

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم  
كلية التربية البدنية و الرياضة  
قسم النشاط الحركي المكيف



مذكرة تخرج ضمن متطلبات لنيل شهادة ليسانس LMD

الشعبة : تربية بدنية و رياضة التخصص : النشاط الحركي المكيف

تأثير النشاط الحركي المكيف على التحصيل الدراسي لدى  
أطفال ذوى اضطراب نقص الانتباه و فرط الحركة

تحت إشراف الأستاذ :

\* د . زيشي نور الدين  
\* أ . بوهادي حسيبة نورية

مقدمة من قبل الطلبة :

- قبائلي عبد القادر
- صلاح عبد القادر
- حساني عبد الفتاح

السنة الجامعية : 2017/2016



بسم الله الرحمن الرحيم  
"قل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون"  
صدق الله العظيم  
الهي لا يطيب الليل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتك.. ولا تطيب  
اللحظات... إلا بذكرك... ولا تطيب الآخرة إلا بعوفك... ولا تطيب الجنة إلا  
برؤيتك..

الله جل جلاله  
إلى من بلغ الرسالة و أدى الأمانة.. ونصح الأمة... إلى نبي الرحمة ونور  
العالمين...

"محمد صلى الله عليه وسلم"  
إلى من كلفه الله بالهبة والوقار.. إلى من علمني العطاء بدون انتظار.. إلى من أحمل  
اسمه بكل افتخار... والدي العزيز  
غالي ملاكي في الحياة... والى مقر الحب والى مقر الحنان والثنائي... إلى سمة  
الحياة وسر الوجود الى من كان دعائها سر نجاحي وحنانها بلسم جراحي إلى اغلي  
الحبايب أمي الحبيبة

إلى من رافقتني منذ أن حملن حقائب صغيرة ومعهم سرت الدرب خطوة بخطوة  
وما زال يرافقني حتى الآن بكلماتهم إخواني الأعزاء

# شكر الله تعالى

" ولئن شكرتم لأزيدنكم : "

اشكر الله عز و جل الذي ألهمني القوة والعزيمة للقيام

بهذا العمل

أتقدم بخالص الشكر و التقدير

إلى الأستاذ زبشي نور الدين و الأستاذة بوهادي حسيبة  
أطال الله في عمرهما التي تفضل بقبول الإشراف على  
الدراسة و المتابعة المستمرة

كما أشكرهما على التوجيهات و الرعاية.

أتقدم بالشكر الجزيل إلى كل أعضاء اللجنة المناقشة التي

تحملت عناء قراءة المذكرة بطول بال وصبر

إلى كل أساتذة القسم

إلى كل من قدم لنا يد العون و المساعدة ولو بكلمة طيبة

الصفحة	قائمة المحتويات	الرقم
--------	-----------------	-------

01	الإهداء	
02	شكر وتقدير	
	قائمة المحتويات	
	قائمة الجداول والأشكال	
07	مقدمة	
08	الفصل التمهيدي	01
08	الإشكالية	02
10	الفرضيات	03
10	أهداف البحث	04
10	الدراسات السابقة	05

### الباب الأول: الجانب النظري

#### الفصل الأول: النشاط البدني الرياضي المكيف

14	تمهيد	
14	مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف	01
15	تعريف العاب النشاط البدني الرياضي المكيف	02
15	أنواع النشاط البدني الرياضي المكيف	03
17	تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف	04
21	أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف	05
27	الخلاصة	

#### الفصل الثاني: التحصيل الدراسي

29	تمهيد	01
29	تعريف التحصيل الدراسي	02
31	اهداف التحصيل الدراسي	03
32	عوامل التحصيل الدراسي	04
34	صعوبات التحصيل الدراسي	05
34	مبادئ التحصيل الدراسي	06
36	الخلاصة	

#### الفصل الثالث: اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة

	تمهيد	
38	تعريف قصور الانتباه وفرط الحركة	01
39	تصنيفات قلة الانتباه وفرط الحركة	02
40	الأنواع الفرعية لاضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة	03
43	أعراض نقص الانتباه وفرط الحركة	04
46	الأمراض المتزامنة مع اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة	05
48	الأسباب	06
52	كيفية تشخيص المرض	07
	خلاصة	

قائمة الجداول :

الصفحة	المحتوى	رقم الجدول
59	جدول يمثل البرنامج المخصص لأطفال اضطراب نقص الانتباه	
60	جدول يمثل نتائج التحصيل الدراسي عند أطفال نقص الانتباه وفرط الحركة	
62	جدول يمثل نتائج التحصيل الدراسي عند أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة بعد تطبيق البرنامج الرياضي المكيف	
63	جدول يبين نتائج تطبيق اختبار ت- للمقارنة بين التحصيل الدراسي بين الفصل الأول والثالث	

#### قائمة الأشكال:

66	منحنى يمثل التمثيل البياني لنتائج التحصيل الدراسي	
67	منحنى يمثل التمثيل البياني لعدد الأطفال حسب النتائج في كل مهارة	

#### قائمة الملاحق:

الصفحة	العنوان	رقم الملحق
65	مقياس مستوى المهارات الرياضية في آخر المواسم	01
63	نتائج استخدام نظام spss	02
58	اختبار كورنرز الخاص بمقياس فرط الحركة والنشاط الزائد	03

الباب الثاني : الجانب التطبيقي
1-الإجراءات المنهجية للدراسة
تمهيد
منهج الدراسة
تعريف المنهج الوصفي
الدراسة الاستطلاعية
متغيرات البحث
أدوات الدراسة
مجتمع الدراسة
عينة الدراسة
مجالات الدراسة
البرنامج الرياضي المكيف
اختبار كونرز الخاص بأطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة
2- عرض وتحليل النتائج
تحليل ومناقشة الفرضيات
الخاتمة
التوصيات
المصادر والمراجع

## -- مقدمة:

مما لا شك فيه إن مرحلة الطفولة هي أهم المراحل في حياة الإنسان فهي المرحلة التي تبنى فيها شخصية الإنسان بكل معالمها وسماتها بالتالي تكون مرحلة الطفولة هي الأساس الذي تبنى عليه حياة الإنسان بأكملها ومن خلال التنشئة الاجتماعية التي يتلقاها الإنسان جيدا في اكتساب نمط معين من أنماط السلوك فادا مر النسيان من هذه المرحلة بشكل جيد أي بسلام بمعنى يجعل احتياجاته الجسمية والنفسية والعلمية مشبعة بشكل جيد ومتوازن فانه يتمتع بالصحة الجسمية والنفسية والانفعالية والعقلية ادا حدث العكس فقد يواجه العديد من مشكلات الطفولة التي تمتد أثارها على حياة الطفل.

وإحدى هذه المشكلات شيوعا وانتشارا بين الأطفال وخاصة في مرحلة الابتدائية هي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة وهي مشكلة تسبب للطفل العديد الصعوبات أولها صعوبة التعلم أو الدراسة.

فهذه الدراسة تتناول العلاقة بين قلة الانتباه وفرط الحركة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي عند الأطفال ومدى تأثير النشاط الحركي المكيف على ذلك وجاءت الدراسة مقسمة الى جانبين : جانب نظري وجانب تطبيقي.

يحتوي الجانب النظري على الفصول التالية:

**الفصل الأول :** يتناول موضوع النشاط البدني الرياضي المكيف.

**الفصل الثاني :** تم التطرق إلى موضوع التحصيل الدراسي بكامل عناصره الأساسية.

**الفصل الثالث :** تم تحديد مفهوم اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة وكذا جميع نقاطه المحددة.

ا

**ب- الجانب التطبيقي :** فقد احتوى على فصول:

**الفصل الرابع:** الخاص بالإجراءات المنهجية التطبيقية للدراسة من منهج وعينة الدراسة وكذلك غداة القياس المعتمدة في الدراسة وإجراءات تطبيق الدراسة الأساسية وأخيرا الأساليب المستخدمة في الدراسة والمعتمدة عليها في تحليل النتائج واختبار صحة الفرضيات.

**الفصل الخامس:** تم عرض النتائج التي توصلنا إليها بالإضافة إلى تحليل ومناقشة النتائج.

## 2- الإشكالية :

يمر التلميذ أثناء المرحلة التعليمية بعدة مواقف ايجابية وسلبية تشكل شخصيته المستقبلية كما تعترضه أحيانا عقبات أو صعوبات من النوع الذي يحول بينه وبين قدرته على السيطرة على الموقف أو المشكلة وربما تعود تلك العقبات أو الصعوبات إلى بيئية أو نفسية واجتماعية ... الخ



ويعود موضوع ضعف نتائج التحصيل الدراسي عند أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة من الموضوعات الجديدة نسبياً في ميدان التربية الخاصة حيث كان اهتمام التربية الخاصة سابقاً منصباً على شكل الإعاقات الأخرى كالإعاقة العقلية والسمعية والبصرية والحركية ولكن بسبب ظهور مجموعة من الأطفال الأسوياء في نموهم العقلي والسمعي والبصري والحركي والذين يعانون من مشكلات تعليمية فقد بدأ المختصون التركيز على هذا الجانب بهدف التعرف على مظاهر ضعف التحصيل الدراسي عند هؤلاء الأطفال. صعوبات التعلم والتأخر الدراسي. (محمد صبحي عبد السلام، 2009، ص3)

فإن ضعف التحصيل الدراسي عند هؤلاء الأطفال مرتبط بصعوبات التعلم ولقد كان يطلق على صعوبة التعلم من قبل المختصين قبل عام 1960 عدداً من المصطلحات منها: الخلل الوظيفي المخي البسيط والاصابة العصبية النفسية كما أطلق على هذا المصطلح العجز عن التعلم أو الإعاقة الخفية أو الإعاقة. (هيثم يوسف راشد الزبيوني، 2008، ص14)

وضعف التحصيل الدراسي لدى أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة المتعلق بصعوبة التعلم والذي يعرفه أيضاً - صمويل كيرك - بأنها حالة التي يظهر

صاحبها مشكلة أو أكثر في الجوانب التالية: القدرة على استخدام اللغة أو فهمها والقدرة على الإصغاء أو التفكير أو الكلام أو القاعة أو العمليات الحسابية.

ويرجع ضعف التحصيل الدراسي عند هؤلاء الأطفال إلى عدم قدرة الطفل على التركيز أثناء الدرس أو عدم التوصل إلى النتيجة المرغوبة أثناء عملية التدريس وكذلك نجد الطفل كثير الحركة مما يتلقى صعوبة أثناء المسار الدراسي. (علي عيسى و السيد خليفة، 2007، ص147)

ولهذا فإن نتائج التحصيل الدراسي الضعيفة عند هؤلاء الأطفال المصابون باضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة يجب عليهم أن يخضعوا لبرنامج تدريبي طيلة الموسم الدراسي لكي تتحسن نتائجهم الدراسية شيئاً فشيئاً ومكن هذا المنطلق قماً باقتراح برنامج تدريبي يناسب هذه الفئة من الأطفال إلا وهو برنامج النشاط الحركي المكيف ومدى تأثيره على التحصيل الدراسي عند هؤلاء الأطفال.

ومن خلال هذا المنطلق نقوم بطرح الإشكالية التالية:

هل للنشاط الحركي المكيف تأثير على التحصيل الدراسي لدى أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة؟

ومن خلال الإشكالية العامة تبين لنا عدة تساؤلات فرعية وهي:

هل نتائج التحصيل الدراسي عند أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة منخفضة قبل تطبيق برنامج النشاط الحركي المكيف؟

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج التحصيل الدراسي عند أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة بين الفصل الأول والثالث؟

### 3- الفرضيات الجزئية:

على ضوء التساؤلات المطروحة نفترض ان:

1- نتائج التحصيل الدراسي منخفضة قبل تطبيق برنامج الرياضي المكيف عند أطفال ذوي نقص الانتباه.

2 هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج التحصيل الدراسي في الفصل الأول والثاني

4- الفرضية العامة:

3- للنشاط الحركي المكيف تأثير على التحصيل الدراسي لدى أطفال نقص الانتباه

5- أهداف البحث:

يهدف البحث إلى مايلي:

1- تسليط الضوء على دور التربية البدنية والرياضية في درجة الاستيعاب والتحصيل الدراسي

2- معرفة انعكاساتها على التحصيل الدراسي

3- توضيح أهمية بالنسبة للأطفال ذوي نقص الانتباه وفرط الحركة

6- الدراسات السابقة:

6-1 دراسات حول قلة الانتباه وفرط الحركة:

6-1-1- الدراسة الأولى:

دراسة معتز المرسي المرسي المربي 1989 : إن تلاميذ قلة الانتباه وفرط الحركة لديهم خصائص نفسية واجتماعية وان لديهم نسب انتشار اضطراب الانتباه بفئتين لدى الجنسين –الذكور والإناث – العاديين في الخصائص النفسية.واختبرت عينة البحث بعد تطبيق الأدوات الخاصة برحلة التشخيص حيث حدد الباحث 387 تلميذ كحالات لاضطراب الانتباه والعاديين موزعين كالآتي :

114 تلميذ لديهم قلة الانتباه وفرط الحركة.

50 تلميذ لديهم قلة الانتباه وفرط الحركة.

48 تلميذ لديهم قلة الانتباه وفرط الحركة.

إضافة الى الفئات الأخرى من المصابين بهذا الاضطراب.

وقد تراوحت أعمارهم ما بين 8- 11 سنة ثم اختار الباحث 8 حالات موزعة من كل مجموعة ثم طبق عليهم برنامج التدريب الرياضي.

### 6-1-2- الدراسة الثانية:

دراسة السيد ابراهيم السمدوني 1990: هدفت إلى دراسة خصائص الانتباه لدى الأطفال ذوي فرط النشاط التي تنعكس في مستوى الأداء على مهام التيقظية السمعية والبصرية كما تهدف أيضا إلى التعرف على اثر طبيعة كل المواقف من الأداء والمهام على تلك الخصائص وتكونت عينة الدراسة من 84 تلميذ ذكور فقط من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي التي تتراوح أعمارهم من بين 11-12 سنة وقد قسمت العين إلى ثلاث مجموعات هي :

الأولى: التلاميذ ذو فرط النشاط مع العجز في الانتباه وعددها 28 تلميذ.

الثانية : تلاميذ ذو فرط النشاط وعددها 28 تلميذ.

أما الثالثة : التلاميذ العاديون وعددهم 28 تلميذ.

ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة مايلي:

-انخفاض مستوى الأداء الدراسي عند الأطفال ذو فرط الحركة مع عجز الانتباه .

-يتأثر أداء الأطفال بالفترات الزمنية المستغرقة في الأداء .

-يوجد تأثير مشترك للتفاعل بين طبيعة الأطفال ذوي فرط النشاط مع عجز الانتباه .

