن هذه الرياضة تساعد الطفل على التفريغ شحناته وتعزز من قدراته وتساعدته أيضا على رفع المستوى التحصيلي لدى الطفل .

-فهل اقتراح برتقول علاجي عن طريق رياضة السباحة المائية يخفف من حدة سلوكيات الطفل العادي المصاب بفرط نشاط الحركة .

الإشكاليات الجزئية:

- هل يمكن التخفيف من حدة أعراض فرط نشاط الحركة عند الطفل العادي؟

- هل يمكن للسباحة أن تخفف من السلوك العدواني؟

- هل يعد الوسط المائي عاملا في التخفيف من فرط الحركة عند الطفل؟

الفرضيات:

الفرضية العامة:

واقع تطبيق بروتوكول علاجي في توجيه نشاط الأطفال العاديين ذوي فرط الحركة عالية.

الفرضيات الجزئية:

- تطبيق بروتوكول علاجي لتخفيف حدة فرط النشاط الحركي.

- تخصيص السباحة للطفل المصاب بفرط الحركة كل طاقته الزائدة في النشاط.

أهمية الدراسة:

تتضح لنا أهمية الدراسة الحالية في أنها:

- تسليط الضوء على بعض أشكال المعاملة من طرف المختصين على مساعدة و تكوين

شخصية الطفل المصاب بإضطراب فرط نشاط الحركة.

- كما أننا بحثنا عن أسباب إضطراب فرط النشاط الحركي بأسلوب علمي.

- و أخيرا يمكن أن تكون دراستي الحالية تنمة لجهود سابقة و فائدة لصالح المكتبة و الباحثين

في أن واحد.

أهداف الدراسة:

- لكل بحث أو دراسة علمية أهداف و غايات يسعى الباحث إلى تحقيقها في النهاية العمل، فقد تجلت أهداف هذا البحث بكل ما يتضمنه من متغيرات تتمثل في:
 - الكشف عن اضطراب فرط النشاط الحركة عند الطفل العادي.
 - محاولة إثراء الحقل التعليمي بمعلومات حول هذا الموضوع نظرا لخطورة انتشاره في مجتمعنا.
 - إبراز خطورة هذا الإضطراب خاصة في المرحلة الابتدائية التي تمثل الخطوة الأساسية للتعلم بالنسبة للطفل، و كذا توفير الحاجات و المتطلبات التي تعتبر ضرورية للطفل في هذه المرحلة.
 - كما يهدف هذا البحث إلى التطرق بشكل مفصل إلى تأثير الإفراط الحركي على التحصيل الدراسي و أداء مختلف النشاطات مثل الرسم و السباحة من أجل الاستفادة منه في المستقبل و محاولة التقليل منه.

دواعي إختيار الموضوع:

من أهم الأسباب التي دفعتني لإختيار هذا الموضوع هو إزاحة و لو القليل من الغموض الذي يحيط بهذا المرض و تحديد بروتوكول علاجي و البحث عن أساليب مساعدة مهما اختلفت للحد من معاناة الطفل و إدماجه إلى المجتمع و مساعدته على إسترجاع توازنه النفسي. و أيضا من أسباب إختياري للموضوع هو كثرة إنتشار هذا النوع من الإضطراب في المجتمع.

التحديد الإجرائي للمفاهيم:

• **فرط نشاط الحركة:** يتسم هذا الإضطراب بعدم قدرة الطفل على المواظبة على الإنتباه مصحوبا بشكل من الإندفاعية خلال مرحلة الطفولة مما يؤثر على سلوكه. كما أنه هو تلك الحركات العشوائية و الغير الهادفة التي تتسم بالتهيج إذ يقوم بها الفرد دون إعتبار العواقب المترتبة عنها، كما أن هذه الحركات مثيرة للقلق و الإزعاج.

● **الطفل العادي:** هو طفل الذي لا تظهر عليه أي سمة من سمات الأمراض النفسية كالتوحد و متلازمة داون و غيرها.

● **تشئت الإنتباه:** و هو عدم قدرة الطفل المصاب بفرط الحركة تركيز إنتباهه لفترة من الزمن أثناء ممارسة الأنشطة مع عدم الإستقرار و الحركة الزائدة دون هدوء أو راحة مما يجعله مندفعاً يستجيب للأشياء دون تفكير مسبق.

● **التخفيف:** هو التقليل من حدة الإضطراب لدى الطفل العادي و يظهر ذلك من خلال نقص أعراضه لديه.

الفصل الثاني:

فرط نشاط الحركة

تمهيد :

يعد اضطراب فرط النشاط الحركي من بين الاضطرابات السلوكية التي يعاني منها الأطفال ولعلها أكثر انتشاراً، فمنذ نهاية القرن العشرين سجل هذا الاضطراب اهتماماً طبياً كبيراً لما له من تأثيرات على الطفل من الناحية المعرفية والسلوكية والعلائقية والاجتماعية. يشكل هذا الاضطراب مصدراً أساسياً لضيق وتوتر وإزعاج الأفراد المحيطين بالطفل من أولياء ومعلمين وغير ذلك. ومما لا شك فيه أن سلوك هذا الطفل ومستوى نشاطه قد يؤثر على استجابات الوالدين والمعلمين والقائمين على رعايته، وعلى أسلوب معاملتهم له، مما يؤثر بالتالي على نموه ومستقبله التعليمي والاجتماعي فيما بعد. من أجل التعرف على هذا الاضطراب أكثر سيتم في هذا الفصل التعرف للتطور التاريخي مع عرض مختلف التعاريف التي عرفت هذا الاضطراب سواء من الناحية الطبية أو النفسية، مع معرفة نسبة انتشاره وأسباب التي تؤدي إلى الإصابة به، وذكر أعراضه وكيفية تشخيصه ثم الإشارة إلى أهم الاضطرابات المرافقة له، وفي الأخير يتم التطرق إلى كيفية وقاية الأطفال هذا الاضطراب.

1. التطور التاريخي لاضطراب فرط النشاط الحركي

تعود بدايات التعرف على اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد، إلى حماية القرن التاسع عشر إذ كان ينظر إلي هذا الاضطراب على أنه شكل من أشكال عدم الاستقرار الحركي، حيث أشار الطبيب شارل بولنجي 1892 CHARLES BOULANGER في مذكرته حول عدم الاستقرار العقلي l'instabilité mentale ، على أن اضطراب فرط نشاط الحركي هو عبارة عن نقص في توازن الكلمات العقلية مع عدم قدرة الطفل على الاستقرار والتركيز في شيء لمدة طويلة من الزمن .

في نفس الفترة برنو فيل 1897 BOURNONVILLE أشار إلى أنه يجب الاهتمام بهذا الاضطراب في المجال الطبي والنفسي ومعرفة الأسباب التي تؤدي إلى الإصابة به. في نفس السياق قدم طبيب الأطفال الانكليزي جورج ستيل 1902 GEORGES STILE (فوزية محمدي، 2011: 23)

في تقارير مفصلة حول الأطفال المصابين بقصور في الانتباه مع فرط في النشاط الحركي، فأشار إلى أن هؤلاء الأطفال يفتقرون إلى احترام السلطة والقواعد والانضباط مع العجز في السيطرة على الروح المعنوية، والمقصود بذلك هو عدم القدرة على الضبط الذاتي، بالمقارنة مع الأطفال العاديين من نفس العمر. كما أشار كذلك على أن هذه الفئة من الأطفال لديها استعدادا بيولوجيا من وراء هذه السلوكيات المضطربة، إذ يرى أن هذه السلوكيات لها سببين رئيسيين أولها الجانب الوراثي والثاني حدوث لدي الطفل صدمات قبل الولادة أو بعد الولادة .

وفي سنة 1908 اشار ترغولد TERGOLD في (سميرة شرقي، 2007: 51) إلى أن الأطفال الذين يعانون من إصابة بسيطة في الدماغ تتلاشي الأعراض الأولية بسرعة ولكن تظهر عليهم اعراض فرط نشاط الحركي، فارجع هذا الاخير سببها إلى تلك الإصابة البسيطة التي حدثت للطفل في الولادة (في الأربعينات تم تجاهل هذه الفكرة تماما).

أما في سنة 1917-1918 أصيب عدد كبير من الأطفال بعدوى الالتهاب الدماغي والتهاب السحايا encephalites فظهر عند الأطفال المصابين مشكلات سلوكية، مثل التهيج، والاندفاعية، وفرط الحركة، وعدم الاستقرار الوجداني، والسلوكيات العدوانية.

ويذكر قولدشتين Goldchtin ما بين 1936-1939 (فوزية محمدي، 2011: 23) إلى أن الجنود المصابين في الحرب العالمية الأولى وخاصة ممن تعرضوا إلى إصابات في الدماغ، لقد ظهرت عليهم الكثير من الخصائص التي تشبه خصائص الأفراد الذين يعانون من اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد، كما قام ستراوس Straosse ما بين 1930-1940 في (شوقي محمادي، 2013: 82)

ببعض الأبحاث على بعض الأفراد الذين يعانون من إعاقة عقلية، وقد توفرت عند بعضهم خصائص تدل على وجود اضطراب ضعف الانتباه وفرط في النشاط الحركي .

أما فيما يخص تطور تسمية هذا الاضطراب ففي سنة 1960 كان يطلق عليه تسمية بالحد الأدنى من التلف في الدماغ dommages minimes du cerveau وكان يستعمل هذا المصطلح من أجل تشخيص الأطفال الذين لديهم اعراض سلوكية من فرط النشاط الحركي والاندفاعية الزائدة حتى ولو لم يكن لديهم أي علامة تدل على تلف في الدماغ من خلال الاختبارات التي تظهر التلف الموجود في الدماغ. في نفس السياق أشار أحمد وبدر 1999 أن مصطلح اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد من المصطلحات الحديثة، ولم يتم تحديده بدقة إلا في بداية الثمانينات من القرن الماضي عندما كان يشخص قبل ذلك على أنه إما ضعف في القدرة على التعلم، أو أنه خلل بسيط في وظائف المخ أو أنه إصابة بسيطة في المخ أو أنه نشاط حركي مفرط .

كما أنه يوجد تطور تاريخي للاضطراب فرط نشاط الحركي بالنسبة لدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية .

-الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية الثاني في 1968 والذي أشار ولأول مرة إلى مصطلح فرط النشاط الحركي l'hyperactivité تحت مصطلح trouble des reaction hyperkinetiques de l'enfance اضطراب في ردود الفعل الزائد عند الطفل.

-الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية الثالث في 1980 إذ أشاروا إلى تعريف إكلينيكي منظم ومضبوط لاضطراب فرط نشاط الحركي تحت مصطلح جديد وهو اضطراب في عجز الانتباه .

(TDA trouble du deficit d'attention) بدون الإشارة إلى فرط الحركة والاندفاعية.

أما في الدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية الثالث والمعدل 1989 تم إضافة أعراض فرط النشاط الحركي مع الاندفاعية .

-الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية الرابع والمعدل 2005 كان يشار إلى هذا الاضطراب باضطراب في الانتباه مع أو بدون فرط النشاط الحركة /trouble du déficit de l'attention hyperactivité كما صنف هذا الاضطراب ضمن الاضطرابات الطفولة الأولى وتم تقسمه إلى ثلاثة أشكال،

-الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية الخامس في 2013 و سمي هذا الاضطراب كذلك بقصور في الانتباه مع أو بدون اضطراب في فرط النشاط الحركي attention-deficit/Hyperactivity disorder. الملاحظ أنه لا يجد فرق كبير بين الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس و الرابع في التصنيف إذ صنف الدليل التشخيصي الخامس هذا الاضطراب ضمن اضطرابات النمو العصبية Neurodevelopmental Disorder.

2. تعريف اضطراب فرط نشاط الحركي

1.2 التعريف الأول :

لقد عرفه باركلي Barkley سنة 1990 في (مشيرة، 2005 :18) على أنه اضطراب في منع الاستجابة للوظائف التنفيذية، وقد يؤدي إلى قصور في تنظيم الذات، وعجز في القدرة على تنظيم السلوك تجاه الأهداف الحاضرة والمستقبلية مع عدم ملاءمة السلوك اجتماعيا، بينما أشار يرجى Breegin سنة 1991 أن الأطفال ذوي النشاط الزائد وقصور الانتباه هم أطفال الذين لم يحصلوا على اهتمام سلوكي جيد من طرف الوالدين، فحدث لهم هذا الاضطراب السلوكي .

كما أشار عبد الرحمن سليمان 1998 أن فرانك والن (WALEN Frank) في (سميرة شرقي، وضع وصفا للأطفال المصابين بقصور في الانتباه مع فرط في النشاط الحركي بأهم الأطفال الذين عادة ما يتصفون بانتباه قصير المدى ويحولون انتباههم وتوجيهه بصورة مرضية ويظهرون نشاطا حركيا بصورة أكثر في المواقف التي تتطلب ذلك، فقد ينتقلون من مكان إلى آخر بصورة مزعجة ومستمرة، وفي داخل حجرة الدراسة يخرجون كثيرا من مقاعدهم ويتجولون في الفصل، كما يكونون مندفعين ومتهورين ويقاطعون الآخرين الحديث ولا يصبغون جيدا للحديث. (سميرة شرقي 2007:57)

كما أكد جولد ستين Goldstein سنة 1999 في أن الأطفال ذوي النشاط الزائد وقصور الانتباه يعانون من مشاكل متعلقة بالوظائف التنفيذية اثناء التعليم، قد يكون السبب في أعاقه نموهم الأكادني مما تجعلهم يعانون من صعوبة في العمليات اللفظية المتصلة باللغة ، (مشيرة، 2005 :18)

وفي رأي كلا من باركلي و روسلي Russell A. Barkley في (WODON2009:227),

إن الأطفال المصابين بفرط النشاط الحركي يجدون صعوبة في اختيار المعلومات الضرورية وغير الضرورية والمناسبة وغير المناسبة لموقف ما، هذا ما يجعلهم يفعلون عدة أشياء في نفس الوقت.

أما في تعريف آخر فإنه أكد على أن النشاط الزائد هو حركة جسمية مفرطة، بحيث لا يستطيع الطفل التحكم في حركة الجسم ، كما يرتبط النشاط الزائد مع تشتت الانتباه ارتباطاً وثيقاً، فوجود أحدهما معناه وجود الآخر ، ويعتبر النشاط الزائد هو السبب في تشتت الانتباه . (محمد النوري القمش، 2007: 27)

بينما نعرفه على أنه النشاط الزائد هو نشاط عضوي مفرط، وأسلوب حركي قهري يبدو في شكل سلسلة من الحركات الجسمية المتتالية، وتحول سريع للانتباه، وضعف القدرة على التركيز في موضوع معين، مع الدفاعية زائدة مما تؤدي إلى الحماقة الاجتماعية (علا عبد الباقي ابراهيم، 19:1999)

في دراسة لسرجنت و اخرون Sergeant سنة 2008 إذ أشاروا إلى إن الأطفال المصابين بفرط نشاط الحركي هم الأطفال الذين يجدون صعوبة في السيطرة المعرفية "controle cognitif" والكف المعرفي والسلوكي. "l'inhibition cognitive et comportemental"

في حين يعرفه (بطرس حافظ بطرس، 2008: 402) "النشاط الزائد هو افراط الطفل في الحركة، وضعف التركيز، و ممارسة حركات عشوائية كثيرة ، وازعاج من حوله"

بينما أشار الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات العقلية (DSM4 1994) الصادر عن الجمعية الأمريكية للطب النفسي، أن اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد يتضمن الخصائص التالية:

نقص الانتباه والقابلية للتشتت، النشاط الزائد والحركة المفرطة، الاندفاعية وترتبط هذه الخصائص الثلاث ببعضها البعض ارتباطاً أساسياً، فتوافر خاصية واحدة من هذه الخصائص الثلاث لدى الفرد معناه تواجد أو إمكانية تواجد الخصائص الأخرى.

2.2. التعريف الثاني: تعريف اضطراب فرط النشاط الحركي

لتوضيح اضطراب فرط النشاط الحركي وقصور الانتباه لابد من التطرق إلى مفهوم الانتباه في سيره العادي، وذلك بتعريفه، وشرح سيرورته وذلك بالرجوع إلى نظرية برودنت للانتباه الإدراكي ثم أشكاله، وأنواعه ثم تعريف اضطراب الانتباه وذلك كما يلي :

حيث يعرف (أنور محمد الشرفاوي، 2003: 87) الانتباه بأنه عملية وظيفية في الحياة العقلية تقوم بتوجيه شعور الفرد نحو موقف ما إذا كان هذا الموقف جديداً على الفرد أو توجيه شعور الفرد نحو بعض أجزاء المجال الإدراكي إذا كان الموقف مألوفاً للفرد أي سبق أن مر بخبرته، إذن يمكن القول أن الانتباه هو عملية تركيز الشعور على عمليات حسية معينة تنشئ من المثيرات الخارجية الموجودة في المجال السلوكي للفرد أو من المثيرات الصادرة داخل الجسم ويقوم الفرد باختيار وانتقاء بعض من هذه المنبهات وتجاهل بعضها الآخر لضعف قدرته على الانتباه لها مجتمعة، كما أن الأفراد ينتبهون لما يحقق أهدافهم ويتمشى مع اهتماماتهم ولهذا يعرف بالانتباه الانتقائي.

أما (Schwart2000) في (ثابت أحمد جعفر، بدون تاريخ: 544) فيشير إلى محدودية قدرة الفرد في الانتباه لمختلف المثيرات الموجودة في بيئة الفرد حيث يعرفه بأنه عملية انتقاء واحدة من عدة مدخلات متوفرة، كما يعرفه (Yeh Eriksen1958) بأنه التركيز الواعي للشعور على منبه واحد فقط، وتجاهل المنبهات الأخرى التي توجد معه، ولهذا يسمى الانتباه المركز أو الانتقائي أو أنه توزيع الانتباه بين منبهين أو أكثر، وهذا ما يسمى الانتباه الموزع.

كما أشار علماء النفس المعرفيون إلى عدة أشكال للانتباه وفي هذا الصدد يدرج (كامل

محمد علي، 2003: 46)

ثلاث أشكال للانتباه وهي:

- الشكل الأول: يكون فيه الانتباه موزعا بين أكثر من منبه واحد.
- الشكل الثاني: يكون فيه الانتباه موجها، حيث ننتقي منبه معين من بين عدة منبهات تقع في مجال وعينا.
- الشكل الثالث: وفيه ينتقل الانتباه بسرعة بين مجموعة كبيرة من المنبهات حتى ننتقي المنبه الذي يهمننا فهذا الانتباه يتعلق بعملية اليقظة .

3. تعريف فرط نشاط الحركة (بدون مرجع)

فرط نشاط الحركة وتشتت الانتباه من بين المشكلات السلوكية التي ممكن أن تحدث للطفل حيث يمتلك هذا الطفل الكثير من الطاقة و النشاط وله تأثير نفسي سيء على نفسية الطفل و المحيطين به من الجانب التحصيلي و الدراسي وكذلك من الجانب الاجتماعي نظرا للنصائح المتكررة من قبل المجتمع .

4. أسباب ظهور اضطراب فرط نشاط الحركي :

حاول العديد الباحثين اعطاء تفسير لسبب ظهور اضطراب قصور الانتباه وفرط النشاط الحركي، فمنهم من ذلك إلى عوامل عصبية ومنهم من ارجها إلى عوامل وراثية أو بيئية، وقد نظر بعض الباحثين إلى أن سبب هذا الاضطراب إلى ما هو نفسي واجتماعي ، وفيما يلي سنتعرض لأهم هذه الأسباب.

4.1 الأسباب العصبية الحيوية:

أ- خلل وظائف الدماغ:

خلال القرن العشرين، لاحظ باحثون التشابه والتوافق بين الأعراض العصبية لفرط النشاط الحركي مع الانتباه واضطرابات الفص الجبهي وبتحديد الإصابات التي تصيب قشرة الفص الجبهي، وقد ظهر هذا الاعتقاد عندما تم تشخيص عدد من الأطفال الذين يعانون من إصابات في قشرة الفص الجبهي فلاحظ الباحثون أنه يوجد أعراض متشابهة وفرط النشاط الحركي والإصابات التي تصيب قشرة الفص الجبهي. كما استدل الباحثون القدماء وكما تم

الذكر من قبل أن بعد الحرب العالمية الثانية انتشر وباء تلف المخ فظهر عند هذه الفئة من الأطفال صعوبة في الانتباه والكف السلوكي وتنظيم انفعالاتهم واندفاعية زائد مع عدوانية في بعض الأحيان، وصعوبة في تحفيزهم وعدم قدرتهم على تنظيم أفعالهم خلال وقت محدد وزمن معين على هذا الأساس استدل الباحثون فقالوا أن الأطفال المصابون بقصور في الانتباه مع فرط في النشاط الحركي سببه تلف في الدماغ ولكن هذا التلف يمكن تشخيصه بالأجهزة الطبية. (سميرة شرقي، 2007: 68)

4.2 الناقلات العصبية:

إن الناقلات العصبية للمخ عبارة عن قواعد كيميائية تعمل على نقل الاشارات العصبية المختلفة للمخ، ويرى العلماء أن اختلال التوازن الكيميائي لهذه الناقلات العصبية يؤدي إلى اضطراب نشاط الانتباه، فتضعف قدرة الفرد على الانتباه و التركيز، ويزداد اندفاعه ونشاطه الحركي، لذلك فإن العلاج الكيميائي الذي يستخدمه الاطباء مثل تومكيسيتين Atomoxetine الذي يعمل على اعادة التوازن الكيميائي لهذه الناقلات العصبية قد يساعد الطفل على التقليل من الاندفاعية وتشتت الانتباه لديه.

كما اشار الباحثون في المعهد الوطني الخاص بالصحة العقلية National institute of mental health، (سميرة شرقي، 2007: 63)

أن قياس طبيعة النشاط الأيضي Metabolic activity في داخل الدماغ للأطفال المصابين بفرط النشاط الحركي مع تشتت الانتباه، فأتضح أن في أدمغة المصابين من الأطفال مادة الجلوكوز وهي مصدر نشاط الدماغ في هذا العمر بمعدل أقل من أدمغة أقرانهم العاديين. وعندما يكون هذا التمثل بطيئاً ولا سيما في مناطق الدماغ التي توجه الحركة وتتحكم فيها، فإن النتيجة هي ظهور اضطرابات الانتباه وعدم القدرة على السيطرة على الحركات الهادفة.

4.3- الأسباب الوراثية:

لا يوجد دراسة قادرة على تقديم دليل على أنه يوجد خلل صبغي أو عصبي عند الأطفال المصابين بقصور في الانتباه مع فرط في النشاط الحركي، ومع ذلك يبدو أن للوراثة عامل رئيسي في هذا الاضطراب إذ تشير البحوث إلى إنه ما بين 10 % إلى 35 % العائلات التي لديهم أطفال مصابون باضطراب فرط نشاط الحركي مع تشتت الانتباه من المحتمل جدا أن يكون لديهم نفس خطر الإصابة بالاضطراب ويقدر ب 32%. في سنة 1986 بيدرمان BIEDERMAN ومساعدون لاحظوا أن انتشار الأطفال المصابين بفرط النشاط الحركي . الانتباه تزيد عند الأسر التي لها أحد الولدين يعاني من نفس الاضطراب ويقدر هذا الخطر ب 57%.

4.4- الأسباب البيئية:

تعددت العوامل البيئية حسب الدراسات ، فالتدخين وتعاطي الكحوليات والمخدرات من قبل الأم أثناء الحمل إلى جانب تناولها العقاقير من شأنه أن يؤدي إلى حدوث هذا الاضطراب لدى الطفل. كما أن التسمم الذي يأتي نتيجة الأكل واستخدام بعض اللعب يؤدي إلى حالات شبيهة بأعراض اضطراب عجز الانتباه المصحوب بنشاط حركي زائد. وهذا ما أشار إليه كل من فيري فولر 1991 FOWLER ، وعثمان فراج 1999 وبيكهام BECHHAM 2001 في (مشيرة عبد الحميد أحمد اليوسفي ، 2005 : 30)

4.5- الأسباب النفسية :

قد تقود المشكلات في المزاج لدى الأطفال إلى اضطرابات سلوكية أكثر صعوبة وخاصة عندما يتمتع الوالدان من التهيج الإضافي الذي قد يسببه هؤلاء الأطفال، فالنشاط الزائد لدى الطفل هو طريقة للدفاع عن الذات في وجه الرفض، وبالتالي انخفاض تقدير الذات وزيادة مستوى التهيج لدى الطفل والاعتقاد بدور الأنماط المزاجية في إحداث سلوك النشاط الزائد، فإن المزاج بمفرده قد يزيد من وتيرة النشاط الزائد.

بينما يري (سعد رياض 2000 : 44) أن العقد النفسية والصراعات الداخلية تستنفذ قدرا كبيرا من الطاقة العصبية اللازمة لعملية الانتباه، ومن أمثلتها:

- عقدة النقص أو الذنب أو الشعور الاضطهاد.
- القلق المعمم وحدة الانفعال.
- الإسراف في التأمل الذاتي و الاستسلام لأحلام اليقظة .

في نفس السياق يشير عبد الفتاح القرشي 1993 في (مشيرة عبد الحميد أحمد اليوسفي، 2005 : 32)

إلى أنه يجب الاهتمام بذوي النشاط الزائد قبل استفحال الأمر وأن هذه التغيرات قد تكون انعكاسا للأساليب معاملة معينة أو أسلوب دفاعي ضد الشعور بالاكنتاب .

4.6. الأسباب لما وراء المعرفية:

من بين الدراسات من ارجع سبب اضطراب فرط نشاط الحركي إلى أسباب ما وراء معرفية اول هذه الدراسات نجد دراسة نادين كيبرف (Nadine Kipfer:2010 ;731)

إذ قامت هذه الباحثة بعرض مختلف الدراسات النظرية التي تشير إلى أن فرط نشاط الحركي من الاضطرابات الطفولة والذي يتم تشخيصه في السن السابعة والتي قد تتبعه في سن المراهقة وحتى الرشد. تتوافق مع الاضطراب و اضطرابات في التعلم، ولقد ارجع الباحثة سبب هذه الأخير إلى اضطرابات ما وراء معرفي مثل تخطيط التعديل الذاتي المعرفي والسلوكي وغيرها من العمليات لما وراء المعرفية.

كما اشارت الباحثة إلى مختلف البحوث والدراسات التي تهتم بتدريب الطفل على ضبط العمليات لما وراء المعرفية المضطرب عوض علاجه بالعقاقير لان التدخل بالعقاقير قد ينجم عنه أعراض جانبية كما أنها لا تعالج الاضطراب من أصله.

4.7 الأسباب الاجتماعية:

مما سبق ذكره نجد أن الأسباب الوراثية والأسباب البيولوجية المخية وكذا الأسباب النفسية و الأسباب لما وراء المعرفية هي عوامل تساهم في ظهور اضطراب قصور في الانتباه مع فرط في النشاط الحركي كما أنه يوجد دراسات أخرى اهتمت بالجانب المحيطي والمتمثل في البيئة الأسرية التي يعيش فيها الطفل المصاب بالاضطراب.

أما العوامل البيئية المحيطة بالطفل والمتمثلة في الأسرة وأساليب معاملة الوالدية فإن لها دور مهم في إحداث اضطراب عجز الانتباه المصحوب بنشاط زائد، لما لها من تأثير قوي في حياة الطفل وخاصة في مراحل نموه الأولى، وقد أكدت على ذلك الكثير من الدراسات، حيث يرى باركلي 1985 BARCKLY في (سميرة شرقي، 2007: 65) أن النشاط الحركي الزائد ليس أكثر من أن يكون نتيجة ضعف في ضبط سلوك الطفل من قبل والديه، حيث طرق ترويض سلوك الطفل الضعيفة تؤدي إلى اضطراب في سلوكه. و توصل كذلك إلى أن هذا الاضطراب من أسلوب معاملة الوالدين للطفل ، ومدى التفاعل بينهما حيث أن الطفل يظهر أكثر عصياناً للتوجيهات والأوامر التي توجه له.

4.8 - أسباب اضطراب فرط النشاط الحركي

خلصت الدراسات التي أقيمت بغرض البحث في الأسباب الكامنة وراء اضطراب قصور الانتباه وفرط النشاط الحركي إلى تعدد الأسباب التي تؤدي إلى اضطراب النشاط الزائد وقصور الانتباه منهم من يرجعها الوراثة، ومنهم من يرجعها إلى العوامل الاجتماعية، ومنهم من يرجعها إلى الأسباب العصبية الحيوية كما هناك من يرجعها إلى البيئة، وفيما يلي سوف نتطرق إلى كل هاته الأسباب بالتفصيل.

4.9 العوامل الوراثية:

لا يزال الاختلاف قائماً في تحديد الأسباب الوراثية المسببة لاضطراب فرط النشاط الحركي وقصور الانتباه، حيث أشار بعض العلماء إلى القاعدة الوراثية لاضطراب فرط النشاط الحركي وقصور الانتباه أحد الأسباب المؤدية إلى هذه الاضطرابات حيث يلاحظ

ظهورها عند التوأم، كما يلاحظ أن الأب الحامل للمرض عند إنجابه الأطفال تكون الإصابة في أطفاله جميعا وليس لنصفهم كما يبدو ذلك في معظم الأمراض الوراثية حسبما ورد في وقد خلص جونسون في (جمال الخطيب، 2003: 195) من تحليل دراسات الأقارب إلى القول: "يمكن بشكل عام أن تؤكد الدراسات التي أجريت على الأقارب أن فرط النشاط الحركي اضطراب أسري ينتقل من جيل إلى جيل، أما طريقة انتقال النشاط الزائد وراثيا فهي لا تزال غير معروفة".

ويضيف (عسكر، 2005: 58) أنه لوحظ أن الآباء الذين يعانون من مشكلات الإدمان مع الكحول، وكذا ذوي السلوك المضاد للمجتمع ترتفع معدلات الإصابة بالاضطراب لدى أبنائهم أكثر من غيرهم.

4.10 العوامل العصبية الحيوية

يشير (محمد علي كامل، 2003: 50) إلى الجدل القائم في تحديد الأصل العصبي في الإصابة باضطراب فرط النشاط الحركي المصحوب بقصور الانتباه حيث أنه بعد الكشف عن الأمراض العصبية للأطفال المصابين بالاضطراب لم نجد أي دليل على وجود تلف كبير في المخ، ولدى الكشف عن الأطفال المصابين بالأمراض العصبية أو تلف في المخ لا نجدهم يعانون من اضطراب فرط النشاط الحركي وقصور الانتباه، كما لم تتوصل الأبحاث التي أجريت لإيجاد أي قاعدة عصبية كيميائية حيوية. وبعض الأطفال المصابين بهذا المرض يمكن أن نجد لديهم تلف بسيط بالمخ ناتج عن سموم أو مواد ناتجة عن عمليات بنائية، والتي تنتقل إلى المخ في مرحلة التكوين كجنين، وهذا يفسر انخفاض التعلم لدى هؤلاء الأطفال.

أما (فتحي الزيات، 2006) فقد أشار إلى الدراسات التي أقامت مقارنة بين الأطفال المصابين باضطراب قصور الانتباه المصحوب بفرط النشاط الحركي، والأطفال العاديين على وجود دلائل على اضطرابات عصبية تظهر في تسجيلات جهاز رسم المخ لدى أطفال

المجموعة الأولى تفسر بأنها اختلالات في وظائف الدماغ كسبب أساسي لاضطراب فرط النشاط الحركي وقصور الانتباه.

4.11 العوامل النفسية:

يمكن أن نجل بعض العوامل النفسية التي تسبب اضطراب فرط النشاط الحركي المصحوب بقصور الانتباه فيمايلي:

-المزاج: بحيث ترى (يحيى خولة أحمد، 2000: 182-181) أن المشكلات المزاجية لدى الأطفال قد تسبب اضطرابات سلوكية فالنشاط الزائد لدى الطفل هو طريقة للدفاع عن الذات بعد أن تتعرض للرفض مما يؤدي إلى انخفاض تقدير الذات، وزيادة مستوى التهيج لدى الطفل.

-التعزيز : وهنا تشير (زينب شقير، 2000: 82) إلى أن الاستجابة والانتباه لنشاط الطفل المفرط والانتباه إليه يعمل على زيادته. حيث يعتبر التعزيز الإيجابي سببا يؤدي إلى تطور النشاط الحركي الزائد واستمراره ويفسر الباحثون ذلك بكون الراشدين في مرحلة ما قبل المدرسة يولون اهتماما كبيرا لنشاط الطفل ويقومون بتعزيزه وعندما ينتقل الطفل إلى المدرسة يختلف الوضع حيث يواجه القيود، والتعليمات، وهذا ما لم يعتد عليه الطفل في بيئته المعتادة أي الأسرة، ومن هنا يصبح الطفل أكثر نشاطا ليحظى بالتعزيز الاجتماعي الذي كان يحصل عليه في مرحلة ما قبل المدرسة لكن هذا لن يحدث في المدرسة مما يؤدي بدوره إلى زيادة مستوى النشاط الزائد لديه لرغبته في الحصول على التعزيز.

كما يدرج (نايف عايد الزارع، 2007: 20) عاملين آخرين وهما الضغوط النفسية الكثيرة، والاحباطات الشديدة التي يتعرض لها الطفل. وكذا أنماط التنشئة الأسرية حيث تشير بعض الدراسات إلى أن أسباب هذا الاضطراب تعود إلى أساليب المعاملة الوالدية الخاطئة التي تتسم بالرفض، والإهمال، والحرمان العاطفي مما يؤدي إلى حدوث حالات اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد.

كما تضيف (خولة أحمد يحيى، 2000) أنه من بين العوامل النفسية المسببة لهذا الاضطراب القلق، وكذا إيداع الطفل في المؤسسات الإصلاحية لمدة طويلة، والرفض المستمر للطفل، وإشعاره بالدونية، وعدم قبول أعماله، وسلوكياته، وتحطيم معنوياته هذا ما يقوده إلى الانسحاب ومحاولة الانتقام من الآخرين.

4.12 العوامل البيئية:

تتعدد العوامل البيئية التي ينتج عنها الاضطراب وهي كالاتي:

-التسمم بالرصاص نتيجة للأكل، واستخدام بعض اللعب، وحمض الاستيل سالسليك الذي يوجد في تركيب بعض المواد التي تضاف إلى بعض الأطعمة لإعطائها نكهة أو لون صناعي، حيث أشارت دراسة وينيك وزملاؤه: 1989 في

(السيد علي سيد أحمد وفائقة محمد بدر، 1999: 29-30 - 42-43)

-التعرض للتلوث البيئي في فترة الحمل أو في مراحل الطفولة الأولى التي تمثل مرحلة تكون المخ ونمو الجهاز العصبي.

*اضطرابات الإفراط أو النقصان في إفرازات الغدة الدرقية.

*الحساسية الزائدة لبعض الأغذية أو الروائح مثل الأطعمة التي تشتمل على الألوان الصناعية، كما بينت العديد من الدراسات العلاقة بين تناول الطفل لمواد سكرية، ونشاطه الحركي المفرط لأنها تؤدي إلى زيادة نسبة الطاقة لديه.

*بعض الأدوية والعقاقير التي تتناولها الأم أثناء فترة الحمل دون استشارة طبية.

*تعرض الأم الحامل للأشعة مثل أشعة اكس أو الخضوع لعلاج كيميائي أو إشعاعي في حالة الإصابة بالسرطان.

*التدخين، والكحول، والمخدرات أثناء فترة الحمل.

4.13 العوامل الاجتماعية:

تشير الدراسات التي قام بها (باركلي 1992) والتي وردت في (مشيرة عبد الحميد، 2005: 30-31) إلى أن اضطراب فرط النشاط الحركي المصحوب بقصور الانتباه ينشئ من أسلوب معاملة الوالدين للطفل ومدى التفاعل بينهما. حيث لاحظ أن الطفل يظهر التمرد لتوجيهات الوالدين، والأوامر في البيت، والمعلمين في المدرسة، في حين تضيف دراسات أخرى إلى أن الفشل، والإحباط، وعدم التشجيع، وانخفاض احترام الذات، والاكتئاب قد تكون السبب في سلوك الأطفال ذوي النشاط الزائد وقصور الانتباه. في حين أرجع (بريو وآخرون، 1998) ظهور اضطراب فرط النشاط الحركي وقصور الانتباه إلى المستوى الاقتصادي، والاجتماعي للأسرة. وهناك دراسات ذهبت إلى أبعد من ذلك حيث أثبتت دراسة (بندا وآخرون، 2001) إلى أن أعراض النشاط الزائد وقصور الانتباه تكون واضحة بدرجة كبيرة في الطبقات ذات المستوى الاقتصادي الاجتماعي المنخفض، والأسر المهملة في تربية أطفاله.

4.15 العوامل الجسمية:

يشير (السيد علي سيد أحمد وفائقة محمد بدر، 1999: 28) أن يكون الإرهاق الشديد، والتعب، وقلة النوم سببا في تشتت الانتباه بالإضافة إلى ضعف التغذية أو اضطراب في إفرازات الغدد الصماء لأن هذه العوامل قد تنقص من حيوية الفرد، وتضعف قدرته على مقاومة تشتت الانتباه.

4.16 العوامل الوراثية

بالرغم من الأدلة العلمية غير القاطعة حول أثر العوامل الوراثية في تطور هذا الاضطراب ، إلا أن هناك بعض نتائج الدراسات تشير إلى وجود اثر للعوامل الجينية و التكوينية.

تلعب العوامل الوراثية دورا هاما في الإصابة بالنشاط الزائد ، و ذلك إما بالطريقة المباشرة من خلال نقل المورثات التي تحمل الخصائص و تؤدي إلى تلف أو ضعف بعض

المراكز العصبية المسؤولة عن الانتباه بالمخ، أو بطريقة غير مباشرة من خلال نقل هذه المورثات لعيوب تكوينية تؤدي إلى تلف أنسجة المخ و التي بدورها تؤدي إلى ضعف نموه بما في ذلك المراكز العصبية الخاصة بالانتباه .

4.17 العوامل البيولوجية:

هناك عددا من الأسباب العضوية المحتملة التي قد تقف وراء حدوث مثل هذا الاضطراب ومن هذه الأسباب الإصابات البسيطة التي تلحق بالدماغ أو التشوهات الخلقية أثناء الولادة والرضوض و الإصابات التي يتعرض لها الجنين.

لقد ظهرت نتائج الدراسات أن نسبة قليلة من الأطفال الذين يعانون من اضطراب النشاط الزائد و تشتت الانتباه يعانون من تلف بسيط أو إصابة في القشرة الدماغية.

ومن الأسباب العضوية الأخرى الأورام و نقص الأوكسجين الواصل للخلايا الدماغية و التعرض للأشعة و اضطراب المواد الكيميائية التي تحمل الرسائل إلى الدماغ، هذا بالإضافة إلى الخلل في بعض الحواس أو وظائفها.

4.18 العوامل البيئية:

أ- عوامل قبل و أثناء الولادة:

فنتعرض الأم أثناء الحمل للإشعاع ، أو تناول المخدرات أو الكحوليات أو بعض العقاقير الطبية أو تعرضها لبعض الأمراض المعدية كالحصبة الألمانية أو الزهري أو الجدري أو السعال الديكي أو غيرها يؤدي إلى تلف الدماغ بما في ذلك مراكز الانتباه ، و هذا التلف يؤدي إلى بعض التشوهات و العيوب الخلفية.

ب- الحوادث:

إصابة مخ الجنين أثناء الولادة أو إصابة الطفل بعد الميلاد و في سنوات طفولته المبكرة بإرتجاج في المخ نتيجة حادث.

ج- الأمراض المعدية :

فتعرض الطفل لأي عدوى ميكروبية أو فيروسية كالحمى الشوكية أو الالتهاب السحائي ، أو الحمى القرمزية أو الحصبة الألمانية يؤدي إلى إصابة المراكز العصبية بالمخ المسؤولة عن الإضطراب.

د- التسمم بالتوكسينات:

مثل : التسمم بمادة الرصاص ، التي تدخل في طلاء لعب الأطفال الخشبية ، و طلاء أقلام الرصاص و غيرها ، و عندما تزداد نسبة الرصاص في الدم تتلف بعض الخلايا العصبية المسؤولة عن النشاط الزائد.

و- الغذاء:

قد توصل Feingold et al 1976 إلى أن النشاط الزائد له ارتباط بالسلع الغذائية و ما يضاف إلى كثير من الأطعمة من نكهات صناعية و ألوان و مواد حافظة. و في بعض الدراسات المبكرة حيث تم استبعاد مثل هذه العناصر من غذاء الأطفال بشكل منظم. و أظهرت نتائج بعض الدراسات أن تناول أنواع محددة من الأغذية مثل تلك التي تحتوي على السكريات و المواد الحافظة و النكهات الصناعية و حامض السالسيك تساهم إلى درجة كبيرة في حدوث مثل هذا الاضطراب لدى الأطفال و لا سيما إذا كان هناك إفراط مستمر في تناولها دون رقابة من الأسرة.

4.19. العوامل الاجتماعية و النفسية:

تلعب العوامل الاجتماعية و النفسية دورا كبيرا و بارزا في حدوث مثل هذا الاضطراب و تطوره لدى الأطفال ، و لقد أوضحت دراسة lianne و louise 2003 عن أثر التنشئة الاجتماعية في ظهور النشاط الزائد لدى الأطفال ما قبل المدرسة و ذلك عن طريق مقارنة عينة قوامها 33 طفلا من أطفال الحضانة و الذين يعانون من النشاط الزائد ، و تم تقييم الأمهات و الأطفال في المنزل عن طريق مجموعة من اللقاءات ، و مجموعة أسئلة للأب و قياسات و ملاحظات عن التربية و العوامل الأسرية.

و توصلت الدراسة إلى أن الترابط بين الطفل و أبوية يحد من النشاط الزائد ، و التفاعل القليل بين الطفل و أمه من الإسهامات التي تزيد النشاط الزائد مما يتضح أن الطريقة التي يتعامل بها الوالدان و كفيتهما هي التي ربما تكون السبب الرئيسي في النشاط الزائد.

أ- عدم الاستقرار داخل الأسرة:

فالأسرة غير المستقرة من الناحية الاقتصادية و الاجتماعية و النفسية يكون أطفالها أكثر عرضة للنشاط الزائد ، و من دلائل عدم الاستقرار مرض أحد الوالدين ، أو إدمان الوالد للمخدرات أو طلاق الوالدين ، أو سفر أحدهما أو وفاته ، أو سوء الانسجام الأسري ، أو النزاعات و الشجار بين أفراد الأسرة، و التصدع الأسري ، أو الظروف الاقتصادية السيئة.

