

بحث مقدم ضمن متطلبات ليل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
تخصص النشاط البدني الرياضي المكيف والصحة  
بعنوان:

أثر النشاط البدني الرياضي المكيف في تحسين الانتباه والادراك  
الحركي لدى فئة التخلّف العقلي البسيط (09 - 13) سنة  
دراسة ميدانية بالمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين  
ذهنيا مازونة - غليزان

- إشراف  
أ.د/ بن زيدان حسين

- إعداد الطالب:  
بالغالي جمال

الموسم الجامعي: 2023-2024

# الإهداء

إلى من قال فيهما المولى عز وجل "وبالوالدين إحساناً" .  
إلى النور الذي أضاء دربي ... ورجائي في شدتي وعزائي  
إلى من كرسا حياتهما في سبيل إعدادي وإسعادي...  
إلى من تعباً كثيراً في حياتهما لتربيتي وتعليمي، إلى القلبين الكبيرين  
إلى أول كلمة نطق بها لساني رمز المحبة والحنان " أمي الغالية"  
إلى الذي لبس ثوب التعب والشقاء، وألبسني ثوب الراحة والهناء " أبي العزيز " .  
إلى كل أفراد عائلتي كبيراً وصغيراً.  
إلى أفراد عائلتي زوجتي وابنائي.  
إلى جميع أصدقائي وزملائي في العمل دون استثناء وخاصة الطاقم البيداغوجي.  
إلى كل أساتذة معهد التربية البدنية و الرياضية، خاصة قسم النشاط الحركي المكيف.  
إلى الأستاذ المشرف \* بن زيدان حسين\*  
إلى كل من يحمل لي ذرة حب صادقة وتجاوزته قلبي فأرجو المعذرة.

# الشكر والتقدير

عملاً بقوله تعالى: "ولئن شكرتم لأزيدنكم..."

الآية - 07 سورة إبراهيم.

الحمد لله متوحد بصفات الكمال، والمنزه عن الأنداد والأمثال، نشكره على جزيل الأنعام و الأفضال، والحمد لله الذي أهدانا من العلم ما وفقنا به لانجاز هذا العمل المتواضع واجبنا منه التوفيق...أما بعد:

- نتقدم بالشكر الجزيل والامتنان الكبير للأستاذ المشرف الدكتور "بن زيدان حسين" لما قدمه من توجيهات قيمة و متابعة مستمرة لاتمام هذا العمل.
- كما يدعونا واجب الوفاء والعرفان بالجميل أن نتقدم بالشكر إلى جميع أساتذة و عمال معهد التربية البدنية والرياضية على رأسهم السيد المدير.
- كما نتفضل بتشكراتنا الخالصة إلى كل المربين و الأخصائين والعاملين بالمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا-مازونة- على مساعدتهم لنا في هذا العمل.
- إلى كل من ساهم في انجاز هذا العمل من قريب أو بعيد.

بِالْغَالِي

## ملخص البحث

عنوان الدراسة: أثر النشاط البدني الرياضي المكيف في تحسين الانتباه والادراك الحركي لدى فئة التخلف العقلي البسيط (09-13) سنة.

-يهدف بحثنا هذا إلى معرفة تأثير برنامج النشاط البدني الرياضي المكيف في تطوير بعض الانتباه والادراك الحركي لدى فئة التخلف العقلي البسيط(09-13) سنة، حيث اعتمد الطالب على أسس علمية لتصميم واعداد البرنامج المناسب وخصائص العينة حيث طبق البرنامج المقترح على أطفال العينة التجريبية، وتمثلت فرضية الدراسة أن البرنامج المقترح للنشاط البدني الرياضي المكيف له تأثير ايجابي في تنمية الانتباه والادراك الحركي لدى فئة التخلف العقلي البسيط (09-13) سنة، وتم تحديد واختيار عينة البحث بطريقة مقصودة وبالغ عددهم 16 طفل منها 10 للعينة التجريبية و06 للضابطة، ولقد استخدمنا المنهج التجريبي، كما تمثلت أدوات البحث في اختبار بورديو لقياس القدرات الحركية الادراكية وكذلك مقياس الانتباه، وتمت معالجة البيانات بالاستعانة ببرنامج exel، فكانت أهم نتائج هذه الدراسة -التأثير الايجابي لبرنامج النشاط البدني الرياضي المكيف المقترح لأطفال العينة التجريبية حيث أنه ساهم في تنمية وتحسين القدرات الحركية الادراكية ورفع من مستوى الانتباه، في حين لم يحقق البرنامج التقليدي أو العادي تطورا كثيرا في نسبة هذه المهارات لدى اطفال المجموعة الضابطة، فنقول توجد فروق دالة إحصائيا في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات القدرات الحركية الادراكية والانتباه قيد البحث وهذا لصالح المجموعة التجريبية، وفي الأخير خلصنا الى مجموعة من الاقتراحات والتوصيات أهمها استخدام برنامج النشاط البدني الرياضي المكيف لتأثيره الفعال في تطوير وتحسين القدرات الحركية الادراكية والانتباه لفئة التخلف العقلي البسيط (09-13) سنة.

الكلمات المفتاحية: النشاط البدني الرياضي المكيف، الانتباه، الادراك الحركي، التخلف العقلي البسيط.

## Research Summary

**Study title:** The effect of adapted sports physical activity in improving attention and motor awareness among mild mental retardation category (09-13) years

Our research aims to know the effect of an adapted sports physical activity program in developing some attention and motor awareness among the group of mild mental retardation (09-13) years. The student relied on scientific foundations to design and prepare the appropriate program and the characteristics of the sample, as the proposed program was applied to the children of the experimental sample. The hypothesis of the study was that the proposed program for adapted physical sports activity has a positive effect in developing attention and motor awareness among the group of mild mental retardation (09-13) years. The research sample was identified and selected in an intentional manner, and it numbered 16 children, including 10 for the experimental sample and 06 for the control sample. We used the experimental method, and the research tools were the Bordeaux test to measure cognitive motor abilities, as well as the attention scale, and the data was processed using the Excel program. The most important results of this study were the positive effect of the adapted sports physical activity program proposed for the children of the experimental sample, as it contributed to the development and improvement of motor abilities. Cognition and raising the level of attention, while the traditional or regular program did not achieve much development in the percentage of these skills among the children of the control group, so we say that there are statistically significant differences in the post-measurement between the experimental and control groups in the tests of perceptual motor abilities and attention under investigation, and this is in favor of the experimental group. Finally, we concluded with a set of suggestions and recommendations, the most important of which is ...the use of a physical activity program adapted to sports due to its effective impact on Developing and improving cognitive motor abilities and attention

for mild mental retardation (09-13) years. **Keywords:** adapted physical activity, sports, attention, motor perception, retardation Mental

قائمة المحتويات	
الصفحة	العنوان
	الإهداء
	شكر وتقدير
	ملخص البحث
أ	قائمة المحتويات
ج	قائمة الجداول
<b>التعريف بالبحث</b>	
1	1-مقدمة
3	2-مشكلة البحث
4	3-أهداف البحث
4	4-فرضيات البحث
4	5- أهمية البحث
5	6-مصطلحات البحث
9	7-التعليق على الدراسات السابقة
<b>الباب الأول: الجانب النظري الدراسة النظرية</b>	
<b>الفصل الأول: النشاط البدني الرياضي المكيف</b>	
10	تمهيد
11	1-1 مفهوم النشاط البدني الرياضي المكيف
12	1-2 أسس النشاط البدني الرياضي المكيف
13	1-3 تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف
16	1-4 أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف
20	1-5 النظريات المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي المكيف
24	1-6 الألعاب الرياضية التي تتناسب وفئة المتخلفين عقليا
29	1-7 خاتمة

الفصل الثاني: التخلف العقلي/ الانتباه والادراك الحركي	
30	تمهيد
31	1-2 مفهوم التخلف العقلي
36	2-2 خصائص المتخلفين عقليا
43	3-2 تصنيف التخلف العقلي
48	4-2 العوامل المسببة للتخلف العقلي
49	5-2 مفهوم القدرة العقلية
49	1-5-2 تعريف الانتباه
50	2-5-1 أنواع الانتباه
51	2-5-2 مفهوم الادراك
52	2-5-2-1 التغيرات والعوامل المؤثرة في الادراك
53	2-5-2-2 معوقات الادراك
54	2-5-2-3 الادراك الحسي في المجال الرياضي
55	خلاصة
<b>الباب الثاني</b>	
<b>الدراسة الميدانية</b>	
<b>الفصل الأول</b>	
<b>الاجراءات الميدانية</b>	
56	1-1 منهج البحث
56	2-1 مجتمع البحث
56	3-1 عينة البحث
56	4-1 متغيرات البحث
56	5-1 مجالات البحث
57	6-1 مواصفات وأبعاد الاختبارات المطبقة
60	7-1 التجربة الاستطلاعية
60	8-1 الأسس العلمية للاختبارات المستعملة
61	9-1 التجربة الأساسية
62	10-1 محتوى البرنامج

62	11-1 أسوب اجراء التجربة
63	12-1 الوسائل الاحصائية
<b>الفصل الثاني عرض ومناقشة النتائج</b>	
64	1-2 عرض وتحليل النتائج
69	2-2 مناقشة النتائج بالفرضيات
71	3-2 الاستنتاجات
71	4-2 التوصيات والاقتراحات
72	5-2 الخاتمة
	المراجع
	الملاحق

### قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	جدول يمثل مجال التوازن والقوام	58
02	جدول يمثل مجال التصور الجسمي وتميزه	59
03	جدول يمثل مجال الإدراك الأشكال	60
04	جدول يبين الفروق بين العينيتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات القبلية.	64
05	جدول يبين الفروق بين نتائج الاختبارات قيد البحث القبلية والبعدي للعينتين التجريبية	65
06	جدول يبين الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدي للعينتين الضابطة	67
07	جدول يبين الفروق بين العينيتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية	68

# التعريف بالبحث

## مقدمة

تبدو آثار الإعاقة الذهنية على الطفل واضحة وتتجسد في اضطراب الانتباه ونقص في القدرات الإدراكية الحركية، والانتباه عند الطفل المعاق ذهنيا محدود في المدى والمدة فلا ينتبه إلا لشيء واحد ولمدة قصيرة ويرجع ذلك إلى عوامل داخلية وإلى تشتت انتباهه (محمد سلامة، سهير محمد، 2001، ص41)، ويعتبر سلوك الفرد استجابة لمختلف المثيرات الموجودة في الطبيعة وحسب درجة انتباه لكل مثير (castoJean,1993,p24)، ويضيف كمل مرسي أن المعاق ذهنيا يحتاج إلى من ينبهه ما يدور من حوله من مواضيع أساسية وابعاده عن المثيرات التي ليس لها علاقة بالموضوع (كمال مرسي، 1996، ص279)، ويعاني الأطفال المعاقين ذهنيا من اضطراب ضعف الانتباه والحركة المفرطة ويؤكد كل من جونسن واندن أن اضطراب ضعف الانتباه أكثر وضوحا لدى الأطفال المعاقين ذهنيا وحسب الدليل التشخيصي الرابع (DSM IV,1994,p78) والتصنيف العالمي العاشر للأمراض (منظمة الصحة العالمية، سنة 1999، ص238)، أنه اختلال في القدرة الانتباهية يصاحبها اضطراب في زيادة الحركة مع وجود ضعف في الانتباه والاندفاعية السائدة وهذا ما يؤثر على عملية انجاز الأعمال التي يكلفون بها أثناء عملية التعلم.

وتعتبر القدرات الإدراكية الحركية أنها قدرات تعليمية تعتمد على الحركة كوسيلة لذلك يجب أن يكون التفاعل بين البيانات الحركية والإدراكية لأن الإدراك الحركي ما هو إلا إدارة للمعلومات التي تأتي للفرد من خلال الحواس والاستجابة لها في ضوء السلوك الحركي الظاهري (أمين أنور الخولي، أسامة راتب، سنة 1998، ص188)، وتزداد نسبة إصابة الإدراك الحسي عند الاطفال المعاقين ذهنيا عن نسبتها مقارنة بالفئات الاخرى من الاعاقة حيث يفتقر الطفل المعاق عقليا إلى القدرة على التمييز بين المثيرات الحسية، وترجع مشاكل الإدراك الحسي الحركي إلى نقص في الكفاءة الوظيفية للقدرات العقلية فانخفاض في تحليل المعلومات ونقص الانتباه وتشتته عامل أساسي في التعرف على المثيرات البيئية والاستجابة لها، لذلك عملية نمو الإدراك الحركي لدى الاطفال المعاقين ذهنيا تسير بوتيرة بطيئة، والطفل المعاق ذهنيا له امكانات محدودة وطاقات كامنة، تشترك جميع برنامج التربية الخاصة في تحديد نمط نموه مستقبلا ويمكن للبيئة أن تلعب دورا كبيرا في تفجير هذه

القدرات وصقل امكاناته عن طريق مثيرات قوية في وقت مبكر وتوفير خبرات تربوي لتعويض أوجه القصور في نمو الطفل وتمكنه من التعلم وتلقي التدريب.

ويعتبر اللعب في حياة الطفل الوسيلة التي من خلالها يدرك العالم من حوله، حيث يؤكد بياجيه على وجود دافع داخلي يدفع الطفل إلى اللعب و التعلم باستمرار، فأثناء اللعب يتحرر الطفل المعاق ذهنيا من المواقف المحيطة به وتتوسع مجالات استثارته فيتعلم الكثير من المهارات في لحظة الاحساس بمتعة اللعب وفي هذا الصدد يعتبر سيلد أن اللعب سلوك حيوي وفطري(سيلد بيتر، سنة1981، ص50) وعن طريقه يقلد ويكتسب ويمارس ويعبر عن نفسه ويتعلم المشاركة وتبادل الأدوار وبالتالي يكون الطفل أقل تمركزا حول نفسه ومن خصائص المعاقين ذهنيا شعورهم بالإحباط والفشل.

لنشاط البدني المكيف دورا أساسيا وضروريا في نمو الجسم بشكل فعال لأنه إحدى الأنشطة الهامة في برامج النشاط الحركي، وكلما زاد نشاط الطفل زادت الفرصة المتاحة لنموه وتعلمه واكتسابه مجموعة من الخبرات ويذكر حسين السيد أن الألعاب الحركية تجلب المتعة للطفل وتلائم ميوله (حسين السيد، سنة 2002، ص155) وتساعد الألعاب على تقدم في التعلم وتتيح فرص التقدم بالمهارات لأنها تقابل كافة احتياجات وقدرات الطفل من خلال برامج مرنة قابلة للتعديل.

ويجب أن تراعي هذه الأنشطة تنبيه الطاقات الكامنة من أجل تنمية القدرات المتبقية وتغطية العجز لهذه الفئة للتعامل مع البيئة والتفاعل مع أفرادها، وفي هذا الصدد يوظف الطالب النشاط البدني المكيف كوسيلة لتحسين الانتباه، الإدراك الحركي لدى فئة التخلف العقلي البسيط (9-13) سنة.

## 2- مشكلة البحث:

إن الاعتقاد الخاطيء بأن الطفل المتخلف عقليا غير قابل للتعلم والتدريب فقد أثبتت الدراسات والبحوث عكس ذلك، فيقاس تقدم المجتمعات ورفقيها بمدى اهتمامها وعنايتها به، والعمل على تنمية مهاراته المختلفة.

فالإعاقة العقلية لا تقتصر على المجتمعات النامية فحسب بل هي موجودة في المجتمعات المختصرة التي تهتم بتنمية ذكاءهم ومهاراتهم الحياتية لتحقيق أفضل فرص للتوافق والتكيف، ونلاحظ أن المعاقين عقليا القابلين للتعليم يتصفون بعدد من الخصائص والسمات العامة التي تجعلهم مختلفين عن غيرهم من الأطفال العاديين ومن بين هذه الخصائص والسمات: نقص القدرة على الانتباه والادراك، ومن هذا المنطلق فالطفل المتخلف عقليا لديه الكثير من المهارات التي يحتاج إلى تنميتها والاهتمام بها من خلال البرامج والأنشطة سواء كانت برامج تعليمية أو ترفيهية لأن هذا الطفل مثله مثل كل الأطفال يميل إلى اللعب كونه يعد من الأساليب التي تساعد على تنمية مهاراته العقلية والحسية والحياتية والحركية.

وقد اهتمت بعض الدراسات السابقة بدراسة الإدراك الحركي لدى ذوي الإعاقة العقلية كدراسة حمودي عائدة (2014) حول أثر استخدام الألعاب الحركية في تحسين الإدراك الحسي الحركي لدى فئة المتخلفين عقليا (9-11 سنة)، دراسة كل من خشايمية سلوى ودراسة بدر الدين (2020) دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية الإدراك الحسي الحركي لدى المتخلفين عقليا تخلف عقلي بسيط (5-7 سنة).

كما اهتمت بعض الدراسات الأخرى بموضوع الانتباه لذوي التخلف العقلي كدراسة سبع بوعبدالله (2008) حول فاعلية برنامج قائم على الألعاب الحركية في خفض اضطراب الانتباه وتحسين القدرات الحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا، وكذا دراسة عبدالحفيظ أحمد (2019) بعنوان تأثير برنامج مقترح في خفض اضطراب الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى الأطفال المعاقين ذهنيا.

ومن المشكلات التي يعاني منها الطفل المتخلف عقليا كالانتباه والادراك والإدراك الحركي يحاول الطالب معرفة أثر تطبيق النشاط البدني الرياضي المكيف في تحسين الانتباه والإدراك الحركي لدى فئة ذوي التخلف العقلي البسيط (09-13 سنة) ، وعليه يمكن طرح التساؤلات التالية:

- هل يحسن النشاط البدني الرياضي المكيف من مستوى الانتباه لدى فئة ذوي التخلف العقلي البسيط (09-13 سنة)؟

- هل يحسن النشاط البدني الرياضي المكيف من الإدراك الحركي لدى فئة ذوي التخلف العقلي البسيط (09-13 سنة)؟

- 3- أهداف البحث :

- معرفة تأثير النشاط الرياضي المكيف في تطوير الانتباه والادراك الحركي لدى فئة ذوي التخلف العقلي البسيط.

- كشف أثر تطبيق النشاط البدني الرياضي المكيف في تحسين الانتباه لدى فئة ذوي التخلف العقلي البسيط (09-13 سنة).

- كشف أثر تطبيق النشاط البدني الرياضي المكيف في تحسين الإدراك الحركي لدى فئة ذوي التخلف العقلي البسيط (09-13 سنة).

4- فرضيات البحث:

- تطبيق النشاط البدني الرياضي المكيف له أثر ايجابي في تحسين الانتباه لدى فئة ذوي التخلف العقلي البسيط (09-13 سنة).

- تطبيق النشاط البدني الرياضي المكيف له أثر ايجابي في تحسين الإدراك الحركي لدى فئة ذوي التخلف العقلي البسيط (09-13 سنة).

5- أهمية البحث:

✓ تتجلى أهمية الدراسة في كونها تسعى لتقديم اضافة حول الحلول التي من شأنها مرافقة فئة التخلف العقلي البسيط في تجاوز هذا النوع من المشكلات العقلية كالانتباه والادراك.

✓ اظهر أهمية النشاط الرياضي المكيف الذي يتماشى وخصائص هاته الفئة في تعزيز وتطوير مختلف المهارات والخصائص العقلية كالانتباه والإدراك الحركي.

✓ توعية المربين والمسؤولين للاهتمام بهذه الفئة من خلال مكانة الأنشطة البدنية والألعاب في حياتهم اليومية.

6-مصطلحات البحث:

النشاط البدني الرياضي المكيف:

اصطلاحا:

يعرفه أسامة رياض بأنه تطوير وتعديل طرق ممارسة الأنشطة الرياضية بما يتلائم وقدرات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة، ويتناسب مع نوع ودرجة الإعاقة و يحتوي على إجراءات تتخذ في الأنشطة الرياضية(الأداء أو القانون) حتى يتسنى للمعاقين ممارسة الأنشطة الرياضية بصورة آمنة وفعالة(أسامة رياض، 2000، ص30).

إجراءيا:

يعرف بأنه تكييف وتعديل لمختلف الأنشطة الرياضية الممارسة بما يتوافق وخصائص فئة التخلف العقلي البسيط، قصد تنمية قدراتهم ودمجهم مع قرنائهم وكذا تنمية شخصيتهم حركيا ونفسيا واجتماعيا وانفعاليا.

الانتباه:

اصطلاحا:

هو من العمليات التي تعددت وتباينت وجهات النظر التي اهتمت لها حيث يذكر جيلفورد أن الانتباه هو عملية معرفية بواسطتها يتم انتقاء المثيرات التي يلاحظها الفرد أو يكون مستعد لملاحظتها عن بقية المثيرات الأخرى(ناجي محمد قاسم،2007، ص43).

اجرائيا:

هو عملية عقلية هامة في اتصال الطفل بالبيئة المحيطة به، وهو عملية معرفية يقوم بها الطفل وذلك لانتقاء واختيار مثير من بين عدة مثيرات وهذا من خلال تركيز الشعور في هذا المثير المختار.

الادراك الحركي:

اصطلاحا:

يعرف بأنه عملية نفسية تسهم في الوصول إلى المعنى من خلال الحواس وتعتبر حواس الانسان أدوات الادراك ، ويرتبط الادراك بالحاسة التي يستخدمها في ادراك المثير (عصام جدوع، 2007، ص81).

إجرائيا:

يعرف بأنه عملية إدارة المعلومات التي تأتي للفرد من خلال الحواس، وعملية المعلومات ورد الفعل في ضوء السلوك الحركي الظاهر.

التخلف العقلي:

اصطلاحا:

يعرف بأنه عدم نمو الدماغ بشكل صحيح حيث لا يقوم الدماغ بالوظائف بشكل طبيعي مقارنة بالوظائف الذهنية والتكيفية للآخرين من غير المصابين.

اجرائيا:

هو ضرر بسيط يحدث على مستوى الدماغ بشكل بسيط، لذلك نلاحظ أن المصاب يستطيع تعلم مهارات الحياة العملية وممارسة حياته اليومية بشكل شبه مستقل، ولكن قد يصعب عليه تطوير المهارات الاجتماعية وفهم بعض الأمور.

7- الدراسات السابقة:

\*دراسة بدر الدين، خشايمية سلوى (2020) بعنوان دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية الإدراك الحسي الحركي لدى المتخلفين عقليا تخلف عقلي بسيط (5-7 سنة) الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، المجلد ، 12/العدد 01/لقسم(ب) العلوم الاجتماعية، ص25-262.

هدف هذا البحث إلى إيضاح الدور الذي تلعبه الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة في تنمية القدرات الإدراكية الحسية الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلف عقلي بسيط ( 5-07 سنوات) وافترض الطالب أن لهذه الأنشطة دور ايجابي على تطوير تنمية قدراتهم الإدراكية الحسية الحركية، مستعملين المنهج الوصفي، ولتأكد من صحتها أو نفيها تم تطبيق الاختبار المقارنة بين الممارسين والغير الممارسين على عينة قوامها 20 طفل متخلف عقليا وتم اختيارهم بطريقة قصديه موزعين على واستخدم الطالب بعض أبعاد من اختبار دايتون لقياس القدرات الإدراكية والحركية وقد استخدمنا اختبار"ت" لعينات المستقلة في ضوء النتائج المتحصل عليها أن ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة والرياضية تساهم في إيجاد تأثيرات الايجابية على تنمية الإدراك الحسي الحركي لدى المتخلف عقليا تخلف عقلي بسيط وتوصي

الطالبة في الأخير بان تشكل لجان تحت إشراف الوزارة لإعداد مناهج دراسية للأنشطة البدنية المكيفة لفئة ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة عامة .

\*دراسة حمودي عائدة (2014) أثر استخدام الألعاب الحركية في تحسين الإدراك الحسي الحركي لدى فئة المتخلفين عقليا تخلف متوسط (ذكور 09-11 سنة)، الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية ج/ قسم العلوم الاجتماعية، العدد 11، ص 54-58.

هدفت هذه الدراسة إلى توضيح فاعلية الألعاب الحركية في تحسين وتطوير القدرات الإدراكية الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقليا تخلف عقلي متوسط (09-11) سنة مع توظيف الألعاب الحركية كوسيلة من وسائل التأهيل المستخدمة في المراكز، بالإضافة إلى أن عملية تفعيل الألعاب الحركية يساهم في دمج هذه الفئة من المعاقين في المجتمع ، واعتمدت الطالبة في دراستها على 10 أطفال كعينة ضابطة و 10 أطفال كعينة تجريبية ، واستخدمت الطالبة المنهج التجريبي.

كما توصلت نتائج الدراسة إلى أن:

- استخدام الألعاب الحركية قصد تحسين الإدراك الحسي الحركي.
- الاهتمام بتكوين اطارات مؤهلة في مجال النشاط الحركي.
- الاهتمام بإعداد مناهج ومقررات خاصة بالأطفال ذوي التخلف العقلي تتماشى ومستوى نموهم العقلي والمعرفي.
- برمجة تریصات نظرية وتطبيقية للمربين في تعليم وتربية الأطفال المعوقين عامة والمتخلفين خاصة.

\*دراسة سبع بوعبدالله (2008) بعنوان: فاعلية برنامج قائم على الألعاب الحركية في خفض اضطراب الانتباه وتحسين القدرات الحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا.

هدفت الدراسة إلى معرفة دور الألعاب الحركية في خفض اضطراب الانتباه وتحسين القدرات الحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا، حيث تكونت عينة الدراسة من (24 طفل) مقسمين على مجموعتين متساويتين (تجريبية، ضابطة) من ذوي الإعاقة الذهنية المتوسطة يتراوح معامل ذكائهم بين (35-50) تم اختيارهم بطريقة عمدية وتم تطبيق الاختبارات التالية:

- اختبار المشي فوق خط ملوت لمعرفة التنسيق البصري بين القدم والعين.
- اختبار المشي على لوح التوازن.

- اختبار الوثب داخل الحلقات من نفس اللون.
- اختبار رمي الكرة و التقاطها.
- اختبار رمي الكرة لأبعد مسافة.
- وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية ، ما يعني وجود أثر فعال للألعاب الحركية في خفض اضطراب تشتت الانتباه (سبع بوعبدالله، 2008، ص115).
- \*دراسة ياسين الحاج عبد الحفيظ أحمد (2019) بعنوان تأثير برنامج مقترح في خفض اضطراب الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا بمحلية أم درمان. هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر برنامج مقترح بالألعاب الحركية في خفض اضطراب الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى الأطفال المعاقين ذهنيا بمحلية أم درمان حيث تكونت عينة الدراسة من (13) طفلا من كلا الجنسين وتراوحت أعمارهم (08-12سنة) وتتراوح نسب ذكائهم بين(50-70) وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات التطبيقين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في خفض اضطرابات الانتباه والنشاط الحركي الزائد ولا توجد فروق في متوسطات أفراد المجموعة التجريبية بين القياس البعدي والتتبعي (ياسين الحاج،2019،ص09)
- \*دراسة فرج محمد غريب و شوفان عمر عبدالرحمان(2009) بعنوان : تأثير برنامج ترويحي داخل حوض السباحة في تنمية بعض القدرات الإدراكية-الحركية والتفاعل الاجتماعي لدى تلميذات بأعمار (06-07) سنوات. لقد هدفت هذه الدراسة إلى نقطتين :
  - إعداد برنامج الألعاب الترويحية داخل حوض السباحة لتلميذات بعمر (06-07) سنوات.
  - التعرف على تأثير برنامج الألعاب الترويحية داخل حوض السباحة على تنمية بعض القدرات الإدراكية الحركية والتفاعل الاجتماعي لدى تلميذات بأعمار (06-07) سنوات.حيث أجريت هذه الدراسة على عينة مكونة من تلميذات بأعمار (06-07) سنوات من مدرسة آسو شهيدان لمرحلة التعليم الأساسي في مركز محافظة السليمانية ، وكان عددها 10: تلميذات ولقد استخدمنا الطالبان في دراستهما مقياس بورديو المسحي للقدرات الإدراكية

الحركية ، كما استعملا مقياس التفاعل الاجتماعي والذي هو عبارة عن استمارة موجهة لمعلمات التلميذات.

توصلت نتائج الدراسة إلى :

1- البرنامج الترويحي في حوض السباحة تأثيرا إيجابيا في القدرات الحركية الإدراكية الحركية لدى عينة البحث.

2- في اختبار قدرة (التوازن و القوام)الذي يشمل (المشي على اللوح والوثب) كان تأثير برنامج الوثب أكثر مقارنة باختبار المشي على اللوح.

3- في اختبار قدرة تصور الجسم وتميزه تأثيرا إيجابيا بتسلسل (كروس وويبر، عبور المانع الزوايا على الأرض، تعيين أجزاء الجسم، تقليد الحركة).

4- في اختبارات المزوجة(الإدراكية الحركية) كان التأثير إيجابيا في الكتابة الإيقاعية أكثر مقارنة باللوحة والطباشير.

5- كان التأثير إيجابيا في اختبار (التحصيل البصري للأشكال)

6- كان برنامج الترويحي في حوض السباحة تأثيرا إيجابيا في تطوير تحسين التفاعل الاجتماعي لدى عينة البحث.

7-التعليق على الدراسات السابقة:

تمحورت الدراسات التي سبقت بحثنا حول التعرف على أهمية النشاط البدني الرياضي في تنمية مختلف القدرات العقلية ( الانتباه، الإدراك، التركيز، التصور،... إلخ) والنفسية والاجتماعية، وكذا التقليل من حدة القلق وكسر الروتين لهذه الفئة ، كما أن جل هذه الدراسات سعت لإعداد برامج وذلك لتعديل السلوك الخاص بها بغرض اكسابهم السلوك التوافقي والاستقلالي.