### 6-1-3- الدراسة الثالثة:

دراسة هون 1990: قام بدراسة على عينة مكونة من 42 طفلا ممن يعانون من قصور في الانتباه المصحوب بفرط النشاط تراوحت أعمارهم ما بين 7-11 سنة وقد تم تقسيم أفراد العينة إلى ثلاث مجموعات تجريبية متجانسة من حيث العمر والذكاء ومستوى دخل الأسرة وعدم وجود عجز بدني او أمراض نفسية إضافة إلى عدم تناولهم لأي عقاقير طبية وقد تلقت المجموعة التجريبية الأولى برنامجا في التدريب على الضبط الذاتي في حين تلقت المجموعة التجريبية الثانية برنامجا في التدريب السلوكي الذي يقوم بتنفيذه الوالدين أما المجموعة التجريبية الثالثة فقد تلقت البرنامجين وقد تضمنت أدوات الدراسة اختبار الذكاء ومقياس كونرز لتقدير سلوك الطفل والدليل التشخيصي الإحصائي الثالث المعدل والمقابلة الإكلينيكية وقد توصل الباحثون إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في تقدير المعلمين

لسلوك الأطفال في المجموعات التجريبية الثلاثة قبل وبعد تنفيذ البرنامج العلاجي كما توصلوا أيضا إلى وجود فرق دالة إحصائية بينا لمجموعة التجريبية الثالثة التي تلقت برنامج الضبط الذاتي مع برنامج التدريب السلوكي والمجموعتين التجريبيتين الأولى والثاني وذلك لصالح المجموعة التجريبية الثالثة التي تلقت البرنامجين العلاجين معا.

#### 7- التعليق على الدراسات:

ومن خلال هذه الدراسات نستنتج بان هناك مشاكل نفسية و صحية تنتج عن مرض اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة لدى الأطفال بحيث هذه الدراسات كشفت لنا معظم هذه الأعراض مما يستدعي لنا الطرق اللازمة لوقايته من خلال تطبيق برنامج التدريب الرياضي على هذه الفئة من الأطفال لتحسين مستواهم الصحي والنفسي والتعليمي.

## الفصل الأول:

\* مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف.

\*تعريف ألعاب النشاط الحركي المكيف.

\* أنواع النشاط البدني الرياضي المكيف.

\* تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف.

\* أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف.

تمهيد:

يعتبر النشاط البدني الرياضي المكيف من الأنشطة البدنية التي تعطي الحافز المعنوي والنفسي والبدني لدى الرياضي في تطوير قدراته البدنية والنفسية هذا من جهة ومن جهة أخرى التغلب على العديد من المشاكل التي تعترض حياة الإنسان سواء كانوا أطفال أو فئة أخرى من المجتمع.

1/ مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف :

إن الباحث في مجال النشاط البدني الرياضي المكيف يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي تداولها المختصون والعاملون في الميدان واستخدامهم المصطلح الواحد معان مختلفة فقد استخدم بعض الباحثون مصطلحات النشاط الحركي المكيف أو النشاط الحركي المعدل أو التربية الرياضية المعدلة أو التربية الرياضية المكيفة

أو التربية الرياضية الخاصة في حين استخدم البعض الآخر مصطلحات الأنشطة الرياضية العلاجية أو أنشطة إعادة التكيف فبالرغم من اختلاف التسميات من الناحية الشكلية يبقى الجوهر واحدا أي أنها أنشطة رياضية

### 1-1 تعريف حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات:

لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها يعني الرياضات و الألعاب و البرامج التي يتم تعديلها وشدتها و يتم ذلك وفقا لاهتمامات الأشخاص غير القادرين و في حدود قدر

نعني به كل الحركات و التمرينات و كل الرياضات التي يتم stor أما تعريف ستور) ممارستها من طرف أشخاص محدودين في قدراتهم من الناحية البدنية، النفسية، العقلية و ذلك بسبب أو بفعل تلف أو إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى.

كذلك تعريف الرابطة الأمريكية للصحة و التربية البدنية و الترويح و الرقص و التربية الرياضية الخاصة:

هي تلك البرامج المتنوعة للنمو من خلال الألعاب و الأنشطة الرياضية و الأنشطة الإيقاعية لتتناسب ميول و قدرات و حدود الأطفال الذين لديهم نقص في القدرات أو الاستطاعات ليشاركوا بنجاح و أمان في أنشطة البرامج العامة للتربية.

- تعريف محمد عبد الحليم البواليز: هي تلك البرامج المتنوعة من النشاطات الإنمائية و الألعاب التي تنسجم و ميول و قدرات الطفل المعاق و القيود التي تفرضها عليه الإعاقة. و من خلال هذا العرض تختلف التعاريف فالمقصود بالنشاط الرياضي المكيف هو إحداث تعديل في الأنشطة الرياضية المبرمجة لتتماشى مع الغايات التي وجدت لأجلها فمثلا في الرياضات التنافسية هو تكيف الأنشطة الرياضية حسب الفئة و تدريبها للوصول إلى المستويات العالية. حلمي إبراهيم ، 1998، ص 223

### 2/ أنواع النشاط البدني الرياضي المكيف:

النشاط الرياضي التنافسي:

يستخدم تعبير المنافسة استخداما واسعا و عريضا في الأوساط الرياضية و يعتبر المنافس ما يكون بديلا أو مرادفا لكلمة رياضي كما يستخدم تعبير المنافسة بشكل و المتنافس غالبا عام من خلال وصف عملياتها، و تتحقق عندما يكافح اثنان أو أكثر في سبيل لتحقيق هدف بالتحديد فإنه يحرم المنافسين الآخرين منه، معين، و على الرغم من إن الفرد إذا حقق غرضه المنافسة كلما اقتربت من باب إلا أنه يحزر بعض الأهداف إذا كافح و بذل الجهد و هكذا تشتد الرياضية و نهاية المباريات و لقد قدم "شو" نقلا عن "رسون" و "ماج" تضيف للمنافسات هي على النحو التالي:

- منافسة بين فردين

- منافسة بين فريقين

- منافسة بين أكثر من فرد ضد بعض عناصر الطبيعة.

ويعتبر مفهوم المنافسة المفهوم الأكثر التصاق بالنشاط الرياضي عن غيره في سائر أشكال النشاط البدني كالترويج و اللعب...إلخ

ذلك باعتبار روعة الانتصار و بهجته لا يتم إلا من خلال إطار تنافسي فمثلا احترام قوانين الألعاب و قوانين التنافس و الإلزام باللوائح والتشريعات والروح الرياضية و التنافس الشريف.

فالنشاط الرياضي التنافسي يتسم بإعطاء الدفع اللازم للرياضة من خلال أمور معنوية ورمزية كالنصر والهزيمة ودافعية تقبل الهزيمة و اللعب بتواضع و ذلك لأن النشاط الرياضي التنافسي يعلمنا أننا قد نهزم و لكن لا مانع بأن نفوز في المرة القادمة.<sup>1</sup>

تتصل الرياضة اتصالا وثيقا بالترويج و لعل الترويغ هو أقدم النظم الاجتماعية ارتباطا بالرياضة و ربما أقدم من نظام التربية في اتصاله بالرياضة و يعتقد رائد الترويغ أن دور مؤسسات الترويغ و أنشطة الفراغ في المجتمع المعاصر قد أصبحت كثيرة و متنوعة. و خاصة فيما يتصل بالأنشطة الرياضية و البدنية بحيث تتوزع مشاركة الأفراد و المجتمعات في ضوء الاعترافات المختلفة كالسن-المبول-مستوى المهارة الأمر الذي يعمل على تخطي الانفصال بين الأجيال و تضيق الفجوة بينهما و بالتالي يربط المجتمع بشبكة من الاهتمامات و الاتصالات من خلال الأسرة فيما يتيح قدرا كبيرا من التماسك و التفاهم و الاتصال داخل المجتمع الواحد.<sup>2</sup>

## 2-2- النشاط الرياضي البدني النفسي:

في الحقيقة أن مفهوم النشاط الرياضي هو مختلف أنواع الأنشطة الرياضية النفعية التي تعود بالفائدة والنفع من ناحية التعبير و يقصد به النفسية العقلية الاجتماعية البدنية والصحية كما هناك نشاطات بدنية نفعية كالنشاط التنافسي و النشاط الترويغي هناك أخرى نفعية وهامة.

## 2-3- التمرينات الصباحية:

<sup>1</sup> أمين أنور الخولين الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني للثقافة والأدب والفنون، مصر، 1996، ص 190  
<sup>2</sup> درويش وأمين أنور الخولين أصول الترويغ وأوقات الفراغ الفكر العربي 1990، ص 44-43.

تعتبر من التمرينات التي تقدم من برنامج الإذاعة و التلفزة أكثر البرامج انتشارا و أقلها تكلفة كما أنها لا تحتاج لأماكن كبيرة للممارسة أو وقت طويلا لإجرائها فهي تكون من 06 إلى 12 تمرين يشمل جميع العضلات الأساسية مستخدمة تمارين نمطية مبتدئة بالذراعين والبطن ومختلف عضلات الجذع و الرجلين، ثم تتبع بتمارين التهدئة في الإلقاء و تشجيع الممارسين على أدائها في أوقات فراغهم، بالإضافة إلى شرح قيمة وأهمية هذه التمارين و مدة هذه البرامج تتراوح من 10 إلى 20 دقيقة في اليوم.

**2-4- تمارين الراحة:**

يمارس هذا النوع من التمارين من طرف العمال داخل الوحدات الانتاجية أثناء فترات الراحة، بدلا من قضائها في حالة سلبية وهي تزول بشكل جماعي وأحيانا بشكل فردي و كذلك تقدم هذه التمارين قبل العمل و مدتها من إلى 10 دقائق.

#### **2-5- المسابقات الرياضية المفتوحة:**

يؤدي هذا النوع من المسابقات بين الفرق الهلوية إلى إتاحة الفرصة للمواطنين الغير مشتركين في الأندية الرياضية الاشتراك الإيجابي في ممارسة الأنشطة المختلفة و يختار فيها الأنشطة الأكثر شعبية مع استخدام قواعد مبسطة لتحكيمها في ضوء الروح العامة للقانون و تحت إشراف قيادة مدربة لقيادة هذا النشاط.

#### **2-6- تمارين من أجل الصحة:**

تقام هذه الحصص لمجموعة من السكان في شكل تجمعات رياضية، و الغرض الأساسي للممارسة هو اكتساب الصحة، و تقدم هذه التمارين في مجموعة مستقلة ذكور عن الإناث خاصة عند الشباب، أما الأعمال المتأخرة فتقدم في مجموعة مختلطة و تؤدي بشكل منظم و في وقت ثابت مدتها من 10 إلى 15 دقيقة و تقدم فيها تمارين في العضلات الكبيرة كالظهر، البطن لفئة كبار السن.<sup>1</sup>

#### **2-7- المهرجانات الرياضية:**

نقد المهرجانات الرياضية نموذج لارتفاع مستوى التنظيم و يتجلى ذلك في مجتمع إعداد غفيرة من المواطنين بهدف المشاركة على اختلاف أعمارهم ومستوياتهم و رغباتهم في مختلف أنواع النشاط مما قد يؤدي بالكثيرين من التخلص من عامل الخجل من المشاركة و التفاعل مع المجتمع و الأشخاص، كما تعد فرصة لنشر الوعي بينهم كما يمكن استعمال هذه المهرجانات في انتقاء و توجيه الموهوبين رياضة المنافسة و البطولة.<sup>1</sup>

#### **2-8- التدريب الرياضي:**

هو أحد الأشكال المنظمة لممارسة النشاط الرياضي و يخضع للقوانين و قواعد هويتهم

<sup>1</sup> أمين الخولي نفس المرجع السابق ص 195  
<sup>1</sup> نفس المرجع السابق ص 191



تحت إشراف المدرسين، و هذا النوع يتم في الأندية الرياضية و الفرق المدرسية.

### 3/ تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف:

لقد تعددت الأنشطة الرياضية و تنوعت أشكالها فمنها التربوية و التنافسية، ومنها العلاجية و الترويحية أو فردية و الجماعية، على آية حال فإننا سنتعرض إلى أهم التقسيمات، فقد قسمه احد الباحثين إلى:

### 1-3 النشاط الرياضي الترويحي :

الشخصية التي يشعر بها قبل هو نشاط يقوم به الفرد من تلقائي نفسه بغرض تحقيق السعادة حاجة كبيرة أو أثناء أو بعد الممارسة و تلبية حاجاته النفسية و الاجتماعية و هي سمات في إلى تنميتها و تعزيزها للمعاقين.

يعتبر الترويحي الرياضي من الأركان الأساسية في برامج الترويحي لما يتميز به من أهمية كبرى في المتعة الشاملة للفرد، بالإضافة إلى أهميته في التنمية الشاملة الشخصية من النواحي البدنية و العقلية و الاجتماعية.

إن مزاوله النشاط البدني سواء كان بغرض استغلال وقت الفراغ أو كان بغرض التدريب للوصول إلى المستويات العالية، يعتبر طريقا سليما نحو تحقيق الصحة العامة، حيث انه خلال مزاوله ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية و النفسية و كالجهاز الدوري الاجتماعية بالإضافة على تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة و التنفسي و العضلي و العصبي يرى رملي عباس إن النشاط البدني الرياضي يخدم عدة وظائف نافعة، إذ أن النشاط العضلي الحر.

يمنح الأطفال إشباعا عاطفيا كما يزودهم بوسائل التعبير عن النفس و الخلق و الابتكار على الانجاز و تمد الأغلبية بالترويحي الهادف بدنيا و عقليا... و والإحساس بالثقة و القدرة اجل لياقة مقبولة و شعور بالسعادة الغرض الأساسي هو تعزيز وظائف الجسم من و الرفاهية<sup>2</sup>.

كما أكد "مروان ع المجيد" إن النشاط البدني الرياضي الترويحي بشكل جانبا هاما في نفس المعاق إذ يمكنه من استرجاع العناصر الواقعية للذات و الصبر الرغبة في اكتساب الخبرة التمتع بالحياة و يساهم بدور ايجابي كبير في إعادة التوازن النفسي للمعاق و التغلب على الحياة الرتيبة و المملة ما بعد الإصابة.

و تهدف الرياضة الترويحية على غرس الاعتماد على النفس و الانضباط و روح المنافسة و الصداقة لدى الطفل المعوق و بالتالي تدعيم الجانب النفسي و العصبي لإخ ارج المعوق من الكرات الصغيرة و ألعاب الرشاقة و يمكن تقسيم الترويحي عزلته التي فرضها على نفسه في الرياضي كما يلي: المجتمع

<sup>2</sup> عباس عبد الفتاح رملي و محمد شحانة، اللياقة و الصحة، دار الفكر العربي، القاهرة، ص 79

### 2-3- الألعاب الصغيرة الترويحية :

هي عبارة عن مجموعة متعددة من الألعاب كالجري وألعاب و ما غلى غير ذلك من الألعاب التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس مع مرونة قواعدها و قلة أدواتها و سهولة ممارستها.

### 3-3 الألعاب الرياضية الكبيرة:

و هي الأنشطة الحركية التي تمارس باستخدام الكرة و يمكن تقسيمها طبقا لوجهات نظر مختلفة ألعاب فردية أو زوجية أو جماعية أو بالنسبة لموسم اللعبة ألعاب شتوية أو صيفية أو تمارس طوال العام.