ب- سوء المعاملة الوالدية:

لقد أوضحت دراسة جورج ديبول 2001 أن الأطفال الصغار الذين يعانون من اضطراب النشاط الزائد وقصور الانتباه أظهروا مشاكل سلوكية أكثر و كانوا إجتماعيا أقل مهارة من أطفال المجموعة الضابطة (العاديين) و ابائهم يعانون من ضغط أكثر ، و أظهر الأطفال سلوكا غير لائق و غير مستحبا كما ذكر كل من أحمد و بدر 2004 أن بعض الدراسات أشارت إلى أن أسباب هذا الاضطراب تعود على أساليب المعاملة الوالدية الخاطئة التي تنسم بالرفض و الإهمال و الحرمان العاطفي مما يؤدي الحدوث حالات اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه.

وتشير الكثير من الدراسات أنه بالإمكان تعلم الطفل سلوكيات سوية و غير سوية من خلال التعلم من خلال الملاحظة (النمذجة و المحاكاة) . فالطفل يحتاج بشكل طبيعي إلى الحب و الرعاية و الحنان كحاجته إلى الغذاء و الماء و الهواء ، لذلك فإن أساليب المعاملة الوالدية الجيدة أمر ضروري لتنشئة الأطفال تنشئة سليمة خالية من المشاكل.

5- النظريات المفسرة لاضطراب فرط النشاط الحركي

أورد (روبتع، 2007) في (عبير سليم اللصامة، 2010) نظريتان فسرتا اضطراب فرط النشاط الحركي المصحوب بقصور الانتباه، وهما النظرية البيولوجية، والنظرية النفسية:

5.1 النظرية البيولوجية:

ركزت على أربع مجالات وهي الآتية:

* المجالات المتعلقة بالناقلات العصبية: تتضمن هذه الناقلات العصبية الدوبامين، والنورابنفرن والتي لها علاقة مؤثرة على مجموعة السلوكيات المتصلة بمدة الانتباه وفرط النشاط.

* المجالات العصبية النفسية: يرى أصحاب هذا الفرض أن سبب الاضطراب راجع إلى إصابات في الفص الجبهي خاصة في المنطقة الأمامية من قشرة الدماغ التي تتسبب في إعاقات في الوظائف التنفيذية، وإطالة مدة اليقظة، والتحكم بالاستجابة، وقد استخلص الباحثون ذلك من التشابه في الأعراض لدى الأشخاص المصابين بنفس الإصابة مما أدى إلى ترجيح هذه الفرضية في الإصابة باضطراب فرط النشاط الحركي المصحوب بقصور الانتباه.

* المجالات التي استخدمت التصوير العصبي البنائي الوظيفي: فقد أثبت أن الأشخاص الذين يعانون من مشكلة فرط النشاط الحركي المصحوب بقصور الانتباه يتناقص لديهم تأبيض الكوكوز في الفصوص الجبهية، والجدارية من القشرة الدماغية .

* المجالات المتعلقة بالوراثة: وهذا ما أثبتته الدراسات التي أجريت على التوائم، والأقرباء أن نسبة الاضطراب تزداد كلما ازدادت القرابة بين الأفراد، وأنها لدى التوائم المتطابقة ترتفع أكثر من التوائم غير المتطابقة.

5.2 النظرية النفسية:

يرى بتلهام في (عبير سليم اللصاصمة، 2010: 10) أن هناك علاقة موجبة بين الاستعداد للإصابة باضطراب النشاط الزائد والتنشئة الاجتماعية السيئة من قبل الوالدين فهذا الاستعداد للاضطراب يجعل الطفل يحس بالتوتر وعندما يلتقي رد فعل الأم الراض يجعل الطفل يكتسب هذا النمط من السلوك غير المرغوب الذي يتميز بعدم الطاعة، بحيث يعجز عن التوافق مع ما تطلبه الأم من متطلبات الطاعة فتصبح أكثر سلبية، ورفضاً لطفلها ومع اكتساب الطفل لذلك النمط المزعج الذي يتسم بعدم الطاعة فإنه لا يستطيع التعامل متطلبات المدرسة، ما يجعل الطفل يعاني من مشكلات التوافق مع قواعد المدرسة الصارمة .

وأكدت نتائج الدراسات السابقة التي أجريت في هذا المجال في أن مشكلة النشاط الزائد لا ترتبط بضعف القدرة العقلية أو بنقص الذكاء وأن انتشارها بين الأطفال المعوقين عقلياً أكثر من غيرهم يرجع إلى ما يتعرض له هؤلاء الأطفال من مواقف محبطة متكررة من حياتهم.

(نظمي عودة أبو مصطفى ومحمد حامد النجار، 2002: 66)

5.3 - أنماط اضطراب فرط الحركة

- (1) أعراض النمط (1) لاضطراب قصور الانتباه / النشاط الزائد المصحوب بتشتت الانتباه:
 - و تظهر أعراضه التالية و بصفة مستمرة:
 1. الفشل الشديد في الانتباه للتفاصيل.
 2. صعوبة الاستماع عندما يتحدث إليه أحد.
 3. صعوبة المتابعة من خلال التعليمات.
 4. ضعف تنظيم المهام والأنشطة.
 5. تجنب الجهود المدعمة و تجنب المهام التي تتطلب مجهود عضلي و عقلي.
 6. سهولة السرحان في الأنشطة.
 7. النسيان (فقد الأشياء الضرورية للمهام والأنشطة اليومية مثل: اللعب.

8. سهولة الانجذاب إلى مثيرات خارجية بعيدا عن المهام التي يقوم بها أي يسهل تشتت الفكر من خلال مثير خارجي.
9. فترة الانتباه قصيرة .

(مصطفى نوري القمش. نفس المرجع السابق، ص: 314-317)

ملاحظة : حسب معيار DSM IV يجب أن يظهر على الأقل 6 أعراض من الأعراض و التسعة و يتكرر على الأقل 6 أشهر قبل بدء العلاج.

(د. نايف بن عايد الزراع. نفس المرجع السابق، ص: 20-21)

(2) أعراض النمط (2) / فرط الحركة المصحوب بالاندفاعية/ فرط الحركة:

و يتميز ب :

- 1_ الفلق ، التملل (اهتزاز الأرجل أو يرتبك في الجلوس ، يخجل أو توتر عصبي)
 - 2_ حركة مفرطة و عدم الراحة و يترك مكانه عندما يجلس فترة من الزمن.
 - 3_ ثرثرة في الحديث (الحديث بتلقائية) و يصدرن أصواتا محدثين ضوضاء.
 - 4_ التصرف بدون تفكير و مقاطعة الآخرين و يجري و يتسلق في أوقات غير مناسبة.
 - 5_ كثرة حركات الرأس و العينين (يتحرك و كأنه سائق سيارة و بنشاط مندفع).
 - 6_ يتسرع في المواقف التي تتسم بعدم الوضوح.
 - 7_ غالبا ما يجد صعوبة في بداية المهام أو اللعب أو أنشطة وقت الفراغ.
 - 8_ التسرع في إجابة الأسئلة قبل إتمامها (يؤدون السلوك بدون تفكير فيه).
- وطبقا لمعايير DSM IV يجب أن يخضع الأطفال الذين يعانون من اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه ل 6 أعراض من أصل 9 أعراض و يتكرر لمدة 6 أشهر على الأقل و يكونوا أكثر توترا من الأطفال العاديين.

(3) أعراض النمط المشترك بين النمط (1) و (2):

هو نمط يجمع بين تشتت الانتباه و فرط الحركة و الاندفاعية يجب أن يظهر على الأقل 6 أعراض من النمط (1) و 6 أعراض من النمط (2) و تظهر هذه الأعراض قبل سن 7 سنوات، و يتكرر على الأقل لمدة 6 أشهر قبل بدء العلاج.

(مشيرة عبد الحميد أحمد اليوسفي نفس المرجع السابق، ص: 20-21)

بعض المؤلفين ذكروا بأنه يوجد نوعين من اضطراب فرط الحركة / تشتت الانتباه حسب الأسباب هل هي بيولوجية أو نفسية.

6. نسبة انتشار اضطراب فرط نشاط الحركي لدى الأطفال:

يعد اضطراب النشاط الزائد المصحوب بتشتت الانتباه من بين الاضطرابات الشائعة بين الأطفال" إذ يتراوح معدل انتشاره ما بين 4% إلى 20 % من أطفال المدارس الابتدائية في سن 6 إلى 12 سنة، كما أوضح الدليل التشخيصي الإحصائي الرابع أن الاضطراب أكثر شيوعاً عند الذكور منه عند الإناث. كما أشار ويندر WINDER 2005 في (نايف بن عابد الزارع، 2007: 18) أن معدل انتشار اضطراب النشاط الزائد المصحوب بتشتت الانتباه في الأسر ذات المستوى الاقتصادي والاجتماعي المنخفض يصل إلى 20 % وأن نسبة هذه الحالة بين الذكور و الإناث 6 للذكور مقابل 1 للإناث.

كما تشير (فوزية محمدي، 2011: 37) أن نسبة انتشار اضطراب فرط نشاط

الحركي يختلف من دولة إلى أخرى، و الجدول الآتي يوضح ذلك:

الجدول رقم (01) يوضح النسب المئوية لانتشار اضطراب النشاط الزائد المصحوب بتشتت الانتباه لدى بعض الدول

الدول	النسبة المئوية للانتشار
الولايات المتحدة الأمريكية	من 2 % إلى 18 %
نيوزيلاندا	13%
ألمانيا	8%
إيطاليا	12%
إسبانيا	16%
بريطانيا	0.5% إلى 26%
فرنسا	3% إلى 5%
الصين	11%

هذا الاختلاف الجغرافي الموجود ليس حقيقيا ولكنه راجع إلى كفية التشخيص وإدراك الاضطراب. لأن الدراسات التي تعتمد على CIM10 في التشخيص تكون أقل من التي تعتمد على DSM4 الدراسات الوبائية الوصفية فرقت ما بين نسبة الذكور والإناث 2/1 إلى 4/1 في العينة العامة و 19 في العينة الإكلينيكية. كما أشار POLANCZYK، 2007 أنه تم تقدير الانتشار في العالم إلى نسبة 5.29 %.

أما في الوطن العربي فأشار (فيصل وغالب، 2002: 52) أنه لا توجد إحصائيات دقيقة إلا في بعض الدراسات التي تشير إلى أن ما بين 15 % إلى 20% من مجتمع الأطفال وأن نسبة الذكور مرتفعة عن نسبة الإصابة لدى الإناث كما أن اضطراب النشاط الزائد

المصحوب بقصور في الانتباه ينتشر بكثرة في المناطق المحرومة، والمدن الفقيرة وفي الأوساط الاقتصادية والاجتماعية الفقيرة. وما يؤكد ذلك ما أشارت إليه (هناء ابراهيم صندوقلي، 39: 2008) أنه لا يوجد دراسات عربية تدلنا على نسبة انتشار اضطراب فرط نشاط الحركي، ولكن هناك بعض الأبحاث التي قام بما أخصائيون عرب حول هذا الاضطراب تشير إلى أن نسبة الأطفال المصابين بالحركة الزائدة ونقص الانتباه تصل إلى 2%، 6 في المراحل العمرية ما بين 7 سنوات و 9 سنوات ويتواجد بين الذكور أكثر من الإناث. وفي دراسة أخرى أجريت في الدمام على عدة مدارس ابتدائية كانت نتائجها 5%، 16 لنقص الانتباه منفردا و 12,6% لوجود أعراض الحركة الزائدة والاندفاعية و 16,7% الانتشار الاضطراب المركب .

في حين يذكر كلا من (السيد علي، أحمد وفانقة، 1999: 35-36) أن اضطراب فرط النشاط الحركي مع تشتت الانتباه من بين الاضطرابات أكثر شيوعا بين الأطفال حيث ورد تقرير عن وكالة الصحة العقلية الأمريكية جاء فيه أن نصف الأطفال المحالين على العلاج كانوا يعانون من هذا الاضطراب، كما بينت نتائج الدراسات العلمية البيئية الحديثة في الطب النفسي أن هذا الاضطراب يصيب نسبة تصل إلى 10% تقريبا من أطفال العالم، كما أن معدل انتشاره بين الأطفال في السن المدرسي يتراوح بين 4%- 6% والجدير بالذكر أن معدل انتشاره بين الأطفال الذين ينتمون لأسر ذات مستوى اقتصادي اجتماعي منخفض يصل إلى 20% تقريبا، أما معدل انتشاره بين الذكور والإناث فهو 2 للذكور مقابل 1 للإناث ومن الباحثين من يري أن انتشاره بين الذكور يصل عن إلى ستة أضعاف انتشاره بين الإناث.

وقد ذكر (حجاج غانم، 2001) (حنان زكرياء، 2008) من خلال الدراسة التي قام بها أن نسبة انتشار النشاط الزائد في بعض الدول كالأتي :

جدول رقم(02): يبين نسب انتشار اضطراب و النشاط الزائد في بعض الدول

الرقم	المؤلف	السنة	سبة k الانتشار	البلد	نسبة الذكور و الإناث
1	عبد العزيز الشخص	1985	5.71%	مصر	1-2
2	صلاح الدين الشريف	1991	7.7%	مصر	1-9
3	Angier (from : nevidn et al.,1997)	1992	5.3%	أمريكا	3-9
4	Hoghuni, M.	1992	5.2%	انجلترا	2-5
5	زكريا الشرييني	1994	20.5%	مصر	1-3
6	A.P.A.(from : Davision & Neale, 1998)	1994	5.3%	أمريكا	أكثر لدى الذكور
7	Halgin & Whit bourne	1997	5.3%	أمريكا	1-2
8	American Academy Pediatric	1999	5.3%	أمريكا	أكثر لدى الذكور
9	عبد المنعم الدردير	1999	13.14%	السعودية	أكثر لدى الذكور
10	Mental Health Foundation	2000	1-0.05%	انجلترا	1-5
11	Mental Helth Foundation	2000	أكثر من 10%	أمريكا	1-5
12	Mental Helth Foundation	2000	5-1%	العالم	1-5

على الرغم من وجود العديد من الدراسات التي اهتمت بتحديد نسبة انتشار الأطفال المصابين بقصور في الانتباه مع فرد في النشاط الحركي إلا أنه يبقى من الصعب تحديد النسبة .

7- الخصائص الايجابية لدى ذوي اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه:

عفوي - مبدع- يستفسر- متسامح- مثابر- مغامر- كريم مبتكر - مخلص- وفي- نشيط حدسي- يمكن الوثوق به - لديه شعور إنساني جيد .بحيث يجب علينا تعزيز هذه الصفات الايجابية و ذلك تحويل الطفل إلى طالب منتج و سعيد و مثابر و في نفس الوقت توفر البنية اللازمة لضمان نجاح هؤلاء الأفراد.

(د. نايف بن عابد الزراع. نفس المرجع السابق، ص: 20-21)

8- الآثار السلبية لاضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه:

يؤثر النشاط الزائد على عدة نواحي النمو لدى الأطفال مما يحول دون نموهم بصورة سليمة بحيث يؤثر على النمو الجسمي ، الحركي ، الاجتماعي و الانفعالي بالإضافة إلى تأثيره السلبي على المهارات المعرفية و التعليمية لدى تلاميذ المدارس الابتدائية.

1. الآثار السلبية على النمو الجسمي:

-تؤدي الحركة المفرطة إلى إعياء الطفل و تدهور في المستوى العام لصحته بحيث يصبح عرضة للإصابة بالأمراض مثل : اضطراب الدورة الدموية و نبضات القلب و هذا بسبب تحركاتهم المستمرة وعدم السكون.

- انخفاض كفاءة حاستي السمع و البصر .

-تعرض للحوادث المؤلمة مثل: انكسار أيديهم و أرجلهم.

- قد يؤدي اندفاعهم و تسرعهم إلى تناولهم لبعض المواد السامة أو الأدوية غير المخصصة للأدوية فيتعرضون للتسمم.

- انخفاض مستوى اللياقة البدنية و اضطرابات في المهارات الحركية و نقص الكفاءة في الألعاب الرياضية التي تحتاج إلى تناسق حركي و أسلوب نظامي في أدائها ، حيث تشير

نتائج الدراسات إلى أن الأطفال ذوي فرط الحركة و تشتت الانتباه برغم حركاتهم المفرطة إلا أنهم لا يقبلون على الألعاب التي تحتاج إلى قدر من النظام و التركيز.

2. الآثار السلبية على النمو الاجتماعي:

- فشل الأطفال في إقامة علاقات طيبة مع الآخرين.
- يعانون من سوء التوافق و نقص المهارات الاجتماعية.
- عدم انتظار دور هم بسبب إنذاعتهم و تسرعهم فتسوء العلاقات فيما بينهم.

3. الآثار السلبية على النمو الانفعالي:

الاكتئاب - الإحباط - انخفاض تقدير الذات و مفهوم الذات - و هذا نظرا لنبذ الآخرين و نفورهم بسبب ممارستهم السلوكية. و نظرا إلى عدم قدرته على السيطرة على تصرفاته غير الطبيعية المعاناة و الضغوط النفسية التي يواجهها ، و علاقاته السيئة ما تؤدي إلى تغير مزاجه و إضطرابه بالاكتئاب و القلق و غيرها من الاضطرابات النفسية .

(د. علا عبد الباقي إبراهيم نفس المرجع السابق، ص: 35-42)

4. الآثار السلبية على المهارات التعليمية:

- صعوبات في تحصيل المهارات المعرفية.
- انخفاض في مستوى التحصيل الدراسي.
- نقص الدافعية و الابتعاد عن المهام التي تحتاج إلى تفكير.
- نقص في المعلومات الأساسية اللازمة لتوظيف الخبرة و ضعف في مهارة انتقال اثر التعلم.

9. قياس وتشخيص حالات اضطراب فرط النشاط الحركي

إن تشخيص اضطراب قصور الانتباه المصحوب بفرط النشاط الحركي يتطلب معلومات مفصلة عن سلوك الطفل، ومعرفة القدرات العقلية، والتعليمية لديه حيث أنه لا يوجد هناك اختبار مادي يبين اضطراب قصور الانتباه المصحوب بفرط النشاط الحركي، وتعدد الأساليب التشخيصية لهذا الاضطراب إلا أنه يمكن القول أن التشخيص الأمثل هو الذي

يعتمد على عدة أساليب تشخيصية كالفحص الطبي، والاختبارات النفسية أو المعرفية حيث يعتبر التشخيص خطوة هامة، ورئيسية قبل اتخاذ القرارات الحاسمة في حياة الطفل، والمتعلقة بتحديد طبيعة العلاج الذي يحتاج إليه .

أما (1999 knivsberg) في (حسن ياسين الزغلون، 2001) فيرى أنه بما أن ضعف الانتباه مشكلة عصبية أي لها علاقة بالدماغ فإن الأمر يتطلب تشخيصا طبيا أما المختص النفسي أو المعلم أو الوالدين فهم غير مؤهلين لفعل ذلك، أما الشخص المؤهل لذلك فإما أن يكون طبيب الأطفال أو طبيب الأعصاب أو الأخصائي النفسي العيادي. لهذا الغرض يقترح (1994 hallowell –ratey) في (حسن ياسين الزغلون، 2001) أن أول خطوة في عملية التشخيص يجب أن تبدأ مع طبيب مؤهل لتحديد مشكلات ضعف الانتباه لدى الطفل ومن خلال تاريخ الحالة يحدد ما يلي :

- أن هذه الأعراض مستمرة منذ الطفولة.
 - أن هذه الأعراض أكثر حدة لديه مقارنة مع الأطفال في نفس العمر العقلي .
 - ألا يوجد ، يوجد تشخيص آخر يمكن أن يفسر مثل هذه الأعراض..
- ويضيف باركلي في (حسن ياسين الزغلون، 2001) أن المعلومات المتعلقة بتاريخ الحالة يجب أن يتم جمعها من عدة مصادر مثل الوالدين، والطفل، والمعلمين.
- أما الخطوة الموالية لعملية التشخيص فهي إجراء فحص طبي شامل بغرض استثناء المشكلات التي قد تكون سببا في ضعف الانتباه.

أما تورنيل وآخرون (2004 Turnbull et all) في (مفيدة بن حفيظ، 2014: 101) فقد اقترح نموذج يتكون من أربع مراحل أساسية لتشخيص اضطراب تشتت الانتباه المصحوب بفرط النشاط كما يلي :

- 1-الملاحظة الأولية من قبل الوالدين أو المدرسين.
- 2-المسح الأولي: وفيها يتم جمع معلومات أولية وإجراء اختبارات الذكاء، والتحصيل، وكذا إجراء فحص طبي شامل لاستبعاد أي مشاكل في القدرات الحسية الأخرى.

3-مرحلة ما قبل التحويل للتشخيص الشامل : وفيها يتم تطبيق توصيات المرحلة السابقة.
4-التحويل للتشخيص الشامل: وفيها يتم إجراء مجموعة اختبارات منها اختبارات الذكاء، والتحصيل الفردية، وتطبيق قوائم تقدير السلوك، وملاحظة صفته بالإضافة إلى إجراء تقييم مبني على المنهج، ومن الضروري التنوع في تطبيق المقاييس بالإضافة إلى التاريخ السابق للطفل.

وفي أغلب الأحيان يستخدم الأطباء، والأخصائيون النفسيون المحكات التشخيصية الواردة في الدليل الإحصائي، والتشخيصي للاضطرابات العقلية في نسخته الرابعة التشخيص حالات اضطراب.

6_ غالبا ما يتجنب أو يرفض الانخراط في مهام تتطلب منه جهدا عقليا متواصلا (كالعمل المدرسي أو الواجبات في المنزل).

7_ غالبا ما يفقد أغراضه الضرورية لممارسة مهامه، وأنشطته (كالألعاب و الأقلام، والكتب، والأدوات).

8_ غالبا ما يتشتت انتباهه بسهولة بمجرد وجود منبه خارجي .

9_ كثيرة النسيان.

(3) ستة أو أكثر من أعراض فرط النشاط - الاندفاعية التالية استمرت لمدة ستة أشهر على الأقل إلى درجة سوء التكيف، وعدم التوافق مع المستوى التطوري.

2. فرط النشاط:

1_ غالبا ما يبدي حركات كثيرة في اليدين أو القدمين أو يتلوى في كرسيه.

2_ غالبا ما يغادر مقعده في الصف أين يفترض به أن يبقى ساكنا.

3_ غالبا ما ينتقل من مكان إلى آخر أو يقوم بالتسلق في مواقف غير مناسبة .

4_ غالبا ما يجد مصاعب في اللعب أو الانخراط بهدوء ضمن نشاطات ترفيهية.

5_ غالبا ما يكون دائم النشاط أو يتصرف كما لو أنه "مدفوع بمحرك" .

6_ غالبا ما يسهب بالتحدث بإفراط.

الاندفاعية :

1_ غالبا ما يجيب قبل قبل اكتمال الأسئلة.

2_ غالبا ما يجد صعوبة في انتظار دوره.

3_ غالبا ما يقاطع الآخرين أو يتدخل في شؤونهم.

B - وجود بعض أعراض فرط الحركة الاندفاعية أو أعراض عدم الانتباه التي تسبب اختلالا قبل عمر 7 سنوات.

C - وجود درجة محددة من الاختلال الناجم عن الأعراض في بيئتين أو أكثر (مثلا في المدرسة "أو العمل أو في البيت")

D-ينبغي أن يكون هناك دليل واضح على اختلالهم سريريا في الأداء الاجتماعي، والأكاديمي، والمهني.

E - لا تحدث الأعراض حصريا أثناء سير اضطراب نمائي شامل أو فصام أو اضطراب ذهاني آخر، وليست ناجمة عن اضطراب عقلي آخر مثل اضطراب المزاج أو اضطراب تفارقي أو اضطراب شخصية.

ولتدعيم عملية التقييم فيري (Reif 1998). في (حسن ياسين الزغلوان، 2001) أنه يمكن أن نضيف اختبارات التحصيل الأكاديمي واختبارات الذكاء. أما (الريحاني، 1998) فيضيف أنه يجب أن تدعم المقابلات، والمقاييس التي يجيب عليها الأولياء، والمعلمون بملاحظات مباشرة في مواقف طبيعية للطفل، وفي أماكن، وأوقات متنوعة.

وفي ذات الصدد يضيف (ظافر بن محمد حمد القحطاني، 2005: 72_73_74)

أن التشخيص الأفضل هو الذي يعتمد على عدة أساليب تشخيصية كالفحص الطبي، وإجراء بعض الاختبارات النفسية أو المعرفية، ومن تلك الأساليب السيكومترية الملاحظة، ومقاييس تقدير السلوك كما يلي:

الملاحظة: التي تعتبر من الطرق المستخدمة في التعرف على الأطفال الذين يعانون من سلوكيات غير مرغوبة، ويمكن التعرف بها على اضطراب فرط النشاط الحركي المصحوب قصور الانتباه فهي تستخدم كوسيلة لجمع المعلومات من الوالدين، والمدرسين كما يجب أن تحدث في مواقف متنوعة تشمل اللعب الفردي، والجماعي، وفي المنزل، ومع الوالدين، والأقران، وفي المدرسة. وتهدف الملاحظة إلى وصف السلوك الطفل عامة، وملاحظة السلوكيات غير السوية.

ب-مقاييس تقدير السلوك: تعتبر أداة سهلة وبسيطة الاستخدام تعتمد أساسا على تقدير الآباء، والمعلمين السلوك الطفل في البيت، والمدرسة، وهي تساعد على تشخيص الاضطرابات السلوكية عند الطفل. ومن مقاييس تقدير السلوك التي يقوم المعلمون باستخدامها مع الأطفال الذين يعانون من اضطراب قصور الانتباه المصحوب بفرط النشاط الحركي مقياس **Conners** ، وقائمة تقدير اضطراب قصور الانتباه المصحوب بفرط النشاط المأخوذة من الدليل التشخيصي الإحصائي الرابع المعدل حيث تستطيع هذه المقاييس التمييز بين الأطفال الذين لديهم الاضطراب والذين ليس لديهم مثل هذا الاضطراب.

10. الاضطرابات المصاحبة لاضطراب فرط نشاط الحركي

أولا : اضطرابات الاجتماعية:

إن الأطفال الذين يعانون من اضطراب قصور الانتباه مع فرط في النشاط الحركي يكونون مندفعين، وعدوانيون وعنيديين في بعض الاحيان كما انهم يتصرفون بعدم إتباع القواعد السلوكية التي تحكم التعامل مع الآخرين وهذا ما يجعل المحيطين بهم يشعرون بالاستياء منهم في بعض الاحيان ، أو التعامل معهم سواء في المنزل أو المدرسة ومن ثم فإنهم لا

يستطيعون أن يتوافقوا اجتماعيا فيجعل المحيطين بهم يبنذوهم ولا يتعاملون معهم بشكل جيد وبالتالي فإنهم لا يستطيعون أن يتوافقوا اجتماعيا . وهذا ما اشار اليه عبد المعطي سنة 2001 في (مفيدة بن حفيظ، 2014: 94-95)

بأن الطفل الذي يعاني من اضطراب يكون مندفعاً وعدوانياً وعنيفاً ويرفض إتباع القواعد التي تحكم التعامل مع الآخرين والمتبعة في نشاط معين ، مع اتسام سلوكه بالتدخل في أنشطة الآخرين وأحاديثهم وكذلك القيام بالسلوكيات غير مرغوبة التي تؤدي الغير، دون أن يضع في اعتباره مشاعرهم، ولذا يشعر المحيطون به بالاستياء منه سواء في المنزل أو في المدرسة وغيرها ، ومن ثم يسود توافق الطفل الاجتماعي لمرجعية رفض المحيطين به له نتيجة لسلوكه.

كما قام جونستون وفريمان Johnston & Freaman سنة 1997 في (السيد علي واخرون ، 1999: 66) بدراسة العلاقة بين تفاعل الوالدين وسلوك الأطفال الذين يعانون من اضطراب الانتباه، وقد أوضحت هذه الدراسة أن تفاعل الوالدين السلبي مع أطفالهم يكمن وراء هذا الاضطراب.

كذلك قام فرانكل وزملاؤه Frankel et al سنة 1997 في (المرجع السابق، 1999 : 68) بدراسة انتقال أثر التدريب المنزلي الذي يتلقاه الطفل مع والديه في البيئة المنزلية لتعديل سلوكه، وتنمية المهارات الاجتماعية، وتعميم أثر هذا التدريب على سلوكه في البيئة المدرسية وقد تم تقسيم الأطفال الذين يعانون من اضطراب الانتباه والعناد، وعدم إتباع التعليمات إلى مجموعتين، تلقت المجموعة الأولى تدريباً من آبائهم، والمجموعة الثانية كانوا كمجموعة ضابطة لم يتلقوا هذا التدريب، وقد أشارت نتائج الدراسة أن الأطفال الذين تلقوا تدريباً من قبل آبائهم استطاعوا أن يعدلوا من سلوكياتهم غير المرغوبة، وتعلموا مهارات التفاعل الاجتماعي الإيجابي، كما نقلوا السلوك المتعلم الذي اكتسبوه من التدريب إلى البيئة المدرسية بمعنى أنهم قد قاموا بتعميم السلوكيات التي اكتسبوها في الأسرة إلى سلوكيات مماثلة في المدرسة .

وبين (Faraone, S, V., et al,2005) من خلال الرسم البياني اضطراب ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد وخطر اختلال الوظائف الاجتماعية :

ثانيا : الاضطرابات الانفعالية:

إن اضطراب قصور الانتباه مع فرط في النشاط الحركي يسبب للأطفال المصابين عدم النضج الانفعالي مقارنة بعمرهم الزمني، والعقلي فيغلب عليه التهور ، وسرعة الغضب ، والميل إلى لوم الآخرين ، وتذبذب المزاج، وتقلب، وصعوبة التأقلم مع الظروف الجديدة وصعوبة إظهار مشاعره ، وعواطفه ، وانفعالاته الداخلية كما يظهرون اضطرابات انفعالية أخرى مثل القلق المعمم والاكتئاب المزمن وغيرها. إن السلوكيات الغير المقبولة التي يقوم بها هؤلاء الأطفال خاصة النشاط الحركي الزائد والاندفاعية يؤديان إلى رفضهم اجتماعيا من طرف أقرانهم مما يتسبب كذلك في عزلتهم وشعورهم بالوحدة النفسية.

في حين أشار بيدمان Biederman سنة 1991 (السيد علي واخرون ، 1999: 63) أن هناك نسبة تصل إلى 75% من الأطفال المصابين باضطرابات الانتباه لديهم اكتئاب و 25% منهم لديهم قلق عصابي .

كما أجرى نيسباوم Nussbaum سنة 1988 دراسة بهدف التعرف على المشكلات النفسية والاجتماعية التي تلازم اضطراب الانتباه وأسفرت نتائج دراستهم على أن السلوكيات غير المقبولة التي يقوم بها هؤلاء الأطفال خاصة فرط النشاط الحركي والاندفاع تؤدي إلى رفضهم الاجتماعي من الاقران وهذا الرفض الاجتماعي يؤدي إلى عزلتهم الاجتماعية لذلك فإنكم دائما يشعرون بالوحدة النفسية ، والقلق، والاكتئاب.

ثالثا : الاضطرابات السلوكية :

تنتشر الاضطرابات السلوكية بين الأطفال الذين يعانون من قصور في الانتباه مع فرط في النشاط الحركي وخاصة السلوك العدواني، حيث يؤدي هذا السلوك إلى اضطراب علاقاتهم الاجتماعية بالآخرين، وبالتالي فإنهم يعجزون عن التكيف مع البيئة المحيطة بهم. وقد أجرى بيدمان وزملائه Biederman et al 1991 (المرجع السابق 60-61)،

دراسة كان هدفها التعرف على معدل انتشار بعض الاضطرابات السلوكية، فتوصل إلى أن % 50 من هؤلاء الأطفال يعانون من اضطرابات سلوكية. بينما أجرت ماريا وزملائها Maria et al سنة 1996 دراسة هدفت إلى التعرف على مدى انتشار كلا من اضطراب الانتباه، والاضطرابات الانفعالية ، والسلوكية بين الأطفال الذين يعانون من صعوبات التعلم، وشملت الدراسة 150 طفلا من المدرسة الابتدائية، وقد بينت نتائج الدراسة أن 43 طفلا من العينة لديهم اضطراب الانتباه و 12 طفلا لديهم اضطرابات سلوكية فقط. كما قام بورانس Burns سنة 1997 في (فوزية محمدي، 2011: 48) بدراسة فحصت العلاقة بين كل من سلوك اضطراب الانتباه وعناد الطفل، فأوضحت نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين اضطراب الانتباه والعناد، بمعنى آخر أن الأطفال المصابين بفرط نشاط الحركي يزداد عنادهم ومعارضتهم للآخرين، وعدم استماعهم للأوامر والتعليمات الآخرين مقارنة بالأطفال العاديين.

وحسب (Parkly, RA, et al, 1990) ومن خلال الرسم البياني فإن اضطراب ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد يؤثر على عدة وظائف:

رابعا: اضطرابات النوم:

ينتشر اضطراب النوم بين الأطفال المصابين باضطراب الانتباه مما يجعلهم يشعرون دائما بالإرهاق، لقد قام بال وزملاءه Ball et al 1997 في (فوزية محمدي، 2011: 48-49) بدراسة هدفها التعرف على طريقة النوم لدى الأطفال المصابين باضطراب الانتباه، بينت نتائج دراستهم أن هؤلاء الأطفال كثيرو الحركة والتقلب أثناء نومهم، ويستيقظون كثيرا أثناء النوم ، مما يجعلهم يشعرون دائما بالإرهاق، وبالتالي يؤثر على الكفاءة الانتباهية ولذا يتسم هؤلاء الأطفال بأهم كثيرو الحركة والتقلب أثناء النوم ولذا تم تشبيه فراشهم بحلقة المصارعة.

قام كذلك شيرقن وزملاؤه Chervin et al سنة 1997 في

(السيد علي واخرون ، 1999:60) بدراسة العلاقة بين اضطراب النوم واضطراب الانتباه لدى الأطفال، شملت عينة الدراسة مجموعتين الأولى تعاني من اضطراب الانتباه، والثانية تعاني من اضطرابات نفسية فقط ، وقد تراوحت أعمار افراد العينة ما بين 2 و 18 سنة، وقد بينت نتائج هذه الدراسة أن اضطراب النوم ينتشر بين % 81 من الأطفال الذين يعانون من اضطراب الانتباه ، و % 25 من الأطفال لدى الأطفال الذين يعانون من اضطرابات نفسية

سادسا: اضطرابات الكلام:

يعاني الطفل المصاب بهذا الاضطراب من قصور في اللغة التعبيرية، فقد لا يستطيع ربط الحديث، حيث تكون جملة ناقصة، كما أنه يعاني من بعض اضطرابات في النطق والكلام كالتأتأة أو قلب الحروف .

سابعا: الاضطرابات المعرفية والما وراء المعرفية:

1. ضعف القدرة على التفكير:

نظرا لكون الطفل المصاب بهذا الاضطراب يجد صعوبة في القدرة على الانتباه والتركيز والإنصات والنشاط الزائد فإن الطفل المصاب يعاني من قصور في التفكير بسبب كون المعلومات التي يتلقاها غير منظمة ، وغير مركزة ، وغير مترابطة فيما بينها ، وغير واضحة بالنسبة إليه، لذلك نجد الطفل قد يخطئ في كثير من الأشياء التي سبق وأن تعلمها، فهو لا يتعلم بشكل صحيح ولا يظهر أثر التعلم بشكل صحيح مع ضعف القدرة على التفكير، إذ أن أفكار الطفل غير مترابط، مما يجعله يهتم بالموضوعات هامشية بعيدة عن الموضوع الذي يجب التركيز فيه مع ضعف القدرة على الفهم، وذلك للمعلومات التي يستقبلها الطفل سواء كانت شفوية أو مكتوبة.

وهذا ما إشارة إليه دراسة" كورندلي وآخرون 1999 " Corandli et al

(مفيدة بن حفيظ، 2014 : 25) والتي هي بعنوان عيوب الذاكرة لدى الأطفال المصابين بقصور الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد ، هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن عيوب الذاكرة عند ذوي قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد، حول دور العمليات التنفيذية، وقد اشترك

في هذه الدراسة 28 طفلا في المجموعة التجريبية ومثلهم للمجموعة الضابطة، ثم توزيع استبانة الذاكرة لما وراء معرفية وكذلك اختبار الأشكال المألوفة 20 MFF لقياس الاندفاعية، وتم اختيار الأطفال بشكل فردي من قبل الأخصائي النفسي، ثم تقديم المهمات بالترتيب المحدد في الاختبار وقام المجرب بشرح صور تنتمي إلى أسر محددة وصور لا تنتمي، أخيرا شرح الحرب أن هذا أن يساعد في مرحلة ينبغي الاسترجاع، عندما يتمكن الطفل في محادثة استرجاع الأشكال من تذكر أن بعضها ينتمي إلى أسر محددة ، أكدت النتائج أن الأطفال المشاركين في التجربة يظهرون أداء أقل من المجموعة الضابطة في حصة الذاكرة التنظيمية.

3. قصور في الوظائف التنفيذية:

ففي دراسة أجريت حديثا أعدها (بايدرمان، 2004، Piederman) حول تأثير اضطراب الوظائف التنفيذية على الإنتاج الأكاديمي للطلاب الذين لديهم اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد في عينة تشكلت 259 طالبا وطالبة الأطفال والمراهقين ممن لديهم هذا الاضطراب، و222 طالب وطالبة لا يعانون من أي اضطراب، وقد تراوحت أعمار أفراد العينة من 6 إلى 17 سنة، وأجريت العديد من الاختبارات على هؤلاء الطلاب كاختبارات الجوانب الأكاديمية والوظائف التنفيذية وغيرها وقد توصلت نتائج هذه الدراسة إلى ما يلي:

الأطفال الذين لديهم اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد أظهروا أداء أكاديميا أضعف العاديين في العديد المجالات وقد ارتبط هذا الضعف بالحالات التي ظهر لديهم اضطرابا في الوظائف التنفيذية .

بمقارنة الطلاب العاديين والطلاب الذين لديهم اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد ولا يوجد لديهم اضطرابات في العمليات التنفيذية، مع الحالات التي يوجد لديهم اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد ولديهم اضطرابات في العمليات التنفيذية، فإن الأطفال الذين كان لديهم اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد مع اضطرابات الوظائف التنفيذية كانوا أكثر رسوبا وإعادة للصفوف وأن 44% منهم كانت لديهم صعوبات التعلم وتحصيل أكاديمي

منخفض في مادة الرياضيات، ولديهم كذلك مشكلات واضحة في القراءة مقارنة بمن يوجد لديهم مشكلات في الوظائف التنفيذية مما يؤكد على أن اضطراب الوظائف التنفيذية قد يكون هو التغيير الأساسي الذي على ضوءه برزت تلك الاختلافات بين المجموعات، وهو ما تدعو تلك الدراسة إلى الالتفات له وقياسه في مرحلة مبكرة، والعمل على تدريب تلك الوظائف لتجنب حدوث صعوبات التعلم عند التلاميذ.

أشار (نايف بن عابد الزارع 2007: 32) أن الأطفال المصابين بفرط نشاط الحركي يعانون كذلك في قصور القدرة على المشاركة في سلسلة من السلوكيات التي تتطلب توجيهها ذاتية مثل عدم قدرتهم على تنظيم إجراءاته التنفيذ مهمة ما بالتسلسل، إضافة لذلك فإنهم يعانون من مشكلات في العمل أو المهام باستخدام الذاكرة العملية، كما يعانون من مشكلات في الحديث الداخلي (الحديث الذي يجريه الفرد داخل نفسه من أجل توجيه سلوك ما أو حل مشكلة ما) وغالبا ما يصاحب ذلك مشكلات في السيطرة على مشاعرهم ، ومستويات الإثارة لديهم، فكثيرا ما يتصرفون بشكل مبالغ فيه تجاه التجارب السلبية والإيجابية السابقة، وينتابكم الصراخ بصوت مرتفع ، وحالات من الغضب تجاه حالات الإحباط التي يمكن تجاوزها عند الشخص العادي.

في حين اعتبر (باركلي 2003 Barkley,) أن الاضطراب في الوظائف التنفيذية: هو عدم القدرة على اتخاذ القرار والتخطيط للخطوات التي تساعد على التحكم بالسلوك، كأن يقوم إلا من الطفل الذي لديه مهام وواجبات دراسية طويلة المدى فيلجأ إلى تقسيمها إلى أجزاء ومن تم عمل خطة الاستكمال كل جزء، ومتابعة الأداء طوال إنجاز العمل وعلى الرغم أنه لا توجد قوائم محددة علميا لهذه الوظائف إلا أن معظم الخبراء يتفقون على أن أهم هذه الوظائف هي :

- 1- التخطيط.
- 2- السببية .
- 3- تشغيل الذاكرة.

4- التحكم في السلوك.

5- الانتباه وتحويل مجموعات المعرفة.

6- المرونة في التفكير

7- التعديل الذاتي المعرفي.

وتعتبر المهارات المرتبطة بالوظائف التنفيذية هامة جدا للسلوكيات الإنسانية المعقدة، لأنها تساعد في تنظيم وتوجيه السلوك بطريقة معدلة ومرنة، وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن الأطفال الذين لديهم اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد يظهر لديهم قصور في الوظائف التنفيذية. تشير الدراسات الحديثة أن جوهر اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد تؤكد هو عجز في نشاط الوظائف التنفيذية، وقد تكون الأعراض التي يتصفون بها مثل عدم الانتباه أو النشاط الزائد أو الإندفاعية ما إلا نتاج للخلل في الوظائف التنفيذية في كثير من الحالات.

وقد أشارت بعض الدراسات كذلك إلى أن عجز في الوظائف التنفيذية تؤدي إلى ظهور أعراض اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد وهي السبب الأساس في الصعوبات التعليمية التي تظهر لدى هؤلاء الأطفال حتى أن بعض البحوث تؤكد على أنه في حال عدم وجود اضطرابات في الوظائف التنفيذية لدى هؤلاء الأطفال فمن الأرجح أن لا يعانون على الإطلاق من مشكلات تعليمية

ثامنا: التأخر الدراسي

تبين دراسة دولي 1997 "Dolly" (مفيدة بن حفيظ، 2014: 25) و التي كانت تحت عنوان دور الأقسام المكيفة في اكتساب المهارات الما وراء المعرفية من أجل استدراك صعوبات الكتابة، الهدف من هذه الدراسة هو المقارنة ما بين الأطفال الذين يعانون من الفشل المدرسي والأطفال العاديين.

يبين نتائج الدراسة أن عدم فعالية الجهد المبذول من طرف المجموعة الأولى يرجع إلى نقص من نوع ما وراء معرفي أكثر منه معرفي، فهؤلاء الأطفال مثلا : يكتسبون المعارف

والقدرات اللازمة لكنهم لا يعرفون كيف يستعملوها ولا كيف يحولوها أو كيفوا للوضعيات المختلفة التي يتواجدون فيها. نلاحظ أن الصعوبات التي تواجههم ترجع إلى نقص على مستوى الاستراتيجيات لما وراء المعرفية.