أما في دراستنا هذه فنسعى لمعرفة تأثير النشاط البدني المكيف في تحسين الانتباه والإدراك الحركي لدى فئة التخلف العقلي البسيط قصد اكسابها العديد من الأساليب السلوكية، ومهارات الحياة اليومية، والاستقلال الشخصي، وزيادة الثقة بقدراته وامكانيته المعرفية والدافعية، بحيث يمكنهم من الوصول بهذه الفئة إلى مستوى مناسب من السلوك التكيفي في المجتمع.

# الباب الأول

## الدراسة النظرية للبحث

# الفصل الأول

## النشاط البدني الرياضي

تمهيد:

أنه لمن المؤكد أن النشاط الرياضي المكيف قطع أشواطاً كبيرة خلال القرنين الأخيرين وشهدت مختلف جوانبه ووسائله تطوراً معتبراً، خاصة فيما يتعلق بطرق ومناهج التعليم والتدريب.

وفي وقتنا الحاضر ما فتئ الخبراء والباحثون في ميدان الرياضة والترفيه وغيرهم يمدوننا بأحدث الطرق والمناهج التربوية، مستندين في ذلك إلى جملة من العلوم والأبحاث الميدانية التي جعلت الفرد الممارس لنشاطاته موضوعاً لها، وهو ما جعل الدول المتقدمة تشهد تطوراً مذهلاً في مجال تربية ورعاية المعوقين وبلغت المستويات العالية، وأصبح الآن يمكننا التعرف على حضارة المجتمعات من خلال التعرف على الأدوات والوسائل التي تستخدمها في هذا المجال.

ويعد النشاط الرياضي من الأنشطة البدنية التربوية الأكثر انتشاراً في أوساط الشباب خاصة في المؤسسات والمدارس التربوية والمراكز الطبية البيداغوجية المتكفلة بتربية ورعاية المعوقين، ومما ساعد على ذلك أن النشاط الرياضي يعد عاملاً من عوامل الراحة الإيجابية للنشطة التي تشكل مجالاً هاماً في استثمار وقت الفراغ، بالإضافة إلى ذلك يعتبر من الأعمال التي تؤدي للارتقاء بالمستوى الصحي والبدني للفرد المعاق، إذ يكسبه القوام الجيد، ويمنح له الفرح والسرور، ويخلصه من التعب والكره وتجعله فرداً قادراً على العمل والإنتاج.

## 1-1- 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 الأخر مصطلحات الأنشطة الرياضية العلاجية أو أنشطة إعادة التكييف.

فالبرغم من اختلاف التسميات من الناحية الشكلية يبقى الجوهر واحداً، أي أنها أنشطة رياضية و حركية تقيد الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة سواء كانوا معاقين متأخرين دراسياً أو موهوبين أو مضطربين نفسياً وانفعالين .

نذكر من هذه التعاريف في ما يلي:

تعريف حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات :يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقاً لنوعها وشدتها ،ويتم ذلك وفقاً لاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود قدراتهم.( حلمي ابراهيم ليلي السيد فرحات، سنة 1998، ص223).

تعريف ستور ( stor ) : نعني به كل الحركات والتمرينات وكل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محدودين في قدراتهم من الناحية البدنية والنفسية والعقلية وذلك بسبب أو بفعل تلف أو إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى.

تعريف الرابطة الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح والرقص والتربية الرياضية الخاصة:

هي البرامج المتنوعة للنمو من خلال الألعاب والأنشطة الرياضية والأنشطة الإيقاعية لتتناسب ميول وقدرات وحدود الأطفال الذين لديهم نقص في القدرات أو الاستطلاعات ليشاركوا بنجاح وأمان في أنشطة البرامج العامة للتربية.

محمد عبد الحليم البوايز: هي تلك البرامج المتنوعة من النشاطات الإنمائية والألعاب التي تتسجم وميول وقدرات الطفل المعاق والقيود التي تفرضها عليه الإعاقة. (A.stor:1993:p10...15)

ومن خلال هذا العرض لمختلف 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 وتدريبها للوصول إلى المستويات العالية، أما في حالة الأمراض المزمنة كالربو والسكري فهو تكيف الأنشطة الرياضية لتساعد على التقليل من هذه الأمراض وبالنسبة لحالات الإصابات الرياضية فإن اللاعب الذي يتعرض للإصابة يحتاج إلى برنامج حركي تأهيلي خاص حسب نوع ودرجة الإصابة، أما تكيف الأنشطة الرياضية للمعاقين جعلها تتماشى مع حالة ودرجة ونوع الإعاقة، وبالتالي فالمقصود بالنشاط البدني الرياضي المكيف في هذه الدراسة هو مجموع الأنشطة الرياضية المختلفة والمتعددة والتي تشمل التمارين والألعاب الرياضية التي تم تعديلها وتكييفها مع حالات الإعاقة ونوعها وشدتها ، بحيث تتماشى مع قدراتها البدنية و الاجتماعية والعقلية.

### 1-2- أسس النشاط البدني الرياضي المكيف:

إن أهداف النشاط البدني الرياضي للمعاقين ينبع أساسا من الأهداف العامة للنشاط الرياضي من حيث تحقيق النمو العضوي والعصبي والبدني والنفسي والاجتماعي حيث أوضحت الدراسات إن احتياجات الفرد المعاق لا تختلف عن احتياجات الفرد العادي فهو كذلك يريد أن يسبح، يرمي، يقفز، ويشير انارينو وأخرون" إن كل ما يحتويه البرنامج العادي ملائم للفرد المعاق، ولكن يجب وضع حدود معينة لمستويات الممارسة والمشاركة في البرنامج تلائم إصابة أو نقاط ضعف الفرد المعاق" (حلمي ابراهيم ليلي السيد فرحات، سنة 1998، ص226).

يرتكز النشاط البدني الرياضي للمعاقين على وضع برنامج خاص يتكون من ألعاب وأنشطة رياضية وحركات إيقاعية وتوقيتية تتناسب مع ميول وقدرات وحدود المعاقين الذين لا يستطيعون المشاركة في برنامج النشاط البدني الرياضي العام، وقد تبرمج مثل هذه البرامج في المستشفيات أو في المراكز الخاصة بالمعاقين، ويكون الهدف الأسمى لها هو تنمية

أقصى قدرة ممكنة للمعاق وتقبله لذاته واعتماده على نفسه، بالإضافة إلى الاندماج في الأنشطة الرياضية المختلفة.

ويراعى عند وضع أسس النشاط البدني الرياضي المكيف ما يلي:

أ- العمل على تحقيق الأهداف العامة للنشاط البدني الرياضي  
ب- إتاحة الفرصة لجميع الأفراد للتمتع بالنشاط البدني وتنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات البدنية.

ج- أن يهدف البرنامج إلى التقدم الحركي للمعاق والتأهيل والعلاج.

د- أن ينفذ البرنامج في المدارس الخاصة أو في المستشفيات والمؤسسات العلاجية.

هـ- أن يمكن البرنامج المعاق من التعرف على قدراته وإمكانياته، وحدود إعاقته حتى يستطيع تنمية القدرات الباقية لديه واكتشاف ما لديه من قدرات.

و- أن يمكن البرنامج المعاق من تنمية الثقة بالنفس واحترام الذات وإحساسه بالقبول من المجتمع الذي يعيش فيه، وذلك من خلال الممارسة الرياضية للأنشطة الرياضية المكيفة.

وبشكل عام يمكن تكييف الأنشطة البدنية والرياضية للمعاقين من خلال الطرق التالية:

ز- تغيير قواعد الألعاب ( التقليل من مدة النشاط، تعديل مساحة الملعب، تعديل ارتفاع الشبكة أو هدف السلة، تصغير أو تكبير أداة اللعب، زيادة مساحة التهديف).

ح- تقليل الأنشطة ذات الاحتكاك البدني الى حد ما .

ط- الحد من نمط الألعاب التي تتضمن عزل أو إخراج اللاعب

ك- الاستعانة بالشريك من الأسوياء أو مجموعة من الوسائل البيداغوجية كالأطواق والحبال

...

إتاحة الفرصة لمشاركة كل الأفراد في اللعبة عن طريق السماع بالتغيير المستمر والخروج في

حالة التعب، تقسيم النشاط على اللاعبين تبعاً للفروق الفردية وإمكانيات كل فرد .

### 1-3 - تصنيفات النشاط البدني الرياضي المكيف:

لقد تعددت الأنشطة الرياضية وتنوعت أشكالها فمنها التربوية والتنافسية، ومنها العلاجية الترويحية أو الفردية والجماعية.

على أية حال فإننا سنتعرض إلى أهم التقسيمات، فقد قسمه أحد الباحثين إلى:

-النشاط الرياضي الترويحي : هو نشاط يقوم به الفرد من تلقاء نفسه بغرض تحقيق السعادة الشخصية التي يشعر بها قبل أثناء أو بعد الممارسة وتلبية حاجاته النفسية والاجتماعية، وهي سمات في حاجة كبيرة إلى تنميتها وتعزيزها 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 والعقلية والاجتماعية.

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 أنه خلال مزاوله ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية بالإضافة إلى تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي. (ابراهيم رحمة ، سنة 1998، ص90)

يرى رملي عباس أن النشاط البدني الرياضي يخدم عدة وظائف نافعة ، إذ أن النشاط العضلي الحر يمنح الأطفال إشباعا عاطفيا كما يزودهم بوسائل التعبير عن النفس والخلق والابتكار والإحساس بالثقة والقدرة على الإنجاز وتمد الأغلبية بالترويحي الهادف بدنيا وعقليا....والغرض الأساسي هو تعزيز وظائف الجسم من اجل لياقة مقبولة وشعور بالسعادة والرفاهية. (عباس عبد الفتاح رملي، محمد ابراهيم شحاتة، سنة 1991 ص79).

كما أكد" مروان ع المجيد " أن النشاط البدني الرياضي الترويحي يشكل جانبا هاما في نفس المعاق اذ يمكنه من استرجاع العناصر الواقعية للذات والصبر، الرغبة في اكتساب الخبرة، التمتع بالحياة ويساهم بدور ايجابي كبير في إعادة التوازن النفسي للمعاق والتغلب على الحياة الرتيبة والمملة ما بعد الإصابة، وتهدف الرياضية الترويحية إلى غرس الاعتماد على النفس والانضباط وروح المنافسة والصدقة لدى الطفل المعوق وبالتالي تدعيم الجانب النفسي والعصبي لإخراج المعوق من عزلته التي فرضها على نفسه في المجتمع. ( عبد الجليل ابراهيم، سنة 1997، ص111-112)

ويمكن تقسيم الترويحي الرياضي كما يلي:

أ - الألعاب الصغيرة الترويحية : هي عبارة عن مجموعة متعددة من الألعاب الجري وألعاب الكرات الصغيرة و ألعاب الرشاقة، وما إلى غير ذلك من الألعاب التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها.

ب - الألعاب الرياضية الكبيرة : وهي الأنشطة الحركية التي تمارس باستخدام الكرة ويمكن تقسيمها طبقا لوجهات نظر مختلفة ألعاب فردية أو زوجية أو جماعية، أو بالنسبة لموسم اللعبة ألعاب شتوية أو صيفية أو تمارس طوال العام.

ج - الرياضات المائية : وهي أنشطة ترويحية تمارس في الماء مثل السباحة، كرة الماء أو التجديف، اليخوت والزوارق، وتعتبر هذه الأنشطة وخاصة السباحة من أحب ألوان الترويح خاصة في بلادنا.

- النشاط الرياضي العلاجي:

عرفت الجمعية الأهلية للترويح العلاجي، بأنه خدمة خاصة داخل المحال الواسع للخدمات الترويحية التي تستخدم للتدخل الإيجابي في بعض نواحي السلوك البدني أو الانفعالي أو الاجتماعي لإحداث تأثير مطلوب في السلوك ولتنشيط وتنمو وتطور الشخصية وله قيمة وقائية وعلاجية لا ينكرها الأطباء.(عطيات محمد خطاب سنة1965، ص 64-65-66).

فالنشاط الرياضي من الناحية العلاجية يساعد مرضى الأمراض النفسية والمعاقين على التخلص من الانقباضات النفسية، وبالتالي استعادة الثقة بالنفس وتقبل الآخرين له ويجعلهم أكثر سعادة وتعاوناً، ويسهم بمساعدة الوسائل العلاجية الأخرى على تحقيق سرعة الشفاء، كالسباحة العلاجية التي تستعمل في علاج بعض الأمراض كالربو وشلل الأطفال وحركات إعادة التأهيل.

كما أصبح النشاط الرياضي يمارس في معظم المستشفيات والمصحات العمومية والخاصة وفي مراكز إعادة التأهيل والمراكز الطبية البيداغوجية وخاصة في الدول المتقدمة، ويراعى في ذلك نوع النشاط الرياضي، وطبيعة ونوع الإصابة، فقد تستخدم حركات موجهة ودقيقة هدفها اكتساب الشخص المعوق تحكماً في الحركة واستخدام عضلات أو أطراف مقصودة.

-النشاط الرياضي التنافسي : ويسمى أيضاً برياضة النخبة أو رياضة المستويات العالية، هي النشاطات الرياضية المرتبطة باللياقة والكفاءة البدنية بدرجة كبيرة نسبياً هدفه الأساسي

الارتقاء مستوى اللياقة والكفاءة البدنية واسترجاع أقصى حد ممكن للوظائف والعضلات المختلفة للجسم. (Roi Randain:, 1993,p 5-6)

#### 1-4- أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف:

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

- الأهمية البيولوجية : إن البناء البيولوجي للجسم البشري يحتم ضرورة الحركة حيث أجمع 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 منها الخواص الأسباب عضوية واجتماعية وعقلية فان أهميته البيولوجية للخواص هو ضرورة التأكيد على الحركة. (لظفي بركات أحمد، سنة 1984، ص61).

يؤثر التدريب وخاصة المنظم على التركيب الجسمي، حيث تزداد نحافة الجسم وثقل سمنته دون تغيرات تذكر على وزنه وقد فحص ويلز وزملائه تأثير خمسة شهور من التدريب البدني اليومي على 34 مراهقة وأظهرت النتائج تغيرات واضحة في التركيب الجسمي، حيث تزداد نمو الأنسجة النشطة ونحافة كتلة الجسم في مقابل تناقص في نمو الأنسجة الدهنية. (أمين أنور الخولي، أسامة كمال راتب، سنة 1992، ص150).

- الأهمية الاجتماعية : إن مجال الإعاقة يمكن للنشاط الرياضي أن يشجع على تنمية العلاقة الاجتماعية بين الأفراد ويخفف من العزلة والانغلاق ( الانطواء على الذات) ويستطيع أن يحقق انسجاما وتوافقا بين الأفراد، فالجلوس جماعة في مركز أو ملعب أو في نادي أو مع أفراد الأسرة وتبادل الآراء والأحاديث من شأنه أن يقوي العلاقات الجيدة بين الأفراد، ويجعلها أكثر إخوة وتماسكا، ويبدووا هذا جليا في البلدان الأوربية الاشتراكية حيث دعت الحاجة الماسة إلى الدعم الاجتماعي خلال أنشطة أوقات الفراغ لإحداث المساواة المرجوة والمرتبطة بظروف العمل الصناعي، فقد بين فيلبن Veblen في كتاباته عن الترويح في مجتمع القرن

التاسع عشر بأوروبا أن ممارسة الرياضة كانت تعبر عن انتمايات الفرد الطبقية، أو بمثابة رمز لطبقة اجتماعية خصوصا للطبقة البورجوازية، إذ يتمتع أفرادها بقدر أوفر من الوقت الحر يستغرقونه في اللهو واللعب منفقون أموالا طائلة وبذخا مسرفا متنافسون على أنهم أكثر هوى وإسراف.

(R. Sue : Le loisir.OP. cit ,P : 63)

وقد استعرض كوكيلي الجوانب والقيم الاجتماعية للرياضة و الترويج فيما يلي : الروح الرياضية التعاون تقبل الآخرين بغض النظر عن الآخرين، التنمية الاجتماعية، المتعة والبهجة، اكتساب المواطنة الصالحة، التعود على القيادة والتبعية، الارتقاء والتكيف الاجتماعي (لظفي بركات أحمد ،سنة1984،ص 65).

كما أكد " محمد عوض بسيوني " أن أهمية النشاط الرياضي تكمن في مساعدة الشخص المعوق على التكيف مع الأفراد والجماعات التي يعيش فيها، حيث أن هذه الممارسة تسمح له بالتكيف والاتصال بالمجتمع، وهو ما أكده كذلك " عبد المجيد مروان" من أن الممارسة الرياضية تنمي في الشخص المعوق الثقة بالنفس والتعاون والشجاعة، فضلا عن شعوره باللذة والسرور، كما أن للبيئة والمجتمع والأصدقاء الأثر الكبير على نفسية الفرد المعاق.

- الأهمية النفسية : بدأ الاهتمام بالدراسات النفسية منذ وقت قصير، ومع ذلك حقق علم النفس نجاحا كبيرا في فهم السلوك الإنساني، وكان التأكيد في بداية الدراسات النفسية على التأثير البيولوجي في السلوك وكان الاتفاق حينذاك أن هناك دافع فطري يؤثر على سلوك الفرد، واختار هؤلاء لفظ الغريزة على أنها الدافع الأساسي للسلك البشري، وقد 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، وقد اتجه الجيل الثاني إلى استخدام الدوافع في تفسير السلوك الإنساني وفرقوا بين الدافع والغريزة بأن هناك دوافع مكتسبة على خلاف الغرائز الموروثة، لهذا يمكن أن نقول أن هناك مدرستين أساسيتين في الدراسات النفسية ومدرسة التحليل النفسي (سيجموند فرويد) ، وتقع أهمية هذه النظرية بالنسبة للرياضة والترويج أنها تؤكد مبدئين هامين:

1 -السماح لصغار السن للتعبير عن أنفسهم خصوصا خلال اللعب.

2 - أهمية الاتصالات في تطوير السلوك، حيث من الواضح أن الأنشطة الترويحية تعطي فرصا هائلة للاتصالات بين المشترك والرائد، والمشارك الآخر.

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

أما نظرية ماسلو تقوم على أساس إشباع الحاجات النفسية، كالحاجة إلى الأمن والسلامة، وإشباع الحاجة إلى الانتماء وتحقيق الذات وإثباتها، والمقصود بإثبات الذات أن يصل الشخص إلى مستوى عال من الرضا النفسي والشعور بالأمن والانتماء، ومما لا شك فيه أن الأنشطة الترويحية تمثل مجالا هاما يمكن للشخص تحقيق ذاته من خلاله. (رضا القزويني، سنة 1978، ص20).

-الأهمية الاقتصادية : لا شك أن الإنتاج يرتبط بمدى كفاءة العامل ومثابرتة على العمل و استعداده النفسي والبدني، وهذا لا يأتي إلا بقضاء أوقات فراغ جيدة في راحة مسلية، وان الاهتمام بالطبقة العاملة في ترويحها وتكوينها تكوينا سليما قد يتمكن من الإنتاجية العامة للمجتمع فيزيد كميتها ويحسن 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. (محمد نجيب توفيق، سنة 1967، ص560).

فالترويح إذن نتاج الاقتصاد المعاصر، يرتبط به أشد الارتباط ومن 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 والتعب والإرهاق العصبي، مؤكداين على أن الترويح يزيل تلك الآثار ويعوضها بالراحة النفسية والتسلية

(R. Sue : Le loisir : OP. cit ,P : 49 -50)

-الأهمية التربوية : بالرغم من أن الرياضة والترويح يشملان الأنشطة التلقائية فقد أجمع العلماء على أن هناك فوائد تربوية تعود على المشترك، فمن بينها ما يلي:

\*تعلم مهارات وسلوك جديدين : هناك مهارات جديدة يكتسبها الأفراد من خلال الأنشطة الرياضية على سبيل المثال مداعبة الكرة كتنشيط ترويجي تكسب الشخص مهارة جديدة لغوية ونحوية، يمكن استخدامها في المحادثة والمكاتبة مستقبلا.

\*تقوية الذاكرة : هناك نقاط معينة يتعلمها الشخص أثناء نشاطه الرياضي والترويجي يكون لها أثر فعال على الذاكرة، على سبيل المثال إذا اشترك الشخص في ألعاب تمثيلية فان حفظ الدور يساعد كثيرا على تقوية الذاكرة حيث أن الكثير من المعلومات التي ترد أثناء الإلقاء تحد مكان في المخ عند الحاجة إليها عند « مخازنها » المخ ويتم استرجاع المعلومة من « مخازن » في الانتهاء من الدور التمثيلي وأثناء مسار الحياة العادية.

\*تعلم حقائق المعلومات : هناك معلومات حقيقية يحتاج الشخص إلى التمكن منها، مثلا المسافة بين نقطتين أثناء رحلة ما، وإذا اشتمل البرنامج الترويجي رحلة بالطريق الصحراوي من القاهرة إلى الإسكندرية فإن المعلومة تتعلم هنا هي الوقت الذي تستغرقه هذه الرحلة.

\*اكتساب القيم : أن اكتساب معلومات وخبرات عن طريق الرياضة والترويج يساعد الشخص على اكتساب قيم جديدة ايجابية، مثلا تساعد رحلة على اكتساب معلومات عن هذا النهر، وهنا اكتساب لقيمة هذا النهر في الحياة اليومية، القيمة الاقتصادية القيمة الاجتماعية كذا القيمة السياسية. ( حزام محمد القزويني، سنة 1978، ص 31-32).

-الأهمية العلاجية : يرى بعض المختصين في الصحة العقلية، أن الرياضة الترويج يكاد يكون المجال الوحيد الذي تتم فيه عملية" التوازن النفسي "حينما تستخدم أوقات فراغنا استخداما جيدا الترويج (تلفزيون، موسيقى، سينما، رياضة، سياحة ) شريطة ألا يكون الهدف منها تمضية وقت الفراغ، كل هذا من شأنه أن يجعل الإنسان أكثر توافقا مع البيئة وقادرا على الخلق والإبداع.

التوترات العصبية من تخلصه فهي الجسم، توازن الحرة والحركات الرياضية الألعاب تعيد وقد قد يؤديان الحياة وتعقد الصناعية فالبيئة وارتياحا مرحا أكثر كائنا وتجعله الآلي، ومن العمل اللجوء إلى يكون الحالة هذه وفي والعنف، الكحول شرب في كالأفراط كثيرة، انحرافات إلى هامة للتخلص وسيلة المعدنية والحمامات الطلق والهواء الخضراء والبيئة الرياضة ممارسة (Domart & al, 1986,P: 589) وسيلة. خير تكون وربما العصبية، الأمراض هذه من

لعلاج بعض الاضطرابات العصبية

## 1-5- النظريات المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي المكيف :

من الصعب حصر كل الآراء حول مفهوم الترويح بسبب تعدد العوامل المؤثرة عليه والمتأثرة به في الحياة الاجتماعية المعقدة، إلا أنه يمكن تحديد أهم مفاهيمه حسب ما جاء في التعاريف السابقة، خاصة تلك التي قدمها سيجموند فرويد Seg Mund Freud وجان بياجيه GeanPiage وكارول جروس Karl Gros هذه التعاريف نابعة من نظريات مختلفة نذكر منها:

## - نظرية الطاقة الفائضة (نظرية سينسر وشيلر):

تقول هذه النظرية أن الأجسام النشيطة الصحيحة، وخاصة للأطفال، تختزن أثناء أدائها لوظائفها المختلفة بعض الطاقة العضلية والعصبية التي تتطلب التنفيس الذي ينجم عنه اللعب.

وتشير هذه النظرية إلى أن الكائنات البشرية قد وصلت إلى قدرات عديدة، ولكنها لا تستخدم كلها في وقت واحد، وكنتيجة لهذه الظاهرة توجد قوة فائضة ووقت فائض، لا يستخدمان في تزويد احتياجات معينة، ومع هذا فإن لدى الإنسان قوى معطلة لفترات طويلة، وأثناء فترات التعطيل هذه تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السليمة النشطة ويزداد تراكمها وبالتالي ضغطها حتى يصل إلى درجة يتحتم فيها وجود منفذ للطاقة واللعب وسيلة ممتازة لاستنفاد هذه الطاقة الزائدة المتراكمة. (عادل خطاب سنة 1956 ص 56-57).

ومن جهة ثانية أن اللعب يخلص الفرد من تعب المتراكم على جسده، ومن تأثيراته العصبية المشحونة من ممارسة واجباته المهنية والاجتماعية، ويعتبر وسيلة ضرورية للتوازن الإنساني النفسي وموافقة مع البيئة التي يعيش فيها .

(Serae moyenca, 1982,P 163)

- نظرية الإعداد للحياة : يرى كارل جروس " Karl Gros " الذي نادى بهذه النظرية بأن اللعب هو الدافع العام لتمارين الغرائز الضرورية للبقاء في حياة البالغين، وبهذا يكون قد نظر إلى اللعب على أنه شيء له غاية كبرى، حيث يقول أن الطفل في لعبه يعد نفسه للحياة المستقبلية، فالبنات عندما تلعب بدميتها تتدرب على الأمومة، والولد عندما يلعب بمسدسه يتدرب على الصيد كمظهر للرجولة.

وهنا يجب أن ننوه بما قدمه كارل جروس خاصة في العلاقة بين الأطفال في مجتمعات ما قبل الصناعة أما في المجتمعات الصناعية يقول رايت ميلز " R. Mills " يعوض الترويح للفرد ما لم يستطع تحقيقه في مجال عمله، فهو بحال لتنمية مواهبه والإبداعات الكامنة لديه منذ طفولته الأولى والتي يتوقف نموها السبب الظروف المهنية، كما أنه يشجع على ممارسة الهوايات المختلفة الرياضية، الفنية أو العلمية ويجد الهاوي من ممارسة هواياته، فرصة للتعبير عن طاقاته الفكرية وتنميتها يصاحبه في ذلك نوع من الارتياح الداخلي، بعكس الحياة المهنية التي تضرر نمو المواهب والإبداعات عامة وخاصة في مجال العمل الصناعي.

- نظرية الإعادة والتخليص: يرى ستانلي هول " Stanley Hool " الذي وضع هذه النظرية أن اللعب ما هو إلا تمثيل لخبرات وتكرار للمراحل المعروفة التي اجتازها الجنس البشري من الوحشية إلى الحضارة، فاللعب كما تشير هذه النظرية هو تخليص وإعادة لما مر به الإنسان في تطوره على الأرض، فلقد تم انتقال اللعب من جيل إلى آخر منذ أقدم العصور. من خلال هذه النظرية يكون ستانلي هول قد اعترض لرأي كارول جروس ويبرر ذلك بأن الطفل خلال تطوره يستعيد مراحل تطور الجنس البشري، إذ يرى أن الأطفال الذين يتسلقون الأشجار هم في الواقع يستعيدون المرحلة القردية من مراحل تطور الإنسان. (كمال درويش، أمين الخولين سنة 1990، ص227).

- نظرية الترويح : يؤكد " جتسي مونس " القيمة الترويحية للعب في هذه النظرية ويفترض في نظريته أن الجسم البشري يحتاج إلى اللعب كوسيلة لاستعادته حيويته فهو وسيلة لتنشيط الجسم بعد ساعات العمل الطويلة.

والراحة معناها إزالة الإرهاق أو التعب البدني والعصبي وتتمثل في عملية الاستراحة والاسترخاء في البيت أو في الحديقة أو في المساحات الخضراء أو على الشاطئ... الخ. كل هذه تقوم بإزالة التعب عن الفرد، وخاصة العامل النفسي، لهذا نجد السفر والرحلات والألعاب الرياضية خير علاج للتخلص من العمل النفسي والضجر الناتجين عن الأماكن الضيقة والمناطق الضيقة والمزعجة. (F. Balle & al, 1975, P: 221)

- نظرية الاستجمام : تشبه هذه النظرية إلى حد كبير نظرية الترويح، فهي تذهب إلى أن أسلوب العمل في أيامنا هذه أسلوب شاق ومحل لكثرة استخدام العضلات الدقيقة للعين واليد،

وهذا الأسلوب من العمل يؤدي إلى اضطرابات عصبية إذا لم تتوفر للجهاز البشري وسائل الاستجمام واللعب لتحقيق ذلك نذكر مايلي :

-المستوى الاقتصادي : تعالج هذه النقطة من حيث استطاعة دخل العمال لإشباع حاجاتهم الترويحية في حياة اجتماعية يسيطر عليها الإنتاج المتنامي لوسائل الراحة والتسلية والترفيه. يبدو من خلال كثير من الدراسات أن دخل العامل يحدد بدرجة كبيرة استهلاكه للسلع واختياراته لكيفية قضاء وقت الفراغ عند الموظفين أو التجار أو الإطارات السامية.

(J. Dumaze Dier : Vers une civilisation du loisir, OP. Cit, P 260.)

كما لاحظ " سوتش " أن هناك بعض الأنواع من الترويح ترتبط بكمية الدخل فكلما ارتفعت زادت المصاريف الخاصة بالترويح، كالخروج إلى المطاعم ومصروفات العطل والسياحية، أو تزايد الطلب على الحاجات الترويحية.

وجاء في دراسة مصرية أن نسبة كبيرة من العمال يفضلون قضاء وقت فراغهم في بيوتهم على الذهاب إلى السينما وذلك لتقادي مصاريف لا طائل منها في نظر العمال. (حسن الساعاتي، سنة 1980، ص 319)

والذي يمكن استنتاجه من خلال ما سبق أن اختيار الفرد لكيفية قضاء أوقاته الحرة أو أسلوب نشاطه الترويحي ونمطه يتأثر بمستوى مداخل الأفراد وقدراتهم المادية لذلك.