### 4-3 الرياضات المائية :

وهي أنشطة ترويحية تمارس في الماء مثل السباحة كرة الماء أو التجديف والزوارق الشراعية و تعتبر هذه الأنشطة و خاصة السباحة من أحب ألوان الترويح خاصة في بلادنا.

### 5-3 النشاط الرياضي العلاجي :

عرفت الجمعية الأهلية للترويح العلاجي بأنه خدمة خاصة داخل المجال الواسع للخدمات الترويحية التي تستخدم للتدخل الايجابي في بعض نواحي السلوك البدني أو الانفعالي أو الاجتماعي لإحداث تأثير مطلوب في السلوك و لتنشيط ونمو الشخصية وله قيمة وقائية و علاجية لا ينكرها الأطباء فالنشاط الرياضي من الناحية العلاجية يساعد مرضى الأمراض النفسية و المعاقين على التخلص من الانقباضات النفسية وبالتالي استعادة الثقة بالنفس و تقبل بمساعدة الوسائل العلاجية الأخرى على الآخرين له و يجعلهم أكثر سعادة وتعاوننا و يسهم تحقيق سرعة الشفاء كالسباحة العلاجية التي تستعمل في علاج بعض الأمراض كالربو و شلل الأطفال و حركات إعادة التأهيل.

كما أصبح النشاط الرياضي يمارس في معظم المستشفيات و المصحات العمومية و الخاصة وفي مراكز أو أطراف إعادة التأهيل والمراكز الطبية البيداغوجية و خاصة في الدول الحركة و استخدام عضلات مقصودة المتقدمة و يراعي في ذلك الشخص المعوق تحكم في.

### 6-3 النشاط الرياضي التنافسي:

ويسمى أيضا بالرياضة النخبوية أو رياضة المستويات العالية هي النشاطات الرياضية المرتبطة باللياقة والكفاءة البدنية بدرجة كبيرة نسبيا هدفه الأساسي الارتقاء بمستوى اللياقة كن للوظائف و العضلات المختلفة للجسم.<sup>1</sup> والكفاءة البدنية و استرجاع أقصى حد

<sup>1</sup> مروان عبدالمجيد ابراهيم،ص 122.

#### 4/ أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف :

قررت الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية و الترويح في اجتماعها السنوي عام 1978 بان حقوق الإنسان تشمل حقه في الترويح الذي يتضمن الرياضة إلى جانب الأنشطة الترويحية الأخرى و مع مرور الوقت بدأت المجتمعات المختلفة في عدة قارات مختلفة تعمل العلماء على مختلف تخصصاتهم في علم على أن يشمل هذا الحق الخواص وقد اجتمع البيولوجيا و النفس و الاجتماع بان الأنشطة الرياضية و الترويحية هامة عموما وللخواص بالذات و ذلك لأهمية هذه الأنشطة بيولوجيا اجتماعيا نفسيا تربويا اقتصاديا وسياسيا.

#### 1-4 الأهمية البيولوجية:

إن البناء البيولوجي للجسم البشري يحتم ضرورة الحركة حيث اجمع علماء البيولوجيا المتخصصين في دراسة الجسم البشري على أهميتها في الاحتفاظ بسلامة الأداء اليومي المطلوب من الشخص العادي أو الشخص الخاص برغم اختلاف المشكلات التي قد يعاني فان أهميته البيولوجية للخواص هو منها الخواص لأسباب عضوية و اجتماعية و عقلية ضرورة التأكيد على الحركة.<sup>1</sup>

يؤثر التدريب و خاصة المنظم على التركيب الجسمي حيث تزداد نحافة الجسم و ثقل سمته دون تغي ارت تذكر على وزنه وقد فحص ويلز و زملائه تأثير خمسة شهور من التدريب البدني اليومي على 34 مراهقة و أظهرت النتائج تغيرات واضحة في التركيب الجسمي حيث تزداد نمو الأنسجة النشطة و نحافة كتلة الجسم في مقابل تناقص في نمو الأنسجة الذهنية.

#### 2-4 الأهمية الاجتماعية:

إن مجال الإعاقة يمكن للنشاط الرياضي أن يشجع على تنمية العلاقة الاجتماعية بين الأفراد ويخفف من العزلة و الانغلاق) أو الانطواء) على الذات و يستطيع أن يحقق انسجاما و توافقا بين الأفراد فالجلوس جماعة في مركز أو ملعب أو في نادي أو مع أفراد الأسرة يجعلها أكثر إخوة. وتبادل الآراء و الأحاديث من شأنه أن يقوي العلاقات الجيدة بين الأفراد وتماسكا و يبدو هذا جليا في البلدان الأوربية الاشتراكية حيث دعت الحاجة الماسة إلى الدعم الاجتماعي خلال أنشطة أوقات الفراغ لإحداث المساواة المرجوة و المرتبطة بظروف العمل الصناعي.

في كتاباته عن الترويح في مجتمع القرن التاسع بأوربا أن ممارسة Veblen فقد بين فبلن الرياضة كانت تعبر عن انتماءات الفرد الطبقة أو بمثابة رمز لطبقة اجتماعية خصوصا

<sup>1</sup> مرجع سابق، ص122

للطبقة البورجوازية إذ يتمتع أفرادها بقدر أوفر من الوقت الحر ستغرقونه في اللهو و اللعب منفقون أموالا طائلة و بذخا مسرفا متنافسون على أنهم أكثر لهوا و إسرافا.<sup>2</sup>

وقد استعرض كوكيلي الجوانب والقيم الاجتماعية للرياضة و الترويح فيما يلي: الروح الرياضية التعاون تقبل الآخرين بغض النظر عن الآخرين، التنمية الاجتماعية، المتعة و البهجة، اكتساب المواطنة الصالحة التعود على القيادة لتبعية، الارتقاء و التكيف الاجتماعي.

كما أكد محمد عوض بسيوني- أن أهمية النشاط الرياضي تكمن في مساعدة الشخص المعوق على التكيف مع الأفراد و الجماعات التي يعيش فيها، حيث أن هذه الممارسة تسمح و هو ما أكده كذلك- عبد المجيد مروان- من أن الممارسة له بالتكيف و الاتصال بالمجتمع الرياضية تنمي في الشخص المعوق الثقة بالنفس و التعاون و الشجاعة، فضلا عن شعوره باللذة و السرور...، كما أن للبيئة و المجتمع و الأصدقاء الأثر الكبير على نفسية الفرد المعاق.

**3-4 الأهمية النفسية :**

بدأ الاهتمام بالدراسات النفسية منذ وقت قصير، و مع ذلك حقق علم النفس نجاحا كبيرا في فهم السلوك الإنساني، و كان التأكيد في بداية الدراسات النفسية على التأثير البيولوجي في السلوك و كان الاتفاق حينذاك أن هناك دافع فطري يؤثر على سلوك الفرد، واختار هؤلاء لفظ الغريزة على أنها الدافع الأساسي للسلوك البشري، و قد أثبتت التجارب التي أجريت بعد استخدام كلمة الغريزة في تفسير السلوك أن هذا الأخير قابل للتغير، تحت ظروف معينة إذ أن هناك أطفالا لا يلعبون في حالات معينة عند مرضهم عضويا أو عقليا، و قد اتجه الجيل الثاني إلى استخدام الدوافع في تفسير السلوك الإنساني و فرقوا بين الدافع و الغريزة بأن هناك دوافع مكتسبة على خلاف الغرائز الموروثة، لهذا يمكن أن نقول أن هناك مدرستين أساسيتين في الدراسات النفسية و مدرسة التحليل النفسي (سيجموند فرويد)، و تقع أهمية هذه النظرية بالنسبة للرياضة و الترويح أنها تؤكد مبدئين هامين :

السماح لصغار السن للتعبير عن أنفسهم خصوصا خلال اللعب-

أهمية الاتصالات في تطوير السلوك، حيث من الواضح أن الأنشطة الترويحية تعطي فرصا - هائلة للاتصالات بين المشترك و الرائد، و المشترك الآخر

أما مدرسة الجشطالت حيث تؤكد على أهمية الحواس الخمس: اللمس-الشم-الذوق-النظر-السمع في التنمية البشرية. و تبرز أهمية الترويح في هذه النظرية في أن الأنشطة الترويحية تساهم مساهمة فعالة في اللمس في التنمية البشرية. و تبرز أهمية الترويح في هذه النظرية في أن الأنشطة الترويحية تساهم مساهمة فعالة في اللمس و النظر و السمع إذ وافقنا على أنه هناك أنشطة ترويحية مثل هواية الطبخ، فهناك احتمال لتقوية ما سمي التذوق و الشم، لذلك فإن الخبرة الرياضية و الترويحية هامة عند تطبيق مبادئ المدرسة الجشطالتية

<sup>2</sup> حلمي ابراهيم ليلي السيد فرحات، ص 130.

أما نظرية ماسلو تقوم على أساس إشباع الحاجات النفسية، كالحاجة إلى الأمن والسلامة، وإشباع الحاجة ثباتها، و إلى الانتماء وتحقيق الذات المقصود بإثبات الذات أن يصل الشخص إلى مستوى عال من الرضا النفسي والشعور بالأمن والانتماء، و مما لا شك فيه أن الأنشطة الترويحية تمثل مجالا هاما يمكن للشخص تحقيق ذاته من خلاله.<sup>1</sup>

**4-4 الأهمية الاقتصادية:**

لاشك أن الإنتاج يرتبط بمدى كفاءة العامل ومثابرتة على العمل واستعداده النفسي و البدني و هذا لا يأتي إلا بقضاء أوقات فراغ جيدة في راحة مسلية، و ان الاهتمام بالطبقة العاملة في ترويحتها و تكوينها تكوينا سليما قد يتمكن من الإنتاجية العامة للمجتمع فيزيد كميتها و يحسن نوعيتها، لقد بين -فرنارد- في هذا المجال أن تخفيض ساعات العمل من 96 ساعة إلى 55 ساعة في الأسبوع قد يرفع الإنتاج بمقدار 15% في الأسبوع.<sup>2</sup>

فالترويح إذا نتاج الاقتصادي المعاصر، يرتبط به أشد الارتباط و من هنا تبدو أهميته الاقتصادية في حياة المجتمع، لكن مفكرين آخرين يرون أهمية الترويح نتجت من ظروف العمل نفسه أي من آثاره السيئة على الإنسان، كالاغتراب و التعب والإرهاق العصبي،<sup>1</sup> مؤكداين على أن الترويح يزيل تلك الآثار ويعوضها بالراحة النفسية و التسلية.

**5-4 الأهمية التربوية :**

بالرغم من أن الرياضة و الترويح يشملان الأنشطة التلقائية فقد أجمع العلماء على أن هناك فوائد تربوية تعود على المشترك، فمن بينها ما يلي:

#### **6-4 تعلم مهارات و سلوك جديدين :**

هناك مهارات جديدة يكتسبها الأفراد من خلال الأنشطة الرياضية على سبيل المال مداعبة الكرة كنشاط تر و يحيي تكسب الشخص مهارة جديدة لغوية ونحوية، يمكن استخدامها في المحادثة المكتوبة مستقبلا.

#### **7-4 تقوية الذاكرة:**

هناك نقاط معينة يتعلمها الشخص أثناء نشاطه الرياضي و الترويحي يكون لها أثر فعال على الذاكرة، على سبيل المثال إذا اشترك الشخص في ألعاب تمثيلية فإن حفظ الدور يساعد كثيرا على تقوية الذاكرة حيث أن الكثير من المعلومات التي ترداد أثناء الإلقاء تجد مكان في

<sup>1</sup> حزام محمد رضا القزوني، التربية الترويحية، دار العربية للطباعة، بغداد، ص 20  
<sup>2</sup> محمد نجيب توفيق، الخدمات العمالية بين التطبيق والتشريع، مكتبة القاهرة الحديثة، الطبعة الأولى، 1967، ص 560  
<sup>1</sup> حزام محمد رضا القزوني، مرجع سبق ذكره، ص 31-32

مخازن المخ ويتم استرجاع المعلومة من مخازنها في المخ عند الحاجة إليها عند الانتهاء من الدور التمثيلي و أثناء مسار الحياة العادية.

#### 8-4 تعلم حقائق المعلومات:

هناك معلومات حقيقية يحتاج الشخص إلى التمكن منها، مثلا المسافة بين نقطتين أثناء رحلة ما، و إذا اشتمل البرنامج الترويحي رحلة بالطريق الصحي اروي من القاهرة إلى الإسكندرية فإن المعلومة تتعلم هنا هي الوقت الذي تستغرقه هذه الرحلة.

#### 9-4 اكتساب القيم :

إن اكتساب معلومات و خبرات عن طريق الرياضة و الترويح يساعد الشخص على اكتساب قيد جديدة إيجابية، مثلا تساعد رحلة على اكتساب معلومات عن هذا النهر، و هنا اكتساب لقيمة

#### 10-4 الأهمية العلاجية:

يرى بعض المختصين في الصحة العقلية ، أن الرياضة الترويحي يكاد يكون المجال الوحيد الذي تتم فيه عملية التوازن النفسي حينما تستخدم أوقات فارغا استخداما جيدا في الترويح : تلفزيون موسيقي، سينما، رياضة، سياحة شريطة ألا يكون الهدف منها تمضية وقت الفراغ، هذا من شأنه أن يجعل الإنسان أكثر توافقا مع البيئة و قادرا على الخلق و الإبداع.

و قد تعيد الألعاب الرياضية و الحركات الحرة توازن الجسم، فهي تخلصه من التوترات العصبية و من العمل الآلي، وتجعله كائنا أكثر مرحا و ارتياحا فالبيئة الصناعية و تعقد الحياة قد يؤديان إلى انحرافات كثيرة، كالإفراط في شرب الكحول والعنف، و في هذه الحالة يكون اللجوء إلى ممارسة الرياضة و البيئة الخضراء والهواء الطلق و الحمامات المعدنية وسيلة هامة للتخلص من هذه الأمراض العصبية، و ربما تكون خير وسيلة لعلاج بعض الاضطرابات العصبية.

#### خلاصة:

لذلك فان النشاط البدني الرياضي المكيف له دور فعال في حياة الفرد ادا ما احتاج الإنسان إلى تطوير قدراته الفردية خاصة لاكتساب المهارة الرياضية الجيدة.

# الفصل الثاني

1. تعريف التحصيل الدراسي.
2. أهداف التحصيل الدراسي.
3. عوامل التحصيل الدراسي.
4. مبادئ التحصيل الدراسي.
5. الخلاصة.