الملاحظ هذه الدراسة أن سبب فشل التلاميذ يكمن في عدم قدرتهم على استخدام المهارات والاستراتيجيات لما وراء المعرفية في تعلمهم، بمعنى أن المقررات الدراسية لا تحمل في طريقة تدريسها كيفية القيام بالتعلم والحفظ والاسترجاع والتوظيف والاستدلال، هذا ما يستوجب تعليم هؤلاء التلاميذ هذه الاستراتيجيات ولو بإنشاء أقسام خاصة لذلك لكون هذه الاستراتيجيات ما وراء المعرفية هي الحل في القضاء على فشل التلاميذ في حين أشار (نايف بن عابد الزارع، 2007: 30) أن الأطفال المصابين بقصور الانتباه مع فرط في النشاط الحركي تظهر عندهم تأخر دراسي وتدني في التحصيل كما قد يكون لديهم صعوبات تعليمية، وهذا ما جعل بعض المختصين في صعوبات التعلم يربطون بشكل مستمر صعوبات التعلم مع اضطراب النشاط الزائد المصحوب بتشتت الانتباه، كما أن التلميذ المصاب بهذا الاضطراب قد يفتقر لمهارات حل المشكلات، وبالتالي قد يستمر في هن خلال نتائج طلب المساعدة زملائه في الفصل وأسرته، بالإضافة إلى ذلك نلاحظ عدم قدرته على إنشاء الواجبات المدرسية وفقدان أدواته المدرسية بشكل مستمر، وقد يبدو على هؤلاء التلاميذ سرعة إنهاء المهام بشكل ملحوظ، كما قد يتأخر دراسية إلى عامين دراستين بالمقارنة بأقرانه وقد يطرد في بعض الحالات الشديدة التي يظهر فيها التلميذ سلوكيات مرفوضة اجتماعيا. إن معظم تلك الصعوبات التعليمية ترجع إلى عدم قدرتهم على القراءة الشاملة للمادة المقروءة ويقفزون من جملة إلى جملة، ومن فقرة إلى أخرى لذا فإنهم غير قادرين على تقديم الاستجابة الصحيحة في صورة منطقية متسلسلة.

وفي ما يأتي سنشير إلى أهم مخلفات اضطراب قصور الانتباه مع فرط في النشاط الحركي وتأثيره على الجانب المعرفي عند الطفل المصاب.

1. كثرة النسيان:

يقول (أحمد وبدر، 1999) أن من أكثر السمات التي يتسم بها الطفل الذي يعاني من اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد كثرة النسيان، فكثيرا ما ينسى أدواته الدراسية في البيت، وأثناء عودته من المدرسة إلى البيت فإنه ينسى أيضا بعض كتبه وأدواته التي أخذها معه في الصباح إلى المدرسة، وكذلك ينسى الطفل حل واجباته الدراسية بالمنزل واستذكار دروسه التي يجب عليه استذكارها، وحصيلة كل ذلك أن مستوى التحصيل الدراسي لدى هذا الطفل ينخفض لذلك فإنه يتأخر دراسيا. ولعل سمة النسيان تشكل مشكلا كبيرا عند الطفل الذي يعاني من اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد كان لزاما على معلميه أن يسجلوا على دفاتره الواجبات المنزلية التي يجب حلها، بالإضافة إلى كتابة مختلف الأدوات الدراسية التي يجب على الطفل أن يحظرها في كل يوم، لأنه كما قلنا سابقا فإن الجهاز العصبي عند هؤلاء الأطفال لا يحتفظ جيدا بالمعلومات الشفهية المسموعة .

2. الكتابة الرديئة:

كذلك بالنسبة لكتابة الطفل ذي اضطراب النشاط الزائد مع تشتت في الانتباه تكون مليئة بالأخطاء اللغوية ورديئة حتى ولو كان الطفل ينقل من السبورة أو الكتاب، وزيادة على ذلك فإننا نجد هذا الطفل كثير المحو والتشطيب لما كتبه ، فتكون كتابته رديئة في غالب الأحيان كما أنه قد يظهر لديه اضطراب كعسر الكتاب.

3. شرود الذهن:

يشتت انتباه الطفل المصاب بفرط نشاط الحركي بسهولة بين المنبهات الداخلية البعيدة عن المنبه الرئيسي في العملية مما يؤدي إلى فقدان التركيز على المنبه الرئيسي، فأى حركة داخل أو خارج حجرة الدراسة، أو سقوط شيء ما على الأرض، أو تحريك كرسي من

الكراسي، أو الكلام مع زميليه، تثير انتباه الطفل إليها فلا يتابع ما يقدمه المعلم من معلومات في الحصة التدريسية، ولذا لا يستطيع الفهم ولا إكمال العمل الذي يقوم به.

4. تجنب الموقف التعليمي:

كثيرا ما يتجنب الطفل المصاب باضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد المواقف التعليمية خاصة التي تتطلب جهدا عقليا وتركيز انتباهه، فنجده يخلق الأعذار لتجنبها مثل شكواه من الصداع أو المرض، وألم البطن أو يخرج القسم إلى دور المياه ويتباطأ في الرجوع منها، أو يطلب شيء من زميليه، أو الخروج من القسم بدون إذن المعلم، كما يحاول كذلك أن يتجنب الموقف التعليمي من خلال قيامه ببعض الأفعال التي تستهلك وقتا طويلا، فمثلا نجده يستغرق وقتا طويلا في مسح السبورة أو بري القلم أو الحديث مع زميليه أو البحث عن الصفحة في الكتاب، أو البحث عن شيء من أدواته في محفظته أو التشطيب في كراسه.

5. التردد المعرفي:

يغلب على الطفل المصاب بهذا الاضطراب التردد في اتخاذ أي قرار بسبب المشاكل التي يعاني منها، ما يجعله يشك في صحة ، قرارته المعرفة مما يسبب له تأخير الاستجابة، وبالتالي تقديم استجابة خاطئة، ضعف في القدرة على التركيز واستدعاء المعلومات الضرورية. ويمكننا أن نشاهد ذلك عندما يقوم بالقراءة أو الكتابة أو بحل مسألة في الرياضيات حيث نجده يخطئ كثيرا في القراءة لأنه يتردد في مخارج الحروف، كما أنه يخطئ أيضا في الرياضيات لأنه يتردد في أسماء الأشكال الهندسية وعلامات الجمع والطرح والقسمة، وعندما لا ينجح في استرجاع ما تعلمه يقدم إجابات خاطئة وعشوائية، الشيء الذي يعود بالسلب على أدائه خاصة في الامتحانات فيحصل على نتائج ضعيفة.

6. الاستجابة الخاطئة :

ترجع الاستجابة الخاطئة عند الطفل الذي يعاني من اضطراب فرط نشاط الحركي إلى مجموعة من الأسباب أهمها ضعف قدرة الطفل على التركيز والتفكير فهو يستغرق وقتا طويلا لربط المعلومات بالشكل الصحيح، وتخزينها في الذاكرة، حيث تفشل العمليات العقلية

على استدعاء المعلومات المخزنة في الذاكرة طويلة المدى ثم تعديلها بالشكل الصحيح، وهذا بدوره يؤدي إلى تأخر استجابة الطفل نحو الأشياء أو تكون استجابات خاطئة وغير صحيحة.

7. قصور في القدرة على إنهاء المهام المعرفية الموكلة إليه:

يعاني الطفل المصاب باضطراب النشاط الزائد بتشتت الانتباه من قصور القدرة على إنهاء المهام الموكلة إليه، و بالتالي فإنه يتململ، ولا ينهي المهام الموكلة إليه، وينتقل من مهمة إلى أخرى بشكل متواصل وبدون مبرر.

11. علاج اضطراب فرط نشاط الحركة

1.العلاج النفسي:

يفيد العلاج النفسي في حل المشكلات النفسية التي يعانيها الأفراد أو الأطفال المصابون بهذا الاضطراب. بحيث العلاج النفسي يقدم للوالدين المعلومات الكافية عن هذا الاضطراب و يبين لهم الاضطرابات الانفعالية التي تصاحبه ، كما أنه يقدم لهم بعض التوجيهات التي تساعدهم على التعامل مع طفلهم الذي يعاني من هذا الاضطراب ، كما يقدم لهم أيضا بعض الإرشادات التي يمكن من خلالها مساعدة طفلهم على التخلص من هذا الاضطراب ، أو تخفيف حدته، و مساعدة الطفل على التكيف مع البيئة المحيطة به. بالإضافة إلى وضع نظام معين مع الوالدين و المعلمين للثواب والعقاب لتعديل الجوانب المزاجية و الانفعالية لدى الطفل و أن يواجهوا المستلزمات الطبيعية للنضج، و يشبعوا الحاجات النفسية للأطفال لاكتساب القيم و تكوين أنا أعلى طبيعي قابل للتكيف بالإضافة إلى استخدام فنيات للتعامل المشكلات السلوكية ضمن الخطة العلاجية.

2-العلاج المعرفي:

يتضمن العلاج المعرفي لحالات اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه: التدريب على التنظيم و الضبط الذاتي، التعزيز الذاتي و حل المشكلات الشخصية ذاتيا. و هذه الاستراتيجيات تعمل على زيادة وعي و إدراك الفرد المصاب بسلوكياته السلبية و إدراك

الاستجابات التي تصدر منه تجاه المهام الأكاديمية و الاجتماعية و مختلف الأنشطة التي يمارسها ، وكل ذلك يتم عن طريق إدارة الذات.

أ- التذكر - الذاكرة:

تتضمن الاستراتيجيات المعرفية تعليم الأفراد المصابين حل مشكلات الذاكرة باستخدام إستراتيجية الحرف الأول و الكلمات المفتاحية و الكلمات الضخمة فعلى سبيل المثال : يقوم المعلم باستخدام كلمة (أعماق) لمساعدة الفرد الطالب المصاب لتذكر أسماء خمسة بحار في العالم (الأحمر،العرب،الميت،الأبيض المتوسط، قزوين) .

إن استخدام هذه الإستراتيجية يتطلب اختيار صورة أو حرف مشابه للكلمة من اجل تذكر و استرجاع المعلومة فعلى سبيل المثال : يقوم المعلم بمساعدة طالب لتصوير (دب) لتذكر كلمة (ذباب) أو الجمع بين كلمتين من خلال صورتين و هكذا.

2- التعليم الذاتي:

تتطلب هذه الإستراتيجية تعليم الفرد المصاب أن يتحدث لنفسه كما يقوم بعمله و ما يجب أن يفعل، فعلى سبيل المثال:يقوم المعلم بتدريب الطالب على نطق الكلمات بصوت مسموع عند قراءتها .تشمل هذه الإستراتيجية على سلسلة من الخطوات التي تتضمن النمذجة على الضبط الشفهي للسلوك من قبل المعلم و من تتم محاكاته من قبل الطالب و بعد ذلك يتم تدريب الطالب على أدائه بشكل مستقل. كما يمكن أن يكون عن طريق تنفيذ أي مهمة شفها و من ثم أدائها

3-المراقبة الذاتية:

تستخدم هذه الإستراتيجية بشكل كبير لمساعدة الطلاب الذين يواجهون صعوبة في مواصلة تنفيذ مهمة ما في غرفة الصف. و بشكل خاص خلال وقت العمل المستقل حيث تم استخدام جهاز تسجيل من أجل إصدار نغمات (مسجلة مسبقا لكي تصدر أصواتا على فترات متقطعة تتراوح ما بين 10 إلى 90 ثانية و بمعدل فترات حوالي 45 ثانية) و التي

توحي للطالب بالمهمة لكي يسأل هل كنت ؟ (حتى يظل منتبها) و يتم تسجيل الاستجابة الذاتية على نموذج معين.

(د. السيد علي السيد أحمد و فائقة احمد بدر، نفس المرجع السابق، ص: 87-88 .)

3. العلاج الأسري:

يعاني الأفراد المصابون باضطراب تشتت الانتباه و النشاط الزائد من عدد من الاضطرابات السلوكية المصاحبة لهذا الاضطراب مثل: الاندفاعية ، العناد ، العدوانية و غيرها من أشكال السلوك الغير المقبول اجتماعيا . و هذه الاضطرابات ينجم عنها اضطراب في علاقة الفرد المصاب بالأفراد المحيطين به مما يؤثر على تكيفه الاجتماعي.

ومن هنا جاء العلاج الأسري و تدريب الآباء بهدف تعديل البيئة المنزلية للطفل المصاب باضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه. كما يهدف إلى تدريب الآباء على كيفية تعديل سلوك الطفل المشكل و كيفية التعامل الظروف المختلفة للاضطراب ضمن إطار البيئة المنزلية.

(د. نايف بن عايد الزراع نفس المرجع السابق، ص: 64-65)

و من برامج العلاج الأسري ما يلي:

1-برنامج العلاج البيئي:

انطلق هذا الأسلوب من افتراض مفاده أن المشكلات الإنسانية تنتج عن العمليات المضطربة التي تقع بين الطفل و البيئة (الأسرة ، الرفاق، المعلمون) ، و يرى هذا الأسلوب ضرورة التعامل الطفل و الأفراد ذوي العلاقة لإيجاد حل مناسب لمشكلته ، و يعمل هذا الأسلوب على تحقيق الأهداف التالية:

1. إحداث تغيير في الطفل.
2. إحداث تغيير في البيئة.
3. إحداث تغيير في الاتجاهات و التوقعات.

•طريقة تطبيقه

- (1) **العمل مع الطفل:** بناء قدرات جديدة ، تغيير في الأولويات ، توفير المصادر القريبة ، إيجاد بيئات أكثر ملائمة.
 - (2) **العمل مع الكبار :** تغيير المدركات ، إزالة أو خفض التوقعات ، زيادة الفهم و المعرفة ، إعادة بناء الأنشطة.
 - (3) **العمل مع المجتمع:** توفير مصادر أكثر المدرسة، السماح بالدخول في المجتمع بصورة أشمل، تطوير أواصر التعاون بين المدرسة و المجتمع.
 - (4) **تطوير نماذج جديدة للعلاج:** التربية المفتوحة، المدارس العامة البديلة، التركيز على الوقاية تدريس الصحة النفسية.
2. **برنامج تعديل السلوك:**

يشير هذا الأسلوب أي استخدام قواعد معينة لتحويل السلوك غير المرغوب فيه إلى سلوك مرغوب فيه، و يكون التركيز فيه على السلوك الظاهر لدى الطفل.

•طريقة تطبيقه:

تدرب الأسرة على تطبيقه مع طفلها حسب الإجراءات التالية:

1-في حالة ظهور السلوك المرغوب فيه لدى الطفل، تقوم الأسرة بتعزيزه و تقدم مكافأة مناسبة للطفل حسب حجم السلوك و رغبة الطفل بالمعززات.

(د. نايف بن عايد الزراع نفس المرجع السابق، ص: 67)

2-في حال قيام الطفل بسلوكيات غير مرغوب فيها، على الأسرة أن لا تركز كثيرا على هذا السلوك بتجاهل السلوك). و لكن في حال عدم استفادة الطفل من التجاهل و استمرار السلوك أو احتمالية خطورته على الطفل و المحيطين به تلجأ الأسرة إلى أساليب عقابية للسلوك. كالحرمان من الأشياء المرغوبة أو تكليف الطفل بمهام غير مرغوبة مع الامتناع التام عن العقاب اللفظي و البدني.

3- في حالة رغبة الأسرة بتعليم الطفل سلوكا غير موجود: فإن الأسرة تحاول بناء السلوك لدى الطفل بتهيئة الظروف المحيطة لذلك. و تقديم نموذج يلاحظه الطفل مع تشجيعه على تقليده و تعزيز كل المحاولات الناجحة و تجاهل المحاولات التي لا تمت بصلة للسلوك إلى أن يتقن الطفل السلوك .
و يعتمد أسلوب تعديل السلوك على ثلاثة جوانب رئيسية هامة هي: القواعد، التواصل و التوقعات.

1- القواعد: وضع قواعد السلوك المطلوب مكتوبة أو مصورة للأطفال داخل المنزل.

2- التوقعات: توضيح المتوقع من الطفل القيام به في المواقف المختلفة.

3- التواصل: التأكد من فهم الطفل للمعلومات أو التعليمات المعطاة عن طريق ما يلي:

- النظر إلى الطفل ، و قد يحتاج إلى توجيهه توجيهها جسديا.
- وضوح الصوت و عدم الصراخ .
- تقديم تعليمات مباشرة و مركزة على ما تريده الأسرة.
- التأكد من فهم الطفل لما سمع بطلب إعادة ما سمعه، و التوضيح له في حالة عدم الفهم.
- إذا كرر الطفل المعلومات بشكل صحيح يعزز لفظيا ، و يتم إبلاغه بأنه يجب عليه الآن الالتزام بالتعليمات:

و توجد ثلاثة أنماط من التواصل :

1-التواصل السلبي: يتم الاكتفاء فيه بتبنيه الطفل و ترك الحرية له للاستجابة، و هو تواصل غير مناسب.

2-التواصل العدوانى المتشدد: و في هذا النمط تتسم شخصية الأسرة بالتسلط و التحكم و إظهار الجدية و التهديد بالعقاب. و تكون نتيجة هذا التواصل استجابة مؤقتة أثناء تواجد الأسرة و ينشأ عنها حقد و شعور بالغضب و رغبة في الانتقام.

(د. نايف بن عايد الزراع نفس المرجع السابق، ص: 67 - 68 .)

3-التواصل التوكيدي:

يقوم الأهل بتقديم التعليمات بشكل مهذب و بأسلوب ثابت مع ربط تنفيذها بالمعزز ثم يطلبون من الطفل تنفيذ ما جاء في التعليمات و يحرصوا على جذب انتباه الطفل إليهم قبل إصدار التعليمات، و يراقبوا بشكل مباشر تنفيذه للتعليمات. و يؤكدوا للطفل بأسلوبهم ضرورة قيامه بالاستجابة للتعليمات . الثبات على الرأي في حالة رغبة الطفل بمناقشة التعليمات للتخلص منها، و هذا أسلوب مرغوب للتواصل لأنه يعتمد على التعبير عن الأفكار و الحاجات و الرغبات مع احترام مشاعر و حقوق الآخرين و بالتالي يدعم العلاقة بين الطفل و الأسرة و يشجع التفكير الاستقلالي . و يجب بعد استجابة الطفل الصحيحة ربط السلوك بالتعزيز الايجابي.

3. برنامج فور هاند و ماكماهون:

صمم هذا البرنامج عام 1981 لعلاج المشكلات السلوكية لدى الأطفال في عمر (2-8) سنوات ، ثم استخدم فيما بعد لعلاج اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه لنجاحه في علاج الكثير من الاضطرابات السلوكية ، و يستند هذا البرنامج على نظرية التعلم الاجتماعي، و استخدم التعزيز و العقاب في الاستجابة للسلوكيات الصادرة من الطفل و التي يتم تدريب الوالدين عليها لتعليمهما كيفية التعامل مع السلوكيات التي تحدث لدى الطفل في المنزل.

أ- طريقة تطبيقه:

الخطوة 1: يجري المعالج مقابلة مع الوالدين بدون الطفل ليتعرف على مشكلات الطفل ، ثم يجري مقابلة أخرى مع الأسرة بوجود الطفل ليلاحظ طريقة تفاعلهم مع بعضهم البعض ، ثم يوضح المعالج السلوك المشكل لدى الطفل و مدى ملاءمته أو عدمه لعمر الطفل.

الخطوة 2: يتم تدريب الوالدين على طريقة التفاعل الصحيحة مع طفلهم و تتم عادة في عشر جلسات يمكن أن تزيد حسب مشكلات الطفل ، حيث يستخدم أسلوب لعب الدور ،

فيتقصد المعالج شخصية أحد الوالدين ، و يتقصد الأب أو الأم شخصية الطفل ليوضح كيفية التعامل المناسب.

الخطوة 3: ملاحظة التفاعل بين الوالدين و الطفل في غرفة ملاحظة مخصصة لدى المعالج ، حيث يراقب المعالج الأسرة و الطفل من خلف الزجاج، بحيث لا يستطيع مشاهدته ، و يضع الوالدان سماعة في أذنيهم يتلقون من خلالها التعليمات من المعالج بكيفية التفاعل مع السلوك المشكل ، ثم المتابعة المنزلية لما تم البدء به في غرفة الملاحظة.

(د. نايف بن عايد الزراع نفس المرجع السابق، ص: 67-70)

الخطوة 4: تتمثل في تدريب الوالدين طريقة إقصاء أو عزل الطفل ، و هي العزل في غرفة خاصة على شرط أن تكون آمنة غير مثيرة بحيث يقلل الباب و يعزل لمدة 5 دقائق حتى يهدأ و يتعهد للوالدين بعدم تكرار السلوك غير المرغوب، و إذا ما استمر في السلوك فإنه يعزل من جديد ، و إذا أصر تسحب منه المكافآت استمرار أسلوب العزل ، إلى أن يتبع التعليمات.

4. برنامج كونر:

يتضمن هذا البرنامج 14 جلسة خلال 12 ساعة أسبوعياً إضافة إلى ثلاثة جلسات تعزيزية بواقع جلسة في كل شهر، تشمل محاضرات جماعية عن السلوك المرغوب فيه و غير المرغوب فيه ، و معلومات عن اضطراب ضعف الانتباه و فرط الحركة و أساليب العلاج.

أ- طريقة تطبيقه :

تتضمن الجلسات الأربعة عشرة، محاضرات جماعية و معلومات مفيدة عن أنواع السلوك وطرق التعامل معها، ثم تعطى لأولياء الأمور واجبات منزلية لأدائها، إضافة إلى فرصة الحوار هاتفياً مع المدرب خلال فترة التدريب. و تعطى للأسرة استبانة للممارسات السلوكية الخاصة بهذا الاضطراب قبل التدريب و بعد التدريب لتوضيح مدى التغيير الحاصل لدى الأسرة بعد التدريب.

5. برنامج باتيرسون:

يهدف هذا البرنامج إلى تخفيف حدة السلوك غير المرغوب لدى الأطفال من خلال تدريب الوالدين طريقة مناسبة للتفاعل مع السلوك بعيدة عن الأسلوب الجدي ، و يقوم هذا البرنامج أيضا على نظرية و العلاج السلوكي ، و البرنامج مكون م خمس دورات تدريبية لكل واحدة هدف خاص بها و كل دورة تتكون من عدد من الجلسات تعتمد على تقديم الوالدين.

الدورة 1 : يتعرف المدرب على الطفل و معلومات كافية عنه و عن مشكلاته و تأثيرها على الأسرة و كيفية معالجتهم لها ، ثم يشرح المعالج نظرية التعلم الاجتماعي ، و كيف أن السلوك لا يمكن أن يختفي بلا تدخل مناسب من الوالدين ، و يعوض أنماط مشكلات سلوكية في أعمار مختلفة ، ،و يوضح بان التعامل معها يختلف حسب المرحلة العمرية.

(د. نايف بن عابد الزراع نفس المرجع السابق، ص: 69-70 .)

الدورة 2: يدرب الوالدان على إقامة علاقات ايجابية مع طفلهم ، و يتم تحديد مشكلة سلوكية واحدة ليبدأ و بالتدخل و التفاعل ، و إذا كان السلوك معقدا يتم تجزئته ، و لا ينتقل لسلوك آخر حتى ينتهوا من السلوك الأول.

الدورة 3: يدرب الوالدان على العزل أو الإقصاء ، و هي نفس الطريقة التي استخدمها فور هاند و ماكماهون، و لكن باتيرسون يستخدم شريط فيديو يعرض على الأهل كيفية تطبيق هذه الطريقة.

الدورة 4 : يدرب المعالج الوالدين على كيفية استخدام طريقة العزل أو الإقصاء لمشكلات سلوكية أخرى غير الأولى ، سواء قام بها الطفل داخل المنزل أو خارجه.

الدورة 5: متابعة أفراد الأسرة للتأكد من استمرار طريقة التفاعل الصحيحة بينهم و بين طفلهم.

6. برنامج باركلي:

صمم هذا البرنامج عام 1987 ، و يهدف إلى تدريب الوالدين على علاج المشكلات السلوكية لدى أطفالهما الذين يعانون من اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه ، الذين

تتراوح أعمارهم بين (2 11 -سنة) ، و يستفيد أكثر من هذا البرنامج الوالدان اللذان وصلا في تعليمهما إلى مرحلة الثانوية و ما بعد، واللذان لديهما قدر بسيط من المشكلات العائلية و الضغوط النفسية الناجمة من مشكلة طفلهم

يجب أن يكون لدى المدرب المعالج خبرة طويلة في العلاج السلوكي، و يمكن تطبيق هذا البرنامج مع اسر الأطفال بشكل فردي أو جماعي، إلا في حال كانت المشكلات السلوكية شديدة. و يتكون البرنامج من 5 خطوات يتم تدريب الوالدين على كل خطوة في عدد من الجلسات التدريبية:

الخطوة 1: جمع معلومات عن الحالة و عن وضع الأسرة، و حثهم على علاج مشكلاتهم الأسرية بأسرع وقت لتوفير بيئة مناسبة للطفل، كما يتم تزويدهم بمعلومات عن اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه.

الخطوة 2: تدريب الأسرة على التفاعل مع السلوك ، مع حثهم على تعزيز الطفل بعد كل أداء ايجابي وتوفير الحب و الحنان له.

الخطوة 3: تدريب الطفل على الانشغال بعيدا عن الوالدين بتوظيف المعززات المادية.

(د. نايف بن عابد الزراع نفس المرجع السابق، ص: 69-70)

الخطوة 4: تدريب الوالدين على كيفية العقاب باستخدام أسلوب الحرمان من اللعب و العزل أو الإقصاء من خلال وضع الطفل في مقعد منزو في غرفة خالية من الأثاث، منعه من ترك المقعد إلى أن يتعهد بإتباع التعليمات، و يدرب الأهل في البداية على التعامل مع سلوك سلبي واحد ثم الانتقال إلى سلوكيات سلبية أخرى.

الخطوة 5: تدريب الوالدين على السيطرة على السلوك السلبي لطفلهم خارج المنزل من خلال توضيح التوقعات المناسبة منه مسبقا قبل مغادرة المنزل و تحديد المعززات و طرق العقاب المتوقع له. وقد اقترح باركلي 1996 أن يقوم الوالدان بتصوير الطفل على شريط فيديو أثناء لعبه أو تعامله مع الأقران و الإخوة و الأخوات ، ثم يتم عرض الشريط مع وجود

الطفل ، و التوقف عند السلوكيات غير الملائمة المناقشتها مع الطفل مع تقديم التعزيز المناسب.

7. برنامج فيلان : صمم هذا البرنامج لتدريب الوالدين على طريقة التعامل مع سلوكيات الأبناء الايجابية و السلبية في سن (2-12 سنة) بطريقة تقلل من فرص الانفعال السلبي من جهة الوالدين و تطور من العلاقة بينهم و بين أطفالهم و تتميز هذه الطريقة ببساطتها و فعاليتها داخل و خارج المنزل ، كما يمكن أن يتم تطبيقها في المدرسة و ذلك بتدريب المعلمين على استخدامها ، و يقوم بالتدريب مدرب مؤهل من المتخصصين في علم النفس أو التربية الخاصة أو التخصصات المشابهة ، و تقوم هذه الطريقة على عدد من الخطوات وهي كالتالي:

الخطوة 1: تقييم مستوى العلاقة بين الوالدين و طفلهم قبل البدء بالتدريب من خلال استمارة خاصة.

الخطوة 2: تدريب الوالدين من خلال جلسة أو جلستين (6-8) ساعات بشكل فردي أو ضمن مجموعة من الأسر على كيفية استخدام أسلوب العد للسلوكيات السلبية و أساليب الحفز و التعزيز للسلوكيات المرغوبة باستخدام التطبيق العملي و عرض أفلام توضيحية.

الخطوة 3: إتاحة الفرصة للأسر للتواصل مع المدرب للاستفسار عن الطريقة المتبعة من خلال زيارات مكتبية أو الاتصال الهاتفي .

الخطوة 4: الالتقاء بالأسر بعد أسبوع أو أسبوعين من بدء تنفيذ الطريقة للمناقشة و المتابعة.

الخطوة 5: تقييم مستوى العلاقة بين الوالدين و الطفل بعد استخدام الطريقة ، باستخدام استمارة تقييم العلاقة الوالدية مع الطفل بعد التدريب.

وقد وضع فيلان مؤخرًا استراتيجيات جديدة ترتبط بالأبناء الأكبر سنًا و لكنها تختلف عن الاستراتيجيات السابقة ، حيث تعتمد الاستراتيجيات الجديدة على الحوار و التفهم و استخدام الحوافز.

12 . برنامج المعهد القومي للصحة النفسية:

يهدف البرنامج إلى :

- 1- تخفيف الضغوط على الوالدين للتعامل مع الطفل ذو فرط الحركة وتشتت الانتباه.
 - 2- إكساب الوالدين الثقة في التعامل مع الضغوط الناتجة عن مشكلات هذا الطفل و ينتج عن ذلك نجاح أداء الطفل.
 - 3- تخفيض مظاهر سلوك المخاطرة عند الطفل ذي فرط الحركة تشتت الانتباه و التي تولد المشكلات الانفعالية لديه.
 - 4- تزويد الوالدين بمعلومات عن الطفل ذي فرط الحركة /تشتت الانتباه و عن كيفية تخفيض المظاهر السلوكية المميزة لهذا الطفل.
- و يقدم هذا البرنامج لمدة 6 أشهر بواقع 4 لقاءات مع الوالدين.

أ - خطوات البرنامج:

اللقاء 1: التعريف بالطفل ذي فرط الحركة تشتت الانتباه من حيث:

- 1- المظاهر السلوكية أو أعراض الاضطراب .
- 2- تشخيص الأعراض أو المظاهر حيث يبدأ من سن 7 سنوات و يتم التشخيص عن طريق المدرسة أو المنزل أو مكاتب الصحة الخاصة بالطفل.
- 3- تطبيق بعض الاختبارات السيكولوجية للتعرف على الطفل ذو اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه. (د. نايف بن عابد الزراع نفس المرجع السابق، ص: 73).
- 4- التعريف بالمشكلات التي يلاحظها الآباء مثل:
 - مشكلات الانتباه مثل (يفقد الأشياء ينسى أحياناً)
 - (د. مشيرة عبد الحميد أحمد اليوسفي نفس المرجع السابق ، ص: 97)
 - مشكلات خاصة بالتفكير مثل (صعوبة الانتظار عدم تعلمه من الأخطاء.
 - تكرار النشاط على فترات مثل (لا يحتاج إلى الراحة، غير قادر على الجلوس) ثم تدريبات على كل ما سبق.

اللقاء 2 :

اعتن بطفلك و في هذا اللقاء يعطي الآباء بعض الأفكار التي تساعد على فهم مشكلات أطفالهم الذين يعانون من اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه لكي تؤدي إلى تحسن سلوكهم و خفض مظاهره مثل:

أ. ركز على الخبرات السابقة لطفلك مثل (مرات الإحباط أو الفشل)

ب. اعرف طفلك مثل (أصعب و أسهل شيء للطفل، و ما الذي يثير انتباهه؟) ثم تدريبات على ما سبق.

ت. اتصل بطفلك مثال (قل له انه مهم اجعل نظرك إليه).

ث. تعرف على أشكال السلوك مثال (علمه كيف يحل المشكلة - شجع السلوك الجيد.

ج. اتبع التعليمات الآتية التي أمامك بالقائمة مع استخدام عمليات التعزيز المختلفة إذا تتبع التعليمات بطريقة صحيحة ثم تدريبات على ذلك.

اللقاء 3:

وفي هذا اللقاء ركز على المشكلات الأساسية التي يسببها الطفل في المدرسة و العمل

المدرسي و مصادر الضغوط على طفلك من مدرسي المدرسة و يتم في هذا اللقاء.

(1) الاتصال بالمعلم و هي أول خطوة للتكيف مع المدرسة، لأن المدرس هو الذي يقود أنشطة الطفل.

(2) العلاج الطبي و فيه يتم معرفة نوع الأدوية التي يستخدمها الطفل و أي تغيير يحدث في نظام الجرعات.

(3) جدولة الواجبات المنزلية و الأنشطة المدرسية و فيها مساعدة الطفل على عمل الواجبات مع تشجيع الأداء الأحسن.

(4) العمل و اللعب مع الآخرين و يتم من خلاله معرفة مشاكل الطفل مع الآخرين.

(5) تعليم الطفل ذي اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه المهارات مبكرا مثل (مهارات القراءة

-الكتابة - التعرف على الأشياء الجيدة و غير الجيدة)

(6) كيفية تنظيم الواجبات المنزلية.

(7) حدد المكان المناسب لعمل الطفل في المنزل و في المدرسة ثم تدريبات على كل ما

سبق. (د مشيرة عبد الحميد أحمد اليوم نفس المرجع السابق ، ص: 97-99)

اللقاء 4:

اعتن بنفسك تعطي تعليمات أو إرشادات للآباء بالاهتمام بأنفسهم ، حيث ظهرت الأبحاث أن الوالدين الذين لديهم أطفال يعانون من اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه لديهم ضغط دم عال من مشكلات هؤلاء الأطفال و الناشئة أيضا من سوء الخبرة في التعامل مع هذه المشكلات و كيفية التطبع معها.

ووضعت قائمة لكيفية العناية بالآباء، و أظهرت نتائج هذا العمل انخفاضا في ضغوط الوالدين مع انخفاض في المظاهر السلوكية لأطفالهم، و نجح البرنامج في إكساب الأطفال ذوي فرط الحركة و تشتت الانتباه سلوكيات جديدة في المنزل و المدرسة.

أ- العلاج التربوي:

يتضمن تعليم الأفراد المصابين باضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه الكثير من المتطلبات التي تبدأ بتوفير خطة تربوية فردية و تنظيم البيئة الصفية و استخدام التكنولوجيا الحديثة و طرق و استراتيجيات مناسبة في حال كان الطفل يعاني من صعوبات في التعلم أو ضعف في التحصيل كما يمكن العمل على ضبط البيئة الصفية و استخدام استراتيجيات معينة للتدريس للطالب المصاب بدون صعوبات التعلم.

يذكر كوفمان و هالامان 2006 إن العلاج التربوي للأفراد المصابين باضطراب فرط

الحركة و تشتت الانتباه يقوم على محورين هما:

1- بنية غرفة الصف و توجيهات المعلم:

يعمل تنظيم البيئة الصفية أولاً على التقليل من المثيرات البيئية في غرفة الصف و هذا للسير الحسن للعملية التعليمية. كما يحرص المعلم على زيادة المواد الضرورية لعملية التعلم. كما يقوم المعلم على توفير برنامج منظم من خلال التركيز الشديد على توجيهات المعلم.

(د مشيرة عبد الحميد أحمد اليوسفي نفس المرجع السابق ، ص: 99)

فعند دخول الطفل إلى غرفة الصف ، يقوم الطفل بتعليق معطفه مثلاً في المكان المخصص لذلك ، حيث أن هذا المكان ليس من اختيار الطفل بل من اختيار و تنظيم المعلم و هو مكان مخصص لذلك و يذهب بعد ذلك إلى مقعده و يجلس و يبدأ بمتابعة تعليمات المعلم فيما يتعلق بمهام التعليم . بالإضافة إلى متابعة التعليمات الأخرى المتعلقة بتناول الطعام و استخدام دورة المياه و غير ذلك من الأنشطة.

(د نايف بن عابد الزراع. نفس المرجع السابق، ص: 74)

13- قياس و تقويم السلوك الوظيفي و كفاية إدارة الذات:

إن عملية قياس و تقييم السلوك بشكل فعال تتطلب تحديد النتائج و الآثار و الأحداث التي تؤدي الحدوث المشكلات السلوكية السلوكيات غير المناسبة) . و يضيف هورنر و كارل 1997 أن من امثل الوظائف النموذجية للسلوك غير المناسب لدى الأطفال الذين يعانون من اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه هي:

1-تجنب أداء المهام (تجنب العمل).

2-كسب انتباه الآخرين (خصوصاً الزملاء في الصف)

إن طرق إدارة الذات عادة ما تتطلب توفر أشخاص يتابعون سلوكيات الأطفال المصابين و تعزيز المناسب منها و الحصول على النتائج.

أ- الشروط الواجب توافرها في العلاج التربوي:

يحتاج العلاج التربوي إلى بعض الشروط الواجب توافرها حتى يكتب له النجاح و نشير

إلى أهمها فيما يلي:

1- يجب أن يحسن اختيار المعلم الذي سيقوم بالتدريس للأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه بحيث يتمتع بالصبر، و يكون لديه الاستعداد النفسي و البدني للعمل مع هؤلاء الأطفال ، و ذلك لأن العمل مع هؤلاء الأطفال يحتاج إلى صبر و جهد أكثر مما يحتاجه مع الأطفال الأسوياء.

2- أن يتم تدريب هذا المعلم على كيفية التدريس للأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه، و تزويده بفنيات العلاج التربوي التي تساعد على نجاحه في عمله معهم.

3- يجب أن يتم تكوين فريق عمل بالمدرسة يتكون من مدير المدرسة و المعلم الذي تم اختياره ليقوم بالتدريس للأطفال الذين يعانون من هذا الاضطراب و الأخصائي النفسي، و الأخصائي الاجتماعي ، و الزائرة الصحية أو الممرضة إن وجدت ، و يجب تزويدهم بالمعلومات الكافية عن اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه من حيث أسبابه ، أعراضه و مظاهره السلوكية و الاضطرابات السلوكية و الانفعالية و التعليمية التي تصاحبه.

4- يجب أن يقوم فريق العمل بوضع خطة علاجية شاملة يشترك فيها أعضاء هذا الفريق كل حسب تخصصه ، كما يجب أن يقوم كل عضو بمتابعة الطفل الذي يعاني من هذا الاضطراب كل حسب تخصصه ، و يقوم بتسجيل أية ملاحظات لمناقشتها مع فريق العمل فمثلا : يقوم المعلم بتدوين كل الملاحظات التي تشير إلى أعراض اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه في حجرة الدراسة مثل : سقوط الطفل من على الكرسي ، أو تشتت انتباهه بسهولة، أو كتابة جملة واحدة في مدة زمنية طويلة.

5- يجب أن يكون هناك اتصال مستمر بين فريق العمل ، و أسرة الطفل لكي يحصلوا من الوالدين على بعض المعلومات المتعلقة بالتاريخ التطوري لهذا الاضطراب ، و كذلك أعراضه في البيئة المنزلية لكي يمدوا الوالدين أيضا ببعض الإرشادات التي يمكنهم الاستفادة منها في البيئة المنزلية .

6- بعض الآباء ليس لديهم دراية أو أية معلومات سابقة عن اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه، كما أنهم لا يعلمون أن طفلهم مصاب باضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه ، و

لذلك يجب على فريق العمل عدم تبليغهم مباشرة بان طفلهم يعاني من هذا الاضطراب ، و لكنهم يقولون للوالدين أن المعلم قد لاحظ على طفلهم عدم الانتباه و كثرة نشاطه الحركي ، و السقوط من على الكرسي ، و غيرها من الأعراض التي يلاحظها المعلم على الطفل الذي يعاني من هذا الاضطراب في حجرة الدراسة و بعد مرور فترة زمنية من التعامل و التعاون بين فريق العمل و الوالدين يمكن تبليغهم تدريجيا بان طفلهم يعاني من هذا الاضطراب.

(د. السيد على ود فائقة محمد بدر نفس المرجع السابق ، ص 92)

14. طرق الوقاية من اضطراب فرط الحركة

1(المستوى الأول):

تهدف الوقاية في هذا المستوى إلى الحيلولة دون حدوث الاعتلال أو الضعف و ذلك يتم من خلال جملة مجموعة من الإجراءات التي تمنع تعرض الفرد لهذا الاعتلال أو الضعف و تهدف أيضا إلى خفض نسبة الإصابة في المجتمع إما الوسائل المستخدمة لتحقيق مثل هذا الهدف فهي عديدة و تشمل: إزالة مخاطر البيئة ، التطعيم ضد الأمراض ، تحسين مستوى رعاية الأمهات و الأطفال ، إتباع قواعد الأمن و السلامة العامة في الأماكن المختلفة ، توعية المجتمعات ، التخطيط لمرحلة ما قبل الزواج و الحمل، برامج الإرشاد الجيني، فحص ما قبل الزواج ، التربية الوقائية ، العناية النفسية و الاجتماعية بالطفل الرعاية الصحية للام الحامل ، العناية بالمواليد ، العناية بالأم و المولود في مرحلة الولادة.

(نايف بن عابد الزراع. نفس المرجع السابق، ص: 86)

-منع الأم من تناول العقاقير (الكحول، التدخين، المهدئات، المخدرات...)

-الولادة الطبيعية هي أفضل طريقة لتجنب أحداث أي ضرر عضوي بالجهاز العصبي المركزي للطفل حديث الولادة.

-تجنب الصوت المرتفع و الشجار المستمر و البيئة الغير المركبة أو نقص الإثارة كالحرمان من مواد اللعب ز الخبرات العادية الأخرى.

(2) المستوى الثاني:

تهدف الوقاية في هذا المستوى إلى الحد و منع تطور و تفاقم الاعتلال أو الضعف و إلى عجز و بالتالي خفض نسبة الأفراد العاجزين في المجتمع و ذلك من خلال برامج الكشف المبكر و التدخل المبكر من خلال العلاج الفوري و المناسب لحالات الاعتلال و الضعف و تمثل طرق الوقاية الثانوية في التعريف المبكر على الأفراد الذين يعانون من ضعف أو إعتلال ما ثم يتم تزويدهم بأنواع العلاج المختلفة و المناسبة لحالة الضعف طبية كانت أم تربوية نفسية أم إجتماعية أم صحية.

(3) المستوى الثالث:

تهدف الوقاية في هذا المستوى إلى التغلب على حالة العجز و الحيلولة دون تفاقم هذه الحالة و تطورها إلى إعاقة و ذلك من خلال مساعدة الفرد العاجز على استعادة ما يمكنه إستعادته من قدرات جسمية كانت أم عقلية أم تربوية أم نفسية أم إجتماعية . و منع حدوث مضاعفات أو التخفيف منها على أقل تقدير . أما بالنسبة للوسائل و الطرق و الإجراءات التي يمكن توظيفها لتحقيق مثل هذا الهدف فهي تتمثل في الخدمات التربوية الخاصة و التأهيلية و الخدمات المساندة (علاج طبيعي PT ، علاج وظيفي OT ، علاج اضطرابات النطق و اللغة LST و غيره).

و الخدمات التربوية و الإرشادية و تعديل اتجاهات المجتمع السلبية نحو الإعاقة و ذوي الاحتياجات الخاصة كما أن توفير فرص الاندماج الاجتماعي تساعد في تحقيق هذا الهدف و غير ذلك من الإجراءات التي يمكن أن تساعد في تحقيق هذا الهدف و غير ذلك من الإجراءات التي يمكن أن تساعد في إزالة الحواجز المادية و غير المادية التي قد تعيق توافق الفرد ذو الاحتياجات الخاصة و استقلاليته أو تحرمه من حقوقه الطبيعية .