-السن : تشير الدراسات العلمية إلى أن العاب الأطفال تختلف عن العاب الكبار وأن الطفل كلما نمي وكبر في السن قل نشاطه في اللعب.

يشير سولينجر " Sullenger إلى أن الأطفال في نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة المراهقة تأخذ نشاطاتهم أشكالاً أخرى غير التي كانوا يمارسونها من قبل، وذلك كالقيام بمشاهدة التلفزيون والاستماع للموسيقى والقراءة وممارسة النشاط الرياضي.

إن كل مرحلة عمر يمر بها الإنسان لها سلوكيات ترويحية خاصة، فالطفل يمرح والشيخ يرتاح، في حين أن الشباب يتعاطون أنشطة حسب أذواقهم، ففي دراسة بفرنسا

"1967" وجد أن مزاوله الرياضة تقل تدريجياً مع التقدم في العمر حتى تكاد تنعدم في عمر

60 عاماً ( Roymond. Tomas, 1983, P: 71 – 72 )

-الجنس : تشير الدراسات العلمية إلى أن أوجه النشاط التي يمارسها الذكور تختلف عن تلك التي تمارسها البنات فالبنات في مرحلة الطفولة تفضل اللعب بالدمى والألعاب المرتبطة بالتدبير المنزلي، بينما يفضل البنين اللعب باللعب المتحركة وبالعاب الآلية وألعاب المطاردة .

ولقد أوضحت دراسات هونزيك " Honzik " أن البنين يميلون إلى اللعب العنيف أكثر من البنات وإن الفروق بين الجنسين تبدو واضحة فيما يرتبط بالقراءة والاستماع إلى برامج الإذاعة ومشاهدة برامج التلفزيون كما أوضحت دراسة اليزابيث تشايلد " E. Child " أن البنات و البنين في مرحلة الطفولة من سن 12 - 3 سنة يميلون إلى النشاطات البدنية و الإبداعية والتخيلية.

إلا أن ترتيب تلك النشاطات لدى البنين تختلف حيث تأتي ممارسة النشاطات البدنية لدى البنات في الترتيب الأخير. (د كمال درويش ،محمد الحماحي، سنة 1997،ص63).

- درجة التعلم : لقد أكدت كثير من الدراسات الاجتماعية أن مستوى التعليم يؤثر على أذواق الأفراد نحو تسلياتهم وهواياتهم، منها ما جاء بها "دوما زودبي" إذ بين أن التربية والتعليم توجه نشاط الفرد عموما في اختياره لترويقه... ، خاصة وأن إنسان اليوم يتلقى كثيرا من التدريبات في مجال الترويق أثناء حياته الدراسية. مما قد يربي أذواقا معينة ربما قد تبقى مدى الحياة.

كما أوضحت دراسة بلجيكية إن اختيار الأفراد لأنواع البرامج الإذاعية المقدمة تتنوع حسب المستوى التعليمي ( ابتدائي، ثانوي ، جامعي)... وأن الجامعيون يفضلون الموسيقى والحصص العلمية والأدبية بينما ذوي المستوى الابتدائي أكثر ولعا بالمنوعات الغنائية والألعاب المختلفة. (J - Cozcheuve, 1980 P: 87)

والذي يمكن استنتاجه من خلال نتائج الدراسات أن هناك اختلاف واضح في كفايات قضاء الوقت الحر وممارسة الترويق بحسب مستوى تعليم الأفراد.

- الجانب التشريعي: مع أن معظم المجتمعات ليس لديها تشريعات كافية في رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة والتكفل بهم خاصة منها الحق في ممارسة الأنشطة الرياضية بمختلف

ألوانها خصوصا في الدول العربية وتوفير الخدمات الرياضية والترفيهية للخواص، مما يشكل عائقا في تقديم الخدمات الضرورية لهذه الفئة.

### 1-6- الألعاب الرياضية التي تتناسب مع المتخلفين عقليا :

تعرفنا في الفصل الأول من هذا البحث عن التخلف العقلي، أسبابه ودرجاته الصفات الحركية له وسنورد هنا بعض الأنشطة والتمارين البدنية التي تتناسب مع المتخلفين عقليا لعلها تساعد القائمين على الأنشطة الرياضية في المراكز النفسية التربوية عن بدء برنامج رياضي لهذه الاعاقة، وعموما الأنشطة الرياضية المعدلة لهذه الفئة تعتمد بدرجة رئيسية على درجة الإعاقة، والصفات الحركية للمعاق، والتي يمكنها ممارسة جميع أنواع الأنشطة الرياضية والتمارين ولكن بدرجة أقل من العاديين حيث أن نموهم الجسمي متأخر من سنتين الى خمس سنوات عن الأسوياء وبالتالي ممكن برمجة الأنشطة الرياضية للمعاق الذي عمره 10 سنوات نشاطات تتاسب أعمار 6 أو 7 سنوات .(عبدالله الزغبى، سليمان العواملة، سنة2000،ص 65-65).

تهدف تلك الأنشطة الى تنمية الإدراك الحسي الحركي والمحافظة على النواحي الجسمية، وتنمية اللياقة البدنية لهم، وعادة ما تكون هذه الأنشطة ترويحية وترفيهية مع استخدام المثيرات المختلفة كالإيقاع والموسيقى والتصفيق والأدوات ذات الألوان المبهرة والمتعددة، وذلك للتمييز الحسي لهم ومساعدتهم على التمييز بين الأشكال والألوان والأحجام والمسافة، وأن تكون الممارسة تحت إشراف طبي ومختصين لتلك الفئة.

### -ألعاب للتحضير البدني العام:

يفضل أن تكون على شكل ألعاب ولا تحتاج الى تفكير في الأداء، حيث تعتمد تلك الفئة على التقليد للحركات كتقليد الطيور أو الحيوانات، كذلك تنوع التمرينات بين فردية وزوجية وجماعية، باستخدام أدوات أو بدونها.

ويفضل أن تكون الكرات المستخدمة ذات ألوان وأحجام مختلفة لتنمية التمييز بين الأدوات والأحجام، خاصة الكرات التي تستخدم في تعليم الالعاب الجماعية لتعويدهم على التفاعل مع الغير مثل كرة السلة، كرة اليد، كرة القدم والكرة الطائرة، كما يمكن استخدام مكعبات من المطاط أو الفلين أو أكياس الرمل والحبوب المتعددة الألوان لتنمية الملكات الذهنية له. ( حلمي ابراهيم ، ليلي السيد فرحات، سنة1998،ص228)

أمثلة على هذه الأنشطة:

### 1-الجري:

الجري في المكان مع زيادة السرعة.

الجري لمسافة 20 م، 30 م، 40 م، 50 م، 100 م.

الجري مع القيام بأبجدياته .

### 2-التمرينات:

تمرينات النظام حيث أنها تعود المعوق على تصرفات نظامية حسنة داخل المجتمع الصغير

الذي تعيش فيه مثل الوقوف صفا، برسم خط على الأرض والوقوف عليه تمرينات طبيعية

مثل : تمرينات الحبو على الذراعين والزحف على البطن، وتمرينات تقليد الحيوانات والتسلق.

تمرينات التوازن : مثل رسم خطين والمشي بينهما ثم على خط واحد.

تمرينات تقوية الذراعين والجذع والساق.

3-الوثب: الوثب بالمكان والوثب على مقعد سويدي . الوثب عن حاجز والوثب من فوق

كرسي أو طاولة.

الوثب الطويل والوثب العالي، ويجب ملاحظة توافر وسائل الامن والسلامة في الأدوات

وتوافر المشرفين.

4-رفع الأثقال: درجة الكرة الطبية بالقدمين والتقدم أماما، ودحرجتها باليدين، الحبل على

قدم واحدة، الوثب مع عدم اسقاط الكرة، رفع الأثقال بالتدرج: 1 كلغ، 2 كلغ، 10 كلغ،

20كلغ ، حمل الثقل والتقدم به الى الأمام.

5-الرياضات الجماعية والفردية بأنواعها: يمكن للمعاقين عقليا ممارسة الالعاب الجماعية

والفردية من اصحاب الاعاقة البسيطة والتي تؤدي إلى انخراط المعاق في الجماعة .(زهرا

ليلي، سنة1992،ص66-67)

6-حركات الجمباز: من الممكن تعليم الحركات السهلة والتي تعتمد على أداء نموذج

أمامهم ،حيث أنهم يميلون إلى التقليد لذلك يمكنهم أداء الدرجات بأنواعها، الأمامية الخلفية،

الطائرة، والوقوف على الرأس واليدين والعجلة ... الخ.

هذه الحركات لها أهمية قصوى بحيث تحتاج الى درجة عالية من التوازن واذا تدرّب المعاق على هذه الحركات، فإن ذلك سوف يؤدي الى تنمية عنصر الرشاقة وتصحيح التشوهات القوامية لدى هذه الفئة (حلمي ابراهيم، ليلي فرحات، سنة1998، ص229).

7-ألعاب في تنمية الحواس: سنحاول عرض بعض الألعاب التي تساعد في تربية الحواس وتمييزها عند الاطفال المتخلفين عقلياً والتركيز على الحواس باعتبارها المنافذ والوسائل الأساسية في توريد المعلومات الى دماغ الطفل، من هنا فهو يتفاعل مع ما يحيط به، من خلال هذه الحواس، وهذا يؤدي إلى زيادة معارفه ونمو احساساته مما يؤدي إلى زيادة وعيه بعالمه الخارجي وزيادة قدرته على التحكم بهذا العالم، وقد صنفت هذه الألعاب إلى خمس مجموعات:

-ألعاب في تربية حاسة البصر: يحتاج أي معوق لفرص النظر من خلال حاجاته لمرافق من خلال الانطباعات بصرية، فالمعاق سمعياً يجب أن يشجع على الملاحظة والنظر لتعويض اعاقته السمعية وبطئ التعلم يجب أن يشجع على استخدام عينيه. ويمكن تلخيص أهم هذه الألعاب فيما يلي :

-لعبة اكتشاف الشيء المخفي أو المضاف، الهدف العام منها هو تدريب وتنمية الانتباه البصري والهدف الخاص أن يكتشف الطفل الشيء المخفي.  
-لعبة اليدين والقدمين، الهدف منها على الألوان والأشكال.

أهم وسائل تربية البصر للمعوقين هي الجولات والرحلات. (عبد الحفيظ سلامة سنة1999، ص131-132).

-ألعاب في تنمية حاسة السمع: إن كل الأطفال بحاجة إلى أن يتعلموا كيفية الإصغاء من اجل ان يتذكروا الأصوات ويتعلموا بالتالي الكلام.

إن السمع مهم لدى المعوقين خاصة أولئك الذين يستخدمون حاسة السمع، كتعويض عن حاسة مفقودة، والجدير بالذكر أن الأطفال يحبون عمل الأصوات، ويشعرون بالرضا إذا ضبطوا الأصوات، وربطوها حسب تتابع الحوادث وهو ما يساعدهم في التركيز والتأزر السمعي.

ويمكن تلخيص هذه الألعاب فيما يلي:

لعبة اشارات المرور، الهدف العام: تدريب الطفل الاستماع، الهدف الخاص: أن يسمع أن يركز سمعه أن يربط بين ما يسمعه وبين سلوك معين، مثلا: يقول المعلم أحمر يجلس الأطفال، يقول أصفر يقف الأطفال.

لعبة الدولبة الصحن، الهدف العام: تدريب الطفل على التركيز والاستماع، الهدف الخاص: أن يسمع أن يركز سمعة، أن يربط بين ما يسمعه وبين سلوك معين. -ألعاب في تنمية حاسة اللمس: يمكن أن تكون ألعاب اللمس ذات أهمية خاصة للمكفوفين والمعاقين جسميا، كما أن الطفل بطيء التعلم بحاجة للتشجيع على اللمس مع اعطائهم تعزيزات، أما الطفل العدوانى فالمشكلة هنا ليست تشجيعه على اللمس انما كيف نساعدته على ذلك بأقل الأضرار.

من هنا فالأصابع تصبح مدخلا هاما للمعلومات من خلال الخبرة اللمسية ويأخذ المعوق عن طريقها في التمييز بين حار وبارد، خفيف وثقيل، كبير وصغير، ناعم وخشن ... الخ. ويمكن تلخيص هذه الألعاب فيما يلي : لعبة اكتشاف الاشياء عن طريق اللمس، الهدف العام: تنمية وتدريب حاسة اللمس الأهداف الخاصة: أن يميز، أن يضع، أن يلمس، أن يسمي ... الخ

مثلا : يجلس الطالب بجانب الطاولة الموضوع فوقها عدة أشياء ( قلم، مسطرة، كأس... الخ) ويغمض الطالب عينيه ويضع يده على الأشياء فوق الطاولة يسمي الشيء الذي يلمسه دون النظر إليه.

-ألعاب في تنمية حاسة الذوق: يبدأ الطفل في أولى مراحل حياته باستخدام فمه لاستمتاع بالأشياء، ومع نمو الحواس الأخرى لديه إلا أن الفم يبقى له دور كبير في الاكتشاف والاستمتاع وتبقى حاسة الذوق مع الحواس الأخرى تساعده في غناء حياته اليومية، هذا ويحتاج المعوقين الى تدريب حاسة الذوق لديهم من منطلق أن بعض المعوقين خاصة من هم بدرجة شديدة، يستخدمون أسننتهم كأفضل وسيلة أو حتى الوسيلة الوحيدة في اكتشاف أفضل لبيئتهم والتمتع بها ، ومن بين هذه الألعاب المختارة في تربية حاسة الذوق ما يلي:

- لعبة الصحن المسحور (لعبة التخمين)- لعبة التمييز بين أنواع الطعام.

-ألعاب في تربية حاسة الشم : مع إن البعض يعتبر حاسة الشم أقل الحواس في الافادة، إلا أنها اذا استعملت ودرست فإنها تعطي متعة، خاصة لضعاف البصر وبطيء التعلم

والمضطربين انفعاليا، ومع تقدم العمر فكل انسان يكون خبرات شميه تغني ذاكرته من جهة وتحذره من الأخطار من جهة أخرى لذا فمن المهم عند تقديم الألعاب أن نركز على تقديم الروائح، وليس فقط التركيز على اللون، الصوت واللمس.

ومن بين الألعاب المختارة في تربية حاسة الشم نذكر:

-لعبة التمييز بن الروائح : نقدم أوعية مختلفة مغلقة وبها ثقب صغيرة تحتوي على مواد مختلفة مثل : قهوة، زعتر، فلفل، ... الخ، يطلب من الطفل أن يشم المادة في الوعاء ويتعرف عليها.

-لعبة حرز الشيء المختفي عن طريق الشم

إفراغ ذي الرائحة المختلفة من بين عدة أوعية لها نفس الرائحة. (عبد الحفيظ سلامة سنة 1999، ص136-140).

## خلاصة:

كان هذا الفصل أداة فعالة لتحليل مفهوم النشاط البدني الرياضي وعلاقته بالمعاقين وقد أجرينا محاولة لشرح النشاط البدني الرياضي المكيف من كافة جوانبه وإظهار الدراسات التربوية والسوسولوجية حوله وما ساهمت هذه الدراسات في مضمار فهم ماهيته. وما يمكن استخلاصه من خلال ما أشرنا إليه أن النشاط البدني الرياضي الموجه للمعاقين يجب تكييفه حسب نوع ودرجة الإعاقة وطبيعة الفرد المعاق من حيث القوانين والوسائل المستعملة، فهو يعتبر وسيلة تربوية وعلاجية ووقائية إذا تم استغلالها بصفة منتظمة ومستمرة .

كما أن للنشاط الرياضي تأثير ايجابي على اندماج وإعادة تأهيل المعاق وتقبله في المجتمع، فالمعاق يستطيع ممارسة النشاط الرياضي بميزات الرياضي العادي من الدقة والتركيز والتحكم في النفس، وبواسطة الإرادة والرغبة والتدريب المستمر يستطيع تحقيق نتائج مذهلة في مختلف الاختصاصات التي تجلب الفرح والسرور .

هذه القيمة للنشاط البدني الرياضي المكيف تفتح لنا إمكانية دراسته على مستوى الأطفال المتخلفين عقليا والآفاق التي يمكن تسطيرها في هذا المجال.

الفصل الثاني

التخلف العقلي

الانتباه والادراك الحركي

## تمهيد:

يعتبر التخلف العقلي من الموضوعات الحديثة في ميدان التربية الرياضية وعلم النفس مقارنة مع الموضوعات المتطرق إليها في هذا الميدان، إذ تعود البدايات المنظمة لهذا الموضوع إلى النصف الثاني من القرن التاسع عشر، وتمتد جذوره إلى ميدان علم النفس، وعلم الاجتماع والقانون والطب...إلخ، مما يستدعي من المربين القائمين على تربية ورعاية هذه الفئة أن يكونوا على دراية كافية بكل هذه الجوانب لأجل تخطيط البرامج التربوية التي تتلائم مع خصائصهم وميولهم ورغباتهم.

وعليه فقد خصصنا هذا الفصل للقيام بدراسة التخلف العقلي دراسة تحليلية، بحيث سنتطرق أولاً إلى تحديد مفهوم التخلف العقلي في ضوء التعاريف المختلفة لها، ثم نتبع ذلك بدراسة خصائص الأطفال المتخلفين عقلياً (الأكاديمية، العقلية، الجسمية، الشخصية، الاجتماعية، والانفعالية والسلوكية)

وبعدها سنقوم بتصنيف التخلف العقلي بجميع أنواعه والتطرق إلى العوامل المسببة للتخلف العقلي (قبل الولادة، أثناء الولادة، بعد الولادة)، وسنتطرق إلى الانتباه والادراك الحركي بعناصرهما.

وأثناء معالجة هذه المواضيع سنحاول قدر المستطاع تدعيم مختلف التعاريف والمفاهيم بما أمكن من دراسات واحصائيات وأراء مختلف المربين في هذا الميدان لكي نعطي نظرة كافية عن مشكلة التخلف العقلي بأبعادها التربوية والاجتماعية والمشكلات المرتبطة بها، ولفت انتباه المربين إلى الانعكاسات والآثار السلبية لهذه المشكلة على المجتمع.

## 2-1- التخلف العقلي :

تقع ظاهرة التخلف العقلي ضمن اهتمامات فئات مهنية مختلفة، لهذا حاول المختصون في ميادين الطب والاجتماع والتربية وغيرهم تحديد مفهوم التخلف العقلي، وطرق الوقاية منه وأفضل السبل لرعاية الأشخاص المتخلفين عقليا .

وفي ضوء ما سبق يمكن القول أن الباحث في مجال التخلف العقلي يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي يتداولها المختصون والعاملون في هذا الميدان، واستخدامهم المصطلح الواحد بمعان مختلفة، فقد استخدم الباحثون الإنجليز والأمريكان مصطلحات من قبل دون عقل، وصغير العقل ونقصان العقل، وفي أواخر الخمسينيات تخلوا عن هذه المصطلحات واستخدموا مصطلح التخلف العقلي، واصطلاح التأخر العقلي.

أما الباحثون العرب فقد استخدموا مصطلحات كثيرة، منها القصور العقلي، النقص العقلي، الضعف العقلي، التأخر العقلي والإعاقة العقلية.

ويعود هذا التعدد إلى ظروف ترجمة المصطلحات الإنجليزية لبعض الباحثين ترجمها ترجمة حرفية والبعض الآخر ترجمها بحسب مضمونها واختلفوا في تحديد هذا المضمون، فمنهم يعرف التخلف العقلي على أنه يعتبر عملية من العمليات الصعبة والمعقدة. (ماجدة السيد عبيد، 2000، ص 20-21).

يقصد بالتخلف العقلي " توقف نمو الذهن قبل اكتمال نضجه، ويحدث قبل سن الثانية عشر العوامل الفطرية والبيئية، ويصاحبه سلوك توافقي سيئ ". (مصري عبد الحميد حنورة، 1991، ص 84).

كما يمكن تعريف التخلف العقلي بأنه انخفاض ملحوظ في الأداء العقلي العام للشخص ويصاحبه عجز في السلوك التكيفي، ويظهر في مرحلة النمو مما يؤثر سلبا على الأداء التربوي.

ومن خلال هذه التعاريف المختلفة قد يكون من المناسب استعراض بعض التعريفات الفنية والسيكولوجية والاجتماعية.

- التعريف الطبي : يعتبر التعريف الطبي من أقدم تعريفات حالة الإعاقة العقلية، إذ يعتبر الأطباء من أوائل المهتمين بتعريف وتشخيص ظاهرة الإعاقة العقلية، وقد ركز التعريف الطبي على أسباب الإعاقة العقلية ففي عام 1900 ركز إرلاند على الأسباب المؤدية إلى

إصابة المراكز العصبية، والتي تحدث قبل أو أثناء أو بعد الولادة وفي عام 1908 ركز ثريد جولد على الأسباب المؤدية إلى عدم اكتمال عمر الدماغ سواء كانت تلك الأسباب قبل الولادة أو بعدها. (محمود محمد ، سنة 1977، ص34).

حالات المرض العقلي (الجنون) صلتهم بالواقع ويعيشون في حالة انقطاع عن العالم الواقعي ( أمراض جنون العظمة والاكنتاب وانفصام بأشكاله، ...إلخ)

- التعريف الاجتماعي: ظهر التعريف الاجتماعي للإعاقة العقلية نتيجة للانتقادات متعددة المقاييس القدرة العقلية وخاصة ستانفورد بينيه ومقياس ويكسلر، في قدرتها على قياس القدرة العقلية للفرد، فقد وجهت انتقادات إلى محتوى تلك المقاييس

وصدقها وتأثيرها بعوامل مرضية وثقافية وعقلية واجتماعية، الأمر الذي أدى ظهور المقاييس الاجتماعية، والتي تقيس مدى تفاعل الفرد مع مجتمعه واستجابته للمتطلبات الاجتماعية. وقد نادى بهذا الاتجاه ميرسر 1973 وجونسون 1980، ويركز التعريف الاجتماعي على مدى نجاح أو فشل الفرد في الاستجابة للمتطلبات الاجتماعية المتوقعة منه.

أما دول فيعرف التخلف من وجهة نظر نفسية اجتماعية تعريفا شاملا محددًا، محاولا التغلب على العيوب التي يقع فيها تعريف تريدي جولد في استخدامه الصلاحية الاجتماعية كمحك للتعرف على التخلف العقلي واستطاع دول أن يحدد ما يقصد بالصلاحية الاجتماعية، كما استطاع وضع تعريف التخلف العقلي قائم على أساس الصلاحية الاجتماعية، كما قدم وسيلة للتعرف على هذه الصلاحية بشكل أكثر تحديدا وشمولا مما قدمه تريدي جولد، يعرف دول التخلف العقلي فيقول أن الفرد المتخلف عقليا إنما هو الشخص الذي تتوفر فيه الشروط التالية:

عدم الكفاءة الاجتماعية بشكل يجعل الفرد غير قادر على التكيف الاجتماعي بالإضافة إلى عدم الكفاءة المهنية وعدم القدرة على تدبير أمور الشخصية.

أن تخلفه العقلي قد بدأ منذ الولادة أو سنوات عمره المبكرة.

أنه سيكون متخلفا عقليا عند بلوغه مرحلة النضج.

1- يعود تخلفه العقلي إما إلى عوامل تكوينية وإما وراثية أو نتيجة لمرض ما.

2- الشرط الأخير أن حالته غير قابلة للشفاء.

3- أنه دون مستوى الفرد العادي من الناحية العقلية.

بهذا نجد أن دول يضع تحديدا واضحا وشاملا للتخلف العقلي يشترط فيه أن تتوفر هذه الشروط الستة حتى يمكن تشخيص الحالة على أنها تخلف عقلي، وهذا يكون أكثر دقة وتحديدًا من تريـد جولـد وذلك أنه جعل الشرط الثاني للتخلف أن يكون صاحب الحالة أقل من العاديين من الناحية العقلية، فإن لم يكن كذلك فإنه ليس عند دول متخلفا حتى وإن كان عاجزا عن التكيف الاجتماعي ، في حين أن مثل هذا الفرد يعتبر متخلفا في مفهوم تريـد جولـد. (ماجدة السيد عبيد ، سنة 2000، ص 23-24)

#### - تعريف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي:

ظهر تعريف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي نتيجة للانتقادات التي وجهت إلى التعريف السيكومتري والذي يعتمد على معايير القدرة العقلية وحدها في تعريف الإعاقة العقلية، ونتيجة للانتقادات التي وجهت إلى التعريف الاجتماعي، والذي يعتمد معايير الصلاحية الاجتماعية وحدها في تعريف الإعاقة العقلية، فقد جمع تعريف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي بين معيار السيكومترية والمعيار الاجتماعي، وعلى ذلك ظهر تعريف هيبير 1959، والذي تم مراجعته عام 1961، وهو ما تبنته الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي، ويشير مقارنة مع نظرائه من نفس المجموعة العمرية، وعلى ذلك يعتبر الفرد معوقا عقليا إذا فشل في المتطلبات الاجتماعية المتوقعة منه وقد ركز كثيرون من أمثال تريـد جولـد ودوول وهيبير وجروسمان وميرسر على مدى الاستجابة للمتطلبات الاجتماعية بمصطلح السلوك التكيفي.

وقد تختلف هذه المتطلبات الاجتماعية تبعا لمتغير العمر أو المرحلة العمرية للفرد حيث تضمن مفهوم السلوك التكيفي تلك المتطلبات الاجتماعية المتوقعة من طفل عمره سنة واحدة

هي :

- التمييز بين الوجوه المألوفة وغير المألوفة.

- الاستجابة للمداعبات الاجتماعية.

- القدرة على الكلام (النطق) بكلمات بسيطة.

- القدرة على المشي.

- القدرة على التآزر البصري الحركي.

- الاستجابة الانفعالية السارة أو المؤلمة حسب طبيعة المثير...إلخ، في حين تتمثل المتطلبات الاجتماعية لطفل في السادسة من العمر في:
- تكوين الصداقات.
- نضج الاستجابات الانفعالية السارة أو المؤلمة.
- التآزر البصري الحركي، المشي، القفز، الجري، الركض.
- ضبط عمليات التبول و التبرز.
- نمو المحصول اللغوي والاستعداد للقراءة و الكتابة.
- التمييز بين القطع والفئات النقدية.
- القدرة على التسوق بقائمة بسيطة من المشتريات.
- الاحساس بالاتجاه وقطع الشارع.
- القيام بالمهام المنزلية البسيطة...إلخ. ( ماجدة السيد عبيد، سنة 2000 ص 25-26)، وعلى ذلك تعتبر تلك المتطلبات الاجتماعية معايير يمكن من خلالها الحكم على أداء الفرد ومدى قدرته على تحقيقها تبعاً لعمره الزمني، أما إذا فشل في تحقيق هذه المتطلبات في عمر ما فإن ذلك يعني أن الطفل يعاني في مشكلة تكيفه الاجتماعي.
- وعرف تريف جولد التخلف العقلي من وجهة نظر الصلاحية الاجتماعية بأنه حالة عدم اكتمال النمو العقلي إلى درجة تجعل الفرد عاجزاً عن ملائمة نفسه مع بيئة الأفراد العاديين بصورة تجعله دائماً بحاجة إلى رعاية وإشراف ودعم خارجي.
- في حين أن هيببر عرفه كمايلي: تمثل الإعاقة العقلية مستوى الأداء الوظيفي العقلي الذي يقل عن متوسط الذكاء بانحراف معيار واحد، ويصاحبه خلل في السلوك التكيفي، ويظهر في مراحل العمر النهائية منذ الميلاد وحتى السنة السادسة عشر ولكن في عام 1973 ونتيجة للانتقادات التي تعرض لها تعريف هيببر والتي خلاصتها أن الدرجة التي تمثل نسبة الذكاء كحد فاصل بين الأفراد العاديين أو الأفراد المعوقين عقلياً عالية جداً، الأمر الذي يترتب عليه زيادة في عدد الأفراد المعوقين في المجتمع لتصبح 16 بالمئة.
- وعلى ذلك تمت مراجعة تعريف هيببر السابق من قبل جروسمان 1973 و 1983 وظهر جديد للإعاقة العقلية وينص هيببر على مايلي: تمثل الإعاقة العقلية مستوى من الأداء الوظيفي العقلي والذي يقل عن مستوى الذكاء بانحرافين معيارين ويصاحب ذلك خلل واضح

في السلوك التكيفي، ويظهر في مراحل العمر الثمانية منذ الميلاد وحتى سن 18، وتبدو الفروق واضحة بيت تعريف هيبير في عام 1959 وتعريف جروسمان 1973، 1983، ويمكن تلخيص تلك الفروق في النقاط الرئيسية التالية:

1- كانت الدرجة (نسبة الذكاء) التي تمثل الحد الفاصل بين الأفراد العاديين والمعوقين حسب تعريف هيبير 85 أو 84 على مقياس ويكسلر أو مقياس ستانفورد وبينيه، في حين أصبحت الدرجة التي تمثل الحد الفاصل بين الأفراد العاديين والمعوقين حسب تعريف جروسمان 70 و 69 على نفس المقاييس السابقة.

2- تعتبر نسبة الأفراد المعوقين عقليا في المجتمع حسب تعريف هيبير 15.86 بالمئة في حين تعتبر نسبة الأفراد المعوقين عقليا في المجتمع حسب تعريف جروسمان ب 2.27 بالمئة.

