



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم : النشاط الحركي المكيف و الصحة

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم و تقنيات النشاطات
البدنية و الرياضية
تخصص : نشاط بدني مكيف و الصحة

بعنوان :

تأثير ألعاب الكرة في تحسين بعض القدرات الحركية لدى الأطفال
المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون
(10-12) سنة

دراسة ميدانية أجريت بالمركز الطبي البيداغوجي ببيروانة ولاية تلمسان

- لجنة المناقشة :

- رئيس اللجنة : أ.د. بومسجد عبد القادر
- المشرف : د. زبشي نور الدين
- عضو اللجنة : أ. دحون عومري

من إعداد الطالبان:

- كحلي يونس
- بودواية خير الدين

السنة الجامعية: 2015-2016

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الإهداء

إلى وطننا الغالي الحبيب قرة عيننا ودرة قلبنا الذي عانى الولايات والألم ومرارة الأيام في أيام الاستبداد و الاستعمار وبقي شامخا ولم ينحني برجاله وشهدائه الأبرار و الذي أعطانا الكثير و لم يبخل علينا بالعلم فكان الصدر الحنون لنا

*إلى أبوين وأمهاتنا اللذين منحانا من الحب والحنان ما يكفينا لمحبة الناس وعلمانا من الصبر ما يكفينا لمواصلة المشوار وأحبوا أن يرونا في هذا المقام.....

إلى إخواننا الأعزاء توأم روحنا أصدقائنا الذين أحاطونا بالعون والدعاء والحب والوفاء نحبهم في الله و الكتكتتين إيمان و صبيحة.

إلى أبونا الثاني الذي نكن له كل التقدير و الاحترام السيد رحو كريم

إلى كل لاعبي فريق الجيل الصاعد الحناية لكرة اليد :هشام، عبد القادر ،أسامة ،عبد الله ، عبد الفتاح ، محمد

كحلي يونس و بودواية خيرالدين

شكر و التقدير

بعد حمدا لله و شكره الذي وهبنا القوة و الإرادة و الصبر لإنجاز هذا العمل المتواضع ، لا نملك إلا أن نتوجه بخالص شكرنا و تقديرنا لكل يد أسهمت في انجازه ، و لكل صاحب فكرة أو رأي فتح أمامنا آفاق أرحب ومجالات أوسع للمعرفة .
و يسعدنا كثيرا أن نتقدم بأسمى معاني الشكر و التقدير و الاحترام لأستاذنا الجليل الدكتور الفاضل زيشي نور الدين لتفضله بالإشراف على هذا البحث و لما قدمت سيادته من على توجيهات و نصائح و إرشادات منهجية و ما غمرنا به من رعاية وحب ندعو الله أن يمتعته بالصحة و الهناء لما قدمه ويقدمه للبحث العلمي كما نتقدم بموفور الشكر و العرفان لكل من الأستاذ الدكتور راوي رياض و الأستاذة دويلي منصورية و الدكتور بن زيدان لما قدموه سيادتهم من نصائح لوضع لبنات هذا البحث و من توجيهات سديدة سمحت لنا بالسير على النهج السليم .
و وفاء للعطاء الكثير و اعترافا بالجميل نتقدم بعظيم الشكر إلى كل أساتذة المعهد الذين أعطوا بغير حدود من وقتهم و عملوا بروح لا تعرف الكلل وحماسة لا تعرف الفتور .

كما نتشرف بتقديم خالص الشكر و التقدير إلى كل من مديرة المركز البيداغوجي للمتخلفين عقليا و المستشار التربوي نباش محمد و إلى كل من ساندنا في المركز .

محلي يونس و بودواية خير الدين

ملخص البحث

▪ عنوان الدراسة: تأثير ألعاب الكرة في تحسين بعض القدرات الحركية لدى الأطفال المتخلفين ذهنياً المصابين بمتلازمة داون لفئة 10-12 سنة.

هدف البحث الى اختيار مجموعة من ألعاب الكرة ضمن برنامج تربيوي يتكون من 14 وحدة تعليمية لتنمية القدرات حركية (المرونة ، الرشاقة ، التوازن ، التوافق العصبي العضلي ، القدرة العضلية) للتلاميذ بالمركز النفسي البيداغوجي للمتخلفين ذهنياً ببيروانة تلمسان بعمر (10-12) سنوات ،فضلا عن معرفة تأثير هذه الألعاب على القدرات الحركية لهذه العينة، وتم اجراء هذا البحث في المدة من 1/4 /2016 ولغاية 8/5/2016 وعلى عينة من تلاميذ المتخلفين ذهنياً المصابين بمتلازمة داون ت 21 بالموسم الدراسي(2015-2016) وبعمر (10-12)سنوات وبلغ عددهن(16) تلميذ "تم تقسيمهم الى مجموعتين متساويتين احدها تجريبية عملت بألعاب الكرة والاخرى ضابطة عملت بالاسلوب المتبع في المركز البيداغوجي،وتكونت كل مجموعة من(8) تلاميذ ، بعد إجراء عمليتي التجانس والتكافؤ،كماتم اختيار الاختبارات الملائمة للقدرات الحركية التي حددها الباحثان بعد تحكيمها من طرف الخبراء اساسية مع إجراء تجربة استطلاعية مصغرة على مجموعة بعدد(5) تلاميذ من خارج عينة البحث الأساسية، مع استعمال الأدوات والوسائل المساعدة في البحث وتم إجراء الاختبارات القبلية على المجموعتين ومن ثم تطبيق ألعاب الكرة ضمن الوحدات التعليمية البالغة عددها(14) وحدة في مدة خمسة اسابيع وكان زمن كل وحدة هو(45) دقيقة ، بعدها أجريت الاختبارات البعدية،ومن ثم معالجة نتائج البحث باستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة،وقد توصل الباحثان استنتاجات عدة كان اهمها إن تدريس البرنامج التعليمي المقترح لألعاب الكرة على الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون في المراكز الطبية البيداغوجية قد أدى إلى نمو في مستوى القدرات الحركية(التوازن،الرشاقة، المرونة، القدرة العضلية،التوافق العصبي العضلي) ، وفي ضوء هذه الاستنتاجات أوصا الباحثان بضرورة أن تتضمن دروس التربية الرياضية للمعاقين ذهنياً المصابين بمتلازمة داون ألعاب الكرة المبنية على الأسس العلمية لتنمية القدرات الحركية مع تهيئة البيئة التعليمية في المراكز البيداغوجية بالإمكانات و الأدوات اللازمة لتطبيق ألعاب الكرة.

▪ الكلمات المفتاحية: ألعاب الكرة ، القدرات الحركية ، المتخلفين عقليا ، المصابين بمتلازمة داون.

Résumé de la recherche:

- **Titre de l'étude:** L'impact des jeux de balle dans l'amélioration de certaines capacités motrices des enfants mentalement retardés avec le syndrome de Down à la catégorie des 10-12 ans.

La recherche vise à sélectionner un ensemble de jeux de balle dans le programme éducatif, qui se compose de 14 unités d'enseignement pour le développement des capacités dynamiques (Flexibilité, l'agilité, l'équilibre, la compatibilité nerveuse musculaire et la capacité musculaire), Pour les élèves retardés mentaux âgés de (10-12 ans) du centre pédagogique et psychologique de Birwana -Tlemcen- ; cette étude a été menée afin de déterminer l'effet de ces jeux sur la capacité dynamique pour cet échantillon

Cette recherche s'est effectuée dans la période allant du 04/01/2016 jusqu'au 08/05/2016, sur un échantillon d'élèves retardés mentaux avec le syndrome de Down T21 âgés de (10-12) ans, pendant la saison scolaire (2015-2016) avec un nombre limité de (16) élèves»

Ce dernier a été divisé en deux groupes égaux de (8), l'un d'entre eux représente la phase expérimentale qui se focalise sur les jeux de balle, en revanche L'autre groupe a adopté la même méthode suivie dans le centre pédagogique.

Cependant, Après avoir effectué des processus d'homogénéité et de parité, ainsi que le choix des tests appropriés pour les capacités dynamiques identifiés par les chercheurs et approuvé par des experts en premier lieu, en parallèle une mini expérience exploratrice a été effectuée sur un groupe de (5) élèves en dehors de l'échantillon de l'étude , avec l'utilisation d'outils et d'aides à la recherche, Les premiers tests ont été effectués sur les deux groupes, suivi par les jeux de balle qui ont été appliqués dans des modules de (14) séances en cinq semaines disposant d'un temps allant jusqu'à 45 minutes.

Par la suite, des essais postérieurs ont été effectués, Et les résultats de la recherche ont été déterminés en utilisant les méthodes statistiques convenables.

En effet, Les chercheurs ont parvenus à plusieurs résultats, dont Le plus important est que le programme éducatif proposé avec jeux de balle enseignant les enfants mentalement retardés avec le syndrome de Down dans les centres médicaux a conduit à une augmentation du niveau des capacités motrices (Équilibre, agilité, flexibilité, la capacité du muscle, la compatibilité nerveuse musculaire).

Et à la lumière de ces résultats, Les chercheurs ont recommandé la nécessité d'introduire les cours d'éducation physique avec des jeux de balle pour les handicapés mentaux du syndrome de Down basé sur la science pour le développement des capacités motrices, Tout en adaptant l'environnement éducatif dans les centres pédagogiques en introduisant le potentiel d'application ainsi que les outils nécessaires pour les jeux de balle .

- **Mots clés:** jeux de balle, les capacités motrices, déficients mentaux avec le syndrome de Down.

Abstract

- **Study Title:** Impact of the ball games in the improvement of certain driving capacities of the children mentally delayed with the syndrome of Down to the category of the 10-12 years.

Research aims at selecting a set of ball games in the educational program, which is composed of 14 units of teaching for the development of the dynamic capacities (Flexibility, the agility, balance, muscular nervous compatibility and the muscular capacity), For the old mental pupils delayed from (10-12 years) on the psychological center of Birwana -Tlemcen-; this study was conducted in order to determine the effect of these games on the dynamic capacity for this sample.

This research was carried out during the time active from the 4/1/2016 until the 5/8/2016, on a sample of mental pupils delayed with the syndrome of Down T21 old of (10-12) years, during the school season (2015-2016) with a limited number of (16) pupils. This number was divided into two equal groups of (8), one of them represents the experimental phase which is focused on the ball games, on the other hand the other group adopted the same method followed in the teaching center.

However, After having carried out processes of homogeneity and parity, as well as the choice of the suitable tests for the dynamic capacities identified by the researchers and approval by experts initially, as well, a mini exploring experiment was carried out on a group of (5) pupils apart from the sample of the study, with the use of tools and assistances to research, the first tests were carried out on the two groups, followed by the ball games which were applied in modules of (14) meetings in five weeks having a time going up to 45 minutes.

Thereafter, tests posterior were carried out, And the search results were given by using the statistical methods suitable.

Indeed, the researchers arrived to several results, which was the most important that the educational program suggested with ball games teaching the children mentally delayed with the syndrome of Down in the medical centers led to an increase in the level of the dynamical capacities (Balance, agility, flexibility, the capacity of the muscle, muscular nervous compatibility).

And in the light of these results, the researchers recommended the need for introducing the courses of physical education with ball games for the mentally handicapped persons of the syndrome of Down based on science for the development of the dynamical capacities, while adapting the educational environment in the teaching centers by introducing the potential of application as well as the necessary tools for the ball games.

- **Keywords:** ball games, dynamic, defective capacities mental with the syndrome of Down.

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
59	أثر سن الأم على إنجاب طفل حامل لتريزوميا (21)	01
72	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط و قيم الالتواء في المتغيرات الأساسية لدى إجمالي عينة البحث (ن=16).	02
73	تجانس مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة في القدرات الحركية قيد الدراسة	03
81	معاملات الارتباط ودلالاتها لاختبارات القدرات الحركية الأساسية في الاختبار القبلي و البعدي.	04
84	معاملات الارتباط و الصدق الذاتي للاختبارات	05
85	النسب المئوية لأراء الخبراء حول الاختبار المناسب لقدرة المرونة لدي الأطفال التخلفين عقليا (المصابين بمتلازمة داون ت 21)	06
85	النسب المئوية لأراء الخبراء حول الاختبار المناسب لقدرة الرشاقة لدي الأطفال التخلفين عقليا (المصابين بمتلازمة داون ت 21)	07
86	النسب المئوية لأراء الخبراء حول الاختبار المناسب لقدرة التوازن لدي الأطفال المتخلفين عقليا (المصابين بمتلازمة داون ت 21)	08
87	النسب المئوية لأراء الخبراء حول الاختبار المناسب لقدرة العضلية لدي الأطفال التخلفين عقليا (المصابين بمتلازمة داون ت 21)	09
88	النسب المئوية لأراء الخبراء حول الاختبار المناسب لقدرة التوافق العصبي العضلي لدي الأطفال التخلفين عقليا (المصابين بمتلازمة داون ت 21).	10
96	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة المرونة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي	11
98	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوافق العصبي العضلي للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي	12
100	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في القدرة العضلية للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي	13

102	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة الرشاقة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي	14
104	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوازن للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي	15
106	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة المرونة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي	16
108	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوافق العصبي العضلي بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي	17
110	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في القدرة العضلية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي	18
112	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة الرشاقة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي	19
114	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوازن بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي	20

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
82	المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية في القدرات الحركية بين القبلي والاختبار البعدي للعينه الاستطلاعية	01
97	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة المرونة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي	02
99	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوافق العصبي العضلي للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي	03
101	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في القدرة العضلية للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي	04
103	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة الرشاقة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي	05
105	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوازن للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي	06
107	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة المرونة بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي	07
109	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوافق العصبي العضلي بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي	08
111	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في القدرة العضلية بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي	09
113	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة الرشاقة بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي	10
115	مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوازن بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي	11

قائمة المحتويات

العنوان	الصفحة
رقم الصفحة.....	ب
اهداء.....	ج
شكر و تقدير.....	د
ملخص البحث :باللغة العربية و الفرنسية و الانجليزية.....	هـ
قائمة الجداول.....	ط
قائمة الأشكال.....	ي

قائمة المحتويات

التعريف بالبحث

مقدمة.....	1
مشكلة.....	4
أهداف.....	6
الفرضيات.....	7
مصطلحات البحث.....	9
الدراسات المشابهة.....	12

الباب الأول: الجانب النظري

الفصل الأول: ألعاب الكرة و القدرات الحركية

30	تمهيد.....
31	1. مفهوم اللعب.....
31	2. طبيعة تدريس ألعاب الكرة.....
32	3. أنواع ألعاب الكرات.....
32	1.3 ألعاب الكرات المغلقة.....
32	2.3 ألعاب الكرات المفتوحة.....
33	4. مقدمة عامة حول لعبة كرة القدم.....
34	5. مقدمة عامة حول لعبة كرة السلة.....
34	6. مقدمة عامة حول لعبة كرة الطائرة.....
35	7. مقدمة عامة حول لعبة كرة اليد.....
36	8. القدرات الحركية.....
37	1.8 الرشاقة.....
37	1.1.8 أهمية الرشاقة.....
38	2.1.8 العوامل المؤثرة على الرشاقة.....
38	2.8 المرونة.....
39	1.2.8 أنواع و تقسيمات المرونة.....

402.2.8 العوامل المؤثرة في المرونة.....
403.8 التوافق الحركي.....
411.3.8 أنواع التوافق الحركي.....
412.3.8 التوافق العضلي العصبي.....
424.8 التوازن.....
421.4.8 أنواع التوازن.....
429. القدرة العضلية.....
431.9 قياس القدرة الرياضية.....
432.9 قياس قدرة العمل.....
4410. دور الألعاب في تكوين وتطوير بعض الجوانب والقدرات الحركية والبدنية للطفل
451.10 الجانب الحركي.....
452.10 الجانب البدني.....
46خلاصة.....

الفصل الثاني:

المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون (10-12 سنة)

تمهيد48

49 مفهوم التخلف العقلي
49 1.1 التعريف الطبي
50 2.1 التعريف السيكومتري
52 3.1 تعريف كمال مرسي
52 2. خصائص المتخلفون عقليا
53 3. العوامل المسببة للتخلف العقلي
54 4. تصنيف التخلف العقلي
54 1.4 التخلف العقلي العميق
54 2.4 التخلف العقلي المتوسط
55 3.4 التخلف العقلي الخفيف
55 5. مفهوم متلازمة داون (التريزوميا 21)
55 6. أنواع التريزوميا
56 1.6 التريزوميا (21) المعيارية (منفصل، شامل، متجانس)
57 2.6 التريزوميا (21) الفسيفسائية
57 3.6 التريزوميا (21) الملتحم
57 7. أسباب حدوث التريزوميا (21)
58 1.7 العوامل الداخلية

582.7 العوامل الخارجية
583.7 احتمال أثر من الأم على إنجاب طفل حامل للتريزوميا (21)
608. الوقاية من الإصابة بمتلازمة داون "التريزوميا" (21)
601.8 الوقاية غير المباشرة
602.8 الوقاية المباشرة
619. أهمية الرياضة عند الطفل المصاب بمتلازمة داون "21"
6210. كيفية توجيه أطفال متلازمة داون إلى الرياضة المناسبة
6211. مميزات وخصائص الأطفال في مرحلة ما بين (10 - 12 سنة)
6312. الفروق الفردية بين الأطفال في السن (من 10 - 12 سنة)
631.12 الفروق الجسمية
632.12 الفروق الميزاجية
643.12 الفروق العقلية
644.12 الفروق الاجتماعية
6413. بعض المشكلات التي تعاني منها الفئة في مرحلة الطفولة 10- 12 سنة....
641.13 عدم ضبط النفس
642.13 الهروب من المدرسة
653.13 الانطواء على النفس

66 خلاصة

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

الفصل الأول: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

69 تمهيد

70 1. منهج البحث

71 2. مجتمع البحث

71 3. عينة البحث

72 4. متغيرات البحث

77 5. مجالات البحث

78 6. أدوات البحث

الفصل الثاني:

عرض و تحليل النتائج

96 عرض و تحليل و مناقشة النتائج

126 اقتراحات

127 خلاصة عامة

المصادر و المراجع

الملاحق

التعريف بالبحث

❖ مقدمة :

إن التكفل بالأطفال الأسوياء والأطفال المعاقين باختلاف درجات وأنواع الإعاقة وتربيتهم ورعايتهم يعتبر مثابة الاستفادة من القدرات والإمكانات التي لديهم حتى يصبح لكل منهم دور في الحياة كمواطن له واجبات يقوم بها ليكون جزء من خطط التنمية للمجتمع الذي يعيش وسطه.

ترتكز الرعاية البدنية أو الرياضية للمتخلفين عقليا على النظرة التي تتزايد بشكل ملحوظ في الآونة الأخيرة نحو أهمية الرفع من الرعاية البدنية التي يجب أن توليها المجتمعات العربية لأطفالها المعاقين بهدف الرفع من مستوى الكفاءة البدنية والرياضية، والعمل على الاستفادة من الطاقة الكامنة لديهم وإعدادهم للحياة في مجتمع يستطيعون أن يستغلوا فيه قدراتهم وإمكاناتهم، ليصبحوا أفرادا قادرين على العمل و الإنتاج.

و إذا كان توفير الرعاية الرياضية للمتخلفين عقليا يعد واجبا من واجبات الدولة والمجتمع على مجموعة من أبنائهم، فإن هذا البحث يمثل خطوة في هذا الاتجاه باعتبار النشاط البدني الرياضي المكيف يمثل فضاءا واسعا في العناية بهذه الفئة من المعاقين، خصوصا وان هذه الفئة يتميزون بخصائص فريدة من نوعها بمقارنة مع باقي فئات التخلف العقلي حيث وجه الطبيب الانجليزي جون لندن داون (John Langdon Down 1866) انتباه العلماء إلى مجموعة خاصة من المتخلفين العقليين، مرتكزا في ذلك على خصائص مرفولوجية، و تمثلت في الوجه المستدير، المسطح، و العيون الضيقة ذات الاتجاه العرضي، صغر حجم الأنف، كبر حجم الأذنين و ظهور اللسان خارج الفم، الأسنان غير المنتظمة، قصر الأصابع و

الأطراف و ظهور خط هلامي واحد في راحة اليد بدلا من خطين و يكون هؤلاء الأطفال أبطأ من الآخرين في تعلم استعمال أجسامهم و توظيف عقولهم.

و قد بدأ الاهتمام التربية الخاصة للأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون مع بدايات القرن العشرين و قد تحقق من خلاله في مجال تربية و رعاية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة تقدما كبيرا في تقنيات التعليم و في السنوات الأخيرة تم الاهتمام بهاته الفئة إقليميا و عالميا و ذلك من خلال الدعوة إلى تغيير النظام المتبع بسبب الإعاقة أو منعه من المشاركة أو إنكار حقه في الاستفادة أو إخضاعه لأي نوع من التمييز أو التفرقة عند تنفيذ البرامج و الأنشطة الرياضية المدرسية العادية كالألعاب التربوية الصغيرة و الشبه الرياضية و ألعاب الكرة التي تهدف إلى تنمية بعض القدرات الحركية و المعرفية ، بحيث يمكن تعريف اللعب على أنه مجموعة من الحركات الجسمية التي يقوم بها الفرد للتعبير عن غريزة فطرية موجودة لديه ، تدفعه للقيام بتلك الحركات لينال السرور و الفرحة ، و يوضح العالم "جوتسموتس" أن اللعب وسيلة لاستعادة نشاط الجسم و حيويته بعد ساعات العمل المجهدة " (فرج، 2002، صفحة 23).

ولهذا تعد تنمية القدرات الحركية من خلال ألعاب الكرة و التي لا تحتاج الى مهارات حركية كبيرة في تنفيذها ، و لا توجد لها قوانين ثابتة أو تنظيمات محددة ، و لكن يمكن للمعلم من وضع القوانين التي تتناسب مع سن اللاعبين و استعداداتهم و الهدف المراد تحقيقه ، و يمكن ممارستها في أي مكان ، كما يمكن أدائها باستخدام أدوات بسيطة أو بدون أدوات ، و هي لا تحتاج إلى تنظيم معقد و دقيق. (فرج، 2002، صفحة 26).

و تعتبر ألعاب الكرة وسيط فعال من خلالها يستطيع الأطفال المتخلفين ذهنيا المصابين بمتلازمة داون تحسين قدراتهم الحركية والشخصية و الاجتماعية حيث تعمل على تشجيعهم على الاندماج في المجتمع و الاستمتاع بالحياة جنا إلى جنب مع اقرانهم الأسوياء و تجعلهم أكثر نشاطا و قدرة على الاستيعاب و التفكير كما تجعلهم أكثر ثقة و تعدد ألعاب الكرة و التي من أهمها كرة السلة ، الكرة الطائرة ، كرة اليد ، الجلة ، كرات مختلف الألوان و الأحجام حيث وضعها علماء النفس في مقدمة الأنشطة الرياضية التي تساعد الطفل المعاق على التحرر و الانطلاق و المشاركة في الأنشطة الترويحية و الجماعية التي يشرك فيها كل من السوي و المعاق .

و في هذا الصدد تم اقتراح مجموعة من الوحدات التعليمية معتمدين علي تمارين متنوعة من العاب الكرة بغرض تنمية بعض القدرات الحركية تماشيا مع نوع الإعاقة وشدتها و بالإضافة إلي سنهم ، و تعرف القدرة الحركية بالتربية الرياضية (بأنها القدرة على القيام بمختلف الحركات الرياضية المطلوبة بمرجحات ومديات حركية قصوى . ومن وجهة النظر الوظيفية تعتمد على الكفاءة المفصلية ومطاطية العضلات والأوتار والأربطة) (الجميل، 2012، صفحة 1).

فقد طبق البرنامج المقترح لألعاب الكرة و التي يهدف الى تنمية القدرات الحركية لمدة 5 أسابيع على عينة تجريبية قوامها 8 تلاميذ و اختبارها باختبارات قبلية و بعدية لتأكد من نجاح البرنامج التعليمي المقترح وهذا ما يتضمنه التصميم التجريبي .

و في الأخير نشير إلي ضرورة برمجة النشاطات البدنية الرياضية لهذه الفئة(المصابين بمتلازمة داون) و لذلك لما تعانیه من معوقات حركية كضعف في التوازن و الرشاقة و المرونة و قدرة عضلية و بالإضافة إلى التوافق العصبي العضلي و أن اقتراح هذه البرامج يجب أن يتلاءم مع إمكانياتهم وقدراتهم بهدف تنمية قدراتهم الحركية والعقلية و

ضرورة الاستمرارية في تنفيذ هذه البرامج حتى يصلون إلى مستوى يستطيعون فيه أداء أي خطوة في الحياة بكل سهولة .

1- المشكلة :

إن قضية المعوقين من أقدم قضايا الإنسان و الإنسانية و العوق لم يكن أمرا مرغوبا فيه منذ القدم إلا أن المجتمع الإسلامي الذي أبدى اهتماما شديدا برعاية المعوقين على اختلاف إعاقاتهم و خصص لهم من يساعدهم على الحركة و التنقل و أكد على حسن معاملتهم و اعتبرت حالة العوق اختبارا من الله سبحانه و تعالى كما جاء في محكم تنزيله " و نبلونكم بالشر و الخير فتنة" و عليه فان اسعد الناس من استطاع أن يتكيف مع علقته.

"و تعتبر الحركة إحدى عناصر الحياة للأصحاء و المعاقين فالطفل الصغير يتعرف على الأشياء من حوله عن طريق التحسس فيعبر عن حاجاته و مشاعره عن طريق الحركة" (نصيب، 1987، صفحة 25).

ومن اجل الواقع المعاش نجد أن العقل هو المسؤول عن عدم وصول بعض الأفراد إلى إتمام أغلب الحركات أو عدم اتزانها مقارنة بالأسوياء و هذا ما نقصد به التأخر العقلي و لو لاحظنا و تمعنا في هذه الفئة لوجدناهم يشكون من معوقات عضلية و حركية من حيث التخلف في نمو العضلات و عدم المرونة و الحركة و فقدان الاتزان الحركي و التوافق العصبي العضلي أثناء المشي و الجري أو أداء جملة حركية بسيطة في نشاط حركي أو نشاط عملي في حياته اليومية و ان كان الطفل المتخلف عقليا لا يستطيع اكتساب المهارة الحركية ككل أو بدرجة عالية مثل الأطفال الأسوياء و لكن ينبغي

التأكيد على تحسين القدرات الحركية الأساسية الهامة للتكيف البيئي مثل التوازن و الرشاقة...الخ.

و لكن إيماننا القوي بضرورة برمجة مجموعة من الألعاب الرياضية المرتبطة بالكرة لما فيها من مزايا حركية لهذه الفئة لما تعانيه من معوقات بدنية و حركية دفعنا لتسليط الضوء على هذه الفئة (متلازمة داون) حيث أسفرت نتائج عدد من البحوث عن التأثير الايجابي لبرامج الأنشطة الحركية المكيفة في تعديل القدرات الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقليا القابلين للتعلم في تحسين سلوكهم و أدائهم الحركي و تكيفهم العام.

كما أكد أمين خولي و أسامة كمال راتب الى أنه من أهم الاعتبارات التي تساعد على نجاح إدارة وتنفيذ برامج التربية الحركية للمتخلفين عقليا والتركيز على تعلم المهارات الأساسية(المشي والجري الخ) (مجيد، 1988 ، صفحة 263.264)

و كما أكدت دراسة صلاح الدين محمود نظمي(1981) التي جاءت بعنوان أثر برنامج رياضي مقترح على الأداء الحركي للأطفال المتخلفين عقليا حيث توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيا في أربعة عناصر و هي الرشاقة العامة و الرشاقة الحركية و دقة التصويب و متابعة كرة متحركة و عدم وجود فروق دالة إحصائيا في القدرة على إدراك الجسم و التوازن و كذلك دراسة ياسر عبد الغني (2001) تأثير برنامج علاجي حركي على بعض القدرات الحركية و الانحرافات القوامية للمتخلفين عقليا القابلين للتعلم و توصلت إن البرنامج العلاجي الحركي أدى إلى تحسين القدرات الحركية و بالإضافة إلى دراسة هشام السيد محمد عمر (1998) ودراسة فرانك ودين (1971) و دراسة فيوتن (1981) كلها دراسات صبغت في تعديل القدرات الحركية أو تمهيتها من خلال اقتراح وحدات علاجية ، كل هذه الدراسات

المشابهة و السابقة و عزمنا القوي بضرورة برمجة وحدات للألعاب بالكرة الخاصة بهذه الفئة و انطلاقا مما سبق فان دراستنا كلها تبحث في الإجابة على التساؤل التالي:

▪ التساؤل العام:

هل لألعاب الكرة تأثير ايجابي في تحسين بعض القدرات الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون ؟

▪ التساؤلات الفرعية:

- 1) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القلبية والاختبارات البعدية لبعض القدرات الحركية لدى المجموعة التجريبية التي مارست العاب الكرة؟
- 2) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية لبعض القدرات الحركية في الاختبار البعدي ؟

2- الأهداف:

- التعرف على تأثير البرنامج المقترح لألعاب الكرة علي تنمية القدرات الحركية لدي التلاميذ المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون الخاضعة للتجربة.
- اختيار مجموعة ألعاب بالكرة لتطوير القدرات الحركية بعمر (10 الى 12) سنة و العمل على تنمية مختلف الإحساسات العضلية و التوافق العصبي العضلي للأطفال المعاقين ذهنيا.
- التأكد من الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية بعد إنهاء الوحدات التعليمية وإجراء الاختبارات.