## تمهيد :

يعتبر التحصيل الدراسي من جملة المفاهيم التي لم تستقر بعد على معنى محدد واضح، فأغلب التعاريف متداخلة ومختلفة فهناك من يقتصره على العمل المدرسي فقط وهناك من يرى أنه كل ما يتحصل عليه الفرد من معرفة سواء كان ذلك داخل المدرسة أو خارجها . وهي عملية تعليمية مقصودة وموجهة من طرف المدرسة، أما خارجها فتعني بذلك دمج ما يحصله الفرد في المدرسة، وما يحصله من معلومات بطرق غير مقصودة وغير موجهة . ورغم اختلاف وجهات النظر في مفهومه فإن الاتفاق حول قيمة وفعالية ما يحصله الفرد من معارف يعتبر جزءا من شخصيته . ولهذا سنتطرق في فصلنا هذا لنتحدث عن التحصيل الدراسي والعوامل المؤثرة فيه، كما نتطرق أيضا إلى الصعوبات التي يواجهها وشروط تحقيقه وفي الأخير نتحدث عن العلاقة بينه وبين التربية البدنية

## 1-2- مفهوم التحصيل الدراسي :

يعد التحصيل الدراسي أنسب طريقة لتقييم المعلومات والمعارف التي يكتسبها التلميذ أثناء التعليم، وقد تعددت التعاريف واختلف الأخصائيون في تعريف هذا المصطلح، ومن بين هؤلاء الأخصائيين "زيومان دانيال" ZIOMANE DANIEL الذي يعرف مصطلح التحصيل الدراسي . بقوله : " التحصيل الدراسي هو استيعاب المعلومات التي نحاول تعليمها للتلميذ"<sup>1</sup> . أما "لافا زين" GUYAVAZINE فيحدد مفهوم هذا المصطلح بقوله :

<sup>1</sup> مصطفى سوييف، الأسس النفسية للتكامل الاجتماعي (ط4، دار المعارف مصر، بدون سنة)، ص 13



"التحصيل الدراسي هو استيعاب كمية من المعارف والمعلومات التي تحددها برامج معينة" كما عرفها "روبير لافان" ROBER- LAVAN بقوله: "التحصيل الدراسي يعني . المعرفة التي يصل إليها الطفل من خلال برنامج مدرسي قد يتكيف مع الوسط والعمل المدرسي"

## 2-1-2- التحصيل الدراسي:

هو مقدار ما اكتسبه التلاميذ من مفاهيم محددة بالاختبار التحصيلي معبرا عنها بالدرجات . وهو أيضا الانجاز التحصيلي للطالب في مادة دراسية أو مجموعة من المواد، مقدرًا بالدرجات طبقًا لامتحانات المحلية التي تجريها المؤسسة التربوية آخر العام أو نهاية الفصل الدراسي<sup>3</sup>

من خلال التعاريف السابقة يتضح أن هناك تكامل بينهم بحيث كل تعريف يكمل الآخر، فالأول اكتفى باستيعاب المعلومات، بينما الثاني أضاف البرامج إلى جانب استيعاب المعلومات لكي تضبطها وتحددها . أما التعريف الثالث فيشمل التعريفين حيث عرف التحصيل الدراسي بأنه استيعاب المعلومات وفق برامج تحددها المدرسة كما أنه أضاف انسجام التلميذ بمحيطه المدرسي . بناء على ما سبق عرضه من تعاريف والتي اقتصر على تحصيل المعلومات وفقا لبرامج محددة، فسنورد في هذا المجال تعاريف أخرى أكثر توسعا وإجرائية في الأداء والقياس، مثلا لذلك (إبراهيم عبد المحسن الكنانى) الذي يرى أن : "التحصيل الدراسي هو كل أداء يقوم به الطالب في الموضوعات المدرسية المختلفة والذي يمكن إخضاعه للقياس عن طريق درجات اختبار أو تقديرات المدرسين أو كليهما"

الباحث "جابن" P.GHAPLIN فحدد مفهوم التحصيل الدراسي بقوله : " هو مستوى محدد من الأداء والكفاءة في العمل الدراسي كما يقيم من قبل المعلمين أو عن طريق الاختبارات المقننة أو كليهما" وقد عرف "الطاهر سعد الله" بقوله : « التحصيل الدراسي هو مستوى الأداء الفعلي للتعلم بالمقارنة مع منهج تكفي مضمونه بطرق تعليمية معينة<sup>3</sup> . ويتم تقدير ذلك المستوى من الأداء (معلومات، قدرات فكرية، مهارات ...) باختبارات يعدها المعلمون المباشرون للعملية التربوية أو اختبارات مقننة موضوعية، تكون لها درجة كافية من الثبات وصدق المضمون إن ما يلاحظ من خلال هذه التعاريف أنها متضافرة في تعريفها للتحصيل الدراسي، فتعريف "إبراهيم عبد المحسن الكنانى" بين لنا أن التحصيل الدراسي هو كل أداء للمتعلم خاضع باختبارات معينة أو من خلال تقديرات

<sup>3</sup> أحمد إبراهيم أحمد والسيد شحاتة محمد مراغي، عناصر إدارة الفصل والتحصيل الدراسي، (الاسكندرية مكتبة المعارف الحديثة، 2000) ص 6-

7.

<sup>3</sup> نفس المرجع السابق، ص 13 - 14

المدرسين، لكنه لم يحدد نوعية الاختبارات إن كانت مقننة أو غير مقننة وهو ما يفقدها صفة الموضوعية

أما تعريف "جابلين" GHAPLIN فنجد أنه قد أضاف ما لم يورده التعريف السابق وهو التقنن في الاختبارات التي تبين مدى كفاءة التلميذ في التحصيل الدراسي ومجمل التعريفين قد شملهما تعريف "الطاهر سعد الله" إذ حدد التحصيل بمستوى الأداء الفعلي للتلاميذ في المواد التعليمية وفق طرق منهجية معينة، ويتم تقدير ذلك الأداء عن طريق الاختبارات المقننة يعرضها معلمو المنظومة التربوية أو اختبارات موضوعية مقننة تكون لها درجة كافية من الثبات وصدق المضمون . كما أن هناك آراء وتعريف عن التحصيل الدراسي وأمثلة ذلك نجد : يشير التحصيل الدراسي إلى تغيرات في الأداء تحت ظروف الممارسة أو التدريب ويتمثل في اكتساب المعلومات والمهارات والاتجاهات والقيم العملية التربوية التي تهدف إلى تحقيق النمو، ومن أهم مظاهر النمو أن يحدث تغيير يدل على التقدم، ونحن نقيس لنعرف مدى التقدم الذي يشير إلى زيادة التحصيل في أي ناحية من النواحي.

ولقد أصبح واضحا بالنسبة للمربية الرياضية أن تكون لديهم مقاييس موضوعية دقيقة، وأن يحتفظوا بسجلات وافية عن التحصيل لكل فرد، لأنه على أساس نتائج هذه المقاييس يمكن الحكم على مدى تقدم المستوى التحصيلي للفرد، وتعتبر الاختبارات والمقاييس وسائل هامة تشير إلى مدى تحصيل الفرد مهارة رياضية معينة، ومدى النجاح الذي حققه في عملية التعليم . أو التدريب ومدى فاعلية البرنامج الدراسي أو التدريس<sup>1</sup>

## 2-2- أنواع التحصيل الدراسي:

من خلال النتائج التي يتوصل إليها التلاميذ في نهاية كل فصل، يمكن تقسيم التحصيل الدراسي إلى قسمين

## 2-2- أ التحصيل الدراسي الجيد:

ACHEVEMENT OVER يسمى كذلك بالإفراط التحصيلي، وهو عبارة عن سلوك يعبر عن تجاوز الأداء التحصيلي للفرد للمستوى المتوقع منه على ضوء استعداداته وقدراته الخاصة أين يكون عمره التحصيلي يفوق عمره الزمني والعقلي، ويتجاوزهما

<sup>1</sup>محمد حسن علاوي- محمد نصر الدين رضوان ، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس،(ط3، ملنزم الطبع والنشر، دار الفكر العربي 1996)، ص 42

بشكل متوقع ويفسر ذلك بالقدرة على المثابرة وارتفاع مواضع الانجاز لديه، أي أن الطالب له قدرات تجعله يمتاز . على أقرانه وبالتالي يحقق نتائج باهرة<sup>2</sup>

## 2-2- ب- التحصيل الدراسي الضعيف:

ACHEVEMENT UNDER: ويسمى التأخر التحصيلي وهو ظاهرة تعبر عن وجود فجوة في المردود أو عدم تساوق الأداء المدرسي بين ما هو متوقع من الفرد وبين ما ينجزه فعلا من تحصيل دراسي.

## 3- أهداف التحصيل الدراسي:

إن التحصيل الدراسي يعطينا بطاقة فنية عن التلميذ وقدراته ومعارفه وإمكانياته في مختلف المواد الدراسية , عن هذا يقول : (نعيم الرفاعي، 488، 1974). أن الهدف من معرفة تحصيل التلميذ هو تربيته ومعرفة قدراته في استيعاب المعارف والمهارات المختلفة في مادة معينة وإمكانيته في مختلف المواد . وعن هذا يقول ( العيد أوزنجة، 34، 1987)، يهدف التحصيل الى توصل معلومات عن ترتيب التلميذ في التحصيل بفترة معينة لمجموعة ولا يقتصر هدف التحصيل على ذلك ، ولكن يمتد الى محاولة رسم صورة فنية لقدرات التلميذ العقلية والمعرفية.

## 4- عوامل التحصيل الدراسي :

يمكن من خلال هذا العنوان تصنيف العوامل والأسباب التي يمكن أن تؤثر على التحصيل الدراسي ، بالدرجة للطفل والتي تنفرع إلى مجموعتين كبيرتين ، ترجع أولها إلى الطفل بالدرجة الأولى وتتمثل ثانيها المحيطة به

### 1/ العوامل الشخصية أو الذاتية في التحصيل الدراسي للطفل:

يقصد بالعوامل الشخصية أو الذاتية جملة الخصائص أو المميزات والملكات التي ينفرد بها كل طفل عن غيره ، وتتمثل هذه العوامل فيما يلي :

### 2/ العوامل العقلية:

تتباين القدرات العقلية كما هو معروف من تلميذ لآخر فهناك التلميذ الذكي وهناك التلميذ المتوسط الذكاء ، ومنهم ضعيف الذكاء ، كما يعرف أنه العقلية الفطرية العامة أو هو العامل المشترك الذي يدخل في جميع العمليات العقلية ، التي يقوم بها الإنسان. ( محمد مصطفى، دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام، الجزائر، ديوان المطبوعات

<sup>2</sup> شاكل قنديل، معجم علم النفس والتحليل النفسي،( دار النهضة العربية، بيروت ،لبنان، 1986)، ص 93-94 .

الجامعية ، 127)، وبهذا نستنتج أن الذكاء هو فطري يولد من خروج الإنسان إلى الحياة يتطور بعد ذلك مع التعلم الخارجي . والخلاصة أن الذكاء يؤثر تأثيرا إيجابيا أو سلبيا على التحصيل الدراسي للتلميذ وهذا حسب درجات الذكاء فالتلاميذ الأذكيا والمتوسطي الذكاء يكون تحصيلهم الدراسي مقبولا أما ذوي الذكاء الضعيف يكون تحصيلهم الدراسي ضعيف وغيرهم مقبول وبالتالي يكونون من المتخلفين

### 3/ العوامل الجسمية:

يقصد بهذه العوامل الجانب الصحي للتلميذ ، فالحصة الجسمية لها تأثير على التفكير السليم، وهذا ما يؤكد القول: "العقل السليم في الجسم السليم : فمن العوامل التي تقف أمام التحصيل الدراسي ، التي ترجع إليه نذكر ضعف الصحة وسوء التغذية والعاهات الخفية ، هي عوامل تحد من قدرة الطفل على بذل الجهد، ومسايرة زملائه في الفصل ففي حالة الأطفال المصابين بضعف البصر ، يجد التلميذ في هذه المرحلة صعوبة كبيرة في استطلاع الأشكال البصرية ، المرسومة على الصورة ، كما أن القراءة في الكتاب تكون بالنسبة إليه عملية شاقة وقتا وجهدا أكثر من الجهد الذي يبذله أقرانه العاديون ويحدث نفس الشيء تقريبا في المواد التي تعتمد على حاسة السمع مثل دروس المحادثة والأناشيد واللغة ( محمد العربي ولد خليفة، المهام الحصرية للمدرسة والجماعية الجزائرية مساهمة في تحليل وتقييم النظام التربوي والتكوين والبحث العلمي - بن عكنون الجزائر ، ديوان المطبوعات الجامعية، 45-46). (ومنه فسلامة التلميذ من سلم عقله وبالتالي سلامته من الأمراض المستعصية والمزمنة لأن المرض قد يكون سببا آخر في التأخر الدراسي ، فالصحة الجيدة تجعل التلميذ المريض يتعرض للضعف أو قد يصدره المريض الى إهمال إجابته فيتخلف عن أقرانه وتفوته دروسه ، متى تغيب تحصيله الدراسي الضعيف ( فريدة جرينتلي، مرجع سابق، 18). (ومن هنا نستنتج أن الجانب الصحي المتدهور للتلميذ سكون عائقا مباشرا في المواظبة على الدراسة عكس التلميذ الذي يتمتع بصحة جيدة حيث يكون مستواه المطلوب أحسن بكثير من التلميذ المريض صحيا والنتيجة من أجل هذا الأخيرة أن العوامل الجسمية ترتبط ارتباطا وثيقا بالتحصيل الدراسي للتلميذ سواء كان هذا التحصيل جيد أو ضعيف

### 4/ العوامل النفسية أو الانفعالية:

تعد العوامل النفسية أشد تأثيرا على التحصيل الدراسي للتلميذ وأكثر خطرا ، أعصى على العلاج من العوامل السابقة ، وفي هذا يؤكد " تشونيل أن عدم العلاج من العوامل السابقة، وفي هذا يؤكد بالتركيز والعمل في الدراسة بالرغم من أنه قد يكون ذكيا أو متوسط الذكاء ( نفس المرجع )، 20. فالجانب النفسي يتصل اتصالا مباشرا بالحياة الدراسية وكما

هو معهود في وسطنا الأسري ، يتلقى الطفل المتمدرس من طرف والديه التأديب والعقاب اللفظي خاصة إذا ما تخلف عن تحصيله الدراسي ، وفي هذا يشير " محمد العربي ولد خليفة ، : "يلجأ الآباء إلى مقارنة أبنائهم مع بعض الأولاد أو بأولاد الجيران ، ويضخمون ما يقع في أطفالهم ، من أخطاء . أو عثرات في السنوات الدراسية الأولى ، فيكثر من لومهم والتنبؤ لهم بمستقبل حالك، وهم يعتقدون أنهم بذلك يحثونهم على التحصيل الجيد ، ولكنه في الواقع يذكرون فيهم نار الغيرة ويغرسون في 84 نفوسهم مشاعر النقص والضعف وتكون نتيجة ذلك إهمال الطفل وكرهه للعمل الدراسي وكأنه ينتقم لكرامته . ( محمد العربي ولد خليفة ، مرجع سابق ، 47) . كما نجد كذلك الحرمان الذي يعتبر من أشهر عوامل الغيرة وابقائها أثر في نفسية الطفل، والتي تقف أمام تحصيله الدراسي ، إذ أنه يشعر بالدونية أو يبدأ ذلك بحرمان الطفل من حنان أبيه بسبب النقد أو الافتراق أو النبذ ويصل إلى الإحباط الاقتصادي بسبب قلة ذات اليد عندها يشعر الطفل أنه عاجز عن مناقشة زملائه في المظهر الخارجي ( اللباس ) وشراء لوازمه المدرسية ، وارتياحه دور الترويح (محمد العربي ولد خليفة ، مرجع سابق نفس الصفحة). ما يمكن أن نستنتج أن العوامل الانفعالية لها التأثير الأكبر على التحصيل الدراسي على عكس العوامل العقلية والجسمية ، وهذا ما يؤكد أن الاضطراب النفسي للتلميذ يعرقل سيرته وتحصيله الدراسي مهما كان ذكيا أو في صحية جيدة

#### 5- صعوبات التحصيل الدراسي:

للتحصيل الدراسي صعوبات وعراقيل منها- :

إرهاق التلاميذ بالواجبات المدرسية الكثيرة والتي تسبب له عقدة كره المذاكرة وبالتالي يؤدي إلى الهروب للعب وكثرة الشكوى من متاعب المدرسة اليومية.