3- كان سقف العمر النمائي حسب تعريف هيبير هو سن 16، في حين أصبح سقف العمر النمائي حسب تعريف جروسمان هو سن 18. ( حليل المعاينة، سنة 2000، ص 155). ويعتبر تعريف جروسمان 1973 من أكثر التعريفات قبولا في أوساط التربية الخاصة، وقد تبنت الجمعية الأمريكية هذا التعريف من عام 1973 وحتى عام 1992، كما تبناه القانون العام رقم 94/142 والمعروف باسم قانون التربية لكل الأطفال المعوقين، وحسب ذلك التعريف فقد اعتبرت معايير نسبة الذكاء والسلوك التكيفي أبعادا رئيسية في تعريف الإعاقة العقلية.

وظهر تعديل جديد لتعريف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي في عام 1993 وينص هذا التعديل إلى عدد من التغيرات في التعريف التقليدي السابق للجمعية الأمريكية للتخلف العقلي، والتي أشار إليها كلا من: هانتس ومارشيل 1994 ولاكسون 1992 والجمعية الأمريكية للطب النفسي 1994 وعلى ذلك ينص التعريف الجديد للجمعية الأمريكية للتخلف العقلي على مايلي:

تمثل الإعاقة العقلية عددا من جوانب القصور لدى الفرد والتي تظهر دون سن 18 وتتمثل في التدين الواضح في القدرة العقلية عن متوسط الذكاء يصاحبها قصور واضح في اثنين أو أكثر من مظاهر السلوك التكيفي من مثل مهارات: الاتصال اللغوي العناية الذاتية، الحياة

اليومية الاجتماعية، التوجيه الذاتي، الخدمات الاجتماعية الصحة والسلامة الأكاديمية، أوقات الفراغ والعمل.

- تعريف السلوك التكيفي: يشير السلوك التكيفي إلى الاستقلال الذاتي وقدرة الشخص على تحمل المسؤولية الاجتماعية المتوقعة ممن هم في عمره، ومن مجموعته الثقافية ويقاس السلوك التكيفي بأدوات عديدة من أهمها مقياس السلوك التكيفي الذي أعدته الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي، الذي يقيس الجزء الأول منه الجوانب الآتية: الأداء المستقل، النمو الجسمي، النشاط الاقتصادي، النمو اللغوي، الأرقام والوقت النشاط المهني، التوجيه الذاتي، تحمل المسؤولية، النضج الاجتماعي.

## 2-2- خصائص المتخلفون عقليا

إن التعرف على السمات والخصائص العامة للمعوقين عقليا يساعد المرء والأخصائيين على تقديم أفضل الخدمات النفسية والتربوية والاجتماعية، حيث أن الأشخاص المتخلفين عقليا قادرين على التعلم والنمو على أن نموهم وإن كان يوازي نمو الأشخاص غير المتخلفين عقليا إلا أنه يتصف بكونه بطيئا، واستنادا إلى هذه الحقيقة فإن فلسفة رعاية هؤلاء الأشخاص قد تغيرت في العقود الماضية من الإيواء إلى تطوير البرامج التربوية لهؤلاء للأطفال المتخلفين عقليا، ذلك أن هؤلاء الأفراد لا يشكلون فئة متجانسة، فقد تختلف الخصائص تبعا لدرجة الإعاقة، لذا نجد اختلافات واضحة بين الأفراد المعوقين عقليا بعضهم البعض، هذا فضلا عن الاختلافات الكبيرة بين هؤلاء الأفراد وبين العاديين، وسوف يكون وصفا لخصائص هذه الفئة رغم وجود بعض الخصائص المختلفة لكل فئة من فئات المتخلفين عقليا وأهم الخصائص هي: (محمد عبد السلام البواليز، سنة 2000، ص82).

- الخصائص الأكاديمية : إن العلاقة القوية التي يرتبط بها كل من الذكاء وقدرة الفرد على التحصيل يجب أن لا تكون مفاجئة للمعلم عندما لا يجد الطفل المتخلف عقليا غير قادر على مسايرة بقية الطلبة العاديين في نفس العمر الزمني لهم وخاصة في عملية تقصيره في جميع جوانب التحصيل، وقد يظهر على شكل تأخر دراسي في مهارات القراءة والتعبير والكتابة والاستعداد الحسابي، وقد أشارت دونا بان هناك علاقة بين فئة المتخلفين عقليا وبين درجة التخلف الأكاديمي، إذن من أكثر الخصائص وضوحا لدى الأطفال المعاقين عقليا النقص الواضح في القدرة على التعلم مقارنة مع الأطفال العاديين المتناظرين في العمر

الزمني، كذا عدم قدرة هؤلاء على التعلم من تلقاء أنفسهم مقارنة مع العاديين، وهذا ما أثاره كل من بني مستر 1976، وديني 1946 وزقمر 1964 والتي يلخصها ماكميلان 1977 بقوله أن الفروق بين تعلم كل من الأطفال العاديين والمعوقين عقليا المتماثلين في العمر الزمني فروق في الدرجة والنوع.

أما من ناحية الانتباه (وهو ما يعرف على أنه القدرة على التركيز على مثير محدد) يعتبر متطلبا مهما لتعلم التمييز، وقد حاولت دراسات عديدة التعرف على هذه الصفة الأفراد المتخلفين عقليا.

وقد خلصت النتائج إلى افتراض مفاده أن قدرة الشخص المتخلف عقليا على الانتباه إلى المثيرات ذات العلاقة في موقف أضعف أو أدنى من قدرة الأشخاص غير المعوقين، وأن ضعف الانتباه هذا هو العامل الذي يكمن وراء الصعوبة في التعلم التي يواجهها الأشخاص المتخلفين عقليا.

أما درجة التذكر فهي ترتبط فهي ترتبط بدرجة الإعاقة العقلية، إذ تزداد درجة التذكر كلما زادت القدرة العقلية والعكس صحيح، وتعتبر مشكلة التذكر من أكثر المشكلات التعليمية حدة لدى الأطفال المعوقين سواء كان ذلك متعلق بالأسماء أو الأشكال أو الوحدات وخاصة الذاكرة القصيرة المدى والاعتقاد السائد كما يذكر أليس 1970، هو أن الأشخاص المتخلفين عقليا لديهم ضعف في اقتفاء أثر المثير، ويخلص ماكميلان نتائج بعض البحوث على موضوع التذكر منها:

- 1- ثقل قدرة المعوق عقليا على التذكر مقارنة مع الطفل الذي يناظره في العمر الزمني.
- 2- ترتبط درجة التذكر بالطريقة التي تتم بها عملية التعلم، فكلما كانت الطريقة أكثر حسية كلما زادت القدرة على التذكر والعكس صحيح. (فاروق الروسان، سنة 1983، ص 24-25)
- 3- تتضمن عملية التذكر ثلاث مراحل رئيسية هي: استقبال المعلومات وتخزينها ثم استرجاعها وتبدو مشكلة الطفل المعاق عقليا الرئيسية في مرحلة استقبال المعلومات وذلك بسبب ضعف الانتباه لديه.

فالأفراد المتخلفين عقليا لا يستطيعون التقدم في العملية التعليمية كغيرهم من الأفراد فهم لا ينجحون في المجالات الأكاديمية كغيرهم، ولا غرابة في ذلك فثم علاقة قوية بين التحصيل

الأكاديمي والذكاء فهم لا يعانون من مشكلات في القراءة وخاصة في الاستيعاب القرائي، وهم لا يحصلون أكاديميا بما يتوافق وقدراتهم المتوقعة.

- الخصائص اللغوية: تعتبر الخصائص اللغوية والمشكلات المرتبطة بها مظهرا مميزا للإعاقة العقلية وعلى ذلك فليس من المستغرب أن نجد أن مستوى الأداء اللغوي لدى الأطفال المعاقين عقليا هو أقل بكثير من مستوى الأداء اللغوي للأطفال العاديين بناء على ظروفهم في العمر الزمني.

وأشارت الدراسات إلى أن الاختلاف بين العاديين والمعوقين عقليا هو اختلاف في درجة النمو اللغوي ومعدله، وقد لاحظ الباحثون تطور النمو اللغوي لدى الأطفال المنغوليين لمدة ثلاث سنوات، وتوصلوا إلى أن الاختلاف في تطور النمو بين الأطفال العاديين والمعوقين عقليا هو اختلاف في معدل النمو اللغوي حيث أن الأطفال المعوقين عقليا أبطئ في نموهم اللغوي مقارنة مع نظرائهم من العاديين، وبينت الدراسات أن المشكلات الكلامية أكثر شيوعا لدى الأشخاص المتخلفين عقليا منها لدى غير المتخلفين وخاصة مشكلات التهجئة ومشكلات لغوية مختلفة مثل تأخر النمو اللغوي التعبيري والذخيرة اللغوية المحدودة واستخدام القواعد اللغوية بطريقة خاطئة وقد أشار هالاهان وكوفمان 1982 إلى الخصائص التالية للنمو اللغوي للأشخاص المتخلفين عقليا:

1- إن مدى انتشار المشكلات الكلامية واللغوية وشدة هذه المشكلات يرتبط بشدة التخلف العقلي الذي يعاني منه الفرد فكلما ازدادت شدة التخلف العقلي الذي يعاني منه الفرد ازدادت المشكلات الكلامية واللغوية وأصبحت أكثر انتشارا.

2- أن المشكلات الكلامية واللغوية لا تختلف باختلاف الفئات التصنيفية للتخلف العقلي.

3- أن البنية اللغوية للمتخلفين عقليا تشبه البناء اللغوي لدى غير المتخلفين عقليا فهي ليست شاذة إنما لغة سرية و لكن بدائية.

أما كريمر فقد أشار عام 1974م من خلال الاطلاع على الدراسات التي أجريت على تطور اللغة عند الأطفال المتخلفين عقليا وقد كانت على الشكل التالي:

1- الاطفال المعوقين عقليا يتطورون ببطء في النمو اللغوي.

2- الأطفال المعوقين عقليا يتأخرون في اللغة مقارنة مع العمر بالنسبة للعاديين.

3- لديهم الضعف في القدرات المعرفية وذلك مثل ضعف في فترة الذاكرة. (جرار جلال، فاروق الروسان، 1995، ص18-19).

2-3 الخصائص العقلية: من المعروف أن الطفل المعوق عقليا لا يستطيع أن يصل في نموه التعليمي إلى المستوى الذي يصل إليه الطفل العادي، كذلك أن النمو العقلي لدى الطفل المعوق عقليا أقل في معدل نموه من الطفل العادي، حيث أن مستوى ذكائه قد لا يصل 70 درجة كما أنهم يتصفون بعدم قدرتهم على التفكير المجرد وإنما استخدامهم قد حصر على المحسوسات وكذلك عدم قدرتهم على التعميم. (ماجدة سيد عبيد، 2000، ص35).

- الخصائص الجسمية: على الرغم من أن النمو الحركي لدى المتخلفين عقليا أكثر تطورا من مظاهر النمو الأخرى، إلا أن الأشخاص المتخلفين عقليا عموما أقل كفاية من الأشخاص غير متخلفين عقليا، وذلك فيما يتصل بالحركات وردود الفعل الدقيقة والمهارات الحركية المعقدة والتوازن الحركي، وهم أقل وزنا ولديهم تأخر في القدرة على المشي وبما أن هؤلاء الأشخاص المتخلفين عقليا لديهم أكثر بقليل من حيث المشاكل في السمع والبصر والجهاز العصبي من العاديين، لذلك من المتوقع بأن هؤلاء الأطفال من حيث التربية الرياضية أقل من العاديين في المهارات الرياضية كما أن قدراتهم الحسية والحركية سريعة وذلك يظهر من خلال الحركات التي يقومون بها من دون هدف مثل المشي إلى الأمام والعودة إلى الخلف، وقد تصاحب بعضا منها تحريك الرأس وللزمات العصبية، وبناءا على تحليل الأدب المتصل بالخصائص النمائية الحركية للمتخلفين عقليا، خلص فالن وأمانسكي 1985 إلى ما يلي:

1- هناك علاقة قوية بين العمر الزمني والأداء الحركي، فمع تقدم العمر يصبح المتخلف عقليا أكثر مهارة حركية.

2- هناك علاقة قوية بين شدة التخلف العقلي وشدة الضعف الحركي.

3- إن تسلسل النمو الحركي لدى المتخلفين عقليا يشبه التسلسل النمائي لدى غير المتخلفين عقليا فمعدل النمو لديهم أبطأ منه لدى المعوقين، وكمجموعة فإن المتخلفين عقليا يتأخرون في المشي ويكونون أقصر قليلا من الآخرين، وأكثر عرضة للمشكلات والأمراض الجسمية كما أن هذه الفئة تعاني مشكلات متصلة بالمجاري البولية وصعوبة كبيرة في التحكم بحركة اللسان.

كما يعانون من اضطرابات عصبية وخاصة الصرع، وقد تبين أن بعضهم يتردد حولهم شكاوي الشذوذ الجنسي ولم تتعدى أعمارهم عشر سنوات، ويرجع إلى أن المتخلف عقليا يريد إثبات ذاته وكيانه. (ماجدة سيد عبيد ، 2000 ، ص 66-67).

- الخصائص الشخصية : إن الأطفال المعوقين عقليا لديهم بعض المشاكل الانفعالية والاجتماعية ، وذلك لسبب يعود إلى المعاملة والطريقة التي يعامل بها هؤلاء المتخلفين في المواقف الاجتماعية حيث قد يوصف بأنه متخلف أو غير متخلف أو مجنون ...

وقد اشار زغلر من خلال الفرضيات التي وضعها في بحثه إلى أن السبب الحقيقي وراء تسمية أو الحكم على الأطفال المتخلفين عقليا بأنهم غير اجتماعيين يعود إلى الخبرات السابقة وما أصيبوا من إحباطات نتيجة هذا التفاعل مع القادرين، وأشارت الكثير من الدراسات إلى أن لدى الكثير من المعوقين عقليا إحساس سلبي نحو أنفسهم بسبب ضعف القدرات لديهم التي قد تساعدهم في عملية النجاح، وكذلك أن لدى المعوقين عقليا ضعف في مفهوم الذات .

ويعجز المتخلف عقليا عن إدراك العلاقات التي تربط سلوكه بنتائج ذلك السلوك عجزه عن إسقاط النتائج المباشرة للسلوك في المستقبل، فتنشأ عنه أفعال مدمرة لنفسه وللآخرين ويصبح خطرا على الناس والمجتمع ويعجز المتخلف عقليا عن تمييز ذاته من الأشياء والناس، ويعاني المتخلفون كل أنواع الضغوط كالعجز عن فهم تعقيدات الحياة والاستجابة لها والفشل في تحقيق المطالب الاجتماعية الملقاة على عاتقهم، يعي الكثير من المتخلفين قصورهم العقلي ويعانون من مشاعر مرة من لا القيمة ولا الاعتبار مما يرشحهم لمختلف الذهانات الوظيفية كالفصام والهوس. (فاروق الروسان، سنة1998ص 55-56).

- الخصائص الاجتماعية والانفعالية :يجعل الضعف العقلي للإنسان المتخلف عقليا عرضة للمشكلات الاجتماعية والانفعالية المختلفة ، لا يعود ذلك للضعف العقلي فحسب ولكنه يعود أيضا إلى اتجاهات الآخرين نحو المتخلفين عقليا وطرق معاملتهم لهم والتي تؤدي بهذه الفئة إلى إظهار أنماط سلوكية اجتماعية غير مناسبة ويواجهون صعوبات بليغة لبناء علاقات اجتماعية مع الآخرين.

إن الأشخاص المتخلفين عقليا لا يتطور لديهم الشعور بالثقة بالذات إذ يعتمدون على الآخرين في حل المشكلات ، وأنهم بسبب هذا الإخفاق يتطور لديهم الخوف من الفشل والذي يدفع بهم إلى تجنب محاولة تأدية المهام المختلفة.

كذلك لوحظ أن الطفل المعوق عقليا يميل إلى الانسحاب والتردد في السلوك التكراري وفي عدم قدرته على ضبط الانفعالات، وغالبا ما يميل إلى المشاركة مع الأصغر سنا في نشاطه، وقد يميل إلى العدوان والعزلة والانطواء، وقد اشارت بعض الدراسات أن الطفل المعوق عقليا قد يكون هادئا لا يتأثر بسرعة، حسن التصرف والسلوك راضيا بحياته كماهي، ويستجيب إذا علمناه، ويغضب إذا أهمل، ولكن سرعان ما يضحك ويمرح.

هناك بعض الدراسات التي ترجع السلوك الانفعالي الذي يتميز به الأطفال المتخلفون عقليا إلى ارتفاع وانخفاض في الهرمونات التي تفرزها الغدة الصماء، ومثال ذلك أن هرمون الثيروتوسكين الذي تفرزه الغدة الدرقية يعدل النشاط العقلي والعصبي ويؤثر في الناحية الانفعالية إذا زاد افرازه فإن ذلك يؤدي إلى التوتر العصبي وعدم الاستقرار وعدم الثبات الانفعالي، وعلى العكس فإذا قل فإن ذلك يؤدي إلى التعب والكسل والإهمال والبلادة والخمول وقد يؤدي غلى مشاكل متنوعة في الشخصية.

- الخصائص السلوكية: بينت الخصائص السلوكية لدى المعوقين عقليا على نتائج الدراسات المقارنة بين الأطفال العاديين والمعوقين عقليا المتماثلين في العمر الزمني، إلا أنه يصعب تعميم هذه الخصائص على كل الأطفال المعاقين عقليا إذ قد تنطبق هذه الخصائص على طفل ما، بينما لا تنطبق على طفل آخر بنفس الدرجة، ومن أهم تلك الخصائص:

1- التعلم: التعلم الحركي هو التغيير في الاداء أو السلوك الحركي كنتيجة لتدريب أو الممارسة وليس للنضج أو التعب أو تأثير بعض العقاقير المنشطة وغير ذلك من العوامل التي تؤثر على الاداء أو السلوك الحركي تأثيرا وقتيا معينا.

من أكثر الخصائص وضوحا لدى الأطفال المعاقين عقليا النقص الواضح في القدرة على التعلم مقارنة مع الاطفال العاديين المتناظرين في العمر الزمني، كما تشير الدراسات في هذا الصدد على النقص الواضح في قدرة هؤلاء الاطفال المعوقين عقليا على التعلم من تلقاء انفسهم مقارنة مع الأطفال العاديين، وأن الفرق بين هؤلاء الأطفال المتماثلين في العمر الزمني فروق في الدرجة والنوع وفي تعلم المفاهيم العددية ومهارات الكتابة والقراءة وفي إتقان مهارات التعبير اللفظي في إشارة إلى تفوق الطلبة العاديين على الطلبة المعاقين عقليا.

2- الإنتباه: يواجه الأطفال المعاقين عقليا مشكلات واضحة في القدرة على الانتباه والتركيز على المهارات التعليمية إذ تتناسب تلك المشكلات طرديا كلما نقصت درجة الاعاقة العقلية

وعلى ذلك يظهر الأطفال المعاقين إعاقة بسيطة مشكلات أقل في القدرة على الانتباه والتركيز مقارنة مع ذوي الإعاقة المتوسطة والشديدة، ويخلص ماكميلان 1977 الدراسات التي أجراها زيمان 1965 وهاوس 1963 وتيرنر 1970 وسبيتز في هذا المجال كما يلي:

- يعاني المعاقون عقليا من نقص واضح في الانتباه والتعلم التمييزي بين المثيرات من حيث شكلها ولونها ووضعها، وخاصة لدى فئة الإعاقة العقلية المتوسطة والشديدة.

- يعاني المعاقين عقليا (وخاصة فئة الإعاقة المتوسطة والشديدة) من فرص الاحباط والشعور بالفشل، لذا يبحث الطفل المعاق عقليا عن فرص النجاح وعلاماته إذ يركز على تعبيرات وجه المعلم أكثر من تركيزه على المهمة المطلوبة منه. (ماجدة السيد 1990، ص 148-149)

- يعاني المعاقون عقليا من مرحلة استقبال المعلومات في سلم تسلسل عمليات أو مراحل التعلم والتذكر لذا كان من الضروري لمعلم التربية الخاصة العمل على مساعدة الأطفال المعاقين عقليا بطريقة منظمة سهلة.

- يميل الأطفال المعاقين عقليا إلى تجميع الأشياء أو تصنيفها بطريقة غير صحيحة وقد يعود السبب في ذلك إلى طريقة التي يستقبل فيها المعاقون عقليا ترتيب أو تصنيف الأشياء.

وعلى ضوء ذلك كله فليس من المستغرب أن يكون النقص الواضح في القدرة على الانتباه لدى الأطفال المعاقين عقليا سببا في كثير من المشكلات التعليمية لديهم.

3- التذكر: ترتبط درجة التذكر بدرجة الإعاقة العقلية إذ تزداد درجة التذكر كلما زادت القدرة العقلية و العكس صحيح، وتعتبر مشكلة التذكر من أكثر المشكلات التعليمية حدة لدى الاطفال المعوقين عقليا سواء كان ذلك متعلق بالأسماء أو الوحدات وخاصة التذكر قصير المدى، ويخلص ماكميلان 1977 نتائج البحوث التي أجراها بروكز كي 1974 وروبينسون 1974 وبراون 1974 على موضوع التذكر لدى الأطفال المعوقين عقليا ومنها:

- نقل قدرة الطفل المعوق عقليا على التذكر مقارنة بالطفل الذي يناظره في العمر الزمني، ويعود السبب في ذلك إلى ضعف قدرة المعاق عقليا على استعمال وسائل أو استراتيجيات أو وسائل للتذكر كما يقوم بذلك الطفل العادي.

- ترتبط درجة التذكر بالطريقة التي تتم بها عملية التعلم فكلما كانت أكثر حسية كلما زادت القدرة على التذكر والعطس صحيح.

- تتضمن عملية التذكر ثلاث مراحل رئيسية هي: استقبال المعلومات و تخزينها ثم استرجاعها وتبدو مشكلة الطفل المعاق عقليا الرئيسية في استقبال المعلومات. (ماجدة السيد عبيد، 1990، ص 148-149).

4- إنتقال أثر التعلم: يعاني الاطفال المعاقين عقليا من نقص واضح في نقل أثر التعلم من موقف إلى آخر، ويعتمد الأمر على درجة الاعاقة العقلية، إذ تعتبر خاصية صعوبة نقل أثر التعلم من الخصائص المميزة للطفل المعوق عقليا مع الطفل العادي الذي يناظره في العمر الزمني، ويبدو السبب في ذلك إلى فشل المعوق في التعرف إلى أوجه الشبه والاختلاف بين الموقف المتعلم السابق والموقف الجديد اللاحق، وقد لخص ماكميلان 1977 نتائج الدراسات التي أجريت حول موضوع انتقال أثر التعلم فأشار إلى الفروق الواضحة بين أطفال مراكز التربية الخاصة النهارية وأطفال الإقامة الكاملة من حيث قدرتهم على التعرف على الدلائل المناسبة بين الموقف المتعلم السابق والموقف الجديد اللاحق، كما أشار إلى أن قدرة الطفل المعوق عقليا على نقل التعلم تعتمد على درجة الاعاقة العقلية وعلى طبيعة المهمة التعليمية ودرجة التشابه بين الموقفين السابق والملاحق. (فاروق الروسان، سنة 1998، ص 99...102).

### 2-3- تصنيف التخلف العقلي:

الهدف الجوهري من استخدام نظام للتصنيف في مجال التخلف العقلي هو المساعدة على وضع وتخطيط برامج وخدمات ملائمة للأفراد والذين يقع مدى أدائهم العقلي في نطاق المستويات المختلفة للبحث العقلي.

إن الشخص المتخلف عقليا لا بد من النظر إليه على أنه فرد يملك درجات مختلفة من القدرات في المجالات المختلفة، هذه القدرات تتغير كلما تقدم الفرد تجاه تحقيق النضج وكلما حصل على التدريب والتعليم اللازمين والمساعدة المستمرة.

ويمكن تصنيف التخلف العقلي إلى ما يلي:

-التصنيف على أساس الأسباب: يشمل التصنيف على حسب أسباب العناصر التالية:

-الاعاقة العقلية الأولية والتي يرجع السبب فيها إلى ما قبل الولادة ويقصد بها العوامل الوراثية مثل اخطاء الجينات والصفات ( الكروموسومات) ويحدث في حوالي 80 بالمئة من حالات الضعف العقلي العائلي.

- الاعاقة العقلية الثانوية والتي تعود إلى أسباب تحدث أثناء فترة الحمل، أو أثناء فترة الولادة، أو بعدها وغالبا ما يطلق على هذه العوامل الأسباب البيئية، وهذه العوامل تؤدي إلى إصابة الجهاز العصبي في مرحلة من مراحل النمو بعد عملية الاخصاب ويحدث ذلك في حوالي 20 بالمئة من حالات الاعاقة العقلية، ومن أمثلة ذلك حالات استسقاء الدماغ وحالات القصاع. (د/ عبد الرحمن العيسوي، سنة1994، ص 28)

- التصنيف على أساس الشكل الخارجي: تقسم الاعاقة العقلية إلى فئات حسب الشكل الخارجي المميز لكل فئة ومن هذه الفئات ما يلي:

\*المنغولية: وتسمى هذه الحالة باسم عرض داون نسبة إلى الطبيب الانجليزي جون داون في عام 1866، حيث قدم محاضرة طبية حول المنغولية كنوع من انواع الاعاقة العقلية ولقي مثل هذا الاسم ترحيبا في أوساط المهتمين بالإعاقاة العقلية. وتشكل حالة المنغولية حوالي 10 بالمئة من حالات الاعاقة العقلية المتوسطة و الشديدة ويمكن التعرف على هذه الحالة قبل عملية الولادة وأثناءها. (د/ فاروق الروسان، سنة 1998، ص80).

ويتميز الأطفال المنغوليون بخصائص جسمية وعقلية واجتماعية مميزة تختلف عن الاعاقة العقلية الأخرى، تتمثل هذه الخصائص في شكل الوجه المستدير المسطح والعيون الضيقة ذات الاتجاه العرضي، وصغر حجم الأنف، وكبر حجم الأذنين وظهور اللسان خارج الفم، وقصر الأصابع والأطراف، وظهور خط هلامي واحد في راحة اليد بدلا من خطين.

أما الخصائص العقلية فتتمثل في القدرة العقلية التي نسبة ذكائها ما بين 45-70 على منحى التوزيع الطبيعي للقدرة العقلية، ويمكن تصنيف هذه الفئة ضمن فئة الأطفال القابلين للتعلم أو الأطفال القابلين للتدريب.

أما الخصائص اللغوية لهذه الفئة فهو يواجه مشكلات في اللغة التعبيرية إذ يصعب عليهم التعبير عن نواتهم لفظيا لأسباب متعددة أهمها القدرة العقلية وسلامة جهاز النطق وخاصة اللسان والأسنان، أما مشكلات اللغة الاستقبالية فتبدو أقل مقارنة باللغة التعبيرية، إذ يسهل

على الطفل المنغولي استقبال اللغة وسمعتها وفهمها وتنفيذها. (ماجدة السيد عبيد، 2000، ص 109-110).

أما أسباب هذه الحالة فتعود إلى اضطرابات في الكروموزوم رقم 21 حيث يظهر زوج الكروموزومات هذا ثلاثيا لدى الجنين، وبذلك يصبح عدد الكروموزومات لدى الجنين في حالة المنغولية 47 كروموزوما كما هو الحال في الأجنة العادية، وهناك أسباب أخرى لحدوث حالات المنغولية تعود إلى خطأ في موقع الكروموزوم، ولكن نسبة هذه الحالات قليلة جدا ولا ترتبط بعمر الأم كما هو الحال في حالات اضطرابات الكروموزوم رقم 21 والذي يرتبط بعمر الأم. (د/فاروق الروسان، 1998، ص 81)

\* القماءة: تعتبر القماءة مظهرا من مظاهر الاعاقة العقلية، ويقصد بها حالات قصر القامة الملحوظ مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي إليها الفرد، ومن المظاهر الجسمية المميزة لهذه الحالة قصر القامة حيث لا يصل طول الفرد حتى في غاية سن البلوغ والمراهقة إلى أكثر من 80 سم ويصاحبها كبر في حجم الرأس وجحوظ العينين وجفاف الجلد واندلاع البطن وقصر الأطراف والأصابع، أما الخصائص العقلية لهذه الحالات فتتمثل في تدني الأداء العقلي لهذه الفئة على مقياس الذكاء التقليدية وفي الغالب تتراوح نسب ذكاء هذه الفئة ما بين 25 إلى 50 درجة وتواجه هذه الحالات مشكلات تعليمية مثل القراءة والكتابة.

وترجع أسباب حالات القماءة إلى عوامل وراثية وبيئية، وخاصة النقص الواضح في هرمون الثيروكسين الذي تفرزه الغدة الدرقية حيث يتأثر نشاط الغدة الدرقية بعدة عوامل منها الهرمون المنشط لها، من الغدة النخامية وكمية الدم التي تصل إليها، ومادة اليود التي تعتبر عاملا أساسيا في نقص هرمون الثيروكسين.

\* صغر حجم الدماغ: وتبدو مظاهر هذه الحالة في صغر حجم محيط الجمجمة والتي تبدو واضحة منذ الميلاد، مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي إليها الفرد وفي صعوبة التأزر البصري الحركي وخاصة للمهارات الحركية الدقيقة، وتتراوح القدرة العقلية لهؤلاء ما بين الاعاقة العقلية البسيطة والمتوسطة، ويعتقد أن سبب هذه الحالة يبدو في تناول الكحول والعقاقير أثناء فترة الحمل، وتعرض الأم الحامل للإشعاع.

( الخالدي، محمد علي أديب، سنة 1975، ص 22).