3- الفرضيات:

✓ الفرضية العامة:

للاعب الكرة تأثير ايجابي فى تحسين بعض القدرات الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون .

✓ الفرضيات الفرعية:

(1) توجد فروق دالة إحصائيا ولصالح الاختبارات البعدية في بعض القدرات الحركية لدى المجموعة التجريبية التي مارست العاب الكرة.

(2) توجد فروق دالة إحصائيا لصالح المجموعة التجريبية و التي مارست العاب الكرة في الاختبار البعدي.

▪ أهمية البحث و الحاجة له:

✓ الجانب العلمي:

• المساهمة الفعلية في تقديم الرعاية التربوية لهذه الفئة وتطوير البحث العلمي لمواجهة التطور والتزايد المستمر لحالات التخلف العقلي بصفة عامة والمصابين بمتلازمة داون بصفة خاصة، حيث أن هذه الفئة أصبحت تمثل الآن تقريبا 5 % من المجتمع الدولي .

• بصفتنا متخصصين في علم النشاط البدني الرياضي المكيف وإيماننا القوي بصحة الفرض القائل أن الطفل المتخلف عقليا داخل المراكز الطبية البيداغوجية إذا لم يتمكن من القيام بنشاط بدني رياضي مكيف على حسب قدراته الحركية والعقلية، فإن ذلك يعرقل نموه البدني والحسي الحركي والاجتماعي العاطفي ، ونظرا لافتقار هذه المراكز على هذا النوع من النشاط الحيوي جاءت فكرة القيام بهذا البحث لإبراز أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف داخل المراكز الطبية البيداغوجية وأثره على

نمو الطفل المتخلف عقليا من النواحي الحركية و البدنية و المعرفية و إشباع حاجاته و ميوله إلى اللعب باعتباره احد غرائزه الفطرية التي يجب إشباعها ، بالإضافة إلى ذلك لفت انتباه السلطات المعنية إلى ضرورة الاهتمام بهذا النشاط و العناية بتكوين هؤلاء الأطفال من خلال استغلال وقت فراغهم في نشاطات هادفة و بناءة تساعدهم على التكيف و المساهمة في بناء مجتمعهم و كذا توعية المجتمع بصفة عامة و الأسرة بصفة خاصة من اجل تقديم يد العون و المساعدة لهذه الفئة لإدماجها في المجتمع ضمن النسيج الاجتماعي لتقوم بأداء دورها على أحسن وجه.

- توضيح أهمية الأنشطة الرياضية المكيفة كوسيلة تربية ، علاجية وقائية في التخفيف من المظاهر السلبية التي يعاني منها المتخلف عقليا فيما يخص نمو القدرات الحركية ، و قد تمثل نتائجها مؤشرا ايجابيا للأمر التي يجب أن يأخذ بها القائمين على وضع البرامج البدنية و الرياضية المكيفة .

- ضرورة برمجة النشاط البدني الرياضي في المراكز الطبية البيداغوجية ضمن البرنامج التربوي الشامل لما يمكن له من إتاحة الفرص لهؤلاء كل حسب قدراته و إمكانياته من استغلال ما تبقى لديه من قدرات لمواجهة مطالب بيئة المادية والاجتماعية .

✓ الجانب العملي:

تهدف هذه الدراسة أساسا إلى معرفة اثر النشاط البدني الرياضي المكيف على نمو القدرات الحركية الأساسية من خلال تطبيق برنامج مقترح لألعاب الكرة للأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون (10الى12) سنة في المراكز الطبية البيداغوجية يتناسب مع استعداداتهم واحتياجاتهم وقدراتهم الحركية و البدنية والعقلية

لرفع من أداء القدرات الحركية والإدراك الحسي الحركي والسلوك التوافقي ، وذلك من خلال الوصول بالطفل إلى ما يلي :

- الوعي بالجسم وأطرافه والسيطرة عليه أثناء أداء الحركة .
- تنمية التوافق العصبي العضلي (التوافق بين العين واليد والقدم)
- تنمية القدرات الحركية الانتقالية ، كالجري المتعرج ، القفز ، الحجل ،.... الخ .
- تنمية القدرات الحركية الثابتة ، كالتوازن ، الامتداد ، الانثناء ،.... الخ .
- تنمية حركات التعامل مع الأداة ، كالركل ، الرمي ، الدفع .
- تنمية القدرة العضلية .
- الرفع من مستوى فعاليات الطفل المختلفة لمواجهة مطالب بيئته المادية والاجتماعية و تنمية الثقة بالنفس.
- تنمية الإدراك الحسي الحركي والمهارات الاجتماعية .

4- مصطلحات البحث:

• القدرة:

هي المستوى الراهن لمجموعة السمات أو الخصائص التي تصف الفرد أو مجموعة الأفراد عقليا و بدنيا و اجتماعيا و انفعاليا .

(LAMBERT, 1997, p. 5)

✓ التعريف الاجرائي: القدرة هي الامكانيات المختلفة (الحركية و النفسية و

المعرفية) التي يمتلكها الفرد للتعامل مع المحيط الذي يعيش فيه بشكل مناسب.

- اللعب: يوضح العالم "جوتس موتس" أن اللعب وسيلة لاستعادة نشاط الجسم و حيويته بعد ساعات العمل المجهدة " (فرج، 2002، صفحة 23).

و يعرفه شاطو CHATAU " اللعب هو النشوة وحرية التعبير عن الذات"

(Varin, 1976, p. 29)

✓ **التعريف الإجرائي:** يمكن تعريف اللعب على أنه مجموعة من الحركات الجسمية التي يقوم بها الفرد للتعبير عن غريزة فطرية موجودة لديه ، تدفعه للقيام بتلك الحركات لينال السرور و الفرحة .

• **ألعاب الكرة:**

ألعاب الكرة الشبه الرياضية هي ألعاب منظمة تنظيما بسيطا ، و سهلة في أدائها ، و لا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة في تنفيذها ، و لا توجد لها قوانين ثابتة أو تنظيمات محددة ، و لكن يمكن للمعلم من وضع القوانين التي تتناسب مع سن اللاعبين و استعداداتهم و الهدف المراد تحقيقه ، و يمكن ممارستها في اي مكان ، كما يمكن أدائها باستخدام أدوات بسيطة أو بدون أدوات ، و هي لا تحتاج إلى تنظيم معقد و دقيق. (فرج، 2002، صفحة 26) .

✓ **التعريف الإجرائي:** تعرف ألعاب الكرات بانها تلك الألعاب التي تستخدم فيها الكرة بمختلف الأشكال و الأحجام حيث تكون المواقف خلالها جميعا متغيرة باستمرار، و لا يمكن التنبؤ تماما بحدوث موقف معين.

• **التخلف العقلي:**

إن الباحث في مجال التخلف العقلي يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي يتداولها المختصون والعاملون في الميدان، واستخدامهم المصطلح الواحد بمعان مختلفة فقد استخدم الباحثون الإنجليز والأمريكان مصطلحات من قبل ، بدون عقل ، صغر العقل ، نقصان العقل ، وفي أواخر الخمسينات تخلو عن هذه المصطلحات واستخدموا مصطلح التخلف العقلي.

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

ويرجع هذا التعدد في المصطلحات إلى ظروف ترجمة المصطلحات الإنجليزية فبعض الباحثين ترجمها ترجمة حرفية، و البعض الآخر ترجمها حسب مضمونها و اختلفوا في تحديد هذا المضمون (عبيد، 2000، صفحة 16).

✓ التعريف الإجرائي: نقصد بالتخلف العقلي في بحثنا هذا ، هو انخفاض ملحوظ في الأداء العقلي العام للشخص يصاحبه عجز في التوافق الحسي الحركي و في السلوك التكيفي ، مما يؤثر سلبا على الأداء الحركي و التربوي للطفل .

● القدرات الحركية:

تمثل كافة الوسائل الإدراكية عند التعلم و التي بموجبها يتم استقبال المثيرات في الوحدات الحركية و من ثم نقلها للمراكز العقلية في الدماغ و من أشكال أجهزتها في الدماغ هي الأجهزة الخاصة بالتمييز الحركي و التمييز البصري و التمييز السمعي اللمسي و القدرات التوافقية (محمود، 2006، صفحة 116).

و تعرّف القدرة الحركية بالتربية الرياضية (بأنها القدرة على القيام بمختلف الحركات الرياضية المطلوبة بمرجحات ومديات حركية قصوى . ومن وجهة النظر الوظيفية تعتمد على الكفاءة المفصلية ومطاطية العضلات و الأوتار و الأربطة) (الجميل، 2012، صفحة 1).

✓ التعريف الإجرائي: القدرات الحركية هي صفات يكتسبها الفرد من البيئة المحيطة به ، أو قد تكون موجودة بشكل فطري ، و تتطور حسب قابلية الفرد الجسمية و الحسية و الإدراكية ، من خلال التدريب و الممارسة.

• مفهوم التريزوميا (21) أو متلازمة داون:

لقد استعملت عدة مصطلحات للدلالة على التخلف العقلي لحالة الانحراف الجيني الناتج عن الكروموزوم الإضافي للزوج 21 ، فأول مصطلح اطلق على هذا الاضطراب تمثل في مصطلح المنغوليا (Le Mongolisme) و تسمى هذه الفئة من المرضى ب:(Les mongoliens) نسبة الى جنس المغول المصنفين في اسفل سلم البشرية

(LAMBERT, 1997, p. 45)

حيث وجه الطبيب الانجليزي جون لندن داون (1866 john Langdon Down) انتباه العلماء إلى مجموعة خاصة من المتخلفين العقليين ،مرتكزا في ذلك على خصائص مرفولوجية ، و تمثلت في الوجه المستدير، المسطح ، و العيون الضيقة ذات الاتجاه العرضي ،صغر حجم الأنف ،كبر حجم الأذنين وظهور اللسان خارج الفم ، الأسنان غير المنتظمة ، قصر الأصابع و الأطراف و ظهور خط هلامي واحد في راحة اليد بدلا من خطين و يكون هؤلاء الأطفال أبطأ من الآخرين في تعلم استعمال أجسامهم و توظيف عقولهم.

5- الدراسات و البحوث المشابهة:

✓ عرض الدراسات:

(1) دراسة الأستاذ الدكتور ناهدة عبد زيد الدليمي 2010:

بعنوان : تأثير مجموعة ألعاب صغيرة في تطوير قدرات حركية محددة و بعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7الى 8) سنوات.

هدفت الدراسة إلى اختيار مجموعة العاب صغيرة لتطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنة و معرفة تأثير مجموعة العاب صغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنة.

و بحثت في الإجابة عن التساؤل التالي :

- هل لمجموعة الألعاب الصغيرة تأثيرا "معنويا" في تطوير قدرات حركية محددة و بعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنة؟

▪ فرض البحث:

لمجموعة الألعاب الصغيرة تأثيرا "معنويا" في تطوير قدرات حركية محددة و بعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنة.

أجريت الدراسة على عينة تتكون من 38 تلميذة تم تقسيمهم الى مجموعتين متساويتين و تكونت كل مجموعة من (18) تلميذة بعد إجراء عمليتي التجانس و التكافؤ مع إجراء تجربة استطلاعية على مجموعة بعدد (10) تلميذة.

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي و قد خرجت إلى عدة نتائج أهمها مفردات الألعاب الصغيرة أدت دورا فعالا و كبيرا في تطوير القدرات الحركية المحددة و بعض المهارات الأساسية كذلك ظهرت الفرق بين المجموعة الضابطة و التجريبية التي خضعت للوحدات المتبعة.

أشار الباحث إلى توصية ضرورية وهي إجراء بحوث ودراسات مشابهة أخرى وعلى عينات مختلفة وباستعمال مجموعة العاب أخرى.

(2) دراسة الأستاذ الدكتور عبد الستار جابر الضمد 2008:

في كتابه بعنوان: التربية البدنية للمتخلفين عقليا القابلين للتعلم .

بحيث تم اختيار عينة بطريقة عشوائية من التلاميذ المتخلفين عقليا و القابلين لتعلم والبالغ عددهم (10) بعمر (10الى12) سنة وبنسبة ذكاء (55الى70) درجة وبذلك تكون نسبة العينة 19% من عدد الإجمالي وطبق عليهم برنامج حركي وخلصت الدراسة إلى الاستنتاجات التالية:

1-أثر البرنامج الحركي تأثيرا ايجابيا في تحسين قوة عضلات ذراعين باستثناء الذراع اليسرى.

2-أثر البرنامج الحركي تأثيرا ايجابيا في توافق العضلي العصبي.

3- أثر البرنامج الحركي تأثيرا ايجابيا في المهارات الأساسية.

4-أثر تحسين عضلات الذراعين و التوافق العضلي العصبي و المهارات الأساسية ايجابيا على التحصيل بالكتابة.

(3) دراسة أحمد بوسكرة (2008):

بعنوان: " النشاط الرياضي الترويحي لدى الأطفال المتخلفون عقليا بالمراكز النفسية التربوية.

- دراسة عن الاطفال ذوي التخلف العقلي البسيط 09-12 سنة "

هدفت هذه الدراسة التعرف على اثر النشاط الرياضي الترويحي لدى الاطفال المتخلفون عقليا تخلفا بسيطا بالمراكز النفسية التربوية بالسن 09-12 سنة ، وبحثت

في الاجابة عن التساؤلات التالية :

- ما هي الأنشطة الرياضية التي يفضلها الأطفال المتخلفون عقليا ؟

- ما مكانة النشاط الرياضي الترويحي من بين الأنشطة الترويحية الأخرى ؟
- هل توجد فروق بين الأطفال الممارسين و غير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي من حيث النمو في المجال الحسي الحركي ؟
- هل توجد فروق بين الأطفال الممارسين و غير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي من حيث النمو في المجال الاجتماعي العاطفي ؟

■ فرضيات الدراسة:

- تعتبر الألعاب الرياضية الجماعية من الأنشطة الرياضية الترويحية المفضلة لدى الأطفال المتخلفون عقليا تخلفا بسيطا أكثر من الألعاب الفردية .
 - يحتل النشاط الرياضي الترويحي مكانة عالية و مرموقة من بين الأنشطة الترويحية الأخرى ، لدى الأطفال المتخلفون عقليا تخلفا بسيطا .
 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال الممارسين و غير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي في نمو المجال الحسي الحركي لصالح المجموعة الممارسة .
 - هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال الممارسين و غير الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي في نمو المجال الاجتماعي العاطفي لصالح المجموعة الممارسة .
- أجريت الدراسة على عينة تتكون من 40 طفلا متخلفا عقليا تخلفا بسيطا تتراوح أعمارهم ما بين 09-12 سنة مقسمة إلى مجموعتين (مجموعة تمارس النشاط الرياضي الترويحي بالمركز ، مجموعة لا تمارس النشاط الرياضي الترويحي بالمركز) 20 طفلا في كل مجموعة ، استخدم الباحث المنهج الوصفي معتمدا على الدراسة السببية المقارنة بتوظيف القسم الأول من مقياس السلوك التكيفي ، بالإضافة إلى استخدام استمارتين استنبيا نيتين موجهتين إلى كل من المربين والأولياء .

أظهرت نتائج الدراسة أن المراكز النفسية التربوية لا تعتمد في تعليم أطفالها على برنامج علمي مسطر من طرف أخصائيين اجتماعيين و نفسانيين يستمد مبادئه وأساسه من العلوم المتصلة بالتربية الخاصة كعلم النفس الإكلينيكي سيكولوجيا الأطفال غير العاديين ... الخ و أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الخاصة بمستوى دلالة الاستبيان بين المجموعة الممارسة و المجموعة غير الممارسة للنشاط الرياضي الترويحي في نمو المجال الحسي الحركي لصالح المجموعة الممارسة.

أشار الباحث إلى توصية ضرورية و هي إعداد مربين مختصين لافتقار المراكز النفسية التربوية إلى أخصائيين في علم النشاط الرياضي أو الترويحي بصفة عامة ،
(4) دراسة سعيد موسى علي الشهراني 2002:

بعنوان : " تأثير برنامج للمهارات الحركية الأساسية باستخدام أسلوب تحليل الواجب على بعض عناصر القدرة الحركية للتلاميذ المتخلفين عقليا القابلين للتعلم "

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير برنامج للمهارات الحركية الأساسية باستخدام أسلوب تحليل الواجب (لمدة 8 اسابيع بمعدل 4 حصص أسبوعيا) على مستوى بعض عناصر القدرة الحركية (التوافق البصري الحركي بين العين و اليد ، و التوافق البصري الحركي بين العين و القدم ، و القوة المتفجرة للذراعين و الكتفين ، و القدرة العضلية للساقين و القدمين ، و الرشاقة) لدى التلاميذ المتخلفين عقليا القابلين للتعلم (9-12 سنة) بمعهد التربية الفكرية ، بشرق الرياض بالمملكة العربية السعودية . و تتبثق أهمية الدراسة في دراسة فاعلية استخدام أسلوب تحليل الواجب في تدريس المهارات الحركية الأساسية على مستوى القدرة الحركية للتلاميذ المتخلفين عقليا القابلين للتعلم ، مما يساعد في تطوير برامج التربية البدنية لفئة التلاميذ المتخلفين عقليا القابلين للتعلم (سن 9-12 سنة) بالمملكة العربية السعودية بما يتناسب مع حاجاتهم و قدراتهم .

استخدم الباحث المنهج التجريبي وطبق دراسته على عينة قوامها (32 تلميذا) تم اختيارهم عشوائيا من معهد التربية الفكرية شرق الرياض ، و تم تقسيمهم بالطريقة العشوائية إلى مجموعتين (المجموعة التجريبية 16 تلميذا المجموعة الضابطة 16 تلميذا) ثم طبق البرنامج المقترح للمهارات الحركية الأساسية باستخدام أسلوب تحليل الواجب على المجموعة التجريبية فقط (بواقع 8 أسابيع و بمعدل 4 حصص أسبوعيا) أما المجموعة الضابطة فقد طبقت البرنامج التقليدي المتبع . بمعاهد التربية الفكرية و الفصول المدمجة مع العاديين و استخدام الباحث خمس عناصر من اختبار القدرة الحركية الأساسية المعدل للأطفال غير العاديين ، كما تم تطبيق الاختبارات مرتين مرة قبل تطبيق البرنامج (القياسات القبليّة) ومرة بعد تطبيق البرنامج (القياسات البعدية) على التلاميذ مجموعتي الدراسة (التجريبية والضابطة و توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة و البعدية للمجموعة التجريبية في جميع المتغيرات قيد الدراسة ما عدا عنصر الرشاقة . مما يشير إلى تأثير برنامج المهارات الحركية الأساسية باستخدام أسلوب تحليل الواجب على عناصر القدرة الحركية لدى تلاميذ المجموعة التجريبية المتخلفين عقليا القابلين للتعلم (سن 9-12 سنة) .

- وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية في القياسات البعدية لبعض عناصر القدرة الحركة : (التوافق البصري الحركي بين العين و اليد اليمنى ، التوافق البصري الحركي بين العين و القدم اليمنى ، و بين العين و القدم اليسرى) .

أشار الباحث إلى توصية ضرورية قد تسهم في تحسين مستوى أداء التلاميذ المتخلفين عقليا القابلين للتعلم بالمملكة العربية السعودية مثل إجراء اختبارات قبلية في بداية العام الدراسي لتحديد مستوى التلاميذ المتخلفين عقليا القابلين للتعلم ، والتركيز على تنمية و تحسين المهارات و القدرات الحركية الأساسية لديهم .

(5) دراسة يسر محمد عبد الغني (2001):

بعنوان: " تأثير برنامج علاجي حركي علي بعض القدرات الحركية و الانحرافات القوامية للمتخلفين عقليا القابلين للتعلم".

هدفت هذه الدراسة إلي تصميم علاجي حركي لتطوير بعض القدرات الحركية و تعديل الانحرافات القوامية للمتخلفين عقليا القابلين للتعلم (التوافق العضلي العصبي،التوازن الحركي ، الدقة) و أيضا تأثيره على تعديل الحالة القوامية لتشوه (سقوط الرأس أماما و استدارة الكتفين) للتلاميذ المعاقين ذهنيا ، و المنهج المستخدم هو المنهج التجريبي على(24) تلميذ تصل أعمارهم من (12 حتى 18) سنة بنسبة دكاء (55-70) و توصلت نتائج هذه الدراسة إلى إن تطبيق البرنامج العلاجي الحركي أدى إلى تحسين القدرات الحركية.

(6) دراسة عبد العزيز المصطفى 1994:

بعنوان : " النشاط الحركي و أهميته في تنمية القدرات الإدراكية الحسية-الحركية عند الأطفال".

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة اثر النشاط التدريبي الحركي في تنمية القدرات الإدراكية الحسية الحركية عند الأطفال و معرفة قدرات الأطفال الحسية-الحركية و من ثم تحديد الأطفال الذين يعانون من بعض حالات التخلف أو العجز الحسي - الحركي من خلال الإجابة عن التساؤلات التالية:

- هل توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي لدى المجموعة الضابطة في القدرات الإدراكية الحسية-الحركية ؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي لدى المجموعة التجريبية في القدرات الإدراكية الحسية-الحركية ؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في القياس البعدي في القدرات الإدراكية الحسية-الحركية ؟

▪ فرضيات الدراسة :

- لا توجد فروق دالة إحصائية في القياس القبلي لدى المجموعة الضابطة و التجريبية في القدرات الإدراكية الحسية-الحركية .
 - توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي لدى المجموعة التجريبية في القدرات الإدراكية الحسية-الحركية لصالح القياس البعدي .
 - توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في القياس البعدي في القدرات الإدراكية الحسية-الحركية لصالح المجموعة التجريبية .
- أجريت الدراسة على عينة تتكون من 80 طفلا تم اختيارهم بطريقة عشوائية من المدارس ، العمر الزمني للأطفال بين 04-06 سنوات ، قسمت العينة إلى مجموعتين (تجريبية ، ضابطة) بعدد 40 طفلا لكل مجموعة .

استخدم الباحث المنهج التجريبي للاختبار صحة الفروض المقترحة معتمدا في ذلك على اختبار هابود 1986 للقدرات الإدراكية الحسية-الحركية للأطفال ما بين 05-07

سنوات ، وذلك من خلال تحديد برنامج تدريبي للألعاب و المهارات الحركية و المسابقات بما يتناسب و ميول رغبات و إمكانات أطفال العينة .

استغرق تنفيذ البرنامج 08 أسابيع في 24 فترة تدريبية بواقع 03 فترات تدريبية أسبوعياً ، زمن كل فترة تدريبية 45 دقيقة .

أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية في القدرات الإدراكية الحسية-الحركية بين الأطفال الذين اشتركوا في البرنامج (مجموعة تجريبية) وأطفال المجموعة الضابطة ، كما أشارت بوضوح إلى التأثير الإيجابي و الدال للبرنامج التدريبي المقترح على تنمية القدرات الإدراكية الحسية-الحركية ، أشار الباحث إلى توصية ضرورية وهي : الاهتمام بالبرنامج التدريبي بما يتناسب و إمكانات و قدرات الأطفال البدنية و العقلية .

(7) دراسة جمال الخطيب 1993:

بعنوان: " فاعلية برنامج تدريبي في تطوير مستوى معرفة معلمي الأطفال المعوقين بمبادئ تعديل السلوك وأساليبه " .

هدفت هذه الدراسة إلى تصميم برنامج تدريبي متعدد العناصر لتطوير مستوى معرفة معلمي الأطفال المعوقين بمبادئ تعديل السلوك و أساليبه و حاولت الدراسة الإجابة عن التساؤل التالي :

- هل توجد فروق في القياس البعدي في معرفة المعلمين في المجموعة التجريبية و المعلمين في المجموعة الضابطة لمبادئ و أساليب تعديل سلوك الأطفال المعاقين عقلياً ؟

▪ فرضية الدراسة :

- توجد فروق في القياس البعدي في معرفة مستوى المعلمين في المجموعة التجريبية و المعلمين في المجموعة الضابطة لمبادئ و أساليب تعديل سلوك الأطفال المعاقين عقليا عند مستوى الدلالة 0.05 .

أجريت الدراسة على عينة تتكون من 28 معلم و معلمة تم اختيارهم بطريقة قصدية من سبعة مراكز معنية بتعليم الأطفال المتخلفين عقليا ، منهم 19 إناث و 09 ذكور تراوحت أعمارهم بين 24 - 42 سنة بمتوسط عمر 29 سنة و متوسط الخبرة التدريسية 04 سنوات .

تم تقسيم العينة إلى مجموعتين مجموعة تجريبية تتكون من 16 معلم ومعلمة و مجموعة ضابطة تتكون من 12 معلم و معلمة ، تم تدريب المعلمين على تطبيق مبادئ تعديل السلوك و أساليبه باستخدام دليل تدريبي مكتوب قام الباحث بإعداده.

و للاختبار فرضية الدراسة استخدم الباحث الصورة العربية من اختبار المعرفة بتعديل سلوك الأطفال معتمدا على تحليل التباين المشترك.

أظهرت نتائج الدراسة بوضوح إلى إمكانية تعليم معلمي الأطفال المعوقين عقليا مبادئ تعديل السلوك و أساليبه بفاعلية و في وقت قصير نسبيا ، و ربما يكون ذلك أهم ما يميز نموذج تعديل السلوك بالمقارنة مع النماذج التدريبية و العلاجية الأخرى .

أشار الباحث إلى توصية ضرورية و هي تعليم معلمي الأطفال المعوقين عقليا مبادئ الذين يفتقرون إليها باكتساب أنجع الوسائل و الطرق العلمية المتبعة في هذا المجال و تدريب الأطفال على العمليات الذهنية و البدنية و الاجتماعية.

(8) دراسة صلاح محسن عيسوي (1992):

بعنوان "أثر برنامج مقترح للحركات الأساسية لألعاب القوى للأطفال المتخلفين عقليا على بعض القدرات الإدراكية الحركية".

هدفت الدراسة إلى وضع برنامج يحتوي على الحركات الأساسية لألعاب القوى للأطفال المتخلفين عقليا القابلين للتعلم و استخدم الباحث المنهج التجريبي بمجموعتين إحداها تجريبية و الاخرى ضابطة على عينة اشتملت (26) تلميذا بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي و كانت أهم النتائج كمايلي:

أن استخدام البرنامج المقترح للحركات الأساسية لألعاب القوى في دروس التربية البدنية للمتخلفين عقليا لقابلين للتعلم يسهم في تنمية اللياقة البدنية كما يسهم البرنامج المقترح إسهاما فعالا في تنمية القدرات الإدراكية الحركية.

(9) دراسة هاني الربضي وحسن الحباري 1990:

بعنوان : " اثر برنامج تدريب مقترح لتحسين التوافق على تطوير الأداء المهاري في كرة السلة لدى المعاقين عقليا ذوي الإعاقة المخففة".

هدفت الدراسة إلى التعرف على اثر تنمية التوافق على بعض مهارات كرة السلة للمعاقين عقليا ذوي الإعاقة المخففة ، حيث بحثت الدراسة في الايجابية عن التساؤلات الآتية :

- هل البرنامج المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة إحصائية على التوافق لدى عينة البحث ؟
- هل البرنامج المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة إحصائية على تحسين الأداء المهاري في كرة السلة لدى عينة البحث ؟

▪ فرضيات الدراسة :

- البرنامج المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة إحصائية على التوافق لدى عينة البحث .
- البرنامج المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة إحصائية على تحسين الغداء المهاري في كرة السلة لدى عينة البحث ؟
- أجريت الدراسة على عينة قوامها 15 طفلا متخلفا عقليا منهم 10 حالات إعاقة منذ الولادة و05 حالات إعاقة نتيجة مرضية متوسط عمرهم 14.5 سنة ومتوسط طولهم 159.40 سم ومتوسط وزنهم 62.52 كغ واعتمد الباحث على المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة .
- و للتحقق من أهداف الدراسة اعتمد الباحث على تطبيق برنامج مقترح لمدة 08 أسابيع موزعة على 15 وحدة تجريبية بواقع ثلاث وحدات في كل أسبوع ، كل وحدة تدريبية تستغرق 60 دقيقة على المجموعة التجريبية ، و للتأكد من صحة الفرضيات المقترحة استخدم الباحث أدوات القياس الآتية :
- القياسات الجسمية (الطول والوزن) تم من طرف طبيب خاص بهم .
- الاختبارات البدنية (اختبارات التوافق ، تمرير الكرة على الحائط لمدة عشرة ثواني) .
- تقويم مستوى الأداء المهاري في كرة السلة (التصويب نحو السلة ، التصويب السلمي ، التمرير ، المحاورة)
- قام الباحثان بإجراء تعديل على المهارات و على الاختبارات البدنية المستخدمة بما يتماشى و قدرات العينة ، و اجريا لها المعاملات العلمية اللازمة من ثبات وصدق و موضوعية .

أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين القياس الأول و القياس الثاني في اختبار التوافق مما يؤكد صدق البرنامج المقترح و بالتالي تحقق الفرضية الأولى .

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين القياس الأول و القياس الثاني في اختبار الأداء المهاري لكرة السلة مما يؤكد صلاحية البرنامج المقترح في تحسين الأداء المهاري لكرة السلة و بالتالي تحقق الفرضية الثانية للبحث .

(10) دراسة حلمي أبو هجرة 1990:

بعنوان: " أثر استخدام جمباز الموانع في جزء الإعداد البدني بدرس التربية البدنية و

الرياضية على تنمية القدرات الإدراكية الحركية و مفهوم الذات للمتخلفين عقليا "

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام جمباز الموانع في جزء الإعداد البدني بدرس التربية البدنية الرياضية على القدرات الإدراكية الحركية ، استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة شملت (30) تلميذة تتراوح أعمارهم ما بين 9 إلى 12 سنة ونسبة ذكاء ما بين 50 إلى 70 وهي قابلات للتعلم ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى مساعدة المتخلف عقليا على التعرف على إدراك صورة الجسم كما ساعدت على تنمية القدرات الإدراكية الحركية.

(11) دراسة نادية عبد القادر (1988):

بعنوان " تأثير برنامج جمباز موانع علي تنمية الذكاء و بعض القدرات الحركية لدي المتخلفين عقليا".

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر ممارسة برنامج جمباز موانع خاص على تنمية كل من القدرات الحركية و الذكاء لدى المتخلفين عقليا القابلين للتعلم و المنهج المستخدم هو المنهج التجريبي على عينة قوامها (15) تلميذا و تلميذة و كان العمر

الزمني من 8 إلى 12 سنة ، وأسفرت النتائج عن أن ممارسة برنامج جمباز الموانع(الحس الحركي) له تأثير ايجابي على القدرات الحركية لدى المتخلفين عقليا و له تأثير ايجابي على الذكاء .

(12) دراسة صلاح الدين محمود نظمي (1986) :

بعنوان "أثر برنامج رياضي مقترح على الأداء الحركي للأطفال المتخلفين عقليا".

هدفت الدراسة إلى التعرف على اثر البرنامج التدريبي المقترح على تنمية الأداء الحركي و النمو في المجموعات العضلية الكبيرة لدى الأطفال المتخلفين عقليا القابلين للتعلم و الدين تتراوح نسبة ذكائهم من 50-70 و استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (26) طفلا ، و توصلت نتائج هذه الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية في أربعة عناصر من الاختبارات الستة و هي الرشاقة العامة و رشاقة الحركة و دقة تصويب الكرة و متابعة كرة متحركة بندوليا ، و عدم وجود فروق دالة إحصائية في اثنين من عناصر الاختبارات الستة هي القدرة على إدراك الجسم و التوازن.

✓ التعليق على الدراسات:

اتفقت هذه الدراسات في العديد من النقاط ، حيث اعتمدت معظم البحوث على المنهج التجريبي ، أما عينة البحث فتكونت من 10 إلى 40 أفراد إما عشوائيا أو عمديا لأن مثل هذه الدراسات التجريبية تحتاج لأفراد ذات مميزات متقاربة و متكافئة ، حيث يكفي عدد محدود من الأفراد لإعطاء نتائج يمكن الاعتماد عليها ، في حين كان أهم الأدوات المستخدمة للحصول على البيانات الاختبارات البدنية بالإضافة إلى بعض الأدوات البسيطة لقياس الطول و والوزن و كذا الأزمنة و المسافات ، وقد أوصت جل

الدراسات على أهمية النشاط الرياضي للمعوقين عقليا سواء كان برنامج تربية أو تدريبية بحسب نوع الإعاقة و كذلك شدتها لتنمية القدرات أو المهارات الحركية و كذلك المهارات الأساسية الانتقالية و الثابتة و تنمية القدرات الإدراكية الحركية.

ومن خلال الدراسات السابقة التي تناولناها في هذا البحث تبين أن للبرامج الرياضية (برامج رياضية أو برامج تربية) أثر ايجابي في تنمية القدرات الحركية و الإدراكية وتطوير المستوى للمتخلفين عقليا.

✓ نقد الدراسات:

عموما لقد بينت هذه الدراسات أن هناك تشابها في كيفية ممارسة النشاط الرياضي تبعا لنوع الإعاقة ودرجتها وأنها لم تتطرق إلى صنف أو نوع معين من الإعاقة الذهنية و شدتها و كذلك معدل الذكاء و هو ما دفعنا لتسليط الضوء على برنامج تربيوي تكون من 14 وحدة تعليمية تضمنت ألعاب الكرة و هو بمثابة البحوث الجديدة وطبقناه على المصابين بمتلازمة داون بدرجة ذكاء ما بين 55-70 درجة (تخلف ذهني بسيط حسب اختبار جودانوف) ، و كان الغرض من هذا البحث تنمية القدرات الحركية لفئة ت 21 باستخدام برنامج دراسي يلاءم قدراتهم المحدودة على الفهم والتفكير ويتناسب مع قدراتهم الجسمية وتأزرهم الحسي الحركي.

❖ خاتمة:

بعض عرضنا لبعض الدراسات السابقة يمكن القول أننا استفدنا منها من جانبين، الأول هو الخلفية النظرية لكل دراسة باستغلالها كمرجع أو الاستفادة من المراجع المستعملة فيها، أما الجانب الثاني فهو الدراسة الميدانية و ذلك بالاستفادة من كيفية طرح الموضوع

و طريقة تناوله و حدود البحث و أخيرا أهم النتائج المتوصل إليها و مقارنتها بنتائج بحثنا .

الباب الأول

الجانب النظري

الفصل الأول
ألعاب الكرة و
القدرات الحركية

■ تمهيد:

اللعب بلا شك هو الوسيلة التي يكشف بها الإنسان الخبرات المتنوعة في مختلف الأوضاع لمختلف الأغراض ، فبواسطته يتعامل الطفل مع الأشياء كأنها كائنات تمتلك معاني محددة و لهذا فإن الطفل من خلال اللعب يكتشف اتجاهاته و يختبرها كما يساعده في الاقتراب من الراشد و يزيد من جرأته الحسية و الحركية و اللغوية و يمتص طاقته الزائدة و يعده للنشاط الجديد و يخفف من حدته الانفعالية.

و لا شك أن العمل على تطوير و تحسين القدرات الحركية للطفل من أول أهداف التربية ، حتى يتمكن مستقبلا من استكشاف كل ما يدور حولهم من أحداث في الحياة ، و ليس مجرد تقليد الآخرين ممن سبقهم ، خاصة الطفل المتخلف عقليا الذي هو بأمس الحاجة إلى هذه الألعاب من اجل تنمية و تطوير قدراته الحركية ، و لهذا سعينا في هذا الفصل إلى التطرق إلى كل ما له علاقة بوصف و تخطيط و تقويم ألعاب الكرة و مختلف الاستراتيجيات المعتمدة في تطوير القدرات الحركية عند الطفل المتخلف عقليا المصاب بمتلازمة داون عن طريق اللعب بكل أشكاله.

1- مفهوم اللعب :

هو رحلة اكتشاف تدريجية لهذا العالم المحيط ، يعيشه بواقعه و بخياله ، يتوحد مع عناصره وأدواته ويستجيب لرموزه ومعانيه ، فإدراك العالم المحيط و التمكن منه و التحكم فيه كفيل بان يجعل اللعب نشاطا يشبع حاجة طبيعية لدى كل الأطفال ، هذه الحاجة تولد معهم ، حيث إن اللعب لا يتطلب سوى الرغبة الطبيعية فيه حتى تتحقق كلا أهمياته و وظائفه (السيد، 2002، صفحة 174).

و اللعب عبارة عن نشاط حر و مسلي أين تكون فيه أفكار اللعب ثابتة و المحتوى معقول و الأدوار محددة، شويرال (1974) يتحدث عن " علم الظواهر بالنسبة للعب الذي يعطي قيمة للحرية الحركية في إطار وسط محدد (معرف) ، و يتم فيه التساوي بين الذهاب و الإياب للحركات في توازن ثابت وحسب " روبنلنون " اللعب نشاط خاص بالطفل يساهم في بناء شخصيته و يعرفه حامد زهران بأنه سلوك يقوم به الفرد بدون غاية عملية مسبقة و يعد أحد الأساليب التي يعبر بها الطفل عن نفسه .

(Hahn, 1991, p. 2).

2- طبيعة تدريس ألعاب الكرة:

عادة ما يقسم منهج ألعاب الكرات إلى وحدات كل منها يركز على رياضة معينة ، و في كل وحدة يقوم المدرس و المدرسة باختيار زمن معين من الوقت المتاح للحصة الدراسية لتطبيق اللعبة خلاله .

في النموذج السابق للوحدات تواجهنا مشكلة كبيرة خلال التطبيقات ، و خاصة عند التطبيق في منافسة ، حيث يستحوذ الفوز على بؤرة أهداف الأطفال. و إذا ما حدث

ذلك فان الهدف المطلوب تحقيقه من خلال منهج ألعاب الكرات في المدرسة الابتدائية أو الإعدادية لا يتحقق.

إن الهدف أو الغرض من هذه الجزئية في درس التربية البدنية يجب أن يكون هو تطوير المهارة ، لذا فمن الواجب أن تتركز كافة العمليات نحو تحقيق هذا الهدف ، و لتحقيق ذلك بأفضل أسلوب فلا بد من ربط المنهاج المطلوب تطبيقه بمفاهيم ألعاب الكرات خاصة و التربية البدنية بشكل عام (مفتي، 2000، صفحة 41).

3- أنواع ألعاب الكرات:

يمكن تقسيم ألعاب الكرات إلى نوعين رئيسيين هما ألعاب الكرات المغلقة و ألعاب الكرات المفتوحة ، كما يلي :

3-1 ألعاب الكرات المغلقة :

- تعرف ألعاب الكرات المغلقة بأنها "تلك الألعاب التي تستخدم فيها الكرة ، و التي تكون المواقع خلالها محددة ، و يمكن التنبؤ بها"
- و من أمثلة ألعاب الكرات المغلقة كرة البولينغ حيث يكون الموقف ثابتا ، و الأمر يتطلب من اللاعب أو اللاعبة تعلم التصويب بدقة كإصابة الهدف .
- ترجع أهمية هذا النوع من ألعاب الكرات إلى أن العديد من الأطفال في المراحل المبكرة من النمو يكونون في حاجة إلى تنفيذ استكشاف خاص من خلال ألعاب ذات طبيعة مغلقة (مفتي، 2000، صفحة 48).

3-2 ألعاب الكرات المفتوحة :

- تعرف ألعاب الكرات المفتوحة بأنها "تلك الألعاب التي لا تكون المواقع خلالها محددة ، أو يمكن التنبؤ بها"

■ كي توضح مفهوم ألعاب الكرات المفتوحة فاننا نقدم مثلا لاعب أو لاعبة السلة التي تقوم بتنطيط الكرة في نصف ملعبها الهجومي ، نفس هذه الحالة عليه أو عليها اتخاذ أحد القرارات إما بالاستمرار في التقدم بالكرة ، أو بالتميرير إلى الزميل أو التوقف للتصويب في خارج القوس.

■ كما نرى ، فان ذلك ينطبق أيضا على كل من ألعاب التنس أو تنس الطاولة أو كرة القدم و باقي الرياضات الأخرى ، حيث تكون المواقف خلالها جميعا متغيرة باستمرار، و لا يمكن التنبؤ تماما بحدوث موقف معين.

■ خلال المرحلة الأخيرة من الدراسة الابتدائية يجب أن يصل الأطفال إلى ممارسة ألعاب الكرات المفتوحة ، و التي يمكن من خلالها اختبار قدراتهم على التعامل مع مهارات استخدام الأدوات في حالات و مواقف متنوعة مفتوحة غير متوقعة .
(مفتي، 2000، صفحة 49).

4- مقدمة عامة حول لعبة كرة القدم:

لعبة كرة القدم واحدة من أكثر الألعاب انتشارا في كافة دول العالم ، و هي احد أنشطة التربية البدنية بالمدارس الابتدائية في معظم دول العالم.

يرجع انتشار كرة القدم إلى عدة عناصر هي:

- تسمح لعدد كبير من مزاولتها في نفس الوقت .
- الإمكانيات المطلوبة لممارستها بسيطة .
- يمكن مزاولتها في المساحات المفتوحة ، أو الصالات المغلقة .
- فرصة الابتكار في استخدام أجزاء الجسم متاحة في كرة القدم بمدى واسع.

ممارسة كرة القدم تتطلب من المشاركين فيها التعامل مع الزملاء و المنافسين من خلال العلاقة بهم في مسافة كبيرة ، و يتم ذلك من خلال معرفة كل منهم لدوره في الفريق ، حيث يجب أن يكون تعاون الفريق هو الأساس لنجاحه.

تتطلب كرة القدم كفاءة للجهاز الدوري و التنفسي حتى يتمكن جميع الأفراد المشاركين من التحرك في مساحة الملعب طول زمن المباراة (مفتي، 2000، صفحة 255) .

5- مقدمة حول لعبة كرة السلة :

لعبة كرة السلة من الألعاب التي يستمتع بها الأطفال كثيرا ، و يرجع السبب في ذلك إلى الإثارة و التحدي ، بالإضافة إلى إسهاماتها في العديد من مركبات اللياقة البدنية ، و ضمها للعديد من المهارات المتنوعة ، كما أنها تحقق أهدافا ترويحوية متعددة.

تتميز كرة السلة عن كثير من الألعاب بإمكانية ممارستها في مساحات صغيرة ، كما يمكن إن يشارك فيها إعداد مختلفة من الأفراد و قد يلعبها فرد مع ذاته.

تتنوع مهارات كرة السلة، و التي يتم التعامل خلالها مع الكرة باليد ، فمنها التمرير ، و الاستقبال بالمسك ، و التصويب ، و التقدم بالكرة .

كما أنها تحوي من المهارات الأساسية الكثير مثل الجري ، و الوثب و تغيير الاتجاه ، و يتطلب كذلك توافق تعامل اليد مع الكرة أثناء الوثب .

من الأهمية أن يكون لدى ممارس لعبة كرة السلة قدر من المعارف الخاصة بقواعد اللعبة (مفتي، 2000، صفحة 233).

6- مقدمة عامة حول لعبة كرة الطائرة :

لعبة كرة الطائرة واحدة من أكثر الألعاب الترويحية انتشارا على مستوى العالم ، فهي

تلعب في الخلاء ، و على الشواطئ و داخل الصالات المغلقة .

طورت هذه اللعبة وليم مورجان في عام 1890م ، ثم بعد ذلك انتشرت تدريجيا نظرا لإمكانية ممارستها بإمكانات بسيطة غير مكلفة أو معقدة ، كما أن ممارستها تتطلب مساحات صغيرة نسبيا.

تتميز الكرة الطائرة بان مهاراتها متنوعة ، في استخدام اليد في ضرب الكرة ، حيث يتراوح ارتفاع استخدام المهارات من بضع بوصات فوق سطح الأرض إلى عدة بوصات فوق ارتفاع الذراعين.

ممارسة لعبة الكرة الطائرة تتطلب اللعب الجماعي ، بالرغم من ان كل لاعب أو لاعبة له مسؤوليات خاصة يجب القيام بها ، و كذلك يجب عليه أو عليها تغطية مساحات خاصة (مفتي، 2000، صفحة 199) .

7- مقدمة حول لعبة كرة اليد :

تعتبر من الألعاب الرياضية القديمة تجري بين فريقين يتألف كل منهما من سبعة لاعبين وسبعة احتياطيين تتصف بسرعة الأداء والتنفيذ و يشارك عدد كبير من الرياضيين لها قواعد و قوانين ثابتة.

تتناسب هذه اللعبة مع زيادة سرعة أسلوب الحياة في الوقت الحالي للإنسانية ، المهارات الأساسية الرياضية لكرة اليد اشتقت من الحركات الأساسية و هي "الجري و الوثب والرمي.

تتميز هذه اللعبة بقواعد سهلة و بسيطة في التعليم و حتى بالنسبة للمبتدئين و على الرغم من وجود عدة محاذير و قواعد للسلوك أثناء اللعب فان القواعد غير متشددة و

تسمح بالاتصال الجسدي و كذلك باستخدام قوى الجسم الطبيعية في حدود اللعب النظيف .

تعتبر لعبة كرة اليد من الألعاب التي يحتاج لاعبوها الى عناصر اللياقة البدنية كالقوة و السرعة و التحمل ، إلا أن هذه العناصر تكون متداخلة مع بعضها لتكون قدرات بدنية يحتاجها اللاعب خلال المباراة (نصيف، 1993، صفحة 371) .

8- القدرات الحركية:

القدرات الحركية هي صفات يكتسبها الفرد من البيئة المحيطة به ، أو قد تكون موجودة بشكل فطري ، و تتطور حسب قابلية الفرد الجسمية و الحسية و الإدراكية ، من خلال التدريب و الممارسة و تعتمد هذه القدرات على السيطرة الحركية بشكل رئيسي ، فإن السيطرة الحركية تأتي من خلال قدرة الجهاز العصبي المركزي و المحيطي ، على إرسال إشارات دقيقة إلى العضلات لهدف انجاز الواجب الحركي

و تشير القدرة الحركية إلى مدى كفاءة الفرد في أداء المهارات الحركية الأساسية ، كالجري والوثب والتسلق و الرمي حيث يؤكد هذا المفهوم (سكوت و فرنش) عندما أشار إلى إن القدرة الحركية تشير إلى التحصيل في المهارات الحركية الأساسية كالجري و الرمي و الوثب و غيرها بينما يشير آخرون إلى إن القدرة الحركية الحالة الوظيفية للأجهزة العضوية ، و القياسات الجسمية كالطول و الوزن و تركيب العظام و السمنة و المكونات الحركية اللازمة للأداء البدني ، كالقوة و السرعة و الرشاقة و الجلد و المرونة و غيرها (مجواد، 2004، صفحة 171).

و تشمل القدرات الحركية على كل من الرشاقة Agilité و التوافق Coordination و

المرونة flexibilités و التوازن balance و القدرة العضلية و سنتطرق اليها بالتفصيل كما يلي :

1-8 الرشاقة :

يعد مفهوم الرشاقة من المفاهيم التي يكثر حولها الجدل والاختلاف بين الباحثين في مجال التربية ، وقد يعزى ذلك إلى الطبيعة الحركية لهذه الصفة و ارتباطها ببعض الصفات البدنية والقدرات المهارية الأخرى و يشير (جونس و نون يلسون) إلى انه يمكن اعتبار الرشاقة قدرة حركية لأنها تتضمن فير أي كثير من الباحثين مكونات القوة العضلية و السرعة الحركية و سرعة رد الفعل و الدقة و التحكم و التوافق.

و يمكن تعريف الرشاقة:

بأنها "القدرة على تغيير أوضاع الجسم أو سرعتها و اتجاهاته على الأرض أو في الهواء بدقة و انسيابية و توقيت صحيح" (العبيدي، 2008، صفحة 104) .

و يتفق الكثير من الخبراء التربية البدنية في المدرسة الشرقية على القول بالفرق بين الرشاقة العامة والرشاقة الخاصة ، إذ عرف ستيبلر الرشاقة العامة بأنها " إمكانية الفرد على مدى التوافق و الانجاز الجيد للحركات .

أما الرشاقة الخاصة فعرفها ستيبلر بأنها " مقدرة اللاعب على التصرف في انجاز تكتيك الفعاليات الرياضية بأعلى كفاءة ممكنة (يوسي، 1984، صفحة 39).

1-8-1 أهمية الرشاقة :

تكمن أهمية الرشاقة فيمايلي :

- الرشاقة تكسب اللاعب و المتعلم القدرة على الانسياب و التوافق الحركي و قدرته على الاسترخاء.
- الإحساس السليم بالاتجاهات و المسافات.
- القدرة على رد الفعل السريع للحركات الموجبة شرط تكون مصحوبة بالدقة بالقدرة على تغييرا لاتجاه (الدليمي، 2008 ، صفحة 74) .

8-1-2 العوامل المؤثرة على الرشاقة_:

- التوافق العضلي العصبي و التوافق العصبي البصري ، و عليه فان دور الجهاز العصبي وتحكمه في المجاميع العضلية التي تولد القوة المسئولة عن حركة الجسمي في هذا المجال.
- اتخاذ الوضع الجسمي المناسب.
- الإحساس الحركي الإدراك الحسي الحركي.
- الحركة النوعية أو سرعة الأداء الحركي الدقيق.
- القوة العضلية و القوة المميزة بالسرعة و زمن رد الفعل و السرعة الحركية.
- اثر التدريب و تكراره في تنمية أو تطوير الرشاقة.
- تناسق الحركة و انسيابها.
- نمط الجسم(ضعيف ، عضلي ، سمين).
- العمر و الجنس.
- الوزن ، يقلل سرعة تقلص الألياف العضلية و يؤثر فيبطئ تغيير الاتجاه.
- التعب يؤثرعلى مكونات الرشاقة (بدري، 2002، صفحة 126).

8-2 المرونة :

تعد المرونة إحدى الصفات أو القدرات الحركية المهمة التي تؤثر في ممارسة

الفعاليات و الأنشطة الرياضية المختلفة ، فضلا عن كونها صفة تعبر عن مدى حركة مفاصلا لجسم .

و المرونة من المستلزمات الأساسية للاعبة الجمباز و تسمى أيضا القابلية الحركية ، إذ تعد احد أهم عناصر اللياقة البدنية ، و ذلك يعود إلى خصوصية حركات وتمارين الجمباز، التي تتطلب مدا واسع أو انسيابية و جمالية بالأداء و هذه الصفات لا يمكن إن تتوفر في أي حركة ما لم تكن هنا كمرونة عالية بمفاصل الجسم ومطاطية بالربطات و الألياف العضلية عند أداء الحركة المطلوبة

(حسين، 1991 ، صفحة 80).

و تعرف المرونة بأنها "قدرة الفرد على أداء الحركات إلى أوسع مدى تسمح به المفاصل العاملة في الحركة ، حيث يتطلب انقباض عضلات و ارتخاء العضلات القابلة لها"

(ألعبيدي، 2008، صفحة 96).

8-2-1 أنواع و تقسيمات المرونة_:

1. **المرونة العامة:** و هي المدى الذي تصل إليه المفاصل الجسم جميعا في الحركة.
2. **المرونة الخاصة:** و هي المدى الذي تصل إليه المفاصل المشاركة في الحركة.
3. **المرونة الايجابية:** و هي المدى الذي تصل إليه المفاصل في الحركة على إن تكون العضلات العاملة هي المسببة للحركة .
4. **المرونة السلبية:** و هي المدى الذي يصل إليه المفصل في الحركة على إن تكون هذه الحركة ناتجة عن تأثير قوة خارجية.

5. المرونة الستاتيكية (الثابتة) : و هي المدى الذي يصل إليه المفصل في الحركة ثم الثبات فيه.

6. المرونة الديناميكية (المتحركة): و هي المدى الذي يصل إليه المفصل أثناء أداء حركة تتسم بالسرعة القصوى (ريسان، 1988، صفحة 273.274) .

8-2-2 العوامل المؤثرة في المرونة :

1. عمر اللاعب: معدلات المرونة عالية لدى الأطفال عن البالغين وتزداد نسبة انخفاضها لدى البالغين كلما تقدم السن.

2. الإحماء : يؤثر الإحماء الجيد في المرونة ايجابيا إذ تزداد بنسبة ملحوظة بعد إتمامه.

3. الجنس : الإناث أكثر مرونة من الذكور بشكل عام.

4. التوقيت اليومي : تقل المرونة و الإطالة في الصباح عنه في أي توقيت آخر خلال اليوم.

5. التعب الذهني والبدني : يؤدي التعب الذهني و البدني إلى أقل النسبة المرونة و الإطالة (العلا، 1998، صفحة 153).

8-3 التوافق الحركي :

تبرز أهمية مكون التوافق الحركي عندما يقوم الفرد بحركات تتطلب استخدام أكثر من عضو من أعضاء الجسم في وقت واحد ، خاصة إذا كانت الأعضاء تعمل في أكثر من اتجاه في نفس الوقت.

يتطلب مكون التوافق تعاوننا فاعلا بين الجهازين العضلي و العصبي لإمكان أداء الحركات على أفضل صورة خاصة المعقد منها أي تلك الحركات التي يستخدم في

أدائها أكثر من جزء من أجزاء الجسم في وقت واحد ، أو التي تتصل بإدماج حركات من أنواع مختلفة في إطار واحد.

و يعرف التوافق الحركي "عبارة عن إيجاد علاقة حركية متجانسة مبنية على التوقيت الصحيح و الدقيق بين أجزاء معينة من الجسم كتوافق الذراعين ، كما في حركة رمي السهم على هدف معين ، أو يكون التوافق يشمل معظم أو كل أجزاء الجسم كأداء لاعب الجمباز إحدى الحركات المعقدة ، على احد الأجهزة"

(وديع، 1986، صفحة 76).

8-3-1 أنواع التوافق الحركي هي:

- التوافق العام : هو توافق المهارات الحركية بصورة عامة ، أما التوافق الخاص: هو توافق الجسم مع نوع وطبيعة الفعالية.

- التوافق بين أعضاء الجسم ككل وتوافق الأطراف.

- توافق القدمين- العين والذراعين- العين

(مجواد، 2004، صفحة 145.146).

8-3-2 التوافق العضلي العصبي:

يعد التوافق بين العين واليد والرجل أكثر العوامل أهمية بالنسبة لأداء الرياضي حيث أنه خلال الأداء يكون هناك انتقال للإشارات العصبية بين الجهاز العصبي والعضلي و لذلك فإن جميع الحركات التي يقوم بها الفرد سواء كانت الحركات العادية اليومية أو الحركات ترتبط بمجال الأداء الرياضي إنما تتطلب قدر من التوافق بين الجهاز العصبي و الجهاز العضلي (الصميد، 2002، صفحة 163).

8-4التوازن:

هو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم عند أداء مختلف المهارات و الأوضاع الحركية والثابتة أو في حالة الدوران أو الانتقال.

8-4-1أنواع التوازن:

- **التوازن المستقر:** إذ يكون فيه المحور العمودي يمر من مركز ثقل الجسم وتكون قاعدة الارتكاز ثابتة مثلا لوقوف.
- **التوازن القلق:** هو التوازن الذي يحدث في حالة صغر أو ضيق قاعدة الارتكاز و ابتعاد مركز ثقل الجسم عن الأرض.
- **التوازن المستمر:** هو التوازن الذي يحدث في حالة استمرار الجسم بالحركة و يتوازن اللاعب أو المتعلم من ناحيتين:

1. **الناحية الميكانيكية:** القوى الخارجية

2. **الناحية الفسلجية:** سلامة الجهاز العصبي و الحواس.

(وسام، 2015، صفحة 67).

9- القدرة العضلية:

يمكن تعريف القدرة بأنها المقدرة على إخراج أقصى قوة في أسرع وقت ممكن وبمعنى آخر تعني القدرة العضلية إطلاق أقصى قوة بأقصى سرعة في اقل زمن ممكن.

و تعد القوة من مكونات القدرة و العلاقة بينهما في عملية الربط بين القوة و السرعة لإخراج النمط الحركي المطلوب للأداء.

و هناك ثلاثة عوامل أساسية لقياس القدرة و هي: القوة ، المسافة و الزمن.

و يمكن تحقيق ذلك في الوثب العمودي Vertical Jump و كذلك الوثب

الطويل Long

Jump و الرمي لأبعد مسافة Shoot-Put بالإضافة للعديد من الحركات التي تستلزم الانقباض العضلي السريع .

10- دور الألعاب في تكوين و تطوير بعض الجوانب والقدرات الحركية و البدنية للطفل :

يقول " لي"- (اللعب يكون الطفل) عبر اللعب الطفل يعبر عن أفكاره ويرضي احتياجاته الداخلية ، ويعتبر اللعب وسيلة محددة للتطوير الشامل للطفل عبر التنويع في اللعب المعطى للطفل قصد تحسين و تسهيل المهارة و التوافق .

تحسين التقنية يأتي تدريجيا عبر مجموع الألعاب التي تعتبر سهلة و تساعد الطفل على الخضوع للقواعد و القوانين و العمل بها ، الشيء الذي يجعله يلعب محترما زملائه و خصومه و بذلك يكون قد تحلى بالروح الرياضية و روح الجماعة .

10-1 الجانب الحركي :

إن التعليم و تلقين الحركات في الألعاب الجماعية في المجال الحركي يقدم منبع غني بالوضعيات (الدقة،تنسيق،توازن) و التي هي دائما مطلوبة و ملتمسة و من هنا تأتي العلاقة التي يمكن للعب تكوينها بوضع تمارين صعبة الإنجاز و قليلة التحفيز، تكون سهلة التنفيذ إذ ما عرضت على شكل لعب ، حيث الطفل يظهر الكثير من الراحة والسهولة في حركاته (مجلة، 1984، صفحة 5) .