(قوبار أمال ، بوشنة أسيا ، 2009/2010، ص:24)

(د نايف بن عابد الزراع. نفس المرجع السابق، ص: 87-90)

أ- بعض الإجراءات الوقائية و الصحية:

-فحوص قبل الزواج لتحديد الجينات التي قد تسبب الكثير من الاضطرابات بحيث العوامل الجينية أو الشذوذ الكروموزومي و غير ذلك من العوامل تلعب دورا كبيرا في إحتمالية حدوث مشاكل .فالأسر التي لها تاريخ مرضي (اضطرابات نفسية ، عقلية ، سلوكية، اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه و غيرها) تجعلهم مؤهلين أكثر للإصابة باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه.

-في مرحلة الحمل الامتناع عن تناول أية عقاقير بدون استشارة الطبيب بالإضافة إلى تجنب التعرض للأشعة السينية خاصة في الأسابيع الأولى.
-تجنب التعرض للمواد الكيماوية السامة.

-الامتناع عن تناول أية مطاعيم تشمل فيروسات حية.

-عدم تناول المشروبات الكحولية و عدم التدخين.

-الحرص على تناول الغذاء السليم.

(نايف بن عايد الزراع. نفس المرجع السابق، ص: 87-)

- في مرحلة الولادة : عسر الولادة و نقص الأوكسجين و الإصابات أثناء مرحلة الولادة كلها يمكن أن تزيد من احتمالية الإصابة بفرط الحركة و تشتت الانتباه.

-مرحلة ما بعد الولادة : رعاية المواليد بحيث المراحل الأولى هي مهمة في بناء طاقة لجوانب الجسم المختلفة، فنقص اليود يضعف القدرات الجسمية العظيمة و نقص الحديد إلى فقر الدم و بالتالي ظهور الاضطرابات السلوكية و الانفعالية و صعوبات التعلم و اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه.

15. الطرق التربوية و النفسية و الاجتماعية للوقاية من اضطراب فرط الحركة 1-علم الطفل أنشطة هادفة.

2-احرص على تغذية طفلك تغذية سليمة.

3-احرص على تنمية كفاءة الطفل و إستغلال قدراته.

4- علم الطفل تركيز الانتباه و عززه. و هذا من خلال تشجيع الطفل على قدرته و من خلال أن يكون الأب نموذجاً له. و المهم هو عدم تعزيز التشتت و إذا ما تشتت إنتباه الطفل يجب عدم الانتباه له سواء كان هذا الانتباه إيجابياً أم سلبياً.

5- نظم البيئة أي جعل المكان الذي يدرس فيه أو الذي يعيش فيه خالياً من المشتتات و تقليل من المثيرات الخارجية لأن ذلك يساعده على تنمية الانتباه و التركيز لدى الطفل.

6- درب الطفل على الضبط و التنظيم الذاتي و هذا من خلال أسلوب التعليمات الذاتية أو التدريب على حل مشكلة ما في موقف ما و استخدام أسلوب لعب الأدوار و النمذجة و تعليم الطفل كيف يرصد سلوكياته..(د. نايف بن عابد الزراع. نفس المرجع السابق، ص: 91-93)

ملخص فصل نشاط الحركة

فرط نشاط الحركة و الانتباه، اضطراب يصاحب بعض الأطفال ما بين ست 6 إلى 12 سنة و يسبب بعض المشاكل في المدرسة و المنزل، حيث يؤثر على مستوى التحصيل للطفل في حد ذاته ، بالإضافة إلى التأثير على العملية التربوية المدرسية و عرقلة الأداء المهني .

فقد أصبح هذا الاضطراب من أبرز المشكلات السلوكية في أوساط الطفولة ، ففي

هذا الفصل استعرضنا كل من أسبابه ، أعراضه وعلاجه وكيف يمكن الوقاية منه .

الفصل الثالث :

السباحة

تمهيد :

تعتبر السباحة إحدى أنواع الرياضات المائية الهامة والتي تستغل الوسط المائي كوسيلة للتحرك خلاله عن طريق كل من حركات الذراعين والرجلين و الجذع ،بغرض الارتقاء بكفاءة الإنسان، ليس فقط من الناحية البدنية والمهارية و لكن أيضا من الناحية النفسية والاجتماعية، بل والعقلية.

1- لمحة تاريخية عن رياضة السباحة Swimming concept and history :

إن الهدف من تقديم إطار تاريخي لرياضة السباحة يتيح لنا الاطلاع ومعرفة كيفية تطورها والمراحل التي مرت بها عبر عقود من الزمن وفي الحقيقة أن الرسوم والنقوش التي عثر عليها بمواقع أثرية في بلدنا ومصر ودول أخرى تشير بان الإنسان مارس السباحة واستخدم عبور الأنهار والشواطئ هرباً من حيوان مفترس يطارده، أو لاصطياد مخلوق لغرض إطعام أسرته والاستفادة من جلده لصناعة ما يحتاجه في حياته اليومية كالملابس والأغطية.. كما وان هناك الكثير من الكائنات الحية تعيش قرب مصادر المياه. وبفطرتها تمارس العوم والسباحة كالضفادع والأسماك، وكان الإنسان يفقد تلك الحيوانات التي يراقب بقاؤها في الماء من غطس وطوفان فتعلم بهذه الطريقة البدائية الأولية السباحة، بعدها وبمرور الزمن أتقن الصيد والحصول على اللؤلؤ والمرجان والإسفننج والأحجار الكريمة إضافة لذلك مارسها للنظافة والاستمتاع وفي ضوء ما تقدم فان السباحة وبمختلف أنواعها قديمة بقدم تاريخ مجتمعاتها. (الدكتور دريد مجيد حميد الحمداني، 2016، ص67)

والمعنيون بالدراسات الحضارية والاستكشافات التاريخية يؤكدون بان وجود دلائل تشير إلى اهتمام الأقاليم السابقة من أكديين وسومريين وبابليين وأشوريين وفراعنة وغيرهم ببناء الحمامات وأحواض السباحة وإعداد جنودهم بدنياً وإتقانهم السباحة لخوض المعارك ضد أعدائهم أن تطلب الأمر ذلك، وهذا دليل على أهمية هذه الممارسة الرياضية قبل الآلاف السنين، وازدياد الوعي بما تجلبه من فوائد عليهم أنيا ومستقبلية ومع تراكم الأحداث والزمن حصل تطور وانتقال سريع عند العرب في بداية الفتح الإسلامي على ضرورة تعلم السباحة لأبنائهم وحديث الرسول الكريم محمد صلى الله عليه وسلم (علموا أبنائكم السباحة والرماية وركوب الخيل) وكان يعطي المثل لما يدعو إليه فقد مارس بنفسه بعض الأنشطة البدنية مع رفاقة من الصحابة جرياً وسباحة. ويذكر بان عبد الملك بن مروان كتب لأحد معاونيه (علموا أولادي العوم فإنهم يجدون من يكتب عنهم ولا يجدون من يسبح عنهم).

أما في العصر الحديث كانت البداية بعد أن أصبحت هذه الرياضة الجميلة والممتعة لها رواد وممارسين وقاعدة شعبية واسعة. قام المختصون بالنشر والتوثيق والاهتمام بتدوين ما يعزز الأسس والمبادئ العامة التي تقوم عليها السباحة فقام الأستاذ الألماني نيكولاس ووينمان Nicolaus Wynman بإصدار كتابه عام 1538 بعنوان (محادثة في فن السباحة) وفيه يعلم الفرد السباحة عن طريق محادثة بين معلم وتلميذ وقد اتخذ المعلم الضفدعة كأمودج لأداء حركات السباحة. كما صدر كتاب آخر عام 1816 من قبل جونفروست عن سباحة الصدر.. ثم استمرت الإصدارات من كتب وكراسات التسليط الضوء على هذه الرياضة. وفي عام 1796 تأسس أول نادي للسباحة في العالم بمدينة (أوبسالا) في السويد وقد قام بتأسيسه طلبة جامعة أوبسالا.

(الدكتور دريد مجيد حميد الحمداني، مرجع سابق، ص 68)

أما المسابقات الخاصة بالسباحة فقد بدأت في لندن وكان هناك ستة أحواض مختلفة الأحجام للسباحة وفي عام 1837 ظهرت ولادة الجمعية الأهلية للسباحة في لندن أيضا ثم تطورت واتسعت وأصبح بعد ذلك اتحاد السباحة الهواة في المملكة المتحدة بحدود عام 1896، وهكذا استمر الانتشار والتنظيم حتى انشأ أول اتحاد دولي للسباحة FINA عام 1908 ويعتبر انتقال السباحة من الأنهار والبحار الى أحواض ونوادي ومدارس لتعليمها وتشكيل الجمعيات والاتحادات نقطة تحول وتطور في هذا المضمار .

أما بخصوص السباحة في الوطن العربي فهي رياضة محببة ومشوقة تمارس كنشاط حر من قبل الهواة والمحترفين ساهم في إنشاء الاتحادات الرياضية للسباحة.. وكان الجمهورية مصر العربية الريادة في ذلك فقد أسس الاتحاد المصري للسباحة عام 1910 ومن ذلك التاريخ تجرى المسابقات والفعاليات على شواطئ البحر الأبيض المتوسط، ونضمت في مدينة الإسكندرية أول بطولة للسباحة عام 1914 اشترك بها شباب مصر ثم تنوعت المشاركات والأنشطة من خلال إنشاء المسابح وهي بمثابة مدارس التعليم وتطوير المهارات الحركية للمبتدئين وللسباحين الآخرين. وفي المملكة العربية السعودية كانت السباحة منتشرة

في المجتمعات القريبة من سواحل الخليج العربي والبحر الأحمر ويمارسها الشباب كهواية ومنتعة إلى أن شكلت الجمعية العربية السعودية للسباحة عام 1973 فقامت بتنظيم هذه اللعبة وتطويرها وفي عام 1975 تغير اسمها وأصبح الاتحاد السعودي للسباحة. وكان أول نشاط دولي لهذا الاتحاد هو الاشتراك في مهرجان الشباب العربي الذي أقيم في ليبيا عام 1975 في سباحة المسافات القصيرة وفي عام 1976 نظم الاتحاد السعودي للسباحة بطولة الخليج العربي الثالثة للسباحة للمسافات الطويلة للهواة في مدينة الدمام السعودية. وأقام الاتحاد بتنظيم أول بطولة على مستوى المملكة العربية السعودية السباحة المسافات القصيرة والغطس وكرة الماء وكان ذلك في عام 1977.

وتوالى هذه الأنشطة والفعاليات المائية خصوصا في المناسبات الوطنية لدول مجلس التعاون الخليجي وفي عام 1976 تأسس اتحاد الخليج العربي للسباحة واخذ على عاتقه تنظيم البطولات على مستوى دول الخليج.

(الدكتور دريد مجيد حميد الحمداني، مرجع سابق ، ص 70)

أما بصدد تاريخ السباحة في العراق فتستمد جذورها وأسسها من وجود النهرين (دجلة والفرات) وروافدهما ونلاحظ بان سكان المناطق المحاذية للشلالات والمنابع المائية أو القرييين منها يكونوا أكثر من غيرهم تعلما للسباحة وبعض العوائل تسرع في تعليم أبنائها وهم صغارا خشية من الغرق أو لمساعدتهم في سقي المزروعات وصيد الأسماك، أما سكان الأهوار فتلد نساؤهم وسط المياه الطبيعية مساكنهم فهم يجيدون السباحة جميعا ذكورا وإناثا .

إن هذه البيئات بمثابة مستودعات طبيعية تقوم بتهيئة وإعداد السباحين من الهواة وتجري المسابقات لغرض الترفيه والتنافس. إلى أن أسس أول اتحاد راقي للسباحة عام 1956 برئاسة علي محسن، ونائبه عزيز الحجية، وأمين السر صادق الصفار، وعضوية إسماعيل حمودي و علي السامرائي. واخذ على عاتقه تطوير هذه اللعبة وصقل قابليات المستويات المتقدمة وإدخال الأساليب والأسس العلمية الحديثة من خلال إقامة الدورات التدريبية والتطويرية للسباحين لغرض تشكيل الفرق النظامية والاشتراك في المسابقات

المحلية والعربية والمساهمة في الدورات الأولمبية، وفي عام 1983 تأسس الاتحاد العربي للسباحة واخذ على عاتقه تنظيم المسابقات التنافسية للألعاب المائية على مستوى الدول العربية مثل السباحة للمسافات الطويلة والقصيرة للناشئين والشباب وكرة الماء والتجديف والغطس.. الخ. كما أصبح السباحون العرب محترفين ويمتلكون مهارات فنية متقدمة وتكنيك عال وحصلوا على ارفع الأوسمة والميداليات والجوائز وكان سجلهم في بطولة أفريقيا للسباحة عام 1997 متميزا فقد أحرز المنتخب المصري المركز الثاني وحصل على أربع ميداليات ذهبية وسبعة فضية وثلاث عشر برونزية. كما حصل السباح الجزائري سليم اليأس في دورة ألعاب البحر المتوسط الثالثة عشر التي أقيمت عام 1997 في مدينة باري بإيطاليا على ميداليتين إحداها ذهبية لفوزه بالمركز الأول في سباق سباحة 100م حرة والأخرى فضية لفوزه بالمركز الثاني في سباق لمسافة 50م حرة. كما شاركت السباحة المصرية رانيا علواني وحصلت على ميداليتين ذهبيتين لفوزها بالمركز الأول في سباق المسافة 50م وتحطيمها الرقم القياسي لهذا السباق وقدره (2631) ثانية حيث سجلت زما قدرة (2590) ثانية وسباق (100)م مرة وتحطيمها الرقم القياسي السابق أيضا. ثم أحرزت ميدالية فضية في سباق السباحة المسافة (200)م حرة حيث جاءت في المركز الثاني. وكان لرانيا علواني نصيب الأسد من ميداليات السباحة في الدورة العربية الثامنة التي أقيمت عام 1997 في لبنان حيث أحرزت إحدى عشرة ميدالية منها تسع ميداليات ذهبية واثنان فضية.

والجدير بالذكر أن سباقات المسافات الطويلة في السباحة سبقت السباقات القصيرة تاريخية، وأهم مشاركة كانت تجري قديما هي سباق المانش، ولهذه السباقات (الطويلة) أساليبها المختلفة للتدريب كذلك لها قانونها وطرقها التحكيمية وسباقاتها تقام في البحار والأنهار الكبيرة والبحيرات ولها خط سير واضح ومحدد. ومن أهم وأشهر هذه السباقات ما يأتي: (الدكتور دريد مجيد حميد الحمداني، مرجع سابق، ص 72)

1-سباق المانش (فرنسا- انكلترا) مسافة 33 كم .

2-سباق كابري - نابولي (إيطاليا) مسافة 30 كم .

3- سباق النيل الدولي حلوان - القاهرة (مصر) مسافة 57 كم .

4-سباق أوناريو (كندا) مسافة 45 كم

أما السباحات القصيرة فأدخلت منهاج الأولمبياد في دورة أثينا باليونان عام 1896 كما وأدرجت رياضة السباحة للنساء في دورة استوكهولم في السويد عام 1912 لذا فان السباحة بمفهومها الحديث بدأت في أوروبا عام (1800) تقريبا. وكانت أنواعها المعروفة حاليا كسباحة الصدر بدايتها عام (1840) وأقيمت اول مسابقة لها سنة (1844)، وأدخلت في منهاج الدورات الأولمبية لأول مرة عام (1908) عندما كانت الدورة تقام في لندن، واشتركت بسباق (200)م وهي الفعالية الوحيدة وفاز بها السباح (فرد رونيك هلمن) وقطعها بزمز قدره (03:09:02) أما سباق (100)م سباحة صدر فأدخلت لأول مرة عام (1968) في دورة اولمبياد المكسيك وقطع المسافة الفائز (دونالد سكندني) بزمز (01:07:07)، أما سباقات النساء فتم مشاركتهن في دورة باريس عام (1924) بمسافة (200) م وفازت بها المتسابقة (لوسي مورتن) إذ قطعت المسافة بزمز قدره (03:33:02) وفي مسابقة (100)م سباحة صدر للسيدات فكانت عام (1968) في دورة اولمبياد المكسيك وفازت السباحة (ديموردسة بيرون) بزمز قدره (01:10:08)

(دريد مجيد حميد الحمداني، مرجع سابق، ص73)

وتليها سباحة الظهر التي بدأت عام (1914) وكانت حركاتها تؤدي كحركات سباحة الصدر ومع الاستمرارية تطورت وأصبحت حركات اليدين مع ضربات الرجلين كسباحة الكرول. وأدخلت في السباقات الأولمبية لأول مرة عام (1900) في باريس بفعالية (200)م سباحة ظهر وقطعها السباح ارنست هوين) بزمز قدره (02:47:00). ثم انقطعت ممارسة هذه الفعالية حتى عام (1964) حيث أعيدت لبرنامج الأولمبياد في طوكيو وقطعها السباح (يدجرايف) بزمز (2:10:30). أما مسافة (100) باردة سباحة الظهر فدخلت لأول مرة في المنافسات الأولمبية عام (1904) بمدينة سانت لويس في الولايات المتحدة الأمريكية وكان

المتسابق الأول و التيرراك) حيث قطع المسافة بزمن قدره (01:16:80). أما بالنسبة لسباحة النساء فأدخلت عام (1924) في دورة باريس واشتركت بفعالية (100)م سباحة الظهر وفازت المتسابقة (زينل بايور) وقطعتها بزمن قدره (01:23:30) كما أدخلت سباحة الظهر للسيدات المسافة (200)م لأول مرة في اولمبياد المكسيك (1964) وقطعتها السباحة الفائزة بزمن قدره (02:24:80). اما بصدد سباحة الفراشة او الدولفين فظهرت عام (1948) وكانت قبل عام (1952) تدخل في السباقات ضمن فعالية سباحة الصدر، وبعد استمرارية اللعبة وتغير بعض اللمسات في حركاتها كونها تتميز بتكنيك خاص عن السباحات الأخرى. أدخلت فعالية (200)م سباحة فراشة لأول مرة عام (1956) في دورة اولمبياد ملبورون قطعها المتسابق (وليم بورتسك) بزمن قدره (02:19:30) وفي دورة المكسيك عام (1968) أدخلت فعالية (100) م لأول مرة في المنهاج الاولمبي وكان السباح الفائز (دولكس روزل) حيث قطع المسافة بزمن قدره (00:55:09) وأصبح السباحة الفراشة أسلوبها الخاص والمستقل.

أما بصدد اشتراك النساء بهذا النوع من السباحة فأدخلت عام (1956) في دورة أولمبياد ملبورون فساهم من بفعالية (100)م فراشة وكانت السباحة الفائزة الأولى هي (زي كان) حيث قطعت المسافة بزمن قدره (01:11:00) (كما وادخل سباق (200)م عام (1968) في دورة اولمبياد المكسيك فقطعتها السباحة (اجاجي كوك) بزمن قدره (02:24:07).

والسباحة الحرة هي أسرع أنواع السباحات الأربعة وأكثرها انتشارا وهي سباحة الزحف على البطن (كرول)، وأدخلت في أول دورة اولمبية عام (1896) بأثينا باليونان وكانت أول مسابقة لمسافة (100) م سباحة حرة قطعها السباح (الفرد هانيتز) وقطعها بزمن قدره (01:22:03)، وفي الدورة الثانية لأولمبياد باريس عام (1900) حيث جرى سباق (200)م وقطعت بزمن (02:25:12) من قبل السباح (فردي لان)، أما مسافة (400)م سباحة حرة أدخلت للدورات الأولمبية عام (1908) في لندن وقطعها المتسابق (هنري تيلر)

بزمن قياسي قدره (05:36:8) كما أدخلت في الدورة ذاتها مسابقة (1500)م وقطعها المتسابق (هنري تيلر) نفسه وبزمن قدره (22:48:04) وفي صدد السباحة النسوية فأدخلت لأول مرة عام (1912) في دورة اولمبياد ستوكهولم السويد بفعالية (100)م سباحة حرة وقطعت بزمن قدره (01:22:20) من قبل السباحة (فان دارك)، وفي عام (1924) دخلت فعالية سباحة (400) م حرة دورة باريس وقطعتها السباحة والفائزة الأولى (مارثا نورلوس) بزمن قدره (6:02:02) أما سباق (200) م و (800)م سباحة حرة فأدخلت هاتين الفعاليتين عام (1968) في دورة المكسيك كذلك في دورة سيئول الأولمبية عام (1988) أدخلت مسابقة لمسافة (50)م سباحة حرة.

(دريد مجيد حميد الحمداني، مرجع سابق ، ص 74)

2. تعريف السباحة:

السباحة هي إحدى الرياضات المائية وعصبها الأساس، حيث أنها تتصف في أدائها عن باقي الألعاب الأخرى بصفة الاستمرار والانسياب الدائم الذي يظهر في العمل المستمر المتبادل بين حركات الذراعين والرجلين، فهي تؤدي في وسط يتصف بالمقاومة المستمرة سواء من كثافة الماء أو ضغطه على الجسم أو التموجات الناتجة من الحركات داخل الماء.. لذلك يجب أن تكون الحركات وفق إيقاع حركي يتناسب وطريقة السباحة، فكما هو معروف أن كل ضربة أو شدة يستغرق أداؤها فترة زمنية معينة، وتكون هذه الضربات أو الحركات متكررة ومركبة حيث يتبادل العمل خلالها بين الذراعين والرجلين والرأس، ويحدث خلال هذه الفترات الزمنية إنقباض وإنبساط العضلات أي التبادل بين العمل والراحة، وكلما كان هذا التبادل انسيابيا كلما كانت القوة الناتجة في اتجاه الحركة، وبالتالي يحدث الاقتصاد في الجهد وعدم الشعور بالتعب، حيث تتجمع قوة الدفع في اللحظة المناسبة ويتحقق الهدف المنشود. (سميرة محمد عرابي، 2017، ص40)

ويمكن أن نعرفها بأنها من ابرز الرياضات المائية التي تستغل الوسط المائي للتحرك والنشاط باستخدام الذراعين والرجلين والجذع وهي من الأنشطة التي تمارس المختلف

الأعمار ولكلا الجنسين، ولها غايات وأهداف ترتقي بكفاءة الفرد بدنية ونفسية ومهارية، ولكونها رياضة عالمية ولها سباقاتها التنافسية والترويحية نظمت في أندية متخصصة وبها قانون دولي خاص معتمد من قبل الاتحاد الدولي للسباحة.

(دريد مجيد حميد الحمداني، مرجع سابق، ص 75)

1.2 تعريف السباحة :

السباحة من الرياضيات المفضلة لكل من فئة الصغار الشبان و الكبار لكونها وسيلة للتخفيف من الضغوطات، كما أنها مفيدة للصحة وترفع الروح المعنوية لممارسيها تمدهم بالنشاط و الحيوية على الدوام .

2.2 مجالات السباحة:

تختلف مجالات السباحة باختلاف الغرض. فهناك

أ- السباحة التنافسية : وتمارس وفقا لقواعد محددة ومعرفة من قبل الاتحاد الدولي للسباحة وذلك من حيث عدد السباقات وطريقة السياحة والبدء والدوران لكل نوع من الأنواع، وتتطلب السباحة التنافسية بذل أقصى جهد واستعدادا نفسيا وبدنيا وعقليا لمحاولة تسهيل أقصى زمن ممكن للمسافة المقررة .ولتحقيق ذلك وجب أن يخضع السباح لبرنامج تدريبي مقنن و مستمر تتطلب منه بذل كثير من الوقت والجهد لتحقيق أفضل النتائج. وجدير بالذكر أن أسلوب نظام تدريب السباحة التنافسية يؤثر بشكل كبير في أسلوب حياة الفرد الممارس من حيث نظام الحياة اليومية، التغذية، النوم، الناحية الصحية... الخ .

ومسابقات السباحة التنافسية حسب قانون اتحاد السباحة الدولي، هي :

1- مسابقات السباحة الحرة (50م-100م-200م-400م-1500م للرجال و 800م للنساء).

2- مسابقات سباحة الظهر 100م -200م

3- مسابقات سباحة الصدر 100م -200م .

4- مسابقات سباحة الفراشة 100م -200م.

5- مسابقات الفردي المتنوع 200م -400م.

6- مسابقات التتابع الحرة (4×100م رجال ونساء) (4×200م رجال ونساء).

7- مسابقات التتابع المتنوع (4×100م رجال ونساء).

(قاسم حسن حسين: افتخار أحمد، 2000، ص 28-29)

ب- **السباحة التعليمية** : السباحة التعليمية واحدة من أهم مجالات السياحة، فهي أساس لا غنى عنه للانتقال إلى المراحل المتقدمة للوصول إلى الانجاز العالمي. بالإضافة إلى كونها الأساس لممارسة مهارات السباحة بدءاً بمصادقة الماء والتكيف معه إلى الطفو والانسياب والوقوف في الماء ومهارات السباحة التمهيدية مثل السباحة على الصدر والظهر وصولاً إلى اكتساب الفرد طرق السياحة التنافسية الأربعة الحرة، الظهر، الصدر، الفراشة)، وذلك ضمن تحقيق مبدئين مهمين هما الترويح وتحقيق الأمن والسلامة.

(وجدي مصطفى الفاتح، طارق صلاح فضلي، 1999، ص 21)

ج- **السباحة العلاجية**: وهي إحدى الأهداف المهمة لممارسة السباحة لوقاية من بعض التشوهات وعلاجها. فهي تستخدم منذ زمن بعيد للنواحي العلاجية، وقد تزايدت هذه الاستخدامات يوماً بعد يوم حتى أصبح برنامج السباحة جزءاً من برامج العلاج لكثير من حالات العوق والتشوه.

يجمع الخبراء على أن رياضة السباحة تكاد تمثل المرتبة الأولى من حيث قيمتها العلاجية مقارنة بالأنشطة الأخرى، وذلك لان للمعوق القدرة على الحركة في الماء بصورة أكبر من اليابسة حيث أن وزن الجسم في الماء يفقد جزءاً من وزنه يساوي وزن السائل المزاح، لذا فهو يبذل جهداً اقل للاحتفاظ بالاتزان، كما أن الألم الذي يعني منه على الأرض بسبب وزن جسمه يقل بدرجة كبيرة في الماء، بالإضافة إلى الناحية النفسية التي تزيد من ثقة المعوق عندما يرى إمكانية تعلمه لمهارات السياحة وسهولة تحركه في الماء مما ينمي لديه اتجاهات إيجابية نحو نفسه ونحو الآخرين، كما رياضة السباحة توفر للمريض فرصة التعرف على الآخرين في ظروف ممارسة اقرب للطبيعة مما يساعد على زيادة التكيف الاجتماعي والتوافق النفسي في المجتمع الذي يعيش فيه .

ويعد تعليم المعوقين والمرضى السباحة من الأمور التي تتطلب عناية خاصة وربما مميزة ويتطلب للتعامل مع هذه الفئة من الأفراد التفهم الواعي لخصائص حالتهم ويفضل عادة الاستفادة من توجيهات و إرشادات الطبيب المختص والتعاون بينه و بين المعلم في تحديد طرق السباحة التي تلازم الشخص وكمية الجهد المطلوب منه .

ولاستثمار ما تقدم في هذا الباب من أهمية السباحة وتحقيق الفائدة من مجالاتها المتعددة نضع بين يدي القارئ بعض التمارين العلاجية التي تعمل على تطوير القابليات البدنية لجهاز الدوري التنفسي، إذ أن عمليات الشهيق والزفير المتكررة تقوي عضلات الصدر نتيجة التحكم في كمية الهواء الداخل إلى الرئتين. ويمكن تصنيف هذه التمارين كلا حسب فائدته، فالمجموعة الأولى تكون حركاتها بطيئة مع استخدام قوة كبيرة و تنفس عميق، وفائدتها هنا تحفيز أنسجة الرئتين لزيادة كمية الهواء أثناء عملية الشهيق. أما تمارين المجموعة الثانية، فإن التنفس يكون أسهل لان الرأس خارج الماء عندئذ لا نحتاج إلى جهد كبير لتنظيم عملية التنفس، أما تمارين المجموعة الثالثة التي تؤدي من وضع الوقوف، فان توقف التنفس لدورتين أو ثلاث ضروري لتقوية عضلات الصدر إلا أنه لا ينصح باستخدام هذه التمارين للمصابين بأمراض القلب، لأن وقف التنفس يزيد من ضغط القلب. أما المجموعة الرابعة فتؤدي من الوضع المختلط، ويمكن أن تؤدي هذه التمارين لمعالجة تشوهات القوائم وأمراض الجهاز الدوري التنفسي أو للترويح، و أخيرا لبناء القوة.

(قاسم حسن حسين، افتخار احمد، مرجع سابق ، ص 29-31).

د- السباحة الترويحية: هي السباحة التي يمارسها الفرد لغرض تهدئة النفس وأشغال وقت الفراغ ولأغراض ترويحية بعيدة عن المنافسة والعلاج، فممارسة هواية ترويحية من قبل الفرد تعد شيئاً مهماً في خلق الشخصية المتكاملة من الناحية النفسية و الاجتماعية.

وتعد رياضة السباحة من الأنشطة الترويحية المهمة والتي تستطيع أن تضيء لونا بهيجا على الحياة بعد عناء العمل للتحرر من الضغط والتوتر الذي يصاحب رتابة الحياة اليومية، والسباحة نشاط ترويحي لا تلزم الفرد الممارس بإتباع قواعد محددة أو طريقة معينة

للسباحة، وإنما تترك للفرد حرية اختيار الوقت و الطريقة فهو يمارسها بغرض اللعب والتسلية و اللهو والترفيه وما يصاحبها من ضحك وسعادة ومرح باعتبار أنها نشاط طوعي و يميل إليه ويستمتع به. (أسامة راتب، 1990، ص 22،23 .)

و- فوائد السباحة:

اتفق كثيرون على أن رياضة السباحة هي رياضة الرياضات فهي تعمل على تشغيل جميع المجموعات العضلية العاملة في الجسم التي نحن في أمس الحاجة إلى تحريكها بعد أن أصبحت الآلة تسيطر على الإنسان وحركاته وحتى تفكيره في أحيان كثيرة، لذا هو في حاجة ماسة إلى خلق لحظات يبتعد فيها عما يشغله ويحرك جسمه وعقله بعيدا عن مشاغله وهمومه في هذا العصر الذي خلق كثيرا من الأمراض، وأمراض القلب و المفاصل والمتاعب النفسية هي نماذج من تراكمات هذا الزمن فحبذا لو استطعنا التغلب على هؤلاء الأعداء بالاتجاه إلى رياضة جميلة هادفة مفيدة لها تأثيرات كبيرة على سلامة وصحة الإنسان وتنمية عضلاته وتناسق جسمه ومرونة مفاصله، فالسباحة تنظم عملية التنفس وتنشط الجهاز الدوري وتساعد على الهضم وتشرك عضلات الجسم كافة وخاصة عضلات العمود الفقري وكثيرا ما تزيل التشوهات في الجسم خصوصا انحناء الظهر وتقوس عظمة الساق "الكساح، ومن هنا عدت الرياضة الكاملة التي لا تعادلها أخرى لنمو التكوين الجسمي المثالي ويمكن إدراج فوائدها كالآتي: (أسامة راتب، مرجع سابق، ص 37)

1. الفوائد الجسمية : للسباحة دورها في التكوين الجسمي العام من خلال تأثير التمارين المائية التي تكسب الفرد نموا متزنا فيه تتناسق ورشاقة. وللسباحة تأثير كبير على نمو العضلات ومرونة العمود الفقري بالإضافة إلى زيادة تحمل الفرد ورشاقة حركاته. فهي تعلم الفرد التحكم في عضلاته و أطرافه ونظرا لأنها تعمل بصورة منتظمة وبشدة وارتقاء مستمرين .

2. الفوائد الفسيولوجية: تؤثر السباحة تأثيرا كبيرا على أجهزة وأعضاء الجسم فهي تعمل على توسيع و تقوية عضلات الصدر، ثم اتساع الرئتين لاستعاب اكبر كمية من الهواء للقيام بعملية الزفير مما يؤدي إلى زيادة مرونة الرئتين ثم إلى السعة الحيوية لانقباض و انبساط العضلات الصدرية أثناء التنفس المنتظم. كما أن للسباحة تأثيرا كبيرا على زيادة قدرة الجهاز الدوري وزيادة حجم عضلة القلب بالإضافة إلى تأثيراتها على الأعضاء الداخلية للبطن مما يؤدي إلى تسهيل عملية الهضم
(. قاسم حسن حسين: افتخار احمد، مرجع سابق،ص 24-25).

3. الفوائد الترويحية والاجتماعية: الرياضة السباحة دور مهم في تعميق الناحية الاجتماعية، فهي تعمل على إيجاد علاقات جيدة مع السباحين الآخرين وبقية أفراد الأسرة عند الاشتراك بنشاط جميل مما يعمل على إضفاء روح الألفة والتعاون بينهم كما يظهر ذلك عندما يحاول الفرد إنقاذ الآخرين أو يساعدهم في حالة الضرورة مما يوجد علاقات اجتماعية جيدة فضلا عما تبثه السباحة من سرور ومرح يظهر واضحا على وجوه السباحين .وتتجلى الفوائد الترويحية السباحة عند ممارستها بغرض اللعب والترفيه و التسلية والتمتع بقضاء وقت الفراغ في نشاط بدني مفيد ومحبيب للنفس، فهي تساهم في حل مشكلة وقت الفراغ للفرد عن طريق ممارسة نشاط بدني يعود بالصحة والحيوية والنشاط على ممارسة .

(ورفيقة مصطفى سالم،1997، ص 12).

4. الفوائد الصحية: تعمل رياضة السباحة على إزالة التعب العضلي إذ ينصح في حالات كثيرة ممارسة السباحة لإزالة التوتر وكراحة ايجابية للاعبين بالإضافة إلى كونها تدفع الفرد إلى النظام والتعود على العادات الصحية الجيدة مثل الاستحمام قبل وبعد النزول إلى حوض السباحة والاعتناء بنظافة الأنف والعين والأذن وسائر أعضاء الجسم ناهيك عن أهمية الهواء الطلق والشمس مما يحسن الصحة العامة للفرد .

5. **الفوائد النفسية والعقلية:** تعمل السباحة على اكتساب الفرد الصحة العقلية إذ أنها تعمل على تنمية الجهاز العصبي من خلال أداء مهارات توافقية وتحت قوانين ثابتة بالإضافة إلى ما لها من تأثير على الناحية النفسية فهي تزيل التوترات العصبية وتنمي الشجاعة والأقدام وتبعد الخوف وتزيد من تماسك الجماعة وتنمي القدرة على القيادة بالإضافة إلى الشعور بالثقة بالنفس والقدرة على مساعدة الآخرين والتكيف مع البيئة.

(وجدي مصطفى الفاتح، طارق صلاح فضلي ، مرجع سابق، ص 15).

6. **الفوائد العلاجية:** تعد السباحة من الطرق العلاجية المهمة لمن لهم عاهة في الجسم أو في جزء منه على أن يكون ذلك تحت إشراف أخصائيين في العلاج الطبيعي و أحيانا في أحواض خاصة. أما المكفوفون والمصابون بالشلل وضعاف السمع فيمكن مساعدتهم بوضع مناهج خاصة لهم وتقديم المساعدات العلاجية و النفسية اللازمة.

(قاسم حسن حسين، افتخار احمد، مرجع سابق، ص 26 - 27 .)

ويمكن تلخيص فوائد السباحة بالآتي :

✓ الحفاظ على الصحة العامة وتحسين قدرات الإنسان الانجازية ثم رفع قدرة الجسم على مقاومة الأمراض تيمنا بالحديث الشريف "المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف.

✓ تحقيق النمو البدني السليم وخاصة الجيل الشباب الذين يشكلون عماد الأمة والمساهمة في رفع قدراتهم البدنية فهي تعمل على تنمية المطاولة والمرونة ثم السرعة في مراحل متأخرة، أما مطاولة القوة فتتمو خلال مراحل التدريب ومن خلال تمارين الأثقال

✓ إشباع الرغبة في ممارسة الرياضة ورفع قدرات الإنجاز بعد التعرف على القدرات الشخصية، وذلك من خلال مقارنتها مع قدرات الآخرين في المسابقات والبطولات المحددة لجميع الأعمار والمستويات .

✓ تنمية الصفات الشخصية لدى الإنسان مثل الثقة بالنفس والطموح والإرادة.

- ✓ عدم اقتصار ممارسة السباحة على سن أو جنس معين حيث يمكن ممارستها في أي سن ولكلا الجنسين.
 - ✓ رفع الاستعداد للدفاع عن الوطن وقد ثبت تاريخيا مساهمة السباحة في ذلك حيث أضعفت تأثير الموانع المائية، وأخذت دورا مهما في عملية التأهيل العسكري فمن يجيد السباحة يستطيع أن يعبر الحدود المائية والأنهار لمتابعة العدو أو للتخلص منه، كما قد يحتاج المقاتل إلى أن يبقى مدة طويلة في البرك المائية بكامل قيافته العسكرية وأسلحته وبذلك يكون اقدر على مواجهة المواقف فيما لو كان يجيد السباحة .
 - ✓ تساهم السباحة في رفع السمعة الوطنية وتمثيل القطر في المحافل القارية والعالمية و في تعميق الصداقة بين الشعوب ويكمن دورها المهم في العدد الكبير المسابقات السباحة الأولمبية التي يبلغ عددها 29 مسابقة فتوفر إمكانية أفضل لإحراز عدد كبير من الأوسمة مما يساهم في احتلال مراكز متقدمة بين الدول المتنافسة
 - ✓ دفع خطر الغرق من خلال إنقاذ النفس و إنقاذ الغير فكم من أرواح ذهبت لم تستطع إنقاذ نفسها ولم تجد من ينقذها .
 - ✓ تعد السباحة شرطا أساسيا لممارسة بعض المهن مثل الصيد والممارسة بعض أنواع الرياضة مثل الغطس وكرة الماء والتجديف والتزلج على الماء والغوص، كما تستخدم وسيلة من وسائل العامة للتدريب وذلك لمعظم أنواع النشاطات الرياضية .
- (قاسم حسن حسين، افتخار احمد، مرجع سابق، ص 26-27-28 - .)
- م- العوامل المؤثرة على عملية تعليم السباحة :
1. العوامل النفسية:

وهي تلك العوامل التي تكمن في عقلية المتعلم وتشتمل على :

- **الخوف:** و هو حالة نفسية تظهر على المبتدئ بسبب جهله للسباحة أو رؤية حادث غرق لأحد الأشخاص، إضافة إلى القصص و الخرافات التي يتحدث عنها الآباء للأبناء سابقا

هادفين من وراء ذلك تخويف أبنائهم وإبعادهم عن ممارسة السباحة في الأنهار وحتى في بحيرات أو حمامات السباحة بسبب عدم توافر شروط الأمان لممارسة هذا النشاط .

■ **عدم الرغبة:** وهي حالة نفسية تظهر لدى الأطفال لأسباب كثيرة منها :

- الخجل من إظهار جسمه أمام الآخرين .

- العاهات الجسمية.

■ **الحالة الاقتصادية:** وتكمن في عدم استطاعة الفرد شراء تجهيزات السباحة أو الاشتراك في حمامات السباحة.

■ **العامل الروحي:** وخاصة بالنسبة للمسلمين حيث تعودوا على عدم إظهار مفاتن الجسم أمام الآخرين .

■ **حالتا السمع والبصر:** رغم كونها حواسا فسيولوجية، إلا أنهما في نفس الوقت يعدان عوامل نفسية بسبب احمرار العينين وضعف حاسة السمع بسبب بقاء قطرات من الماء داخل الأذنين في الساعات الأولى لعملية تعليم السباحة، مما يؤدي ذلك إلى حالة وخوف من بقاء هذه الحالة بصورة مستمرة.

(وجدي مصطفى الفاتح، طارق صلاح فضلي، مرجع سابق، ص 42-43)

ب- **العوامل الفسيولوجية:** وهي تلك العوامل التي تمكن الفرد من تعلم السباحة وتشتمل على: **نمط الجسم (نحيف، عضلي، سمين)**

الأجهزة الحيوية (القلب، الدورة الدموية، الجهاز العصبي، الجهاز الحركي الخ

الأذنان (السمع)

العينان (البصر).

ج- **العوامل الفيزيائية:** وتشتمل على قوانين الطبيعة وأثرها على عملية تعليم السباحة ومنها: **القصور الذاتي:** أن الجسم في حالة الحركة أو السكون يبقى في حالته حتى يتعرض لمؤثر خارجي.

1. قانون زيادة السرعة: يمكن الحصول على سرعة أكبر كلما كانت الذراع سريعة وبصورة منتظمة وكانت القوة في الاتجاه السليم .
2. قانون رد الفعل: لكل فعل رد فعل مساوي له في القوة ومعاكس له في الاتجاه
3. قانون العجلات: (القوة × ذراعها = المقاومة × ذراعها)
4. قانون الطفو: قاعدة أرخميدس.
5. المقاومة: حيث تقع على مقدمات الجسم و على السطوح المتكونة نتيجة الانثناءات التي تحصل في بعض أجزاء الجسم .
6. الوزن النوعي: يلعب الوزن النوعي للجسم مع الوزن النوعي للماء دورا مهما في عملية طفو الأجسام وسهولة انسيابها .وتقسم حالة الوزن النوعي إلى ثلاث حالات هي:
 - أ- الوضع الأفقي: عندما يكون الوزن النوعي للجسم أقل من الوزن النوعي للماء يؤدي ذلك إلى طفو الجسم وسهولة حركته داخل الماء .
 - ب-الوضع الوسطي: عندما يكون الوزن النوعي للجسم مساوي أو أقل من الوزن النوعي للماء يؤدي ذلك إلى تعلق الجسم في الماء، وتكون حركة الانسياب في هذه الحالة أقل من الحالة الأولى.
 - ج- الوضع العمودي: عندما يكون الوزن النوعي للجسم أكثر من الوزن النوعي للماء تؤدي هذه الحالة إلى اتخاذ الجسم وضعا عموديا على قاع الحوض، وتعتبر هذه الحالة من أصعب حالات التعليم في السباحة.

(وجدي مصطفى الفاتح، طارق صلاح فضلي، مرجع سابق، ص 43-44).

3. خصائص المرحلة العمرية (09-12) سنة: قبل التطرق لمميزات وخصائص هذه المرحلة بصفة مدققة نتطرق لمميزات عامة تميز هذه المرحلة عن باقي المراحل، فحسب الدكتور حامد عبد سلام زهران تتميز هذه المرحلة بـ:
 - بطء معدل النمو بالنسبة لسرعته في المرحلة السابقة والمرحلة اللاحقة .

-زيادة التمايز بشكل واضح.