\* كبر حجم الدماغ: تعتبر حالات كبر حجم الدماغ من الحالات الإكلينيكية المعروفة في مجال الإعاقة العقلية بالرغم من قلة نسب حدوث مثل هذه الحالات مقارنة مع حالات الإعاقة العقلية البسيطة، وتبدو مظاهر هذه الحالة في كبر محيط الجمجمة من 40-50سم مقارنة مع حجم محيط الجمجمة لدى الأطفال العاديين عند الولادة، وغالبا ما يكون شكل الرأس في مثل هذه الحالات كبيرا، ومن المظاهر الجسمية المصاحبة لمثل هذه الحالات النقص الواضح أحيانا في الوزن والطول وصعوبة في المهارات الحركية العامة والدقيقة، مقارنة مع نظرائهم من الأطفال العاديين .

أما الخصائص العقلية لمثل هذه الحالات فتبدو في النقص الواضح في القدرة العقلية وغالبا ما تقع هذه الحالات ضمن فئة الإعاقة العقلية الشديدة والشديدة جدا، خاصة إذا ما صاحبها إعاقات أخرى، أما البرامج التربوية فتبدو في مهارات الحياة اليومية. (ماجدة السيد عبيد، سنة 2000، ص113).

- التصنيف على أساس نسبة الذكاء: وهنا يصنف التخلف العقلي إلى فئات حسب معيار نسبة الذكاء المقاسة باستخدام مقاييس القدرة العقلية، كمقياس ستانفورد بينيه أو مقياس وكسلر للذكاء ، وعلى ضوء ذلك تصنف الإعاقة العقلية إلى الفئات التالية:

\* **التخلف العقلي البسيط:** تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة ما بين 55-70 درجة، كما يتراوح العمر العقلي لأفرادها في حد أقصى 7 - 10 سنوات ، ويطلق على هذه مصطلح القابلون للتعلم، حيث يتميز أفراد هذه الفئة من الناحية العقلية بعدم القدرة على متابعة الدراسة في الفصول العادية، مع العلم أنهم قادرون على التعلم ببطء وخاصة إذا وضعوا في مدارس خاصة، ويمكن لهذه الفئة أن تتعلم القراءة والكتابة والحساب، ولا يتجاوز أفراد هذه الفئة في الغالب المرحلة الابتدائية، وتشكل هذه الفئة ما نسبته 10 بالمئة من الأطفال المعاقين عقليا.

\* **التخلف العقلي المتوسط:** تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة 40-55 درجة كما تتراوح أعمارهم العقلية بين 03 و 07 سنوات في حده الأقصى، ويتميز أفرادها من الناحية العقلية بأنهم غير قابلين للتعلم، في حين هم قابلين للتدريب على بعض المهارات التي تساعد في المحافظة على حياتهم ضد الأخطار حيث يمكن تدريبهم على قطع الشارع بسلام أو تقادي حريق...، لذا يطلق عليهم القابلين للتدريب، أما الخصائص الجسمية والحركية قريبة من مظاهر النمو

العادي لهذه الفئة ولكن يصاحبها أحيانا مشكلات في المشي أو الوقوف، كما تتميز بقدرتها على القيام بالمهارات البسيطة وتشكل 10 بالمئة تقريبا من الأطفال المعاقين عقليا.

\* التخلف العقلي الشديد: تقل نسبة ذكاء هذه الفئة عن 20 درجة، كما يعاني أفرادها من ضعف رئيسي في النمو الجسمي وفي قدرتهم الحسية الحركية وغالبا ما يحتاجون إلى رعاية وإشراف دائمين وتجدر الإشارة إلى أن خصائص كل فئة الجسمية والعقلية والاجتماعية توازي خصائص الأطفال المماثلين لهم في التصنيف التربوي في وصف حالات الإعاقة العقلية حسب تغير الذكاء.

- تصنيف الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي: يعتمد هذا التصنيف في تقسيم الإعاقة العقلية على حسب متغيري القدرة العقلية والسلوك التكيفي إذ يؤخذ بعين الاعتبار مقياس الذكاء والدرجة على مقياس السلوك التكيفي، ويشبه هذا التصنيف تصنيف التخلف العقلي على حسب نسب الذكاء مع التركيز على نسبة مظاهر السلوك التكيفي في كل فئة من فئات الإعاقة العقلية وهي حسب هذا التصنيف تتمثل فيما يلي:

أ- الإعاقة العقلية البسيطة.

ب- الإعاقة العقلية المتوسطة

ت- الإعاقة العقلية الشديدة

ث- الإعاقة العقلية الشديدة جدا أو الاعتمادية. ( فاروق الروسان، سنة 1998، ص 85).

- التصنيف على حسب متغير البعد التربوي: يصنف جمهور المربين المعوقين عقليا إلى فئتين: قابلي التعلم - غير قابلي التعلم.

تقابل الفئة الأولى طبقة المورون وتقابل الطبقة الثانية طبقي الأبله والمعتوه وتلتحق الفئة الأولى بمعاهد التربية الفكرية التابعة لوزارة التربية، بينما تلتحق الفئة الثانية بمؤسسات التنقيف الفكري والمهني التابعة لوزارة الشؤون الاجتماعية، يعتبر هذا التصنيف من أكثر التصنيفات شيوعا وتقبلا بين العاملين في هذا المجال لعدة اعتبارات رئيسية. ( لطفي بركات أحمد، سنة 1984، ص 44).

كما يمكن تصنيف حالات الإعاقة العقلية وفقا لمتغير البعد التربوي إلى مجموعات منها:

\* فئة بطيئي التعلم: تتراوح نسبة ذكائها من 75-90 و قد نجد في بعض الحالات من 70-90 إذ هناك اختلاف بين علماء النفس والتربية في تحديدها ويتصف هذا الطفل بعدم قدرته

على موائمة مع ما يعطى له من مناهج في المدرسة العادية وعدم قدرته على تحقيق المستويات المطلوبة في الصف الدراسي حيث يكون متراجعا في تحصيله الأكاديمي قياسا إلى تحصيل أقرانه من نفس الفئة العمرية.

\* فئة القابلين للتعلم: توازي هذه الفئة حالات التخلف العقلي البسيط وفق التصنيف على أساس نسب الذكاء للإعاقة العقلية.

\* فئة القابلين للتدريب : يوازي هذه الفئة حالات التخلف العقلي المتوسط وفق التصنيف على أساس نسب الذكاء، ومن بين خصائص هذه الفئة هم قادرون على التدريب في المجالات التالية:

أ-تعلم المهارات اللازمة للاعتماد على النفس.

ب-التكيف الاجتماعي في نطاق الأسرة والجيرة.

ت- تقديم المساعدة في نطاق الأسرة والمدرسة والعمل.

\* فئة الاعتماديين: توازي هذه الفئة حالات التخلف العقلي الشديد وفق التصنيف على أساس نسب الذكاء للإعاقة العقلية ويطلق عليها أحيانا الفئة غير القابلة للتدريب وهو يحتاج إلى الرعاية وإشراف مستمرين.

#### 2-4- العوامل المسببة للتخلف العقلي:

لقد تحددت بعض أسباب الإعاقة العقلية بطريقة ملحوظة في العقود القليلة السابقة نتيجة للتقدم العلمي الواضح في ميادين الطب والعلوم الأخرى ذات العلاقة، ومع ذلك فإن 70 بالمئة من أسباب حالات الإعاقة العقلية غير معروفة حتى الآن، وينصب الحديث على 25 بالمئة من الأسباب المعروفة للإعاقة العقلية فقط، ويحدث التخلف العقلي في الغالبية العظمى نتيجة لعامل واحد أو تجميع متشابك من العوامل التالية:

قد ترجع حالات التخلف العقلي إلى حالة وراثية معقدة ليست واضحة أو مفهومة تماما في الوقت الحاضر، في مثل هذه الحالة يميل عدد كبير من أفراد الأسرة إلى الإجابة بالتخلف العقلي، قد يرجع التخلف العقلي إلى عوامل بيئية لا يتوفر فيها الفرد الاستشارة الذهنية الملائمة أو لا تتوفر للفرد العلاقات الاجتماعية المناسبة التي تسمح بالنمو نموا ملائما، غير أن العوامل المسببة للإعاقة العقلية المعروفة منها بصورة مؤكدة أو غير معروفة، تتدرج

تحت ثلاث عناوين بارزة: الوراثة، البيئة، أو مزيج من العوامل الوراثية والبيئية معا. (منائي منصور، سنة 1985، ص75-76).

## 2-5- مفهوم القدرة العقلية:

لا شك ان مفهوم القدرة العقلية، يعد مصطلحا حديث الظهور نسبيا، فقد نشأ هذا المفهوم في ميدان علم النفس التطبيقي، وكان في نهاية القرن التاسع عشر متصلا بالدراسات التجريبية وفي بداية القرن العشرين، ظهر في فرنسا مرتبطا بقياس الذكاء في أبحاث العالم 'الفرد بينه' ثم تطور على يد العالم الانجليزي 'تشارلز سبيرمان' الذي رفض مصطلح 'الذكاء' لأنه يحمل الكثير من المعاني، وقام باستبداله بمصطلح 'العامل العام' الذي يعبر عن الطاقة العقلية العامة التي تهيمن على جميع النشاطات العقلية الأخرى، وذلك حسب مقتضيات نظريته المعروفة بـ 'نظرية العاملين'

يعرفها د أحمد زكي بدوي بأنها ' : القدرة العقلية تعني مقدرة الفرد العقلية على إنجاز عمل ما أو التكيف في العمل بنجاح وهي تتحقق بأفعال حسية أو ذهنية، وقد تكون فطرية أو مكتسبة.

## 2-5-1 تعريف الانتباه:

لغة:

انتباه من الفعل انتبه ، ينتبه ،انتبه بمعنى فطن للأمر (علي بن هادية، 1991 )

اصطلاحا:

لقد ظهرت وجهات نظر مختلفة في تعريف الانتباه حيث ان بعض علماء النفس في الفترات المبكرة امثال وليم جيمس وغيره اعتبروا انه نوع من الوعي او الشعور الذي يعيشه الفرد في لحظة ما من الزمن في حين هناك وجهة نظر اخرى نظرت الى الانتباه على أنه جهد عقلي أو نوع من الاستشارة تترافق بنشاط فسيولوجي، أما وجهة النظر الحديثة فترى أن الانتباه عبارة عن قدرة أو مصدر محدد السعة حيث تؤكد وجهة النظر هذه محدودية سعة الانتباه في معالجة المعلومات التي يواجهها الفرد في بيئته، ومهما يكن الامر فيمكن ان نعرف الانتباه بأنه عملية توجيه وتركيز الشعور على الاحساسات الناتجة بفعل مثيرات خارجية موجودة في المجال البيئي الادراكي للفرد، أو المثيرات الداخلية والتي تحدث داخل الفرد(عماد الزغلول، 2007، ص110 )

-تعريف موسوعة علم النفس: "الانتباه هو ذلك النشاط الانتقائي الذي يميز الحياة العقلية بحيث يتم حصر الذهن في عنصر واحد من عناصر الخبرة، فيزداد هذا العنصر وضوحا عما عداه.

### 2-5-1-1 أنواع الانتباه:

يمارس الافراد عادة انواعا مختلفة من الانتباه تبعا لحالة التهيؤ العقلي والظروف الانفعالية والمزاجية التي يمرون بها، أو وفقا لطبيعة المواقف والمثيرات التي يواجهونها و يتحتم عليهم التعامل معها، ويمكن تصنيفها في الأنواع الآتية:

أ- انتباه انتقائي(إرادي) : تمتاز قدرة الفرد على الانتباه بانها محدودة، فالفرد لا يستطيع أن يركز انتباهه على اكثر من موقف مثير واحد في الوقت نفسه، ففي أغلب الحالات يختار الفرد موقفا مثيرا معينا او بعض الاجزاء من هذا الموقف ويوجه انتباهه له ويحدث هذا النوع على نحو ارادي وغالبا ما يرتبط بدوافع و حاجات قوية وملحة لدى الفرد أو تبعا لخصائص فيزيائية معينة يمتاز بها هذا المثير، فالمثيرات التي تمتاز بخصائص معينة ربما تجذب الانتباه اليها بحيث يركز عليها الفرد دون غيرها من المثيرات الأخرى مثل حل طالب لمسألة رياضية

### ب- انتباه اجباري (قسري):

يحدث هذا النوع من الانتباه على نحو لإرادي عندما ينجذب الفرد إلى مثيرات بالغة الشدة، حيث ينتبه الف رد رغما عنه إلى هذه المثيرات مثل الألم.

### ج- انتباه اعتيادي(تلقائي):

يمارس الافراد هذا النوع من الانتباه في حياتهم اليومية، وذلك عندما يكون العالم المحيط بهم منتظما ليس فيه تغيير واضح في مثيراته حيث لا يوجد مثير معين ينجذبون إليه ففي مثل هذا النوع من الانتباه يوزع آلاف انتباههم عادة على عدة مثيرات على نحو منظم مثل الجلوس في الحديقة وتأمل محتوياتها (أحمد عبد الخالق،2006،ص171).

### د- انتباه توقعي:

يحدث هذا النوع من الانتباه على نحو سابق وذلك عندما يتوقع الفرد حدوث مثير معي ويعد هذا النوع من الانتباه إراديا، حيث أن الفرد يختار الاستجابة ويوجه انتباهه إلى مصدر معين متوقعا حدوث المثير في أي لحظة مثل انتظار سماع خبر معين.

## 2-5-2 مفهوم الإدراك:

يرى روبنس الإدراك بأنه العملية التي من خلالها ينظم ويترجم الأفراد انطباعاتهم الحسية من أجل أن يعطوا معنى لما يدور داخل بيئتهم.

يعرف كينيكي (Kinicki) الإدراك بأنه عملية ذهنية تساعدنا في تفسير وفهم ما يحيط بنا.

## • تعريف الإدراك:

هو معرفة ذهنية يقوم فيها الفرد باستقبال المعلومات المرتبطة بالمشيرات وتنظيمها وتفسيرها، وإعطائها معاني خاصة قد تختلف عن الواقع، ثم التصرف وفق هذا المعنى.

\*هل هناك فرق بين الإدراك والإحساس؟

-الإحساس أو الشعور: هو استقبال الفرد لمثير خارجي من خلال حواسه الخمس (السمع والبصر واللمس والشم والتذوق) فهو عملية فسيولوجية وعصبية.

-أما الإدراك فهو أكثر شمولاً من الإحساس حيث أنه عملية معرفية ذهنية تنتقي وتختار من بين المعلومات التي توصلها الحواس للمخ، ثم تنظيم هذه المعلومات وتفسيرها وتعطيها معنى وبالتالي نجد أن الإحساس هو جزء من الإدراك.

الإدراك الحسي الحركي: هو أحد أنواع العمليات العقلية المتعلقة بالفعل الكائن الذي يكون داخل الإنسان على وفق استجابة خارجية عن طريق إحساس أو استجابة لتصور وخيال الحركي أو نتيجة تفكير داخلي.

فقد وردت تعريفات عدة عن الإدراك إذ عرفه قاسم حسن حسين بأنه: "القدرة على الإحساس بأوضاع الجسم إحساساً غير بصري سواء في حالة الحركة أو السكون" والإدراك الحس الحركي هو: عملية تنظيم المدخلات الحية وإعطائها معنى. (الرياضة المعاصرة، العدد الأول، سنة 2002).

من خلال هذه التعاريف نلاحظ إن الإحساس يشكل الدور الأساسي لعملية الإدراك لهذا فقد اقترن الإدراك بالأحاسيس التي هي ظاهرة أولية بسيطة لظاهرة الإدراك أي أن الإحساس يسبق الإدراك معناه استلام مثير، في حين الإدراك معناه تفسير مثير وتتم عملية الإدراك الحسي الحركي، من خلال تتابع مراحل والتي تبدأ بالتعرف على المعلومات الحسية من خلال الحواس السمعية والبصرية ثم تأتي مرحلة أخرى هي مرحلة التمييز والانتقاء بعدها

ترسل مناطق معينة في المخ ويتم خزنها. (أمين الخولي أسامة كامل راتب ،سنة 1192،ص152).

2-5-2-1 التغيرات والعوامل المؤثرة في الإدراك :هناك عوامل ومتغيرات متعددة تؤثر في عملية الإدراك وهذه المتغيرات فئتين وكل فئة تحتوي على مجموعة عوامل ثانوية ومؤثرة في الإدراك

- التغيرات الذاتية :هي التغيرات عائدة لشخصية الفرد وسمات ومقومات الشخصية التي تجعل الفرد يدرك الأشياء وبشكل مختلف عن الآخرين وقد تجعله يدرك المواضيع بشيء مختلف من وقت لآخر طبقاً للحالة النفسية، ومن أبرز هذه المتغيرات:

أ-الخبرة السابقة: إدراك الموقف الجديد ويرتبط بالموقف السابق والذي سبق وأن مر عليه وتلعب الذاكرة دوراً في تحديد معنى الإحساس حيث يستدعي نفس الموضوع ومشابهاً وبعدها يستطيع اللاعب مثلاً أن يدرك الموقف الجديد ومن ثم السلوك المناسب.

ب-الاتجاه والميول : لكل شخص لديه ميول واتجاهات تحدد احتمالته وتوجهه فالمدرّب أو مدرس التربية الرياضية يدرك حالة اللاعب أو طريقة أداءه ولعبه بشكل مختلف عن أي شخص آخر.

ج- القيم : قيم الفرد تؤثر في الإدراك وهذه القيم هي قيم تربوية ويمكن التعرف على أنواع منها كالطاعة والإقدام والتعاون وهذه القيم عندما تتواجد سواء عند المدرس التربية الرياضية أو للاعب فإنها تجعل الموقف التعليمي أكثر سهولة على الإدراك.

د- الحاجات :من المتعارف عليه هو أن الحاجة أم الاختراع، فاللاعب بكرة القدم يبحث عن وسيلة تسهل له الوصول للهدف ومن ثم تحقيق الإصابة عندما يكون في حاجة إلى ذلك الهدف.

هـ-حاجه الاستعداد : أي أن يتهيأ الفرد ويتأهب من أجل مواجهة متطلبات الموقف الإدراكي الجديد والغير مألوف ... فلاعب كرة السلة المستعد والمهيأ نفسياً فإنه لا يستطيع الإصابة خلال الرمية الحرة وبغض النظر عن كافة الظروف والعوامل البيئية الخارجية والمتمثلة بالملعب ومن حيث الجمهور أو الساحة والحكم.

- التغيرات الموضوعية: هي خصائص وصفات الموضوع المراد إدراكه سواء كانت هذه والصفات عن الموضوع نفسه أو أن اكتسبها من وجوده في مجال معين، وهناك العديد من المتغيرات منها:

أ- عامل التشابه: المواضيع التي تكون عن درجة من التشابه يمكن إدراكها.

ب- عامل التقارب: مثل الأشكال الناقصة يدركها ويراهها .

ج- عامل الإغلاق: مثل الأشكال الناقصة يدركها الفرد على أنه كاملة كالدائرة المرسومة بخطوط متقطعة تدرك كأنها دائرة كاملة .

د- عامل الكثافة: الأشكال المتباينة في كثافتها يمكن إدراكها بحاسة البصر

هـ - عامل التكوين: كلما كانت التكوينات المكونة للشكل أصلية كلما كانت أكثر مقدرة على البروز.

و- أبرز أهمية تعلم المهارة الحركية الرياضية خلال الدرس وكذلك أسلوب وطريقة عرض المهارة إضافة إلى تنويع الاتجاهات بالنسبة للمدرب أو المدرس بالنسبة للاعب حتى يستطيع هؤلاء من إدراك المهارة بشكلها الصحيح وأخيرا لابد المدرس أو المدرب التربوية الرياضية أن يكون متمكنا من أداء عرض المهارة المطلوب تعلمها.

#### 2-2-5-2 معوقات الإدراك:

أ- التنميط: وهي عملية تصنيف الأفراد أو الأشياء بناء على ما ندركه.

ب- تأثير الهالة: وتعني استخدام خاصية واحدة كأساس لتكوين انطباع عام أو تقييم الفرد، فالشخص الذي يؤدي مهمة جيدة قد ينظر إليه على أنه كفاء في جميع الجوانب.

ج- الدفاع الإدراكي: وهي ترشيح الفرد للمعلومات أو المؤثرات المؤلمة أو المحزنة، حيث يقوم بالتركيز على المعلومات التي تدعم آرائه ويتجاهل المعلومات التي تتنافى معها.

د- الإسقاط: وهو أن يعزي الفرد الجانب السيئ من خصائصه أو مشاعره إلى أشخاص آخرين، فالإدراك يصبح مشوها بالمشاعر أو الخصائص الشخصية التي يمتلكها الفرد مثال الأشخاص الذين يحققون معدلات عالية، فيما يتعلق بالبخل وعدم الانضباط هم الأكثر ميلا لوصف الآخرين بهذه الخصائص.

ولتقليل المعوقات الإدراكية هناك عدد من العوامل يمكن من خلالها تجنب المشاكل الإدراكية أهمها ما يلي:

- الدقة في المعلومات.
- زيادة عدد مرات المشاهدات لزيادة المعلومات ودقة الإدراك.
- الاعتماد على مصادر معلومات متنوعة مما يقلل من درجة التحيز.
- الاعتماد على معلومات مخالفة لمعلومات الفرد لتجنب عملية الإسقاط(محمد صالح 2019، ص5).

### 2-5-2-3 الإدراك الحسي الحركي في المجال الرياضي:

إن ممارسة النشاط الرياضي يفرض على اللاعب مميزات معينة من الإدراك الحسي والحركي الخاص فلاعب الجمناستيك يتمتع بقدرات إدراكية حسية تختلف عن لاعب كرة القدم ، كرة السلة وغيرها من الألعاب، إذ أن لاعب الجمناستيك يكون إدراكه الحسي الحركي محصورا مع الجهاز، أما لاعبو كرة القدم، السلة، الطائرة فيكون إحساسهم مع الكرة وتحركات أعضاء الفريق الخصم.(وجيه محجوب، سنة 1989، ص84).

وللإدراك الحسي الحركي أهمية في القدرة على الدقة و التميز في الخصائص المكانية والزمانية للحركة إذ أن تحديد العلاقات الزمنية في العمل الحركي وتناسق الحركات يعد من عمليات الإدراك المعقدة وهذا يعتمد على التنسيق الدقيق في تقلص وارتخاء العضلات أما إدراك المكان فهو يمثل أهمية كبيرة في العمل الحركي وتلعب حاسة القصر دوراً رئيسياً في هذا المجال وبواسطة إدراك المكان يمكن حل كثير من الواجبات المهارية والتخطيطية.

ويشير فارفل لأهمية الإبصار بالنسبة للإدراك الحسي الحركي حيث تعد الصفتان مصدرا أساسيا للمعلومات عن العلاقات الفراغية والزمانية في الوسط المحيط وقد أجريت تجربة على لاعبي الجمناستيك لتحديد حركة الذراعين الدائرية للأعلى وللأسفل وحساب دقة تحديد الدوران دون استخدام العينين ثم مقارنة هذه النتائج بعد استخدام العينين قد لاحظ الباحث الدقة في التحديد تتحسن عندما تكون العينين مفتوحتين.

## خلاصة

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى تعريف وتحليل التخلف العقلي البسيط بأبعاده المختلفة سواء تعلق الأمر بالبعد النفسي أو الاجتماعي أو الطبي أو العقلي، حيث حاولنا شرح التخلف العقلي من جميع الجوانب وإظهار مختلف التعاريف للهيئات والمنظمات الإنسانية حوله، وما ساهمت به هذه الهيئات في مضمار فهم ماهيتهن وتغيير وجهة النظر للمتخلف عقليا وإبراز مكانته في المجتمع من خلال القوانين والتشريعات التي تصدر عنها.

يلاحظ أن إشكالية التخلف العقلي تقوم في مضمار التباين بين الباحثين والاختصاصيين خاصة الباحثين العرب في تجديد المفاهيم والمصطلحات والتصنيفات المختلفة للتخلف العقلي، فانتشار هذه الظاهرة في المجتمعات المتطورة والضعيفة على حد سواء زادت من حاجات الباحثين إلى ضرورة البحث عن العوامل والأسباب التي تؤدي إلى هذه الظاهرة ورغم التقدم العلمي الكبير الذي شهدته العقود القليلة الماضية إلى أن أسباب بعض حالات الإعاقة العقلية ما زالت غير معروفة حتى الآن.

كما تطرقنا في عملية الانتباه إلى مفهومه العام (تعريف، أنواع)، وكذا بالنسبة للإدراك (مفهومه، التغيرات والعوامل المؤثرة فيه، معوقات الإدراك، الإدراك الحسي الحركي في المجال الرياضي).

مما سبق نستخلص بأن الانتباه هو عملية معرفية يمارسها الفرد عند التعامل مع متغيرات البيئية الحسية قبل عملية الإدراك، إلا أنه على صلة وثيقة بكل من الإحساس والإدراك، فالإحساس يبدأ دوره عند استقبال عدد هائل من المثيرات إلى الدماغ ليقرر الفرد أي المثيرات يهتم بها وأيها يهملها ولا يتعامل معها، والإدراك هو العملية الثالثة التي يبدأ عملها بعد الانتباه ليقوم الفرد بتحليل المثيرات القادمة وترميزها في ذاكرة الفرد حتى تظهر الاستجابة، كما أن الانتباه يتأثر بعوامل فهناك عوامل تجذبه وأخرى تشتته وتضعفه وبالتالي تؤثر سلبا على عملية الإدراك.

الباب الثاني

الدراسة الميدانية

الفصل الأول

الإجراءات الميدانية

**تمهيد:**

يقوم الطالب بالتطرق في هذا الفصل إلى توضيح منهجية البحث واجراءاته الميدانية وهذا من أجل الوصول إلى الأهداف المرغوب فيها في هذا البحث العلمي.

**1-1 - منهج البحث:**

اعتمدنا في بحثنا هذا على المنهج التجريبي لأنه ملائم لطبيعة مشكلة البحث المقترح وكذا محاولة منا التحكم في جميع العوامل والمتغيرات الأساسية للبحث.

**1-2- مجتمع البحث:**

اقتصر البحث على فئة التخلف العقلي البسيط الذين تتراوح اعمارهم من (09-13 سنة) ونسبة ذكائهم تتراوح بين (50- 70 درجة) ينتمون إلى المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا -مازونة- غليزان، والبالغ عددهم 33 طفلا.

**1-3 - عينة البحث:**

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من أطفال التخلف العقلي البسيط الذين يتراوح أعمارهم بين (09-13 سنة)، والبالغ عددهم 16 طفلا من ذكور واناث لديهم نفس مستوى الذكاء، حيث تمثل نسبة 48.5 % من المجتمع الأصلي للبحث وقد قسموا إلى مجموعتين: المجموعة الأولى: تضم 06 أطفال كعينة ضابطة.

المجموعة الثانية: تضم 10 أطفال كعينة تجريبية.

**1-4 - متغيرات البحث:**

المتغير المستقل: النشاط البدني المكيف.

المتغير التابع : الادراك الحركي، الانتباه.

**1-5- مجالات البحث:**

✓ المجال البشري:

اجريت التجربة على عينة من الأطفال بالمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا بمازونة ولاية غليزان- وقدر عددهم 16 طفل تتراوح أعمارهم ما بين (09-13 سنة) تخلف عقلي بسيط.

## ✓ المجال المكاني:

تم اختيار المكان الذي اجريت فيه الاختبارات بالمركز النفسي البيداغوجي الخاص بالمتخلفين عقليا بمازونة ولاية غليزان، لتوفره على قاعة نفس حركية وملعب معشوشب اصطناعيا يمكن استغلالهما من طرفنا لإجراء الاختبارات وممارسة الأنشطة البدنية المكيفة.

## ✓ المجال الزمني:

بداية العمل التطبيقي من 2024-04-14 إلى غاية 2024-05-15، شملت الاختبارات القبلية، تطبيق برنامج النشاط البدني الرياضي المكيف وبعدها تطبيق الاختبارات البعدية.

1-6- مواصفات وأبعاد الاختبارات المطبقة:

## \* اختبار مقياس الانتباه:

يتكون مقياس الانتباه من 16 عبارة تدرج تحت 03 معايير (لا يحدث، يتكرر بدرجة متوسطة، يتكرر كثيرا) خاص بانتباه أطفال عينة البحث، حيث وزع على الأخصائيين والمربين التابعين لهم أطفال عينة البحث من أجل تقييمهم واعطاءنا النتائج المتحصل عليها لنقوم بتفريغها.

## \* مواصفات وأبعاد مقياس القدرات الحركية الإدراكية:

يتكون المقياس من واحد وثلاثون (31) اختبارا فرعيا موزعا على 05 مجالات هي :

\*التوازن والقوام : ويشمل المشي على اللوحة، اختبار الوثب، الغرض من الاختبار ثمانية

(08) بنود يعتمد فيها على أنشطة ثنائية (02) الجانب كالوثب بالقدمين معا وأنشطة أحادية

الجانب مثل: الوثب بقدم واحدة (01) والأنشطة التبادلية ذات النمط المنتظم مثل: الوثب مع

رفع القدم اليمنى مرة واليسرى مرة.

## جدول رقم (01) يمثل مجال التوازن والقوام:

بنود المقياس	القيمة المثلى	إختبارات المقياس	المجال
المشي أماما على اللوحة، المشي خلفا على اللوحة، المشي على الجانب للوحة	12	إختبار المشي على اللوحة	التوازن والقوام
	04	الوثب	

\*مجال تصور الجسم و تمييزه :

## 1-تحديد أجزاء الجسم

الغرض من هذا القياس وعي الطفل بأجزاء الجسم و يتكون من (09) بنود يعتمد فيها الأداء على سرعة استجابة الطفل لأوامر الممتحن بأن يلمس مختلف أجزاء جسمه

2-إختبار تقليد الحركات : الغرض من هذا الاختبار الحركي في الأطراف العليا من جسمه وقدرة الطفل على ترجمة الأنماط البصرية إلى أنماط حركية وتتضمن 17 وصفا للذراعين تشمل ما يلي: حركات أحادية الجانب، تتحرك فيها ذراع واحدة /حركات زوجية الجانب تتحرك فيها الذراعان من وضع لآخر في نفس الاتجاه/حركات متضادة تتحرك فيها الذراعان في اتجاهين مختلفين.