يهدف اللعب في هذه المرحلة إلى تحسين خاصية التنسيق و التوازن ، وتنمية نواحي التوافق و الانسجام و تحديد هدف الحركات أي أن لكل حركة هدف و منه المقدرة على التحكم في الحركات.

كما للعب دور في تنمية التفوق العضلي العصبي و ذلك من خلال اقتراح ألعاب تتسم بالإيقاع في الحركات بين الأعضاء السفلية و العلوية ، كما ينمي الجانب النفسي المعرفي عن طريق وضع الطفل وضعيات مشكلة ، حيث تسمح للطفل بالتأقلم مع الوضعية الموجود فيها، من حيث السيطرة على حقل الرؤية (المكان) و منه تنمية الإحساس المرئي ، كما يتأقلم مع الوضعية من خلال عملية تحركه في الحيز ومحاولة اللعب مع الزملاء و بذلك ينضج لديهم فهما لتوجيه في الفضاء ، و كذلك مفهوم الأمكنة أي يقدر المسافة بينه و بين الزميل و المسافة بينه و بين الخصم و كيفية التعامل مع ذلك من خلال تمرير الكرة و استقبالها ، أو الكشف عن مهارة حركية أخرى عن طريق الخلفية (روح الإبداع).

في فترة البلوغ إمكانية السيطرة و التحكم في النفس تكون ضعيفة ، السلوك الحركي أخطر، ونلاحظ كذلك ظهور التكرار لحركات طفيلية و إشارات صغيرة لعدم التنسيق. إن دور اللعب يمكن أن يدخل كعامل أساسي في التعليم و تطوير الخصائص المتنوعة كتنمية المهارة

الحركية (المظهر الحسي الحركي) و اكتساب المهارات الفنية إلي غير ذلك من الصفات.

10-2 الجانب البدني:

توجد فوائد عديدة تعود على البدن بالإيجاب، حيث يساعد على زيادة الوزن و نمو القدرات العضلية للطفل لهذا يعتبر اللعب ضروري في هذه المرحلة لتهيئة الطفل لاستقبال الأعمال ، والمهارات التي تتطلبها المرحلة المقبلة إلى جانب هذا فالعيب ينمي العضلات الكبيرة و الصغرى التي تمكن الطفل من القيام ببعض الأعمال التي تتطلب مهارة يدوية معينة و تتضح أهمية اللعب في النمو الجسمي .

(كوجك، 1983، صفحة 47).

■ خلاصة:

إن التعلم الحركي يرتبط ارتباطا وثيقا بحالة الفرد المتعلم سواء كانت صحية أو بدنية أو اجتماعية إذ تجعله يعمل على تحسين مختلف قدراته الحركية بطريقة سريعة أو بطيئة وذلك بمساعدة مجموعة من الألعاب سواءا كانت بالكرة أو بدون كرة و ذلك وفق برنامج مسطر يتماشى حسب قدرات الأطفال الحركية خاصة المتخلفين عقليا.

ومن جهة أخرى فان تعليم و تدريب الأطفال المتخلفين عقليا على تحسين و تطوير القدرات الحركية لهذه الفئة خاصة المصابين بمتلازمة داون بمختلف أنواعها و أشكالها و المهارات الاجتماعية و الفنية في المراكز الطبية البيداغوجية ، يعتمد أساسا على تنمية و تطوير القدرات الحركية الأساسية اليومية و من تم التوجه نحو الإعداد المهاري للأنشطة الرياضية حسب ميول و رغبة ذوي الاحتياجات الخاصة بنفسهم.

الفصل الثاني

المتخالفين عقليا

المصابين

بمتلازمة داون

(10 - 12) سنة

■ تمهيد:

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

الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون يتميزون بخصائص جسمية وعقلية واجتماعية تختلف عن خصائص فئات الإعاقة العقلية الأخرى ، إذ تمثل الخصائص الجسمية السمة المشتركة الأكثر وضوحا لدى أفراد هذه الفئة (الوجه المسطح ، ظهور اللسان خارج الفم ، الأسنان غير المنتظمة و ظهور خط هلامي واحد في راحة اليد إلخ.....)

و يكون هؤلاء الأطفال أبطأ من الآخرين ، بحيث تتمثل الخصائص العقلية لهذه الفئة في القدرة العقلية التي تتراوح ما بين المتوسطة و البسيطة ، و الكثير منهم قابلين للتدريب و لديهم القدرة على تعلم المهارات و القدرات الحركية ، حيث يمكن تصنيفهم ضمن الأطفال القابلين للتعلم.

و بهذا الخصوص سوف نتطرق في هذا الفصل الى كل ما له علاقة بالمتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون "21".

1- مفهوم التخلف العقلي :

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

وفي ضوء ماسبق 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 و الأمريكان مصطلحات من قبل دون عقل ، وصغير العقل ، ونقصان العقل ، وفي آخر 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 .

ويرجع هذا التعدد إلى ظروف ترجمة المصطلحات الإنجليزية لبعض الباحثين ترجمها ترجمة حرفية و البعض الآخر ترجمها بحسب مضمونها و اختلفوا في تحديد هذا المضمون ، فمنهم من يعرف التخلف العقلي على أنه يعتبر عملية من العمليات الصعبة و المعقدة (عبيد، 2000، صفحة 21.20).

يقصد بالتخلف العقلي [توقف نمو الذهن قبل اكتمال نضوجه ، و يحدث قبل سن الثانية عشرة لعوامل فطرية و بيئية ، و يصاحبه سلوك توافقي سيئ] (مصري، 1991، صفحة 84).

1-1 التعريف الطبي:

يعتبر التعريف الطبي من أقدم تعريفات حالة الإعاقة العقلية ، إذ يعتبر الأطباء من

أوائل المهتمين بتعريف وتشخيص ظاهرة الإعاقة العقلية ، و قد ركز التعريف الطبي على أسباب الإعاقة العقلية ففي عام 1900م ركز إرلاند على الأسباب المؤدية إلى إصابة المراكز العصبية ، و التي تحدث قبل أو أثناء أو بعد الولادة ، و في عام 1908م ركز ثريد جولد على الأسباب المؤدية إلى عدم اكتمال عمر الدماغ سواء كانت تلك الأسباب قبل الولادة أو بعدها

تتعدد الأسباب المؤدية إلى الإعاقة العقلية ، و خاصة تلك الأسباب التي تؤدي إلى تلف في الجهاز العصبي المركزي ، و خاصة القشرة الدماغية و التي تتضمن مراكز: الكلام والعمليات العقلية العليا ، التآزر البصري الحركي ، الحركة و الإحساس ، القراءة ، السمع ، . . . إلخ ، حيث تؤدي تلك الأسباب إلى تلف في الدماغ أو المراكز المشار إليها ، و بالتالي تعطيل الوظيفة المرتبطة بها ، و عل سبيل المثال قد تؤدي الأسباب إلى إصابة مركز الكلام بالتلف و يترتب على ذلك تعطيلاً لوظيفة المرتبطة بذلك المركز و هكذا لبقية . . . ، و تبدأ مهمة الجهاز العصبي بالتلف و يترتب على ذلك تعطيل الوظيفة المرتبطة بذلك المركز و هكذ البقية . . . ، و تبدأ مهمة الجهاز العصبي المركزي في استقبال المثيرات من خلال الأعصاب الحسية و من ثم القيام بالاستجابات المناسبة و في الوقت المناسب.

و على ذلك يتمثل التعريف الطبي للإعاقة العقلية فيوصف الحالة و أعراضها و أسبابها ، و قد وجهت انتقادات لهذا التعريف تتمثل في صعوبة وصف الإعاقة العقلية بطريقة رقمية تعبر عن مستوى ذكاء الفرد (عبيد، 2000، صفحة 17.16).

2-1 التعريف السيكومتري :

ظهر التعريف السيكومتري للإعاقة العقلية نتيجة للانتقادات التي وجهت إلى التعريف

الطبي ، حيث يمكن للطبيب وصف الحالة و مظاهرها و أسبابها ، دون أن يعطي وصفا دقيقا و بشكل كمي للقدرة العقلية ، فعلى سبيل المثال قد يصف الطبيب حال الطفل المنغولي و يذكر مظاهر تلك الحالة من الناحية الفيزيولوجية و أن يذكر الأسباب المؤدية إليها ، و لكن لا يستطيع وصف نسبة ذكاء تلك الحالة ، بسبب صعوبة استخدام الطبيب لمقياس ما من مقاييس القدرة العقلية كمقياس ستانفورد بينيه للذكاء أو مقياس وكسلر لذكاء الأطفال و بسبب من ذلك ، و نتيجة للتطور الواضح في حركة القياس النفسي على يد بينيه في عام 1905م و ما بعدها بظهور مقياس ستانفورد ، في الولايات المتحدة الأمريكية (1916 - 1960) ، و من ثم ظهور مقاييس أخرى للقدرة العقلية و منها مقياس وكسلر لذكاء الأطفال عام 1949م، و غيرها من مقاييس القدرة العقلية و قد اعتمد التعريف السيكومتري على نسبة الذكاء (ا. Q) كمحك في تعريف الإعاقة العقلية و قد اعتبر الأفراد الذين تقل نسبة ذكائهم عن 75 معاقين عقليا ، على منحنى التوزيع الطبيعي للقدرة العقلية.

و تختلط على بعض الدارسين مصطلحات لها علاقة بالإعاقة العقلية مثل مصطلح بطيء التعلم و صعوبات التعلم و المرض العقلي ، و قد يكون من المناسب هنا التمييز بين حالات الإعاقة وحالات بطء التعلم ، حيث تمثل حالات بطء التعلم تلك الحالات التي تقع نسبة ذكائها ما بين 85 - 70 درجة ، و من المناسب أيضا التمييز هنا بين حالي بطء التعلم و حالات صعوبات التعلم ، حيث تمثل حالات صعوبات التعلم تلك الفئة من الأطفال التي لا تعاني من نقص في قدرتها العقلية حيث تتراوح نسبة ذكاء هذه الفئة ما بين 85 - 145 درجة.

كما قد يكون من المناسب التمييز في هذا الصدد بين حالات الإعاقة العقلية من جهة و التي تعاني من نقص واضح في قدرتها العقلية ، بل قد تكون عادية في قدرتها

العقلية ، و من ذلك يفقد ذوي حالات المرض العقلي (الجنون) صلتهم بالواقع و يعيشون في حالة انقطاع عن العالم الواقعي (أمراض جنون العظمة و الاكتئاب و الفصام بأشكاله ، . . . إلخ) (عبيد، 2000، صفحة 24.23).

1-3 تعريف كمال مرسي 1996 :

"يعرف التخلف العقلي تعريف أقرب للشمول حيث يرى أن التخلف العقلي هو " حالة بطئ ملحوظ في النمو العقلي قبل سن الثامنة عشر يتوقف فيها العقل عن اكتمال نموه و تحدث لأسباب وراثية أو بيئية أو وراثية بيئية معا و يستدل عليهما من انخفاض مستوى الذكاء العام بدرجة كبيرة عن المتوسط ، و من سوء التوافق النفسي و الاجتماعي الذي يصاحبهما أو ينتج عنهما".

2- خصائص المتخلفون عقليا:

إن التعرف على السمات و الخصائص العامة للمعوقين عقليا يساعد المربون و الأخصائيون على تقديم أفضل الخدمات النفسية و التربوية و الاجتماعية ، حيث أن الأشخاص المتخلفين عقليا قادرين على التعلم و النمو على أن نموهم و إن كان يوازي نمو الأشخاص غير المتخلفين عقليا إلا أنه يتصف بكونه بطيئا ، و استنادا إلى هذه الحقيقة فإن فلسفة رعاية هؤلاء الأشخاص قد تغيرت في العقود الماضية من الإيواء إلى تطوير البرامج التربوية للأفراد 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 ، و سوف يكون وصفا لخصائص هذه الفئة ، رغم وجود بعض الخصائص المختلفة لكل فئة من فئات المتخلفين عقليا ، و أهم الخصائص هي:

- الخصائص الأكاديمية
- الخصائص اللغوية
- الخصائص العقلية
- الخصائص الجسمية
- الخصائص الشخصية
- الخصائص الاجتماعية و الانفعالية
- الخصائص السلوكية : و التي بدورها تتمثل في التعلم و الانتباه و التذكر و انتقال أثر التعلم (بوسكرة أ.، 2007-2008، صفحة 50).

3- 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 ، و مع ذلك فان 70% من أسباب حالات الإعاقة العقلية غير معروفة حتى الآن ، و ينص بالحديث على 25% من الأسباب المعروفة للإعاقة العقلية فقط .

ويحدث التخلف العقلي في الغالبية العظمى نتيجة لعامل واحد أو تجميع متشابك من العوامل الثلاثة الآتية :

1. 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 .
2. قد يرجع التخلف العقلي إلى عوامل بيئية لا يتوفر فيها للفرد الاستشارة الذهنية الملائمة ، أو لا تتوفر للفرد العلاقات الاجتماعية المناسبة التي تسمح بالنمو نموا ملائما.

3. غير أن العوامل المسببة للإعاقة العقلية سواء المعروفة منها بصورة مؤكدة أو غير معروفة ، تندرج تحت ثلاث عناوين بارزة .

" الوراثة ، البيئة ، أومزيج بين العوامل الوراثية و البيئية معا" (بوحמיד، 1985 ، صفحة 76.75).

4- تصنيف التخلف العقلي :

ان تصنيف التخلف العقلي أمر صعب لا يمكن ارجاعه الى الأسباب المشار اليها فقط، و ذلك لان الموضوع شائك و معقد تتدخل فيه مجموعة من الجوانب ، فالبحوث العلمية المعتمدة عالميا و الدراسات التي اجريت لمعرفة تصنيفه لم تصل الى نتيجة حاسمة و نهائية و انه لا يمكن رسم الحدود الفاصلة بينها بدقة .

4-1 التخلف العقلي العميق :

و تبلغ نسبتهم حوالي 5% من مجموع المتخلفين عقليا و حاصل ذكائهم بين (0 و 25) درجة ، لا تكون للمصاب به لغة ، و لا يتعدى مستواه العقلي 3 سنوات ، لا يستطيع القيام بحاجاته الاساسية مما يجعله في تبعية تامة لمحيطه و يلاحظ عليه نقائص في تكوينه الجسمي تالف المخ يكون كبيرا مع قابلية الاصابة بالامراض .

4-2 التخلف العقلي المتوسط :

و تبلغ نسبتهم حوالي 20% من مجموع المتخلفين عقليا ، و تتراوح نسبة ذكائهم بين (25 و 50/45) درجة ، عمره العقلي في أقصاه بين 7-8 سنوات ، يتعلم اللغة و تكون آلية القراءة و الكتابة دون الفهم ، يستعمل كلمات و جمل بسيطة و يمكن تدريبه على عمل بسيط آلي لا يستدعي المبادرة و التغيير، لا يستطيع التوافق اجتماعيا ، و قد يلاحظ عليه بعض النقائص الاجتماعية .

4-3 التخلف العقلي الخفيف :

تبلغ نسبتهم حوالي 75% من مجموع المتخلفين عقليا ، وتتراوح نسبة ذكائهم بين (50-75/70) درجة ، و يبلغ عمرهم العقلي بين 8-10 سنوات ، يتعلم القراءة و الكتابة و يستطيع هذا الصنف متابعة الدراسة حتى نهاية مرحلة الابتدائي في مدارس خاصة للتعليم المكيف حسب قدراتهم ، عاجزين عن التجريد و التثبيث و توقع نتائج افعالهم ، و بالتالي امكانية الانحراف الاجتماعي ، بإمكانهم الوصول الى الاستقلالية الاقتصادية و الاجتماعية مع القيام بعمل بسيط تحت الرقابة و التوجيه ، و قد تظهر لديهم بعض النقصات الجسمية الطفيفة . (ميموني، 2005، صفحة 196.197).

5- مفهوم متلازمة داون (التريزوميا "21") :

حسب المتفق عليه بمعهد الأستاذ جيرو ملوجان : " هو تشوه خلقي يعود لوجود كروموزوم إضافي حيث يصبح العدد الإجمالي للكروموزومات 47 كروموزوم في كل خلية عوض 46 كروموزوم كما هو الحال عند الشخص العادي ، و يكون هذا الشذوذ على مستوى الكروموزوم (21)".

(Marie, 2005, p. 1)

6- أنواع التريزوميا :

توجد أنواع عديدة من التريزوميا (21) الأكثر انتشارا هي التريزوميا (21) المعيارية (منفصل ، شامل ، متجانس) ، فهي تمثل حوالي % 95 من حالات التريزوميا (21) .

6-1 التريزوميا (21) المعيارية (منفصل ، شامل ، متجانس) :

في هذا النوع من التريزوميا (21) نجد البطاقة الصبغية على الشكل التالي :
 47،XX+(21) هذا في حالة الإناث ، أما في حالة الذكور فالبطاقة الصبغية تكون
 كالآتي : 47،XY+(21)

(Maximy, 1987, p. 201.190)

➤ منفصلة (عكس ملتسقة) :

حيث تكون الصبغيات رقم (21) منفصلة عن بعضها البعض ولو صبغي واحد
 ملتصق (ملتصق بصبغي آخر).

➤ شاملة (عكس جزئي) :

التريزوميا (21) تخص إجمالية الصبغي (21) .

➤ متجانسة (عكس فسيفسائي) :

الصبغي الثالث شوهد في جميع الخلايا التي فحصت بواسطة الميكروسكوب أو كانوا
 محل دراسة صبغية .

و هو النوع الأكثر انتشارا ، و يظهر إثر حدوث خلل في توزيع الكروموزومات أثناء
 الانقسام الخلوي الأول والذي يسمى "La méiose" ، حيث عوض أن يكون الانقسام
 الخلوي متماثلا ، أي عند انقسام الخلية إلى خليتين متماثلتين فيحدث العكس ، واحدة
 تحتوي على ثلاث صبغيات ل(21) صبغي ، و أخرى على صبغي واحد هذا ما
 يجعلها تموت ، أما الخلية الأولى فتقسم ويصبح الجنين حاملا لثلاث كروموزومات
 .(21).

6-2 التريزوميا (21) الفسيفسائية :

يحدث الخطأ الكروموزومي خلال الانقسام الثانوي للخلايا أو الانقسام الثالث ويكون عبارة عن خليتين تحتوي إحداهما على صبغيان للزوج (21) ، و الخلية الأخرى على ثلاث صبغيات للزوج (21) و الخلية الرابعة تحتوي على صبغي واحد و التي سوف تموت حيث الجنين يكون حاملا للخلايا العادية و بها (46) صبغي و خلايا أخرى بها 47 صبغي.

(Rondal, 1997, p. 11) .

6-3 التريزوميا (21) الملتحم :

تكون الكروموزومات مختلفة ، يعني أن جزء من الكروموزومات (21) تتجزأ و تلتحم مع كروموزوم آخر ، مثلا : زوج (21) مع زوج (14) و بالتالي تصبح خلايا الجنين تحتوي على زوج من صبغيات (21) و الصبغي الجديد الملتحم المتكون من جزء من صبغي (21) و (14) ، و منها تنتج خلايا ستحتوي على ثلاث صبغيات للزوج (21) و بالتالي ينشأ تقارن داون و في بعض الأحيان يكون أحد الأبوين حاملا للكروموزوم الملتحم بدون أن يكون مصابا بتقارن داون.

(Ronald, 1986, p. 182).

7- أسباب حدوث التريزوميا (21) :

الأسباب المؤدية للشذوذ الكروموزومي (21) تتمثل في عوامل داخلية و أخرى خارجية و هي كمايلي :

7-1 العوامل الداخلية :

التريزوميا بين مفهوم العدوى و الوراثة : يصبح المرض وراثي عندما ينتقل حسب قوانين وراثية داخل العائلة و عبر عدة أجيال ، بمعنى أكثر تركيزا لا تصبح التريزوميا مرض وراثي إلا في الحالة النادرة للأمهات الحاملات لتريزوميا (21) حيث تمت دراسة ملفات مجموعة مكونة من 100 ولادة ناتجة عن أمهات حاملات لتريزوميا(21) فكانت النتائج كالتالي : 50% ولادة أطفال أسوياء و البقية أطفال حاملين للتريزوميا .(21) .

7-2 العوامل الخارجية :

هناك مجموعة من العوامل قد تؤدي إلى شذوذ في توزيع الكروموزومات مثلا : التعرض للأشعة X التي ينصح المرأة الحامل تجنبها و التي تلحق تشوهات بالجنين أو أثر الفيروسات على نمو مختلف الأورام الخطيرة التي تؤثر على الميكانيزم الوراثي ، و أيضا النقص في الفيتامينات ، كما تدخل الغدة الدرقية في ظهور " التريزوميا (21) " ، فمهما تعددت الأسباب فإن جهودا كبيرة بذلت من أجل البحث في هذه الظاهرة و توصلت إلى التأكد من وجود أنواع تصنف " التريزوميا (21) " حيث هذا الشذوذ يحدث أثناء الانقسامات الخلوية و توزيع الصبغيات في الخلية.

7-3 احتمال أثر من الأم على انجاب طفل حامل للتريزوميا (21):

أكدت الدراسات أن التقدم في سن المرأة يؤثر على إنجاب طفل مصاب ب "التريزوميا (21) ذلك أن التقدم في السن يميل إلى زيادة نسبة حصول اختلالات في الانقسام المتعلق بالخلية الجنسية.

(Rondal, 1997, p. 30.29).

في الحالات العامة خطر ولادة طفل حامل لتريزوميا (21) له علاقة بسن الأم و تتخفف هذه الخطورة في الفترة التي تتراوح ما بين (19) و (27) سنة ترتفع تدريجيا في الإنجاب بعد هذه الفترة و يصبح ذو دلالة بعد 36 سنة و تتوزع النسب حسب الأعمار كمايلي :

جدول رقم (01) : جدول يبين أثر سن الأم على إنجاب طفل حامل لتريزوميا (21):

عمر الأم	نسبة احتمال إنجاب طفل حامل لتريزوميا (21)
أم ذات عمر 20 سنة	2000/1 مولود
أم ذات عمر أقل من 30 سنة	1000/1 مولود
أم ذات عمر 30 سنة	900/1 مولود
أم ذات عمر 35 سنة	400/1 مولود
أم ذات عمر 36 سنة	300/1 مولود
أم ذات عمر 37 سنة	230/1 مولود
أم ذات عمر 38 سنة	180/1 مولود
أم ذات عمر 39 سنة	135/1 مولود
أم ذات عمر 40 سنة	105/1 مولود
أم ذات عمر 42 سنة	60/1 مولود
أم ذات عمر 44 سنة	35/1 مولود
أم ذات عمر 46 سنة	20/1 مولود
أم ذات عمر 48 سنة	2/1 مولود

(باي، 2008، صفحة 8)

8- الوقاية من الاصابة بمتلازمة داون "التريزوميا" (21) :

لا يوجد دواء أو علاج لهذا الشذوذ مباشرة ، فالوقاية منه تبقى أفضل علاج و هي العلاج الوحيد إن صح التعبير .

8-1 الوقاية غير المباشرة :

- من الأفضل أن تتجب الأم أطفالها قبل سن 35 سنة ، فبعد هذا السن هناك احتمال إنجاب طفل مصاب بتريزوميا (21) .

- و إذا أنجبت الأم في سن مبكرة أي في سن المراهقة فيحتمل أن يكون هناك طفل مصاب بتريزوميا (21) .

8-2 الوقاية المباشرة :

1. فحص السائل الأمبوسي :

و هي طريقة و قائية مباشرة تشخص المرض مبكرا حيث يكتشف في الأسبوع الرابع عشر إلى السادس عشر و يتم ذلك باستخراج كمية من السائل الأمنيوتي يحتوي على خلايا من جلد الجنين التي يتم تحليلها مخبريا مما يكتشف وجود أو عدم وجود تقارن داون ، ثم نقترح تطبيق هذه الطريقة على الأولياء الذين لهم أطفال مصابين بهذا المرض الوراثي أو لديهم حالة في العائلة .

((Rondal, 1997, p. 15) .

2. النصائح الجينية :

هذا النوع من الحماية غير متوفرا إلا في المراكز الكبيرة كالمستشفيات ، المراكز الجامعية ، و له أهمية كبيرة في نصح الوالدين بإمكانية ازدياد طفل مصاب ب "

التريزوميا (21) " ، و هو لايطبق إلا على الأولياء الذين لديهم طفل مصاب من قبل بهذا التقارن.

يقوم الفحص الكروموزومي على الوالدين الشابين أو الإخوة الحاملين لهذا المرض و الاستفادة من النصائح الجينية ، فأحد الأبناء لديه كروموزوم ملتحم ينتقل من أحد الأبوين و بالتالي يكون الطفل حامل في المستقبل ل "التريزوميا(21)"

ينصح الأخصائي الجيني الأبوين الشابين الذين لهم طفل مصابب "التريزوميا (21)" إن كان لهما الرغبة في إنجاب طفل آخر القيام بالفحص الجيني.

(Benoît, 2000, p. 52).

9- أهمية الرياضة عند الطفل المصاب بمتلازمة داون"21" :

- زيادة المهارات الإجتماعية .
 - حرية التفاعل في مواقف اللعب مع الآخرين .
 - المساعدة في تنمية مهارات رعاية الذات .
 - توظيف الطاقة الزائدة بشكل إيجابي .
 - تنمية القدرة على إدراك الذات . (فأطفال متلازمة داون غير مدركين بما يكفي بما يفعله جسدهم وكيف يتحرك) .
 - زيادة القدرة على الإنتباه فترات طويلة .
 - زيادة سرعة رد الفعل العكسي .
 - زيادة القدرة على التخطيط و التنظيم .
- تنمية بعض الأهداف البدنية العامة منها :

- إكتساب المهارات الأساسية للحركة حسب مراحل النمو .
- زيادة القدرة البدنية من خلال تنمية الصفات البدنية .
- إكتساب مهارات اللعب الأساسية .
- التدرج في التدريب لتعلم مهارات الألعاب .

10- كيفية توجيه أطفال متلازمة داون إلى الرياضة المناسبة .

- فهم إمكانيات الطفل الإدراكية (مفاهيم - اتجاهات ... إلخ).
- جمع معلومات عن سلوكيات الطفل .
- المنثيرات الحسية التي تؤثر في أدائه .
- معرفة الوقت المناسب من اليوم الذي يؤدي فيه التقييم .
- معرفة مدى قدرها لطفل في رعاية ذاته .
- معرفة مدى وجود إختلاف في أدائه بالمنزل عن التدريب .

(منتدى الجمعية البحرينية لمتلازمة داون و مركز العناية بمتلازمة داون)

11- مميزات وخصائص الأطفال في مرحلة ما بين (10 - 12 سنة) :

ان هذه المرحلة العمرية لهذه الفئة تتميز بعدة خصائص و مميزات تختلف من فرد الى اخر و نذكر منها :

- سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية .
- كثرة الحركة .
- انخفاض التركيز و قلة التوافق .
- صعوبة تعليم نواحي فنية دون سن السابعة .
- ليس هناك هدف معين للنشاط .

- نمو الحركات بإيقاع سريع .
- القدرة على أداء الحركات و لكن بصورتها المبسطة .

يعتبر " ماتينيف " أن الطفل يستطيع في نهاية المرحلة تثبيت كثير من المهارات الحركية الأساسية كالمشي و الوثب و القفز و يزيد النشاط الحركي باستخدام العضلات الكبيرة في الظهر و الرجلين أكبر من العضلات الدقيقة في اليدين و الأصابع .

و في نهاية هذه المرحلة يميل الطفل إلى تعلم المهارات الحركية و يتحسن لديه التوافق العضلي و العصبي نسبيا بين اليدين و العينين و كذلك الإحساس بالاتزان . (يوسف، 1962، صفحة 24.23) .

12- الفروق الفردية بين الأطفال في السن (من 10 - 12 سنة) :

تتميز مرحلة الطفولة المتأخرة بخصائص عامة تتشابه فيها كثير من الأطفال إلى جانب هذه الخصائص العامة نجد فروق فردية شاسعة بين أطفال هذه المرحلة و هي كمايلي :

1-12 الفروق الجسمية :

فمنهم صحيح البدن سليم البنية و منهم البنية سقيم المظهر و منهم الطويل و القصير و منهم السمين و النحيف ، و هذه الفروق يجب أن يراعيها المربي في العملية التربوية.

2-12 الفروق الميزاجية :

فهناك الطفل الهادئ و الوديع و هناك الطفل سريع الانفعال و هناك المنطوي على نفسه و هكذا و لكل من هؤلاء الطريقة التي تناسبه في التعليم .

12-3 الفروق العقلية :

فهناك الطفل الذكي و متوسط الذكاء و الطفل الغبي و علينا أن نسير مع الكل وفق سرعته و بما يناسبه من طرق التدريس .

12-4 الفروق الاجتماعية :

فكل طفل و بيئته الاجتماعية التي يعيش فيها مما لها في درجة ثقافة الوالدين و وسائل معيشتها و العلاقة بالأهل و الجوار و غير ذلك ، مما له تأثير على تفكير الطفل و ثقافته و أنماطه السلوكية . (البسيوني، 1992، صفحة 36).