-اعتماد التلميذ بشكل عام على مذاكرة الآخرين له خصوصا الأم، دون محاولة الاعتماد على نفسه.

- ميل التلميذ لمشاهدة التلفاز ومتابعة برامج التي تقدم حصصا خاصة به بعد ساعات طويلة من الانتظار.

-عدم توفر الوسائل التعليمية الكافية لاستيعاب التلميذ.

- كثافة أعداد التلاميذ في بعض الفصول والمدارس.

- عدم تناسب الفرق الدراسية في بعض المدارس وإعداد الطالب فيها<sup>1</sup>.

- عدم الاستقرار العائلي

- المناهج الطويلة واكتساب معلومات كثيرة ترهق التلميذ وتسبب له الفتور .

- أسلوب بعض الأساتذة المعقد.

6- مبادئ التحصيل الدراسي:

6-1 مبدأ الاستعداد والميل:

الاستعداد هو قدرة الفرد الكامنة على التعلم السريع والسهل لمادة دراسية أو علمية خاصة، والاستعداد يختلف عن القدرة، في كون هذه الأخيرة تشير إلى ما يستطيع الفرد أدائه الآن، أما الاستعداد فيشير إلى ما يستطيع أداءه في فترة من التعلم أو التدريب، فالاستعداد هو إمكانيات تتحول بواسطة النضج الطبيعي والتدريب إلى قدرات فعلية، إذن فتتكامل الاستعدادات الجسمية والعقلية والعاطفية والاجتماعية وارتباطهما فيما بينهما بشكل عامل حاسم في عملية التحصيل . أما الميول فيوجه الشخص إلى فرع معين من فروع الدراسة، والإنسان الذي له ميول واتجاهات نحو الفن تراه يبذل الكثير من الجهد ليعرف أسرار هذا المجال وذلك بزيادة المعارف وقراءة الكتب وجمع المعلومات عن كل ما هو متصل بالفن، كما أنه يناقش الفن مع الأصدقاء والمعارف، ويتجه الميول غالباً إلى النشاط الذي يحبه الشخص بصرف النظر عما إذا كان يزاول بنفسه هذا النشاط أو لا يزاوله

6-2 مبدأ البيئة والمشاركة:

البيئة عموماً بظروفها الطبيعية "ضوء، هواء، حرارة..." والنفسية يعيشها التلميذ في المحيط الذي يقيم فيه أو مكان مزاولته الدراسية، بلا شك يلعب دوراً هاماً في تقوية أو إضعاف التحصيل الدراسي لديه كما أن المشاركة تؤدي إلى تنمية الذكاء والتفكير عند التلميذ، المشاركة بين التلاميذ تساعدهم على اكتشاف وتدارك الأخطاء وكذلك تنمية رصيدهم العلمي المعرفي وتحسين تحصيلهم الدراسي، فالتلميذ من هذه العملية يكتسب خبرات ومهارات دراسية جديدة تساعد على رفع مستواه التعليمي بكل موضوعية، فالمفاهيم والمعارف التي تتركز بين التلاميذ أو بينهم وبين الأساتذة تكون أكثر تداولاً في ذهن التلاميذ

7- دور التربية البدنية والمدرسية في تطوير القدرات العقلية والنفسية:

<sup>1</sup> محمد الصديق محمد حسن، التحصيل الدراسي بين البيت والمدرسة، (مجلة التربية، العدد 103)، ص 63-72.

نستطيع القول بان كل صفة من صفات الفرد عبارة عن تفاعل في العوامل الوراثية مدمجة لعوامل البيئية تصف هذه الفروق الفردية في ميدان النشاط الرياضي وللتأكيد فإننا نعتبر النشاط الرياضي البدني المدرسي عامل كبير ، وجد هام يؤثر على مجموع القدرات العقلية والنفسية وهنا يظهر لنا الدور الذي تلعبه تطور هذه القدرات.

## 8- الذكاء :

باعتباره قدرة شاملة معيرة على المستوى العقلي للفرد، كذا شرط عام للسمو في معظم الأنشطة الرياضية وخاصة المنطقية بسرعة الإدراك العقلاني عند مواقف اللعب المختلفة فالفرد الذكي بطبيعة الحال انجب من غيره لأن الفرد يحتاج في ممارسة للتربيو البدنية ما يعرف بالذكاء العلمي ، بان يملك القدرة العقلية على استيعاب خطة اللعب وأن يكون بمقدوره ت عدليها - طبقا للظروف والمواقف المتغيرة ، أثناء النشاط تبعا لسلوك منافسيه ، (شهد الملا ، 1992 ، غير منشور .) إن لنتيجة المتوصل اليها متن وراء كل الدراسات المعمقة للعقل والجسم توضح أنه أيا منهما لا يستطيع بمفرده ، حمل العقل فقط بل أنه تنمية القدرات البيئية لاستخدام فعالة لقد قام بها محمد صبحي حسنين بعلاج هذه الظاهرة خلا بحثه الذي ناله لكية التربية البدنية بالقاهرة للتخرج بشهادة الماجستير ، وكان موضوعه العلاقة بين مستوى الذكاء وبعض عناصر اللياقة البدنية والمتمثلة في التوازن والرشاقة والدقة.

## خلاصة:

التحصيل الدراسي عملية تدخل فيها عدة عوامل والتي يلعب فيها ، المعلم الدور الأساسي فهناك تلاميذ يتحصلون على نتائج سيئة رغم أنهم درسوا سويا مع أمثالهم النجباء في فصل واحد، يرد دائما إلى عوامل مختلفة ، لذا حاولنا في هذا الفصل استخلاص الدور الذي يلعبه كل عامل من العوامل ، في عملية التحصيل الدراسي بعد عرض موجز لمفهوم التحصيل الدراسي ، فقد توصلنا إلى التربية البدنية المدرسية ، توفير ارتياح التلميذ بالمرحلة الثانوية عموما ، والطور النهائي على وجه الخصوص مما يتلقاه من مشاكل تصادفه ، الناتجة عن التغيرات العارضة له ، حيث هذه الأخيرة تبعث عن القلق ، بذلك يستطيع التلميذ في هذا القسم أم ينمي قدراته العقلية ، والنفسية . قد لا يمكن للمدرسة أن

تحقق له ضمن البرنامج الدراسي ، وعموما نجد أن طبيعة الفرد، ذكاؤه ، استعداداه وحتى المستوى الثقافي يظهر من خلال مختلف الأنشطة يساهم في تنمية القيم الأساسية للتلميذ في القسم النهائي كاحترام والتعاون و النمو العقلي عموما.

## الفصل الثالث

1. تعريف قصور الانتباه وفرط الحركة أو اضطراب نقص الانتباه مع فرط الحركة
2. تصنيف اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط
3. الأنواع الفرعية لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه
4. الأعراض
5. الأسباب
6. الأمراض المترابطة مع اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة
7. كيفية تشخيص اضطراب نقص الانتباه و فرط الحركة .



## تمهيد:

ان مرض نقص الانتباه وفرط الحركة مرض يعاني منه الكثير من الأطفال سواء المتدرسون منهم او غير المتدرسين مما يسبب لهم الكثير من المشاكل الصحية والنفسية فيكون له تأثير على مسارهم الدراسي مما يستدعي ذلك التكفل التام بهؤلاء المرضى واعطائهم الطرق اللازمة لمعالجته شيئاً فشيئاً وذلك عن طريق تطبيق البرنامج الرياضي التدريبي خلال مستواهم الدراسي.

### تعريف قصور الانتباه وفرط الحركة أو اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط :

هي حالة نفسية تبدأ منذ مرحلة الطفولة عند الإنسان ، و هي تسبب نموذج من التصرفات غير قادر على إتباع الأوامر أو على السيطرة على تصرفاته أو أنه يجد صعوبة بالغة الطفل في الانتباه للقوانين وبذلك هو في حالة إلهاء دائم بالأشياء الصغيرة. المصابون بهذه الحالة يواجهون صعوبة في الاندماج في صفوف المدارس والتعلم من مدرسيهم، ولا يتقيدون بقوانين الفصل، مما يؤدي إلى تدهور الأداء المدرسي لدى هؤلاء الأطفال بسبب عدم قدرتهم على التركيز وليس لأنهم غير أذكياء، لذلك يعتقد أغلبية الناس أنهم مشاغبون بطبيعتهم. هذه الحالة تعتبر أكثر الحالات النفسية شيوعاً في العالم - إذ يبلغ عدد المصابين بقصور الانتباه وفرط الحركة حوالي 5% من مجموع شعوب العالم - والنسبة تزيد عن ذلك في الدول المتطورة (دول العالم الأول). هذه الإحصائيات جعلت بعض الباحثين يعتقدون أن تركيبة الدول المتطورة وأجوائها قد تكون سبب لحالة قصور الانتباه وفرط الحركة عند شعوبها. بذلك، تفاعل الناس في حضارتهم قد يكون مسبب لقصور الانتباه وفرط الحركة، اعتماداً على نوع الحضارة وردة فعل المرء أو المرأة لها .

يشكل التعامل مع الأطفال المصابين بكثرة الحركة ونقص الانتباه تحدياً كبيراً لأهاليهم وللمدرسيهم في المدرسة وحتى لطبيب الأطفال وللطفل نفسه أحياناً.

هذه الحالة لا تعتبر من صعوبات التعلم ولكنها مشكلة سلوكية عند الطفل ويكون هؤلاء الأطفال عادة مفرطي النشاط واندفاعيين ولا يستطيعون التركيز على أمر ما لأكثر من دقائق فقط، يصاب من ثلاثة إلى خمسة بالمئة من طلاب المدارس بهذه الحالة والذكور أكثر إصابة من الإناث ويشكل وجود طفل مصاب بهذه الحالة مشكلة حقيقية أحياناً للأهل وحتى الطفل المصاب يدرك أحياناً مشكلته ولكنه لا يستطيع السيطرة على تصرفاته ويجب على الوالدين معرفة ذلك ومنح الطفل المزيد من الحب والحنان والدعم وعلى الأهل كذلك التعاون مع طبيب الأطفال والمدرسين من أجل كيفية التعامل مع الطفل .

#### تصنيفاته :

قد تندرج أعراض متلازمة اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه تحت أحد الملامح السائدة يعد فرط الحركة ونقص الانتباه من ضمن اضطرابات النمو . بشكل طبيعي في عموم البشر التي يتأخر فيها نمو بعض سمات الشخصية مثل التحكم في الدوافع. ويتراوح هذا التأخر في اللقشرة الأمامية التصوير بالرنين المغناطيسي النمو بين 3 و5 سنوات، حسب نتائج ويعتقد أن حالات التباطؤ هذه قد تؤدي إلى إعاقة النمو. وعلى الرغم من ذلك، فإن الجبهية تشخيص اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لا ينطوي على الإصابة بمرض عصبي .

يصنف اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه بأنه اضطراب سلوكي فوضوي يصاحبه اضطراب المعارضة والعصيان واضطراب السلوك، إلى جانب اضطراب الشخصية المعادية للمجتمع.

#### الأنواع الفرعية لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه :

لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه ثلاثة أنواع فرعية :

\* النوع الذي يغلب عليه النشاط الحركي الزائد والاندفاع.

-تشير معظم الأعراض (سنة أعراض أو أكثر) إلى النشاط الحركي الزائد والاندفاع.

-على الرغم من أن أقل من ستة أعراض تشير إلى وجود نقص انتباه، فإن هذا لم يمنع من وجوده إلى حد ما.

\* النوع الذي يغلب عليه نقص الانتباه

- تشير غالبية الأعراض (سنة أعراض أو أكثر) إلى وجود نقص انتباه، بينما تشير الأعراض الأخرى (وهي أقل من ستة أعراض) إلى زيادة النشاط الحركي والاندفاع. وبالطبع، هذا لا ينفي وجود زيادة في النشاط الحركي والاندفاع إلى حد ما .

- من المرجح ألا يعاني الأطفال المصابون بهذا النوع من الاضطراب من عدم القدرة على أداء الأعمال الموكلة إليهم أو وجود صعوبة في مجاراة أقرانهم. فربما يجلسون في هدوء،

ولكن دون أن يكونوا منتبهين لما يفعلون. ولذلك، قد يهمل هذا الطفل، وقد لا يلاحظ أولياء الأمور والمدرسون أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه عليه.

\* النوع الذي يجتمع فيه النشاط الحركي الزائد والاندفاع مع نقص الانتباه في آن واحد

- تظهر ستة أعراض أو أكثر من نقص الانتباه وستة أعراض أو أكثر من النشاط الحركي الزائد والاندفاع.

- يعاني معظم الأطفال المصابون باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه من النوع الثالث.

اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه في مرحلة الطفولة :

يعد اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه من الحالات الشائعة في مرحلة الطفولة والتي يمكن علاجها. قد يؤثر هذا الاضطراب في مناطق معينة من المخ والتي تختص بحل المشكلات، والتخطيط للمستقبل، وفهم تصرفات الآخرين، والتحكم في الدوافع.

إلى ضرورة الالتزام (AACAP) تشير الأكاديمية الأمريكية لطب نفس الأطفال والمراهقين بالمعايير التالية قبل تشخيص حالة الطفل على أنها اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه :

\* يجب أن تظهر السلوكيات الدالة على هذا الاضطراب قبل سن السابعة.

\* يجب أن تستمر هذه السلوكيات لمدة ستة أشهر على الأقل.

\* يجب أن تعوق الأعراض أيضا الطفل إعاقة حقيقية عن مواصلة حياته بصورة طبيعية في مجالين على الأقل من المجالات التالية من حياته :

- في الفصل

- في فناء اللعب

- في المنزل

- في المجتمع

- في البيئات الاجتماعية

وإذا بدت على الطفل سمات نشاط زائد في فناء اللعب دون أية أماكن أخرى، فقد لا يكون مصابا باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. وإذا ظهرت الأعراض نفسها في الفصل دون أي مكان آخر، فقد يعزى السبب إلى إصابته بأي اضطراب آخر غير اضطراب فرط

الحركة ونقص الانتباه. فالطفل الذي تظهر عليه بعض الأعراض لا تشخص حالته على أنه مصاب بالمرض إذا لم يتأثر أداؤه الدراسي أو صداقاته بهذه السلوكيات .