3- اختبار عبور المانع: الغرض منه قياس وعي الطفل الجسمي في حيز الفراغ ووعيه بالأشياء التي لا توجد مباشرة في مجاله البصري ويتكون الاختبار من 03 بنود: المرور من فوق العارضة /المرور من تحت العارضة / المرور بين الحائط والعارضة.

4- اختبار كروس وبيبر: يهدف هذا الاختبار لقياس الحد الأدنى من اللياقة العضلية للطلاب وهي مجموعة من 06 اختبارات وهي المقياس الحالي للاختبارين الرابع والخامس، من هذه

الاختبارات لوضع العام والقوام والتوافق الحركي بسبب صعوبة أداء الأطفال من هذه الفئة العمرية والتي أشار إليها المحكمين.

5- إختبار زاوية الأرض : لقياس القدرة على التحكم في أطراف الجسم.

جدول رقم (02) يمثل مجال التصور الجسمي وتمييزه

المجال	اختبارات المقياس	القيمة المثلى	بنود المقياس
مجال تصور الجسم وتمييزه	اختبار تعيين أجزاء الجسم	04	تعيين أجزاء الجسم
	تقليد الحركة	04	تقليد الحركة
	عبور المانع	04	عبور المانع
	كروس و بير	04	كروس و بير
	اختبار زاوية الأرض	04	اختبار زوايا الأرض

\*مجال المزوجة الإدراكية والحركية: يستخدم لقياس هذا المجال اختبار وهو:

- اختبار لوحة الطباشير: الهدف من هذا الاختبار قياس الاتجاهية والتزامن والمزوجة الإدراكية- الحركية ويتضمن 04 يعتمد الأداء فيها على رسم الدوائر و خطوط على الصبورة والطباشير والبنود الأربعة هي : رسم الدوائر /رسم الدائرتين باليدين معا /رسم الخط الأفقي /رسم خطين رأسيين من الأعلى إلى الأسفل باليدين .

\*التحصيل البصري للأشكال: يستخدم في هذا المجال اختيار التحصيل البصري لقياس القدرة الطفل على إدراك الشكل، الوضعية ويتكون من (07) أشكال هندسية مرسومة على بطاقات منفصلة ويطلب من الطفل رسم هذه الأشكال، المربع مثلث أرضي معنى طولي مستطيل مقسم بخطوط متقاطعة خطان متقاطعان.

## جدول رقم (03) يمثل مجال إدراك الأشكال:

المجال	الاختبار المقاس	القيمة المثلى	بنود المقياس
إدراك الأشكال	اختبار التحصيل البصري للأشكال	08	الشكل والتنظيم

## 1-7- التجربة الاستطلاعية:

قبل الشروع في اجراء التجربة الاستطلاعية والتي تعتبر الميدان الذي تجرب فيه الاختبارات والتي وضعت من طرف الطالب، حيث اجريت عليها تعديلات وتوضيحات حول الموضوع المراد دراسته، وبصفتنا كاطار داخل المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا - مازونة- غليزان وملمين بأهم المشاكل والسلوكيات غير مرغوب فيها، فبدأنا العمل بالتجربة الاستطلاعية في أوائل شهر أفريل على عينة مكونة من 06 أطفال تتراوح أعمارهم بين (09-13 سنة) من ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة، وكان الغرض من التجربة ما يلي :

-مدى تجاوب عينة البحث مع الاختبارات.

-معرفة الصعوبات والعراقيل التي قد تواجه الطالب.

-مراعاة وضع وقت اجراء الاختبارات.

-التوصل إلى أفضل طريقة لإجراء الاختبارات.

-معرفة واقع النشاط البدني الرياضي المكيف داخل المراكز الخاصة.

## 1-8- الأسس العلمية للاختبارات المستعملة:

## أ- ثبات الاختبار:

يعني أن نحصل على نفس النتائج تقريبا عند اعادة تطبيقه على نفس المجموعة، حيث يتصف الاختبار الجيد بالثبات وهو الاختبار الذي يعطي نتائج متقاربة أو نفس النتائج إذا أجريت أكثر من مرة وفي نفس الظروف(أسامة رياض ناهد أحمد، سنة 2001 ص25).

قام الطالب بتطبيق الاختبار الأول على عينة من الأطفال المتخلفين عقليا-تخلف عقلي بسيط- داخل القاعة على الساعة 10:00 صباحا، العينة تتكون من 06 أفراد وبعد مضي 05 أيام وفي نفس التوقيت والمكان أعيد نفس الاختبار على نفس العينة وبعد تنظيم وجمع النتائج، استخدم الطالب معامل الارتباط لبارسن فكانت الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الثبات.

## ب- صدق الاختبار:

يقول أحمد العساف يعد الاختبار صادق إذا قاس ما أعد لقياسه فقط، أما إذا أعد لسلوك ما وقاس غيره فلا تنطبق عليه صفة الصدق (أحمد العساف، 1989، ص42).

قام الطالب باستخدام معامل الصدق الذاتي لأجل التأكد من صدق الاختبارات المختارة في دراسته هذه لأنه يعتبر صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية والذي يتم قياسه بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

## ج- الموضوعية:

إن الاختبارات التي استخدمها الطالب واضحة وسهلة الفهم وقد تم استخدامها بعض عرضها على الأساتذة المختصين وعددهم (05) أساتذة من جامعة مستغانم وبعد مناقشتها وبعد ودراستها تم الموافقة عليها لكونها ذات صلة مباشر بموضوع البحث.

## 1-09 - التجربة الأساسية:

من أجل ضمان مصداقية البحث قام الطالب بإعداد برنامج للنشاط البدني الرياضي المكيف (تمارين، أنشطة رياضية، ألعاب)، وذلك لتحسين بعض القدرات العقلية (الانتباه، الإدراك الحركي) لفئة التخلف العقلي البسيط، متبعاً في ذلك أسلوب علمي حديث، حيث شمل البرنامج على 15 وحدة تدريبية منها وحدتين لكل من الاختبارات القبليّة والبعدية ليقوم أولاً بالاختبارات القبليّة وتلاها تطبيق برنامج النشاط البدني الرياضي المكيف المطبق على المجموعة التجريبية وعددها 10 أفراد، وكانت العينة الضابطة تتدرب بأسلوب تقليدي وبعد انتهاء البرنامج تم إجراء الاختبارات البعدية لكل من العينتين وذلك لتحديد نسبة التحصيل ومعرفة مدى فاعلية وجدوى هذا البرنامج في تحسين القدرات العقلية المدروسة لدى فئة ذوي التخلف العقلي البسيط.

## أسس وضع البرنامج:

لقد راعى الطالب عدة اعتبارات هامة عند تصميم البرنامج وهي:

- 1- أن يتناسب البرنامج مع خصائص وصفات المرحلة العمرية للأطفال.
- 2- أن يحقق البرنامج المقترح أهداف الدراسة.
- 3- أن يشتمل البرنامج على مجموعة الأنشطة التي تهدف إلى تنمية القدرات الإدراكية الحركية والانتباه.

- 4- أن تراعي أنشطة البرنامج مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب، ومن البسيط إلى المركب.
- 5- أن يستخدم أدوات سهلة، وذات ألوان جذابة وتكون مناسبة من حيث الوزن والحجم.
- 6- أن يشمل البرنامج على أنشطة متنوعة ومشوقة بما يتناسب مع ميول ورغبات الأطفال.
- 7- أن يراعي عامل الأمن والسلامة للأطفال.
- 8- أن يكون الأطفال قادرين بدنيا على الأداء، وأن يكون مناسباً لنضج ودوافع الأطفال ودرجة فهمهم.
- 9- مراعاة الأسس الفزيولوجية للبرنامج.
- 10- الإقلال من الشرح اللفظي وأداء النموذج بطريقة بسيطة ومفهومة وواضحة.
- 10-1 - محتوى البرنامج:

أعد الطالب برنامجاً خاصاً بالنشاط البدني الرياضي المكيف هدفه تحسين بعض القدرات العقلية (الانتباه، الإدراك الحركي) لدى فئة التخلف العقلي البسيط (09-13) سنة، حيث تكون هذا البرنامج من 16 وحدة تعليمية، تمارس داخل ملعب معشوشب اصطناعياً وتخلل هذه الوحدات ألعاب وتمارين ونشاطات حركية تقوم بها أفراد عينة البحث على شكل تمارينات فردية أو زوجية أو جماعية وذلك بمساعدة فريق العمل (أساتذة التربية البدنية) التابعين للمركز، حيث تم تنفيذ هذه الوحدات خارج أوقات دوام حصص الرياضة معتمدين في ذلك على أدوات ووسائل متنوعة لتسهيل العمل مع عينة البحث والوصول إلى الأهداف المنشودة.

#### 11-1 - أسلوب إجراء التجربة:

بعد إجراء اختبارات لعينات البحث التجريبية والضابطة تم تطبيق برنامج خاص بالنشاط الرياضي البدني المكيف معد من قبل الطالب بمعدل 03 حصص في الأسبوع وذلك أيام الأحد والثلاثاء والخميس من الساعة 10:00 إلى غاية الساعة 11:00 وقد شملت كل وحدة تدريبية ثلاث أقسام يتفق محتواها ومضمونها وأهداف البرنامج وهي كالتالي:

- 1- المرحلة التمهيديّة: يتم فيها تنظيم الأطفال وتهيئتهم نفسياً وبدنياً لتلقي التدريب.
- 2- المرحلة الرئيسيّة: وفيها يتم تطبيق الأهداف الإجرائية المسطرة ضمن البرنامج المقترح.
- 3- المرحلة الختامية: وتضمنت هذه المرحلة تمارين الاسترخاء بغرض العودة إلى الحالة الطبيعيّة.

1-12- الوسائل الاحصائية: تمت الاستعانة ببرنامج إكسيل، بالإضافة إلى: المتوسط الحسابي الانحراف المعياري، معامل الارتباط، الصدق الذاتي، اختبار دلالة الفروق "ت" ستودنت.  
-الوسائل البيداغوجية: قاعة نفس حركية، ملعب معشوشب اصطناعيا كرات (قدم، اليد، السلة...الخ)، شواخص، ميقاتية، شريط قياس، حلقات، طباشير، مسطرة، صبورة، أوراق، أقلام أشكال مختلفة الأحجام، لوحة خشبية بطول 03 متر، وسادة جهاز كمبيوتر.

# الفصل الثاني

عرض ومناقشة النتائج

2-1- عرض ومناقشة النتائج:

تمهيد:

إن كل النتائج المتحصل عليها من الدراسة الأساسية لهذا البحث ليس لها مدلول أو معنى وهذا من أجل الحكم على صحة الفرضيات المصاغة أو نفيها، وعلى هذا الأساس سيتطرق الباحث في هذا الفصل لمعالجة النتائج الخامة المتحصل عليها باستخدام مجموعة من المقاييس الاحصائية ووضعها في جداول ثم عرضها لتحليلها ومناقشتها حتى يستطيع استخلاص مجموعة من النتائج والتي يعتمد عليها في اصداره للأحكام الموضوعية حول متغيرات البحث.

2-1-1- عرض نتائج الفروق بين العينتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات القبلية.

\*جدول رقم: 04 الفروق بين العينتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات القبلية.

الدرجة	الاختبارات	التجريبية		الضابطة		القيمة المحسوبة	الدرجة الحرية	مستوى الدلالة	الدرجة الاحصائية		
		س1	ع2	س1	ع1						
01	المشي على اللوح	3	0.82	2.83	0.75	0.42	14	0.05	غير دال احصائيا		
										02	المشي خلفا
										03	المشي جانبا
04	الوثب	2.8	1.23	2.5	1.05	0.52	1.76	غير دال احصائيا			
05	تعيين أجزاء الجسم	3.1	0.57	3	0.63	0.32		غير دال احصائيا			
06	تقليد الحركة	3.1	0.74	3.33	0.82	0.57		غير دال احصائيا			
07	عبور المانع	3.6	0.52	1.67	0.55	1.73		غير دال احصائيا			
08	كروس ويبر	3.1	0.74	2.5	0.84	1.45		غير دال احصائيا			
09	الزوايا على الارض	3.89	0.33	3.33	0.82	1.58		غير دال احصائيا			
10	رسم دائرة	2.67	0.87	2.16	0.75	1.19		1.76	غير دال احصائيا		
11	رسم دائرتين										
12	رسم خط أفقي										
13	رسم خطوط رأسية										
14	الشكل	2.56	0.88	1.83	0.75	1.7			غير دال احصائيا		
15	الانتظام	18.44	28.51	16.60	26.47	1.50			1.76	غير دال احصائيا	
16	الانتباه										

من الجدول رقم (04) نلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة بين نتائج العينتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المطبقة القبلية جاءت من (0.32) إلى (1.70) وهي أقل من قيمة "ت" الجدولية المقدر بـ 1.76 عند درجة الحرية 14 ومستوى الدلالة 0.05 مما تؤكد على عدم وجود فروق معنوية بين هذه المتوسطات، ومنه نقول أنه لا توجد فروق دالة احصائيا بين القياسات القبلية لهذه العينتين، وهذا راجع إلى أن العينتين (الضابطة، التجريبية) لم تخضعا لأي برنامج خاص بالأنشطة البدنية المكيفة في بداية الدراسة وهذا ما تفسره النتائج الاحصائية لدى عيني البحث.

### 2-1-2- عرض نتائج الفروق الاختبارات القبلية والبعدية للعينه التجريبية

\*جدول رقم: 05 الفروق بين نتائج الاختبارات قيد البحث القبلية والبعدية للعينه التجريبية

الدرجة	الانجازات	التجريبية		الضابطة		قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
		س1	ع2	س1	ع1					
01	المشي أماما	3	0.82	3.7	0.48	2.33	1.83	0.05	9	دال احصائيا
	المشي خلفا									
	المشي جانبا									
04	الوثب	2.8	1.23	3.4	0.84	1.27				دال احصائيا
05	تعيين أجزاء الجسم	3.1	0.57	3.7	0.48	2.55				دال احصائيا
06	تقليد الحركة	3.1	0.74	3.8	0.42	2.6				دال احصائيا
07	عبور المانع	3.6	0.52	4	0	2.45				دال احصائيا
08	كروس وبيبر	3.1	0.74	3.7	0.48	2.15				دال احصائيا
09	الزوايا على الارض	3.89	0.33	3.56	1.01	0.94				غير دال احصائيا
10-13	رسم دائرة	2.67	0.87	3.44	0.52	2.3				دال احصائيا
	رسم دائرتين									
	رسم خط أفقي									
	رسم خطوط رأسية									
14-15	التحصيل البصري للأشكال	2.56	0.88	3.22	0.83	1.65				غير دال احصائيا
16	الانتباه	18.44	28.51	18.44	34.51	2.96				دال احصائيا

تبين من الجدول رقم (05) أن جميع قيم "ت" المحسوبة تأرجحت بين 0.94 كأصغر قيمة و2.60 كأكبر قيمة وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية المقدرة ب 1.83 عند درجة الحرية 09 ومستوى الدلالة 0.05، ماعدا قيمة "ت" المحسوبة في اختبارات (الوثب، الزوايا على الأرض، التحصيل البصري للأشكال) فجاءت أقل من الجدولية مما تؤكد على وجود فروق معنوية بين هذه المتوسطات أي أن الفروق الحاصلة بين المتوسطات لها دلالة احصائية ومنه نقول أنه توجد فروق دالة احصائيا بين القياسات القبلية والبعديّة في القدرات الادراكية قيد البحث لدى أفراد عينة الدراسة ماعدا في الاختبارات المذكورة أعلاه. ويرجع الطالب ذلك إلى توظيف تمارينات بدنية والأنشطة الحركية المكيفة التي تتماشى وخصائص العينة التجريبية والتي ساهمت في تحسين مستوى القدرات الحركية الادراكية وكذا الانتباه، أما في ما يخص الاختبارات التي لم تحقق نتائج ايجابية مردها إلى ضيق الوقت الخاص بالدراسة.

2-1-3- عرض نتائج الفروق الاختبارات القبليّة والبعدية للعينّة الضابطة

\*جدول رقم: 06 الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية للعينّة الضابطة

الدالة الاحصائية	درجة الحرية	مستوى الدالة	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	الضابطة		التجريبية		الاختبارات	رقم
					1ع	1س	2ع	1س		
غير دال احصائيا	5	0.05	2.01	0	0.75	2.83	0.75	2.83	المشي على اللوح	01 المشي أماما
										02 المشي خلفا
										03 المشي جانبا
غير دال احصائيا	5	0.05	2.01	0	1.05	2.5	1.05	2.5	الوثب	04 الوثب
دال احصائيا				2.71	0.41	3.83	0.63	3	تعيين أجزاء الجسم	05 تعيين أجزاء الجسم
غير دال احصائيا				0	0.82	3.33	0.82	3.33	تقليد الحركة	06 تقليد الحركة
غير دال احصائيا	5	0.05	2.01	0	0.55	2	0.55	1.67	عبور المانع	07 عبور المانع
غير دال احصائيا				0	0.84	2.5	0.84	2.5	كروس ويبر	08 كروس ويبر
غير دال احصائيا				0.35	0.84	3.5	0.82	3.33	الزوايا الارض على	09 الزوايا على الارض
غير دال احصائيا	5	0.05	2.01	0	0.75	2.17	0.75	2.17	اللوحة والطباشير و	10 رسم دائرة
										11 رسم دائرتين
										12 رسم خط أفقي
										13 رسم خطوط رأسية
غير دال احصائيا	5	0.05	2.01	0	0.75	1.83	0.75	1.83	التحصيل البصري للأشكال	14 الشكل
15 التنظيم										
غير دال احصائيا	5	0.05	2.01	0.25	19.99	16.50	20.47	16.5	الانتباه	16 الانتباه

تبين من الجدول رقم (06) أن جميع قيم "ت" المحسوبة والتي أخذت 0 كأصغر قيمة و0.35 كأكبر قيمة وهي أصغر من قيمة "ت" الجدولية المقدر بـ 2.01 عند درجة الحرية 05 ومستوى الدلالة 0.05 في جميع الاختبارات، ماعدا في اختبار تعيين أجزاء الجسم أخذت قيمة 2.71، هذا ما يدل على عدم وجود فروقات معنوية بين هذه المتوسطات لأن الفروق بين المتوسطات معدومة وهذا راجع أن العينّة لم تخضع لأي برنامج خاص بالألعاب والتمارين البدنية المكيفة، باستثناء اختبار تعيين أجزاء الجسم التي كانت ايجابية بسبب النشاطات البيداغوجية الخاصة بالصورة الجسمية داخل الوحدات التعليمية (الأقسام).

2-1-4- عرض نتائج الفروق بين العينتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية

\*جدول رقم: (07) الفروق بين العينتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية

الدالة الاحصائية	درجة الحرية	مستوى الدالة	قيمة ت الجولية	قيمة ت المحسوبة	الضابطة		التجريبية		الاختبارات	رقم	
					1ع	1س	2ع	1س			
دال احصائيا	14	0.05	1.76	2.53	0.75	2.83	0.48	3.7	المشي أماما	01	
									المشي خلفا	02	
									المشي جانبا	03	
دال احصائيا				1.78	1.05	2.5	0.84	3.4	الوثب	الوثب	04
دال احصائيا				1.90	0.41	3.83	0.48	3.7	تعيين أجزاء الجسم	تعيين أجزاء الجسم	05
دال احصائيا				1.83	0.82	3.33	0.42	3.8	تقليد الحركة	تقليد الحركة	06
دال احصائيا				6.71	0.55	2	0	4	عبور المانع	عبور المانع	07
دال احصائيا				3.21	0.84	2.5	0.48	3.7	كروس ويبر	كروس ويبر	08
دال احصائيا				1.80	0.84	3.5	1.01	3.56	الزوايا على الارض	الزوايا على الارض	09
دال احصائيا				3.61	0.75	2.17	0.53	3.44	اللوحة و الطباشير	رسم دائرة	10
										رسم دائرتين	11
										رسم خط أفقي	12
										رسم خطوط رأسية	13
دال احصائيا				3.35	0.75	1.83	0.83	3.22	التحصيل البصري للأشكال	الشكل	14
										التنظيم	15
دال احصائيا				1.77	20.47	13.5	34.51	18.4		الانتباه	16

من الجدول رقم (07) نلاحظ أن قيم "ت" المحسوبة بين نتائج العينتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المطبقة البعدية والتي أخذت 1.78 كأصغر قيمة و6.71 كأكبر قيمة وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة ب1.76 عند درجة الحرية 14 ومستوى الدالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق دالة احصائيا بين العينتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية لصالح العينة التجريبية ويعزى هذا الفرق للبرنامج الخاص بالألعاب والأنشطة الرياضية الحركية المكيفة المطبقة والذي كان فعالا في تنمية وتحسين القدرات الحركية والانتباه لدى أفراد العينة التجريبية عكس العينة الضابطة.

## 2-2- مناقشة النتائج بالفرضيات:

2-2-1- مناقشة الفرضية الأولى التي نتوقع أن يكون النشاط البدني الرياضي المكيف له أثر ايجابي في تحسين الادراك الحركي لدى فئة ذوي التخلف العقلي البسيط (09-13) سنة والتي من خلالها نستنبط الفرضية الاحصائية التالية: توجد فروق بين متوسطات أفراد المجموعة التجريبية بين القياس القبلي والقياس البعدي لتحسين الادراك الحركي لدى فئة التخلف العقلي البسيط (09-13) سنة، حيث نلاحظ من خلال الجدول رقم (05) أنه هناك فروق دالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث التجريبية ولصالح القياس البعدي في متغير القدرات الادراكية الحركية قيد البحث، ويرجع الطالب هذا الفرق إلى استخدام التمارين والأنشطة الرياضية البدنية المكيفة والتي تتماشى وخصائص العينة التجريبية التي ساهمت في تحسين مستوى القدرات الحركية الادراكية بعد اتباع أسس علمية في تطبيق البرنامج الرياضي المكيف بما يتناسب وقدرات واستعدادات العينة هذا ما أكدته عدة دراسات نذكر منها: دراسة خشايمية سلوى/دراسة بدر الدين (2020) بعنوان دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية الادراك الحسي الحركي لدى المتخلفين عقليا- تخلف عقلي بسيط، والتي توصلت إلى أن ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة والرياضية تساهم بشكل ايجابي على تنمية الإدراك الحسي الحركي لدى المتخلف عقليا -تخلف عقلي بسيط، وكذا دراسة فرج محمد غريب/عمر عبد الحفيظ (2009) بعنوان تأثير برنامج ترويجي داخل حوض السباحة في تنمية بعض القدرات الادراكية الحركية والتفاعل الاجتماعي لدى تلميذات بأعمار (06-07) سنة حيث توصلت نتائج الدراسة إلى أن البرنامج الترويجي في حوض السباحة تأثيرا ايجابيا في القدرات الحركية الادراكية الحركية لدى عينة البحث.

كما أكدت دراسة محمودي عايدة (2014) بعنوان أثر استخدام الألعاب الحركية في تحسين الادراك الحسي الحركي لدى فئة المتخلفين عقليا (09-11) سنة -تخلف عقلي متوسط على أن استخدام الألعاب الحركية يساهم في تحسين الادراك الحسي الحركي وفي الأخير نقول أن الفرضية تحققت.

## 2-2-2- مناقشة الفرضية الثانية التي نتوقع أن يكون النشاط البدني الرياضي المكيف له

أثر ايجابي في تحسين الانتباه لدى فئة ذوي التخلف العقلي البسيط (09-13) سنة.

والتي من خلالها نستنبط الفرضية الاحصائية التالية: توجد فروق بين متوسطات أفراد المجموعة التجريبية بين القياس القبلي والقياس البعدي لتحسين الانتباه لدى فئة ذوي التخلف العقلي البسيط (09-13) سنة، حيث نلاحظ من خلال الجدول رقم (05) أنه هناك فروق دالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث التجريبية ولصالح القياس البعدي في متغير الانتباه ويرجع الطالب هذا الفرق إلى استخدام التمارين والأنشطة الرياضية البدنية المكيفة والتي تتماشى وخصائص العينة التجريبية التي ساهمت في تحسين مستوى الانتباه لدى هذه الفئة وذلك بعد اتباع أسس علمية في تطبيق البرنامج الرياضي المكيف بما يتناسب وقدرات واستعدادات العينة هذا ما أكدته عدة دراسات نذكر منها: دراسة سبع بوعبدالله (2008) فاعلية برنامج قائم على الألعاب الحركية في خفض اضطراب الانتباه وتحسين القدرات الحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنياً والتي توصل من خلالها إلى وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطات المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية ما يعني وجود أثر للألعاب الحركية في خفض اضطراب تشتت الانتباه (سبع بوعبدالله، 2008، ص115)، وكذلك دراسة ياسين الحاج عبدالحفيظ (2019) والمعنونة بتأثير برنامج مقترح في خفض اضطراب الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد.

وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات التطبيقين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في خفض اضطرابات الانتباه والنشاط الحركي الزائد (ياسين الحاج، 2019، ص09).

## 2-3- الاستنتاجات:

\* برنامج النشاط البدني المكيف المقترح له تأثير إيجابي وفعال في تنمية اختبارات المهارات الحركية الادراكية وكذا الانتباه لأطفال من ذوي التخلف العقلي البسيط (09-13) سنة للعينة التجريبية.

\* لا يؤثر برنامج النشاط البدني الرياضي المكيف المعتاد بشكل فعال في تنمية بعض المهارات الحركية الادراكية والانتباه للعينة الضابطة.

\* يؤثر برنامج الانشطة البدنية المكيفة المقترح بأكثر فعالية من البرنامج العادي.

\* إن النتائج التي حققتها الاختبارات أثبتت صلاحية محتوى الوحدات التعليمية التي تضمنها برنامج النشاط البدني الرياضي المكيف المقترح والذي يتماشى وقدراته من جميع النواحي.

## 2-4- التوصيات والاقتراحات:

من خلال النتائج التي تم التوصل إليها يوصي الباحث بما يلي:

1- استخدام برنامج النشاط البدني المكيف لتأثيره الفعال في تطوير القدرات الحركية الادراكية والانتباه للأطفال فئة التخلف العقلي البسيط (09-13) سنة.

2- الاهتمام بالنشاط الرياضي البدني المكيف داخل المركز الخاصة وخاصة لفئة ذوي التخلف العقلي.

3- وضع برامج هادفة للمتخلفين عقليا وفق أطر حديثة لرفع من مستوى الانتباه والادراك الحركي والعمل على تنميتها.

4- العمل على اعداد ندوات ودورات تحسيسية لتثقيف وتوعية الأولياء بأهمية النشاط البدني الرياضي المكيف للتقليل من المشاكل التي يعاني منها أطفالهم.

5- اجراء دراسات مستقبلية على فئة ذوي الاعاقة الذهنية في مجال النشاط البدني المكيف ومدى تأثيره على جميع القدرات العقلية لهذه الفئة.

6- اجراء دراسات مماثلة على عينات مختلفة من حيث السن والجنس وتنوع برامج الأنشطة البدنية المكيفة.

## خاتمة

إن عملية تأهيل الفرد المعاق بصفة عامة والمتخلف العقلي بصفة خاصة هي وسيلة هادفة لتحقيق اندماج الفرد المتخلف في المجتمع ومواكبة الحياة، ومن هذا الجانب عمل النشاط البدني الرياضي المكيف لتدعيم هذا الهدف وصب الاهتمام الكبير بهدف استغلال القدرات العقلية المتاحة لهذه الفئة.

وهذه المهمة موجهة على عاتق المشرفين والمربين العاملين في المراكز الخاصة بالتخلف العقلي، وكما هو معروف أن النشاط البدني المكيف له دور كبير وهام في تنمية قدرات الفرد وهو وسيلة للتكيف بين الأفراد وخلق جو الاندماج داخل المجموعة لذلك رأى الباحث أن هنالك اهمال في النشاط الحركي المكيف الخاص بفئة الأطفال المتخلفين عقليا فجاءت هذه الدراسة التي كان هدفها ابراز تأثير النشاط البدني الرياضي المكيف في تحسين الانتباه والادراك الحركي لدى فئة التخلف العقلي البسيط (09-13) سنة، وبعد مناقشة نتائج البحث توصل الطالب إلى أن النشاط البدني الرياضي المكيف له تأثير ايجابي في تحسين القدرات الحركية الادراكية ومستوى الانتباه لدى عينة ذوي التخلف العقلي البسيط.