13- بعض المشكلات التي تعاني منها الفئة في مرحلة الطفولة (10 - 12) سنة :

13-1 عدم ضبط النفس :

يميل الطفل في هذه المرحلة إلى التحكم في انفعالاته و ضبط نفسه و لكن كثير ما نلاحظ ثورة الطفل في هذه المرحلة على بعض الأوضاع القائمة و القوانين الصارمة التي يفرضها عليه الكبار من حولهم ما يجعل الطفل منفعلا و ثائرا غير قادر على التحكم في مشاعره و ضبطها . و تزداد هذه الحالة سواء حتمية يتعمدها هؤلاء الكبار من إخوة و أخوات أو في الآباء و المعلمين و تحدي الطفل و محاولة إجباره على الخضوع لانحناء سلوكه .

13-2 الهروب من المدرسة :

تنتشر ظاهرة الهروب من المدرسة بين عدد من التلاميذ مرحلة الطفولة المتأخرة و قد يكون الهروب من المدرسة كلها أو بعض الحصص فيها و هنا أسباب عدة للهروب لعل أهمها :

- عدم راحة التلميذ في المدرسة .
- عدم إشباع المدرسة لحاجاته و ميوله .
- عدم انسجامه مع المدرسة و كرهه لها .
- كرهه لبعض المدرسين .
- كرهه لمادة جافة لاثثير اهتمامه .
- عدم إحساسه بقيمة المدرسة و مافيهما .

و هناك أسباب أخرى يكون المنزل مسؤولاً عن بعضها فعدم إعطاء الطفل مصر و فهمثلا : يجعله يقارن بينه و بين زملائه فلا يميل الذهاب إلى المدرسة ، و قد يرجع ذلك إلى رداءة ملابسه أو عدم اهتمام أهل الطفل بذهابه إلى المدرسة أو اعتبارها مكان لإبعاده عنهم كي يرتاحون منه إلى غير ذلك من الأسباب التي تجعل الطفل يكره المدرسة و يهرب منها .

13-3 الانطواء على النفس :

قد يعتمد الطفل لهذه المرحلة إلى الانزواء و السلبية بدل العدوان و الفعالية و النشاط ، و وجه الخطر هنا أن الطفل الذي يتسم بطابع الانطواء قد ينال من البيئة التي يعيش فيها القبول و التشجيع على اعتبار الانطواء طاعة و امتثال ، لذلك فإن بذور هذا السلوك حين ما تجد لها متلبيا في هذه المرحلة من النمو يسهل عليها بعد ذلك أن تنمو و تفصح عن نفسها في شخصية غير سوية في المستقبل ، و السلوك الانطوائي يرجع أصلا إلى سوء التكيف بين الطفل و البيئة التي يعيش فيها و عدم كفاية إمكانية البيئة في إشباع الحاجات النفسية للطفل . (البسيوني، 1992، الصفحات 294,295).

خلاصة :

كان هذا الفصل بمثابة الأداة الفعالة في تعريف و تحليل التخلف العقلي و الاصابة بمتلازمة داون "21" بأبعادهما المختلفة سواء تعلق الأمر بالبعد النفسي أو الاجتماعي أو الطبي أو العقلي ، الحركي ، حيث أجريت محاولة لشرح التخلف العقلي لدى المصابين بمتلازمة داون فئة 10-12 سنة من جميع هذه الجوانب و إظهار مختلف التعاريف للهيئات و المنظمات الإنسانية حوله ، و ما ساهمت به هذه الهيئات في مضمار فهم ماهيته ، و تغير وجهة النظر للمتخلف عقليا المصاب بمتلازمة داون و ابراز مكانته في المجتمع ، من خلال القوانين و التشريعات التي تصدر عنها .

و أهم ما توصلت إليه هذه الدراسات هو إنشاء مدارس و مراكز خاصة بتربية و رعاية هذه الفئة لما تعانيه من معوقات حيث أن قدرتها على اكتساب المعارف و المعلومات ضعيفة ، و بالتالي استحالة ضمها إلي المدارس العادية ، هذه القضية تضع لنا إمكانية دراسة الطرق و الوسائل المتبعة في تربيتهم و تسطير البرنامج الرياضي الذي يتماشى مع هذه الفئة.

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

منهجية البحث و

الاجراءات

الميدانية

- تمهيد:

تمثل دراستنا لموضوع تأثير ألعاب الكرة في تنمية القدرات الحركية للمتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون موضوعا مهما في البحث العلمي المرتبط بالنشاط الحركي المكيف لهذه الفئة و إرساء قواعد و أسس جديدة لكيفية تطوير القدرات الحركية للمصابين بمتلازمة داون.

وانطلاقا من دراستنا لموضوع تأثير ألعاب الكرة في تنمية القدرات الحركية للمتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون ، سنحاول إيجاد حل للإشكالية المطروحة سابقا و ذلك بإثبات صحة فرضيات الدراسة أو نفيها ، عن طريق جمع المعلومات النظرية ثم ترتيبها و تصنيفها وقياسها بطريقة علمية ومنهجية من أجل استخلاص النتائج ، و ذلك انطلاقا من ثوابت الموضوع المدروس.

وفي الجانب التطبيقي سنتعرض إلى تحديد مجالات الدراسة و المتمثلة في المجال المكاني و الزمني الذي يتناسب مع موضوع البحث من خلال تحديد عينات الدراسة المناسبة للموضوع ، وذلك بإتباع أسلوب معين أو منهج يتوافق مع هاته الدراسة ، و تحديد الأدوات المناسبة لجمع المعلومات و البيانات الميدانية التي تمس الموضوع و سيتم في هذا الفصل التطرق إلى جميع هاته السبل للوصول إلى نتائج علمية و سليمة و صحيحة لبحثنا هذا.

1. المنهج المتبع في الدراسة :

المنهج يعني مجموعة الأسس والقواعد التي يتبعها الباحث من أجل الوصول إلى الحقيقة. يقول عمار بوحوش "انه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة " (بوحوش، 2001 ، صفحة 137) .

المنهج في البحث العلمي يختلف باختلاف المواضيع ، لذلك توجد أنواع عديدة من المناهج العلمية ، حيث أن طبيعة الدراسة و نوع المشكلة هي التي تحدد المنهج المتبع في الدراسة .

إن الهدف من الدراسة الحالية هو معرفة تأثير ألعاب الكرة في تحسين بعض القدرات الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون فطبيعة هذه الدراسة تبحث في العلاقة السببية بين أكثر من متغير ، وهي علاقة تأثر ورتأثير، و تماشيا مع ذلك فقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي.

1-1. المنهج التجريبي:

انطلاقا من مشكلة الدراسة التي تبحث في معرفة مدى تأثير ألعاب الكرة في تحسين بعض القدرات الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون ، فإن المنهج التجريبي هو أكثر المناهج ملائمة لهذه الدراسة ، يقول محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب "المنهج التجريبي هو منهج البحث الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر" (حسن، 1999، صفحة 217).

كما عرفه صلاح مصطفى الغول " عبارة عن تغيير عمدي و مضبوط للشروط المحددة لحدث ما . مع ملاحظة التغيرات الواقعة في ذلك الحدث و تفسيرها " (دليو، 1999، صفحة 123).

كما أن رغبة الباحث في معرفة تأثير ألعاب الكرة في تحسين بعض القدرات الحركية لهذه الفئة يحتم عليهما إخضاع ذلك للتجريب و التعامل معه بأكثر دقة نظرا لخصائص و مميزات أفراد العينة قيد الدراسة.

2. مجتمع البحث:

تكون مجتمع الدراسة من الأطفال المعاقين ذهنياً المصابين بمتلازمة داون القابلين للتعلم بعدد 21 تلميذ تراوحت نسبة ذكائهم ما بين 55-70 درجة (تخلف ذهني بسيط حسب اختبار جودانوف).

3. عينة الدراسة :

تعتبر العينة من الأدوات الأساسية في البحوث العلمية والهدف الأساسي منها الحصول على معلومات وبيانات على المجتمع الأصلي للبحث . يقول عبد العزيز فهمي " عينة البحث هي معلومات عن عدد الوحدات التي تسحب من المجتمع الأصلي لموضوع الدراسة ، بحيث تكون ممثلة تمثيلاً صادقا " (فهمي، 1994، صفحة 95).

يتكون المجتمع الأصلي للدراسة من 21 طفلاً متخلفاً عقلياً المصابين بمتلازمة داون بحيث تم اختيار 05 أطفال كعينة للدراسة الاستطلاعية و تم استبعادهم من عينة البحث ، و شملت عينة البحث 16 تلميذ وقسمت إلى مجموعتين متجانستين.

3-1. المجموعة التجريبية :

تكونت من 08 أطفال متخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون ، الغرض من توظيفها معرفة مقدار تأثير المتغير التجريبي (ألعاب الكرة) على المتغير التابع أو النتيجة (تحسين بعض القدرات الحركية).

3-2. المجموعة الضابطة :

و تكونت من 08 أطفال متخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون ، الغرض من توظيفها مقارنة مقدار التحسن في القدرات الحركية لدى المجموعة التجريبية التي تخضع للبرنامج المقترح للوحدات التعليمية مع ملاحظة مقدار تحسن القدرات الحركية الأساسية لدى المجموعة الضابطة الغير الخاضعة لهذا البرنامج ، وقمنا بحساب الاعتدالية و تجانس أفراد العينة الأساسية كما هو موضح في الجدولين رقم (01 و 02).

جدول رقم(02).

يوضح المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط و قيم الالتواء في المتغيرات الأساسية لدى إجمالي عينة البحث(ن=16).

الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المعالجة الإحصائية المتغيرات
0.1	11	0.78	11	السنة	العمر
0.9	1.43	0.50	1.40	م	الطول
0.96	46	10.45	46.70	كجم	الوزن
0.89	60	2.88	60.90	الدرجة	الذكاء

يتضح من الجدول رقم (02) أن جميع قيم الالتواء لدى إجمالي عينة البحث ما بين (0.1-0.96+) و هي تنتمي إلى المجال (3±) مما يدل على اعتدالية و تجانس أفراد العينة في المتغيرات الأساسية (العمر ، الطول ، الوزن ، الذكاء).

3-3. تكافؤ مجموعتي البحث:

قبل البدء بتطبيق مجموعة ألعاب الكرة على مجموعة البحث التجريبية لجأنا إلى إجراء عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث لضمان البدء بخط المشروع واحد كما هو مبين في الجدول (03).

القدرات الحركية	وحدة القياس	الظابطة		التجريبية		قيمة (ف) المحسوبة	الدلالة عند 05،0
		ع	س	ع	س		
المرونة	سم	2.89	5.12	2.17	5	1.75	غير دال
التوافق	درجة	0.22	9.5	0.23	10.5	1	غير دال
القدرة	م	0.21	1.20	0.12	1.13	1.25	غير دال
الرشاقة	ثانية	0.62	5.77	0.56	5.73	1.21	غير دال
التوازن	ثانية	0.55	4.76	0.50	5.01	1.2	غير دال

جدول (03)

يبين تجانس مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة في القدرات الحركية قيد الدراسة

يتضح من الجدول أن قيم (ف) المحسوبة (1 إلى 1.75) جاءت اصغر من قيمتها الجدولية البالغة (2) عند مستوي الدلالة (0.05) ودرجة حرية 14 وعليه نقول انه

فرق غير دال و عليه هناك تجانس بين العينتين مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في القدرات الحركية قيد الدراسة.

4. متغيرات الدراسة :

- المتغير المستقل: ألعاب الكرة.
- المتغير التابع: القدرات الحركية.

4-1. الضبط الإجرائي لمتغيرات الدراسة :

إن الدراسة الميدانية تتطلب من الباحث التحكم في كل الظروف المحيطة بالمشكلة بطريقة علمية وذلك بضبط متغيرات الدراسة بدقة ومحاولة عزل و التخلص قدر المستطاع من المتغيرات المخرجة (الدخيلة) ، أي إزالة تأثير أي متغير الذي يمكن أن يؤثر على النتيجة (المتغير التابع) .

يقول محمد حسن علاوي و أسامة كامل راتب " يصعب على الباحث أن يتعرف على المسببات الحقيقية للنتائج بدون ممارسة الباحث لإجراءات الضبط الصحيحة .

(حسن، 1987، صفحة 243) .

يعتبر النشاط البدني الرياضي من الأنشطة التي تغير في سلوك الفرد نتيجة اكتسابه خبرات و قدرات (حركية ، اجتماعية ، معرفية) ، و يتأثر بعوامل عديدة منها السن ، الجنس ، الذكاء ، البيئة و الناحية البدنية و الاجتماعية للفرد . و انطلاقا من هذه الاعتبارات قام الباحثان بضبط متغيرات الدراسة من حيث :

(1) الوسط الاجتماعي:

يعتبر المركز الطبي البيداغوجي لولاية تلمسان الذي يمثل المجتمع الأصلي للدراسة المركز الأقرب و المناسب للدراسة على مستوى الولاية و عليه فقد اختار الباحثان الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون الذين يقيمون بالولاية المتكفل بهم وفقا للنظام نصف داخلي ، و بالتالي فهم في وسط اجتماعي متقارب إلى حد بعيد ، كما اخذ الباحثان بعين الاعتبار عدد السنوات داخل المركز .

(2) السن:

اعتمد الباحثان في اختيار العينة على الأطفال الذين تتراوح أعمارهم ما بين 10 - 12 سنة و قد حرصا على أن تكون كل الفئات العمرية ممثلة في العينة ، أي في كل مجموعة (تجريبية ، ضابطة) و هذه المرحلة السنية تعتبر بمثابة العمر الذهبي في التعلم الحركي .

و تتفق معه عفاف عبد الكريم إذ تقول : " تعتبر هذه المرحلة من أحسن مراحل التعلم الحركي ، و يرجع ذلك إل تشابه مجموعة الخصائص السيكولوجية و الحركية التي يتميز بها الطفل في هذه المرحلة " (عبد، 1998، صفحة 50).

(3) الجنس:

على الرغم من التشابه الكبير بين الجنسين في هذه المرحلة في بعض الخصائص في بداية هذه المرحلة إلا انه عند اقتراب سن 12 سنة ، لاحظ العلماء تفاوتها وبشكل واضح بين الجنسين نذكر منه على الخصوص:

أ - **النمو الجسمي:** أكد حامد عبد السلام زهران " أن نصيب الذكور أكثر من الإناث في النسيج العضلي و يكون نصيب الإناث أكثر من الذكور في الدهن الجسمي.....نلاحظ زيادة الإناث عن الذكور في هذه المرحلة

في كل من الطول و الوزن ، وتبدأ ظهور الخصائص الجنسية الثانوية لدى الإناث قبل الذكور في هذه المرحلة.

ب - **النمو الحركي:** يقوم الذكور باللعب المنظم القوي الذي يحتاج إلى مهارة وتعبير عضلي عنيف بالكرة و الجري و تقوم الإناث باللعب الذي يحتاج إلى تنظيم في الحركات ، كالرقص و الحبل و النط على الحبل" (زهران، 1995 ، صفحة 266).

و بناء على ذلك و من اجل الضبط الإجرائي و التحكم أكثر في المتغيرات التي قد تؤثر على نتائج التجربة ، قام الباحثان بتوزيع الإناث بتساوي بين المجموعتين وطبقا البرنامج المقترح لألعاب الكرة المتمثل في شكل وحدات.

4) الذكاء:

إن عامل الذكاء من الأسس التي يعتمد عليها في تصنيف الأطفال المتخلفون عقليا و هو الأسلوب المعتمد في تصنيف الأطفال المتخلفين عقليا في المركز الطبي البيداغوجي بتلمسان ، لذلك فقد اختار الباحثان الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون و الذين تتراوح نسبة ذكائهم ما بين 55-70 درجة (تخلف ذهني بسيط حسب اختبار جودانوف).

5) الحالة الجسمية_:

لقد ركز الباحثان أثناء اختيار العينة على الأطفال ذوي التخلف العقلي المصابين بمتلازمة داون والذين لا يعانون من أي اضطرابات نفسية أو متعددو الإعاقة وذلك من خلال الإطلاع على الملف الطبي و مقابلة الأطباء ، كما اخذ بعين الاعتبار تجانس افراد العينة من حيث الطول والوزن .

5. المجال المكاني و الزماني والبشري للدراسة:

5-1.المجال البشري:

تلاميذ المركز البيداغوجي للمتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون (ت21) للمستوى الدراسي ما قبل التمدرس و الذي بلغ عددهم 21 تلميذ للعام الدراسي(2015/2016).

5-2.المجال المكاني:

تم اختيار المركز الطبي البيداغوجي للأطفال المتخلفين عقليا بحي ببيروانة بولاية تلمسان كمجال لدراستنا بحيث يحتوى على قاعة رياضية ملائمة من حيث الوسائل البيداغوجية التي نحتاجها في تطبيق الوحدات التعليمية.

2-2-المجال الزمني:

أجريت هذه الدراسة بمركز البيداغوجي للمتخلفين عقليا بولاية تلمسان خلال الموسم الدراسي 2015/2016.

الجانب النظري استغرقت الدراسة حوالي 3 أشهر، وذلك بداية من بداية شهر جانفي

2016 إلى غاية 20 فيفري 2016.

أما الجانب التطبيقي ، فأمتد من 01 مارس تاريخ تحكيم الاختبارات البدنية لقياس القدرات الحركية للمتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون و (06 و 13) مارس تاريخ التأكد من صدق و ثبات الاختبارات و 3 أبريل 2016 تاريخ اجراء الاختبارات القبلية للعينة الضابطة و التجريبية ثم الانطلاق مباشرة في تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة و المحكمة بعد تعديلها بتاريخ 5 أبريل 2016 إلي غاية 4 ماي 2016 تاريخ إنهاء الوحدات التعليمية و 8 ماي تاريخ إجراء الاختبارات البعدية للعينة الضابطة والتجريبية و الانتهاء من تفرغ وتحليل

6. أدوات البحث:

6-1. الاختبارات الميدانية:

بعد الاطلاع على المصادر و الدراسات و البحوث في مجال التربية الحركية و التعلم الحركي قام الباحثان بتحديد القدرات الحركية الأساسية الآتية: (المرونة ، الرشاقة ، القدرة ، التوافق ، التوازن) فضلا عن تحديد اختبارات مقننة لقياس مدى التطور أو التقدم في القدرات الحركية للعينة التي تخضع لبرنامج يحوي مجموعة من الوحدات التعليمية الخاصة بألعاب الكرة (الملحق 01).

6-2. الدراسة الاستطلاعية:

قمنا بإجراء دراسة استطلاعية أولية للمركز الطبي البيداغوجي للأطفال المتخلفين عقليا بحي ببيروانة لولاية تلمسان بتاريخ 04/01/2016 و التي كان الغرض منها ما يلي :

- التعرف على النظام الداخلي للمركز و عدد الأطفال المتخلفين عقليا(المصابين بمتلازمة داون ت 21) وسنهم وتصنيفاتهم .

- التعرف على أفراد العينة قيد الدراسة من خلال الإطلاع على الملفات الإدارية و الطبية و نسبة ذكائهم (تخلف بسيط حسب اختبار ذكاء لجودانوف).
 - الاتصال بالمربين المختصين و الأطباء المتواجدين بهذا المركز قصد إطلاعهم على موضوع الدراسة.
 - اخذ فكرة واضحة على واقع النشاط البدني الرياضي بالمركز من حيث الوسائل و الأجهزة والمساحات و المرافق الرياضية المتوفرة و مدى ملائمتها لموضوع البحث .
 - مما لاشك فيه أن ضمان السير الحسن لأي بحث ميداني لا بد على الباحث القيام بدراسة استطلاعية أساسية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية و التأكد من صلاحية الأداة المستخدمة (الاختبارات البدنية) و الصعوبات التي قد تعترض الباحث و بالاضافة إلى التأكد من صدق وثبات الاختبارات وموضوعيتها فقد أجرينا الاختبارات القبلية لدراسة الاستطلاعية بتاريخ 2016/ 03/06 على عينة من تلاميذ مجتمع الأصل وبعده (05) ومن خارج عينة البحث الأساسية وبعد اسبوع بتاريخ 2016/ 03/13 أعيدت نفس الاختبارات بنفس الشروط و الظروف على نفس العينة.
 - وقد أسفرت هذه التجربة الى تحقيق الأهداف التي وضعت لأجلها و فيما يلي سنتطرق إلى الأسس العلمية للاختبارات التي كانت أول أهداف الدراسة الاستطلاعية.
- 6-2-1. ثبات الاختبارات:**

يعتبر ثبات الاختبار هو شرط أساسي في تقنين الاختبار، و نعني به أن يكون الاختبار على درجة عالية من الدقة و الإتقان في ما وضع لقياسه.

يقصد بثبات الاختبار حسب مروان عبد المجيد إبراهيم " الثبات هو محافظة الاختبار على نتائجه إذا ما أعيد على نفس العينة " (المجيد، 1995 ، ص 193).

و يؤكد محمد صبحي حسانين " الثبات أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد على نفس الأفراد و في نفس الظروف " (حساني، 1987 ، صفحة 107).

و تعتبر طريقة الاختبار - إعادة الاختبار، من أحسن وأكثر الطرق صلاحية في حساب معامل الثبات بالنسبة للاختبارات في المجال الرياضي.

قام الباحثان بإجراء اختبارات استطلاعية أولية على عينة من الأطفال ذوي التخلف العقلي (ذكور ، إناث) المصابين بمتلازمة داون في المركز الطبي التربوي بتلمسان. أجريت الاختبارات على عينة تتكون من 05 تلاميذ (ذكور، إناث) ، استغرقت الاختبارات الاستطلاعية يوم واحد.

و أعيد الاختبار على نفس العينة بعد أسبوع في نفس المكان و بنفس العتاد وتحت نفس الظروف وبنفس الطريقة التي تمت في الاختبارات القبلية .

و بعد أداء الاختبارات قام الباحث بمعالجة النتائج إحصائياً باستخدام معامل الارتباط البسيط الذي يعرف باسم ارتباط بيرسون و ذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية (ن - 2) التي جاءت تحت المعادلة التالية:

$$n \text{ مـج (س} \times \text{ص) - مـج(س) مـج(ص) } \times$$

$$\frac{[n \text{ مـج(س)}^2 - \text{مـج(س} \times \text{ص)}]^2 [n \text{ مـج(ص)}^2 - \text{مـج(ص} \times \text{س)}]^2}{[n \text{ مـج(س} \times \text{ص)} - \text{مـج(س) مـج(ص)}]^2} = R$$

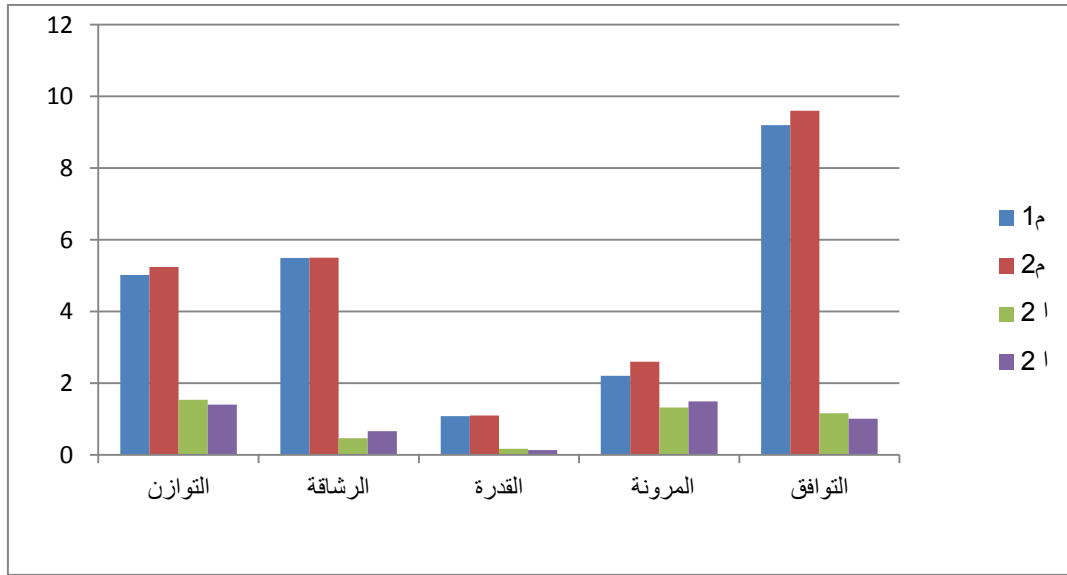
وأقرت المعالجة الإحصائية باستخدام معادلة ارتباط بيرسون إلى النتائج الموضحة في الجدول التالي :

الجدول رقم "04" يبين معاملات الارتباط ودلالاتها لاختبارات القدرات الحركية الأساسية في الاختبار القبلي و البعدي.

مستوي الدلالة	معامل الارتباط	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	اسم الاختبار	نوع الاختبارات
		2ع	2م	1ع	1م			
دال	0.97	1.40	5.24	1.53	5.02	ث	الوقوف على قدم	التوازن الثابت
دال	0.960	0.67	5.50	0.47	5.49	ث	الجري المتعرج بين الأعلام	الرشاقة
دال	0.997	0.13	1.10	0.17	1.08	سم	الوثب العرض من الثبات	القدرة
دال	0.946	1.49	2.60	1.33	1.40	سم	ثني الجذع من الوقوف	المرونة
دال	0.908	1.01	6.90	1.16	9.20	درجة	اختبار رمي و استقبال الكرات	التوافق العصبي العضلي

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) و درجة حرية (ن - 2) = 0.8783

يتضح من الجدول رقم (04) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية كبيرة بين متوسطات الاختبارات القبلية والاختبارات البعدية للاختبارات للقدرات الحركية الأساسية قيد البحث عند مستوى (0.05) حيث جاءت قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية مما يدل على ثبات هذه الاختبارات ويؤكد ذلك قيم معامل الارتباط بين الاختبارات القبلية والبعدية التي تراوحت ما بين (0.908 إلى 0.9997) مما يدل على أن الاختبارات المختارة ذات معاملات ثبات عالي والشكل البياني الآتي يوضح ذلك :



شكل (01) يبين : المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية في القدرات الحركية

بين الاختبار القبلي والاختبار لبعدى للعينة الاستطلاعية.

يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني انه لا توجد فروق جوهرية بين متوسطات وكذلك الانحرافات المعيارية بين الاختبار القبلي والاختبار لبعدى للعينة الاستطلاعية قيد الدراسة ، مما يعني أن هناك ثبات في النتائج المحصل عليها ، مما يساعدنا في معرفة أن الاختبارات التي اخترناها رفقة الخبراء تمكننا من قياس و مقارنة القدرات

الحركية الأساسية بين المجموعة التجريبية التي خضعت للبرنامج التعليمي الخاص بالعباب الكرة و العينة الضابطة الغير خاضعة لهذا البرنامج.

2-2-6. صدق الاختبارات :

يعتبر الصدق أهم شروط الاختبار الجيد ، فالاختبار الصادق هو الذي يقيس ما وضع لأجل قياسه فعلا ، وليس شيء آخر ، يقول احمد العساف صالح " يعد الاختبار صادقا إذا قاس ما اعد لقياسه فقط ، أما إذا اعد لسلوك ما وقاس غيره لا تنطبق عليه صفات الصدق " (العساف، 1989، صفحة 429).

وهناك طرق عديدة لحساب درجة الصدق (الصدق الظاهري ، الصدق التنبؤي ، الصدق التلازمي ، الاتساق الداخلي ، الصدق التمييزي ، الصدق الذاتي ، صدق المحكمين).

استخدم الباحثان الصدق الذاتي بالنسبة لاختبارات القدرات الحركية الأساسية ويعني صدق الدرجات التجريبية بالنسبة لدرجات الحقيقية الخالية من أخطاء الصدفة...فصلة الوثيقة بين الثبات و الصدق من حيث إن ثبات الاختبار يؤسس على ارتباط الدرجات الحقيقية للاختبار بنفسها إذا أعيد على نفس المجموعة من الأفراد و الصدق الذاتي هو الذي يحدد الحد الأعلى لمعامل الصدق الاختبار

(فرحات، 2003 ، صفحة 123).

ويحسب الصدق الذاتي بالمعادلة التالية :

$$r = \sqrt{\text{معامل الثبات}}$$

و تم إيجاد صدق الاختبارات البدنية للقدرات الحركية عن طريق معامل الارتباط للاتساق الداخلي بين كل الاختبارات على عينة قوامها 05 أطفال المصابين بمتلازمة داون .

وأُسفرت النتائج على وجود ارتباطات مقبولة ، وهي موضحة في الجدول التالي :

ت	الاختبارات	معامل الثبات	معامل الصدق
01	الوقوف على قدم واحدة	0.975	0.987
02	الجري المتعرج بين الأعلام	0.960	0.979
03	الوثب العريض من الثبات	0.997	0.998
04	ثني الجذع من الوقوف	0.946	0.972
05	رمي و استقبال الكرة	0.908	0.952

الجدول رقم 05: يبين معاملات الارتباط و الصدق الذاتي للاختبارات

• القيمة الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية (ن-2) = 0.8783.