حتى إذا بدا أن سلوك الطفل يتطابق مع أعراض الإصابة باضطراب فرط الحركة ونقص اهتماما التشخيص التفريقي الانتباه، فقد لا يكون مصابا به بالفعل؛ ويجب أن تولى عملية سلوك مشابه للسلوك شديدا. يمكن أن تؤدي ظروف ومواقف أخرى كثيرة إلى استثارة المصاحب لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. على سبيل المثال، قد تظهر أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه في المواقف التالية:

\* حدوث حالة وفاة أو طلاق في العائلة، أو فقدان أحد الوالدين لوظيفته، أو أي تغير مفاجئ .

\* الإصابة بنوبات مرضية غير متوقعة .

\* إصابة الأذن بعدوى والتي يمكن أن تؤدي إلى مشكلات مؤقتة في السمع .

\* مشاكل في أداء الواجب المدرسي نتيجة مواجهة إحدى صعوبات التعلم .

\* القلق أو الاكتئاب

\* عدم كفاية النوم أو النوم بأسلوب غير مريح

\* إساءة معاملة الأطفال

**الأرق المرتبط باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لدى الأطفال :**

يمكن أن يعاني الأطفال والمراهقون المصابون باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه من صعوبات في النوم بمستويات مختلفة، والتي يمكن أن تتراوح بين الشعور بالنعاس أو الاستغراق في النوم لوقت طويل أو النوم نوما عميقا وفي سكون تام دون تقلب (يصنف هذا أيضا كنوع من الأرق المرتبط باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه). فالطفل الذي لم ينل قسطا وافرا من النوم قد يبدأ في المعاناة من مشكلات سلوكية مثل فرط النشاط والعدوانية وقصر فترة الانتباه. ويمكن أيضا أن تكون التقلبات المزاجية مرتبطة بقلة النوم حيث يتسم الأطفال المرهقون بسرعة الانفعال، أو قد يعانون من القلق أو التوتر. بمرور الوقت، قد تسوء الحالة الصحية للطفل/المراهق لأن النوم المتقلب يمكن أن يحد من قدرة الجسم على مقاومة نزلات البرد والأنفلونزا والأمراض المعدية الأخرى. قد يبدأ الأطفال الدخول في صراع حل المشكلات ويمكن أن تتأثر ذاكرتهم كذلك. (مشيرة عبد الحميد أحمد اليوسفي، 2005، ص 17)

**اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه في مرحلة البلوغ :**

اكتشف الباحثون أن أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه تستمر مع 60% من وعلى الرغم من ذلك، يمارس العديد من البالغين. الأطفال المصابين به حتى مرحلة البلوغ وغالبا ما يعيش البالغون المصابون بهذا الاضطراب. حياتهم دون علاج هذا الاضطراب دون علاج حياة فوضوية، وقد يظهروا بصورة غير منظمة، وقد يلجؤون للاعتماد على وكثيرا ما يعاني. الكحول وتناول عقاقير دون استشارة طبيب لممارسة حياتهم اليومية المصابون بهذا الاضطراب من أمراض متزامنة نفسية مصاحبة له مثل الاكتئاب أو صعوبات أو تعاطي المواد المخدرة أو اضطراب المزاج ثنائي القطب اضطراب القلق أو وقد يؤدي تشخيص حالة البالغين بهذا الاضطراب إلى تمكينهم من تحليل سلوكياتهم. التعلم بصورة أدق إلى جانب زيادة وعي المصابين به بطبيعة مرضهم والبحث عن وسائل العلاج هناك اختلاف بين وجهات نظر المناسبة باستخدام آليات الدفاع وأساليب العلاج المختلفة بعض الخبراء حول. ما إذا كان اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه يستمر إلى مرحلة البلوغ من عدمه. عقب الإقرار بوجود هذا الاضطراب بين البالغين في عام 1978، أصبح لا يعامل في الوقت الراهن كاضطراب منفصل عن اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه عند الأطفال. ومن العقبات التي تواجه الأطباء عند تقييم حالة البالغين المحتمل إصابتهم باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه هي معايير التشخيص غير المناسبة، والتغيرات المرتبطة بالسن، والأمراض المصاحبة له، وإمكانية اختفاء الأعراض وعدم ظهورها إما لارتفاع مستوى ذكاء المصاب به أو لعوامل أخرى قد تحدث في مواقف مختلفة.

#### الأعراض :

نقص الانتباه والنشاط المفرط والاندفاعية هي السمات الرئيسية لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. هذا ويصعب تحديد أعراض هذا الاضطراب بصفة خاصة نظرا لصعوبة تحديد خط فاصل بين المستويات العادية لنقص الانتباه والنشاط المفرط والاندفاعية لتحديد ما إذا كان الشخص مصابا باضطراب. والمستويات الأخرى التي تتطلب تدخلا طبيا فرط الحركة ونقص الانتباه من عدمه، يجب أن يلاحظ استمرار الأعراض عنده لمدة ستة أشهر أو أكثر في بيئتين مختلفتين، ويجب أن تفوق هذه الأعراض مثيلتها في الأطفال الآخرين في المرحلة العمرية نفسها.

بتقسيم أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لدى الأطفال إلى فئات، ينبثق ثلاثة أنواع فرعية منه ألا وهي النوع الذي يغلب عليه نقص الانتباه والنوع الذي يغلب عليه النشاط الحركي الزائد والاندفاع والنوع المركب الذي يجتمع فيه نقص الانتباه والنشاط الحركي الزائد والاندفاع معا في آن واحد.

قد يتضمن النوع الذي يغلب عليه نقص الانتباه الأعراض التالية :

- \* تشتت الذهن بسهولة وعدم الانتباه للتفاصيل والنسيان والانتقال الدائم من نشاط إلى آخر
- \* صعوبة التركيز في أمر واحد
- \* الشعور بالملل من أداء نشاط واحد بعد بضع دقائق فقط، ما لم يكن هذا النشاط ممتعا
- \* صعوبة تركيز الانتباه على تنظيم واستكمال عمل ما أو تعلم شيء جديد
- \* صعوبة إتمام الواجبات المدرسية أو أدائها، وفقدان الأغراض في كثير من الأحيان (مثل الأقلام الرصاص واللعب والواجبات المدرسية) اللازمة لإنجاز المهام أو الأنشطة
- \* ظهور المريض كأنه لا يصغي عند التحدث إليه.
- \* الاستغراق في أحلام اليقظة والارتباك بسهولة والتحرك ببطء.
- \* صعوبة معالجة المعلومات بسرعة وبدقة كالآخرين.
- \* صعوبة اتباع التعليمات.
- يتضمن النوع الذي يغلب عليه النشاط الحركي الزائد والاندفاع الأعراض التالية :
- \* القلق والتلملل في المقاعد.
- \* التحدث بصورة مستمرة.
- \* التحرك المستمر في كل مكان، وملامسة أي شيء أو اللعب بكل شيء تقع عليه أيدي المريض.
- \* صعوبة الجلوس في سكون أثناء تناول الطعام وفي المدرسة ووقت الاستعداد للنوم.
- \* الحركة الدائمة.
- \* صعوبة أداء المهام أو الأنشطة بهدوء.
- وتشير الأعراض التالية أيضا إلى الاندفاع بصفة أساسية :
- \* عدم القدرة على الصبر.
- \* الإدلاء بتعليقات غير ملائمة وإبداء المشاعر دون ضبط النفس والتصرف دون اعتبار للعواقب.
- \* صعوبة انتظار حصولهم على الأشياء التي يريدونها أو انتظار دورهم في اللعب.

من المحتمل أن يسلك معظم الأشخاص بعضاً من هذه السلوكيات، ولكن ليس إلى الدرجة التي تعوقهم بصورة واضحة عن عملهم أو علاقاتهم أو دراساتهم. كما يستمر ظهور المشكلات الأساسية حتى وإن كان ذلك داخل السياقات الثقافية المختلفة.

قد تستمر أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه إلى سن البلوغ فيما يزيد عن نصف الأطفال المصابين بهذا الاضطراب. ويصعب تقدير هذه النسبة حيث لا توجد معايير رسمية لتشخيص اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لدى البالغين يظل اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه عند البالغين مقصوراً على التشخيص الإكلينيكي. قد تختلف العلامات والأعراض الخاصة بمرحلة الطفولة عن مثيلاتها في مرحلة المراهقة نتيجة لعمليات التكيف وآليات التجنب المكتسبة في أثناء عملية التنشئة الاجتماعية.

أثبتت إحدى الدراسات التي أجريت في عام 2009 أن الأطفال الذين يعانون من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه يتحركون بصورة زائدة عن الحد لأن ذلك يساعدهم على زيادة فترة التركيز لإنجاز المهمات الموكلة إليهم. (خولة أحمد يحيى ، 2003 ، ص 18 )

#### الأمراض المترامنة مع اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه :

قد يتزامن مع اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه اضطرابات أخرى مثل القلق والاكتئاب. قد يؤدي اجتماع هذه الاضطرابات معاً إلى تعقيد عمليتي التشخيص والعلاج بشكل كبير. هذا وتشير دراسات أكاديمية وأبحاث أجريت في جهات خاصة إلى أن الاكتئاب المقترن باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه يبدو أكثر انتشاراً بين الأطفال كلما تقدموا في السن، مع العلم بأن معدل انتشاره أعلى بين الإناث عن الذكور. كذلك يختلف من حيث مستوى انتشاره في الأنواع الفرعية من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. من ناحية أخرى، عندما تؤدي حالة اضطراب مزاجي إلى تعقيد حالة اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، تقتضي الحكمة حينئذ أن يعالج الاضطراب المزاجي أولاً، ولكن الآباء الذين يعاني أطفالهم من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه يرغبون غالباً في علاجه أولاً لأن الاستجابة للعلاج في هذه الحالة ستكون أسرع.

لا تقتصر المشكلات السلوكية التي تطرأ على الأطفال الذين يعانون من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه على نقص الانتباه و"فرط النشاط الحركي" فقط. فأعراض هذا الاضطراب لا تظهر وحدها إلا لدى الثلث فقط من الأطفال الذين تم تشخيص حالاتهم المرضية على أنهم مصابون به. تتطلب الكثير من الأمراض التي تتزامن مع اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه برامج علاجية أخرى، بالإضافة إلى أنه يجب تشخيصها بصورة منفصلة عن اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه بدلاً من أن تدخل كلها تحت التشخيص بهذا الاضطراب. ومن أمثلة الحالات المرتبطة باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه:

- \* اضطراب المعارضة والعصيان (35%) واضطراب السلوك (26%) واللذان يتميزان كلاهما بصدور سلوكيات مرفوضة من جانب المجتمع مثل العناد أو العنف أو نوبات وبطبيعة الحال، يرتبط هذان. الغضب المتكررة أو الخداع أو الكذب أو السرقة<sup>[18]</sup>
- الاضطرابات باضطراب آخر وهو اضطراب الشخصية المعادية للمجتمع؛ حيث يصاب ما يقرب من نصف المصابين باضطراب فرط الحركة واضطراب المعارضة والعصيان أو اضطراب السلوك باضطراب الشخصية المعادية للمجتمع عندما يصلون إلى سن البلوغ.
- \* اضطراب الشخصية الحدية؛ حيث أفادت دراسة أجريت على 120 امرأة مريضة نفسياً أن المزامن لاضطراب فرط اضطراب الشخصية الحدية 70% منهن شخصت حالتهم على أنها الحركة ونقص الانتباه وعولجن منه.
- \* اضطراب اليقظة الأولي والذي يتسم بنقص الانتباه وضعف التركيز، فضلاً عن صعوبة البقاء مستيقظاً. يميل الأطفال المصابين بهذا الاضطراب إلى التملل والنتأوب والتمدد والتظاهر بالنشاط المفرط من أجل البقاء في حالة انتباه ويقظة.
- \* الاضطرابات المزاجية. فمن المرجح أن يعاني الأطفال المصابون بالنوع الثالث من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه من اضطرابات مزاجية.
- يعاني ما يقرب من 25% من الأطفال المصابين باضطراب. اضطراب المزاج ثنائي القطب فرط الحركة ونقص الانتباه من اضطراب المزاج ثنائي القطب. جدير بالذكر أن الأطفال الذين تتزامن عندهم الإصابة باضطراب المزاج ثنائي القطب مع اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه يكونون أكثر عدوانية وأكثر عرضة للمشكلات السلوكية عن نظرائهم ممن يعانون من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه فقط.
- \* اضطراب القلق، والذي اكتشف انتشاره بين الفتيات اللاتي تعانين من النوع الثاني من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه والذي يغلب عليه نقص الانتباه.
- \* الوسواس القهري. يعتقد أن الوسواس القهري يشترك مع اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه في العناصر الوراثية والكثير من الخصائص. (علاء عبد الباقي ابراهيم، 1999، ص 31)
- الأسباب :
- لا يوجد سبب بعينه يمكن أن تعزى إليه الإصابة باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه ، ولكن، هناك عدد من العوامل التي قد تسهم في حدوثه أو تفاقمه، وهي تشمل العوامل ..الوراثية والنظام الغذائي والمحيطين المادي والاجتماعي .
- \*العوامل الوراثية:



تشير دراسات التوائم إلى أن فرط الحركة ونقص الانتباه يعد من بين الاضطرابات الوراثية إلى حد كبير وأن العوامل الوراثية هي سبب الإصابة بهذا الاضطراب في حوالي 75% من ويبدو كذلك أن اضطراب فرط الحركة مرض وراثي في المقام الأول، ولكن هناك الحالات أسباب أخرى مؤثرة كذلك .

ويعتقد الباحثون أن الغالبية العظمى من الحالات التي تعاني من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه تنشأ عن وجود مجموعة من الجينات المختلفة، والتي يؤثر عدد غير قليل منها ومن أمثلة الجينات المسؤولة عن الإصابة بهذا الاضطراب مستقبلات الدوبامين في ناقلات وإنزيم الدوبامين بيتا  $D_2/D_3$  ، وناقلات الدوبامين، ومستقبلات الدوبامين  $\alpha_2A$  الأدرينالين وإنزيم الكاتيكولامين ميثيل ترانسفيراز AA هيدروكسيلاز وإنزيم المونوأمين أوكسيديز والمستقبل  $HT_{2A}$  والمستقبل 5 (SLC6A4) ومادة السيروتونين الناقل المعززة والأليل المكرر السابع للجين DAT1 والأليل المكرر العاشر للجين  $5HT_{1B}$  (DBH TaqI) إضافة إلى جين دوبامين بيتا هيدروكسيلاز DRD4.

يشير الانتقاء الموسع للعينات أن اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لا يتطابق مع النموذج التقليدي "للمرض الوراثي" ومن ثم يجب أن ينظر إليه كتفاعل معقد بين عدد من العوامل الجينية والبيئية. فعلى الرغم من أن جميع هذه الجينات قد تلعب دوراً، فإنه لم يتم إلى الآن إثبات أي دور رئيسي لها في حدوث اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه.