- تعلم المهارات اللازمة لشؤون الحياة، وتعلم المعايير الخلقية والقيم وتكوين الاتجاهات والاستعداد لتحمل المسؤولية وضبط الانفعالات.

- اعتبار هذه المرحلة انسب المراحل العملية للتطبع الاجتماعي .

(حامد عبد السلام زهران، 1995، ص264)

وحسب الدكتور كمال الدسوقي " فإن هذه المرحلة تتميز ب:

-لذة اصطحاب الأطفال من نفس الجنس.

- حب استطلاع المسائل الجنسية .

فيض من الدوافع العدائية كالشقاوة وروح العدوان من الذكور خاصة.

اتجاه الميول خارج المنزل

-الاندماج بالجماعة.

(كمال دسوقي، 1970، ص61)

أما بول أوسترايث Paul ostrieth يرى :

أن مرحلة الطفولة تعتبر من أهم المراحل التي يجب على الإنسان استغلالها واستثمارها حتى يستطيع أن يبني قاعدة قوية للمستقبل، وهذا في مختلف الفروع، وخاصة السباحة حيث أن جل البحوث التي انصبت حول هذا الموضوع اعتبرت هذه المرحلة الأساسية في مرحلة الانتقاء، فهو السن المناسب للانتقاء الناشئين للممارسة الرياضة، كما تعتبر أكبر مرحلة يتم انضمام الأولاد فيها إلى الأنشطة الرياضية المختلفة، وتعتمد هذه المرحلة على تطور منتظم وهادئ الجسم الرياضي الناشئ حيث يقول كل من: "لاديسلاف هورسكي" و "لاديسلاف كساني": "إن هذه المرحلة تتطلب تطوير التوافق وتعلم الحركات السهلة والصعبة من خلال التمرينات المطبقة (Ladislav Kačani ; 1994, p35)

كما يقول "كورت مانيل". " انطلاقا من وجهة نظر التطور الحركي فإن هذا العمر هو

أفضل عمر زمني يجب استثماره لتطوير القابلية الحركية المتنوعة

ويؤكد كلا من " ناهد محمود " . و"سعد نبلي" و "رمزي فهيم" هذه المرحلة توصف بأنها: "أفضل مرحلة التعلم (كورت مانيل، 1980، ص 104)

ونلاحظ أن النمو في الطول والوزن يتميز بالهدوء النسبي ليناسب المرحلة الانتقالية التي تسبق طفرة النمو في مرحلة المراهقة، وإن كان أسرع في المرحلة السابقة، وتبدأ العضلات الصغيرة في النمو فتزداد المهارة باستخدام اليدين ويتحسن التوافق العضلي العصبي بين العين واليد.

وتتمو العضلات بسرعة، ويقترّب نمو القلب والرئتين من حجمهما الطبيعي عند البلوغ، وينمو التوافق الحركي بسرعة، والنشاط في هذه المرحلة كبير ولازم الاستمرار عملية النشاط، ويميل الأطفال في هذه المرحلة إلى الألعاب ذات الطابع العنيف

1.3- النمو الجسمي :

يقول "سعد جلال": "إن الأطفال يميلون إلى تفريغ شحنات نشاطهم في أعمال هادئة موجهة (سعد جلال ، 1989 ، ص 217)

وتتميز هذه المرحلة بضعف في النمو بالنسبة للنمو والوزن، كما نلاحظ نمو الصغيرة يتم بسرعة كبيرة بالمقارنة بالعضلات الكبيرة، حيث يقول محمد حسن علاوي: "تنمو العضلات الصغيرة بدرجة كبيرة. (محمد حسن علاوي ، 1998 ، ص 134)

كما أن نمو الأعضاء الداخلية تقترب من حجمها الطبيعي كالقلب والرئتين ويظهر لنا وجود فروق فردية بين أفراد نفس السن، ويعتبر النمو الجسماني قاعدة في عملية انتقاء الناشئين ضمن نشاط رياضي ما، حيث نجد أن النشء يتمكن بدرجة كبيرة من التوجيه الهادف لحركاته وقدرة التحكم فيها وهذا ما يتضح من خلال حسن انتقال الحركة من الجذع إلى الذراعين إلى القدمين. (عبد الله الصوفي ، 1980 ، ص 96).

كما يتميز النمو في هذه المرحلة بالبطء بالمقارنة بالمرحلة السابقة، ويؤدي نضج الجهاز العصبي للطفل إلى نضج الأعضاء الدقيقة كالأصابع، إلا أنه يلاحظ تزايد النمو العضلي، وتكون العظام أقوى من ذي قبل ويتابع ظهور الأسنان الدائمة، كما يشهد الطول

نسبة زيادة 5% في السنة، ويشهد الوزن زيادة 10% في السنة، وتزداد المهارات الجسمية وتعتبر أساسا ضروريا لعضوية الجماعة والنشاط الاجتماعي. (حامد عبد السلام زهران، 1995، ص 265).

وبهذا نستطيع القول أن النمو الجسماني يتسم بالبطء في الطول والوزن مع نمو سريع للعضلات الصغيرة وكذلك يجب أن نلاحظ النمو الجسمي من بين الأشياء التي تظهر بحيث أن هذه المرحلة تتعدل فيها النسب الجسمية، وتصبح قريبة الشبه بها عند الراشد وتستطيل الأطراف، ويزداد النمو العضلي، وتكون العظام أقوى من ذي قبل، ويشهد الطول زيادة 5% في السنة، وفي نهاية المرحلة يلاحظ طفرة في نمو الطول ويشهد الوزن 10% في السنة، ويقاوم الطفل المرض بدرجة كبيرة، ويتحمل التعب ويكون أكثر مثابرة (حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص 266).

ويؤكد بسطويسي أحمد: "تأخذ نسب الجسم شكلا ثابتا ومميزا في تلك المرحلة، فالعظام أقوى واصلب عن المرحلة السابقة والأطراف أطول والقوة العضلية مميزة، واكتمال نمو الرئتين والقلب تقريبا مما يسمح بالنشاط الرياضي الجيد في هذه المرحلة.

2.3 النمو الفسيولوجي :

يستمر النمو الفسيولوجي في هذه المرحلة في اطراد، وخاصة في وظائف الجهاز العصبي وجهاز الغدد، ويستمر ضغط الدم في التزايد حتى بلوغ سن المراهقة، بينما يكون معدل النبض في تناقص، ويزداد تعقد وظائف الجهاز العصبي وتزداد الوصلات بين الألياف العصبية، ولكن سرعة نموها تتناقص عن ذي قبل، وفي سن 10 سنوات يصل وزن المخ إلى 95% من وزنه النهائي عند الراشد، ويبدأ التغير في وظائف الغدد وخاصة الغدد التناسلية استعدادا للقيام بالوظيفة التناسلية حين تتضح مع بداية مرحلة المراهقة، وقد يبدأ الحيض لدى بعض البنات في نهاية هذه المرحلة، ويقل عدد ساعات النوم حتى يصل إلى عشر ساعات في المتوسط في هذه المرحلة.

ويضيف بسطويسي : كما يتميز الجسم في تلك المرحلة بتغيير ظاهر في الغدد بصفة عامة والتناسلية بصفة خاصة للجنسين، هذا بالإضافة إلى استمرار هبوط نسبي في معدل النبض عند الراحة وزيادته بعد المجهود القصوى، كما يزداد ضغط الدم في تلك المرحلة" (بسطويسي أحمد بسطويسي ، 1996، ص 164).

3.3 النمو الحركي:

تتميز هذه المرحلة بقدرة الطفل على التحكم في حركاته، حيث يقول محمد حسن علاوي "ومن أهم ما يتميز به الطفل في هذه المرحلة سرعة الاستيعاب وتعلمه الحركات الجديدة والقدرة على الموائمة الحركية لمختلف الظروف" (محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، 1998، ص 135)

وتعتبر هذه المرحلة مرحلة النشاط الحركي الواضح، وتشاهد فيها زيادة واضحة في القوة والطاقة، وكثيرا ما نصادف ظاهرة تعلم الطفل من أول وهلة وهذا يعني أن الكثير من الأطفال يكتسبون القدرة على أداء المهارات الحركية دون إنفاق وقت طويل في عملية التعلم والتدريب والممارسة.

(محمد الطاهر الطيب، رشدي عنده حنين، محمود عبده عبد الحليم ، 1982، ص 8).

ويقول أيضا " **Jirgen Weinker** عند بداية هذه المرحلة نستطيع عمل وبعمل مكيف تعلم التحكم في الحركات التي تكون في بعض الأحيان ذات مستوى عالي جدا في الصعوبة (Jürgen Weinker, , 1998, p56)

ويمكننا القول بأن النمو البدني يؤثر بصورة واضحة على النمو الحركي، بعد حدوث التغيير الأول لشكل الجسم واستكمال النمو من حيث الطول والوزن والتناسب الجيد لتركيب الجسم وزيادة نمو قوة العضلات .

كما يؤكد الدكتور محمد حسن علاوي: " على أنه في هذه المرحلة نجد أن الطفل يتمكن بدرجة كبيرة من التوجيه الهادف لحركاته ومن القدرة على التحكم فيها، وتصطبغ حركات الطفل بقدر كبير من الرشاقة والسرعة والقوة، والظاهرة التي تميز النمو الحركي في هذه

الفترة ظاهرة التعلم الأول وهلة، وتعلم الطفل للمهارات الحركية في وقت قصير جدا ودون قيادة تربوية في كثير من الأحيان، والأطفال في هذه المرحلة لا يقومون بالتأمل والتفكير لفترة طويلة في جزئيات المهارة الحركية، بل نجدهم يقومون باستيعاب مجرى المهارة الحركية ككل ويقومون مباشرة بتنفيذها. وتسمى هذه المرحلة بأنها الفترة المثلى للتعلم الحركي للطفل، فهذه المرحلة من أحسن المراحل السنوية لتعلم مختلف المهارات والقدرات الحركية والتي لا تماثلها مرحلة سنوية أخرى (محمد حسن علاوي، نفس المرجع، ص 136).

4.3 النمو الحسي:

يكاد نمو الحواس يكتمل في هذه المرحلة، حيث يتطور الإدراك الحسي وخاصة إدراك الزمن إذا يتحسن في هذه المرحلة إدراك المدلولات الزمنية والتتابع الزمني للأحداث التاريخية، ويلاحظ أن إدراك الزمن والشعور بمدى فتراته يختلف في الطفولة بصفة عامة عن المراهقة وعن الرشد والشيخوخة، وتزداد دقة السمع ويميز الطفل الأنغام الموسيقية بدقة، ويزول طول البصر ويستطيع الطفل ممارسة الأشياء القريبة من بصره .

(قراءة أو عملا يدوي) بدقة أكثر ولمدة أطول، وتتحسن الحاسة العضلية باطراد حتى السن الثانية عشر، وهذا عامل هام من عوامل المهارة اليدوية. ويقول فؤاد البهي السيد: لهذا لزم علينا أن نرعى النمو الحسي للطفل في الإطار الذي ينمو فيه وإلا نعرض عليه إطار آخر غيره حتى لا نسلك به مسلكا و عوجا لا يتفق مع مقوماته ودعائمه الأساسية .

(فؤاد البهي السيد ، د س ص 85)

4.4 النمو العقلي:

يظهر النمو العقلي في هذه المرحلة بصفة خاصة في التحصيل الدراسي، ويدعم ذلك الاهتمام بالمدرسة والتحصيل والمستقبل العلمي للطفل، حيث يطرد نمو الذكاء حتى السن الثانية عشر وفي منتصف هذه المرحلة يصل الطفل إلى حوالي نصف إمكانيات ذكائه، وتبدأ القدرات الخاصة في التمايز عن الذكاء والقدرة العقلية العامة كما يمتاز الذكور عن الإناث في الذكاء في التاسعة والعاشر، كذلك تتميز القدرات الخاصة عن الذكاء والقدرات

العقلية، وتنمو مهارة القراءة عند الطفل وتتضح تدريجياً قدرته على الابتكار، كما يزداد الانتباه ومدته وحدته، وتزداد القدرة على التركيز بانتظام، وتنمو الذاكرة ويتضح التخيل الواقعي الإبداعي وتزداد القدرة على التعلم ونمو المفاهيم .

(ميشيل دبابنة، نبيل محفوظ ، 1984، ص 42)

كما يقول محمد حسن علاوي: "في هذه المرحلة يزداد نضج العمليات العقلية كالتذكر والتفكير إذ ينتقل الطفل من طور تفكير الخيال إلى طور الواقعية، كما تزداد قدرته على الانتباه والتركيز من حيث المدى والمدة. (محمد حسن علاوي، مرجع سابق، ص 138)

لذا يجب على الوالدين أو المربي مراعاة وتوفير كل ما يلزم الطفل في هذه المرحلة كتوفير التعليم الذي يضمن نمو قدرات الطفل إلى أقصى حد ممكن، كذلك الاهتمام بالإرشاد التربوي في نهاية المرحلة، وتدريب الأطفال على سلوك النقد والنقد الذاتي عن طريق تقديم نماذج سلوكية حية، كذلك العمل على توسيع الاهتمامات العقلية وتنمية حب الاستطلاع واستغلال استعدادات الطفل لاستكشاف البيئة المحيطة به، هذا حتى نضمن نمو الطفل من جميع النواحي. (ميشيل دبابنة، نبيل محفوظ، نفس المرجع، ص 42)

4.5 النمو الانفعالي :

يحاول الطفل في هذه المرحلة التخلص من الطفولة والشعور بأنه قد كبر، وهذه تعتبر مرحلة الاستقرار والثبات الانفعالي، ولذلك يطلق بعض الباحثين على هذه المرحلة اسم الطفولة الهادئة، حيث يلاحظ ضبط الانفعالات ومحاولة السيطرة على النفس وعدم إفلات الانفعالات، فمثلاً إذا غضب الطفل فإنه لن يعتدي على مثير الغضب اعتداءً مادياً بل يكون عداؤه لفظي أو في شكل مقاطعة أو في شكل تمتمة أو تبدل لون الوجه كتعبير منه عن الغضب، ويتضح الميل للمرح ويفهم الطفل النكتة ويضطرب لها، كما تقل مخاوف الطفل ويستغرق في أحلام اليقظة، ويتجه ميول الطفل إلى التخصيص وتصبح أكثر موضوعية .

إذن فيجب مساعدة الطفل في السيطرة على انفعالاته وضبطها والتحكم في نفسه، كذلك الحاجيات النفسية خاصة الحاجة إلى الحب والشعور بالأمن والتقدير والنجاح، بالإضافة إلى مساعدته على تحقيق التوافق الانفعالي وحل صراعاته بنفسه وإتاحة الفرصة أمام الطفل الاستكشاف ميوله حتى يمكن توجيهها توجيهها صحيحا .

(حامد عبد السلام زهران ، 2001، ص 275)

4.6 النمو الاجتماعي :

تطرد عملية التنشئة الاجتماعية في هذه المرحلة فيعرف الطفل المزيد عن المعايير والقيم والاتجاهات الديمقراطية، والضمير ومعاني الخطأ والصواب، ويهتم بالتقييم الأخلاقي للسلوك، ويزداد احتكاك الطفل بجماعات الكبار، وتظهر عند الطفل رغبة وميل كبير إلى الانضمام للجماعة والميل إلى تكوين جماعة قواعدها تكون عندهم لوحدهم، وهو في هذه المرحلة يكون خاضع إلى هذه القوانين، ولا يستمع إلا لتوجيهات الذين في هذا السن .

حيث يزداد تأثير جماعة الرفاق ويكون التفاعل الاجتماعي مع الأقران على أشده، التعاون والتنافس والولاء والتماسك، ويستغرق العمل الجماعي والنشاط الاجتماعي معظم وقت الطفل، ويفتخر الطفل بعضويته في جماعة الرفاق، ولكي يحصل الطفل على رضا الجماعة وقبولها نجده يساير معابرها ويطيع قائدها .

(حامد عبد السلام زهران، نفس المرجع، ص 276).

ويضيف محمد حسن علاوي: " أنه يتسع مجال الميول والقدرات الحركية والاجتماعية بدرجة ملموسة ويرتاحون عند اكتسابهم مهارة أو لنجاحهم في عمل ما .

(محمد حسن علاوي، ، مرجع سابق، ص 137).

إن هذه المرحلة تعتبر مفتاح الميل إلى تكوين الجماعات والانضمام إلى الفرق الرياضية في شتى الألعاب التي تحتاج إلى عدد كبير من الممارسين، فيجب استغلالها

أحسن استغلال والاهتمام والإلمام بكل حيثياتها حتى نضمن النمو السليم للطفل وبالتالي يمكن أن ننشئ رياضي المستقبل الذي يتمتع بكل الخصائص والسمات المطلوبة.

4.7 النمو الديني :

مع تقدم الطفل في العمر ومع ارتفاع مستواه العقلي، يتجه الشعور الديني نحو البساطة والوحدة، ويبعد عن الانفعالات، ويقترّب من المنطق والعقل، حيث يتأثر الطفل بالبيئة الاجتماعية التي يتربى فيها، فإن كانت بيئة متدينة نشأ على ما تربح عليه وتطبع بذلك، ويأخذ السلوك الديني وأداء الفرائض شكلا اجتماعيا، ويصبح الدين بذلك وسيلة من وسائل التوافق الاجتماعي، هذا مصداقا لقوله عليه الصلاة والسلام: "كل مولود يولد على الفطرة فأبواه يهودانه أو يمجسانه أو ينصرانه" فهنا يلعب التلقين دورا هاما في تكوين أفكار الطفل الدينية التي تصبح أفكاره الشخصية يدافع عنها ويغار عليها وتحدد سلوكه، والوالدين والمربون مسؤولون مسؤولية كاملة عن النمو الديني للطفل .

فهو بذلك يسعى إلى فهم بعض الحقائق حول ما يحيط به وحول الكون الذي يعيش فيه، ويحاول أيضا ضبط بعض المفاهيم نذكر منها:

- معرفة الله بصفة عامة بواسطة التفكير المنطقي .

- معرفة أن الله موجود في كل مكان، وهو خالق هذا الكون ومدير شؤونه .

- معرفة أن الجنة هي جزاء الحسن وأصحاب الخير، والنار هي عقاب لأصحاب الشر .

4.8 النمو الأخلاقي :

في هذه المرحلة تتحدد الاتجاهات الأخلاقية للطفل عادة في ضوء الاتجاهات الأخلاقية السائدة في أسرته ومدرسته وبيئته الاجتماعية، وهو يكتسبها ويتعلمها من الكبار ويتعلم ما هو حلال وما هو حرام، وما هو صح وما هو خطأ، وما هو مرغوب فيه وما هو ممنوع، ومع النمو يقترّب السلوك الأخلاقي للطفل الناشئ من السلوك الأخلاقي للراشدين الذين يعيش بينهم . كما نلاحظ أن الطفل يدرك بعض المفاهيم الأخلاقية مثل الأمانة والصدق

والعدالة وبمارستها كمفاهيم تختلف عن التطبيق الأعمى للقواعد والمعايير، وفي نهاية مرحلة الطفولة يكون الطفل قد حقق توازنا بين أنانيته وبين السلوك الأخلاقي.

(حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص 286)

أ- أهداف السباحة للناشئين:

إن الهدف هو الغاية التي توفر اتجاهها إيجابيا للنشاط ودافعا للسلوك وسباحة المنافسات

من مراحل تدريب الناشئين تعمل على :

- ✓ إتاحة الفرصة للنمو الانفعالي و الاجتماعي .
 - ✓ تقديم منفذ صحي وترويحي هام من خلال النشاط البدني للسباحة .
 - ✓ إتاحة الفرصة لتعليم الروح الرياضية والوعي والتعاون الجماعي .
 - ✓ تهيئة الفرص التربوية .
 - ✓ تهيئة الفرصة للسباحين لتعلم العادات الصحية السليمة
 - ✓ تهيئة فرص التدريب و المنافسة لجميع السباحين الراغبين .
- ويمكن تحقيق هذه الأهداف عن طريق :
- البرامج المقننة الطموحة التي تهدف إلى تنمية العمليات الجماعية .
1. إتاحة الفرصة للتنافس الإيجابي المتدرج .
 2. مناسبة البرامج للمراحل السنوية والمهارة والفروق الفردية .
 3. المدربين المتخصصين ذوي المعارف والمعلومات والمهارات المتخصصة .
 4. الاستفادة من المواد العملية والنظرية في تطبيق الأسس العلمية للتدريب .
 5. المنافسات المتدرجة والتي تبدأ بطريقة السباحة وتنتهي بالمستويات الرقمية
- (وجدي مصطفى الفاتح، طارق صلاح فضلي، مرجع سابق، ص 213 .)

ب- ملاحظات هامة حول تعليم وتدريب الناشئين:

- (1) الفحص الطبي ضروري لالتحاق الأطفال الذين أنهموا مراحل تعليمهم في مدارس السباحة والفصول التجهيزية تمهيدا لاندماجهم في برامج تدريب متقدمة بعض الشيء ولإمكان تحمل العبء الواقع على القلب والرئتين .
- (2) التدريب في هذه المرحلة هو التقدم بالمهارة فنيا وبداية متدرجة للاهتمام بمكونات الكفاءة البدنية واللياقة الخاصة، ونوصي بعدم إشراك الناشئين في سباقات تفوق قدراتهم والتي قد تسبب أثارا عكسية لعدم اكتمال النواحي الفنية بعد .
- (3) يجب الاهتمام بأنواع السباحة المختلفة والتدريب على البداية والدوران والإحساس بنهايات المسافة المقطوعة. وبعد اكتمال النواحي المهارية والفنية يمكن تخصيص السباح لنوع معين أو أكثر .

(وجدى مصطفى الفاتح، طارق صلاح فضلي، مرجع سابق، ص 219).

- (4) يمكن إشراك الناشئين في مسابقات داخلية أو دورية ترويحية ما بين الأندية والمناطق، ويتم التقييم أساسا على شكل وطريقة الأداء الفني وليس المستويات الرقمية.
 - (5) يجب استخدام الوسائل السمعية والبصرية التي تهدف إلى تحويل ميول الناشئين من مجرد اللهو في الماء إلى الانتظام في التدريب وروح الفريق وتحقيق مستويات الأهداف.
 - (6) في الفترة الانتقالية من موسم لآخر يجب مزولة الرياضات الأخرى المحببة لنفوس الأطفال الناشئين مثل ركوب الدراجات والجري و ألعاب الكرة .
 - (7) يجب استثارة دوافع الناشئ وبناء برامج الحوافز عن طريق الشارات المميزة والبادجات و الزي الموحد لكل سن و فريق ولوحات الشرف وكلمات التقدير واستخدام الحافز الفوري.
- (وفيقة مصطفى سالم، مرجع سابق، ص 372)

ولضمان اكتساب المهارة للمتعلم الناشئ يجب مراعاة ما يلي:

- استخدام أساليب التدعيم المختلفة التي تساعد على سرعة التعليم، وتزداد أساليب التدعيم خاصة في مراحل التعليم الأولى لاكتساب المهارة .

- توفر الاستعداد والرغبة لدى المتعلم، كذلك الشعور بالحاجة إلى التعليم يجعل عملية التعليم أفضل وأسرع.
 - التكرار والممارسة الموجهة حيث يعملان على سرعة نقل التعليم، وفي هذا يفضل الممارسة الموزعة عن الممارسة المكثفة.
 - إتاحة الفرصة للمتعلم ليتمكن من التعرف على نتائج أدائه بصفة مستمرة وأن يستطيع تقييم أدائه بنفسه.
- (وجدى مصطفى الفاتح، طارق صلاح فضلي، نفس المرجع، ص 48-49)
- التركيز على التوافق الجيد للأداء خصوصا في المراحل الأولى لتعليم السباحة، ويرجى التركيز على سرعة الأداء إلى ما بعد إجادته.
 - تعليم أنواع السباحات المتشابهة متتابعة حيث أن ذلك يساعد على سرعة التعلم.
 - استخدام المتعلم للوسائل التعليمية المختلفة لتوضيح الهدف من تعلم مهارة معينة، تسهيلا لسرعة التعلم.
 - استخدام الشرح اللفظي مع المتعلم مع التركيز على استخدام الوسائل البصرية مثل الصور وأفلام الفيديو .
 - التكبير بإصلاح الأخطاء قبل أن تثبت ويصعب التخلص منها.
- (وجدى مصطفى الفاتح، طارق صلاح فضلي، مرجع سابق، ص 49)

ملخص فصل السباحة :

لقد أصبح تعلم السباحة ضرورة ملحة في حياة كل طفل، حيث تحقق جوانب هامة في صحته البدنية ، النفسية و الاجتماعية وأداء السلوكي أثناء إشباعه لدوافعه وبلوغ أهدافه كما أن السباحة واحدة من المهارات الحركية التي تتطلب كفاءة بدنية لجميع أجواء الجسم ففي من النوع الوظيفي المتكامل الذي ينبغي أن تعلم طبقا للمبادئ العلمية التي تعترض لقوانين ونظريات التعلم،تم العوامل و الظروف المؤثرة فيه .

الفصل الرابع : الطفولة

تمهيد

تعتبر مرحلة الطفولة بين (6-12 سنة) أساسية في حياة الطفل ، بحيث ينمو في عدة نواحي منها: جسمية، حسية ، حركية، عقلية و انفعالية بالإضافة إلى تميزها بدخول الطفل إلى المدرسة و بالتالي نمو و تطور الجانب الاجتماعي و النفسي .

سوف نتعرض في ه ذا الباب إلى مرحلة الطفولة ما بين 6-12سنة أو ما تسمى بمرحلة الطفولة المتوسطة و المتأخرة، أو ما يدعى لها بمرحلة الطفولة في المرحلة الابتدائية.

أولاً : الطفولة

1-تعريف الطفولة :

لغة : حسب تعريف المعجم النفسي " : مرحلة الطفولة هي مرحلة من النمو تعبر عن الفترة من الميلاد و حتى البلوغ ، و تستخدم أحيانا لتشير إلى الفترة الزمنية المتوسطة بين مرحلة المهد و حتى المراهقة. والتحديد بالمعنى الثاني يستثني فترة العامين الأولين من حياة الطفل، و هي مرحلة المهد (فرج عبد القادر طه ، د . س ، ص 266)

اصطلاحاً : حسب المنظرين، حيث يقول " ارنولد جيزل " إن الطفولة عند الإنسان في زمن التثقيف، فالحضين ينبثق من تيار بني جنسه، و يقذفه به مولده في خضم عالم من وضع يد الإنسان المزدهمة بزد ثقافة عصرية وما يتعلق بها من أمور الحياة و مطالبها . (عبد الباري محمد ، 2003 ، ص 15) .

وحسب " نوربار سيلامي " هي مرحلة من حياة الإنسان ، تبدأ من الولادة إلى مرحلة المراهقة، ومن وجهة نظر علم النفس الحديث، الطفل لا يعتبر كراشد لجهله المعارف أو الأحكام، فالطفولة مرحلة هامة للتحويلات من الولادة إلى الرشد، و تخرجه من دائرة الحيوانية (N.Sillamy, 2003 , p 98)

أما " فليب أريس " فقد أشار إلى أن " مصطلح الطفولة حديث نسبياً، فالأطفال في القديم كانوا يعيشون بيننا، و يرتدون نفس الطراز من الملابس، وعليهم أن يتصرفوا كالكبار، ولم يكن معروفاً أن للطفولة خصائصها و حاجاتها و أغراضها و فرصها كالخيال و اللعب، فذروة حياة الكائن الإنساني كانت تنقسم إلى ثلاث مراحل : الرضاعة، ما قبل البلوغ، البلوغ وفي مرحلة البلوغ يعد الفرد للعمل و الإنتاج، يتحمل المسؤولية، وهذا ما يمارسه في مرحلة البلوغ (محمد عودة الريماوي ، 1998 ، ص 45) .

و من خلال دراستنا لمفهوم الطفولة وتطوره عبر التاريخ، نجد أن الطفل كان ولا يزال عرضة لمختلف أشكال الضرب والإهمال سواء داخل الإطار الاجتماعي أو العائلي، ذلك لضعفه وهشاشته ووجوده تحت رعاية وحماية الراشد.

يصفها (Llyod De Mause, 1976) بقوله : تاريخ الطفولة هو كابوس يكشف عن مستوي عالي من سوء معاملة الأطفال بتعذيبهم، قتلهم، هجرهم، والاعتداء عليهم جنسيا (Llyod De Mause, 1976) ففي الحضارة العربية نجد أن جذورها تمتد إلى العصور الجاهلية التي كانت تصل إلى حد القتل، كما هو الحال في وأد البنات خوفا من العار والإنفاق. (جبرين علي الجبرين، 2005، ص 13)

وهو الأمر الذي حرّمته الشريعة الإسلامية لقوله تعالى: " وإذا بشر أحدكم بالأنثى ظل وجهه مسودا وهو كظيم يتوارى بين القوم من سوء ما بشره أيمسكه علي هون أم يدسه في التراب ألا ساء ما يحكمون" النحل 58-59 . وقوله أيضا: "وإذا المؤودة سئلت بأي ذنب قتلت" التكوير 8-9.

ويتمثل في هذا المواطن الروماني " رب العائلة" بالعربي في الجاهلية فله الحق في موت أو حياة ابنه، بيعه لأنه معاق، هجره وله احتمالات كبيرة لاختيار النسل وذلك برفض ابنه البيولوجي وتبني طفلا آخر، وفي ظل النظام القديم أي العائلة فله الحق المطلق في تصحيح القانون وذلك بالدفع باعتقال أبنائه بحجة أن لديه قضايا خطيرة فللذكر 30 سنة سجنًا وللأنثى 25 سنة فظلت الطفولة حالة من الاستعباد لا يعتبر فيها الطفل كموضوع له حقوق بل في تبعية تامة وخضوع هو دائما رمز والقوة فلها الراشد كما يصفه PH.Aries كحيوان صغير " mignot " ضحية لمختلف أشكال الاعتداء (Duche D.J, 1983) .

إن بدأ الاهتمام بالطفولة يرجع إلى اكتشافات علم النفس التحليلي فقد أظهر قيمة الطفل وأهمية الطفولة كمرحلة أساسية في التطور النفسي العاطفي للفرد كراشد كما نددت (1985) F.Dolto في العائلة و الطفل كتابها "La cause des enfants" بضرورة احترام الطفل والمعاقبة بشدة على الاعتداءات الممارسة علي الأطفال كالاغتصاب، زنا المحارم أما PH. Aries في كتابه حول «الطفل والحياة العائلية في ظل النظام القديم يبين الجهل التام لحدود الطفل. وأن مفهوم الطفولة هو اكتشاف معاصر يرجع إلي القرن 18 حيث ظهر الاهتمام الواضح بتعليم الآباء لأطفالهم باعتبار المدرسة وسيلة تربية (DucheD.J, op.cit) فمفهوم الطفولة هو حديث بظهور مصطلحات محددة في القرن 18 "Bambin" و " Marmot" وفي القرن 19 إضافة مصطلح. "Bebe"

يعرفها "N Silamy الطفولة هي مرحلة من الحياة تمتد من الولادة إلى المراهقة عبر مراحل مختلفة تضمن له نمو نفسي وعقلي متوازن (Sillamy N, 2004,p100)

"أما Calapared يقول " : الطفل هو ليس طفلا لأنه صغير، هو طفلا ليصبح راشد " (Osterrieth P.A, 1997,p28) وابتداء من القرن 20 برزت ثقافة جديدة اتجهت إلى الاهتمام بالطفولة فظهرت العديد من المؤلفات في مختلف العلوم كالطب علم الاجتماع، علم النفس، المؤرخون وحتى الروائيون. إلا أنه وبالرغم من الاهتمام الواضح بالطفل كفرد ذو كيان إنساني يمتلك حقوقا برزت في إعلان ميثاق حقوق الطفل عام 1989 ، فلا زالت وضعيته هشة في كل أنحاء العالم يستمر في معاناته من ظلم الراشدين فهو ضحية لسوء التغذية، الأمية، الاستغلال الاقتصادي والجنسي، الهجرة، التعذيب والقتل كالهند، الباكستان، افغانستان، الصين، البرازيل..... والجزائر أيضا هي واحدة من عديد البلدان تنضم إلى قائمة سوء معاملة الأطفال.

ويمكن تعريف الطفولة أيضا على أنها مرحلة تبدأ منذ الولادة حتى سن البلوغ ، وهي مرحلة يتعلم فيها الطفل المشي و الكلام وغيرها وبنهاية هذه الفترة فإن الطفل يصل على سن البلوغ وتكون من 0 إلى 12 أو 13 سنة وتعتبر هذه فروع فردية .

2- حاجات وحقوق الطفل :

تعتبر الحاجة كشرط ضروري للطبيعة والحياة الاجتماعية تفترض الإشباع السريع بالنسبة لـ Maslow توجد حاجات أساسية يؤدي عدم إشباعها في الطفولة إلي اضطرابات في النمو وعدم القدرة علي مواجهة مصاعب الحياة. تظهر هذه الحاجات في تشكيلة نفسية بيداغوجية ضمن مواقف تفاعلية آباء - أطفال ونموذج نفسي يشمل: الحاجات العاطفية، المعرفية والاجتماعية .

2-1- الحاجات العاطفية :

إن الحاجات في المجال الوجداني تأخذ جذورها من الحاجة إلي الانتماء العائلي الذي يدعو إلي استمرارية التاريخ العائلي والاجتماعي. فمن غير الممكن التطور دون تعلق وقبول أو استثمار من المحيط. فهذه المبادئ الثلاثة تشكل الأقطاب الأساسية في هذا الميدان

■ **التعلق:** درس من طرف Bowlby (1969) يؤكد أن غياب هذا الرابط خلال المرحلة الحرجة بين الثلاث سنوات الأولى قد يكون سببا في الانعدام الكلي لتكوين علاقات وجدانية عاطفية متكاملة مع الآخرين، فتكوين الرابط الاجتماعي يتأسس علي استمرارية ودوام سلوكيات التعلق " الوظائف الأمومية... وكما يري Montagner (1988) أن فقدان التعلق في المرحلة الحرجة يكون له خطر كبير في التوازن العاطفي وقد أيده في نفس الفكرة Ainsworth(1988) من خلال الملاحظة أنه من الممكن جدا التعلق بشخص آخر غير الأم وأن تكون هناك تعلقات متعددة سواء من الجنس الذكري أو الأنثوي، فوسائط التعلق تنمو خاصة بمعية حاسة الشم واللامسة الجسدية والتفاعلات السمعية، فالحالة الوجدانية للأمهات هي دليل قوي لنوعية التعلق أم - طفل (Pourtois P.J,2000,p31) .

- **القبول:** تخلق النظرات الايجابية للمحيط العائلي محيط وجداني عاطفي أمن إذ أن الرسائل تعطي للطفل فضاء يمكنه من الاختلاف عن الآخرين في أن له مكان ينمو في ظل الثقة والاستمرارية، يتعرف من خلاله إلي نماذج عائلية كون أن التفاعل آباء - أطفال مقبول.
- **الاستثمار:** يندرج في محيط المشروع الأبوي الذي يتقابل مع جميع التمثيلات التي يرضاها الأبوين الأبنائهم. هذا يكمن في مقدار الحب الذي يحملونه لطفل خيالي، فالمشروع الوالدي هو مشروع اجتماعي يقود إلى القيم والقواعد، كما أنه ظاهرة معقدة ينمي قواعد متعاكسة يدعو الأول فيها لإعادة الإنتاج " كن مثلنا" والآخر "لا تكن مثلنا"، فالمشروع الوالدي الشخصي لا يكون دوما بصورة متناغمة، والطفل عادة محل ضغوط عديدة هدفه الأساسي هو البحث عن حلول لإدماج عناصر متباينة تتقاطع فيه.

2-2- الحاجات المعرفية:

- إن الحاجة للانجاز والتكامل تترجم أهمية الميدان المعرفي في تطور كل فرد والقدرة علي فهم محيطه، إذ تظهر عوامل ذات أهمية قصوى للطفل كالحاجة إلي (حب المعرفة - الفضول) و التي يمكن تلبيتها عبر سلوكات ونشاطات محفزة بالدعوة إلي الإثارة، التجربة والتعزيز.
- **التحفيز:** له دور كبير في عملية التعلم، فأغلبية المختصين النفسانيين أوضحوا أهمية التحفيز في السنوات الأولى من عمر الطفل يساعده على إعطاء معني لأفعاله ويخلق وسائط أو صلة مع معرفته السابقة فهو ينشئ الوعي وينمي الرغبة للفهم من طرف الاستراتيجيات المستعملة.
- **التجريب:** يري علماء البيداغوجيا أن التجربة هي القاعدة الأساسية لنظرياتهم التربوية، فالتجربة هي الدافع برغبة إلي فهم ما يدور حوله أو ما يوجد من أشياء حقيقية، والتيار الطبيعي يري أنه تعبير لأفعال ضمن محيط يرغب في تغييره مما يسمح له التحرر من واقع المحيط.

■ **التعزيز:** يري السلوكيين أن التعزيز هو حدث ينتج عن استجابة معينة، فالتعزيز يؤخذ كنظرة كلية و متكاملة لتربية الطفل. وتكثيف الاستجابات الحسنة يعزز السلوكيات التي نريد لها الزوال، فعلي المربي أن يستثمر هذه السلطة أو مد التأثير الايجابي للمعلومات علي سلوك الطفل وأفعاله.

2-3- الحاجات الاجتماعية:

إن كل فرد في سياق بناء نفسه له حاجة أساسية، ألا وهي الاستقلالية الاجتماعية، تمر عبر ضرورة أن يكون الفرد له القدرة في التميز عن الآخرين ضمن سيرورات الاتصال والاحترام هدفها تكوين أطر يشعر فيها بالانتماء إلي الوسط الأصلي وتشجعه للانفتاح علي العالم الخارجي.

● **الاتصال:** إن حركة الاتصال أساسية في التطور الاجتماعي للفرد وتظهر بصفة مبكرة عند الطفل فعملية التفاعل الاجتماعي مع محيطه تحفز تعلم كلا من اللغة وتثري التفاعل. ففعل الاتصال هام النمو الطفل الاجتماعي كلما كبر يكون للحوار أهمية كبرى، في سن 12-13 التبادل آباء - أطفال يفتح آفاق أخرى ويخلق مجال من السمع والتفهم لعالمه حتى يتمكن من مواجهة خوفه وآلامه: .

● **الاحترام والاعتبار:** للطفل حاجة إلى الشعور بأنه عضو ذو قيمة له دور في المجتمع الذي ينتمي إليه يعترف بشخصيته وقدراته ومؤهلاته الخاصة، ما يؤكد (1992) F.Fukuyama في أن الاعتراف بالرغبة يكون جزء اندماجي في الشخصية الإنسانية، وقد أجريت العديد من البحوث في هذا الصدد التي توضح الصلة القائمة بين الصورة والذات ونظرة الآخرين في بناء رغبات الطفل وأدواره ونظمه بطريقة ايجابية هذا ما يؤكده Rogers في ضرورة وأهمية إعطاء وإظهار التقدير للطفل .

● **البنية:** تتمثل البنيات في مجموعة من قواعد ضبط مهام كل فرد في المنظومة العائلية، بالنسبة لـ (1974) Minuchin البنية العائلية هي شبكة المطالب العملية -تنظم كيفية

التفاعل بين التي أعضائها، وهذا المجال يوضح معاني الحدود أو النواهي، وهي خطوط مادية ووهمية مسطرة داخل الفريق العائلي.

(Pourtois J.P, op.cit, p35).

هذا وتختلف هذه البنيات من المرونة إلى الصرامة لها أثر علي المستوي الاجتماعي للطفل، فالوالد المنتهج لطرق عقابية عنيفة يولد مشاكل سلوكية للطفل، كذلك التربية المتساهلة وغياب معايير تربية تؤثر هي الأخرى بصفة سلبية وتبقي هذه المعايير مهمة في وضع مبادئ أساسية لبناء النمو العاطفي، المعرفي والاجتماعي للطفل.

أما عن الحقوق :

يظل الطفل فردا ذو مكانة هامة في المجتمع له كيان إنساني يتضمن حقوقا أساسية. تضمن له حق التمتع بروح السلم والحرية، الكرامة والنشوء في بيئة عائلية يسودها جو من السعادة والمحبة والتفاهم .

يعد النصف الثاني من القرن 20 هو الفترة الذهبية للدفاع عن حقوق الطفل وظهور العديد من التشريعات في هذا الجانب مستمدة من الحضارات الإنسانية في مقدمتها الحضارة الإسلامية وتشريعاتها المتعددة في حماية الطفل هذا ما يقارب 1400 سنة من اعترافها بحقوق الإنسان بوجه عام والطفل بوجه خاص، هي حقوق ألهية ثابتة ودائمة بحكم الشريعة والطبيعة.

كما أشارت أيضا اتفاقية الأمم المتحدة في إعلانها العالمي لحقوق الإنسان، أن للطفولة الحق في رعاية وتكفل خاص بها بمشاركة 192 دولة بسنة 1989 وبدأ نفاذها في 1990 مناصرة المنظمة الرائدة في العالم لها. تضمنت الحقوق الأساسية للطفل التي تشمل ما يلي:

➤ حق الطفل في الحياة وفي اكتساب اسم، جنسية، ومعرفة والدية منذ ولادته وتلقي رعايتهما .

حق الطفل في توفير الرعاية الخاصة به بسبب عدم نضجه البدني والعقلي واحتياجه إلي وقاية وعناية صحية .

- حق الطفل في مستوي معيشي ملائم لنموه البدني والعقلي والروحي والاجتماعي أي تأمين ظروف المعيشة اللازمة لنموه.
- حق الطفل في التعليم وتنمية قدراته العقلية والدينية
- الحق في حرية الفكر والوجدان والدين، والقدرة علي تكوين آرائه الخاصة بالتعبير عنها بحرية كما نعطيه فرصة الاستماع
- الحق في الراحة أثناء ووقت الفراغ والقيام بأنشطة ثقافية وفنون ومزاولة الألعاب.
- الحق في حمايته من الاستغلال الاقتصادي والجنسي. هذا ما نص عليه البروتوكول الاختياري للاتفاقية في سنة 2000 عن حق الطفل في حمايته من الاستغلال الاقتصادي ومن أداء أي عمل يحتمل أن يكون خطيرا ويعرقل تعليم الطفل أو يضر بصحته ونموه الجسدي والعقلي أو الروحي و الاجتماعي والقضاء علي الاتجار الواسع بالأطفال واستغلالهم في البناء والمواد الإباحية .

3-العوامل المؤثرة في الدور التربوي للأسرة

هناك عدة عوامل تعيق و تؤثر على عملية توجيه و تنشئة الطفل داخل الأسرة من أهم تلك العوامل ما يلي :

- 3-1-اتجاهات الوالدين : و يقصد باتجاهات الوالدين الطريقة التي يتعامل بها الأب و الأم مع أبنائهم في عملية التنشئة الاجتماعية و تمكنا تعريف ذلك اجرائيا كما يلي : هو أسلوب الأبوان - كما يدركه الأبناء في نقل القيم و العادات و النماذج السلوكية و المفاهيم الاجتماعية ازاء قضايا معينة ، و الخبرات و المهارات الاجتماعية للأبناء من أجل تشكيل اجتماعية مقصود أو غير مقصود (مصباح عامر،2003، ص 93).