يتضح من خلال الجدول رقم (05) أن جميع الاختبارات تميزت بالصدق بالإضافة إلى الثبات حيث تراوح معامل الصدق الذاتي بين (0.952 إلى 0.998) ومعامل الثبات ما بين (0.908 إلى 0.9997) وجميع القيم أكبر من القيم الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية ن-2 مما يدل على صدق وثبات هذه الاختبارات.

▪ صدق المحكمين:

فيما يلي سنعرض تقدير المحكمين (الخبراء) في شكل نسب مئوية للاختبارات المرشحة:

أولا/المرونة:					
ت	الاختبارات	عدد الخبراء المناسب	النسبة المئوية%	عدد الخبراء الغير المناسب	النسبة المئوية%
1	ثني الجذع من الوقوف	5	%100	0	%0
2	ثني الجذع من الجلوس	1	%20	4	%80
3	إطالة مد الجذع	0	%0	0	%0

الجدول رقم 06: يبين النسب المئوية لأراء الخبراء حول الاختبار المناسب لقدرة المرونة لدي الأطفال التخلفين عقليا (المصابين بمتلازمة داون ت21).

يتضح من خلال الجدول رقم (06) أن اختبار ثني الجذع من الوقوف هو الاختبار المناسب لهذه الفئة إذ وافق عليه جميع الخبراء بنسبة 100% مما يجعله الاختبار المناسب والصالح للقياس لقدرة المرونة لدي هذه الفئة من الأطفال على عكس الاختبارات الأخرى التي لم تتحصل على موافقة الخبراء مما يجعلها غير مناسبة لقياس ما وضعت لأجله.

ثانيا/الرشاقة:					
ت	الاختبارات	عدد الخبراء المناسب	النسبة المئوية%	الخبراء الغير المناسب	النسبة المئوية%
1	الجري المتعرج بين الأعلام	5	%100	0	%0
2	الجري الدائري	1	%20	4	%80
3	الوثب المتعرج بين القوائم	1	%20	4	%80

الجدول رقم 07: يبين النسب المئوية لأراء الخبراء حول الاختبار المناسب لقدرة الرشاقة لدي الأطفال التخلفين عقليا (المصابين بمتلازمة داون ت21).

يتضح من خلال الجدول رقم (07) أن الجري المتعرج بين القوائم هو الاختبار المناسب لهذه الفئة إذ وافق عليه جميع الخبراء بنسبة 100% مما يجعله الاختبار المناسب والصالح للقياس قدرة الرشاقة لدي هذه الفئة من الأطفال على عكس الاختبارات الأخرى التي لم تحصل على موافقة أغلبية الخبراء مما يجعلها غير مناسبة لقياس ما وضعت لأجله.

ثالثا/التوازن:					
ت	الاختبارات	عدد الخبراء المناسب	النسبة المئوية %	عدد الخبراء الغير المناسب	النسبة المئوية %
1	الوقوف على رجل واحدة مع وضع اليدين على الخصر (التوازن الثابت) .	5	100%	0	0%
2	المشي على لوح التوازن (التوازن المتحرك).	0	0%	0	0%
3	الوقوف مع مد اليدين إلى الامام وثني الرجل.	0	0%	0	0%

الجدول رقم 08: يبين النسب المئوية لأراء الخبراء حول الاختبار المناسب لقدرة التوازن لدي الأطفال المتخلفين عقليا (المصابين بمتلازمة داون ت 21).

يتضح من خلال الجدول رقم (08) أن الوقوف على رجل واحدة مع وضع اليدين على الخصر لقياس التوازن الثابت هو الاختبار المناسب لهذه الفئة إذ وافق عليه جميع الخبراء بنسبة 100% مما يجعله الاختبار المناسب و الصالح للقياس قدرة

التوازن الثابت لدي هذه الفئة من الأطفال على عكس الاختبارات الأخرى التي لم تتحصل على موافقة الخبراء مما يجعلها غير مناسبة لقياس ما وضعت لأجله .

رابعا/القدرة العضلية:					
ت	الاختبارات	عدد الخبراء المناسب	النسبة المئوية %	عدد الخبراء الغير المناسب	النسبة المئوية %
1	الوثب العريض من الثبات (الأطراف السفلية).	5	%100	0	%0
2	رمي كرة تنس لأبعد مسافة (الأطراف العلوية).	2	%40	3	%60
3	ثني الجذع أماما من الجلوس.	0	%0	0	%0

الجدول رقم 09: يبين النسب المئوية لأراء الخبراء حول الاختبار المناسب للقدرة العضلية لدي الأطفال التخلفين عقليا (المصابين بمتلازمة داون ت 21).

يتضح من خلال الجدول رقم (08) أن الوثب العريض من الثبات لقياس القدرة العضلية الأطراف السفلية هو الاختبار المناسب لهذه الفئة إذ وافق عليه جميع الخبراء بنسبة 100% مما يجعله الاختبار المناسب والصالح للقياس للقدرة العضلية لدي هذه الفئة من الأطفال على عكس الاختبارات الأخرى التي لم تتحصل على موافقة أغلبية الخبراء مما يجعلها غير مناسبة لقياس ما وضعت لأجله كاختبار رمي كرة تنس لأبعد مسافة لقياس القدرة العضلية للأطراف العلوية الذي تحصل على نسبة موافقة 40% و هذه نسبة ضعيفة لا تمكننا من تطبيق هذا الاختبار على أفراد العينة و بالإضافة

لاختبار ثني الجذع أماما من الجلوس (قدرة عضلات البطن) لم يتحصل على موافقة الخبراء مما يجعله غير مناسب لقياس ما وضعت لأجله .

خامسا/التوافق العصبي العضلي:					
ت	الاختبارات	عدد الخبراء المناسب	النسبة المئوية %	عدد الخبراء الغير المناسب	النسبة المئوية %
1	رمي الكرة و استقبالها (توافق الذراعين و العين).	5	%100	0	%0
2	النت بالحبل .	0	%0	0	%0
3	التصويب بيد على الدوائر المتداخلة	1	%20	4	%80
4	التصويب بيد على المربعات المتداخلة	0	%0	0	%0
5	تمرير كرة بالقدم على الهدف بالحائط	1	%20	4	%80

الجدول رقم 10: يبين النسب المئوية لأراء الخبراء حول الاختبار المناسب للقدرة التوافق

العصبي العضلي لدي الأطفال التخلفين عقليا (المصابين بمتلازمة داون ت 21).

يتضح من خلال الجدول رقم (10) أن رمي الكرة و استقبالها هو الاختبار المناسب لقياس القدرة على التوافق العصبي العضلي لهذه الفئة إذ وافق عليه جميع الخبراء بنسبة 100% مما يجعله الاختبار المناسب والصالح للقياس التوافق لذي هذه الفئة من الأطفال على عكس الاختبارات الأخرى التي لم تتحصل على موافقة أغلبية

الخبراء مما يجعلها غير مناسبة لقياس ما وضعت لأجله كاختبار تمرير كرة القدم على الهدف نحو الحائط لقياس توافق الرجل و العين الذي تحصل على نسبة موافقة 20% و هذه نسبة ضعيفة لا تمكنا من تطبيق هذا الاختبار على أفراد العينة و بالإضافة لاختبار التصويب بيد على الدوائر المتداخلة تحصل على نسبة 20% و هي نسبة ضعيفة جدا اما اختبار النط بالحبل و اختبار التصويب بيد على المربعات المتداخلة لم يحصلوا على موافقة الخبراء، مما يجعل هذه الاختبارات غير مناسبة لقياس ما وضعت لأجله ما عدي اختبار رمي الكرة واستقبالها فهو .

ومن خلال هذه الدراسة الاستطلاعية يمكن استخلاص أن الاختبارات التي هي قيد التطبيق في هذه الدراسة تتوفر فيها شرطين علميين أساسيين، مما يجعلها مناسبة وصالحة لقياس ما وضعت لأجله.

6-2-3، موضوعية الاختبارات:

تعتبر الموضوعية احد أشكال الثبات فهي من العوامل المؤثرة على ثبات الاختبار ، خاصة في الاختبارات التي تعتمد على تقدير المحكمين (الفاحصين) فقد أشارت ليلي السيد فرحات "ففي المجال الرياضي لا بد من إيضاح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار من حيث إجراءاته و إدارته وتسجيل النتائج . ونجد ذلك عند قيام مجموعة من المحكمين بقياس الأداء لمجموعة من الأفراد وسجلوا نفس النتائج ، وبمعنى آخر الموضوعية هي اتفاق بين حكمين عند قياس فرد في النتائج و ذلك باستخدام معامل الارتباط بين النتائج " (فرحات، 2001، صفحة 169).

ويتفق معها محمد صبحي حسانين إذ يقول " أي أن الفرد يحصل على نفس الدرجة على الاختبار ولو اختلف المحكمين " (صبحي، 1995، صفحة 194).

أما محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب يقصد بالموضوعية حسبهما " الموضوعية تعني تحرر الباحث من التحيز ، وان يتصف الباحث بصفات العالم المدقق للحقائق ، المتحمس لمعرفة الأسباب الفعلية للنتائج " (حسن، 1999، صفحة 218).
 إن مجموعة الاختبارات المستخدمة في الدراسة سهلة ومفهومة واضحة للفاحص، وتتوفر على إجراءات ومواصفات تسمح بتسجيل النتائج وفقا لذلك ، كما أن الباحثان بنفسهما اشرفا على الاختبارات مما يجعلها تتميز بصفة الموضوعية .
 ومن خلال هذه الدراسة الاستطلاعية يمكن استخلاص أن الاختبارات التي هي قيد التطبيق في هذه الدراسة تتوفر فيها الشروط العلمية للاختبار ، مما يجعلها مناسبة وصالحة لقياس ما وضعت لأجله .

7. الوحدات التعليمية المقترح :

قام الباحثان بإعداد وحدات تعليمية في النشاط البدني الرياضي المكيف المتعلقة بألعاب الكرة انطلاقا من نتائج الدراسات السابقة والتي خلصت إلى إن المراكز الطبية البيداغوجية المتكفلة بتربية ورعاية الأطفال المتخلفون عقليا تفتقر إلى برامج في الأنشطة الرياضية المكيفة حسب نوع الإعاقات و شدتها أو اخضاع الطفل المعاق إلى برامج رياضية للأطفال الأسوياء، ومن جهة أخرى وبعد الإطلاع على المراجع و الدراسات و المناهج لذوي الاحتياجات الخاصة، توصل الباحثان إلى ضرورة تصميم وحدات تعليمية مكيفة حسب نوع الإعاقة لهذه الفئة التي هي قيد الدراسة لتحسين بعض القدرات الحركية الأساسية (التوازن،المرونة،الرشاقة، القدرة العضلية ، التوافق العصبي العضلي).

7-1. خطوات إعداد الوحدات التعليمية: تم إعداد هذا البرنامج بعد الإطلاع على عدد كبير من المراجع و المصادر المختصة في البرامج التعليمية و التربوية الأطفال

المتخلفين عقليا ، و على مجموعة من الدراسات و البحوث في سيكولوجية وبرامج المتخلفين عقليا ومن خلال المقابلات الشخصية مع الخبراء المختصين العاملين في المراكز البيداغوجية في مجال التربية الخاصة و التأهيل للمعاقين بهدف الاستفادة مما ورد في تخطيط وبناء هذا البرنامج .

وقد سمحت لنا هذه الدراسات بمعرفة كافية للقدرات الحركية التي تعاني منها هذه الفئة و كذا معرفة اهتماماتها واستعداداتها واحتياجاتها، و التي استندنا عليها في هذا البرنامج.

وبعد ذلك قام الباحثان بعرض الوحدات التعليمية المقترحة على هيئة من المحكمين والخبراء المختصين في النشاط الحركي المكيف للمعاقين بمعهد التربية البدنية و الرياضية لمستغانم و ذلك باستخدام استمارة استطلاع آراء المحكمين.

(الملحق رقم 3).

8. إجراءات البحث الميدانية:

8-1. الاختبارات القبليّة_:

أجرى الباحثان الاختبارات القبليّة قيد البحث بتاريخ 2016/04/03 للمجموعتين الضابطة و التجريبية في القاعة الرياضية للمركز البيداغوجي للمتخلفين عقليا.

8-2. تنفيذ الوحدات التعليمية لألعاب الكرة:

- قام الباحثان بوضع برنامج لألعاب الكرة لتحسين القدرات الحركية (الملحق 2).

- عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع (3) و يبلغ العدد الكلي للوحدات (14) وحدة تعليمية

- استغرقت المدة الزمنية لتنفيذ برنامج ألعاب الكرة (5) أسابيع.

- زمن كل وحدة تعليمية 45 دقيقة.

-تتكون كل وحدة تعليمية من ثلاثة أقسام هي:

1. القسم التحضيري و مدته 10 دقائق.

2. القسم الرئيسي و مدته 30 دقيقة يتضمن:

أ. القسم التعليمي (في الغالب 10د للشرح).

ب. القسم التطبيقي (في الغالب 20 د).

3. القسم الختامي و مدته 5دقائق.

- و صف أداء المجموعة التجريبية: تقوم المجموعة التجريبية حسب الأيام المخصصة لها بأداء الوحدات التعليمية وفق الخطوات الآتية:

- تبدأ الوحدة بشرح جد بسيط للهدف الإجرائي.

- إعطاء تمرينات للإحماء العام لتهيئة الأجهزة الوظيفية للجسم مع مراعاة عدم الوصول إلى مرحلة التعب من خلال جس النبض و ملاحظة علامات التعب (التعرق الشديد).

- يقوم الباحثان بشرح مجموعة الألعاب في الجزء التعليمي (فترة الراحة) من مرحلة الانجاز والتي سوف يتم تطبيقها خلال الوحدة التعليمية وحسب هدف الوحدة التعليمية.

- يقوم أفراد المجموعة التجريبية بأداء مجموعة الألعاب بالكرة في الجزء التطبيقي بشدة متوسطة (ملاحظة ملامح الوجه و جس النبض).

-يشرف الباحثان على عمل أفراد المجموعة التجريبية بشدة متوسطة و تقديم المساعدة عند الحاجة وتصحيح الأخطاء.

- تنتهي الوحدة التعليمية بتمارين التهدئة في المرحلة التقييمية (جس نبض القلب).

3-8.الاختبارات البعدية : بعد اكمال (14) وحدة تعليمية في مدة (05) أسابيع أجرينا الاختبارات البعدية علي مجموعتي البحث و بظروف و أحوال نفسها التي كانت عليها الاختبارات القبلية إذ أجريت الاختبارات البعدية بتاريخ 08/05/2016.

9. الوسائل الإحصائية المستعملة:

• النسب المئوية: لمعرفة نسبة أفراد العينة الذين عبروا عن الاختبارات الخاصة بميدان البحث.

• اختبار ستودنت بهدف المقارنة بين أفراد العينة.

• ارتباط بيرسن لدراسة العلاقة بين الاختبارات القبلية و البعدية للدراسة الاستطلاعية.

• معامل الالتواء لتأكد من الاعتدالية.

• اختبار هارتلي لتأكد من التجانس.

- الخلاصة:

قد استعرضنا في هذا الفصل منهجية البحث و إجراءاته الميدانية و ارتكزنا على ذلك المعاينة الميدانية للمشكلة ثم بعد ذلك قمنا بدراسة استطلاعية للمشكلة بغرض تطبيق الأسس العلمية للاختبارات بالإضافة إلى ضبط متغيرات البحث وعينة و مجتمع البحث تحديد الوسائل الإحصائية و الوسائل المساعدة و الاختبارات القبليّة و البعدية بهدف الوصول إلى كشف الحقيقة عن طريق الدراسة الأساسية.

الفصل الثاني

عرض و تحليل و

مناقشة النتائج

- عرض النتائج و مناقشتها:

✓ أولاً: عرض و تحليل النتائج

(1) توزيع أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي لقدرة المرونة:

المجموعة	اختبار المرونة (سم)	العدد	الالتواء	التباين	المتوسط الحسابي (X)	الانحراف المعياري (S)	التجانس	T المحسوبة (Tc)	الدلالة عند 05,0
التجريبية	القبلي (1)	8	0.68	4.75	5	2.17	1.31	3.87	دال
	البعدي (2)	8	0.98	3.60	7.12	1.89			

جدول رقم (11)

يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة المرونة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

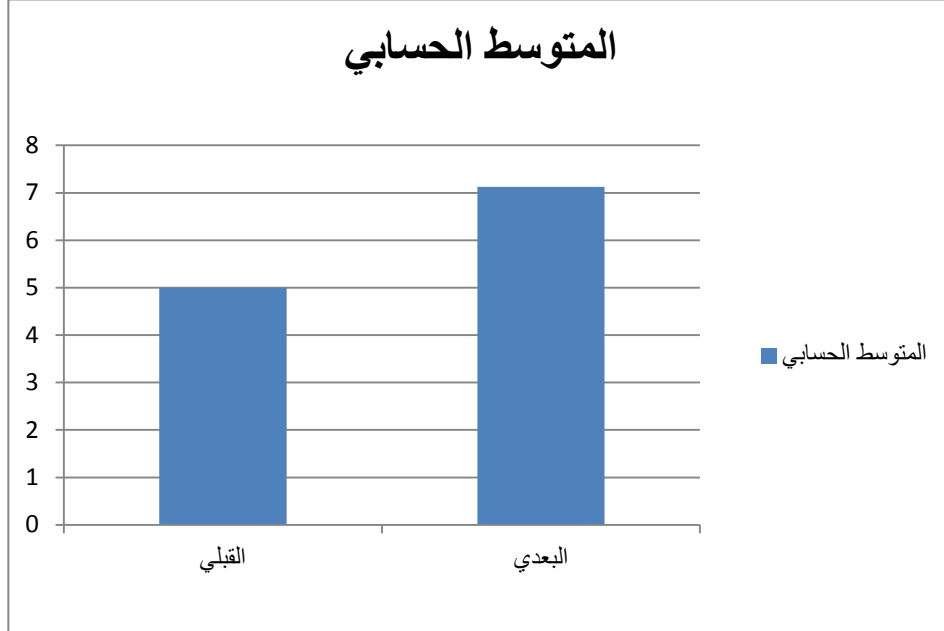
• تحليل ومناقشة النتائج:

$$\text{درجة الحرية} = n - 1 = 8 - 1 = 7.$$

$$Tt \text{ الجدولية} = 1.89.$$

تشير نتائج الجدول رقم (11) الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة المرونة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ ودرجة الحرية 7 بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية تعزي إلى قدرة المرونة ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة

3.87 وهي اكبر بكثير من قيمة (ت) الجدولية 1.89 اي $T_c > T_t$ والشكل البياني الآتي يوضح ذلك :



شكل رقم (02) يبين : مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة المرونة

للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي لقدرة المرونة و لصالح الاختبار البعدي ، مما يعني حدوث تقدم في نمو احدي القدرات الحركية قيد الدراسة.

* و من هنا نستنتج أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي أعلى من المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي ، و بالتالي فان وحدات التعليمية لألعاب الكرة المقترحة لها تأثير ايجابي في نمو و تحسين المرونة لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون قيد الدراسة .

(2) توزيع أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي لقدرة التوافق العصبي العضلي:

المجموعة التجريبية	اختبار التوافق (الدرجة)	العدد	الالتواء	التباين	المتوسط الحسابي (X)	الانحراف المعياري (S)	التجانس	T المحسوبة (Tc)	الدلالة عند 05,0
	القبلي (1)	8	-1.22	1.5	10.5	1.22	1.2	2.64	دال
	البعدي (2)	8	-1.34	1.25	11.5	1.11			

جدول رقم (12)

يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوافق العصبي العضلي للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

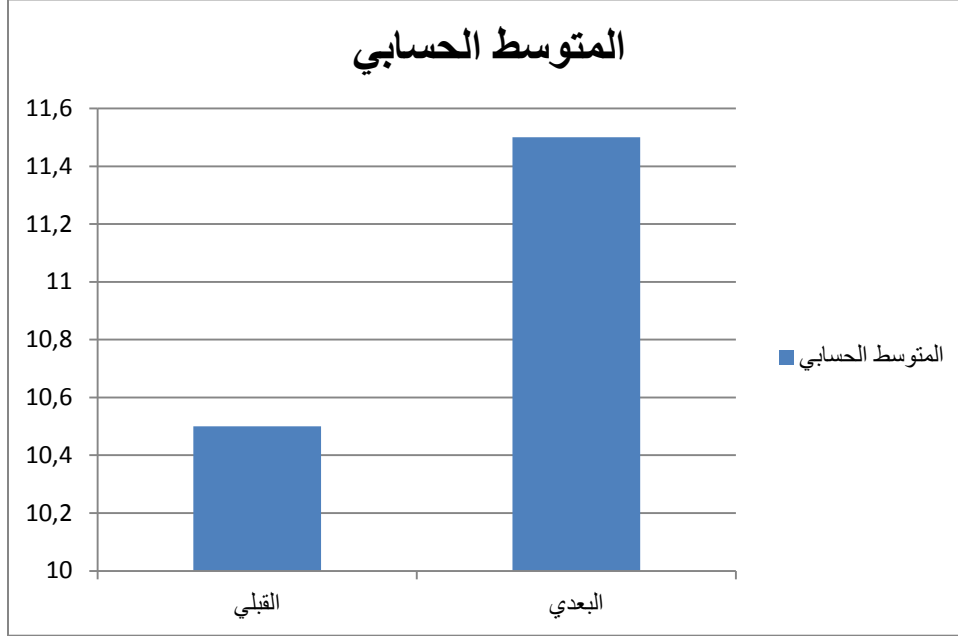
• تحليل ومناقشة النتائج:

درجة الحرية = $n - 1 = 8 - 1 = 7$.

Tt الجدولية = 1.89 .

تشير نتائج الجدول رقم (12) الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة المرنة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ و درجة الحرية 7 بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية تعزي إلى قدرة المرنة ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة

2.64 و هي اكبر من قيمة (ت) الجدولية 1.89 اي $T_c > T_t$ والشكل البياني الآتي يوضح ذلك :



شكل رقم (03) يبين : مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوافق العصبي العضلي

للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي لقدرة التوافق العصبي العضلي و لصالح الاختبار البعدي ، مما يعني حدوث تقدم في نمو احدي القدرات الحركية قيد الدراسة.

* و من هنا نستنتج أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي أعلى من المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي ، وبالتالي فان وحدات التعليمية لألعاب الكرة المقترحة لها تأثير ايجابي في نمو و تحسين قدرة التوافق لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون قيد الدراسة .

(3) توزيع أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي لقدرة العضلية:

المجموعة التجريبية	اختبار القدرة العضلية (م)	العدد	الالتواء	التباين	المتوسط الحسابي (X)	الانحراف المعياري (S)	التجانس	T المحسوبة (Tc)	الدلالة عند 05,0
	القبلي (1)	8	1.2	0.01	1.13	0.12	1.28	4.87	دال
	البعدي (2)	8	0.5	0.02	1.35	0.13			

جدول رقم (13)

يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في القدرة العضلية للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

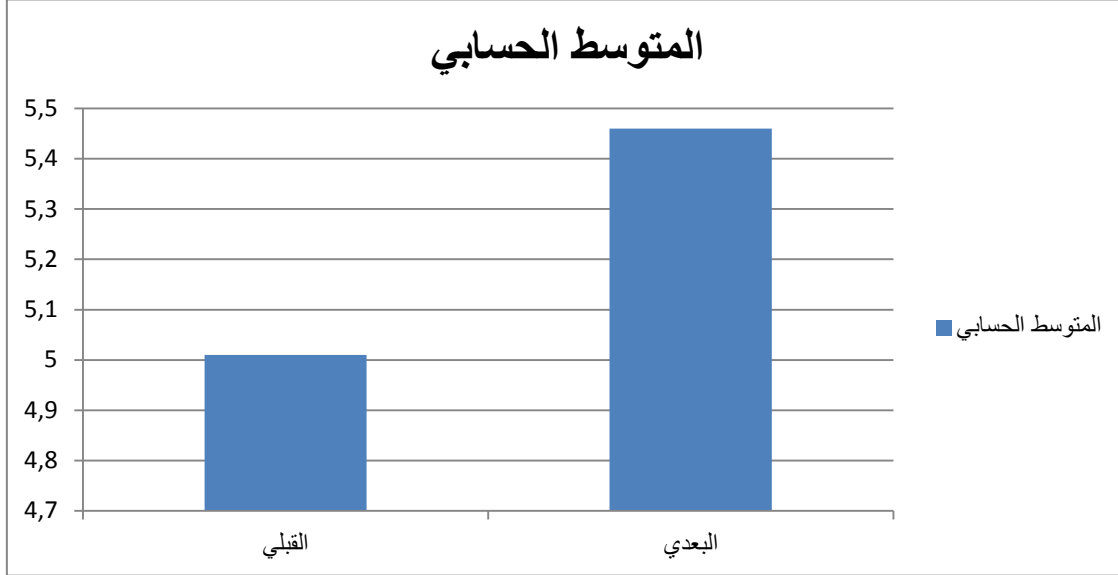
• تحليل و مناقشة النتائج:

$$\text{درجة الحرية} = n - 1 = 8 - 1 = 7.$$

$$Tt \text{ الجدولية} = 1.89 .$$

تشير نتائج الجدول رقم (13) الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية في القدرة العضلية للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ و درجة الحرية 7 بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية تعزي إلى القدرة العضلية ، حيث بلغت قيمة (ت)

المحسوبة 4.87 وهي اكبر بكثير من قيمة (ت) الجدولية 1.89 اي $T_c > T_t$ والشكل البياني الآتي يوضح ذلك :



شكل رقم (04) يبين : مستوى دلالة الفروق الإحصائية في القدرة العضلية

للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي للقدرة العضلية ولصالح الاختبار البعدي ، مما يعني حدوث تقدم في نمو احدي القدرات الحركية قيد الدراسة.

* ومن هنا نستنتج أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي أعلى من المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي ، وبالتالي فان وحدات التعليمية لألعاب الكرة المقترحة لها تأثير ايجابي في نمو و تحسين القدرة العضلية لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون قيد الدراسة .

(4) توزيع أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي لقدرة الرشاقة:

المجموعة	اختبار	العدد	الالتواء	التباين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التجانس	T	الدلالة
التجريبية	القبلي (1)	8	0.60	0.32	5.73	0.56	1.45	المحسوبة (Tc)	عند 0.05
	البعدي (2)	8	0.34	0.22	5.32	0.47			دال

جدول رقم (14)

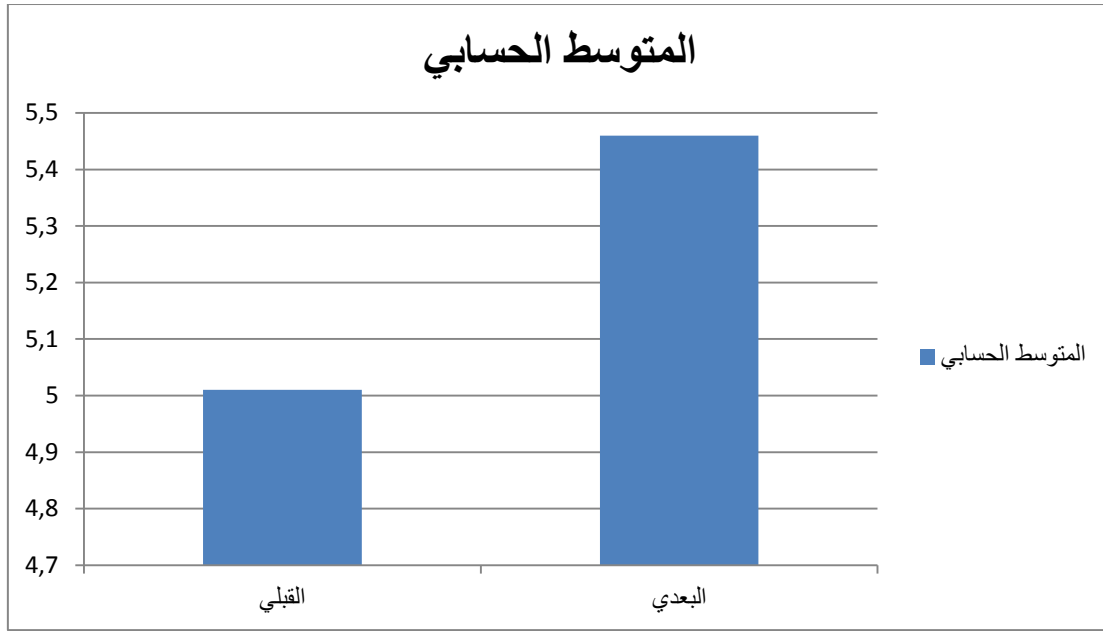
يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة الرشاقة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

• تحليل ومناقشة النتائج:

درجة الحرية = $n - 1 = 8 - 1 = 7$.

Tt الجدولية = 1.89 .

تشير نتائج الجدول رقم (14) الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي لقدرة الرشاقة إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ ودرجة الحرية 7 بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية تعزي إلى الرشاقة ،حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة 5.74 وهي اكبر بكثير من قيمة (ت) الجدولية 1.89 اي $T_c > T_t$ والشكل البياني الآتي يوضح ذلك :



شكل رقم (05) يبين : مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة الرشاقة

للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي للرشاقة و لصالح الاختبار البعدي ، مما يعني حدوث تقدم في نمو احدي القدرات الحركية(الرشاقة) قيد الدراسة.