#### \* العوامل البيئية :

أشارت دراسات التوائم حتى الوقت الراهن إلى أن ما يتراوح بين 9% و20% من التباين في السلوك الذي يتميز بفرط النشاط والاندفاع ونقص الانتباه أو ما يعرف بأعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، يمكن إرجاعه لعوامل بيئية (غير وراثية) غير تتضمن العوامل البيئية المشار إليها تعاطي الكحول والتعرض لدخان التبغ في أثناء. مشتركة يمكن أن نعزو العلاقة من البيئة في المراحل المبكرة من العمر الرصاص الحمل واستنشاق بين التدخين واضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه إلى النيكوتين الذي يؤدي إلى نقص ومن المرجح أيضاً أن تقبل السيدات اللاتي تعانين في الرحم الجنين الأوكسجين الواصل إلى من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه على التدخين، مما يعزز من احتمالية إصابة أطفالهن بالاضطراب نفسه نظراً للعوامل الوراثية القوية المرتبطة باضطراب فرط الحركة وقد تلعب المضاعفات التي تحدث في أثناء الحمل والولادة، بما في ذلك. ونقص الانتباه كما لوحظ أيضاً ارتفاع معدل الولادة المبكرة، دوراً أيضاً في الإصابة بهذا الاضطراب إلا أن إصابات الرأس عن المتوسط بين المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، الأدلة المتوافرة حالياً لا تشير إلى أن إصابات الرأس هي السبب في حدوث اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه في الحالات موضع الملاحظة. علاوة على ذلك، تقترن الإصابة

بأمراض معدية في أثناء الحمل، وعند الولادة وفي مرحلة الطفولة المبكرة، بارتفاع معدلات خطورة التعرض لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. تشمل هذه الأمراض العديد من الفيروسات مثل (الحصبة والكوليرا والحصبة الألمانية والفيروس المعوي 71)، بالإضافة إلى العدوى ببكتيريا المكورات العنقودية.

ربطت إحدى الدراسات التي أجريت في عام 2007 بين المبيد الحشري كلوربيريفوس المكون من الفوسفات العضوي، والذي يستخدم في رش بعض الفواكه والخضروات، وبين تأخر معدلات التعلم، وتراجع التناسق البدني، والمشكلات السلوكية لدى الأطفال، وخاصة اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه.

كذلك، أشارت دراسة أخرى أجريت في عام 2010 إلى وجود علاقة قوية بين التعرض للمبيدات زيادة احتمال تعرض الأطفال لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. فقد قام باحثون بتحليل مستويات مخلفات الفوسفات العضوي في البول لأكثر من 1100 طفل تتراوح أعمارهم بين 8 و15 سنة، ووجدوا أن الأطفال الذين سجلوا أعلى مستويات للفوسفات ثنائي الألكايل، وهو عبارة عن نواتج تحلل مبيدات الفوسفات العضوية، هم الأكثر تعرضاً للإصابة باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. عموماً، اكتشف هؤلاء الباحثون زيادة بنسبة 35% في احتمالية الإصابة باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه مع كل زيادة تبلغ عشرة أضعاف في تركيز بقايا مبيدات الفوسفات العضوية في البول. كما لوحظ أيضاً وجود تأثير لهذه المبيدات حتى إذا كان مستوى التعرض لها منخفضاً للغاية: فالأطفال الذين يظهر لديهم مستوى فوق المتوسط قابل للكشف من مستقبل المبيد الحشري في البول، يكون احتمال ظهور أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه ضعف ما هو عليه عند الأطفال الذين لديهم مستويات غير قابلة للكشف من المستقبل نفسه.

#### \* العوامل الاجتماعية:

أن الإصابة باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه يمكن أن منظمة الصحة العالمية تذكر ينجم عن خلل وظيفي أسري أو أوجه قصور في النظام التعليمي وليس ناجماً عن أمراض الرعاية الصحية تؤثر بشدة في بينما يعتقد باحثون. آخرون أن العلاقات مع مقدمي نفسية قدرات الانتباه والقدرات الذاتية على تقييم الخيارات والأفعال. أثبتت دراسة حول الأطفال الذين تمت تربيتهم لدى أسر بديلة إصابة الكثيرين منهم بأعراض مشابهة لأعراض وقد اكتشف باحثون أن سلوك الأطفال الذين عانوا اضطرابات فرط الحركة ونقص الانتباه من العنف وسوء المعاملة العاطفية يشبه سلوك الأطفال المصابين باضطرابات فرط الحركة علاوة على ذلك، قد يترتب على معاناة المريض من اضطراب ضغط ما بعد .ونقص الانتباه الصدمة المركب حدوث مشكلات متعلقة بالانتباه والتي تبدو مثل أعراض اضطراب فرط

وهناك نوع من الارتباط بين اضطرابات فرط الحركة ونقص الانتباه الحركة ونقص الانتباه وبين اختلال التكامل الحسي.

في إحدى الفقرات التي أذاعتها في عام 2010 إلى تزايد احتمال إصابة CNN أشارت شبكة الأطفال الذين يتم تبنيهم على مستوى العالم باضطرابات الصحة النفسية، مثل اضطراب قد ترتبط تلك الخطورة بطول فرط الحركة ونقص الانتباه واضطراب المعارضة والعصيان الفترة الزمنية التي قضاها الأطفال في دور الأيتام، وخاصة إذا كانوا ضحية للإهمال أو سوء المعاملة. تغمر الكثير من هذه العائلات التي تبنت هؤلاء الأطفال المتضررين مشاعر لأنهم يكتشفون لاحقاً أن تربية هؤلاء الأطفال قد يترتب عليها الارتباك والإحباط، مسؤوليات تفوق ما كان متوقفاً بالفعل. قد تكون مؤسسات التبني على بينة من التاريخ السلوكي للطفل، ولكنها تقرر حجب هذه المعلومات قبل التبني. وقد أدى هذا بدوره إلى رفع بعض الآباء دعاوى قضائية ضد مؤسسات التبني، وأدى في أحيان أخرى إلى إساءة معاملة الأطفال، وقد وصل الأمر بالبعض إلى التخلي تماماً عن الطفل. (فوقية حسن رضوان ، 2003 ، ص181)

#### كيفية تشخيص الاضطراب :

يتم تشخيص اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه عن طريق إجراء تقييم نفسي؛ ومن أجل استبعاد الأسباب المحتملة الأخرى أو أي أمراض أخرى متزامنة معه، قد يتم إجراء فحص بدني وتصوير بالأشعة واختبارات معملية.

في أمريكا الشمالية، تعد معايير الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية غالباً هي أساس التشخيص، في حين أن الدول الأوروبية عادة ما تستخدم الإصدار العاشر من التصنيف الدولي للأمراض. تزيد احتمالية تشخيص اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه في حالة استخدام معايير الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية بمقدار أربعة أضعاف مقارنة بالوضع إذا استخدم الإصدار العاشر من التصنيف الدولي عوامل أخرى تؤثر في التشخيص في أثناء الممارسة الطبية هذا، وقد اكتشفت للأمراض غير العوامل الواردة في الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية أو في الإصدار العاشر من التصنيف الدولي للأمراض. فهناك عوامل يرجح أن يكون لها دور في هذا الصدد مثل المحيط الاجتماعي والمدرسي للطفل وكذلك الضغوط المتعلقة بالدراسة في المراحل التعليمية المختلفة.

يتعرض أي شخص للكثير من أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه من وقت لآخر، ولكن في حالة المصابين بالاضطراب فعلياً، يزيد معدل تكرار هذه الأعراض كثيراً وبدرجة تؤثر بالسلب في حياة المرضى بصورة هائلة. يجب أن يحدث هذا التأثير السلبي في

أكثر من محيط في حياة المريض لكي يصنف على أنه حالة من اضطراب فرط الحركة وبالنسبة للعديد من الاضطرابات النفسية والطبية الأخرى، يجرى التشخيص. ونقص الانتباه مؤهلين في المجال بناء على مجموعة محددة من المعايير. الرسمي من قبل متخصصين تحدد هذه المعايير في الولايات المتحدة من قبل الجمعية الأمريكية للطب النفسي في الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية. واستنادا إلى معايير الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية، تصنف أنماط اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه كالآتي :

1- اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه من النوع المركب: تشخص حالة المريض على أنها اضطراب من هذا النوع إذا تحقق بها المعياران لمدة ستة أشهر سابقة .

2- اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه من النوع الذي يغلب عليه نقص الانتباه: تشخص حالة المريض على أنها اضطراب من هذا النوع إذا تحقق بها المعيار و لم يتحقق المعيار لمدة ستة أشهر سابقة .

3- اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه من النوع الذي يغلب عليه اضطراب فرط الحركة والاندفاع: تشخص حالة المريض على أنها اضطراب من هذا النوع إذا تحقق بها المعيار ولم يتحقق المعيار لمدة ستة أشهر سابقة .

مع صدور أحدث نسخة من الدليل *اضطراب نقص الانتباه* تم إلغاء استخدام مصطلح التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية. وبالتالي، فإن المصطلح الشائع حاليا هو بذاتها والذي يمكن أن اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه كأحد الاضطرابات المستقلة يظهر بشكل مستقل في صورة اضطراب أولي يسفر عن فرط النشاط الحركي/الاندفاع (اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه من النوع الذي يغلب عليه فرط النشاط الحركي والاندفاع) أو نقص الانتباه (اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه من النوع الذي يغلب عليه نقص الانتباه) أو كلاهما معا (اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه من النوع المركب). (نايف عبد الزارع ، 2007 ، ص 52 )

معايير الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية :

أ. وجود ستة أعراض أو أكثر من أعراض نقص الانتباه التالية لمدة ستة أشهر على الأقل وبدرجة تؤثر على مستوى النمو بصورة سلبية وغير مناسبة :

\* نقص الانتباه:

- في كثير من الأحيان لا ينتبه المريض تماما للتفاصيل أو يرتكب أخطاء تبدو ناجمة عن عدم الانتباه واليقظة عند أدائه الواجبات المدرسية أو في العمل أو غير ذلك من أنشطة.
- غالبا لا يتمكن من التركيز باستمرار في المهام الموكلة إليه أو في أنشطة اللعب كثير من الأحيان لا يبدو منصتا عند التحدث إليه مباشرة.
- كثيرا ما لا يتبع التعليمات ويتعذر عليه إنهاء الواجبات المدرسية أو الأعمال المنزلية الروتينية، أو المهام في محيط العمل (ليس بسبب سلوك معارض أو عدم فهم التعليمات).
- غالبا ما يشكل تنظيم الأنشطة صعوبة بالنسبة له.
- يتجنب في كثير من الأحيان أداء المهام التي تتطلب الكثير من الجهد الذهني لفترة طويلة من الوقت (مثل الواجبات المدرسية أو الأعمال المنزلية).
- وغالبا ما يضيع الأشياء الضرورية لممارسة المهام والأنشطة (مثل اللعب أو الواجبات المدرسية أو الأقلام الرصاص أو الكتب أو الأدوات).
- يتشتت ذهنه غالبا بسهولة.
- كثير النسيان في أثناء ممارسة الأنشطة اليومية.
- ب. وجود ستة أعراض أو أكثر من الأعراض التالية للنشاط المفرط والاندفاع لمدة ستة أشهر على الأقل وبدرجة تؤثر على مستوى النمو بصورة سلبية وغير مناسبة :
- \* فرط الحركة :
- يكون المريض كثير التملل، فإما يقوم بتحريك يديه أو قدميه أو يتحرك في مقعده.
- غالبا ما ينهض من مقعده رغم عدم الحاجة لذلك.
- كثيرا ما يقوم بالركض أو التسلق في المكان والزمان غير المناسبين (قد يشعر المراهقون أو البالغون بحالة شديدة من عدم الاستقرار).
- غالبا ما يصعب عليه اللعب أو الاستمتاع بالأنشطة الترفيهية في هدوء.
- يتميز بالحركة الدائبة والنشاط في كثير من الأحيان، وكأنه آله يحركها موتور.
- كثيرا ما يتحدث بشكل زائد عن الحد.
- \*الاندفاع:

غالبا ما يسارع بالإجابات قبل الانتهاء طرح من الأسئلة:

- لديه صعوبة في الانتظار حتى يأتي دوره في كثير من الأحيان.
- كثيرا ما يقاطع الآخرين أو يتطفل عليهم (على سبيل المثال: المقاطعة في أثناء الحديث

أو اللعب).

- وجود أعراض فرط الحركة والاندفاع أو نقص الانتباه قبل سن 7 سنوات
  - وجود ضعف أو تأخر لدى المريض بسبب هذه الأعراض في مكانين أو أكثر (مثل المدرسة/العمل والمنزل).
  - يجب أن يكون هناك دليل واضح على تأثر أداء المريض بشكل كبير في المحيط الاجتماعي أو المدرسي أو في العمل.
  - أو أي الفصام ألا تحدث هذه الأعراض في أثناء الإصابة باضطراب النمو العام أو اضطرابات نفسية أخرى. ولا يوجد أي اضطراب آخر (مثل اضطراب المزاج أو اضطراب القلق أو اضطراب تعدد الشخصية الفصامي أو اضطراب الشخصية). (نايف عبد الزارع ، 2007 ، ص 66 )
- الخلاصة:

مرض نقص الانتباه وفرط الحركة عند الأطفال له تأثير كبير على حياتهم الدراسية لذلك يجب اتخاذ جميع الإجراءات الممكنة للحد من تفاقم ظاهرة المرض وأعراضه المختلفة.

تمهيد :

إن مرض نقص الانتباه وفرط الحركة مرض يصيب مختلف الأفراد وخاصة فئة الأطفال فان هذه الفئة تعاني من هذا الاضطراب التي يحدث لها في سن مبكرة في مرحلة الطفولة

وفي بعض الأحيان تستمر حتى سن الرشد مما ينتج عن هذا المرض أعراض ونتائج سلبية قد تعرقل بعض المتطلبات الحياتية في جانب الفرد خاصة من الناحية النفسية والعلمية والاجتماعية ومن بين أعراض نقص الانتباه وفرط الحركة التي تظهر عند الأطفال نجد عدم التركيز والحركات الزائدة عند الطفل إضافة إلى المستوى العلمي عند الطفل يكون منخفض وهذا سببه اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة هذا ما جعل لنا نقوم بتطبيق برنامج النشاط الرياضي المكيف الذي يتلاءم مع أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة لمساعدتهم على تحسين المستوى التعليمي عندهم..

## 2-1 الدراسة الاستطلاعية :

تمثلت الدراسة الاستطلاعية في الذهاب غالى مدارس التي يقطنها التلاميذ ومنها مدرسة الإخوة مداح ببلدية مزهران حيث وجدنا أن هناك 15 تلميذ من 5 تلاميذ بالمدرسة الابتدائية يعانون من اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة بعد استشارة المدير والمعلم فوجدنا أيضا هذه العينة تعاني من أعراض مرضية تدل على وجود اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة وهذا ما جعل لنا كمختصين في تخصص النشاط البدني الرياضي المكيف باقتراح برنامج بدني رياضي مكيف يعمل على تعديل سلوكيات هذه الأعراض ويتمثل البرنامج في تطبيق مهارات رياضية تلائم أطفال نقص الانتباه وفرط الحركة داخل الملعب.