3-2- البيئية المنزلية : و تتضمن علاقات اجتماعية داخل الأسرة و التفاعلات الأسرية و السمات العاطفية التي تصبغ هذه العلاقات و هذه الخصائص لها تأثير في عملية التنشئة الاجتماعية الأسرية و يتحدد ذلك في تماسك العلاقة بين الزوجين و التكامل في الأدوار الاجتماعية و كل هذه المظاهر تؤدي إلى نمو السليم للطفل (رشاد صالح دمنهوري ، ص 69)

كما أكدت دراسة أيجان: أحد علماء التربية و التي تهدف إلى التعرف على التحصيل الدراسي المبني على الدعم العائلي من خلال أثر البيئة الأسرية و مشاركتها في العملية التعليمية أن الأسرة شريك مهم للمدرسة و أن البيئة الأسرية التي تتميز بحرص أفرادها على أدوارهم المطلوبة و التي تسودها المودة و الرحمة و الإنسجام و المتابعة و التوجيه و إحتواء الأبناء تشكل عوناً في دعم أبنائها في المستوى التحصيلي و يؤدي بالتالي إلى ارتفاعه . لذلك و جب علينا كأباء و أمهات أن نحرص كل الحرص على الالتزام التام بمتابعة المستوى التحصيلي لأبنائنا و تزويدهم بالمهارات والتوجيهات و أن يكون لهم حيز معين و ذلك لتأسيس غد مشرق يضيئ طريقهم و يضمن لهم مستقبل نير يعود عليهم بالفائدة و يضمن لهم العيش الكريم. (فاطمة بنت أحمد فرج الغساني، 2012، ص 15)

3-3- ثقافة الوالدين : إن ثقافة الوالدين تلعب دوراً هاماً في تنشئة الطفل إذ لا بد أن يكونا ملمين بالمبادئ الأساسية التي تتعلق بطبيعة المخلوق الذي هما بصدد رعايته و تكوينه كي تسهل عملية المهمة.

إن تفهم الوالدين الرغبات و ميول أطفالهما يجعل القدرة على الابتكار تنمو لديهم فعلى قدر الخبرات التي يمر بها الوالدان في حياتهما و ما تحصلا عليه من تربية و تعليم و مستوى ثقافي و ما يتمتعان به من خصائص نفسية و عقلية و اجتماعية تتشكل حياة الطفل و نموه العقلي والجسمي و الوجداني و من ذلك يبرز دور الإرشاد بالنسبة للوالدين و الطفل و أهميته في عملية التنشئة الاجتماعية و على عكس ذلك كله إذا لم تتوفر المعلومات الكافية و الفهم الصحيح لخصائص الطفل لدى الوالدين و في حالة جعلهما لكيفية توجيهه

و تكوينه من جميع الجوانب ، تكمن هنا صعوبة في تحديد الأسلوب السليم في عملية التوجيه والإرشاد النفسي . (زعيمية منسي، 2012 2013 ، ص 51).

3-4-الاستقرار الأسري : إن الأساس في تكوين أي أسرة هو بداية حياة جديدة لكلا الزوجين والسعي لتكوين علاقات اجتماعية سليمة ، و الحفاظ على استقرار الأسرة يكون بالإختيار الصحيح للزوجين و العمل بمبدأ التضحية و التفاهم و الود و وضع مصلحة الأبناء فوق كل اعتبار و عدم اتخاذ القرارات المتسارعة في أمور مصيرية.

لكن قد يواجه كيان الأسرة و بناءها مشاكل مختلفة تهدد استمرارية الأسرة و استقرارها و قد تنعكس أثارها على الأبناء و تحصيلهم الدراسي ، فالاستقرار الأسري معناه توفير جو من الدفء و الحنان يحتضن الزوجين أولاً و من ثم الأبناء . و يشملهم بالرعاية و العطف و التوجيه والتنشئة لذا فاختلال الاتزان في الأسرة و انعدام الاستقرار يؤدي إلى نتائج قد تنعكس أثارها على الأبناء وتحصيلهم الدراسي.

يتخذ عدم الاستقرار في الأسرة أوجها متعددة فقد يكون بسبب تعدد الزوجات ، و ذلك حين أقدم الزوج على إعادة الزواج مرة أخرى أو عدة مرات و تكوين أسر جديدة فيؤثر هذا على دوره الذي أصبح ناقصا و منقسما بين عدة أسر ، مما يؤدي إلى ظهور خلل في أداء دوره كأب.

كما يمكن أن يتخذ عدم الاستقرار الأسري شكلا آخر يتمثل في الطلاق و الانفصال بما يحمله من أبعاد خطيرة تهز كيان الأسرة و تهدد مستقبل الأبناء ، و تزداد الأمور سوءا في حالة إعادة أحد الوالدين بين الزوجين للأبد ويبقى الأبناء كالكرة ترمي بين الوالدين و تتأثر حياة الأبناء بالعيش مرة مع الأم و مرة أخرى مع الأب . مما يخلق فراغا في العلاقات و التواصل و يزداد الأمر سوءا إذا رزق الوالدان بأبناء جدد من الزواج الجديد . و توجد صور أخرى لعدم الاستقرار الأسري تتمثل في الهجر و ذلك بترك الأب الأسرة و التخلي عن مسؤولياته و دوره اتجاه أبنائه . (محمد يسري إبراهيم دعيس ، 1995 ، ص 36)

و في الأخير يمكن القول أن الاستقرار الأسري نقطة جوهرية في حياة أي أسرة ، فالجو الهادي يساعد الأبناء على العطاء فر النمو السليم و التحصيل الدراسي.

3-5- أسلوب الأم في معاملة الطفل : إن الطبيعة البشرية شديدة التعقيد و أن الأطفال و الآباء يختلفون أشد الاختلاف في الشخصية و الذكاء بحيث يظهر بالضرورة تشعب و اختلاف في الرأي بشأن معاملة الطفل فكل يحدد نوع المعاملة حسب ما يراه مناسباً و خصوصا الأمهات فهن يتبعن أساليب مختلفة مع أبنائهن لاختلاف المواقف التي تحدث خلال حياة الطفل فكثيراً ما يتعرض الأطفال إلى مشاكل عديدة كمشكلة الامتناع عن الأكل ، أو مشكلة الإصرار على طلب الأشياء أو المشاكل السلوكية كالكذب و السرقة و مشكلات تتعلق بالدراسة.

و يمكن للأم أن تحقق نتائج أفضل في معالجة تلك المشكلات إذا واجهتها بهدوء يساعدها على التحصيل و التفكير الهادي لحل المشكلة بإتاحة الفرصة للطفل لاختيار ما يحب بدلاً من إلزامه بما ينبذ و يجب أن تكون الأم قدوة حسنة و أن يكون سلوكها حضارياً و جيداً .
(زعيمية مني ، مرجع سابق ، ص 52 .)

ملخص فصل الطفولة :

تعد مرحلة الطفولة الركن الأساسي في بناء شخصية الفرد، حيث إن لها أهمية كبيرة في تحقيقه للنجاح أو الفشل، ويعتمد هذا الأمر على التنشئة الاجتماعية للطفل، فكل طفل خصائص ينبغي تقبلها وترشيدها وتهذيبها من قبل الأولياء.

الجانب التطبيقي

تمهيد :

يمر البحث العلمي على مراحل عدة ومن أهم المراحل مرحلة تطبيق وتجسيد المعلومات التي يعرفها الباحث في الجانب النظري إلى الميدان من أجل إثبات أو نفي ما تم طرحه وهذا ما يتضمنه هذا الفصل من إجراءات منهجية .

1- الدراسة الاستطلاعية :

قبل البدء بالعمل الميداني تم القيام بالدراسة الاستطلاعية التي تعتبر مرحلة عامة في البحث العلمي ،كما أنها تشمل الجانب النظري عموماً، وما اطلع إليه الباحث في نظرة شاملة حول موضوع الدراسة، فهي أول خطوة يلجأ إليها الباحث للتعرف على ميدان بحثه .

حيث تقربنا من مدرء جمعية السمكة الزرقاء لمسبح الاولمبي لمستغانم بعدها تم إجراء مقابلة مع المعالجين الرياضيين وتوصلنا من خلال هذه الدراسة الاستطلاعية غلى أ، هناك أطفال عدة من مختلف الأعمار يعانون من اضطراب فرط نشاط الحركة وتشنت الانتباه .

2- أهداف الدراسة الاستطلاعية :

- التأكد من إمكانية الدراسة
- تحديد ما تستخرجه الدراسة من وقت
- تحديد منهج الدراسة
- التعرف على صعوبات البحث لتفاديها في الدراسة الأساسية
- استكشاف ميدان الدراسة لتفادي النقائص و الغموض
- تعديل خطة الدراسة الميدانية أو تعديل بنود مع الأدوات أو الزمن المحدد لها أو تغيير الطرق الإحصائية بما يتناسب ويتفق مع طبيعة الدراسة .

3-مجلات الدراسة الاستطلاعية :

المجال الزمني :

تم إجراء هذه الدراسة من 2020/07/07 إلى غاية 2021/02/21

المجال المكاني:

تم إجراء هذه الدراسة في المسبح الأولمبي لمستغانم

المجال البشري :

تم إجراء هذه الدراسة على عينة من تتكون من 10 أطفال تم إنشاء مجموعة خاصة من

الأطفال الذين يعانون من فرط نشاط الحركة وتشنت الانتباه.

اختيرت العينة بطريقة قصدية على مجموعة أطفال يتراوح سنهم ما بين 6 إلى 10 سنوات

4-أدوات الدراسة الاستطلاعية :

تم استعمال هذه الدراسة مجموعة من الأدوات وهي كالتالي :

المقابلة: تعددت أشكال المقابلة التي أجرتها الباحثة في الدراسة الاستطلاعية إلى:

أ-1) المقابلة مع رئيس جمعية السمكة الزرقاء : يهدف التعريف الباحثة بنفسه وإبراز هدف

الدراسة وتلقي المساعدة و التسهيلات .

ب-1) المقابلة مع المعالج الرياضي : يهدف التعريف على المجتمع الرياضي وتنمية روح

البحث بين الباحث و الأطفال .

ت-1)المقابلة مع الأطفال : بهدف تعريف الباحثة بنفسها وكسب ثقة الأطفال

خ-1)المقابلة مع الأولياء للتعرف على طبيعة المشكل الذي يعاني منهم أطفالهم

2-الملاحظة : استعانت الباحثة بالملاحظة لي تلاحظ سلوكيات الأطفال أثناء القيام بتطبيق

الاختبار .

الملاحظة بالمشاركة : طبقت مع مجموعة من المعالجين و المختصين الأطفونيين

3-كما استعانت على استبيان لأعراض فرط نشاط الحركة، وهو عبارة عن أسئلة مبنية بطرق

علمية مستخدمة في المراكز التخصصية الأمريكية كيفية على المجتمع الجزائري حيث تعتمد

على وجود ثلاثة أعراض قياسية ليتم تشخيص الطفل مصاب باضطراب فرط الحركة .

استبيان أعراض فرط نشاط الحركة (Hyperactivité Symptômes)

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا	قليلا	غالبا	دائما
		Not at all	Just a little	Pretty much	Very much
1	الخروج من الصف عدة				
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد				
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف				
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم				
6	غير متعاون مع معلميه				
7	لا يستجيب لتعليمات متمرد او خارج عن الطاعة				
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف				
11	عدم ممارسة الأنشطة				
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف				
13	يتهم الآخرين باستمرار				
14	تغيب عن المدرسة دون عذر				
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم أو القواعد				
16	يتجنب الأعداء				
17	سلوكه لا يمكن توفعه				
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين				
19	يتكلم كثيرا بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهته)				

طريقة حساب إجابات الاستبيان:

الدرجة	الإجابة
درجة واحدة	نادرا
درجتان	قليلًا
ثلاثة درجات	غالبًا
أربعة درجات	دائمًا

نتائج استبيان القبلي للحالات

الحالة الأولى:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا	قليلا	غالبا	دائما
		Not at all	Just a little	Prettymuch	Verymuch
1	الخروج من الصف عدة				×
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				×
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد	×		×	
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف				
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم				×
6	غير متعاون مع معلميه			×	
7	لا يستجيب لتعليمات منمرد او خارج عن الطاعة				×
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				×
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال			×	
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف		×		
11	عدم ممارسة الأنشطة				×
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف			×	
13	يتهم الآخرين باستمرار		×		
14	تغيب عن المدرسة دون عذر		×		
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيد النظم والقواعد		×		
16	يتجنب الأعداء			×	
17	سلوكه لا يمكن توقعه				×
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		×		
19	يتكلم كثيراً بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	×			

الحالة الثانية:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا	قليلا	غالبا	دائما
		Not at all	Just a little	Prettymuch	Verymuch
1	الخروج من الصف عدة		✗		
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج			✗	
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد				✗
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف		✗		
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم	✗			
6	غير متعاون مع معلميه				✗
7	لا يستجيب لتعليمات متمرداً وخارج عن الطاعة			✗	
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				✗
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				✗
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	✗			
11	عدم ممارسة الأنشطة		✗		
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف				✗
13	يتهم الآخرين باستمرار	✗			
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	✗			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم والقواعد			✗	
16	يتجنب الأعداء	✗			
17	سلوكه لا يمكن توفعه			✗	
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين	✗			
19	يتكلم كثيراً بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)		✗		

الحالة الثالثة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا	قليلًا	غالبًا	دائمًا
		Not at all	Just a little	Prettymuch	Verymuch
1	الخروج من الصف عدة				×
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				×
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد				×
4	يسبب صخبًا و ضوضاء داخل الصف				×
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم				×
6	غير متعاون مع معلميه				×
7	لا يستجيب لتعليمات متمردا وخارج عن الطاعة				×
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				×
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				×
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف		×		
11	عدم ممارسة الأنشطة		×		
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف		×		
13	يتهم الآخرين باستمرار				×
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	×			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيد النظم والقواعد	×			
16	يتجنب الأعداء			×	
17	سلوكه لا يمكن توقعه		×		
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		×		
19	يتكلم كثيرا بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)		×		

الحالة الرابعة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة	✗			
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				✗
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد			✗	
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف			✗	
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم			✗	
6	غير متعاون مع معلميه				✗
7	لا يستجيب لتعليمات متمرداً وخارج عن الطاعة				✗
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				✗
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				✗
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	✗			
11	عدم ممارسة الأنشطة			✗	
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف		✗		
13	يتهم الآخرين باستمرار	✗			
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	✗			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم والقواعد			✗	
16	يتجنب الأعداء	✗			
17	سلوكه لا يمكن توفعه				✗
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين			✗	
19	يتكلم كثيراً بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	✗			

الحالة الخامسة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة		✗		
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				✗
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد				✗
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف			✗	
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم			✗	
6	غير متعاون مع معلميه				✗
7	لا يستجيب لتعليمات متمرداً وخارج عن الطاعة			✗	
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				✗
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				✗
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	✗			
11	عدم ممارسة الأنشطة			✗	
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف			✗	
13	يتهم الآخرين باستمرار			✗	
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	✗			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره ان تقيده النظم والقواعد	✗			
16	يتجنب الأعدار	✗			
17	سلوكه لا يمكن توفعه			✗	
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		✗		
19	يتكلم كثيراً بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	✗			

الحالة السادسة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا	قليلًا	غالبًا	دائمًا
		Not at all	Just a little	Prettymuch	Verymuch
1	الخروج من الصف عدة				×
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				×
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد				×
4	يسبب صخبًا و ضوضاء داخل الصف				×
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم				×
6	غير متعاون مع معلميه				×
7	لا يستجيب لتعليمات متمردا وخارج عن الطاعة				×
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				×
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				×
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف		×		
11	عدم ممارسة الأنشطة		×		
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف		×		
13	يتهم الآخرين باستمرار				×
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	×			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيد النظم والقواعد	×			
16	يتجنب الأعداء			×	
17	سلوكه لا يمكن توقعه		×		
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		×		
19	يتكلم كثيرا بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)		×		

الحالة السابعة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة				×
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				×
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد	×		×	
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف				
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم				×
6	غير متعاون مع معلميه			×	
7	لا يستجيب لتعليمات متمرد او خارج عن الطاعة				×
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				×
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال			×	
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف		×		
11	عدم ممارسة الأنشطة				×
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف			×	
13	يتهم الآخرين باستمرار		×		
14	تغيب عن المدرسة دون عذر		×		
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيد النظم والقواعد		×		
16	يتجنب الأعداء			×	
17	سلوكه لا يمكن توفعه				×
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		×		
19	يتكلم كثيرا بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهني)	×			

الحالة الثامنة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة	×			
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				×
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد			×	
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف			×	
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم			×	
6	غير متعاون مع معلميه				×
7	لا يستجيب لتعليمات متمرداً وخارج عن الطاعة				×
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				×
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				×
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	×			
11	عدم ممارسة الأنشطة			×	
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف		×		
13	يتهم الآخرين باستمرار	×			
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	×			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم والقواعد			×	
16	يتجنب الأعداء	×			
17	سلوكه لا يمكن توفعه				×
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين			×	
19	يتكلم كثيراً بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	×			

الحالة التاسعة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة		✗		
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				✗
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد				✗
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف			✗	
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم			✗	
6	غير متعاون مع معلميه				✗
7	لا يستجيب لتعليمات متمرداً وخارج عن الطاعة			✗	
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				✗
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				✗
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	✗			
11	عدم ممارسة الأنشطة			✗	
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف			✗	
13	يتهم الآخرين باستمرار			✗	
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	✗			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره ان تقيده النظم والقواعد	✗			
16	يتجنب الأعدار	✗			
17	سلوكه لا يمكن توفعه			✗	
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		✗		
19	يتكلم كثيراً بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	✗			

الحالة العاشرة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة		✗		
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج			✗	
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد				✗
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف		✗		
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم	✗			
6	غير متعاون مع معلميه				✗
7	لا يستجيب لتعليمات متمرداً وخارج عن الطاعة			✗	
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				✗
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				✗
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	✗			
11	عدم ممارسة الأنشطة		✗		
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف				✗
13	يتهم الآخرين باستمرار	✗			
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	✗			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم والقواعد			✗	
16	يتجنب الأعداء	✗			
17	سلوكه لا يمكن توفعه			✗	
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين	✗			
19	يتكلم كثيراً بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)		✗		

الدراسة الأساسية :

بعد حصولنا على نتائج الدراسة الاستطلاعية التي تعتبر القاعدة الأساسية التي تبنى عليها هذه

الدراسة من خلال العناصر التالية :

المنهج :

اتبعت الدراسة الحالية المنهج التجريبي حيث هدفة إلى معرفة دور السباحة المائية على الأطفال العاديين المعانين بفرط نشاط الحركة وذلك من خلال معرفة تأثير متغير على متغير آخر وهذا ما يهدف إليه المنهج التجريبي.

حسب ما عرفه حسين عبد الباسط علي¹ أنه يتضمن كافة الإجراءات و التدابير المحكمة التي يتدخل فيها الباحث الاجتماعي عن قصد مسبق في كافة الظروف المحيطة بظاهرة محددة (محمد عيدات وآخرون ، بط، 199 ص 40).

مجالات الدراسة الأساسية :

المجال المكاني : أجريت هذه الدراسة بمسبح مستغانم الاولمبي

المجال الزمني : تمت هذه الدراسة 21/03/01 إلى 2021/04/30

دام تطبيقها لمدة شهرين حصتين في الأسبوع : ساعة و نصف لكل حصة .

المجال البشري : اختيرت العينة بطريقة قصدية على مجموعة أطفال يتراوح سنهم ما بين 6

إلى 10 سنوات

خصائص العينة :

- ✓ صعوبة التركيز في أمر واحد
- ✓ الشعور بالملل من أداء نشاط واحد بعد بضعة دقائق فقط ما لم يكن هذه النشاط ممتعا
- ✓ صعوبة معالجة المعلومات بسرعة وبدقة كالآخرين
- ✓ القلق و و الاحساس بالملل في المقاعد
- ✓ صعوبة أداء المهام و الأنشطة بهدوء
- ✓ بعد الإلقاء بتعليقات غير ملائمة و إبداء المشاعر دون ضبط النفس و التصرف دون اعتبار للعواقب .

الفئة المقصودة : الأطفال المصابين بفرط نشاط الحركة

محتوى البرنامج

عدد الحالات : 10

اسم الجمعية : السمكة الزرقاء

سن الحالات : بين 6 إلى 10 سنوات

اسم المدرب : مداحي ب

التخصص: السباحة

السنة : 2021/2020

محتوى البرنامج

الفترة الممتدة بين 2021/03/30 إلى

2021/04/30

تطوير القدرة على التحمل و المرونة و
السرعة

تحسين مدى تطبيق التقنيات التناسق بين
الحركات و عمليات التنفس تحت الماء
تعلم الذهاب و الإياب في المسبح

خلق الانطلاق و الانعطاف الصحيحين
تحسين عملية الزحف
تحسين الظهر
تحسين الدفع البطني

الفترة الممتدة بين

2021/03/01 إلى 21/03/30

التعود على المسبح

تعلم تقنيات سباحة الصدر و الفراشة
التسيق بين العمليات التنفسية و

التقنيات الرياضية

تعلم مسار المسبح

الدفع البطني و الدفع الخلفي

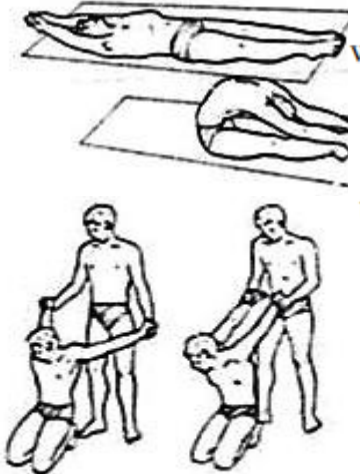
تحسين الظهر

التزامن بين الضرب وحركة الساقين و

الذراع

رقم 01

الهدف الرئيسي: الدفع البطني ، للتحرك في توازن أفقي بفعل وحيد للساقين

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10	<p>* حالة الحضور.</p> <p>* شرح الهدف من الجلسة</p>	التحضير النفسي	
			<p>* تدفئة جافة</p> <p>*-تمارين المرونة: القفز ، دوران الأطراف العلوية. والجدع ...</p> <p>* إغلاق الحوض عند الزفير.</p> <p>* تمتد لأعلى ، المرفقين معا.</p> <p>* دش.</p>	<p>التحضير الفسيولوجي</p> <p>مرونة الظهر</p> <p>مرونة الكتف</p>	الجزء الأولي

		<p>(1) - انزل من الحافة بعد الدوران في الهواء. * سلسلة الزفير على الحافة. $w = 2$ fois</p> <p>(2) - على المعدة ، خذ الدعم مع فرد الذراعين على الحافة ، ورأسك مغمو ، وركل الساقين بالتناوب والمستمر. * الضرب يبدأ من الوركين. * $w = 3$ séries de 20 $t = 10'$</p> <p>(3) - تحرك على بطنك بينما تمسك بلوحًا في المنتصف ، ممدودًا بذراعيك. * شرح تقني. * تصحيح العيوب. $w = 4 \times 40''$ $r = 20''$ $t = 10'$</p> <p>R = 30cycles respiratoire</p> <p>$w = 4 \times 25m$ $r = 40''$ $t = 15'$</p>		<p>تفاعل. يتقن الإيقاعات على الفور. الدفع البطني</p>	<p>الجزء الرئيسي</p>
		<p>$t = 10$</p>	<p>* يسقط الخلفي على الحافة</p>	<p>تقبل السقوط</p>	<p>الجزء النهائي</p>

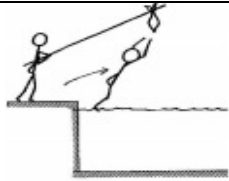
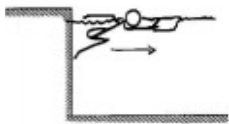
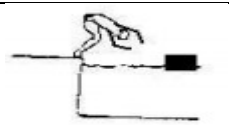
W = العمل r = الراحة بين التكرار R = الراحة بين التمارين T = إجمالي وقت التمرين

استمارة الجلسة 02

- التاريخ: 2021/03/03
- المدة: 01 سا و 30 د
- المكان: مسيح مستغانم
- الأدوات: أعمدة، لوحات، مناديل

الهدف الرئيسي: تحسين الدفع البطني

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10	<p>* حالة الحضور.</p> <p>* شرح الغرض من الجلسة.</p>	التحضير النفسي	الجزء الأولي
		<p>w = 15"</p> <p>r = 5"</p> <p>t = 20</p>	<p>* الإحماء الجاف:</p> <p>* - تمارين التقوية: القفز ، دوران الأطراف العلوية. والجدع...</p> <p>* ثني الكاحلين والحوض.</p> <p>* فتح الحوض (الظهري) وبسط الكاحلين.</p>	<p>التحضير الفسيولوجي.</p> <p>مرونة الكاحلين والعمود الفقري.</p>	

	<p>w = 2 fois w = 2x25m w = 4x20 cycles Respiratoires t = 15'</p>	<p>(1) - ملخص التدريبات السابقة: * القفز في الماء بعد لمس المنديل وإرفاقه بنهاية العمود. * التحرك للخلف في مواجهة الحائط. * سلسلة زفير على الحافة والفم مفتوح. (2) - على معدتك ، ادمع نفسك بذراع ممدودة على الحافة ، والأخرى ممسكة بلوح ، وادفع الحائط بكلتا قدميك لتذهب بعيداً قدر الإمكان. * رأس مغمور. * تتبع ركلات الساق. (3) - ادفع نفسك على الحائط واذهب إلى أقصى حد ممكن في الزفير ، بدون اللوح ، والأذرع ممدودة للأمام. تتبع الضربات. * الذراعين على طول الجسم</p>	<p>اذهب ابعده ذلك في الهواء انزلاق بطني في اللوحة</p>	<p>الجزء الرئيسي</p>
	<p>R = 30cycles respiratoire w = 6x20m r = 30" t = 10'</p>	<p>w = 6x20m r = 20" t = 10'</p>	<p>اللعبة: القفز في الماء وإرجاع اللوحة التي ألقاها السيد في العمق.</p>	<p>الجزء النهائي</p>
	<p>w = 2x15m t = 10'</p>	<p>w = 2x15m t = 10'</p>	<p>الدفك الكلي</p>	<p>الدفك الكلي</p>

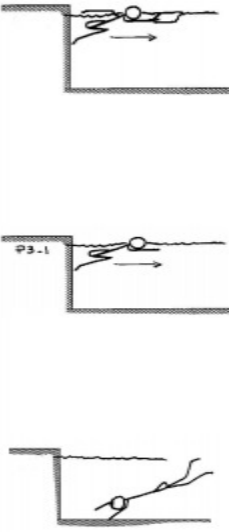

ملاحظة حول الدورة

استمارة الجلسة رقم 03

- التاريخ: 2021/03/08
- المدة: 01 سا و 30 د
- الموقع: مسيخ مستغانم.
- الأدوات: أعمدة ، لوحات.

الهدف الرئيسي: العمل على المسبوكات البطنية

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10'	حالة الحضور شرح الغرض من الجلسة	التحضير النفسي	الجزء الأولي
		w = 15" r = 5" t = 20	* إحماء القلب والأوعية الدموية وحزام الكتف وحزام الرأس والحوض. * فتح الحوض وبسط الكاحلين.	التحضير الفسولوجي. ليونة الكاحل	

		<p>w = 8 répétitions r = 20" t = 15'</p> <p>w = 6 répétitions r = 20" t = 15</p>	<p>(1) - ملخص التدريبات السابقة: * انزلاقات بطنية مع دقائق. * يسقط الخلفي على الحافة. (2) - تمسك اليد بالحافة بينما تكون على الجانب قليلاً ، وتحرر الحافة ، وستقوم اليد والذراع بحركة نصف دائرية في مستوى عمودي مع ثني الكوع؛ يتم وضع اليدين فوق بعضهما البعض ، ودفع بعضهما البعض على الحائط والذهاب إلى أقصى حد ممكن تحت الماء. (3) - كما سبق المرور تحت أرجل السيد أو الشريك المنتشرة ، مما يزيد المسافة بين الحائط والساقين.</p>	<p>مراجعة الصب البطني. صب الهدف.</p>	<p>الجزء الرئيسي</p>
		<p>w = 2 répétitions t = 10'</p>	<p>ضربة صب بطني في أزواج عن طريق إحضار شيء موضوع في قاع البركة.</p>	<p>زيادة وقت الصب</p>	<p>الجزء النهائي</p>

ملاحظة حول الدورة

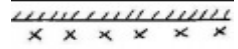
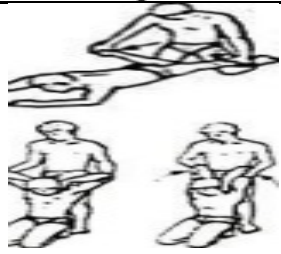
.....

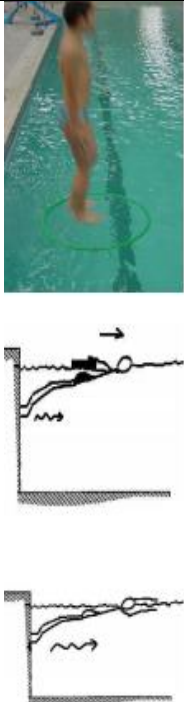
.....

استمارة الجلسة رقم 04

- التاريخ: 2021/03/10
- المدة: 01 ساو 30 د
- الفئة : البدء
- الموقع: مسيح مستغانم.
- الأدوات: أعمدة ، لوحات، طوق ، عوامة

الهدف الرئيسي: الدفع الظهري

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10'	حالة الحضور شرح الغرض من الجلسة	التحضير النفسي	الجزء الأولي
		w = 15" r = 5" t = 20	* التسخين الجاف: ضبط سرعة التفاعل. * ثني الركبة في الدوران الداخلي ، متنجي. * الخلع والذراعين بالقرب من الركبتين.	التحضير الفسيولوجي. مرونة الركبتين. مرونة الكتف	

		<p>w = 2 répét. w = 2x40" w = 4x20 cycles t = 10' w = 6 x15m r = 10" t = 15' w = 6 x15m r = 10" w = 6 x15m t = 15'</p>	<p>(1) - ملخص التدريبات السابقة: * القفز في الماء ، اليدين بجانب الجسم ، ادخل الطوق بكلتا القدمين. * يدق على الحافة. * سلسلة زفير على الحافة والفم مفتوح. (2) - على ظهرك ، ادمع نفسك بذراع ممدودة على الحافة ، والأخرى ممسكة بلوح ، وادفع ضد الحائط بكلتا قدميك لتذهب إلى أقصى حد ممكن. * يستريح الرأس على الماء. * بعض الركض في الساقين. 3 (3) ادفع نفسك على الحائط واذهب بعيداً قدر الإمكان ، وذراعيك ممدودتان للخلف ، على ظهرك * ذراعيك جنباً إلى جنب مع جسمك.</p>	<p>إتقان القفزات. الشريحة الظهرية. الانزلاق الظهري دون مساعدة.</p>	<p>الجزء الرئيسي</p>
		<p>w = 2 essais t = 10'</p>	<p>لعبة: القفز في أزواج في الماء ، الأول يجلب اللوحة التي ألقاها السيد في العمق.</p>	<p>الدفع الكلي</p>	<p>الجزء النهائي</p>

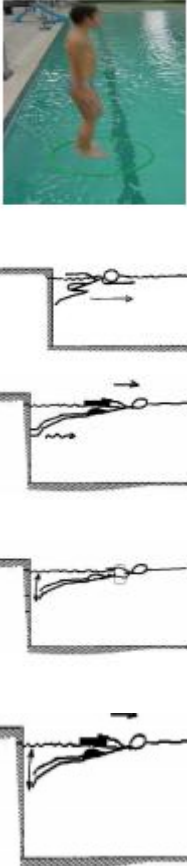
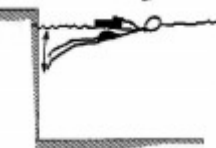
ملاحظة حول الدورة

استمارة الجلسة رقم 05

- التاريخ: 2021/03/15
- المدة: 01 ساو 30 د
- الفئة : البدء
- الموقع: مسيح مستغانم.
- الأدوات: أعمدة ، ألواح ، طارة

الهدف الرئيسي: تحسين الدفع الظهرى

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10'	* حالة الحضور. * مراقبة النظافة. * شرح الغرض من الجلسة.	التحضير النفسي	الجزء الأولي
		w = 15" r = 5" t = 20	العمل الجاف: * ضبط سرعة رد الفعل. * المرونة قبل التعاقد - الاسترخاء ، السلبية. العمل الجاف: * ضبط سرعة رد الفعل. * المرونة قبل التعاقد - الاسترخ	التحضير الفيسيولوجي مرونة الكتف	


		<p>w = 2 répét. w = 4 séries de 20 t = 10'</p> <p>w = 4x20m w = 2x20 t = 10'</p> <p>w = 6x20m t = 15'</p> <p>w = 4x25m r = 20" t = 10</p>	<p>(1) - تلخيص التدريبات السابقة: * أدخل الأطواق مع القدمين واليدين بجانب الجسم. * يدق الظهر على الحافة. * مجموعات التنفس على الحافة.</p> <p>(2) - الانزلاق البطني بلوحة مثبتة بطول الذراع متبوعة بالركل. * بدون لوح ذراع على طول الجسم.</p> <p>(3) - الشريحة الظهرية بلوحة ، ممسكة باليدين بين الإبهام والأصابع ، الأصابع في الماء والإبهام على السبورة ، الجسم ممدود.</p> <p>(4) - باستخدام لوح خشبي يوضع فوق المعدة وعلى الظهر ، قم بأداء ركلات الساق المتزامنة.</p>	<p>خلاصة الدفع البطني. الدفع الخلفي. الدفع الخلفي.</p>	<p>الجزء الرئيسي</p>
		<p>w = 2 répét. t = 10'</p>	<p>ظهر سباق الركل باستخدام لوح يوضع على المعدة</p>	<p>المنافسة</p>	<p>الجزء النهائي</p>

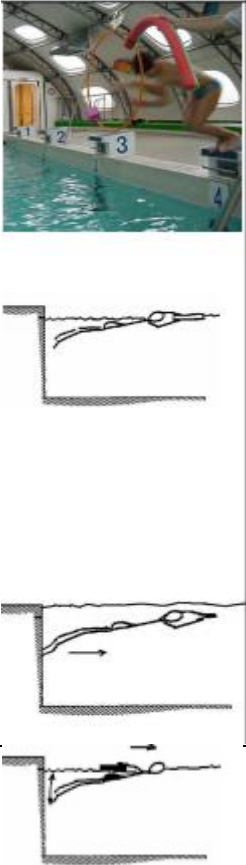

ملاحظة حول الدورة

استمارة الجلسة رقم 06

- التاريخ: 2021/03/15
- المدة: 01 ساو 30 د
- الفئة : البدء
- الموقع: مسيح مستغا
- الأدوات: الأعمدة ، ألواح

الهدف الرئيسي: العمل على المسبوكات الظهرية

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10'	* حالة الحضور. * شرح الغرض من الجلسة.	التحضير النفسي	الجزء الأولي
		w = 15" r = 5" t = 20'	* العمل الجاف: تليين. * إغلاق الحوض عند الزفير ونشط	التحضير الفسيكولوجي	

		<p>w = 2x15m w = 20 cycles w = 4x15m t = 15' w = 6x15m r = 15" t = 10</p>	<p>(1) - القفز في الماء ، اليدين في الأمام ، أدخل الطوق الممتد من قبل السيد متبوعًا بالركل. * سلسلة زفير على الحافة والفم مفتوح. * التدفقات البطنية.</p> <p>(2) - بمساعدة لوحة ممسكة باليدين بطول الذراع. قم بالتمرير أثناء محاولة الحفاظ على الموضع لأطول فترة ممكنة وإطالة طول الشريحة. * يستريح الرأس على الماء.</p> <p>(3) - على الظهر ، يكون الجسم محاذيًا جيدًا ، وتوضع اليدين واحدة على الأخرى ، ويوضع الرأس في محور الجسم بين الذراعين : دفع الساقين إلى الحائط يشبه الدفع إلى المعدة. لا تقم بتصويب رأسك أثناء الدفع والانزلاق. احتفظ بضغط زائد صغير للهواء في الأنف حتى لا يدخل الماء</p>	<p>خلاصة. منزلق ظهري مع لوح. صب الظهر</p>	<p>الجزء الرئيسي</p>
		<p>w = 2x25m t = 10</p>	<p>* سكتة دماغية على الظهر بلوح خشبي مثبت على المعدة بعد الضغط على الحائط</p>	<p>الدفع الخلفي</p>	<p>الجزء النهائي</p>

ملاحظة حول الدورة

استمارة الجلسة رقم 07

التاريخ: 2021/03/22

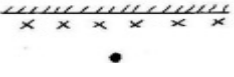


المدة: 01 ساو 30 د

الفئة : البدء

الموقع: مسيخ مستغانم.

الأدوات: أعمدة، ألواح

الهدف الرئيسي: تحسين المسبوكات الظهرية

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10	* حالة الحضور. * شرح الغرض من الجلسة.	التحضير النفسي	الجزء الأولي
	 	w = 15" r = 5" t = 20'	* الإحماء الجاف: - تمارين التقوية: القفز ، دوران الأطراف العلوية. والجنذع ... - المرونة الخلفية. - المرونة الداخلية الخلفية. - خذ حماما.	التحضير الفيسيولوجي مرونة الكتف	

	<p>w = 2x15m w = 20 cycles w = 4x15m t = 15' w = 6x15m r = 15" t = 10' w = 8 répétitions t = 10'</p>	<p>(1) - القفز في الماء ، اليدين في الأمام ، واحدة فوق الأخرى متبوعة بالركل. * التدفقات البطنية. (2) * سلسلة الأنفاس. (3) - بمساعدة لوحة ممسكة باليدين بطول الذراع. قم بالتمرير أثناء محاولة الحفاظ على الموضع لأطول فترة ممكنة وإطالة طول الشريحة. * يستريح الرأس على الماء. (4) المسبوكات الظهرية ، مع الحرص على النزول جيدًا تحت الماء ووضعها جيدًا في المحور قبل الضغط على الحائط. يتم وضع اليدين فوق بعضهما البعض ، ويمتد الذراعين. * إطالة وقت وطول السكب عن طريق الخفق عدة مرات في نهاية السكب لتسهيل خروج الماء.</p>	<p>تلخيص التدريبات المستفاد. منزلق ظهري مع لوح. الصب الظهري.</p>	<p>الجزء الرئيسي</p>
	<p>w = 2x25m t = 10'</p>	<p>* الجري على الظهر بلوح خشبي مثبت على المعدة بعد الضغط على الحائط.</p>	<p>الدفع الخلفي</p>	<p>الجزء النهائي</p>

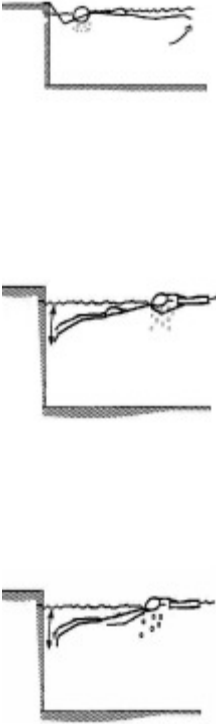

ملاحظة حول الدورة

استمارة الجلسة رقم 08

- التاريخ: 2021/03/24
- المدة: 01 ساو 30 د
- الفئة : البدء
- الموقع: مسيح مستغانم.
- الادوات : أعمدة ، ألواح

الهدف الرئيسي: التنسيق بين التنفس والركل

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10'	* حالة الحضور. * شرح الغرض من الجلسة.	التحضير النفسي	الجزء الرئيسي
		w = 15" r = 5" t = 20'	* الاحماء من مختلف المفاصل. * إغلاق الحوض عند الزفير	التحضير الفيسيولوجي مرونة العمود والركبتين.	

		<p>w = 4x40" w = 6x40" r = 20" t = 10' w = 12x25m r = 20" t = 15' w = 10x25m r = 30" t = 15</p>	<p>(1) - تمتد الذراعين ، وتمسك الأيدي بالحافة ، ركلة أثناء الاستنشاق الجانب. * ذراع واحدة على الحافة الأخرى على طول الجسم مع الإلهام على نفسه الجانب. تغيير السلاح. (2) - التزوح في الضرب الساقين بلوح ، والذراعين الكذب عليه ، كما أشار السيد تنفخ في الماء أثناء تناولها الذقن ، يستنشق أثناء استقامة ذلك ويكون مطول بشكل جيد. (3) - مع لوحة ممسوكة بيد واحدة ، تمتد الذراع الأخرى بجانب الجسم ، الجانب الذي يدير الرأس إليه تنفس ، فقط الرأس يدور وليس الكتفين والجسم.</p>	دفع الأرجل	الجزء الرئيسي
			* سباق الضرب بلوح الخشبة والتنفس على المعدة. رحيل من المؤامرة.	دفع الساق.	الجزء النهائي

ملاحظة حول الدورة

التاريخ: 2021/03/29

المدة: 01 سا و 30 د

الفئة : البدء

الموقع: مسبح مستغانم.

الأدوات: القطب، المجالس

استمارة الجلسة رقم 09

الهدف الرئيسي: التنسيق بين التنفس الجانبي وركل الرجلين

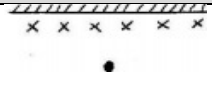
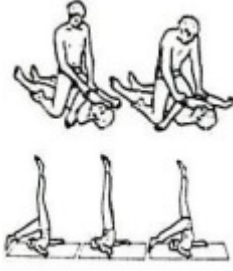
الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10'	* حالة الحضور. * شرح الغرض من الجلسة.	التحصير النفسي	الجزء الأولي
		w = 15" r = 5" t = 20'	* التسخين الجاف: إرخاء مفاصل الأطراف العلوية والسفلية. * الاستلقاء على البطن وخلع من الأمام إلى الخلف	التحضير الفسيولوجي. مرونة الكتفين.	
	  	w = 4x25m r = 30" t = 10' w = 4x25m r = 40" t = 15' w = 4x25m r = 40" t = 15'	(1) - مراجعة التمارين التي تم تعلمها: * تقلبات بطنية مع خروج من الماء يليها الركل مع فرد الذراعين بجانب الجسم مع التنفس أثناء رفع الذقن. (2) - مع لوحة ممسوكة في إحدى يديها ، والذراع الأخرى ممتدة على طول الجسم ، والجانب الذي يجب توجيه الرأس إليه للتنفس ، يتحول الرأس فقط وليس الكتفين والجسم. (3) - ركلة بدون لوح ، أحدهما ممتد للأمام والآخر للخلف : ابق مستويًا ، واتجه في الطابور ، ومدد وقت انتهاء الصلاحية. قم بتغيير الذراع الممتدة للأمام عند كل تكرار. فقط الرأس يتحول وليس الكتفين والجسم	الدفع البطني. تنسيق ، التنفس على الجانب. تنسيق بدون دعم.	الجزء الرئيسي
		t = 10	وقت حر للمشاهدة في المسبح الصغير. (حظر الغوص من حافة المسبح)	لعب حر	الجزء النهائي

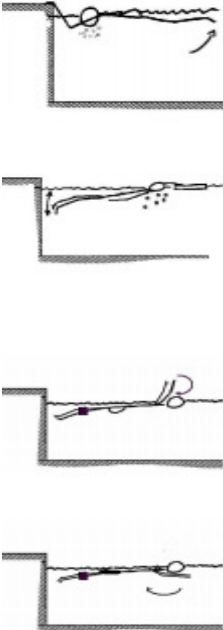

ملاحظة حول الدورة

استمارة الجلسة رقم 10

- التاريخ: 2021/03/31
- المدة: 01 ساو 30 د
- الفئة : البدء
- الموقع: مسيخ مستغانم.
- الأدوات: الألواح ، سترة العوامة ، أحزمة المقاعد.