* و من هنا نستنتج أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي أقل من المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي كون انه متعلق بمتغير الزمن بدلالة المسافة ، وبالتالي فان وحدات التعليمية لألعاب الكرة المقترحة لها تأثير ايجابي في تحسين قدرة الرشاقة لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون قيد الدراسة .

(5) توزيع أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي لقدرة التوازن:

المجموعة	اختبار التوازن (ثانية)	العدد	الالتواء	التباين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التجانس	T المحسوبة (Tc)	الدلالة عند
التجريبية	القبلي (1)	8	0.84	0.25	5.01	0.50	1.38	4.9	05,0
	البعدي (2)	8	-1.0	0.18	5.46	0.42			دال

جدول رقم (15)

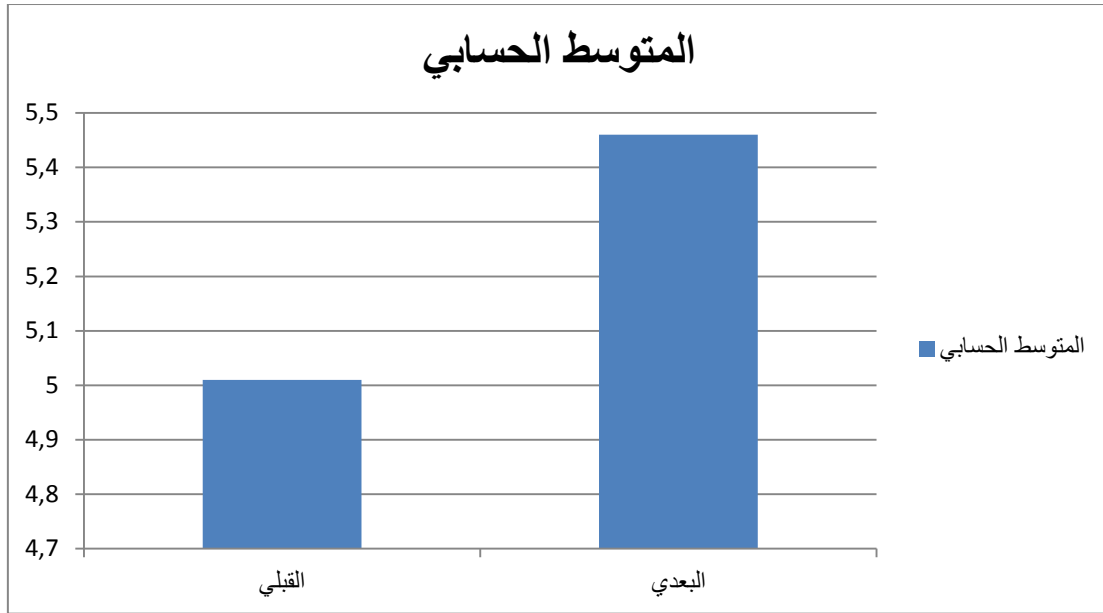
يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوازن للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

• تحليل ومناقشة النتائج:

$$\text{درجة الحرية} = n - 1 = 8 - 1 = 7.$$

$$T_t \text{ الجدولية} = 1.89.$$

تشير نتائج الجدول رقم (15) الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي لقدرة التوازن إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ ودرجة الحرية 7 بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية تعزي إلى قدرة التوازن ،حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة 4.9وهي اكبر بكثير من قيمة (ت) الجدولية 1.89 اي $T_c > T_t$ والشكل البياني الآتي يوضح ذلك :



شكل رقم (06) يبين : مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوازن

للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي للتوازن و لصالح الاختبار البعدي ، مما يعني حدوث تقدم في نمو احدي القدرات الحركية(التوازن) قيد الدراسة.

* و من هنا نستنتج أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي أكبر من المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي كون انه متعلق بالزمن التوازن ، و بالتالي فان وحدات التعليمية لألعاب الكرة المقترحة لها تأثير ايجابي في تحسين قدرة التوازن لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون قيد الدراسة .

(6) توزيع أفراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لقدرة المرونة:

الاختبار البعدي للمرونة	العينة	العدد	الالتواء	التباين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التجانس	T المحسوبة	الدلالة عند
	(1)	8	0.67	5	(X)	(S)		(Tc)	0.05
الضابطة	(1)	8	0.67	5	5	2.23	1.36	1.92	دال
التجريبية	(2)	8	0.98	3.60	7.13	1.89			

جدول رقم (16)

يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة المرونة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي.

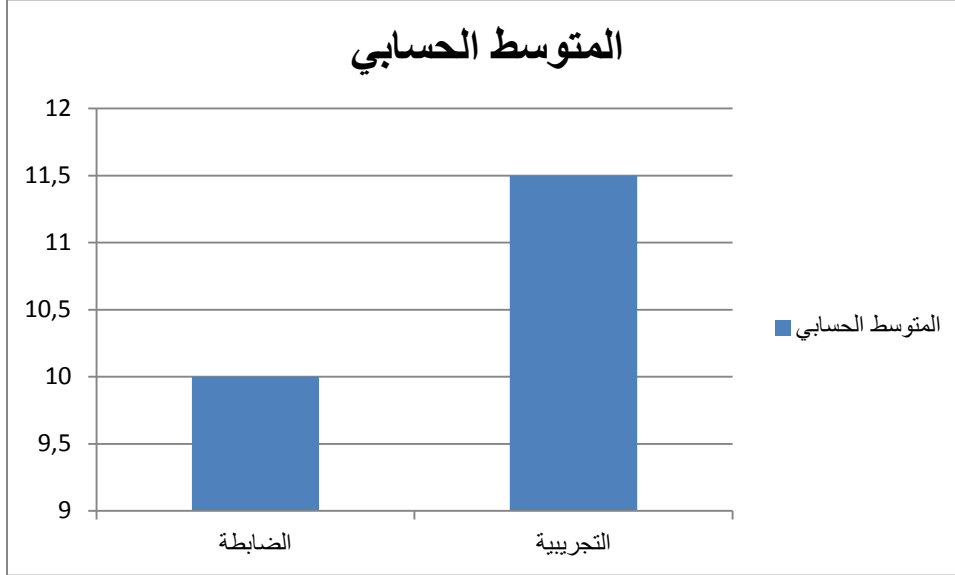
• تحليل ومناقشة النتائج:

$$\text{درجة الحرية} = 2 - 2 = 2 - 16 = 14.$$

$$Tt \text{ الجدولية} = 1.76 .$$

تشير نتائج الجدول رقم (16) الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة المرونة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ ودرجة الحرية 14 بين المجموعة الضابطة و التجريبية تعزي إلى قدرة المرونة في الاختبار البعدي ،حيث بلغت قيمة

(ت) المحسوبة 1.92 وهي اكبر بكثير من قيمة (ت) الجدولية 1.76 أي $T_c > T_t$ و الشكل البياني الآتي يوضح ذلك :



شكل رقم (07) يبين : مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة المرونة

بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي.

يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لقدرة المرونة حيث أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أعلى من المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة ، مما يعني حدوث تقدم في المرونة من خلال التجربة الميدانية حيث تشير النتائج الى وجود فروق ذات دلالة احصائية و لصالح المجموعة التجريبية.

* و من هنا نستنتج أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أكبر من المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي ، وبالتالي فان وحدات التعليمية لألعاب الكرة المقترحة لها تأثير ايجابي في تحسين قدرة المرونة لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون قيد الدراسة .

(7) توزيع أفراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لقدرة التوافق

العصبي العضلي:

الاختبار البعدي للتوافق العصبي العضلي	العينة	العدد	الالتواء	التباين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التجانس	T المحسوبة	الدلالة عند
					(X)	(S)		(Tc)	0.05
الضابطة (1)	8	-1.22	1.5	10	1.22	1.2	2.39	دال	
التجريبية (2)	8	-1.34	1.25	11.5	1.12				

جدول رقم (17)

يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوافق العصبي العضلي بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي.

• تحليل ومناقشة النتائج:

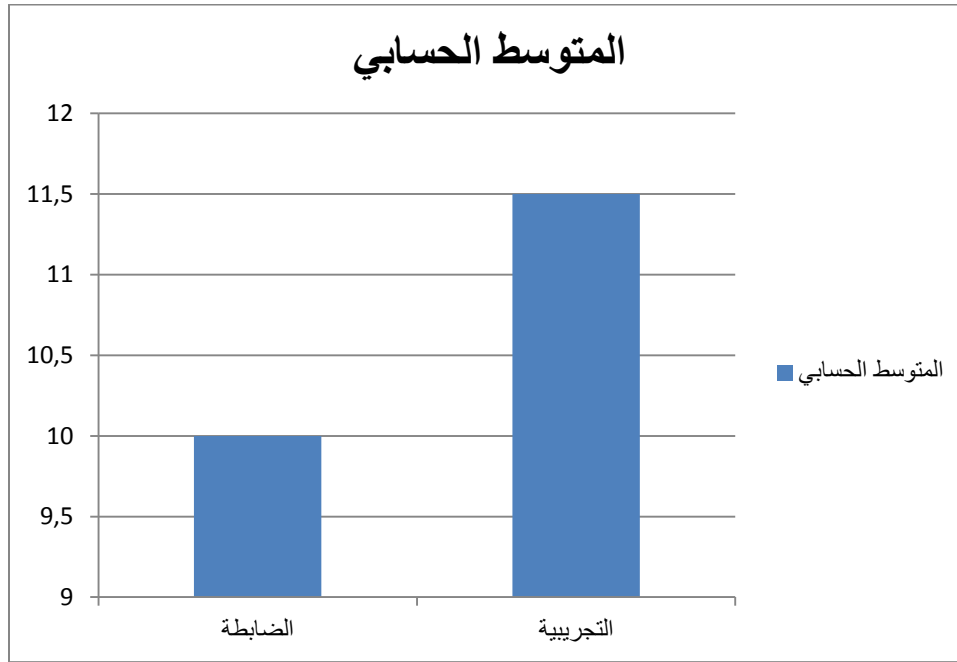
$$\text{درجة الحرية} = 2 - 2 = 2 - 16 = 14.$$

$$Tt \text{ الجدولية} = 1.76 .$$

تشير نتائج الجدول رقم (17) الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوافق العصبي العضلي بين المجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ و درجة الحرية 14 بين

المجموعة الضابطة و التجريبية تعزي إلى قدرة التوافق في الاختبار البعدي ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة 2.39 وهي اكبر بكثير من قيمة (ت) الجدولية 1.76 أي

$T_c > T_t$ والشكل البياني الأتي يوضح ذلك :



شكل رقم (08) يبين : مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوافق العصبي العضلي

بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي.

يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني أن هناك فروق جوهريّة بين متوسطات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لقدرة اتوافق العصبي العضلي حيث أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أعلى من المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة ، مما يعني حدوث تقدم في اتوافق العصبي العضلي من خلال التجربة الميدانية حيث تشير النتائج الى وجود فروق ذات دلالة احصائية و لصالح المجموعة التجريبية.

* ومن هنا نستنتج أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أكبر من المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي ، وبالتالي فإن وحدات التعليمية لألعاب الكرة المقترحة لها تأثير ايجابي في تحسين قدرة التوافق لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون قيد الدراسة .

(8) توزيع أفراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لقدرة العضلية:

الاختبار البعدي	العينة	العدد	الالتواء	التباين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التجانس	T المحسوبة	الدلالة عند
					(X)	(S)		(Tc)	0.05
للقدرة العضلية	الضابطة (1)	8	0.36	0.01	1.16	0.11	1.28	2.72	غير دالة
	التجريبية (2)	8	0.49	0.02	1.35	0.16			

جدول رقم (18)

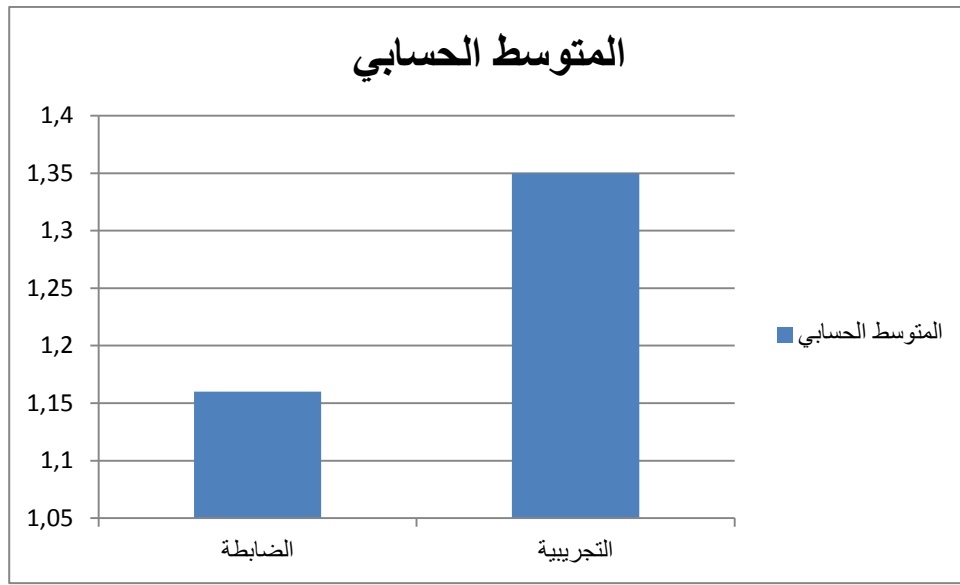
يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في القدرة العضلية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي.

• تحليل ومناقشة النتائج:

$$\text{درجة الحرية} = 2 - 2 = 2 - 16 = 14.$$

$$Tt \text{ الجدولية} = 1.76 .$$

تشير نتائج الجدول رقم (18) الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة العضلية بين المجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ و درجة الحرية 14 بين المجموعة الضابطة و التجريبية تعزي إلى القدرة العضلية في الاختبار البعدي ،حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة 2.72 وهي اكبر بكثير من قيمة (ت) الجدولية 1.76 أي $T_c > T_t$ و الشكل البياني الآتي يوضح ذلك :



شكل رقم (09) يبين : مستوى دلالة الفروق الإحصائية في القدرة العضلية

بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي.

يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لقدرة العضلية حيث أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أعلى من المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة ، مما يعني حدوث تقدم في القدرة العضلية من خلال التجربة الميدانية حيث تشير النتائج الى وجود فروق ذات دلالة احصائية و لصالح المجموعة التجريبية.

* ومن هنا نستنتج أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أكبر من المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي ،وبالتالي فإن وحدات التعليمية لألعاب الكرة المقترحة لها تأثير ايجابي في تحسين القدرة العضلية لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون قيد الدراسة .

9) توزيع أفراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لقدرة الرشاقة:

الاختبار البعدي	العينة	العدد	الالتواء	التباين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التجانس	T المحسوبة	الدلالة عند
					(X)	(S)		(Tc)	0.05
للقدرة الرشاقة	الضابطة (1)	8	2.46	0.17	5.93	0.40	1.27	2.56	دال
	التجريبية (2)	8	0.48	0.22	5.32	0.47			

جدول رقم (19)

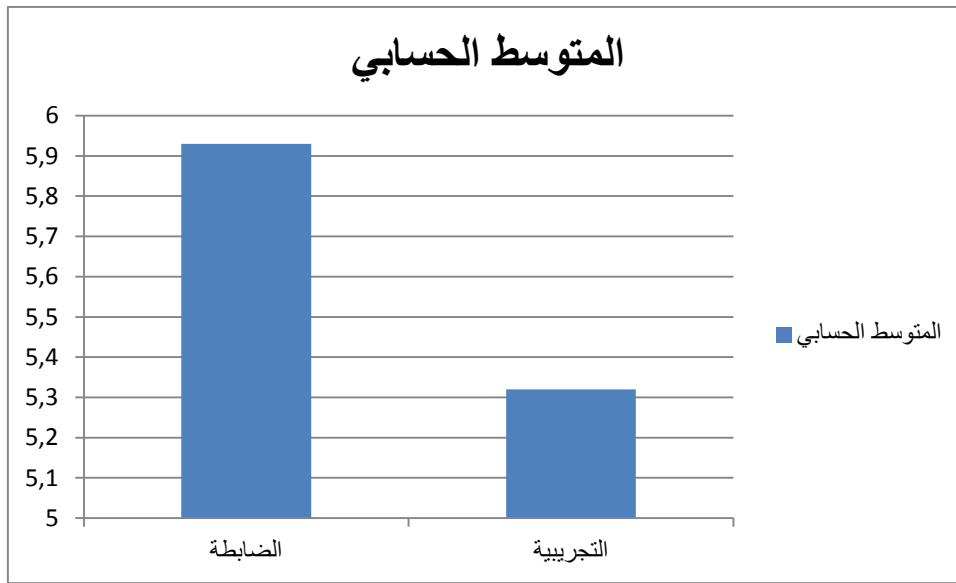
يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة الرشاقة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي.

• تحليل ومناقشة النتائج:

$$\text{درجة الحرية} = 2 - 2 = 2 - 16 = 14.$$

$$Tt \text{ الجدولية} = 1.76 .$$

تشير نتائج الجدول رقم(19) الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة العضلية بين المجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ و درجة الحرية 14 بين المجموعة الضابطة و التجريبية تعزي إلى قدرة الرشاقة في الاختبار البعدي ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة 2.56 و هي اكبر من قيمة (ت) الجدولية 1.76 أي $T_t > T_c$ و الشكل البياني الآتي يوضح ذلك :



شكل رقم (10) يبين : مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة الرشاقة

بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي.

يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لقدرة الرشاقة حيث أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أدنى من المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة ، مما يعني حدوث تقدم في الرشاقة من خلال التجربة الميدانية حيث تشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية و لصالح المجموعة التجريبية لتحسن المدة الزمنية.

* و من هنا نستنتج أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أصغر من المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي كون انه متعلق بمتغير الزمن بدلالة المسافة ، وبالتالي فان وحدات التعليمية لألعاب الكرة المقترحة لها تأثير ايجابي في تحسين الرشاقة لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون قيد الدراسة .

10) توزيع أفراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لقدرة التوازن:

الاختبار البعدي	العينه	العدد	الالتواء	التباين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التجانس	T المحسوبة	الدلالة عند
للقدرة التوازن	الضابطة (1)	8	-0.01	0.28	4.87	0.53	1.55	(Tc)	05,0
التجريبية (2)	8	-1	0.18	5.46	0.43				دال

جدول رقم (20)

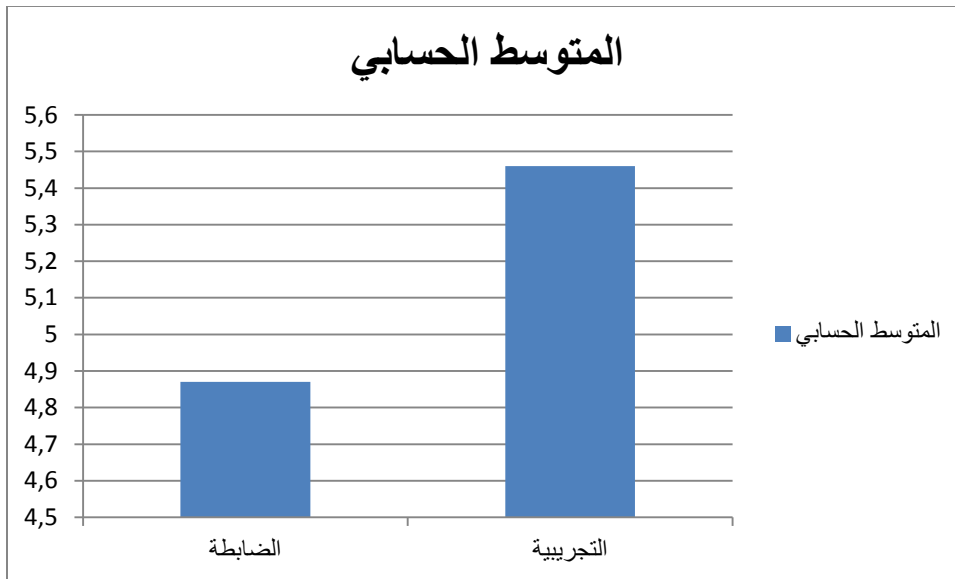
يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوازن بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي.

• تحليل ومناقشة النتائج:

$$\text{درجة الحرية} = 2 - 2 = 2 - 16 = 14.$$

$$Tt \text{ الجدولية} = 1.76 .$$

تشير نتائج الجدول رقم(20) الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوازن بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ و درجة الحرية 14 بين المجموعة الضابطة و التجريبية تعزي إلى قدرة اتوازن في الاختبار البعدي ،حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة 2.28 وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية 1.76 أي $T_c > T_t$ والشكل البياني الآتي يوضح ذلك :



شكل رقم (11) يبين : مستوى دلالة الفروق الإحصائية في قدرة التوازن

بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي .

يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لقدرة التوازن حيث أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أعلى من المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة

، مما يعني حدوث تقدم في التوازن من خلال التجربة الميدانية حيث تشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية و لصالح المجموعة التجريبية لتحسن المدة الزمنية.

* ومن هنا نستنتج أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أكبر من المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي كون انه متعلق بمتغير الزمن ، و بالتالي فان وحدات التعليمية لألعاب الكرة المقترحة لها تأثير ايجابي في تحسين الرشاقة لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون قيد الدراسة .
- الاستنتاجات:

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة ، و من خلال مناقشة النتائج فقد استنتج الباحثان ما يلي:

1- إن تدريس البرنامج التعليمي المقترح للأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون في المراكز الطبية البيداغوجية قد أدى إلى نمو في مستوى القدرات الحركية(التوازن ، الرشاقة ، المرونة ، القدرة العضلية ، التوافق العصبي العضلي) ، و يظهر هذا بوضوح من خلال :

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة **0.05** بين الاختبار القبلي و الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية لصالح المجموعة التجريبية.

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة **0.05** بين المجموعة التجريبية (الخاضعة للبرنامج التدريبي المقترح) . و المجموعة الضابطة في نمو القدرات الحركية لصالح المجموعة التجريبية.

و بالنظر إلى النتائج السابقة والمتمثلة في نمو القدرات الحركية بعد تطبيق البرنامج التدريبي المقترح نستنتج ما يلي:

- إن الأطفال المتخلفون عقليا المصابين بمتلازمة داون بالمراكز الطبية البيداغوجية في حاجة ماسة إلى برامج رياضية وحركية مكيفة بغرض الارتقاء بالمستوى البدني لهذه الفئة .

- إن الوحدات التعليمية المقترح عالج موضوعا من المواضيع الهامة في مجال تربية ورعاية الأطفال المتخلفون عقليا(المصابين بمتلازمة داون ت21) في المراكز الطبية البيداغوجية .

- إن الأهداف الإجرائية التي تم صياغتها في الوحدات التعليمية ارتبطت بشكل مباشر بأهداف ممارسة الأنشطة الحركية والرياضية للأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون تخلفا بسيطا وبمتطلبات و خصائص النمو لدى هذه الفئة .

- استخدام ألعاب الكرات أثناء تنفيذ البرنامج التعليمي لمقترح ساعدت في نمو القدرات الحركية لدى أفراد العينة قيد الدراسة .

2- ألعاب الكرة المستخدمة في البرنامج التعليمي المقترح التي تتناسب مع العمر العقلي لهذه الفئة من المعاقين ذهنياً لها تأثير إيجابي على القدرات الحركية.

3- محتوى البرنامج التقليدي المتبع للمجموعة الضابطة لم يظهر تحسن في مستوى القدرات الحركية في معظمها.

4- أن هناك عراقيل كثيرة تواجه ممارسة النشاط البدني المكيف في المراكز الطبية البيداغوجية نذكر منها :

- تفتقر المراكز الطبية البيداغوجية للمتخلفين عقليا إلى مربين مختصين في النشاط البدني الرياضي المكيف إذ يشرف على تنفيذه مربين ذو اختصاصات نفسية في الغالب و لا توجه العناية لنوع الإعاقة العقلية بحيث يمارسون المصابين بمتلازمة داون النشاط البدني مع باقي التلاميذ.

- تفتقر المراكز الطبية البيداغوجية للمتخلفين عقليا إلى برنامج خاصة بالنشاط البدني المكيف و خاصة ألعاب الكرات .

- تحتل ألعاب الكرة المرتبة الأولى من حيث إقبال للممارسة لدى المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون حيث تعتبر رياضتهم الأكثر شعبية .

5- الوحدات التعليمية المقترحة أدت دورا فاعلا و كبيرا في تطوير القدرات الحركية للمتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون لما تحتويه ألعاب الكرة من تمارينات و حركات محببة إلى نفس التلاميذ و بسيطة يمكن أداؤها بسهولة إضافة إلى عوامل التشويق و التشجيع.

✓ ثانيا: مناقشة النتائج الدراسة:

• مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

من خلال ما تم عرضه من نتائج في الجداول (من 11 إلى 15) ظهرت وجود فروق دالة في القدرات الحركية (المرونة ، التوافق العصبي العضلي ، القدرة العضلية ، الرشاقة ، التوازن) بين الاختبارات القبلية و البعدية لجميع اختبارات القدرات الحركية للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبارات البعدية حيث جاءت كل قيم t المحسوبة أكبر

من قيمة t الجدولية التي تساوي 1.89 كما أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات الاختبارات القبلية و الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية و هذا ما توضحه الأشكال البيانية (من 2 إلى 6) ، ويفسر الباحثان نتائجهما معتمدين على حقيقة علمية أساسية وهي استعمالهما لمجموعة ألعاب بالكرة والتي هي من أفضل الأساليب التعليمية لهذه الفئة العمرية فضلا عن كونها الأسلوب الأمثل لدفع التربية الفردية عن طريق استعمال التلميذ للحركات معتمدا على الكرة التي هي في حد ذاتها حافز كما يرجع الباحثان هذه الفروق في القدرات الحركية إلى ما تحتويه ألعاب الكرة من تمارينات و حركات محببة إلى نفس التلميذ و بسيطة يستطيع أدائها بسهولة إضافة إلى عوامل التشويق و التشجيع و الترغيب وممارسة مبدأ الثواب دون العقاب لكي يشعر التلميذ بالأمان ،وهنا لابد أن نشير إلى أن التلميذ المتخلف عقليا المصاب بمتلازمة داون يحب الألعاب عامة و ألعاب الكرة خاصة كما أن إدخال عامل المنافسة في ألعاب الكرة و في آخر الوحدة التعليمية قد ساعد على معرفة مدي التقدم او مقدار النمو في القدرات الحركية ،هذا فضلا عن دور الباحثين في تهيئة القاعة الرياضية و الأدوات و تنظيمها وعرضهما لبعض الحركات التي تساعد في تكوين صورة في عقل التلميذ فكان لذلك تأثير كبير في تطوير القدرات الحركية لاسيما و أن التلميذ في هذه المرحلة العمرية يحب التقليد فهم يقلدون الحركة بشكل صحيح إذا عرضت بشكل صحيح ويقلدون

الحركة بشكل خاطئ إذا عرضت بشكل خاطئ كما يرجع الباحثان سبب تفوق الاختبار البعدي للقدرات الحركية إلى ما أتيح للتلاميذ من فرص لممارسة ألعاب الكرة التي تركز علي تنمية القدرات الحركية ولكن بإدخال عنصر المنافسة و التشويق بالكرة.

وعليه نقول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية في القدرات الحركية و لصالح الاختبارات البعدية.

نتائج هذه الدراسة تتفق مع دراسة أ.د.ناهدة عبد زيد دلمي 2010 تحت عنوان "تأثير مجموعة الألعاب الصغيرة في تطوير القدرات الحركية محددة و بعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7الي8) سنوات". إذ توصل إلي النتيجة التالية:

• وجود فروق إحصائية في القدرات الحركية محددة بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية

و كذلك دراسة يسر محمد عبد الغني 2001 تحت عنوان " تأثير برنامج علاجي على بعض القدرات الحركية و الانحرافات القوامية للمتخلفين عقليا القابلين للتعلم". إذ توصل نتائج الي وجود فروق بين القياسين القبلي و البعدي في اختبار التوافق العصبي العضلي و القدرة العضلية للأطراف العلوية للمجموعة التجريبية التي خضعت لبرنامج من الوحدات التعليمية.

و كذلك دراسة الأستاذ الدكتور عبد الستار جبار الصمد 2008 تحت عنوان "التربية البدنية للمتخلفين عقليا و القابلين للتعلم". التربية البدنية للمتخلفين عقليا و القابلين للتعلم" إذ توصل نتائج هذه الدراسة أن البرنامج الحركي له تأثير على القدرات الحركية لدي المتخلفين عقليا.