## 3-1 متغيرات الدراسة:

هي مجموعة من العوامل التي تتفاعل بينها نوعا من العلاقات التي يريد الباحث التحقق منها وبالتحديد والإثبات ومنها متغيرات بحقنا كما يلي :

## 4-1 المتغير المستقل:

النشاط البدني الرياضي المكيف

## 5-1 المتغير التابع:

التحصيل الدراسي.

## 6-1 أدوات الدراسة:

تم استخدام أداتين في هذه الدراسة :

مقياس النشاط الزائد وفرط الحركة.

برنامج النشاط البدني الرياضي المكيف.

مقياس اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة يوضح لنا أن النتائج الدراسية لدى عينة من التلاميذ الذين يعانون من اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة منخفضة قبل تطبيق البرنامج النشاط البدني الرياضي المكيف.

#### 7-1 مجتمع الدراسة:

المجتمع اليد تمت عليه الدراسة هي فئة أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة.

#### 8-1 مجالات الدراسة:

المجال الزمني :

تم إجراء بحثنا هذا بشقيه النظري والتطبيقي في الفترة الممتدة من بين 02 ديسمبر إلى غاية 10 ماي 2017.

المجال المكاني :

المدرسة الابتدائية الإخوة مداح ببلدية مزهران العنوان حي التليغراف – مزهران – ولاية مستغانم.

#### 9-1 اختبار كورنرز الخاص بمقياس اضطراب الانتباه وفرط الحركة:

بطاقة المعلومات عن المريض:

الاسم واللقب : م.ش

العمر: 11 سنة

القسم: السنة الخامسة ابتدائي

النتائج الدراسية: منخفضة

#### 8-1 البرنامج المخصص لأطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة:

الحصة الأولى:



العينة من التلاميذ	مهارات رياضية الخاصة ببرنامج النشاط البدني الرياضي المكيف
العينة الأولى	مهارة التركيز أثناء تمرير الكرة
العينة الثانية	مهارة التوازن أثناء الجري بالكرة
العينة الثالثة	مهارة الانتباه أثناء تنطيط الكرة

#### الحصة الثانية:

العينة من التلاميذ	مهارات رياضية خاصة بالبرنامج
العينة الأولى	مهارة التوازن أثناء الجري بالكرة
العينة الثانية	مهارة الانتباه أثناء تمرير الكرة
العينة الثالثة	مهارة التركيز أثناء تنطيط الكرة

#### الحصة الثالثة :

العينة من التلاميذ	مهارات رياضية خاصة بالبرنامج
العينة الأولى	مهارة الانتباه أثناء تمرير الكرة
العينة الثانية	مهارة التركيز أثناء الجري بالكرة
العينة الثالثة	مهارة التوازن أثناء تنطيط الكرة

هذا البرنامج يقوم على تطوير القدرات العقلية والبدنية عند أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة من 06 إلى 11 سنة وتطبيقه يكون بتوزيعه على العينات الثلاثة واستبدال المهارات ما بين الفصول الدراسية.

نتائج التحصيل الدراسي عند أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة:

جدول الأول يبين لنا نتائج التحصيل الدراسي عند أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة التي كانت منخفضة قبل تطبيق البرنامج الرياضي المكيف:

العينة	نتائج الفصل الأول في شهر ديسمبر	العلامة على 10
الحالة 01	4.5	10

10	5	الحالة 02
10	6	الحالة 03
10	5.5	الحالة 04
10	7	الحالة 05
10	3.5	الحالة 06
10	4	الحالة 07
10	4	الحالة 08
10	5	الحالة 09
10	6	الحالة 10
10	5	الحالة 11
10	4.5	الحالة 12
10	3.5	الحالة 13
10	3	الحالة 14
10	5	الحالة 15
150	71.5	المجموع
10	4.7	المتوسط الحسابي للعلامة النهائية

#### عرض نتائج الفصل الأول:

إن نتائج التحصيل الدراسي قبل تطبيق البرنامج الرياضي المكيف منخفضة عند ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة.

الجدول الثاني يبين نتائج التحصيل الدراسي عند أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة بعد تطبيق البرنامج الرياضي المكيف:

العلامة على 10	نتائج الفصل الثاني في شهر مارس	العينة
10	6.5	الحالة 01
10	6	الحالة 02
10	7	الحالة 03
10	7.5	الحالة 04
10	7.5	الحالة 05
10	5.5	الحالة 06
10	6	الحالة 07
10	6	الحالة 08
10	7	الحالة 09
10	7.5	الحالة 10
10	6.5	الحالة 11
10	6.5	الحالة 12
10	5.5	الحالة 13
10	5	الحالة 14
10	6	الحالة 15
150	96	المجموع
10	6.4	المتوسط الحسابي للعلامة النهائية

#### عرض نتائج الفصل الثاني :

ان نتائج التحصيل الدراسي عند أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة مازالت منخفضة رغم إن النتائج الدراسية تحسنت نوعا ما.

الجدول الثالث يبين نتائج التحصيل الدراسي عند أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة:

العينة	نتائج الفصل الثالث في شهر ماي	العلامة على 10
الحالة 01	8.5	10
الحالة 02	7	10
الحالة 03	8	10
الحالة 04	8	10
الحالة 05	7	10
الحالة 06	8.5	10
الحالة 07	8.5	10
الحالة 08	6.5	10
الحالة 09	6.5	10
الحالة 10	8	10
الحالة 11	8.5	10
الحالة 12	8.5	10
الحالة 13	7.5	10
الحالة 14	8	10
الحالة 15	8.5	10
المجموع	117.5	150
المتوسط الحسابي للعلامة النهائية	7.83	10

عرض نتائج الفصل الثالث :

إن نتائج التحصيل الدراسي عند أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة خلال الفصل الثالث تحسنت نوعا مقارنة بالفصلين السابقين وهذا بفضل تطبيق البرنامج الرياضي البدني المكيف.

نتائج تطبيق اختبار - ت - للمقارنة بين نتائج التحصيل الدراسي بين الفصل الأول و الفصل الثالث  
spssحسب نظام : الجدول الاول:

الانحراف المعياري	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	
1.08342	15	4.7667	الاختبار القبلي
1.82086	15	7.5667	الاختبار البعدي

الجدول الثاني :

مستوى الدلالة الإحصائية	معامل الارتباط	عدد الأفراد	
0.665	-1.22	15	الاختبار القبلي- الاختبار البعدي

الجدول الثالث:

	الانحراف المعياري		المتوسط الحسابي		ت ستودنت	درجة الحرية	مستوى الدلالة الإحصائية
	منخفض	مرتفع					
الاختبار القبلي والبعدي	-3.59	-2.00435	-2.80	1.4367	-7.446	14	0.01

مناقشة وتحليل نتائج التحصيل الدراسي عند أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة:من خلال نتائج اختبار -ت- والتي توضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بحيث جاءت النتائج كالتالي:

-إن نتائج التحصيل الدراسي لدى أطفال نقص الانتباه وفرط الحركة خلال الفصل الأول منخفضة نوعا ما وهذا ما يدل على أن أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة يحتاجون إلى برنامج تطبيقي من أجل تحسين مستواهم الدراسي.

-هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج التحصيل الدراسي الأول والثالث أي بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي حيث وجدنا ان قيمة المتوسط الحسابي بين الفصل الأول والثالث مختلفة وقدرت قيمة ت- ستودنت ب7.548- عند درجة الحرية 14 ومستوى الدلالة الإحصائية 0.01 ولهذا يمكننا القول بان نتائج التحصيل الدراسي بين الفصلين مختلفة.

#### مناقشة وتحليل الفرضية العامة:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية حول نتائج التحصيل الدراسي عند أطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة بين الفصل الأول والثاني والثالث حيث نجد أن هناك زيادة في معدل النتائج الدراسية بالنسبة لهؤلاء الأطفال هذا ما يدل على أننا نحكم على النتائج الدراسية لدى الأطفال بأنها تحسنت نوعا ما وهذا كله بفضل برنامج النشاط البدني الرياضي المكيف الذي ساعد على تحسين النتائج الدراسية عند هؤلاء الأطفال.

#### الخاتمة

تهدف الدراسة إلى البحث ومعالجة موضوع المذكرة وان الفرض من الدراسة هو إمكانية تأثير النشاط الحركي المكيف على التحصيل الدراسي لدوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة ويكون تطبيق هذا النشاط على عينة من اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة وكيفية اختيارها من العينة الكلية وتكون نسبتها من هذه العينة المختارة أما الأداة المستخدمة في المذكرة وهو مقياس كونرز وبرنامج النشاط الحركي المكيف فان أهم استنتاج هو إن برنامج النشاط الحركي المكيف قد قام بمعالجة مرض اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة عند الأطفال من الناحية التعليمية وان أهم اقتراح أو توصية أو فرضية مستقبلية هو أن يكون تطبيق هذا النشاط تطبيقا مؤكدا وصادقا على هؤلاء الفئة من الأطفال.

#### Conclusion :

L'étude vise à rechercher et répondre à la remarque de l'objet et l'imposition d'une étude est l'incidence possible de l'activité motrice AC sur la réussite scolaire pour DOI trouble déficitaire de l'attention et hyperactivité et appliquer cette activité sur un échantillon de trouble déficitaire de l'attention et peuvent conduire au mouvement et comment choisir leur total échantillon et la différenciation de ces échantillon sélectionné soit l'outil utilisé dans la note un Connors et un programme adapté à l'activité motrice, la conclusion la plus importante est que le programme d'activité motrice AC a traitement du trouble déficitaire de l'attention et hyperactivité lorsque Conditions l'éducation d'enfants et que la suggestion plus importante ou la recommandation ou le futuriste prémisses est que cette activité demande l'application et honnête sur ces groupe d'enfants.

## التوصيات:

- وفي هذا الصدد ينبغي ادراج مجموعة من التوصيات العامة :
- على اطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة التقيد ببرنامج النشاط الحركي المكيف.
- يجب على المدرب اعطاء مجموعة من التمارين الرياضية التي تناسب هذا البرنامج للاطفال .
- التعود على هذه التمارين من اجل تحسين وتطوير المستوى التعليمي والرياضي عند اطفال نقص الانتباه وفرط الحركة.
- يجب التحقق من ان البرنامج المكيف قد ساعد على تحسين المهارات لدى الاطفال .
- يكون تطبيق البرنامج في الفصلين الاخيرين من التعليم الدراسي.
- عرض النتائج الدراسية في اخر الموسم الرياضي.

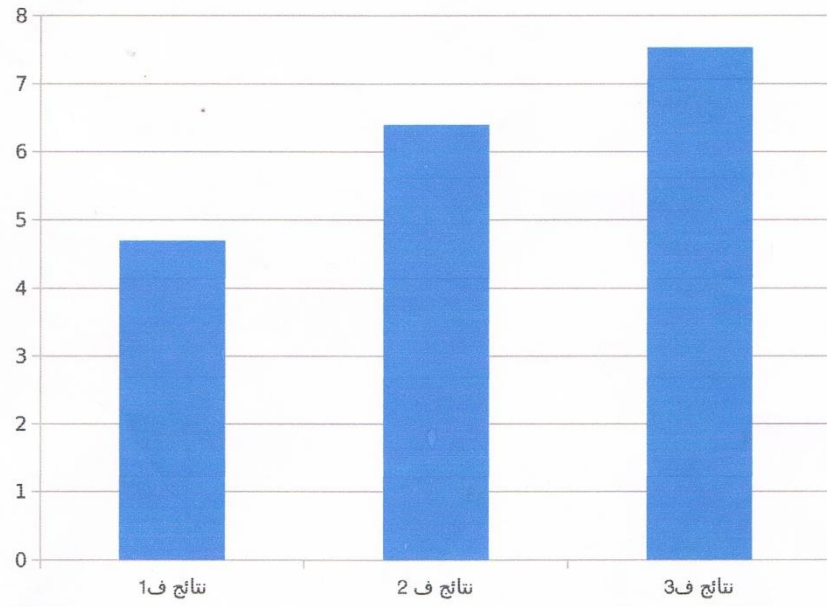
العينة	تمارين مهارات التركيز			تمارين مهارات التوازن			تمارين مهارات الانتباه		
	منخفضة	متوسطة	مرتفعة	منخفضة	متوسطة	مرتفعة	منخفضة	متوسطة	مرتفعة
الحالة 01									
الحالة 02									
الحالة 03									
الحالة 04									
الحالة 05									
الحالة 06									
الحالة 07									
الحالة 08									
الحالة 09									
الحالة 10									
الحالة 11									
الحالة 12									
الحالة 13									
الحالة 14									
الحالة 15									
المجموع	01	05	09	01	01	13	01	05	09



التمثيل البياني لعدد الاطفال حسب النتائج في كل مهارة

- منخفض
- متوسط
- مرتفع





التمثيل البياني لنتائج التحصيل الدراسي

## قائمة المصادر والمراجع :

- 1/ حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات، التربية الرياضية والترويح للمعاقين، دار الفكر العربي ط1، القاهرة، 1998،
- أمين أنور الخولين الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني للثقافة والأدب والفنون، مصر، 1996، ص 190 /2
- 3/ درويش وأمين أنور الخولين أصول الترويح وأوقات الفراغ الفكر العربي 1990، ص 43-44.
- 4/ أمين الخولي نفس المرجع السابق ص 195
- 5/ ابراهيم رحمة: تأثير الجوانب الصحية على نشاط البدني والرياضي، دار الفكر للطباعة و النشر الطبعة الاولى عمان 1998 ص09
- 5/ عباس عبد الفتاح رملي ومحمد شحانة، اللياقة والصحة، دار الفكر العربي، القاهرة، ص 79
- 6/ مروان عبدالمجيد ابراهيم، ص 122.
- 7/ حلمي ابراهيم ليلي السيد فرحات، ص 130.
- 8/ حزام محمد رضا القزوني، التربية الترويحوية، دار العربية للطباعة، بغداد، ص 20
- 9/ محمد نجيب توفيق، الخدمات العمالية بين التطبيق والتشريع، مكتبة القاهرة الحديثة، الطبعة الأولى، 1967، ص 560
- 10/ مصطفى سويف، الأسس النفسية للتكامل الاجتماعي (ط4، دار المعارف مصر، بدون سنة)، ص 13
- 11/ أحمد ابراهيم أحمد والسيد شحاتة محمد مراغي، عناصر إدارة الفصل والتحصيل الدراسي، (الاسكندرية مكتبة المعارف الحديثة، 2000) ص 6-7.
- 12/ محمد حسن علاوي- محمد نصر الدين رضوان ، القياس في التربية الرياضية و علم النفس، (ط3، ملتزم الطبع والنشر، دار الفكر العربي 1996)، ص 42
- 13/ شاكل قنديل، معجم علم النفس والتحليل النفسي، (دار النهضة العربية، بيروت ،لبنان، 1986)، ص 93-94
- 14/ محمد الصديق محمد حسن، التحصيل الدراسي بين البيت والمدرسة، (مجلة التربية، العدد 103)، ص 63-72.
- 15/ د. لمعان مصطفى الجليلي، التحصيل الدراسي دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن، ط1، 2011 ص 207