الهدف الرئيسي: وصلة دفع تنفس الذراع

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10'	* حالة الحضور. * شرح الغرض من الجلسة.	التحصير النفسي	الجزء الأولي
		Répéter l'exercice 10 fois w = 15" r = 5" T total = 20	* تدفئة جافة: القلب والأوعية الدموية ، حزام الكتف. * المرونة من قبل ، متعاقد ، مسترخى ، سلبي. * الإغماد النشط مع إغلاق الحوض	التحضير الفيسيولوجي مرونة أكتاف دودة العمود الفقري	

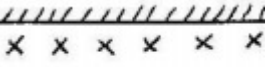
		<p>w = 4x40" r = 10" w = 8x25m r = 10" R= 20cycles respiratoires w = 8x25m r = 20" R= 20cy. Rs w = 6x25m r = 30"</p>	<p>(1) - ملخص التدريبات السابقة: * التنفس على الجانب مع ركلات الساق مع وضع اليدين على الحافة. * مع لوحة ممسكة بيد ، والذراع الأخرى ممتدة على طول الجسم ، والجانب الذي يجب توجيه الرأس للتنفس فيه ، يتحول الرأس فقط وليس الكتفين والجسم.</p> <p>(2) - الوضع الظهري ، وعوامة السحب المثبتة بين الفخذين ، والتحرك عن طريق الحركة المتزامنة للذراعين ، وخروج الذراعين من الماء ، والعضلة ذات الرأسين تلامس الأذنين في نهاية الرحلة ، وعودة الذراعين إلى وضع البداية.</p> <p>(3) - وضعية الانبطاح ، الرأس في حركة الماء للأذرع في وقت واحد دون إخراجها من الماء ، مستوحاة عند كل عودة من الذراعين إلى الفخذين</p>	<p>ملخص رابط. التنفس على الجانب. ذراع الدفع الخلفي على معدة الدفع</p>	<p>الجزء الرئيسي</p>
		<p>w = 4 répét. t = 10'</p>	<p>لعبة: * من قبلهم وبعد الغوص ، أعد النظارات التي ألقاها السيد في العمق</p>	<p>التحفيز</p>	<p>الجزء النهائي</p>

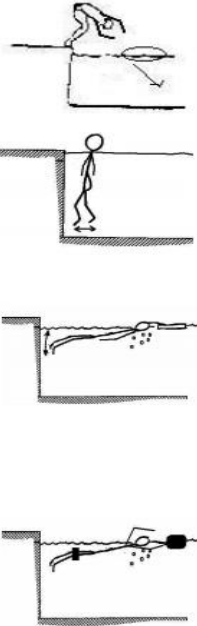
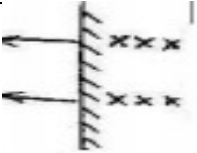
ملاحظة حول الدورة

استمارة الجلسة رقم 11

- التاريخ: 2021/03/31
- المدة: 01 ساو 30 د
- الفئة : البدء
- الموقع: مسيح مستغانم.
- الأدوات : الألواح ، الأطواق ، سترة العوامة ، الكرة

الهدف الرئيسي: إتباع وصلة دفع تنفس الذراع

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10'	* حالة الحضور. * شرح الهدف من الجلسة	التحضير النفسي	الجزء الأولي
		Répéter l'exercice 10 fois w = 15" r = 5" T total = 20	* إحماء القلب والأوعية الدموية وحزام الكتف وحزام الرأس والحوض.* دوران المقايضة على الجانبين بعبور الرجلين. نشيط.	التحضير الفيسيولوجي مرونة العمود الفقري.	

		<p>w = 2 répét. w = 4x30" r = 20" t = 10' w = 4x25m r = 20" t = 15' R = 30 cycles respira toires w = 4x25m r = 30" t = 15</p>	<p>(1) - خلاصة التدريبات السابقة: * أدخل الحلقات التي توضع في الماء بكلتا يديك للأمام. * وضع مستقيم ، اليدين بجانب الجسم ، الضرب. بديل لإبقاء رأسك فوق الماء والتنفس بشكل طبيعي. حافظ على استقامة الساقين ، وثني الركبتين قليلاً.</p> <p>(2) - مع لوحة ممسوكة في إحدى يديها ، والذراع الأخرى ممتدة على طول الجسم ، والجانب الذي يجب توجيه الرأس إليه للتنفس ، يتحول الرأس فقط وليس الكتفين والجسم.</p> <p>(3) - حركة الذراع مع لوحة ممسوكة في يد واحدة ، والإيهام في الماء ، والأصابع في الأعلى. اليد الأخرى ممدودة تحت اللوح ، أبق الذراع مستقيمة بتوجيهها نحو قاع البركة ، اشعر بضغط الماء على اليد. سترة عوامة مثبتة عند الفخذين</p>	<p>تقبل الإيلاج باليدين .. إتقان الضرب. رابط بات. التنفس على الجانب. حركة الذراع مع دعامات</p>	<p>الجزء الرئيسي</p>
		<p>w = 2x25m . t = 10</p>	<p>* سباق من قبل اثنين في الدفع مع ذراع واحدة ممسكة بالكرة ، بعد هبوط مسمار</p>	<p>التحفيز</p>	<p>الجزء النهائي</p>

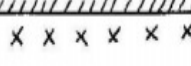
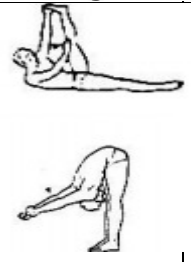
ملاحظة حول الدورة

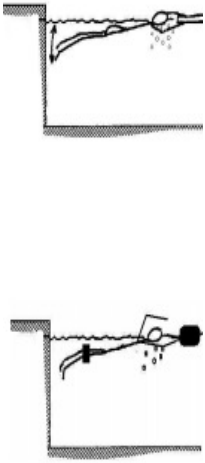
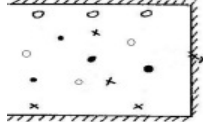
.....
.....

استمارة الجلسة رقم 12

- التاريخ: 2021/04/05
- المدة: 01 ساو 30 د
- الفئة : البدء
- الموقع: مسيح مستغانم.
- الأدوات : عمود ، لوحات ، سترة عوامية ، أحزمة أمان.

الهدف الرئيسي: التنسيق بين التنفس وهجوم الذراع في الزحف الأمامي

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10'	* حالة الحضور. * شرح الغرض من الجلسة.	التحضير النفسي	الجزء الأولي
		Répéter l'exercice 10 fois w = 15" r = 5" T total = 20	* العمل الجاف: إرخاء المفاصل المختلفة. * تمديد الساقين عن طريق إمساك الكاحل والركبة. * إغلاق الحوض عند الزفير. * أخذ حمام .	التحضير الفيسيولوجي مرونة الركبتين والعمود الفقري	

	 <p> $w = 6 \times 25m$ $r = 20''$ $w = 10 \times 25m$ $R = 1'$ Explication technique </p>	<p>(1) - مع لوحة مثبتة بيدين في المنتصف ، و 4 ركلات مع ساق واحدة والأخرى مستلقية ، و 4 ركلات بالساق الثانية ثم 8 ركلات متبادلة بكلتا الساقين بالطول ، مع التنفس المائي.</p> <p>(2) - حركة ذراع مع لوحة ممسوكة بيد واحدة. اليد الأخرى ممدودة تحت اللوح ، أبقى الذراع مستقيمة بتوجيهها نحو قاع البركة ، اشعر بضغط الماء على اليد. سترة عوامة مثبتة عند الفخذين. يستنشق كل دورتين للذراع.</p> <p>(3) - نفس التمرين بدون لوح ، والذراع ممتدة للأمام ، واليد تحل محل دعم اللوح ، وتنفس كل دورتين للذراع. مع عوامة السترة دائماً وبدون خفقان.</p>	<p>عمل إيقاعي للنبضات. حركة الذراع مع وصلة دعم بدون دعم.</p>	<p>الجزء الرئيسي</p>
	 <p>$t = 10'$</p>	<p>وقت حر للمشاهدة في المسبح لصغير. (حظر الغوص من حافة البركة).</p>	<p>لعب حر</p>	<p>الجزء النهائي</p>

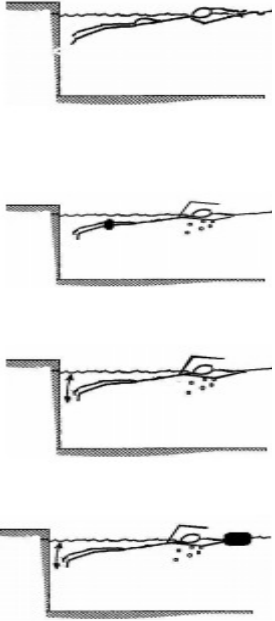

ملاحظة حول الدورة

استمارة الجلسة رقم 13

- التاريخ: 2021/04/07
- المدة: 01 سا و 30 د
- الفئة : البدء
- الموقع: مسيخ مستغانم.
- الأدوات : المجالس ، سترة العوامة.

الهدف الرئيسي: العمل المتتالي لكلا الذراعين في الزحف

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10'	* حالة الحضور. * شرح الغرض من الجلسة.	التحضير النفسي	الجزء الأولي
		W=15' R= 5' T total = 20'	* إحماء القلب والأوعية الدموية وحزام الكتف وحزام الرأس والحوض. * فتح الحوض وبسط الكاحلين. * إغتسال	التحضير الفسيولوجي مرونة الكاحل	

		<p>w = 4x50m w = 4x50m r = 30" w = 8x25m r = 15" w = 6x50m r = 30" w = 8x25m r = 20"</p>	<p>(1) - الإحماء في الماء: * الضرب على البطن بلوح ممسك بكلتا يديه. * الركل على الظهر بدون لوح مع فرد اليدين خلف الرأس. (2) - حركة ذراع بدون لوح ، حافظ على الذراع مستقيمة بتوجيهها نحو قاع البركة ، اشعر بضغط الماء على اليد ؛ مع سترة عوامة على الساقين. (3) - مثله مع ركلة بديلة للساقين ؛ يستنشق كل دورتين للذراع. تصحيح تقني. (4) اصطياد التمرين بلوح ، تمسك اللوح الخشبي بعد دورتين من الأسلحة والركلات.</p>	<p>التحضير الفسيولوجي في الماء التنفس ملزمة الذراع هجوم ضرب الذراع هجوم. عمل كلا الذراعين</p>	<p>الجزء الرئيسي</p>
		<p>w = 2x25m .aller retour t = 10</p>	<p>* مجموعتان: لعبة التتابع بركلة ولوح بعد القفز باللوح</p>	<p>سرعة رد الفعل</p>	<p>الجزء النهائي</p>

ملاحظة حول الدورة

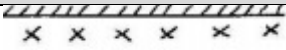
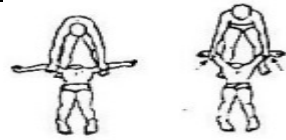
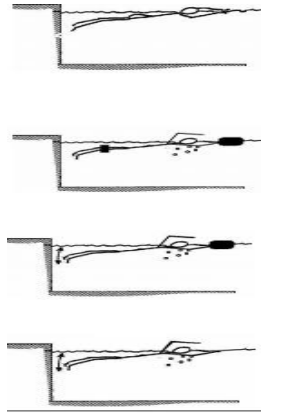
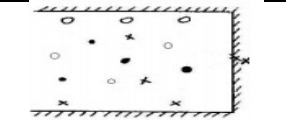
.....

.....

استمارة الجلسة رقم 14

- التاريخ: 2021/04/12
- المدة: 01 سا و 30 د
- الفئة: البدء
- الموقع: مسيح مستغانم.
- الأدوات: الألواح ، سترة العوامة ، أحزمة المقاعد.

الهدف الرئيسي: العمل المتتالي لكلا الذراعين في الزحف والربط بين الركلات وهجوم الذراعين



الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10'	* حالة الحضور. * شرح الغرض من الجلسة.	التحضير النفسي	الجزء الأولي
		w = 15" r = 5" T to total = 20	* التسخين الجاف إرخاء المفاصل. * خلع في الذراعين في أن واحد على المعدة. * حمام .	التحضير الفيسيولوجي مرونة الكتفين	
		w = 2x50m w = 2x50m r = 15" t = 10' w = 4x25m r = 20" t = 10' R = 2' expl. w = 4x25m r = 20" t = 10' R = 2' corre. w = 4x25m r = 20" t = 10'	(1) - الاحترار في الماء: * دقائق على البطن بدون لوح ، والأذرع ممدودة للأمام. * الركل على الظهر بدون لوح مع فرد اليدين خلف الرأس. (2) - تمرين للحاق بلوح ، أمسك اللوح الخشي بعد دورتين من الذراعين وسحب العوامة على الساقين. تصحيح تقني. (3) - كما سبق دون سحب العوامة بإضافة ركلات الساق البديلة. الشرح والتوضيح. (4) - اللحاق بالركل بدون لوحة ، تستبدل اليد دعم اللوحة بركلات	اتقان الأيقاعات العمل على كلا الذراعين هجوم وضرب الرباط التنسيق بين دقائق و أذرع mvt	الجزء الرئيسي
		t = 10	وقت حر للمشاهدة في المسيح الصغير. (حظر الغوص من حافة المسيح) ، لعبة بالونات.	التحفيز	الجزء النهائي

ملاحظة حول الدورة

استمارة الجلسة رقم 15

- التاريخ: 2021/04/14
- المدة: 01 سا و 30 د
- الفئة: البدء
- الموقع: مسيخ مستغانم.
- الأدوات: ألواح ، سجاد.

الهدف الرئيسي: العمل المتتالي لكلا الذراعين في الزحف والبدء في الغوص

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10'	* حالة الحضور. * شرح الغرض من الجلسة.	التحضير النفسي	الجزء الأولي
		Répéter l'exercice 10 fois w = 15" r = 5" T total = 20'	* العمل الجاف: إرخاء المفاصل المختلفة. * على البطن ، ثني الركبتين ، تمديد سلي للكاحلين. * حمام.	التحضير الفيسيولوجي ليونة الركب والكاحلين	

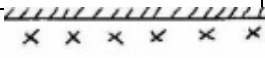
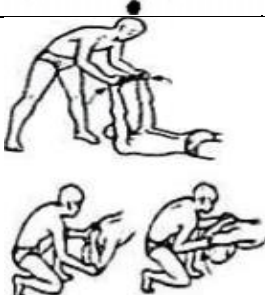
		<p>w = 4x50m w = 4x50m r = 15" w = 6x25m r = 15" w = 6x50m r = 20" w = 4x50m r = 15" w = 4x50m r = 15"</p>	<p>(1) - الاحترار في الماء: * دقائق على البطن بدون لوح ، والأذرع ممدودة للأمام. * الركل على الظهر بدون لوح مع فرد اليدين خلف الرأس. * ركلة بدون لوح ، أحدهما ممتد للأمام والآخر للخلف : ابق مستويًا ، قم بتمديد وقت انتهاء الصلاحية. قم بتغيير الذراع بشكل مستقيم للأمام مع كل تكرار.</p> <p>(2) - حركة ذراع بدون لوح ، اجعل الذراع مستقيمة بتوجيهها نحو قاع البركة ، اشعر بضغط الماء على اليد.</p> <p>(3) - تمرين للحاق بلوح ، أمسك اللوح الخشبي بعد دورتين من الذراعين والركلات. تصحيح تقني. * نفسه بدون الألواح ، المس اليد بدلاً من اللوح</p>	<p>التحضير الفسيولوجي في الماء. التنسيق بين التنفس والضرب. ربط هجوم التنفس بالأذرع المتتالية بعمل كلا الذراعين</p>	<p>الجزء الرئيسي</p>
		<p>w = 4 répétitions de chaque exercice. T = 10</p>	<p>* جالسًا على حافة البركة ، والقدمان في الحائط ، والرأس بين الذراعين الممتدتين نحو الماء ، واليدين فوق الأخرى. ابق مجمّعًا عند دخول الماء وادفع الأرجل عند دخول الماء.</p> <p>* القرفصاء ، ركبة واحدة على الحافة ، وأصابع قدمي الساقين الأخرى معقوفة.</p>	<p>تعلم الغوص.</p>	<p>الجزء النهائي</p>

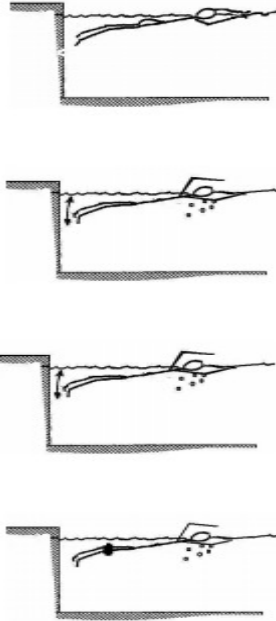
ملاحظة حول الدورة

استمارة الجلسة رقم 16

- التاريخ: 2021/04/21
- المدة: 01 ساو 30 د
- الفئة : البدء
- الموقع: مسيح مستغانم.
- الأدوات : الألواح ، عوامة السحب ،

الهدف الرئيسي: ربط الركب والهجوم على الذراعين في الزحف ، والبدء في بداية الزحف

الملاحظة	التطورات	الجرعة	التمارين	الأهداف	الأجزاء
		t = 10'	* حالة الحضور. * شرح الغرض من الجلسة.	التحضير النفسي	الجزء الأولي
		Répéter l'exercice 10 fois w = 15" r = 5" T total = 20'	* العمل الجاف: إرخاء المفاصل المختلفة. - المرونة الخلفية. - المرونة الداخلية الخلفية. - خذ حماما. * حمام.	التحضير الفيسيولوجي مرونة الكتفين	

		<p>w = 2x50m w = 2x50m r = 5" intensité moyenne T = 15' w = 4x50m r = 5" T = 10' w = 4x50m r = 10" intensité modérée T = 10' w = 4x50m r = 10" t = 15'</p>	<p>(1) - يدق على البطن بدون لوح . ويمتد الذراعين إلى الأمام. * الركل على الظهر بدون لوح مع فرد اليدين خلف الرأس. (2) بعد كل دورتين للذراع وركلات الساق. تصحيح تقني. (3) - حركة أحد الذراعين مع الأخرى ممدودة للأمام. حافظ على الذراع مستقيمة عن طريق توجيهها نحو قاع البركة . وشعر بضغط الماء على اليد : بعد كل دورتين للذراع يتم تنفيذ 6 ركلات متبادلة. (4) - حركة كلا الذراعين مع سحب العوامة على الفخذين. القضاء على وقت اللحاق بالتنسيق والتصحيح.</p>	<p>إتقان الإيقاعات. العمل المتتالي للذراعين يدق الربط بالهجوم على الذراعين. إتقان هجوم السلاح</p>	<p>الجزء الرئيسي</p>
		<p>w = 6 répétitions T = 10</p>	<p>تمارين الغوص: * على حافة البركة. * على قطعة الأرض مع التصحيح الفني.</p>	<p>عمل الغطس</p>	<p>الجزء النهائي</p>

ملاحظة حول الدورة

.....

.....

تنقيط البرنامج :

الحضور 2/10 - الدخول إلى المسبح : 2/10 - التقيد بالالتزامات : 2/10 - السلوكات داخل المسبح : 2/10 - التواصل مع غيره : 2/10

الحالة الأولى:

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التقسيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ عدم الإستجابة إلى التعاليم. ✘ الخوف من الماء. ✘ يفضل اللعب وحده. 	الحصة 01
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ الخوف من الماء. ✘ ضوضاء داخل المسبح. ✘ سلوكيات غير متوقعة. 	الحصة 02
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ سلوك العناد والمعارضة. ✘ دخول إلى المسبح والخروج بسرعة. ✘ التواصل مع غيره ضعيف. 	الحصة 03
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ العناد المتواصل. ✘ الدخول إلى المسبح والخروج بسرعة. ✘ سلوكيات غير متوقعة. 	الحصة 04
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ الجلوس في المسبح لمدة أطول من 5 دقائق. ✘ سلوك المعارضة. ✘ العناد المتواصل. 	الحصة 05
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ العناد المتواصل. ✘ محاولة اللعب مع أقرانه. ✘ عدم الإستجابة لكافة التصاريح. 	الحصة 06
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ إهتمام بغيره من الأطفال. ✘ الدخول إلى المسبح بدون السماع إلى التعليمات. 	الحصة 07
06/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ إهتمام بتكوين علاقات مع اخوانه ✘ الدخول إلى المسبح مع تطبيق بعض التعليمات. ✘ تغيير ملحوظ. 	الحصة 08
06/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ الرغبة في التحاق والديه معه. ✘ تغيير ملحوظ في إهتمامه بالمسبح. 	الحصة 09
06/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ الدخول إلى المسبح ✘ تحسن واضح. 	الحصة 10
06/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ تطبيق كافة التمرينات الموجودة في برنامج المسبح. ✘ في العديد من الأحيان بعض التعصبات. 	الحصة 11
00/00	<ul style="list-style-type: none"> ✘ غياب. 	الحصة 12

00/00	للغياب. للغيابين في أسبوع.	الحصّة 13
10/05	للعدم ممارسة كل الأنشطة. للدفع البعض من زملاءه.	الحصّة 14
10/06	للبيع السلوكيات العدوانية وفرض الرأي ولكن حب اللعب داخل المسبح.	الحصّة 15
10/06	للإحساسه بالراحة داخل الماء. للممارسة كل التمرينات. للسلوكيات غير متوقعة.	الحصّة 16

التعليق حول الحالة 01:

طفل يعاني من فرط حركة ملحوظ ، مصحوب بعدوانية ثم تطبيق عليه هذا البرنامج لمدة شهرين بداية تحسن مع ضرورة مواصلة التصرف

*

تقييم البرنامج:

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة الثانية: 🏠

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التنقيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> 👉 الخوف من المسيح. 👉 المنادات إلى الأولياء. 👉 البكاء باستمرار. 	الحصة 01
03/10	<ul style="list-style-type: none"> 👉 الدخول إلى المسيح بحضور الأب. 👉 بداية اللعب والتخلي عن الأب بعد 10د تقريبا. 	الحصة 02
04/10	<ul style="list-style-type: none"> 👉 اللعب بالماء. 👉 القليل من العناد. 👉 التواصل مع غيره ضعيف. 	الحصة 03
04/10	<ul style="list-style-type: none"> 👉 العناد متواصل. 👉 اللعب داخل المسبح. 👉 إزعاج الأطفال. 	الحصة 04
04/10	<ul style="list-style-type: none"> 👉 اللعب داخل المسبح. 👉 مخالفة بعض القوانين. 👉 عدم الاستماع إلى كل التعليمات. 	الحصة 05
07/10	<ul style="list-style-type: none"> 👉 التعرف إلى الأصدقاء. 👉 سلوك تقليد الآخرين ملحوظ. 👉 تحسن ملحوظ.. 	الحصة 06
07/10	<ul style="list-style-type: none"> 👉 اللعب المستمر والاستماع إلى التعليمات. 👉 اللعب مع الاصدقاء. 👉 قضاء وقت ممتع. 	الحصة 07
08/10	<ul style="list-style-type: none"> 👉 بعض الإزعاج. 👉 التقيد بالالتزامات. 	الحصة 08

	👍 توال جيد.	
08/10	👍 التقيد بالالتزامات. 👍 سلوكيات جيدة. 👍 تواجد جيد.	الحصّة 09
08/10	👍 تواصل جيد. 👍 التقيد بالقوانين. 👍 الالتزام.	الحصّة 10
08/10	👍 تكوين علاقات جيدة. 👍 الإلتزام بالأوقات والقوانين.	الحصّة 11
08/10	👍 الإلتزام بكافة الألعاب. 👍 تواصل جيد مع المدرب.	الحصّة 12
08/10	👍 تعاون جيد مع المدرب. 👍 الإلتزام بكافة القوانين.	الحصّة 13
07/10	👍 الإلتزام بالقوانين. 👍 بعض العدوانية.	الحصّة 14
08/10	👍 طفل يحب اللعب والتأقلم السريع والمواظبة.	الحصّة 15
09/10	👍 عمل رائع في انتظار التميز في هذا المجال.	الحصّة 16

التعليق عن الحالة 02

طفل مصاب بفرط نشاط كبير مقارنة مع أقرانه في نفس عمره ، يجب تطبيق البرنامج لمدة أطول .

تقييم البرنامج:

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة الثالثة:

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التنقيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ عدم الانسجام مع الزملاء. ✗ إزعاج كبير في الوسط. ✗ التأقلم السريع في الماء. 	الحصة 01
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ إزعاج في الوسط. ✗ مخالفة بحق القواعد. ✗ التأقلم في الماء. 	الحصة 02
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ الخوف من الماء دون تجفيفات ✗ إزعاج أطفال آخرين. ✗ غير متعاون مع المساعد الرياضي. 	الحصة 03
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ الإلتزام ببعض التمارين. ✗ إزعاج متواصل. 	الحصة 04
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ إظهار بعض اللامبالاة. ✗ بعض السلوكيات العدوانية. 	الحصة 05
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ مجارات الأنشطة. ✗ السماع إلى المدرب. ✗ إستلطفاف بعض الأطفال. 	الحصة 06
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ اللعب المستمر دون توقف. ✗ قضاء وقت ممتع. 	الحصة 07
06/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ بعض الإزعاج. ✗ بعض العلاقات الجديدة. ✗ الإلتزام. 	الحصة 08
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ اللعب مع أقرانه. ✗ إلتزام بصفة جيدة. 	الحصة 09

07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ الإلتزام. ✍ بعض العدوانية والعناد 	الحصّة 10
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ تواصل جيد. ✍ الإلتزام بالقوانين. 	الحصّة 11
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ عدم إزعاج أصدقائه. ✍ التأقلم بالوسط المائي. 	الحصّة 12
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ إهتمام ملحوظ للمسبح. ✍ تحسن المزاج مقارنة بالحصص الأولى. 	الحصّة 13
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ التحمس إلى اللعب. ✍ إظهار بعض العدوانية. 	الحصّة 14
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ إلتزام بكافة الألعاب. ✍ بعض السلوكيات الغير متوقعة. 	الحصّة 15
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ إلتزام بالأنشطة. ✍ بعض العدوانية. 	الحصّة 16

التعليق على الحالة 03

طفل متميز نكي سريع التأقلم في انتظار التألق

تقييم البرنامج:

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة الرابعة:

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التنقيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ عدم الانسجام في الوسط المائي. ✍ إزعاج وضوضاء. ✍ الكثير من التمرد. 	الحصة 01
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ إزعاج وضوضاء. ✍ غير متعاون مع المدرب. ✍ إظهار اللامبالاة. 	الحصة 02
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ إزعاج متواصل. ✍ الرغبة في الدخول إلى الماء؟ 	الحصة 03
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ إزعاج متواصل وضوضاء. ✍ ممارسة بعض الأنشطة. 	الحصة 04
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ بداية التأقلم. ✍ ممارسة بعض الأنشطة. 	الحصة 05
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ ممارسة بعض الأنشطة. ✍ إستلطاق بعض الأطفال. 	الحصة 06
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ الإلتزام ببعض الأنشطة. ✍ إظهار بعض الجدية 	الحصة 07
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ تواصل جيد. ✍ تأقلم في الوسط المائي. ✍ الإلتزام بكافة الأنشطة. 	الحصة 08
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ اللعب المستمر. ✍ إلتزام ببعض الأنشطة. ✍ بعض العدوانية. 	الحصة 09

07/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تواصل جيد. ☞ إظهار بعض العدوانية. ☞ إلتزام ببعض النشاطات. 	الحصّة 10
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ بناء علاقات جديدة. ☞ حب مواصلة الأنشطة. ☞ سلوك جيد مع الآخرين. 	الحصّة 11
00/00	<ul style="list-style-type: none"> ☞ غياب. 	الحصّة 12
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ العودة بحب الى المسبح. ☞ علاقات جيدة. ☞ الإلتزام. 	الحصّة 13
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تغيير ملحوظ في السلوك. 	الحصّة 14
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تغيير ملحوظ في السلوك. 	الحصّة 15
	<ul style="list-style-type: none"> ☞ طفل لديه طاقة كبيرة يحب اللعب ويستطيع التمييز. 	الحصّة 16

التعليق على الحالة 04

طفل سريع التعلم، مشكل الخوف كان عائق بالنسبة له و للمعالجين، متميز مقارنة مع أقرانه.

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة الخامسة: 🇸🇦

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التقريب	الملاحظات	الحصص
02/10	👎 الخوف من الاقتراب من الماء. 👎 يفضل اللعب خارج المسبح.	الحصة 01
02/10	👎 الخوف من الماء. 👎 يفضل عدم الاستماع إلى المدرب. 👎 العناد المستمر.	الحصة 02
03/10	👎 الدخول إلى المسبح والخروج بسرعة.	الحصة 03
03/10	👎 الخوف من المسبح مستمر. 👎 سلوك عدواني مع الأطفال. 👎 الدخول إلى المسبح.	الحصة 04
04/10	👎 بداية التأقلم مع المسبح. 👎 إحساس بالمتعة. 👎 سلوك عدواني.	الحصة 05
04/10	👎 تواصل ضعيف. 👎 عدم الإستجابة لكافة التمرينات.	الحصة 06
05/10	👎 بداية الاهتمام بغيره (صفة محدودة). 👎 إلترام مقارنة بالحصص السابقة.	الحصة 07
05/10	👎 ممارسة الأنشطة. 👎 تكوين علاقة مع صديق واحد.	الحصة 08
06/10	👎 الاهتمام بالحضور. 👎 العلاقات مع الغير محدودة.	الحصة 09
07/10	👎 حضور قوي. 👎 القليل من العدوانية.	الحصة 10

07/10	<ul style="list-style-type: none"> ⊗ إهتمام كبير. ⊗ تطور ملحوظ. 	الحصه 11
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ⊗ بداية إظهار قواه. ⊗ تميز في الوسط المائي. 	الحصه 12
08/10	⊗ حب ممارسة الأنشطة بإتقان.	الحصه 13
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ⊗ بداية إنشاء علاقات مع غيره. ⊗ متميز في الأنشطة. 	الحصه 14
08/10	⊗ طفل متميز وذكي.	الحصه 15
00/00	⊗ غياب.	الحصه 16

التعليق على الحالة 05

طفل عنيد ولكن يحب ممارسة الأنشطة، يجب عليه ممارسة هذه الرياضة لوقت أطول

تقييم البرنامج:

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة السادسة:

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التنقيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ عدم الانسجام مع الزملاء. ✗ إزعاج كبير في الوسط. ✗ التأقلم السريع في الماء. 	الحصة 01
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ إزعاج في الوسط. ✗ مخالفة بحق القواعد. ✗ التأقلم في الماء. 	الحصة 02
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ الخوف من الماء دون تجفيفات ✗ إزعاج أطفال آخرين. ✗ غير متعاون مع المساعد الرياضي. 	الحصة 03
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ الإلتزام ببعض التمارين. ✗ إزعاج متواصل. 	الحصة 04
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ إظهار بعض اللامبالاة. ✗ بعض السلوكيات العدوانية. 	الحصة 05
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ مجازات الأنشطة. ✗ السماع إلى المدرب. ✗ إستلطفاف بعض الأطفال. 	الحصة 06
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ اللعب المستمر دون توقف. ✗ قضاء وقت ممتع. 	الحصة 07
06/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ بعض الإزعاج. ✗ بعض العلاقات الجديدة. ✗ الإلتزام. 	الحصة 08
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ اللعب مع أقرانه. ✗ إلتزام بصفة جيدة. 	الحصة 09

07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ الإلتزام. ✍ بعض العدوانية والعناد 	الحصّة 10
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ تواصل جيد. ✍ الإلتزام بالقوانين. 	الحصّة 11
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ عدم إزعاج أصدقائه. ✍ التأقلم بالوسط المائي. 	الحصّة 12
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ إهتمام ملحوظ للمسبح. ✍ تحسن المزاج مقارنة بالحصص الأولى. 	الحصّة 13
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ التحمس إلى اللعب. ✍ إظهار بعض العدوانية. 	الحصّة 14
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ إلتزام بكافة الألعاب. ✍ بعض السلوكيات الغير متوقعة. 	الحصّة 15
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ إلتزام بالأنشطة. ✍ بعض العدوانية. 	الحصّة 16

التعليق على الحالة 06

طفل موهوب ولكن عنيد يفضل ممارسة الأنشطة بصفة فردية ويتجنب الأنشطة الجماعية

تقييم البرنامج:

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة السابعة:

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التقيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ عدم الإستجابة إلى التعاليم. ✗ الخوف من الماء. ✗ يفضل اللعب وحده. 	الحصة 01
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ الخوف من الماء. ✗ ,,,داخل المسيح. ✗ سلوكيات غير متوقعة. 	الحصة 02
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ سلوك العناد والمعارضة. ✗ دخول إلى المسيح والخروج بسرعة. ✗ التواصل مع غيره ضعيف. 	الحصة 03
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ العناد المتواصل. ✗ الدخول إلى المسيح والخروج بسرعة. ✗ سلوكيات غير متوقعة. 	الحصة 04
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ الجلوس في المسيح لمدة أطول من 5 دقائق. ✗ سلوك المعارضة. ✗ العناد المتواصل. 	الحصة 05
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ العناد المتواصل. ✗ محاولة اللعب مع أقرانه. ✗ عدم الإستجابة لكافة التصارييف. 	الحصة 06
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ إهتمام بغيره من الأطفال. ✗ الدخول إلى المسيح بدون السماع إلى التعليمات. 	الحصة 07
06/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ إهتمام بتكوين علاقات مع اخوانه ✗ الدخول إلى المسيح مع تطبيق بعض التعليمات. ✗ تغيير ملحوظ. 	الحصة 08
06/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ الرغبة في التحاق والديه معه. ✗ تغيير ملحوظ في إهتمامه بالمسيح. 	الحصة 09
06/10	<ul style="list-style-type: none"> ✗ الدخول إلى المسيح ✗ تحسن واضح. 	الحصة 10

06/10	<p>لل تطبيق كافة التمرينات الموجودة في برنامج المسبح.</p> <p>لل في العديد من الأحيان بعض التعصبات.</p>	الحصة 11
00/00	لل غياب.	الحصة 12
00/00	لل غياب.	الحصة 13
	لل غيابين في أسبوع.	
10/05	لل عدم ممارسة كل الأنشطة.	الحصة 14
	لل دفع كل من زملاءه.	
10/06	لل بعض السلوكيات العدوانية وفرض الرأي ولكن حب اللعب داخل المسبح.	الحصة 15
10/06	لل إحساسه بالراحة داخل الماء.	الحصة 16
	لل ممارسة كل التمرينات.	
	لل سلوكيات غير متوقعة.	

التعليق على الحالة 07

طفل ذكي جدا ، سريع الاندماج ، يحب السباحة و يمكنه التألق في هذا المجال

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة الثامنة: 🇸🇦

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التنقيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ عدم الانسجام في الوسط المائي. ❌ إزعاج وضوضاء. ❌ الكثير من التمرد. 	الحصة 01
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ إزعاج وضوضاء. ❌ غير متعاون مع المدرب. ❌ إظهار اللامبالاة. 	الحصة 02
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ إزعاج متواصل. ❌ الرغبة في الدخول إلى الماء؟ 	الحصة 03
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ إزعاج متواصل وضوضاء. ❌ ممارسة بعض الأنشطة. 	الحصة 04
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ بداية التأقلم. ❌ ممارسة بعض الأنشطة. 	الحصة 05
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ ممارسة بعض الأنشطة. ❌ إستلطف بعض الأطفال. 	الحصة 06
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ الإلتزام ببعض الأنشطة. ❌ إظهار بعض الجدية 	الحصة 07
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ تواصل جيد. ❌ تأقلم في الوسط المائي. ❌ الإلتزام بكافة الأنشطة. 	الحصة 08
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ اللعب المستمر. ❌ إلتزام ببعض الأنشطة. ❌ بعض العدوانية. 	الحصة 09
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ تواصل جيد. 	الحصة 10

	<p>✍ إظهار بعض العدوانية.</p> <p>✍ إلتزام ببعض النشاطات.</p>	
08/10	<p>✍ بناء علاقات جديدة.</p> <p>✍ حب مواصلة الأنشطة.</p> <p>✍ سلوك جيد مع الآخرين.</p>	الحصّة 11
00/00	<p>✍ غياب.</p>	الحصّة 12
08/10	<p>✍ العودة بحب الى المسبح.</p> <p>✍ علاقات جيدة.</p> <p>✍ الإلتزام.</p>	الحصّة 13
08/10	<p>✍ تغيير ملحوظ في السلوك.</p>	الحصّة 14
08/10	<p>✍ تغيير ملحوظ في السلوك.</p>	الحصّة 15
	<p>✍ طفل لديه طاقة كبيرة يحب اللعب ويستطيع التمييز.</p>	الحصّة 16

التعليق على الحالة 08

حضور فوري، طفل ذكي متميز في ممارسة كل الأنشطة يهتم كثيرا بهذه الرياضة يجب
عاليه مواصلة التدريب

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة التاسعة: 🇸🇵

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التقسيط	الملاحظات	الحصص
02/10	👎 الخوف من الاقتراب من الماء. 👎 يفضل اللعب خارج المسبح.	الحصة 01
02/10	👎 الخوف من الماء. 👎 يفضل عدم الاستماع إلى المدرب. 👎 العناد المستمر.	الحصة 02
03/10	👎 الدخول إلى المسبح والخروج بسرعة.	الحصة 03
03/10	👎 الخوف من المسبح مستمر. 👎 سلوك عدواني مع الأطفال. 👎 الدخول إلى المسبح.	الحصة 04
04/10	👎 بداية التأقلم مع المسبح. 👎 إحساس بالمتعة. 👎 سلوك عدواني.	الحصة 05
04/10	👎 تواصل ضعيف. 👎 عدم الإستجابة لكافة التمرينات.	الحصة 06
05/10	👎 بداية الاهتمام بغيره (صفة محدودة). 👎 التزام مقارنة بالحصص السابقة.	الحصة 07
05/10	👎 ممارسة الأنشطة. 👎 تكوين علاقة مع صديق واحد.	الحصة 08
06/10	👎 الاهتمام بالحضور. 👎 العلاقات مع الغير محدودة.	الحصة 09
07/10	👎 حضور قوي. 👎 القليل من العدوانية.	الحصة 10
07/10	👎 إهتمام كبير. 👎 تطور ملحوظ.	الحصة 11

08/10	لل بداية إظهار قواه. لل تميز في الوسط المائي.	الحصّة 12
08/10	لل حب ممارسة الأنشطة بإتقان.	الحصّة 13
08/10	لل بداية إنشاء علاقات مع غيره. لل متميز في الأنشطة.	الحصّة 14
08/10	لل طفل متميز وذكي.	الحصّة 15
00/00	لل غياب.	الحصّة 16

التعليق على الحالة 09

طفل عدواني بعض الشيء ، يكون علاقات رائعة مع أقرانه يجب عليه مواصلة التدريبات لإشباع قدراته .

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة العاشرة

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التنقيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> الخوف من المسبح. المنادات إلى الأولياء. البكاء باستمرار. 	الحصة 01
03/10	<ul style="list-style-type: none"> الدخول إلى المسبح بحضور الأب. بداية اللعب والتخلي عن الأب بعد 10د تقريبا. 	الحصة 02
04/10	<ul style="list-style-type: none"> اللعب بالماء. القليل من العناد. التواصل مع غيره ضعيف. 	الحصة 03
04/10	<ul style="list-style-type: none"> العناد متواصل. اللعب داخل المسبح. إزعاج الأطفال. 	الحصة 04
04/10	<ul style="list-style-type: none"> اللعب داخل المسبح. مخالفة بعض القوانين. عدم الاستماع إلى كل التعليمات. 	الحصة 05
07/10	<ul style="list-style-type: none"> التعرف إلى الأصدقاء. سلوك تقليد الآخرين ملحوظ. تحسن ملحوظ.. 	الحصة 06
07/10	<ul style="list-style-type: none"> اللعب المستمر والاستماع إلى التعليمات. اللعب مع الاصدقاء. قضاء وقت ممتع. 	الحصة 07
08/10	<ul style="list-style-type: none"> بعض الإزعاج. التقييد بالالتزامات. تواجد جيد. 	الحصة 08

08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ التقيد بالالتزامات. ☞ سلوكيات جيدة. ☞ تواجد جيد. 	الحصّة 09
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تواصل جيد. ☞ التقيد بالقوانين. ☞ الالتزام. 	الحصّة 10
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تكوين علاقات جيدة. ☞ الإلتزام بالأوقات والقوانين. 	الحصّة 11
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ الإلتزام بكافة الألعاب. ☞ تواصل جيد مع المدرب. 	الحصّة 12
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تعاون جيد مع المدرب. ☞ الإلتزام بكافة القوانين. 	الحصّة 13
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ الإلتزام بالقوانين. ☞ بعض العدوانية. 	الحصّة 14
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ طفل يحب اللعب والتأقلم السريع والمواظبة. 	الحصّة 15
09/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ عمل رائع في انتظار التميز في هذا المجال. 	الحصّة 16

التعليق على الحالة 10

طفل عدواني بعض الشيء يكون علاقات مع أقرانه ، يجب عليه مواصلة تدريبات لإشباع قدراته.