قائمة

المصادر المراجع

## قائمة المراجع:

- 1) إبراهيم رحمة(1998): تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي دار الفكر للطباعة والنشر، الطبعة الأولى، عمان،1998.
- 2) أحمد عبد الخالق(2006): علم النفس العام، دار المعرفة الجامعية الاسكندرية.
- 3) أمين أنور الخولي، أسامة كامل راتب (1992): التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى، القاهرة.
- 4) بدر الدين، خشايمية سلوى (2020): دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية الإدراك الحسي الحركي لدى المتخلفين عقليا تخلف عقلي بسيط (5-7سنة) الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والانسانية، المجلد،12/العدد01/القسم(ب)العلوم الاجتماعية.
- 5) جرار جلال فاروق الروسان(1995): دليل مقياس المهارات اللغوية للمعوقين عقليا، مطبعة الجامعة الأردنية، عمان.
- 6) حزام محمد رضا القزويني (1978): التربية الترويحية، دار العربية للطباعة بغداد.
- 7) حسن الساعاتي(1980): التطبيع والعمران، دار النهضة العربية، الطبعة الثانية، بيروت.
- 8) حسين السيد أبو عبده(1991): أساليب تدريس التربية الحركية والبدنية والصحية، ترجمة عبدالفتاح حسن عبد الفتاح، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 9) حلمي ابراهيم ليلي السيد فرحات(1998): التربية الرياضية والترويح للمعاقين دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة.
- 10) حمودي عائدة (2014) أثر استخدام الألعاب الحركية في تحسين الإدراك الحسي الحركي لدى فئة المتخلفين عقليا تخلف متوسط (ذكور 09-11 سنة) الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، قسم العلوم الاجتماعية، العدد11.
- 11) الخالدي، محمد علي أديب(1975): سيكولوجية المتفوقين عقليا، مطبعة دار السلام، الطبعة الأولى، بغداد.
- 12) خليل المعايطه(2000): علم النفس التربوي، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، عمان.

- 13) د كمال درويش ،محمد الحماحمي(1997): رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ، دار الفكر للطباعة والنشر، الطبعة الأولى، القاهرة.
- 14) كمال ابراهيم مرسى(1996): التخلف العقلي، دار القلم، الكويت.
- 15) زهران ليلي(1992): الأسس العلمية والعملية، التمارينات والتمارين الفنية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 16) سبع بوعبدالله (2008): فاعلية برنامج قائم على الألعاب الحركية في خفض اضطراب الانتباه وتحسين القدرات الحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنياً.
- 17) سهير محمد سلامة شاش(2001): اللعب وتنمية اللغة لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، دار القاهرة للكتاب، مصر.
- 18) سيلر بيتر(1981): مقدمة في دراما الطفل، ترجمة كمال زاخر لطيف، منشأ المعادن، الإسكندرية.
- 19) عادل خطاب(1956): النشاط الترويحي وبرامجه، الطبع والنشر، مكتبة القاهرة الحديثة.
- 20) عباس عبدالفتاح رملي، محمد ابراهيم شحاتة(1991): اللياقة والصحة، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 21) عبد الرحمان العيسوي(1994): التخلف العقلي، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، الطبعة الأولى، بيروت.
- 22) عبد العظيم شحاتة مرسى(1990) : التأهيل المهني للمتخلفين عقلياً، دار الاتحاد العربي، للطباعة، القاهرة.
- 23) عبدالجليل ابراهيم(1997): الألعاب الرياضية للمعوقين، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 24) عبدالحفيظ سلامة(1999): الوسائل التعليمية في التربية الخاصة، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان.

- (25) عبدالله الزغبى، سليمان عوامله (2000): التربية الرياضية للحالات الخاصة دار الصفاء للنشر والاشهار، الطبعة الأولى، عمان.
- (26) عطيات محمد خطاب(1965): أوقات الفراغ والترويح وبرامجه، ملزم الطبع والنشر مكتبة القاهرة.
- (27) عماد الزغلول(2007): مدخل إلى علم النفس، دار الكتاب الجامعي، العين.
- (28) فاروق الروسان(1998): سيكولوجية الأطفال غير العاديين-مقدمة في التربية الخاصة، دار الفكر للطباعة والنشر، الطبعة الثانية، عمان.
- (29) فاروق الروسان(1998): قضايا ومشكلات في التربية الخاصة ، دار الفكر للطباعة والنشر، الطبعة الأولى، عمان.
- (30) فرج محمد غريب و شوفان عمر عبدالرحمان(2009) : تأثير برنامج تروحي داخل حوض السباحة في تنمية بعض القدرات الإدراكية-الحركية والتفاعل الاجتماعي لدى تلميذات بأعمار (06-07) سنوات.
- (31) كمال درويش، أمين الخولي(1990): أصول الترويح وأوقات الفراغ، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة.
- (32) لطفي بركات أحمد(1984): الرعاية التربوية للمعوقين عقليا، دار المريخ للنشر
- (33) ماجدة السيد عبيد (2000): الإعاقة العقلية، دار الصفاء للنشر والتوزيع الطبعة الأولى، عمان.
- (34) ماجدة السيد عبيد (2000): مقدمة في تأهيل المعاقين، دار الصفاء للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، عمان.
- (35) محمد حسن علاوي (1978): علم النفس الرياضي، دار المعارف، الطبعة الثالثة، القاهرة.
- (36) محمد عبدالسلام البواليز(2000): الاعاقة الحركية والشلل الدماغي، دار الفكر والطباعة والتوزيع، الطبعة الأولى عمان.
- (37) محمد نجيب توفيق(1967): الخدمات العمالية بين التطبيق والتشريع، الطبعة الأولى مكتبة القاهرة الحديثة.

38) محمود محمد(1977): الرياضة للمعوقين، الهيئة المصرية العامة للكتاب الطبعة الأولى، مصر.

39) مصري عبد الحميد حنورة(1991): رعاية الطفل المعوق، دار الفكر العربي الطبعة الأولى، القاهرة.

40) منظمة الصحة العالمية، المراجعة العاشرة للتصنيف الدولي للأمراض(1999) ترجمة وحدة الطب، عين الشمس باشراف أحمد عكاشة.

41) مينائي منصور بوحمد (1985): المعوقون، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي الطبعة الثانية، الكويت.

42) ياسين الحاج (2019): تأثير برنامج مقترح في خفض اضطراب الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا بمحلية أم درمان.

43) Caston Jean, (1993), psycho- physiologie, ellipses, tome 2, paris.

44) DSM IV, (1994), Diagnostic and statistic manual of mental, disorder, 4 ed,washinton,American psychatric association.

45) Malcom D.Arnoul (1972): Fondamental of scientifiqueméthode inpsychologie ,W.C.Brown , 20m Ed , Dubuque .io WA.

46) A.stor(1993):U.C.L:ETOutre activité physique et sportives adaptées pour personne handicapes mentale :prient marketing sprl : Belgique.

47). A . Domart & al(1986) : Nouveau Larousse Medical Libraries Larousse, Paris.

48) Roi Randain(1993):sur le chemin de sport avec les personnes handicapes physique ,plint, marketing sport.

49) Serae moyenca (1982): Sociologies et action social , Editions labor , Bruxelles.

50) J – Cozcheuve(1980) : Sociologie de la Radio - Television , P.U.F, 5em Edition , Paris.

51) Roymond . Tomas(1983) : Psychologie du sport , .U.F, ler Edition , Paris.

الملاحق

## الملحق (01) :

\*الاختبارات القدرات الإدراكية-الحركية:

### 1- اختبار المشي على اللوحة:

الأدوات: لوحة خشبية يتراوح طولها من 3 متر، وعرضها 10 سم تستند على قاعدتين، ولا يجب أن يقل ارتفاعها من الأرض عن 15 سم.

#### الأداء:

- المشي أماما لنهاية اللوحة ويستخدم الطفل ذراعيه في التوازن وبدون لمس أي شيء.
  - المشي خلفا حتى الطرف الآخر من اللوحة بنفس الطريقة.
  - المشي جانبا إلى الطرف الآخر من اللوحة والعودة.
- الدرجة: تعطى الدرجة لكل بند من البنود الثلاثة على حدة طبقا لما يأتي:

#### 1- المشي أماما:

- يمشي بسهولة ويحتفظ بديناميكية توازن الجسم في أثناء الأداء (4 درجات).
- لديه صعوبة طارئة ولكنه يستطيع استعادة التوازن كل الوقت (3 درجات).
- وقع أكثر من مرة أو توقف كثيرا، أو لديه صعوبة في استعادة التوازن (درجتان).
- لم يتمكن من الأداء، أو أن أكثر من ربع أدائه فاقد للتوازن (1 درجة).

#### 2- بند المشي خلفا:

- مشى بسهولة واحتفظ بالتوازن دون أن ينظر خلفه في أثناء الأداء (4 درجات).
- لديه صعوبة عارضة، ولكنه يستطيع استرجاع التوازن كل الوقت (3 درجات).
- وقع من فوق اللوحة أكثر من مرتين، وإذا توقف كثيرا وإذا لم يستطع الأداء دون أن ينظر خلفه (درجتان).
- لم يستطع الأداء أو أن نصف أدائه لا يتسم بالتوازن وإذا كان يتلمس اللوحة بطرف قدمه (1 درجة).

#### 3- بند المشي جانبا:

- يستطيع المشي بسهولة في كلا الجانبين (4 درجات).
- لديه صعوبة عارضة، ولكنه يستطيع استرجاع التوازن كل الوقت (3 درجات).
- لم يقع أكثر من مرتين في الاتجاه الواحد، أو إذا توقف كثيرا، أو أن لديه صعوبة في استرجاع التوازن (درجتان).

- لم يستطع الأداء في اتجاه أفضل من الاتجاه الآخر (1 درجة).

2- اختبار الوثب:

الأداء:

1- الوثب بالقدمين معا. 2- الوثب على القدم. 3- الوثب على القدم اليسرى.

4- الحجل لفترة 30 ثانية. 5- الوثب مع رفع الرجل الأخرى بالتبادل مرة على القدم اليمنى ومرة على القدم اليسرى. 6- الوثب مع رفع القدم الأخرى بالتبادل مرتين على القدم اليمنى ومرتين على القدم اليسرى.

7- الوثب مع رفع القدم الأخرى مرتين على القدم اليمنى ومرة على القدم اليسرى.

8- الوثب مع رفع القدم الأخرى مرتين على القدم اليسرى ومرة على القدم اليمنى.

الدرجة : يتم تقييم كل فقرة من الفقرات أعلاه على أساس (مناسب - غير مناسب) ثم تعطى درجة لجميع الفقرات مجتمعة طبقا للمستويات الآتية:

- أدى جميع الفقرات بطريقة مناسبة (4 درجات).

- أدى الفقرات الستة الأولى بطريقة مناسبة (3 درجات).

- أدى الفقرات الخمسة الأولى بطريقة مناسبة (درجتان).

- أدى اقل من خمسة فقرات بطريقة مناسبة (1 درجة).

3- اختبار تعيين أجزاء الجسم:

الأداء: يقف الطفل ويطلب منه لمس أجزاء من جسمه تبعا لأوامر المختبر اللفظية ويتم لمس الأجزاء الآتية بالتسلسل الآتي:

1- لمس الكتفين. 2- لمس عظمي الحوض 3- لمس الرأس. 4- لمس رسغي

القدمين 5- لمس الإذنين. 6- لمس الركبتين. 7- لمس العينين. 8- لمس الكوع

الأيمن 9- لمس الكوع الأيسر. 10- لمس الفم.

الدرجة : تعطى درجة لجميع الفقرات مجتمعة طبقا للمستويات الآتية :

- أدى الطفل جميع الفقرات بطريقة مناسبة (4 درجات).

- أدى بقليل من التردد والاضطراب (3 درجات).

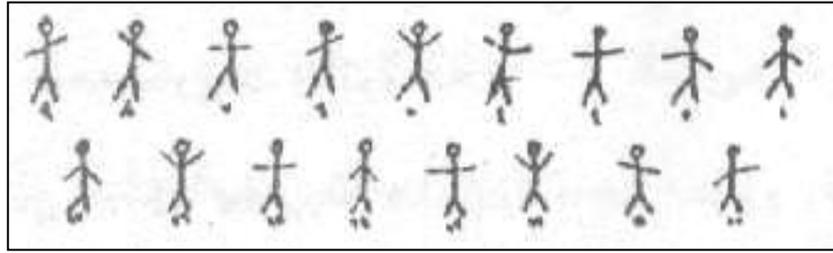
- يظهر بعض التردد في استجابة أو أكثر، أو إذا لم يلمس غير عضو واحد من

الأعضاء الزوجية (درجتان).

- إذا كان غير قادر على تحديد واحد أو أكثر من الأعضاء أو إذا تلمس جسمه حتى يجد الأعضاء (1 درجة).

#### 4- اختبار تقليد الحركة:

الأداء : يطلب من الطفل من وضع الوقوف تحريك ذراعيه تبعا للأوضاع التي يؤديها المختبر مع الانتظار بعد كل وضع لرؤية استجابة الطفل لتقييمها. ويؤدي الطفل سبعة عشر وضعاً مختلفاً في هذا الاختبار كما موضح في الشكل الآتي:



#### الدرجة:

- إذا أدى جميع الأوضاع فوراً وبتأكد وطبقاً لحركة المختبر (4 درجات).
- إذا أدى جميع الأوضاع فوراً بتأكد ولكن عكس حركة المختبر (3 درجات).
- إذا أدى بتردد أو افتقر إلى التأكد (درجتان).
- إذا ارتكب أكثر من خطأ واحد، أو إذا كانت الحركة ناقصة في كثير من الأوضاع (1 درجة).

#### 5- اختبار عبور المانع :

الأدوات : عارضة وثب طولها ثلاثة أقدام توضع على قائمين متدرجين.

#### الأداء :

- 1- توضع العارضة على القائمين بارتفاع ركبتي التلميذ ويطلب منه المرور فوقها دون لمس العارضة أو إسقاطها.
- 2- وضع العارضة على مسافة بوصة تحت مستوى ارتفاع كتفي التلميذ ويطلب منه المرور من أسفلها دون لمسها أو إسقاطها.

3- توضع العارضة موازية للحائط وعلى مسافة تقتضي أن يمر الطفل بين العارضة والحائط بجسمه بالجانب، ويطلب من الطفل المرور بين العارضة والحائط دون أن يلمس أيًا منهما.

الدرجة : يتم تقييم كل فقرة الفقرات الثلاثة منفردا على أساس (مناسب - غير مناسب) ثم تعطى درجة لجميع الفقرات مجتمعة طبقا للمستويات الآتية:

- أدى الفقرات الثلاثة بطريقة مناسبة (4 درجات).
- ارتكب خطأ بسيطاً يمكن تصحيحه بسهولة (3 درجات).
- إذا كان قادراً على تصحيح الخطأ بعد الإعادة مرة واحدة (درجتان).
- إذا كان غير قادر على تصحيح الخطأ بعد الإعادة مرة واحدة (1 درجة).

6- اختبار كروس - ويبر:

الأدوات: وسادة صغيرة.

الأداء:

1- الانبطاح على الأرض ووضع الوسادة تحت الحوض، ثم تشبيك اليدين خلف الرقبة وتثبيت قدمي التلميذ، يطلب من التلميذ رفع الجذع للأعلى والاحتفاظ بهذا الوضع لفترة 10 ثواني على الأقل.

2- الانبطاح على الأرض ووضع الوسادة تحت الحوض، ووضع اليدين تحت الجبهة وتثبيت كتفي التلميذ - يطلب من التلميذ رفع الرجلين ممدودتين لأعلى حوالي 25 سم والاحتفاظ بالوضع لفترة 10 ثوان على الأقل.

الدرجة : تعطى الدرجة للفقرتين معا طبقا للمستويات الآتية :

- أدى الفقرتين كما يجب (4 درجات). - أدى الفقرة الأولى فقط (3 درجات).
- أدى الفقرة الثانية فقط (درجتان). - لم يستطع أداء الفقرات (1 درجة).

7- اختبار زوايا على الأرض :

الأداء: يتكون هذا الاختبار من عشرة فقرات تؤدي من وضع الرقود على الظهر والذراعان بجانب الجسم وتؤدي الفقرات بالتسلسل الآتي:

- 1- بالإشارة إلى العضو من المختبر يطلب تحريك الذراع اليمنى لأعلى والعودة.
- 2- بالإشارة إلى العضو من المختبر يطلب تحريك الذراع اليسرى لأعلى والعودة.

- 3- بالإشارة إلى العضو من المختبر يطلب تحريك الساق اليمنى بفتحها للخارج والعودة.
- 4- بالإشارة إلى العضو من المختبر يطلب تحريك الساق اليسرى بفتحها للخارج والعودة.
- 5- بالإشارة إلى العضو من المختبر يطلب تحريك الذراعين معا لأعلى والعودة.
- 6- بالإشارة إلى العضو من المختبر يطلب تحريك الرجلين معا للخارج والعودة.
- 7- بالإشارة إلى العضو من المختبر يطلب تحريك الساق اليسرى للخارج والذراع اليسرى لأعلى والعودة.
- 8- بالإشارة إلى العضو من المختبر يطلب تحريك الساق اليمنى للخارج والذراع اليمنى لأعلى والعودة.
- 9- بالإشارة إلى العضو من المختبر يطلب تحريك الساق اليسرى للخارج والذراع اليمنى لأعلى والعودة.
- 10- بالإشارة إلى العضو من المختبر يطلب تحريك الساق اليمنى للخارج والذراع اليسرى لأعلى والعودة.

الدرجة : تعطى الدرجة للعشرة فقرات مجتمعة طبقا للمستويات الآتية :

- أدى التلميذ العشر فقرات بدقة (4 درجات).
- اظهر التلميذ ترددا بسيطا في أداء بعض الفقرات (3 درجات).
- التردد في بداية أداء الحركة أو مدى الحركة غير كاف ولا يستطيع تصحيح ذلك بعد إعادة مرة واحدة (درجتان).
- لا يستطيع أن يؤدي واحدا أو أكثر من الفقرات ولا يستطيع تصحيح ذلك بعد الإعادة مرة واحدة، أو إذا كان يتطلب معلومات في إي فقرة من الفقرات (1 درجة).

8- اختبار لوحة والطباشير:

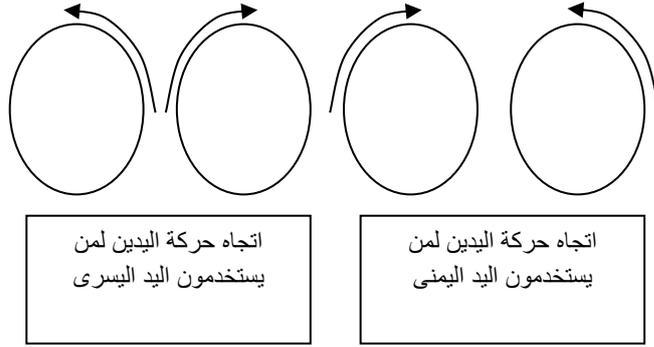
الأدوات: سبورة وطباشير.

الأداء:

1- رسم الدائرة: يتطلب من التلميذ أن يرسم دائرة على السبورة قطرها من 55 سم إلى

60 سم.

2- رسم الدائرتين: يطلب من التلميذ أن يضع في كل يد قطعة من الطباشير ويقوم برسم دائرتين باليدين في نفس الوقت، وبالنسبة للتلاميذ الذين يستخدمون اليد اليمنى يجب أن تكون حركة اليد اليمنى في أثناء الرسم في عكس اتجاه عقرب الساعة واليسرى في اتجاه عقرب الساعة والعكس بالنسبة لمن يستخدمون اليد اليسرى. كما هو مبين بالرسم.



3- رسم الخط الأفقي: يرسم المختبر علامتين على السبورة على خط أفقي، والمسافة بينهما 60 - 75 سم، وفي مستوى ارتفاع كتفي التلميذ، ويطلب منه ان يقف في منتصف المسافة بين العلامتين ثم يصل ما بين العلامتين بخط أفقي وتهتم هذه الفقرة من فقرات الاختبار بعبور خط منتصف الجسم. ففقد يرسم التلميذ الخط باليد في اتجاه الوسط ثم ينقل الطباشير لليد الأخرى وإكمال الخط، وقد يحرك جسمه في اتجاه العلامة الأولى جهة اليد المستخدمة، ثم يمضي في اتجاه العلامة الأخرى مع الاحتفاظ بالأداء في جانب واحد، كما يحتفظ بقدميه ثابتتين ولكنه يدير جسمه من مفصلي الرجلين أو الحوض، وعندما يضطر لتحريك يده والتقاطع مع خط منتصف جسمه قد يجد صعوبة في هذا التقاطع ويظهر ذلك من التردد وتصلب اليد في أثناء الحركة في الاتجاه العكسي.

4- رسم الخطوط الرأسية: يضع المختبر علامتين في أعلى السبورة، بحيث يستطيع التلميذ أن يصل إليهما بذراعيه عاليا ويعطى التلميذ قطعتين من الطباشير ويطلب منه رسم خطين رأسيين في نفس الوقت من أعلى السبورة إلى أسفلها ويجب ملاحظة الأداء غير المتساوي أو أي قوس داخل أو خارج الخطوط.

الدرجة : تعطى الدرجة لكل فقرة من الفقرات الأربع على حدة كما يأتي:

1- فقرة رسم الدائرة:

- رسم التلميذ الدائرة مناسبة في الشكل والحجم والاتجاه والوضع مع السماح بمرة واحدة إعادة لتحصيل الحجم والوضع المناسب (4 درجات).
- رسم التلميذ دائرة قريبة من الحجم والوضع، والشكل الصحيح بعد محاولتين أو ثلاث مع مرور التلميذ بمنتصف جسمه مع بعض الأخطاء البسيطة (3 درجات).
- إذا أدى بصعوبة مستمرة ولكن بجهد واضح يمكن أن يؤدي رسماً مقبولاً أو اتجاه الرسم غير صحيح بالنسبة لليد المفضلة (درجتان).
- لا يستطيع التلميذ رسم الدائرة بشكل وحجم مناسب وغير قادر على المرور بمنتصف الجسم أو الرسم المنبجج من الجانب أو من الأسفل (1 درجة).

## 2- فقرة رسم الدائرتين :

- أدى التلميذ بسهولة وثقة مع السماح بتوجيه إضافي لتحصيل الحجم والوضع (4 درجات).
- أدى التلميذ محاولتين أو ثلاث حتى يحقق الرسم المطلوب وإذا كان الأداء غير مستمر ومتصلياً (3 درجات).
- عانى التلميذ صعوبة في أي جزء من الأداء أو اتجاه الرسم غير صحيح أو لم يكن الأداء مقبولاً بعد محاولتين أو ثلاثة (درجتان).
- لا يستطيع أداء الرسم، أو أداء الرسم في حجم أو شكل غير مناسب أو خطأ في الوضع، أو انتبه ليد من اليدين فقط، رسم دوائر منبعجة باتجاه الوسط (1 درجة).

## 3- فقرة رسم الخط الأفقي :

- الأداء ملائم تماماً (4 درجات).
- أداء ملائم ولكن بعد تردد واهتمام بالحركات المتضمنة (3 درجات).
- خطوط مقوسة قليلاً ولكن الانتباه يوجه لليدين.
- خطوط مقوسة بشكل واضح، وكل الانتباه موجه لليد المفضلة أو أن التلميذ لا يستطيع الأداء.

## 09- اختبار التحصيل البصري للأشكال :

- الأدوات : ورقة بيضاء بدون خطوط قياس  $11 \times 8.5$  سم، قلم رصاص، ممحاة.
- الأداء: في هذا الاختبار يطلب رسم سبعة أشكال هندسية بسيطة هي الدائرة، خطان متقاطعان، مربع، مثلث، معين عرضي، معين طولي، مستطيل مقسم. ويلاحظ أن

الأطفال من سن خمس سنوات إلى خمس سنوات واحد عشر شهراً يستطيعون أداء الأشكال الأربعة الأولى فقط، والأطفال من ست سنوات إلى ست سنوات واحد عشر شهراً يستطيعون أداء الأشكال الخمسة الأولى فقط. والأطفال من سن سبع سنوات فأكثر يمكنهم أداء السبعة أشكال.

ويتم تطبيق الاختبار بإعطاء الطفل ورقة بيضاء بدون خطوط  $11 \times 8.5$  سم وقلم رصاص وممحاة، ويجلس وأمامه منضدة ويجلس الممتحن أمامه مباشرة ويقدم له رسماً تلو الآخر، ولا يحدد أداء الطفل بزمن معين، ولكن يأخذ الطفل الوقت الذي يحتاجه ليتم رسومه، وفي أثناء أداء الطفل يجب ملاحظة تصرفه في أثناء الأداء أكثر من ملاحظة الرسم، وينقسم الاختبار إلى جزأين:

أ. الشكل Form: ويقع اهتمام الممتحن في هذا الجزء على مناسبة حجم الرسوم، وعدم ترك القلم للورقة، وعدم التوقف، كذلك عدم تجزئة الرسم وعدم ترك الزوايا غير مغلقة أي أن يتعامل مع الأجزاء التي يرسمها باعتبارها جزءاً من كل وليست معزولة منه كذلك يجب ان يكون الشكل ملائماً غير مشوه ولا توجد فيه أخطاء في الاتجاه.

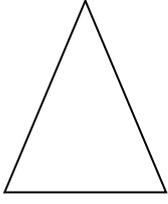
ب. التنظيم Organization: ويقع اهتمام الممتحن في هذا الجزء على ترتيب وتنظيم الأشكال في الصفحة مع مراعاة الأحكام المكانية، والتمييز بين أشكال مختلفة، أيضاً مفهوم الطفل للعلاقة بين الشكل والأرضية، ولذلك يلاحظ الممتحن الطريقة التي يتبعها الطفل في تنظيم الأشكال على الورقة وأفضل طرق التنظيم التي تكون من اليسار لليمين، كما أن الطرق التنظيمية الأخرى المقبولة تكون من القمة لأسفل أو دائرية كذلك مراعاة ألا تكون الرسوم كبيرة جداً أو صغيرة جداً

الدرجة : تعطى الدرجة بالنسبة لبند الشكل طبقاً لما يأتي:

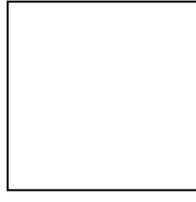
- رسم ملائم (4 درجات). - تحريف بسيط وخاصة في المعينات (3 درجات).
- تقطع في أي شكل مرسوم (درجتان).
- أذنا الكلب في المعين، تقطع واضح كبير، رسم لا يمكن تمييزه في واحد أو أكثر من الأشكال (1 درجة).

أما بند التنظيم فتعطى الدرجة طبقاً للآتي :

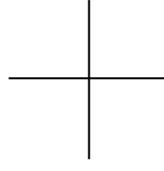
- من الشمال لليمين، من أعلى لأسفل (4 درجات). - أكثر من أربعة من الأشكال قد نظمت في الصفحة، أي تنظيم آخر كامل (3 درجات).
  - الرسم صغير جداً او كبير جداً بصورة ملحوظة، اقل من خمسة أشكال منتظمة على الصفحة (درجتان).
  - لا يوجد تنظيم ظاهر في الأشكال (1 درجة).
- نماذج اختبار التحصيل البصري للأشكال



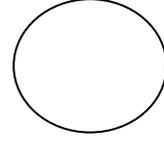
بطاقة (3)



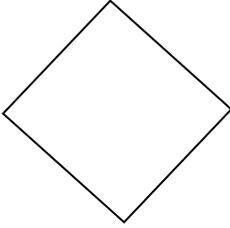
بطاقة (3)



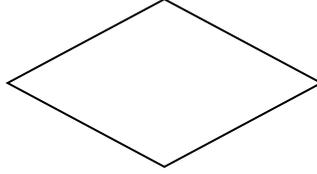
بطاقة (2)



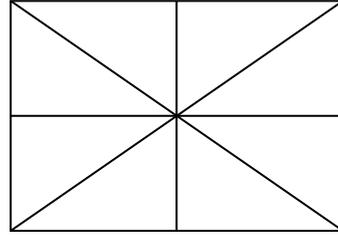
بطاقة (1)



بطاقة (7)



بطاقة (6)



بطاقة (5)

الملحق(02):

المقياس الفرعي لنقص الانتباه

يعبأ من طرف المربي

إسم الطفل: ..... عمره: ..... الوحدة: .....