و كذلك دراسة سعيد موسى علي الشهراني 2002: بعنوان: "تأثير برنامج للمهارات الحركية الأساسية باستخدام أسلوب تحليل الواجب على بعض عناصر القدرة الحركية للتلاميذ المتخلفين عقليا القابلين للتعلم" إذ توصلت نتائج الدراسة أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في جميع المتغيرات قيد الدراسة ما عدا عنصر الرشاقة . مما يشير إلى تأثير برنامج المهارات الحركية الأساسية باستخدام أسلوب تحليل الواجب على عناصر القدرة الحركية لدى تلاميذ المجموعة التجريبية المتخلفين عقليا القابلين للتعلم (سن 9-12 سنة) .

و كذلك تتفق مع نتائج دراسة عبد العزيز المصطفى (1994) بعنوان: " لنشاط الحركي وأهميته في تنمية القدرات الادراكية الحسية-الحركية عند الأطفال" إذ توصلت نتائج الدراسة أنه توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي لدى المجموعة التجريبية في القدرات الادراكية الحسية-الحركية لصالح القياس البعدي.

و كذلك دراسة صلاح الدين محمود نظمي 1986 تحت عنوان " أثر برنامج رياضي مقترح على الأداء الحركي للأطفال المتخلفين عقليا ". إذ توصل نتائج هذه الدراسة إلى

وجود فروق دالة إحصائية في أربع عناصر من الاختبارات الستة وهي الرشاقة العامة و الرشاقة الحركية ودقة تصويب الكرة و متابعة الكرة المتحركة بندوقيا و عدو وجود فروق في القدرة على إدراك الجسم و التوازن .

و كذلك دراسة نادبة عبد القادر 1988 تحت عنوان " تأثير برنامج جمباز موانع علي تنمية الذكاء و بعض القدرات الحركية لدي المتخلفين عقليا" إذ توصل نتائج هذه الدراسة أن جمباز الموانع له تأثير على القدرات الحركية لدي المتخلفين عقليا.

• مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

من خلال ما تم عرضه من نتائج في الجداول (16 الى 20) ظهرت وجود فروق دالة في القدرات الحركية (المرونة ، التوافق العصبي العضلي ، القدرة العضلية ، الرشاقة ، التوازن) بين المجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية لجميع اختبارات القدرات الحركية و لصالح المجموعة التجريبية حيث جاءت كل قيم t المحسوبة أكبر من قيمة t الجدولية التي تساوي 1.76 كما أن هناك فروق جوهريّة بين متوسطات المجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية للاختبارات البعدية للقدرات الحركية وهذا ما توضحه الأشكال البيانية (من 7 الى 11) مما يعني حدوث تقدم في القدرات الحركية و بالتالي فان البرنامج المقترح له تأثير ايجابي في نمو القدرات الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون ، و يفسر الباحثان نتائجهم بالاعتماد على حقيقة أساسية و هي استخدام برنامج من الوحدات التعليمية الخاصة بألعاب الكرة لأننا حاولنا من خلال التمارين الموزعة عبر الوحدات تنمية القدرات الحركية و لكن بطريقة غير مباشرة أي اعتمدنا على الكرة التي هي بحد ذاتها محفز و تماشينا مع الفئة العمرية و

الإعاقة الذهنية و بضبط المصابين بمتلازمة داون و كذلك هذه الوحدات تمثل أفضل الأساليب التعليمية كونها تمثل الأسلوب الأمثل لدفع التربية الفردية عن طريق استعمال التلميذ للحركات أثناء أداء ألعاب الكرة و استعمال التلميذ للحركات بهدف حل مشكلة كإدخال الكرة في هدف معين أو التصويب نحو نقطة محددة.

كما يرجع الباحثان هذه الفروق إلى ما تحتويه ألعاب الكرة من تمارينات و حركات محببة إلى نفس التلاميذ و بسيطة يمكن أدائها بسهولة إضافة إلى عوامل التشويق و التشجيع وهنا لا بد أن نشير أن التلاميذ في هذه المرحلة يحبون ألعاب الدقة و التنافس و الجري بين الشواخص أو الأعلام والقفز والتوازن كما أن إدخال عنصر المنافسة في الألعاب يساعد على التشخيص و معرفة مواطن الضعف في كل حصة لتنميتها في الحصة القادمة.

كما أن الوحدات التعليمية احتوت على قدرات حركية مختلفة و متنوعة من توافق و رشاقة و توازن و مرونة و قفز برجل و رجلين ساعد على تقوية عضلات الرجلين مع اكتساب عامل الرشاقة و السرعة.

وعليه نقول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة و العينة التجريبية في الاختبارات البعدية للقدرات الحركية و لصالح العينة التجريبية.

نتائج هذه الدراسة تتفق مع دراسة أ.د.ناهدة عبد زيد دلمي 2010 تحت عنوان "تأثير مجموعة الألعاب الصغيرة في تطوير القدرات الحركية محددة و بعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7الي8)سنوات". إذ توصل إلي النتيجة التالية:

وجود فروق إحصائية في القدرات الحركية محددة بين العينة الضابطة و العينة التجريبية في الاختبارات البعدية للقدرات الحركية.

و كذلك دراسة الأستاذ الدكتور عبد الستار جبار الصمد 2008 تحت عنوان " التربية البدنية للمتخلفين عقليا و القابلين للتعلم" إذ توصل نتائج هذه الدراسة: أثر البرنامج الحركي تأثيرا ايجابيا في التوافق العصبي و القدرة العضلية.

و كذلك دراسة يسر محمد عبد الغني 2001 تحت عنوان " تأثير برنامج علاجي على بعض القدرات الحركية و الانحرافات القوامية للمتخلفين عقليا القابلين للتعلم". إذ توصل نتائج الي وجود فروق بين القياسين القبلي و البعدي في اختبار التوافق العصبي العضلي و القدرة العضلية للأطراف العلوية للمجموعة التجريبية التي خضعت لبرنامج من الوحدات التعليمية.

وكذلك دراسة حلمي أبو هرجة 1990 تحت عنوان " أثر استخدام جمباز الموانع في جزء الإعداد البدني بدرس التربية البدنية والرياضية على تنمية القدرات الإدراكية الحركية و مفهوم الذات للمتخلفين عقليا ". إذ توصل نتائج أن استخدام جمباز الموانع ساعدت على تنمية القدرات الإدراكية الحركية للمتخلفين عقليا.

و كذلك دراسة صلاح الدين محمود نظمي 1986 تحت عنوان " أثر برنامج رياضي مقترح على الأداء الحركي للأطفال المتخلفين عقليا ". إذ توصل نتائج هذه الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية في أربع عناصر من الاختبارات الستة وهي الرشاقة العامة و الرشاقة الحركية ودقة تصويب الكرة و متابعة الكرة المتحركة بندوليا و عدو وجود فروق في القدرة على إدراك الجسم و التوازن .

و كذلك دراسة دراسة عبد العزيز المصطفى 1994 تحت عنوان " النشاط الحركي و أهميته في تنمية القدرات الإدراكية الحسية-الحركية عند الأطفال ". إذ توصل نتائج هذه الدراسة إلى أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في القياس البعدي في القدرات الإدراكية الحسية-الحركية.

و كذلك دراسة دراسة هاني الربضي وحسن الحياي 1990 تحت عنوان " اثر برنامج تدريب مقترح لتحسين التوافق على تطوير الأداء المهاري في كرة السلة لدى المعاقين عقليا ذوي الإعاقة المخففة ". إذ توصل نتائج هذه الدراسة أن البرنامج المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة إحصائية على التوافق لدى عينة البحث.

وكذلك دراسة سعيد موسى علي الشهراني 2002: بعنوان: " تأثير برنامج للمهارات الحركية الأساسية باستخدام أسلوب تحليل الواجب على بعض عناصر القدرة الحركية للتلاميذ المتخلفين عقليا القابلين للتعلم"

إذ توصل نتائج هذه الدراسة :

- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية في القياسات البعدية لبعض عناصر القدرة الحركية : (التوافق البصري الحركي بين العين و اليد اليمنى ، التوافق البصري الحركي بين العين و القدم اليمنى ، و بين العين و القدم اليسرى) .

- عدم وجود فروق إحصائية بين متوسطات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياسات البعدية لبعض عناصر القدرة الحركية : التوافق البصري الحركي بين العين و اليد اليسرى ، القوة المنفجرة للذراعين و الكتفين ، و القدرة العضلية للساقين و القدمين ، و الرشاقة .

- التوصيات والاقتراحات:

- ضرورة تطبيق مجموعة العاب الكرة في النشاط الحركي المكيف بالمراكز البيداغوجية للأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون.

- ضرورة تهيئة البيئة التعليمية في المراكز البيداغوجية بالإمكانات و الأدوات اللازمة لتطبيق الألعاب الكرات.

- بناء برامج تعليمية حركية مشابهة لمالها من دور كبير في تنمية القدرات الحركية.

- الاستعانة بالوحدات التعليمية المقترحة في إعداد منهاج التربية البدنية والرياضية بالمراكز المتخصصة .

- توفير الخدمات التعليمية و التربوية و التأهيلية و الصحية لرعاية المعاقين و العناية بهم.

- إنشاء منشآت رياضية قاعدية بكل المراكز المتخصصة و توفير وسائل وأجهزة رياضية مكيفة حسب نوع و درجة الإعاقة. وتوفير الإمكانات و التسهيلات اللازمة لنجاح برامج الأنشطة الرياضية بالمراكز المتخصصة .

- العناية بالكفاءات و القدرات و الاكتشاف المبكر لها ، حتى يمكن مساعدتها في النهوض برياضة ذوي الاحتياجات الخاصة و تحقيق نتائج في المحافل الدولية .

- التنوع في أساليب إعطاء دروس التربية الرياضية للأطفال المعاقين ذهنياً ، مما يبعث المرح والسرور وحب المشاركة في الأنشطة الحركية.
- وفي ضوء مشكلة الدراسة الحالية ومن خلال التجربة الميدانية تبين للباحثان أن هناك اقتراحات التي تحتاج إلى نذكر منها ما يلي :
- استخدام هذه الوحدات للمتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون التي يظهر فيهم ضعف في القدرات الحركية.
- دراسة اثر استخدام الوحدات التعليمية المقترحة في هذه الدراسة على الأطفال المتخلفين عقليا تخلفا متوسطا أو شديدا بالمراكز البيداغوجية النفسية للمتخلفين عقليا
- اقتراح برنامج تدريبي أو تعليمي لفئة الأطفال ذوي التخلف العقلي المتوسط والشديد ومختلف أنواع الإعاقات.
- دراسة تقويمية و تقييميه للمنشات الرياضية القاعدية بالمراكز البيداغوجية و دورها في الممارسة الرياضية.
- خلاصة عامة:

على ضوء ما قامنا به من قراءة إحصائية لجداول و الأشكال البيانية وتحليل النتائج المتحصل عليها من خلال الاختبارات البدنية للقدرات الحركية(المرونة ، الرشاقة ، القدرة العضلية ، التوافق العصبي العضلي ، التوازن) للمتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون وهذا لوضع دراسة ميدانية في إطارها السليم ، ومعرفة مدى تحقيق صحة الفرضيات التي قام على أساسها البحث، والتي أثبتت فعلا صحة الفرضيات التين صغناها وبالتالي صحة الفرضية العامة التي ترى بأن العاب الكرة تؤثر على

تحسين بعض القدرات الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون. وعليه فإن الدور الفعال الذي تلعبه ألعاب الكرة من خلال عملها على تحقيق الأهداف التربوية (تحسين القدرات الحركية) التي يحتاجها التلاميذ بشكل ضروري في المراكز البيداغوجية مما يساعد تلك المراكز على الوصول إلى ما تصبوا إليه وهو تطوير رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة (المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون) إذا خلص الباحثان من خلال الدراستين: النظرية والميدانية إلى أهمية ألعاب الكرة في تحسين القدرات الحركية لهذه الفئة من المتخلفين عقليا كون الكرة محفز بحد ذاتها إلى المبحوثين فقد حققنا نتائج إيجابية خلال مدة زمنية متواضعة.

كما نختصر ما سبق فيما يلي:

- إن تدريس البرنامج التعليمي المقترح للأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون في المراكز الطبية البيداغوجية قد أدى إلى نمو في مستوى القدرات الحركية (التوازن، الرشاقة، المرونة، القدرة العضلية، التوافق العصبي العضلي) ، ويظهر هذا بوضوح من خلال :

- عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القدرات الحركية (التوازن ، المرونة ، التوافق العصبي العضلي ، الرشاقة ، القدرة العضلية) للاختبارات القبلية ، مما يدل على تكافؤ بين كل التلاميذ و أنهم يخضعون لنفس البرامج الرياضية.

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية لصالح المجموعة التجريبية.

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين المجموعة التجريبية (الخاضعة للبرنامج التدريبي المقترح) . والمجموعة الضابطة في نمو القدرات الحركية لصالح المجموعة التجريبية.
- إن الوحدات التعليمية المقترح عالج موضوعا من المواضيع الهامة في مجال تربية ورعاية الأطفال المتخلفون عقليا(المصابين بمتلازمة داون ت21) في المراكز الطبية البيداغوجية .
- إن الأطفال المتخلفون عقليا المصابين بمتلازمة داون بالمراكز الطبية البيداغوجية في حاجة ماسة إلى برامج رياضية وحركية مكيفة بغرض الارتقاء بالمستوى البدني لهذه الفئة.

المصادر

و المراجع

(1) المراجع باللغة العربية

1. أبو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي، مطبعة النجل والمصرية، القاهرة ، 1998.
2. أحمد العساف صالح : مدخل إلى البحث في العلوم السلوكية ، الرياض ، 1989.
3. إلين وديع فرج : خبرات في الألعاب للصغار و الكبار، ط 2 ،المعارف الإسكندرية ، 2002.
4. انشراح إبراهيم المشرفي : كتاب التربية الحركية للطفل ، ،مركز الكتاب لنشر،القاهرة ، 1983 .
5. البسيوني إبراهيم:طرق ونظريات التربية البدنية، ، دار المعارف ، الإسكندرية ،1992.
6. جميل نصيف: موسوعة الألعاب الرياضية المفضلة ، ط 1 ، دار الكتب العلمية ، 1993 .
7. حمد صبحي حسانين :القياس والتقويم في التربية الرياضية ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1995 .
8. خالد عبد الرزاق السيد: سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة ، مركز الإسكندرية للكتاب، 2002.
9. ريسان خريبط مجيد : التدريب الرياضي ،جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر، القاهرة، 1988 .
10. سعد مرسي أحمد وكوثر كوجك : تربية الطفل قبل المدرسة،عالم الكتب،القاهرة، 1983.

11. عبد الستار جاسم الأنعمي و عايدة علي حسين : الجمباز المعاصر للبنات ، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد، 1991 .
12. عبد العزيز فهمي :مبادئ الإحصاء ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1994 .
13. عفاف عبد الكريم : طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية ، دار المعارف ، الإسكندرية ، 1998 .
14. علي سلوم مجواد : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، الطيف للطباعة،2004.
15. علي سلوم و مجواد: الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، الطيف للطباعة، 2004 .
16. عمار بوحوش : مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث ، ديوان المطبوعات الجامعية ، ط3 ، الجزائر ، 2001 .
17. فضيل دليو وآخرون : الأسس العلمية في العلوم الاجتماعية ، منشورات جامعة قسنطينة ، 1999 .
18. قيس ناجي وبسطي و سي احمد : الاختبارات والقياس و مبادئ الإحصاء في المجال الرياضي، مطبعة الجامعة ، بغداد ، 1984 .
19. كورت مانيل : التعلم الحركي ، ترجمة عبد علي نصيب ، مركز الكتاب لنشر،القاهرة ، ، ط2، 2000 .
20. كورت ماينل : التعلم الحركي ، ترجمة علي نصيف ، مركز الكتاب لنشر، القاهرة ، ط 1، 1987 ،

21. ليلي السيد فرحات : كتاب القياس والاختبار في التربية الرياضية،جامعة حلوان،مركز الكتاب لنشر،القاهرة، 2003.
22. ليلي السيد فرحات ،القياس و الاختبار في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، ط2، القاهرة، 2003.
23. ليلي السيد فرحات: القياس والاختبار في التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، ط 1 ، القاهرة ، 2001 .
24. ماجدة السيد عبيد : الإعاقة العقلية ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ،ط1 ،عمان ، 2000 .
25. ماجدة السيد عبيد : تعليم الأطفال المتخلفين عقليا، دار الصفاء للنشر والتوزيع ،ط1، عمان ، 2000 .
26. ماجدة السيد عبيد: تعلم الأطفال المتخلفون عقليا، دار الصفاء للنشر والإشهار، ط2 ، عمان ، 2000.
27. ماهر حسين محمود : الشلل الدماغي التقييم الطبي وقوانين الألعاب، المكتبة المصرية ، الإسكندرية، 2006.
28. محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ،دار الفكر العربي ، ط 2 ،القاهرة ، 1999.
29. محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب : البحث العلمي في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1987 .
30. محمد صبحي حسانين: طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية والرياضية ،مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، 1987 .
31. مروان عبد المجيد إبراهيم : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط1، القاهرة، 1995، ص 193 .

32. مصري عبد الحميد حنورة : رعاية الطفل المعوق ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة ، 1991 .
33. مفتي إبراهيم حماد: طرق تدريس ألعاب الكرات وتطبيقاتها بالمرحلتين الإعدادية والابتدائية ، جامعة حلوان ، ط1 ، 2000 .
34. منال منصور بوحמיד : المعوقون، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي ، ط2، الكويت ، 1985 .
35. ميموني بدرة معتصم : الاضطرابات النفسية والعقلية عند الطفل المراهق، ط2 ، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية، 2005 .
36. ناهده الدليمي: أساسيات في التعلم الحركي، ط 1 ، النجف الأشرف ، دار الضياء للطباعة، 2008 .
37. نوال مهدي ألعبيدي وفاطمة عبد المالكي : علم التدريب الرياضي، بغداد ، دار الأمم للطباعة والاستنساخ ، 2008.
38. وجيه محجوب و احمد بدري :أصولا لتعلم الحركي، الموصل، الدار الجامعية للطباعة والنشر والترجمة ، 2002.
39. وديع ياسين وياسين طه محمد : الإعداد البدني للنساء ، جامعة الموصل ، مطبعة التعليم العالي ، 1986 .
40. وسام صلاح :التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة كربلاء ، التعلم الحركي، 2015 .
41. يوسف وليلى:سيكولوجية اللعب والتربية الرياضية، ط1، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي الكويت، 1962 .

(2) المراجع باللغة الأجنبية

42. Les Jeu De L'enfant Après 3 ans, Sa Nature, Sa Discipline 4^{eme} Ed .J Varin Libraire Philosophique .Paris ,1976 .
43. Irwiw Hahn : l'entérinement Sportif Des Enfants Edition Vignot, 1991.
44. Lambert et Rondal J-A. : Le mongolisme PIERRE Maradaga, 4^{ème} édition 1997.
45. RONDAL et LAMBERT, Question et réponses sur le mongolisme, PARIS, LIBER, T2, 1997.
46. Ronald JA. : Le développement du langage chez l'enfant trisomique 21 Manuel pratique d'aide et d'intervention, PIERRE MARDAGA ,1986.
47. Maximy (de): L'éducation précoce de l'enfant trisomiques 21, rééducation orthophonique, 1987.
48. Bernardette et Benoît « Le jeune enfant porteur de trisomie 21» paris, Édition NathaN/ HER ,2000.

(3) رسائل دكتوراه و الماجستير والمنتديات و المجلات:

50. أحمد بوسكرة : النشاط البدني الرياضي المكيف لدى الأطفال المتخلفين عقليا في المراكز الطبية البيداغوجية ، رسالة الدكتوراه ، 2007-2008.
51. الاكاديمية الرياضية العراقية ترجمة واعداد الاستاد المساعد والدكتور اثيرمحمد صبري الجميلي 2012.
52. باي نادية : أثر التدخل المبكر في تمثيل الفضاء و اكتساب الوحدات اللغوية لتعيين المكان عند الطفل الحامل لمتلازمة داون 21 ، رسالة ماجستير ، 2008-2009.
53. مجلة التربية ، العدد 66 ، سنة 1984 ، صفحة 5.

(4) الدراسات المنشورة في المجلات العلمية:

54. لؤي غانم الصم يدعي وآخرون : التوافق العضلي العصبي وعلاقته بدقة ضرب الإرسال التنسب الكرة الطائرة، مجلة ديالى الرياضية، جامعة ديالى ، كلية التربية الرياضية ، 2002 .

الملاحق

الملحق رقم (01)

مواصفات اختبارات القدرات الحركية

1-اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف :

الهدف من الاختبار : قياس مرونة الرجلين و الجذع

الأدوات : ارض مستوية ، مصطبة ، مسطرة خشبية مرقمة (من 1-10سم)

مواصفات الأداء : بعد تبيث المسطرة على الصندوق بحيث يقع الواحد بحافة

الصندوق و يقع في النصف العلوي (1-5) و في السفلي

(5-10) .

يقوم المختبر بثني الجذع امام اسفل و القدمان ملامستان لجانبي المقياس بحيث

تصبح الأصابع أمام المقياس و يحاول ثني الجذع لأقصى مدى و ببطئ مع

ملاحظة ان تكون اليدين في مستوى واحد ، و يكرر الأداء مرتين .

التسجيل :

تسجيل أفضل محاولة صحيحة (أعلى قراءة على المسطرة المدرجة) بالسنتيمتر

الملاحظات :

عدم ثني الركبتين أثناء عملية القياس .

2-اختبار توازن الوقوف على قدم واحدة :

الغرض منه: معرفة قوة الأطراف السفلية ومدى توازن الجسم

مواصفات الأداء: يقف الطفل على قدم الارتكاز (سواء يمينى أو يسرى) في حالة

مستقيمة أطول وقت ممكن ويتوقف العد عند ملامسة الرجل المرفوعة الأرض

الشروط: لا يسمح بالاعتماد على أي شيء زميل أو حائط أو أي شيء آخر

لكل طفل محاولة واحدة .

3-اختبار الجري المتعرج بين الشواخص :

الغرض منه: هو معرفة الرشاقة .

الأدوات المستخدمة : صافرة ، 4 شواخص ، ساعة توقيت .

مواصفات الأداء : يبدأ الجري من خلف خط البداية و من بين الشواخص حتى النهاية ثم يعود في خط مستقيم ليمر بين شاخصي خط البداية و يكرر الجري المتعرج بين اشواخص ثم يمر من بين شاخصي النهاية ليعود في خط مستقيم حتى خط البداية و المسافة بين الشواخص (1.5م) بواقع 4 شواخص و يحسب الزمن بساعة ايقاف لأقرب (ث)

التسجيل:

يحتسب للطفل الزمن اللذي يستغرقه في الجري بين الشواخص.

4-اختبار رمي و استقبال الكرة :

الغرض منه قياس التوافق بين الدراعين و العينين

الأدوات المستخدمة : كرة تنس ، حائط ، يرسم خط على بعد 4 أمتار في الحائط

مواصفات الأداء : يقف المختبر امام الحائط خلف الخط المرسوم على الارض حيث يتم الاختبار وفق التسلسل التالي :

رمي الكرة خمس مرات متتالية باليد اليمنى على ان يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها على الحائط بنفس اليد .

رمي الكرة خمس مرات متتالية باليد اليسرى على ان يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها على الحائط بنفس اليد .

رمي الكرة خمس مرات متتالية باليد اليمنى على ان يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها على الحائط باليد اليسرى .

التسجيل : لكل محاولة صحيحة تحتسب للمختبر درجة أي أن الدرجة النهائية هي (15درجة) .

5-اختبار الوثب الطويل او العريض اماما من الثبات :

الغرض منه: قياس مسافة الوثب من الثبات

الأدوات : صافرة و شريط قياس

مواصفات الأداء: يقف المختبر خلف خط البداية بحيث تكون القدمان متوازيتان و متباعدتان قليلا و يقوم المختبر بثني الركبتين و مرجحة الدراعين للخلف و الوثب للأمام لأبعد مسافة ممكنة .

التسجيل: أفضل مسافة سجلها الطفل بالأمتار من خلال ثلاثة محاولات صحيحة .

الملحق رقم (02)

الاختبارات المرشحة للقدرات الحركية

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم

تخصص: نشاط بدني مكيف والصحة

الاختبارات المرشحة للقدرات الحركية

تحية طيبة و بعد:

في إطار التحضير لنيل شهادة الماستر بعنوان : تأثير ألعاب الكرة على تحسين القدرات الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون لفئة (10-12) سنة.

و في هذا الإطار قمنا باختيار مجموعة من الاختبارات و الغرض منها قياس القدرات الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون .

و بصفتكم من الخبراء الباحثين المشهود لهم بالخبرة و التجربة الكبيرة في المجال البحث العلمي ، فإننا نرجوا من سيادتكم التكرم علينا باختيار الاختبار المناسب لكل قدرة حركية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام

إشراف الدكتور:

زبشي نورالدين

الطالبان:

بودواية خيرالدين

كحلي يونس

الملحق رقم (03)

الوحدات التعليمية لألعاب الكرة

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم

تخصص: نشاط بدني مكيف والصحة

الوحدات التعليمية المقترحة لألعاب الكرة

تحية طيبة و بعد:

في إطار التحضير لنيل شهادة الماستر بعنوان: تأثير ألعاب الكرة على تحسين القدرات الحركية لدى الأطفال المتخلفين عقليا المصابين بمتلازمة داون لفئة (10-12) سنة.

و في هذا الإطار قمنا بوضع مجموعة من الوحدات التعليمية مستنديين في ذلك على مجموعة مراجع المذكورة في قائمة المراجع الخاصة بالوحدات و بالاطافة الى مجموعة الاختبارات التي طبقناها في الدراسة الاستطلاعية و التي أعطتنا نظرة مسبقة عن قدرات التلاميذ و مواطن الضعف لديهم وقد اقترحنا 14 وحدة تعليمية بمعدل 3 وحدات كل أسبوع كلها تهدف إلى تنمية القدرات الحركية التي استهدفناها في بحثنا. و في هذا الإطار نطلب من سيادتكم المحترمة إفادتنا بأرائكم و تقييمكم و تحكيمكم لهذه الوحدات.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام

إشراف الدكتور:

زبشي نورالدين

الطالبان:

بودواية خيرالدين

كحلي يونس

قائمة مراجع الوحدات التعليمية:

1. رسالة الدكتوراه من إعداد الدكتور بن زيدان حسين سنة م2009/2010م والتي جاء تحت عنوان: > تأثير أنشطة حركية مقترحة على بعض القدرات الحركية و الإدراكية لذوي الإعاقة السمعية (12.09)سنة.<
2. عبد الستار جابر الضمد:التربية البدنية للمتخلفين عقليا و القابلين للتعلم ، ط1، دار البداية،عمان ،2008م.
3. الين وديع فرج:خبرات في الألعاب للصغار و الكبار، ط2، منشأة المعارف الاسكندرية،2002.
4. محمد السليح محمد:موسوعة الألعاب الصغيرة،ط1، دار الوفاء للنشر، جامعة الاسكندرية،2008.

الاختبارات القبلية و البعدية للعينه التجريبية

العينه التجريبية(القبلي)					العينه التجريبية(البعدى)					
التوافق (الدرجة)	المرونة (سم)	القدرة (م)	الرشاقة (الثانية)	التوازن (الثانية)	التوافق (الدرجة)	المرونة (سم)	القدرة (م)	الرشاقة (الثانية)	التوازن (الثانية)	الرقم
12	4	1.35	5.80	4,56	12	5	1.54	5.30	5,03	01
11	2	1.18	5.06	4,54	13	6	1.30	4.90	4,85	02
11	5	1.09	5.10	5.93	11	6	1.15	4.70	5.98	03
9	4	0.98	6.70	4.48	10	7	1.45	6.10	4.95	04
9	4	1.07	5.70	5.23	12	5	1.34	4.99	5,93	05
12	6	1.04	6,54	4,77	13	10	1.18	6,06	5,56	06
9	5	1.30	5,54	5,60	10	8	1.53	5,30	5,78	07
11	10	1.10	5,43	4,98	12	10	1.33	5,25	5,66	08

الاختبارات البعدية للعينتين الضابطة و التجريبية

العينة الضابطة(البعدي)					العينة التجريبية(البعدي)					
التوافق (الدرجة)	المرونة (سم)	القدرة (م)	الرشاقة (الثانية)	التوازن (الثانية)	التوافق (الدرجة)	المرونة (سم)	القدرة (م)	الرشاقة (الثانية)	التوازن (الثانية)	الرقم
11	4	1.39	5.70	4,34	12	5	1.54	5.30	5,03	01
11	2	1.16	5.34	4,30	13	6	1.30	4.90	4,85	02
10	3	1.02	5.80	5.90	11	6	1.15	4.70	5.98	03
8	5	1.08	6.44	4.30	10	7	1.45	6.10	4.95	04
10	3	1.17	5. 50	5.33	12	5	1.34	4.99	5,93	05
11	7	1.07	6,50	4,77	13	10	1.18	6,06	5,56	06
8	8	1.32	5,90	5,00	10	8	1.53	5,30	5,78	07
11	8	1.11	6,30	5,08	11	10	1.33	5,25	5,66	08