عرض نتائج الحالة بعد تطبيق البرنامج

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا	قليلا	غالبا	دائما
		Not at all	Just a little	Prettypmuch	Verymuch
1	الخروج من الصف عدة				×
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				×
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد				×
4	يسبب صخبا و ضوضاء داخل الصف				×
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم				×
6	غير متعاون مع معلميه				×
7	لا يستجيب لتعليمات متمردا وخارج عن الطاعة				×
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				×
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				×
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف		×		
11	عدم ممارسة الأنشطة		×		
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف		×		
13	يتهم الآخرين باستمرار				×
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	×			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم و القواعد	×			
16	يتجنب الأعدار			×	
17	سلوكه لا يمكن توفعه		×		
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		×		
19	يتكلم كثيرا بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)		×		

الحالة الرابعة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة	×			
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				×
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد			×	
4	يسبب صخبا و ضوضاء داخل الصف			×	
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم			×	
6	غير متعاون مع معلميه				×
7	لا يستجيب لتعليمات متمردا وخارج عن الطاعة				×
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				×
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				×
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	×			
11	عدم ممارسة الأنشطة			×	
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف		×		
13	يتهم الآخرين باستمرار	×			
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	×			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم والقواعد			×	
16	يتجنب الأعدار	×			
17	سلوكه لا يمكن توفعه				×
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين			×	
19	يتكلم كثيرا بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	×			

تقييم البرنامج:

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة الرابعة:

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التنقيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ عدم الانسجام في الوسط المائي. ✍ إزعاج وضوضاء. ✍ الكثير من التمرد. 	الحصة 01
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ إزعاج وضوضاء. ✍ غير متعاون مع المدرب. ✍ إظهار اللامبالاة. 	الحصة 02
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ إزعاج متواصل. ✍ الرغبة في الدخول إلى الماء؟ 	الحصة 03
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ إزعاج متواصل وضوضاء. ✍ ممارسة بعض الأنشطة. 	الحصة 04
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ بداية التأقلم. ✍ ممارسة بعض الأنشطة. 	الحصة 05
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ ممارسة بعض الأنشطة. ✍ إستلطاق بعض الأطفال. 	الحصة 06
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ الإلتزام ببعض الأنشطة. ✍ إظهار بعض الجدية 	الحصة 07
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ تواصل جيد. ✍ تأقلم في الوسط المائي. ✍ الإلتزام بكافة الأنشطة. 	الحصة 08
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ اللعب المستمر. ✍ إلتزام ببعض الأنشطة. ✍ بعض العدوانية. 	الحصة 09

07/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تواصل جيد. ☞ إظهار بعض العدوانية. ☞ إلتزام ببعض النشاطات. 	الحصّة 10
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ بناء علاقات جديدة. ☞ حب مواصلة الأنشطة. ☞ سلوك جيد مع الآخرين. 	الحصّة 11
00/00	<ul style="list-style-type: none"> ☞ غياب. 	الحصّة 12
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ العودة بحب الى المسبح. ☞ علاقات جيدة. ☞ الإلتزام. 	الحصّة 13
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تغيير ملحوظ في السلوك. 	الحصّة 14
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تغيير ملحوظ في السلوك. 	الحصّة 15
	<ul style="list-style-type: none"> ☞ طفل لديه طاقة كبيرة يحب اللعب ويستطيع التمييز. 	الحصّة 16

عرض نتائج الحالة بعد تطبيق البرنامج

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة	✗			
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج		✗		
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد		✗		
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف	✗	✗		
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم				
6	غير متعاون مع معلميه		✗		
7	لا يستجيب لتعليمات متمردا وخارج عن الطاعة		✗ ✗		
8	يظهر سلوك العناد و المعارضة		✗		
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	✗			
11	عدم ممارسة الأنشطة	✗			
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف	✗			
13	يتهم الآخرين باستمرار	✗			
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	✗			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم والقواعد	✗		✗	
16	يتجنب الأعدار				
17	سلوكه لا يمكن توفعه	✗			
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين				✗
19	يتكلم كثيرا بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	✗			

الحالة الخامسة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة		✗		
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				✗
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد				✗
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف			✗	
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم			✗	
6	غير متعاون مع معلميه				✗
7	لا يستجيب لتعليمات متمرداً وخارج عن الطاعة			✗	
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				✗
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				✗
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	✗			
11	عدم ممارسة الأنشطة			✗	
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف			✗	
13	يتهم الآخرين باستمرار			✗	
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	✗			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره ان تقيده النظم والقواعد	✗			
16	يتجنب الأعدار	✗			
17	سلوكه لا يمكن توفعه			✗	
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		✗		
19	يتكلم كثيراً بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	✗			

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة الخامسة: 🇸🇦

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التقسيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ الخوف من الاقتراب من الماء. ❌ يفضل اللعب خارج المسبح. 	الحصة 01
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ الخوف من الماء. ❌ يفضل عدم الاستماع إلى المدرب. ❌ العناد المستمر. 	الحصة 02
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ الدخول إلى المسبح والخروج بسرعة. 	الحصة 03
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ الخوف من المسبح مستمر. ❌ سلوك عدواني مع الأطفال. ❌ الدخول إلى المسبح. 	الحصة 04
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ بداية التأقلم مع المسبح. ❌ إحساس بالمتعة. ❌ سلوك عدواني. 	الحصة 05
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ تواصل ضعيف. ❌ عدم الإستجابة لكافة التمرينات. 	الحصة 06
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ بداية الاهتمام بغيره (صفة محدودة). ❌ إلتزام مقارنة بالحصص السابقة. 	الحصة 07
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ ممارسة الأنشطة. ❌ تكوين علاقة مع صديق واحد. 	الحصة 08
06/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ الاهتمام بالحضور. ❌ العلاقات مع الغير محدودة. 	الحصة 09
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ حضور قوي. ❌ القليل من العدوانية. 	الحصة 10

07/10	<p>للإهتمام كبير .</p> <p>للطور ملحوظ.</p>	الحصه 11
08/10	<p>للإظهار قواه.</p> <p>للتميز في الوسط المائي.</p>	الحصه 12
08/10	<p>للحب ممارسة الأنشطة بإتقان.</p>	الحصه 13
08/10	<p>للإبداية إنشاء علاقات مع غيره.</p> <p>للتميز في الأنشطة.</p>	الحصه 14
08/10	<p>للطفل متميز وذكي.</p>	الحصه 15
00/00	<p>للغياب.</p>	الحصه 16

عرض نتائج الحالة بعد تطبيق البرنامج

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة	×			
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج		×		
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد	×			
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف	×			
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم		×		
6	غير متعاون مع معلميه	×			
7	لا يستجيب لتعليمات متمرداً وخارج عن الطاعة		×		
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة	×			
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				×
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	×			
11	عدم ممارسة الأنشطة	×			
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف	×			
13	يتهم الآخرين باستمرار	×			
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	×			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم و القواعد	×			
16	يتجنب الأعداء	×			
17	سلوكه لا يمكن توفعه	×			
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		×		
19	يتكلم كثيراً بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	×			

الحالة السادسة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا	قليلًا	غالبًا	دائمًا
		Not at all	Just a little	Prettymuch	Verymuch
1	الخروج من الصف عدة				×
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				×
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد				×
4	يسبب صخبًا و ضوضاء داخل الصف				×
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم				×
6	غير متعاون مع معلميه				×
7	لا يستجيب لتعليمات متمردا وخارج عن الطاعة				×
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				×
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				×
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف		×		
11	عدم ممارسة الأنشطة		×		
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف		×		
13	يتهم الآخرين باستمرار				×
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	×			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيد النظم والقواعد	×			
16	يتجنب الأعداء			×	
17	سلوكه لا يمكن توقعه		×		
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		×		
19	يتكلم كثيرا بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)		×		

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التنقيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ عدم الانسجام مع الزملاء. ✘ إزعاج كبير في الوسط. ✘ التأقلم السريع في الماء. 	الحصة 01
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ إزعاج في الوسط. ✘ مخالفة بحق القواعد. ✘ التأقلم في الماء. 	الحصة 02
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ الخوف من الماء دون تجفيفات ✘ إزعاج أطفال آخرين. ✘ غير متعاون مع المساعد الرياضي. 	الحصة 03
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ الإلتزام ببعض التمارين. ✘ إزعاج متواصل. 	الحصة 04
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ إظهار بعض اللامبالاة. ✘ بعض السلوكيات العدوانية. 	الحصة 05
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ مجارات الأنشطة. ✘ السماع إلى المدرب. ✘ إستلطاق بعض الأطفال. 	الحصة 06
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ اللعب المستمر دون توقف. ✘ قضاء وقت ممتع. 	الحصة 07
06/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ بعض الإزعاج. ✘ بعض العلاقات الجديدة. ✘ الإلتزام. 	الحصة 08
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ اللعب مع أقرانه. ✘ الإلتزام بصفة جيدة. 	الحصة 09

07/10	<p>❏ الإلتزام.</p> <p>❏ بعض العدوانية والعناد</p>	الحصّة 10
07/10	<p>❏ تواصل جيد.</p> <p>❏ الإلتزام بالقوانين.</p>	الحصّة 11
07/10	<p>❏ عدم إزعاج أصدقائه.</p> <p>❏ التأقلم بالوسط المائي.</p>	الحصّة 12
08/10	<p>❏ إهتمام ملحوظ للمسبح.</p> <p>❏ تحسن المزاج مقارنة بالحصص الأولى.</p>	الحصّة 13
07/10	<p>❏ التحمس إلى اللعب.</p> <p>❏ إظهار بعض العدوانية.</p>	الحصّة 14
07/10	<p>❏ إلتزام بكافة الألعاب.</p> <p>❏ بعض السلوكيات الغير متوقعة.</p>	الحصّة 15
07/10	<p>❏ إلتزام بالأنشطة.</p> <p>❏ بعض العدوانية.</p>	الحصّة 16

عرض نتائج الحالة بعد تطبيق البرنامج

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا	قليلا	غالبا	دائما
		Not at all	Just a little	Prettymuch	Verymuch
1	الخروج من الصف عدة				×
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				×
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد				×
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف				×
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم				×
6	غير متعاون مع معلميه				×
7	لا يستجيب لتعليمات متمردا وخارج عن الطاعة				×
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				×
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				×
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف		×		
11	عدم ممارسة الأنشطة		×		
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف		×		
13	يتهم الآخرين باستمرار				×
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	×			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم و القواعد	×			
16	يتجنب الأعدار			×	
17	سلوكه لا يمكن توفعه		×		
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		×		
19	يتكلم كثيرا بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)		×		

الحالة السابعة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة				×
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				×
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد	×		×	
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف				
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم				×
6	غير متعاون مع معلميه			×	
7	لا يستجيب لتعليمات متمرد او خارج عن الطاعة				×
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				×
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال			×	
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف		×		
11	عدم ممارسة الأنشطة				×
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف			×	
13	يتهم الآخرين باستمرار		×		
14	تغيب عن المدرسة دون عذر		×		
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيد النظم والقواعد		×		
16	يتجنب الأعداء			×	
17	سلوكه لا يمكن توفعه				×
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		×		
19	يتكلم كثيراً بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهني)	×			

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

البرنامج احتوى على 16 حصة:

الحالة السابعة:

التقسيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ عدم الإستجابة إلى التعاليم. ✘ الخوف من الماء. ✘ يفضل اللعب وحده. 	الحصة 01
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ الخوف من الماء. ✘ ,,,داخل المسبح. ✘ سلوكيات غير متوقعة. 	الحصة 02
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ سلوك العناد والمعارضة. ✘ دخول إلى المسبح والخروج بسرعة. ✘ التواصل مع غيره ضعيف. 	الحصة 03
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ العناد المتواصل. ✘ الدخول إلى المسبح والخروج بسرعة. ✘ سلوكيات غير متوقعة. 	الحصة 04
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ الجلوس في المسبح لمدة أطول من 5 دقائق. ✘ سلوك المعارضة. ✘ العناد المتواصل. 	الحصة 05
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ العناد المتواصل. ✘ محاولة اللعب مع أقرانه. ✘ عدم الإستجابة لكافة التصاريح. 	الحصة 06
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ إهتمام بغيره من الأطفال. ✘ الدخول إلى المسبح بدون السماع إلى التعليمات. 	الحصة 07
06/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ إهتمام بتكوين علاقات مع اخوانه ✘ الدخول إلى المسبح مع تطبيق بعض التعليمات. ✘ تغيير ملحوظ. 	الحصة 08
06/10	<ul style="list-style-type: none"> ✘ الرغبة في التحاق والديه معه. ✘ تغيير ملحوظ في إهتمامه بالمسبح. 	الحصة 09

06/10	الدخول إلى المسبح تحسن واضح.	الحصة 10
06/10	تطبيق كافة التمرينات الموجودة في برنامج المسبح. في العديد من الأحيان بعض التعصبات.	الحصة 11
00/00	غياب.	الحصة 12
00/00	غياب. غيابين في أسبوع.	الحصة 13
10/05	عدم ممارسة كل الأنشطة. دفع كل من زملاءه.	الحصة 14
10/06	بعض السلوكيات العدوانية وفرض الرأي ولكن حب اللعب داخل المسبح.	الحصة 15
10/06	إحساسه بالراحة داخل الماء. ممارسة كل التمرينات. سلوكيات غير متوقعة.	الحصة 16

عرض نتائج الحالة بعد تطبيق البرنامج

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة		×		
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج		×		
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد	×			
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف		×		
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم	×			
6	غير متعاون مع معلميه		×		
7	لا يستجيب لتعليمات متمردا وخارج عن الطاعة	×			
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة		×		
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال			×	
10	يمكن أن يدفع الآخر ينفي الصف		×		
11	عدم ممارسة الأنشطة	×			
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف	×			
13	يتهم الآخرين باستمرار		×		
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	×			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم والقواعد		×		
16	يتجنب الأعدار			×	
17	سلوكه لا يمكن توقعه			×	
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين			×	
19	يتكلم كثيرا بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	×			

الحالة الثامنة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة	✗			
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				✗
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد			✗	
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف			✗	
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم			✗	
6	غير متعاون مع معلميه				✗
7	لا يستجيب لتعليمات متمرداً وخارج عن الطاعة				✗
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				✗
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				✗
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	✗			
11	عدم ممارسة الأنشطة			✗	
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف		✗		
13	يتهم الآخرين باستمرار	✗			
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	✗			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم والقواعد			✗	
16	يتجنب الأعداء	✗			
17	سلوكه لا يمكن توفعه				✗
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين			✗	
19	يتكلم كثيراً بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	✗			

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة الثامنة: 🚩

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التنقيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ عدم الانسجام في الوسط المائي. ❌ إزعاج وضوضاء. ❌ الكثير من التمرد. 	الحصة 01
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ إزعاج وضوضاء. ❌ غير متعاون مع المدرب. ❌ إظهار اللامبالاة. 	الحصة 02
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ إزعاج متواصل. ❌ الرغبة في الدخول إلى الماء؟ 	الحصة 03
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ إزعاج متواصل وضوضاء. ❌ ممارسة بعض الأنشطة. 	الحصة 04
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ بداية التأقلم. ❌ ممارسة بعض الأنشطة. 	الحصة 05
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ ممارسة بعض الأنشطة. ❌ إستلطاق بعض الأطفال. 	الحصة 06
05/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ الإلتزام ببعض الأنشطة. ❌ إظهار بعض الجدية 	الحصة 07
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ تواصل جيد. ❌ تأقلم في الوسط المائي. ❌ الإلتزام بكافة الأنشطة. 	الحصة 08
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ❌ اللعب المستمر. ❌ إلتزام ببعض الأنشطة. ❌ بعض العدوانية. 	الحصة 09

07/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تواصل جيد. ☞ إظهار بعض العدوانية. ☞ إلتزام ببعض النشاطات. 	الحصّة 10
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ بناء علاقات جديدة. ☞ حب مواصلة الأنشطة. ☞ سلوك جيد مع الآخرين. 	الحصّة 11
00/00	<ul style="list-style-type: none"> ☞ غياب. 	الحصّة 12
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ العودة بحب الى المسبح. ☞ علاقات جيدة. ☞ الإلتزام. 	الحصّة 13
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تغيير ملحوظ في السلوك. 	الحصّة 14
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تغيير ملحوظ في السلوك. 	الحصّة 15
	<ul style="list-style-type: none"> ☞ طفل لديه طاقة كبيرة يحب اللعب ويستطيع التمييز. 	الحصّة 16

عرض نتائج الحالة بعد تطبيق البرنامج

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة	×			
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج		×		
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد		×		
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف	×	×		
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم				
6	غير متعاون مع معلميه		×		
7	لا يستجيب لتعليمات متمرداً وخارج عن الطاعة		×		
8	يظهر سلوك العناد و المعارضة		×		
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	×			
11	عدم ممارسة الأنشطة	×			
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف	×			
13	يتهم الآخرين باستمرار	×			
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	×			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم والقواعد	×		×	
16	يتجنب الأعداء	×			
17	سلوكه لا يمكن توفعه	×			
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين				×
19	يتكلم كثيراً بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	×			

الحالة التاسعة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة		✗		
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج				✗
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد				✗
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف			✗	
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم			✗	
6	غير متعاون مع معلميه				✗
7	لا يستجيب لتعليمات متمردا وخارج عن الطاعة			✗	
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				✗
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				✗
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	✗			
11	عدم ممارسة الأنشطة			✗	
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف			✗	
13	يتهم الآخرين باستمرار			✗	
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	✗			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره ان تقيده النظم والقواعد	✗			
16	يتجنب الأعدار	✗			
17	سلوكه لا يمكن توفعه			✗	
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		✗		
19	يتكلم كثيرا بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	✗			

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة التاسعة: +

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التقسيط	الملاحظات	الحصص
02/10	الخوف من الاقتراب من الماء. يفضل اللعب خارج المسبح.	الحصة 01
02/10	الخوف من الماء. يفضل عدم الاستماع إلى المدرب. العناد المستمر.	الحصة 02
03/10	الدخول إلى المسبح والخروج بسرعة.	الحصة 03
03/10	الخوف من المسبح مستمر. سلوك عدواني مع الأطفال. الدخول إلى المسبح.	الحصة 04
04/10	بداية التأقلم مع المسبح. إحساس بالمتعة. سلوك عدواني.	الحصة 05
04/10	تواصل ضعيف. عدم الإستجابة لكافة التمرينات.	الحصة 06
05/10	بداية الاهتمام بغيره (صفة محدودة). إلتزام مقارنة بالحصص السابقة.	الحصة 07
05/10	ممارسة الأنشطة. تكوين علاقة مع صديق واحد.	الحصة 08
06/10	الاهتمام بالحضور. العلاقات مع الغير محدودة.	الحصة 09
07/10	حضور قوي. القليل من العدوانية.	الحصة 10
07/10	إهتمام كبير. تطور ملحوظ.	الحصة 11

08/10	لل بداية إظهار قواه. لل تميز في الوسط المائي.	الحصّة 12
08/10	لل حب ممارسة الأنشطة بإتقان.	الحصّة 13
08/10	لل بداية إنشاء علاقات مع غيره. لل متميز في الأنشطة.	الحصّة 14
08/10	لل طفل متميز وذكي.	الحصّة 15
00/00	لل غياب.	الحصّة 16

عرض نتائج الحالة بعد تطبيق البرنامج

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة	×			
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج		×		
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد	×			
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف	×			
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم		×		
6	غير متعاون مع معلميه	×			
7	لا يستجيب لتعليمات متمرداً وخارج عن الطاعة		×		
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة	×			
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				×
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	×			
11	عدم ممارسة الأنشطة	×			
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف	×			
13	يتهم الآخرين باستمرار	×			
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	×			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم و القواعد	×			
16	يتجنب الأعدار	×			
17	سلوكه لا يمكن توفعه	×			
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		×		
19	يتكلم كثيراً بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)	×			

الحالة العاشرة:

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا Not at all	قليلا Just a little	غالبا Prettymuch	دائما Verymuch
1	الخروج من الصف عدة		✗		
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج			✗	
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد				✗
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف		✗		
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم	✗			
6	غير متعاون مع معلميه				✗
7	لا يستجيب لتعليمات متمردا وخارج عن الطاعة			✗	
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة				✗
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال				✗
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	✗			
11	عدم ممارسة الأنشطة		✗		
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف				✗
13	يتهم الآخرين باستمرار	✗			
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	✗			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره أن تقيده النظم والقواعد			✗	
16	يتجنب الأعداء	✗			
17	سلوكه لا يمكن توفعه			✗	
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين	✗			
19	يتكلم كثيرا بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهتي)		✗		

بداية البرنامج كانت من: 2021/04/21_2021/03/01.

الحالة العاشرة

البرنامج احتوى على 16 حصة:

التنقيط	الملاحظات	الحصص
02/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ الخوف من المسبح. ✍ المنادات إلى الأولياء. ✍ البكاء باستمرار. 	الحصة 01
03/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ الدخول إلى المسبح بحضور الأب. ✍ بداية اللعب والتخلي عن الأب بعد 10د تقريبا. 	الحصة 02
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ اللعب بالماء. ✍ القليل من العناد. ✍ التواصل مع غيره ضعيف. 	الحصة 03
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ العناد متواصل. ✍ اللعب داخل المسبح. ✍ إزعاج الأطفال. 	الحصة 04
04/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ اللعب داخل المسبح. ✍ مخالفة بعض القوانين. ✍ عدم الاستماع إلى كل التعليمات. 	الحصة 05
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ التعرف إلى الأصدقاء. ✍ سلوك تقليد الآخرين ملحوظ. ✍ تحسن ملحوظ.. 	الحصة 06
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ اللعب المستمر والاستماع إلى التعليمات. ✍ اللعب مع الاصدقاء. ✍ قضاء وقت ممتع. 	الحصة 07
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ✍ بعض الإزعاج. ✍ التقيد بالالتزامات. ✍ تواجد جيد. ✍ 	الحصة 08

08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ التقيد بالالتزامات. ☞ سلوكيات جيدة. ☞ تواجد جيد. 	الحصّة 09
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تواصل جيد. ☞ التقيد بالقوانين. ☞ الالتزام. 	الحصّة 10
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تكوين علاقات جيدة. ☞ الإلتزام بالأوقات والقوانين. 	الحصّة 11
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ الإلتزام بكافة الألعاب. ☞ تواصل جيد مع المدرب. 	الحصّة 12
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ تعاون جيد مع المدرب. ☞ الإلتزام بكافة القوانين. 	الحصّة 13
07/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ الإلتزام بالقوانين. ☞ بعض العدوانية. 	الحصّة 14
08/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ طفل يحب اللعب والتأقلم السريع والمواظبة. 	الحصّة 15
09/10	<ul style="list-style-type: none"> ☞ عمل رائع في انتظار التميز في هذا المجال. 	الحصّة 16

عرض نتائج الحالة بعد تطبيق البرنامج

الرقم	بنود الاستبيان	نادرا	قليلا	غالبا	دائما
		Not at all	Just a little	Prettymuch	Verymuch
1	الخروج من الصف عدة		✗		
2	سلوكيات متكررة لدرجة الإزعاج		✗		
3	عدم الراحة مع الإحساس بالملل والتلوي أثناء الجلوس على المقعد		✗		
4	يسبب صخباً و ضوضاء داخل الصف	✗			
5	يزعج الأطفال الآخرين في الصف و لا ينسجم معهم	✗			
6	غير متعاون مع معلميه		✗		
7	لا يستجيب لتعليمات متمردا وخارج عن الطاعة		✗		
8	يظهر سلوك العناد والمعارضة			✗	
9	تظهر عليه أعراض اللامبالاة أو الإهمال		✗		
10	يمكن أن يدفع الآخرين في الصف	✗			
11	عدم ممارسة الأنشطة	✗			
12	التواصل الاجتماعي مع الآخرين ضعيف		✗		
13	يتهم الآخرين باستمرار	✗			
14	تغيب عن المدرسة دون عذر	✗			
15	يخالف الأنظمة والمواعيد ويكره ان تقيده النظم والقواعد		✗		
16	يتجنب الأعدار	✗			
17	سلوكه لا يمكن توقعه		✗		
18	من السهل قيادته من الأطفال الآخرين		✗		
19	يتكلم كثيرا بشكل مختلف عن الأطفال الآخرين من نفس العمر (كلام، طفلي، تهني)		✗		

كيفية تطبيق البرنامج :

يمكن تطبيق هذا البرنامج من قبل المختص الأطفوني و المعالج الرياضي ، ويمكن إجراءه بطريقة فردية أو جماعية .

2-أساليب العلاج بالبرنامج :

1-التعزيز : يستخدم هذا البرنامج التعزيز الموجب الفوري المادي و الاجتماعي .

المادي : تقدم للطفل مادية عبارة عن حلوى أو قطعة شكلاطة وبهذا يشعر الطفل أنه التزم بالسلوك، فيحصل السلوك المرغوب للتكرار .

اجتماعي ونفسي : ويكون عبارة عن تصفيق وعبارات استحسان .

أهداف البرنامج :

✓ تخليص الطفل من الحركات المفرطة و العشوائية .

✓ مساعدة الطفل ذو النشاط الحركي الزائد على الاندماج مع الآخرين بهدف التخفيف من السلوك العدوانى .

✓ مساعدة الطفل المضطرب على نموه نموا اجتماعيا سليما .

✓ تعزيز طاقته في رياضة مريحة تعمل على الجانب النفسي وكذلك الصحي .

أدوات البرنامج :

يتم استعمال في البرنامج الرياضي عدة وسائل لتوفير جو سباحي متنقن وقد استعمل المعالج

عدة أدوات منها :

-أعمدة ، لوحات صناديل،طوق، عوامة ، أحزمة مقاعد ، سترة عوامة ، سجاد ، عوامة السحب

إعداد البرنامج :

من أجل إعداد محتوى مناسب تم القيام بالخطوات الآتية :

-مسح الأدبيات و الدراسات التي تناولت موضوعنا

- التعرف على خصائص العينة ومدى ملائمة أنشطة البرنامج للأطفال الذين يعانون من فرط نشاط الحركة

إعداد محتوى الأنشطة الرياضية (السباحة و التدريبات و الألعاب التي تعتمد بصورة عامة على المواد اللفظية و الحركية)

- إعداد أوراق العمل الخاصة أثناء الجلسات و الأنشطة .

- إعداد استمارات تقييم الجلسات في كل حصة .

السلوك المستهدف :

هو أن يتخلص الطفل من مشاكل السلوكيات العدوانية المتمثلة في فرط نشاط الحركة.

مدى ملائمة البرنامج:

يساعد هذا البرنامج فئة المصابين بفرط نشاط الحركة على تعزيز قدراتهم وإشباع رغباتهم كما يساعدهم على تنمية الثقة التي تمنحهم الشعور بالاستقلال و الاعتماد على النفس.

أراء المحكمين

- عرضت الطالبة البرنامج التدريجي العلاجي على 7 أساتذة ومختصين من مختلف التخصصات في اضطرابات اللغة و التواصل و التربية البدنية بجامعة عبد الحميد بن باديس ولاية مستغانم .

إذ تم الأخذ بعين الاعتبار كل الملاحظات وكانت كل فقرات الاختبار متفق عليها .

الخصائص السيكومترية

أهم الملاحظات	سنوات الخبرة	التخصص	الأساتذة المحكمين
برنامج جيد	11 سنة +7 سنوات تدريب	علم النفس اللغوي المعرفي تخصص ارطوفونيا	برايح عامر
برنامج جيد يمكن الاعتماد عليه مع مضاعفة المدة	6 سنوات	علم نفس تخصص التربية المدرسية وإدماج المتعلم	تواتي حياة
برنامج ملائم	12 سنة خبرة	علم النفس اللغوي و المعرفي	عمراني أمال
برنامج جيد	12 سنة خبرة	ارطوفونيا	وطواط وسيلة
برنامج جيد ولاتم	15 سنة خبرة	معالج رياضي	محمد بن دحمان
اختبار ممتاز و ملائم	8 سنوات خبرة داخل مسبح	أستاذ رياضة معالج رياضي	مداحي رياض
اختبار جيد	4 سنوات خبرة	مختص ارطوفوني أستاذ ارطوفونيا	قانة حسين

نتائج القياس القبلي و البعدي

الفروقات	القياس البعدي %	القياس القبلي %	القياس البعدي	القياس القبلي	الحالات
04+	15.32%	10.70%	59	55	الحالة 1
-12	8.83%	8.94%	34	46	الحالة 2
-25	8.31%	11.08%	32	57	الحالة 3
0	12.98%	9.72%	50	50	الحالة 4
-19	8.05%	9.72%	31	50	الحالة 5
-24	7.01%	11.86%	27	61	الحالة 6
-20	9.09%	10.70%	35	55	الحالة 7
-11	10.12%	9.72%	39	50	الحالة 8
-22	6.75%	9.33%	26	48	الحالة 9
+10	13.50%	8.17%	52	42	الحالة 10
-129	760%=	=760%	385	514	الحالة 11

تحليل نتائج الاستبيان

الحالات :

(1) تلقت الحالة تدريب الكامل للبرنامج المطروح و لكن لم يفي البرنامج بالغرض و عرفت زيادة في هذا الاضطراب .

(2) تلقت الحالة التدريب الكامل للبرنامج المطروح حيث عرفت تغير ملحوظ مقارنة مع حالته السابقة بنسبة معتبرة

(3) تلقت الحالة التدريب الكامل للبرنامج المطروح ، حيث عرفت تغير ممتاز بنسبة حسنة

(4) تلقت الحالة التدريب الكامل للبرنامج المطروح حيث لم يحدث تغير

(5) تلقت الحالة لتدريب الكامل للبرنامج المطروح ، حيث عرفت تغير ملحوظ بنسبة معتبرة

(6) تلقت الحالة التدريب الكامل لبرنامج المطروح ، حيث عرفت تغير رائع و ممتاز

(7) تلقت الحالة التدريب الكامل للبرنامج المطروح ، حيث عرفت تغير ملحوظ

(8) تلقت الحالة التدريب الكامل للبرنامج حيث عرفت تغير جد جيد

(9) تلقت الحالة التدريب الكامل للبرنامج المطروح حيث عرفت تطور ملحوظ.

(10) تلقت الحالة التدريب الكامل للبرنامج المطروح ، حيث لم يفي بالغرض و عرفت زيادة في هذا الاضطراب.

التحليل :

يتضح في التحليل التالي أنه تم تطبيق البرنامج على 10 حالات إختيروا بطريقة قصدية يعانون من فرط نشاط الحركة .حيث طبق عليم برنامج علاجي تدريبي بقصد التخفيف من حدته

نلاحظ حالتين عرفت ارتفاع ملحوظ بمعنى أن البرنامج لم يكن فعال على كلاهما كما نلاحظ أن حالة واحدة لم يظهر عليها أية تغير.

خلاصة الفصل :

من خلال هذا الفصل قدمنا عرضاً شاملاً عن البرنامج التدريبي العلاجي من خصائص العينة ومدى ملائمة البرنامج وكذا الأدوات المستخدمة ، كما اعتمد على المنهج التجريبي الذي يتناسب مع موضوع الدراسة .

الاستنتاج العام

يعد اضطراب فرط نشاط الحركة من أعقد المشكلات التي تؤثر على مستقبل الطفل ، و إذا لم يكتشف و يعالج في وقت مبكر فبإمكانه أن يؤثر على الجانب الأكاديمي و النمائي و النفسي للطفل ، و لذا ينبغي تشخيص نوع هذا الاضطراب و درجة حدته و إن من أهداف هذه الدراسة هو الوصول إلى بناء برنامج علاجي تدريبي من شأنه أن يخفف من حدته و نخص بالذكر أن الرياضة عامة و السباحة خاصة من أكثر الرياضات المهمة في حياة الطفل من الجانبين النفسي و الصحي

و بما أن موضوع دراستنا يتمحور على فئة الأطفال الذين يعانون من فرط نشاط الحركة ، و نظر لقلّة العلاجات الخاصة في المجتمع الجزائري ، لابد من محاولة بناء برنامج علاجي تدريبي عن طريق السباحة المائية و ذلك باختبار أطفال بطريقة قصدية يعانون من هذا الاضطراب و ذلك بتطبيق استبيان أمريكي مكيف على المجتمع الجزائري بين أعراض فرط الحركة .

و من خلال تطبيقنا للبرنامج العلاجي التدريبي ثم استنتاج أن أغلب الحالات تعاني من فرط نشاط حركة ملحوظ ، و قد لاحظنا وجود هذا الاضطراب من خلال تعاملنا مع كل حالات العينة و من أهم الصعوبات التي واجهتهم في تطبيق تعليمات البرنامج ، مما أجبرنا على شرح المطلوب منهم .

و هذا راجع إلى عدم قدرتهم على التركيز و الملل السريع عند طلب كل تعليمة و تطبيق النشاط بطريقة صحيحة .

من خلال تأكدنا من آراء المحكمين ، فإنه يمكن تقديمه للمختصين في مجال الأرففونيا ، كبرنامج قائم على خفض حدة اضطراب نشاط الحركة المعتمد عليه ، و ذلك بالرجوع إلى نتائج المعروضة التي أكدت إمكانية استخدامه لأعراض البحث العلمي.

الخاتمة

بناء على ما جاء في هذه الدراسة التي تعتبر ذات طابع سيكومتري من خلال بناء برنامج علاجي تدريبي عن طريق السباحة المائية و ذلك من أجل تخفيف حدة اضطراب فرط نشاط الحركة الذي يعد من أكثر الاضطرابات شيوعا في البحوث و يعد برنامج مهم جدا في صحة الطفل العادي سواء من الجانب النفسي أو الصحي و أبرزت النتائج التي تم التوصل إليها في الدراسة الحالية إلى الاختبار الذي تم تصميمه يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة و بالتالي تحققت فرضية أن للبرنامج فعالية في تخفيف اضطراب فرط نشاط الحركة و أنه يتفق مع الأطفال المصابين بهذا الاضطراب كما يعتبر بناء البرنامج التدريبي العلاجي بالسباحة المائية من المواضيع التي تتطلب وقتا و جهدا في المجال الرياضي و كذلك الأرففوني لعدم توفر الكثير من المسابح في مدينة مستغانم .

و من المفروض توفرها للترفيه عن الأطفال و إشباع قدراتهم و رغباتهم في اللعب . و مما سبق نقول أن النتائج المتوصل إليها من مختلف مراحل البحث الحالي سمحت بالحصول على بعض النتائج الملموسة و هي أداة للتخفيف من حدة هذا الاضطراب ، كما يجب مواصلة هذا البحث و التفرع فيه بعناية توسيع فكرة أهمية الرياضة خاصة السباحة لكل الأطفال .

توصيات و اقتراحات

- ✓ على الأخصائي أن يحترم أخلاقيات مهنته
- ✓ بناء إستراتيجية عامة و مشتركة بين الأخصائيين الأرففونيين و المعالجين الرياضيين نستهدف إعداد برنامج يحاول التحقيق من جميع الاضطرابات
- ✓ ضرورة الاهتمام بالأطفال من حيث الفروق و الاختلافات النمائية
- ✓ فاعلية استخدام أساليب التعزيز في إدارة الصف الرياضي

- ✓ من الضروري مشاركة الأولياء في البرامج ليتمكنوا من معرفة خصائص هذا الاضطراب
- ✓ زيادة الحجم الساعي لفترات اللعب في الأسبوع و استغلاله في النشاطات الرياضية خاصة السباحة
- ✓ ضرورة مواصلة المزيد من الدراسات حول اضطراب فرط نشاط الحركة
- ✓ توعية الوالدين بتعريفهم بأهم أعراض الاضطراب لمساعدة أطفالهم في مواصلة البرنامج العلاجي الرياضي

قائمة المصادر و المراجع

قائمة المصادر والمراجع:

الكتب:

1. أنور محمد ،الشرقاوي،" علم النفس المعرف المعاصر، القاهرة :مكتبة الانجلو المصرية 2003.
2. بسطويسي أحمد بسطويسي: أسس نظريات الحركة، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996.
3. بطرس حافظ بطرس، 2008 ،المشكلات النفسية وعلاجها ،ط 1 ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، الأردن.
4. حامد عبد السلام زهران: علم النفس الطفولة والمراهقة، عالم الكتب، القاهرة، سنة 1995.
5. حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، ط05، عالم الكتب، 2001 .
6. الخطيب ، جمال ، تعديل سلوك الأطفال المعوقين، 2003 .
7. دريد مجيد حميد الحمداني،الأسس و المفاهيم العلمية الحديثة في تعليم وتدريب السباحة، ط1، بغداد ، 2016
8. سعد جلال: الطفولة والمراهقة، مركز الكتاب للنشر، ط2، 1989.
9. سعد رياض ،الاضطرابات النفسية للأطفال و المراهقين) التشخيص و الوقاية والعلاج(،ط1) دار الكلمة، مصر 2000 .
10. السيد علي سيد أحمد وفائقة محمد بدر ، 1999 اضطراب الانتباه لدي الاطفال (اسبابه و تشخيصه وعلاجه)، الطبعة الاولى ،توزيع مكتبة النهضة القاهرة مصر .
11. السيد محمد علي سيد أحمد ومحمد بدر ،فائقة ، اضطراب الانتباه ، لدى الأطفال اسبابه وتشخيصه وعلاجه ، ط1 القاهرة ، مكتبة النهضة العربية ، 1999.

12. عبد الله الصوفي: موسوعة العناية بالطفل، دار العودة، بيروت، 1980.
13. عسكر عبد الله، الاضطرابات النفسية للأطفال، ط1، القاهرة، مكتبة الأنجلو سكسونسة، 2005
14. علا عبد الباقي إبراهيم ، 2007 ، علاج النشاط الزائد لدى الأطفال ، ط 2 دون دار نشر، مصر.
15. فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة.
16. كمال محمد علي ، الاخصائي النفسي و المدرسي واضطراب الانتباه ، الاسكندرية للكتاب، الاسكندرية ، 2003 .
17. كمال دسوقي: النمو التربوي للطفل والمراهق، دروس في علم النفس الارتقائي، دار النهضة العربية، مصر، 1970.
18. كورت مانيل: التعلم الحركي، ترجمة عبد العلي نصيف، جامعة بغداد، 1980.
19. محمد الطاهر الطيب، رشدي عنده حنين، محمود عبده عبد الحليم: التلميذ في التعليم الأساسي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1982.
20. محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
21. محمد نوري القمش و خليل عبد الرحمان المعايطه ، 2007 ، الاضطرابات السلوكية الانفعالية ، ط1 ، دار المسيرة ، الأردن.
22. مشيرة عبد الحميد أحمد اليوسفي ، 2005 ،النشاط الزائد لدى الأطفال ، ط 2 المركز الجامعي الحديث، مصر.
23. ميشيل دبابنة، نبيل محفوظ سيكولوجية الطفولة، دار المستقبل، عمان، 1984.
24. ناهد محمود، سعد نبلي، رمزي فهيم: طرق التدريس في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، 1989.

25. نايف بن عابد الزارع ، 2007 ، اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد د ط ، دار الفكر ، الأردن.
26. هناء ابراهيم صندقلي ، من صعوبات التعلم اضطراب الحركة وتشتت الانتباه دليل للأهل والاساتذة ،دار النهضة العربية، بيروت، الطبعة الأولى. ،2008
27. يحي أحمد خولة ، الاضطرابات السلوكية و الانفعالية، ط1، عمان ، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع ،2000.
- الرسائل الجامعية:**
28. سميرة شرقي، 2007 ، العلاقة بين اضطراب نقص الانتباه المصحوب بفرط النشاط الحركي والأسلوب المعرفي التروي والاندفاعية، أطروحة ماجيستر، باتنة.
29. شوقي ممادي، 2013 ، فعالية برنامج تدريبي موجه للمعلمين في خفض اضطراب ضعف الانتباه المصحوب بفرط النشاط لدي تلاميذهم، أطروحة دكتوراه، جامعة، قاصدي مرياح، ورقلة، الجزائر
30. فوزية محمدي، 2011 ، فعالية برنامجيين تدريبيين في تعديل سلوك اضطراب النشاط الزائد المصحوب بتشتت الانتباه وتعديل صعوبة الكتابة، أطروحة دكتوراه، جامعة قاصدي مرياح، ورقلة، الجزائر
31. فيصل محمد خير الزراد و غالب خليل الخليلي ، اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه والاندفاع بالسلوك لدى الأطفال، د ط ، منشورات مدينة الشارقة للخدمات الإنسانية ، الإمارات العربية المتحدة. ،2002
32. القحطاني ، ظافر بن محمد حمد فعالية برنامج سلوك لخفض درجة عجز الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد لدى المتخلفين عقليا القابلين للتعلم،رسالة ماجيستر، كلية التربية ، جامعة الملك سعود .

33. قوبار أمال ، بوشنة أسيا العلاج السلوكي للمفرط في الحركة عند الطفولة المتوسطة تحت إشراف : ازروالي لطيفة جامعة وهران، علم النفس العيادي، 2009/2010.

34. اللصاصمة، عبير سليم،فعالية برنامج الإرشاد باللعب في خفض سلوك النشاط الحركي الزائد لدى طلبة المرحلة الأساسية من (1-4) في لواء القصر، رسالة ماجيستر ، جامعة ، جامعة مؤتة ، 2010.

مقالات المجلات والملتقيات:

35. ثابت أحمد جعفر (بدون تاريخ) الانتباه و الإدراك البصري وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عينة من ذوي الاحتياجات الخاصة من طلاب الصف الثالث الابتدائي، المؤتمر العلمي الأول ، جامعة بنها : قسم الصحة النفسية - كلية التربية .

36. الزغلوان،حسن،حسن ياسين،فعالية برنامج سلوكي في معالجة ضعف الانتباه لدى الأطفال ذوي الصعوبات، تم الاسترداد من <http://www.dr-bandaralotaibi.com>.

37. زينب محمود شقير، 1999 ، فاعلية برنامج علاجي معرفي سلوكي متعدد المحاور (21) مقترح (في تعديل بعض خصائص الأطفال المفرط النشاط، مجلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلة العلمية ، كلية الآداب، جامعة المنيا، المجلة 34 ، أكتوبر.

38. عودة نظمي و التجار، حامد محمد، مدى فاعلية برنامج باستخدام فنيتي التعزيز و التعلم بالنموذج في خفض مستوى النشاط الزائد لدى الأطفال المعوقين عقليا القابلي للتعلم،مجلة الاسلامية، المجلد العاشر (عدد خاص) 2002.

مراجع باللغة الأجنبية:

39. chez l'enfant et l'adolescent : Comprendre et soigner le TDA/H
chez les jeunes. éditions Mardaga..
40. Jürgen Weinker, la biologie du sport , édition vigot, 1998
41. Ladislav Kačani – Ladislav horsky, Entraînement de football, 1994,
42. Nadine Kipfer, Christine Hessels–Schlatter et Jean–Louis Berger
43. perkly. (2006). la difficulté rencontrée lors d'un enfant tdha
44. Remédier aux difficultés d'apprentissage des élèves présentant un trouble déficit d'attention et hyperactivité (TDA/H) par une approche métacognitive : revue de la littérature L'Année psychologique /
Volume 109 / Issue 04 / December 2009
45. WODON. Isabelle, 2009, Déficit de l'attention et hyperactivité