المركز: المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا - ما زونة- غليزان

الرقم	الفقرات	لا يحدث	يتكرر بدرجة متوسطة	يتكرر كثيرا
01	تركيزه ضعيف			
02	يصعب عليه استكمال المهام			
03	غير منظم			
04	كثير النسيان			
05	لا ينتبه إلى التفاصيل			
06	يبدو شارد الذهن			
07	مدى انتباهه قصير			
08	يرتكب أخطاء تدل على عدم الانتباه			
09	يصعب عليه اتباع التعليمات			
10	ينتشتت ذهنه بسهولة			
11	يصعب عليه الانتباه لمدة طويلة			
12	يصعب عليه اكمال المهمة			
13	يتجنب عمل الأشياء التي تحتاج إلى تركيز عقلي مستمر			
14	يفقد أدواته بسهولة			
15	يصعب عليه البدء في تنفيذ الأعمال و الواجبات			
16	يرتكب الاخطاء تدل على الاهمال			

## بطاقة تقنية

المدة	المكان	الحصة	المستوى	الفوج
1سا	الملعب	التعلمية 01		طيف التوحد إعاقة ذهنية
<b>06 حواجز، كرات، ترو بولين، لعبة الفقاعات، swiss ball</b>				الوسائل
التنسيق				الهدف العام
أن يستطيع الطفل قفز الحاجز بالتنسيق بالرجلين				الهدف الإجرائي
مؤشرات النجاح	التشكيلات	المدة	التمارين	المراحل
- لمس الطفل للفقاعات -عدم خروج الطفل من الترومبولين		10د	- تحمية عامة لأعضاء الجسم - لعبة الفقاعات - التنطيط على الترومبولين	المرحلة التحضيرية
- عدم سقوط الحواجز - عدم خروج الطفل عن مسار الاجتياز		40د	<b>التمرين الأول:</b> - وضع 06 حواجز بارتفاع 10سم بين الحاجز والآخر 01م في مسار مستقيم المطلوب: اجتياز الحواجز الستة. <b>التمرين الثاني:</b> وضع 06 حواجز بارتفاع 20سم ، بين الحاجز والآخر 01م في مسار مستقيم. المطلوب: اجتياز الحواجز الستة. <b>التمرين الثالث:</b> - وضع 06 حواجز على استقامة واحدة بارتفاع مختلف بين الحاجز والآخر 01م ، الحاجز الأول 10سم ، الثاني 20سم والثالث 10سم ن الرابع 20سم ، الخامس 10سم والسادس 20سم. - المطلوب من الطفل اجتياز الحواجز الست . <b>التمرين الرابع:</b> وضع 06 حواجز في مسار منكسر بارتفاع 20سم ، بين كل حاجز والآخر 01م. - يطلب من الطفل اجتياز الحواجز الستة.	المرحلة الرئيسية
-الاسترخاء التام على الكرات الطبية. -الالتزام بالهدوء التام .		10د	-العودة بالأطفال إلى وضع الهدوء أو الراحة. -الاسترخاء على الكرات الطبية	المرحلة الختامية

الأستاذ :

## بطاقة تقنية

المدة	المكان	الحصة	المستوى	الفوج
01سا	الملعب	التعلمية02		
06 حواجز ، كرات ، لعبة الفقاعات ، ترومبولين ، كرات طبية.				الوسائل
التنسيق .				الهدف العام
أن يستطيع الطفل التنسيق بين اليدين .				الهدف الإجرائي
مؤشرات النجاح	التشكيلات	المدة	التمارين	المراحل
-لمس الطفل للفقاعات. -عدم الخروج من الترومبولين.		10د	- تسمية عامة لأعضاء الجسم - لعبة الفقاعات - التتطيط على الترومبولين	المرحلة التحضيرية
-عدم الخروج من المسار المسطر . - ضرب الكرة بيد واحدة. - استعمال اليد اليمنى واليسرى.		40د	<b>التمرين الأول:</b> - 04 كرات سلة من حجم صغير مثبتة بخيوط متدلّية من سقف فضاء العمل متجانسة الارتفاع أكثر من قامة الطفل قليلا وفي مسار مستقيم ، المسافة بين الكرة و الأخرى 1.5م. - المطلوب: ضرب الكرة باليد من طرف الطفل. <b>التمرين الثاني:</b> -04 كرات سلة من حجم صغير مربوطة بخيوط متدلّية من سقف فضاء العمل غير متجانسة الارتفاع اكثر من قامة الطفل قليلا وفي مسار مستقيم . -على الطفل ضرب الكرات باليد. <b>التمرين الثالث:</b> - نثبت 04 حلقات بخيوط متدلّية من السقف بارتفاع متجانس مع قامة الطفل في مسار مستقيم، ويطلب من الطفل ادخال الكرات داخل الحلقات بيد واستلامها باليد الأخرى.	المرحلة الرئيسية
- الاسترخاء الجيد للرجوع بالأعضاء إلى مرحلة البداية.		10د	الرجوع بالأطفال إلى مرحلة الهدوء . الاسترخاء على الكرات الطبية.	المرحلة الختامية

الأستاذ :

## بطاقة تقنية

المدة	المكان	الحصة	المستوى	الفوج
1س	الملعب	التعليمية 03		
لعبة الفقاعات، ترومبولين، الألواح، كرات طبية.				الوسائل
التوازن - تنمية وتحسين الجهاز الدهليزي				الهدف العام
أن يستطيع الطفل التحكم في جسمه في فضاء محدد				الهدف الإجرائي
مؤشرات النجاح	التشكيلات	المدة	التمارين	المراحل
-الإحماء الكلي -لأعضاء الجسم. -عدم الخروج من الترومبولين		10د	- تحمية عامة لأعضاء الجسم - لعبة الفقاعات - التنطيط على الترومبولين	المرحلة التحضيرية
عدم الخروج من المسار		40د	<b>التمرين الأول:</b> عارضه بطول 03م وعرض 20سم، متوازيان و مرتفعان على الأرض، 20سم وتبعدان عن بعضهما 20سم،تضاف اليهما و على امتدادهما عارضتان بنفس الطول وعرض 30سم ومرتفعتان على الأرض 30سم تضاف اليهما وعلى امتدادهما عارضتان بنفس الطول وعرض 20سم ومرتفعتان 20سم على الأرض تكونا على شكل منحدر . المطلوبالمشي عليهما بوضع كل قدم على عارضه. وضعية المريي خلف الطفل. <b>التمرين الثاني:</b> وضع أربعة كراسي بارئقاع 20سم على استقامة واحدة المسافة بين الكرسي و الآخر 20 سم المطلوب : المشي على الكراسي وضعية المريي خلف الطفل <b>التمرين الثالث:</b> وضع أربعة كراسي على استقامة واحدة المسافة بين الكرسي و الآخر 20سم وارتفاع في تصاعد. المطلوب: المشي على الكراسي وضعية المريي خلف الطفل.	عدم الخروج من المسار
مساعدة كلية أو جزئية عند بداية التمرين				
الاسترخاء الجيد للرجوع بالأعضاء إلى مرحلة البداية.		10د	- العودة بالأطفال إلى وضع الهدوء أو الراحة. -الاسترخاء على الكرات الطبية	المرحلة الختامية

الأستاذ :

## بطاقة تقنيّة

الفوج	المستوى	الحصة	المكان	المدة
		التعلمية 04	الملعب	1سا
الوسائل	سلات +كرات+لعبة الفقاعات+ترابولين			
الهدف العام	الدقة			
الهدف الإجرائي	العمل التوافقي بين حاسة البصر و آلية العمل الحركي			
المراحل	التمارين	المدة	التشكيلات	مؤشرات النجاح
المرحلة التحضيرية	<ul style="list-style-type: none"> <li>- تسمية عامة لأعضاء الجسم</li> <li>- لعبة الفقاعات</li> <li>- التنطيط على الترومبولين</li> </ul>	10د		<ul style="list-style-type: none"> <li>لاحماء الكلي</li> <li>لأعضاء الجسم.</li> <li>-عدم الخروج من الترومبولين</li> </ul>
المرحلة الرئيسية	<p>التمرين الأول:</p> <p><b>04أقمعة (plots)</b></p> <p>على طاولة بارتفاع 1م على بعد 2م من الطفل وبحوزته 10كرات صغيرة . المطلوب : التسديد على الأقمعة لإسقاطها .</p> <p>التمرين الثاني:</p> <p><b>04 أقمعة (plots)</b></p> <p>على طاولة بارتفاع 1م على بعد 3م من الطفل وبحوزته 10كرات صغيرة . المطلوب : التسديد على الأقمعة لإسقاطها .</p> <p>التمرين الثالث</p> <p><b>02أقمعة (plots)</b></p> <p>على طاولة بارتفاع 1م على بعد 2م من الطفل وبحوزته 10كرات صغيرة . المطلوب : التسديد على الأقمعة لإسقاطها .</p> <p>التمرين الرابع</p> <p><b>01أقمعة (plots)</b></p> <p>على طاولة بارتفاع 1م على بعد 3م من الطفل وبحوزته 10كرات صغيرة . المطلوب : التسديد على الأقمعة لإسقاطها .</p>	40د		<ul style="list-style-type: none"> <li>وضع حاجز للطفل</li> <li>لعدم الخروج منه</li> </ul>
المرحلة الختامية	<ul style="list-style-type: none"> <li>- العودة بالأطفال إلى وضع الهدوء أو الراحة.</li> <li>-الاسترخاء على الكرات الطبية</li> </ul>	10د		<ul style="list-style-type: none"> <li>الاسترخاء الجيد</li> <li>للرجوع بالأعضاء إلى مرحلة البداية.</li> </ul>

الأستاذ :

## بطاقة تقنية

المدة	المكان	الحصة	المستوى	الفوج
1سا	الملعب	تعليمية 05		
عارضتان-ترمبولين-كراسي-صفارة				الوسائل
التوان-تنمية و تحسين الجهاز الدهليزي				الهدف العام
التحكم في الجسم في فضاء مرتفع غير متجانس				الهدف الإجرائي
مؤشرات النجاح	التشكيلات	المدة	التمارين	المراحل
الاحماء الكلي لأعضاء الجسم. -عدم الخروج من الترومبولين		05	- تسمية عامة لأعضاء الجسم - لعبة الفقاعات - التنطيط على الترومبولين	المرحلة التحضيرية
وضع حاجز للطفل لعدم الخروج منه +سقوط الأقمعة		40	<b>التمرين الأول:</b> عارضتان بطول 3م وعرض 20سم متوازيتان ومرتفعتان على الأرض 20سم و تبعدان عن بعضهما 20سم ، تضاف اليهما و على امتدادهما عارضتان بنفس الطول وعرض 30سم و مرتفعتان على الأرض 30سم ،تضاف اليهما و على امتدادهما عارضتان بنفس الطول وعرض 20سم ومرتفعتان 20سم على الأرض تكونا على شكل منحدر المطلوب المشي عليهما بوضع كل قدم على عارضة وضعية المربي خلف الطفل. <b>التمرين الثاني:</b> وضع أربعة كراسي بارتفاع 20سم على استقامة واحدة المسافة بين الكرسي والآخر 20سم المطلوب: المشي على الكرسي وضعية المربي خلف الطفل <b>التمرين الثالث:</b> وضع أربعة كراسي على استقامة واحدة المسافة بين الكرسي والآخر 20سم و ارتفاع في تصاعد المطلوب: المشي على الكراسي وضعية المربي خلف الطفل	المرحلة الرئيسية
الاسترخاء الجيد للرجوع بالأعضاء إلى مرحلة البداية.		05	-العودة بالأطفال إلى وضع الهدوء أو الراحة. -الاسترخاء على الكرات الطبية	المرحلة الختامية

الأستاذ :

## بطاقة تقنية

الفوج	المستوى	الحصة	المكان	المدة
		التعلمية 06	الملعب	1سا
الوسائل	سلات+كرات+لعبة الفقاعات+ترابولين			
الهدف العام	الدقة			
الهدف الإجرائي	العمل التوافقي بين حاسة البصر وآلية العمل الحركي			
المراحل	التمارين	المدة	التشكيلات	مؤشرات النجاح
المرحلة التحضيرية	- تحمية عامة لأعضاء الجسم - لعبة الفقاعات - التنطيط على الترومبولين	10د		الاحماء الكلي لأعضاء الجسم. -عدم الخروج من الترومبولين
المرحلة الرئيسية	<p>التمرين الأول: <b>06أقمعة (plots)</b> على بعد 3م من الطفل وبحوزته 10كرات صغيرة . المطلوب : التسديد الكرات العشر 10باليد في اتجاه الأقمعة لإسقاطها.</p> <p>التمرين الثاني: <b>03أقمعة (plots)</b> على بعد 3م من الطفل وبحوزته 10كرات صغيرة . المطلوب : التسديد الكرات العشر 10باليد في اتجاه الأقمعة لإسقاطها.</p> <p>التمرين الثالث <b>01أقمع (plots)</b> على بعد 3م من الطفل وبحوزته 10كرات صغيرة . المطلوب : التسديد الكرات العشر 10باليد في اتجاه الأقمعة لإسقاطها.</p> <p>التمرين الرابع <b>03أقمعة (plots)</b> على بعد 2م من الطفل وبحوزته 10كرات صغيرة . المطلوب : التسديد الكرات العشر 10بالرجل في اتجاه الأقمعة لإسقاطها.</p>	40د		وضع حاجز للطفل لعدم الخروج منه +سقوط الأقمعة
المرحلة الختامية	- العودة بالأطفال إلى وضع الهدوء أو الراحة. -الاسترخاء على الكرات الطبية	10د		الاسترخاء الجيد للرجوع بالأعضاء إلى مرحلة البداية.

**الأستاذ:**

## بطاقة تقنية

الفوج	المستوى	الحصة	المكان	المدة
		التعليمية 07	الملعب	1سا
الوسائل	Swiss ball+سلات+كرات+لعبة الفقاعات+ترابولين			
الهدف العام	الدقة			
الهدف الإجرائي	العمل التوافقي بين حاسة البصر والية العمل الحركي			
المراحل	التمارين	المدة	التشكيلات	مؤشرات النجاح
المرحلة المرحلة تحضيرية	- تحمية عامة لأعضاء الجسم - لعبة الفقاعات - التنطيط على الترومبولين	10د		الاحماء الكلي لأعضاء الجسم. -عدم الخروج من ترومبولين
المرحلة الرئيسية	<p><b>التمرين الأول:</b> تثبيت حلقة قطرها 60سم على حائط فضاء العمل تكون على مستوى قامة الطفل على بعد 1م ، المطلوب: رمي الكرة داخل الحلقة، عدد الكرات 10.</p> <p><b>التمرين الثاني</b> تثبيت حلقة قطرها 40سم على حائط فضاء العمل تكون على مستوى قامة الطفل على بعد 1م . المطلوب: رمي الكرة داخل الحلقة. عدد الكرات 10.</p> <p><b>التمرين الثالث</b> تثبيت حلقة قطرها 30سم على حائط فضاء العمل تكون على مستوى قامة الطفل على بعد 1م . المطلوب: رمي الكرة داخل الحلقة. عدد الكرات 10.</p> <p><b>التمرين الرابع</b> تثبيت 03حلقات على الحائط الحلقة الأولى قطرها 60سم و الثانية 40سم و الثالثة 30سم على مستوى قامة الطفل على بعد 2م المطلوب: رمي الكرة داخل الحلقة. عدد الكرات 10.</p>	40د		وضع حاجز للطفل لعدم الخروج منه.  ادخال الكرة داخل الحلقات
المرحلة الختامية	- العودة بالأطفال إلى وضع الهدوء أو الراحة. -الاسترخاء على الكرات الطبية	10د		الاسترخاء الجيد للرجوع بالأعضاء إلى مرحلة البداية.

الأستاذ :

## بطاقة تقنية

الفوج	المستوى	الحصة	المكان	المدة
		التعليمية 08	الملعب	15
الوسائل	Swiss ball + سلات + كرات + لعبة الفقاعات + تروبولين			
الهدف العام	التآزر البصري الحركي			
الهدف الإجرائي	التنسيق بين العين وحركة الجسم			
المراحل	التمارين	المدة	التشكيلات	مؤشرات النجاح
المرحلة التحضيرية	- تحمية عامة لأعضاء الجسم - لعبة الفقاعات - التنطيط على الترومبولين	10د		الاحماء الكلي لأعضاء الجسم. -عدم الخروج من ترومبولين
المرحلة الرئيسية	<p><b>التمرين الأول:</b> كرتا سلة حجم صغير متدلتيان من سقف فضاء العمل على مستوى قامة الطفل المطلوب: دفع الكرة الأولى في اتجاه الطفل يعيدها الطفل بدفعها باليد، ثم نفس العمل مع الكرة الثانية.</p> <p><b>التمرين الثاني:</b> كرة سلة حجم صغير متدلتيه من سقف فضاء العمل على مستوى قامة الطفل ، كرة أخرى على الأرض. المطلوب: دفع الكرة الموجودة على الأرض تتدحرج فب اتجاه الطفل في اتجاه الطفل يعيدها للمربي بنفس الطريقة، ثم ندفع الكرة المتدلتيه في اتجاه الطفل الذي يعيدها بنفس الطريقة.</p> <p><b>التمرين الثالث</b> كرة سلة حجم صغير المطلوب :وضعية الجلوس دحرجة الكرة من المربي إلى الطفل يعيدها الطفل بنفس الطريقة.</p> <p><b>التمرين الرابع:</b> كرة سلة صغيرة المطلوب :وضعية الجلوس للطفل و المربي و المتدخل ثالث دحرجة الكرة بين الثلاثة</p>	40د		دفع الكرة اتجاه المربي دفع الكرة اتجاه المربي وعدم الخروج من المسار
المرحلة الختامية	العودة بالأطفال إلى وضع الهدوء أو الراحة. -الاسترخاء على الكرات الطبية	10د		الاسترخاء الجيد للرجوع بالأعضاء إلى مرحلة البداية.

: الأستاذ

## بطاقة تقنية

المدة	المكان	الحصة	المستوى	الفوج
15	الملعب	التعلمية 09		
Swiss ball+كرات سلة صغيرة +لعبة الفقاعات+ترابولين				الوسائل
التآزر البصري الحركي				الهدف العام
التنسيق بين العين وحركة الجسم				الهدف الإجرائي
مؤشرات النجاح	التشكيلات	المدة	التمارين	المراحل
الاحماء الكلي لأعضاء الجسم. -عدم الخروج من ترومبولين		10د	- تسمية عامة لأعضاء الجسم - لعبة الفقاعات - التنطيط على الترومبولين	المرحلة التحضيرية
الكرة تكون ضوئية أو صوتية		40د	<b>التمرين الأول:</b> كرة سلة حجم صغير المطلوب :درجعة الكرة من الجلوس بين الطفل المربي و متدخل ثالث الزيادة في المسافة بين الثلاثة(الرجوع إلى الخلف قليلا بعد كل مدة). <b>التمرين الثاني:</b> كرة سلة صغيرة المطلوب :التمرير و الاستقبال بين الطفل المربي و متدخل ثالث ومن مسافة 1.5 م الوضعية من الجلوس. <b>التمرين الثالث</b> كرة سلة صغيرة المطلوب :التمرير و الاستقبال بين الطفل المربي و متدخل ثالث ومن مسافة 02 م الوضعية من الوقوف. <b>التمرين الرابع:</b> كرة سلة صغيرة المطلوب : الاستقبال باليد و التمرير باليد ثم الاستقبال بالرجل و التمرير بالرجل	المرحلة الرئيسية
الاسترخاء الجيد للرجوع بالأعضاء إلى مرحلة البداية.		10د	- العودة بالأطفال إلى وضع الهدوء أو الراحة. -الاسترخاء على الكرات الطبية	المرحلة الختامية

**الأستاذ:**

## بطاقة تقنيــــــــــــــــة

المدة	المكان	الحصة	المستوى	الفوج
1س	الملعب	التعليمية10		
طاولة مضرب+شبكة+كرة صغيرة+لوح متعرج+لوح مستطيل				الوسائل
التآزر البصري الحركي				الهدف العام
التنسيق بين العين وحركة الجسم				الهدف الإجرائي
مؤشرات النجاح	التشكيلات	المدة	التمارين	المراحل
الاحماء الكلي لأعضاء الجسم. -عدم الخروج من ترومبولين		10د	- تسمية عامة لأعضاء الجسم لعبة الفقاعات التتنطيط على الترومبولين	المرحلة التحضيرية
الكرة تكون ضوئية أو صوتية عدم خروج الكرة من الطاولة عدم لمس الكرة الشبكة عدم خروج الكرة من المنعرج عدم خروج الكرة من اللوح		40د	<b>التمرين الأول:</b> لوح طوله2.5 وعرضه 1م يتوسط اللوح شبكة، يحمل الطفل مضرب تنس الطاولة، يدفع المربي المقابل للطفل في الطرف الأخر من اللوح كرة صغيرة يحاول الطفل أن يعيدها بالمضرب ويساعده في ذلك المربي الموجود خلفه. <b>التمرين الثاني:</b> لوح عرضه 20سم وطوله3م مساره منعرج، الطفل على بعد2م يحاول رمي الكرة برجله في اتجاه اللوح. <b>التمرين الثالث</b> لوح عرضه 30سم وطوله70سم، يحمله كل من المربي و الطفل من طرفيه،الكرة على اللوح يقوم الطفل و المربي بتمرير الكرة مع المحافظة عليها على اللوح.	المرحلة الرئيسية
الاسترخاء الجيد للرجوع بالأعضاء إلى مرحلة البداية.		10د	العودة بالأطفال إلى وضع الهدوء أو الراحة. -الاسترخاء على الكرات الطبية	المرحلة الختامية

الأستاذ

## بطاقة تقنية

المدة	المكان	الحصة	المستوى	الفوج
1س	الملعب	التعليمية 11		
لعبة الفقاعات +ترابولين				الوسائل
الاستجابة للإشارة				الهدف العام
قدرة التناسق بين الجهاز العصبي و العضلي				الهدف الإجرائي
مؤشرات النجاح	التشكيلات	المدة	التمارين	المراحل
الاحماء الكلي لأعضاء الجسم. -عدم الخروج من ترومبولين		10د	- تسمية عامة لأعضاء الجسم - لعبة الفقاعات - التتطيط على الترومبولين	المرحلة التحضيرية
المساعدة الكلية في الأول ثم يبدأ المرافق بالإسحاب تدريجيا  صوت المنبه يكون مرتفع		40	<b>التمرين الأول:</b> كل طفل بصحبة مربّي ماسك بيده، التجول داخل فضاء العمل ، مشي حر المطلوب: عند سماع الصافرة جلوس ثم عند سماع التصفيق وقوف <b>التمرين الثاني:</b> كل طفل بصحبة مربّي ماسك بيده، التجول داخل فضاء العمل ، مشي حر المطلوب: عند سماع كلمة جلوس نجلس <b>التمرين الثالث</b> المشي على أربعة داخل فضاء العمل (ارتكازات على اليدين و القدمين) المطلوب: عند سماع كلمة وقوف نقف <b>التمرين الرابع:</b> مشي حر داخل الفضاء المطلوب: التجمع عند المربي بعد سماع الصافرة.	المرحلة الرئيسية
الاسترخاء الجيد للرجوع بالأعضاء إلى مرحلة البداية.		10د	- العودة بالأطفال إلى وضع الهدوء أو الراحة. -الاسترخاء على الكرات الطبية	المرحلة الختامية

الأستاذ

## بطاقة تقنيّة

المدة	المكان	الحصة	المستوى	الفوج
15د	الملعب	التعلمية 12		
رايات حمراء ،خضراء زرقاء + لعبة الفقاعات + ترابولين				الوسائل
الاستجابة للإشارة				الهدف العام
التوافق بين الإشارة و الاستجابة				الهدف الإجرائي
مؤشرات النجاح	التشكيلات	المدة	التمارين	المراحل
الاحماء الكلي لأعضاء الجسم. -عدم الخروج من ترابولين		10د	- تحمية عامة لأعضاء الجسم - لعبة الفقاعات - التتطيط على الترومبولين	المرحلة التحضيرية
وجود مساعد للمربي يشارك الأطفال في اللعبة لتقليده		40د	<b>التمرين الأول:</b> المشي الحر داخل فضاء العمل وضعية المربي واقف وسط الفضاء حامل راية خضراء المطلوب : عند رفع الراية يتوقف الجميع عن المشي <b>التمرين الثاني:</b> المشي الحر داخل فضاء العمل وضعية المربي واقف وسط الفضاء حامل راية حمراء و أخرى خضراء المطلوب : عند رفع الراية الحمراء مشي عند رفع الخضراء وقوف. <b>التمرين الثالث</b> المشي الحر داخل فضاء العمل وضعية المربي واقف وسط الفضاء حامل راية حمراء و أخرى خضراء وثالثة زرقاء المطلوب : عند رفع الراية الحمراء مشي عند رفع الخضراء وقوف وعند رفع الزرقاء جلوس	المرحلة الرئيسية
الاسترخاء الجيد للرجوع بالأعضاء إلى مرحلة البداية.		10د	- العودة بالأطفال إلى وضع الهدوء أو الراحة. -الاسترخاء على الكرات الطبية	المرحلة الختامية

**الأستاذ:**

## بطاقة تقنيّة

المدة	المكان	الحصة	المستوى	الفوج
15	الملعب	التعليمية 13	الثالث	
أقماع، صحون، كرات طبية				الوسائل
القوة				الهدف العام
أن يتمكن الطفل من حمل كرات طبية بأوزان (1كغ، 2 كغ، 3كغ)				الهدف الإجرائي
مؤشرات النجاح	التشكيلات	المدة	التمارين	المراحل
-الجرى بنظام وعدم الخروج عن حيز الملعب -اتباع حركات الأستاذ		10	-جرى خفيف حول الملعب تحمية عامة لأعضاء الجسم	المرحلة التحضيرية
احترام الأماكن المحددة -تتبع إشارة الأستاذ وتقليدها  احترام الأماكن -التوقف في مكان الزميل المراد تمرير الكرة له -إعادة الكرة إلى مكانها الأول		40	<b>التمرين الأول:</b> وضع أقماع في مستقيم أفقي بين القمع والآخر 1م يقف كل طفل أمام القمع، نضع أمام كل قمع كرة طبية مختلفة الأوزان (1كغ، 2كغ، 3كغ) المطلوب : حمل الكرة فوق الرأس وإلى الأمام والتعامل معها بشكل جيد حسب اشارة الأستاذ. تغيير الأماكن في كل مرة للتعرف على كل الأوزان المنكورة. <b>التمرين الثاني:</b> وضع 04 أقماع على شكل مربع في حيز كبير بمساحة (5م مربع) نضع الكرات الثلاثة أمام القمع الأول بحيث يقف كل طفل أمام قمع خاص به. المطلوب : تمرير الكرات الطبية من طفل إلى آخر حتى نهاية المربع.	المرحلة الرئيسية
-تقليد حركات الأستاذ -الاسترخاء التام مع غلق العينين.		10	- تمارين تمديد العضلات -الاسترخاء	المرحلة الختامية

**الأستاذ:**

## بطاقة تقنية

المدة	المكان	الحصة	المستوى	الفوج
15د	الملعب	التعليمية 14		
رايات حمراء ،خضراء زرقاء + لعبة الفقاعات + ترابولين				الوسائل
الاستجابة للإشارة				الهدف العام
التوافق بين الإشارة و الاستجابة				الهدف الإجرائي
مؤشرات النجاح	التشكيلات	المدة	التمارين	المراحل
الجري بطريقة نظامية تنفيذ الأوامر بطريقة صحيحة		10د	- جري خفيف حول الملعب - حركات احماء خفيفة	المرحلة التحضيرية
عدم الخروج من المسار + ضرب الكرة بيد واحدة + استعمال اليدين اليمنى واليسرى		40د	<b>التمرين الأول:</b> 4كرات حجم كرة السلة صغيرة مثبتة بخيوط متدللية من حبل متجانسة الارتفاع أكثر من قامة الطفل قليلا وفي مسار مستقيم مسافة بين كل كرة 1.5 م المطلوب: ضرب الكرة باليد وضعية الاستاذ خلف الطفل. <b>التمرين الثاني:</b> 4كرات حجم كرة السلة صغيرة مثبتة بخيوط متدللية من حبل غير متجانسة الارتفاع أكثر من قامة الطفل قليلا وفي مسار مستقيم المطلوب: ضرب الكرة باليد وضعية الاستاذ خلف الطفل. <b>التمرين الثالث:</b> تثبيت 04 حلقات بخيوط متدللية من حبل بارتفاع متجانس مع قامة الطفل في مسار مستقيم المطلوب : ادخال الكرة داخل الحلقة واستقبالها.	المرحلة الرئيسية
تقليد الأستاذ الاسترخاء التام + غلق العينين		10د	- تمارين التمديد - الاسترخاء	المرحلة الختامية

**الأستاذ:**

## بطاقة تقنية

المدة	المكان	الحصة	المستوى	الفوج
15د	الملعب	التعليمية		
سلة كبيرة ، كرة سلة، أطواق				الوسائل
التأزر البصري الحركي				الهدف العام
أن يتمكن الطفل من توجيه الرمية نحو هدف محدد				الهدف الإجرائي
مؤشرات النجاح	التشكيلات	المدة	التمارين	المراحل
الجري بطريقة نظامية تنفيذ الأوامر بطريقة صحيحة		10د	- جري خفيف حول الملعب - حركات احماء خفيفة	المرحلة التحضيرية
ادخال الكرات داخل السلة من مكان محدد			<b>التمرين الأول:</b> سلى قطرها 80سم يقف الطفل على بعد 01م من السلة المطلوب : ادخال الكرات 10 في السلة. <b>التمرين الثاني:</b> حبل بارتفاع 1م وطول 1م، سلة قطرها 80سم يقف الطفل على بعد متر من الحبل المطلوب: ادخال الكرات 10 داخل السلة. <b>التمرين الثالث</b> طوق على شكل مرمى بارتفاع 80سم وطول 50سم ، يقف الطفل على بعد 01متر . المطلوب : ادخال الكرات 05 بالرجل	المرحلة الرئيسية
ادخال الكرات داخل السلة ،تمرير الكرة فوق الحبل.				
ادخال الكرات داخل الطوق بالرجل.		40د		
الاستلقاء على الأرض وعدم النهوض.		10د	- جري خفيف - الاسترخاء التام	المرحلة الختامية

**الأستاذ:**

## بطاقة تقنية

المدة	المكان	الحصة	المستوى	الفوج
1سا	الملعب	التعليمية 16		
swissball+سلالات ،كرات+لعبة الفقاعات+ترابولين				الوسائل
تحقيق كفاءة المتعلم في انماء قدراته في وضعيات مختلفة				الهدف العام
تحقيق كفاءة المتعلم لحل الاشكالات				الهدف الإجرائي
مؤشرات النجاح	التشكيلات	المدة	التمارين	المراحل
الجرى بطريقة نظامية تنفيذ الأوامر بطريقة صحيحة		10د	- جري خفيف حول الملعب. - تدليك عام لأعضاء الجسم، لعبة الفقاعات . - التنطيط على الترمبولين.	المرحلة التحضيرية
عدم الخروج من المسار+ ضرب الكرة بيد واحدة+ استعمال اليد اليمنى واليسرى		40د	التمرين الأول: اجتياز 06 حواجز بارفقاغ 20سم. التمرين الثاني: المشي على عارضة بطول 3م وعرض 40سم، واخرى بنفس الطول وعرض 30سم. التمرين الثالث ضرب الكرة المتدلية من سقف فضاء العم بالمضرب. التمرين الرابع: رمي عشرة كرات داخل الحلقة المعلقة على الحائط.	المرحلة الرئيسية
تقليد الأستاذ الاسترخاء التام+ غلق العينين		10د	- جري خفيف ، لعبة الفقاعات - الاسترخاء على swiss ball	المرحلة الختامية

**الأستاذ:**