

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -
معهد التربية البدنية و الرياضية
قسم النشاط الحركي المكيف

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في النشاط الحركي المكيف

الموضوع :

وحدات تعليمية مقترحة لتعليم مهارة الطفو على الماء

بحث تجريبي أجري على معاقين حركيا ذكور
بجمعية النصر لولاية مستغانم 21-38 سنة

تحت إشراف أ.الدكتور:

من إعداد الطلبة:

➤ عكريش حاج محمد
➤ داودي كريم

- بن زيدان حسين

السنة الجامعية 2015/2016

قائمة المحتويات

- الإهداء أ.
- تشكر وتقدير ب.
- قائمة المحتويات ت.
- قائمة تسلسل الجداول ج.
- قائمة تسلسل الأشكال البيانية د.

التعريف بالبحث

- 1- مقدمة البحث 01
- 2- مشكلة البحث 03
- 3- أهداف البحث 03
- 4- فروض البحث 04
- 5- أهمية البحث 04
- 6- تعريف بمصطلحات البحث 05
- 7- دراسات المشابهة 06

الباب الأول الدراسة النظرية

الفصل الأول : خصائص و مميزات ذوي الإعاقة الحركية

18.....	تمهيد.....
18.....	مفهوم الأعاقة.....
19.....	تعريف الإعاقة الحركية.....
19.....	المعاق.....
20.....	درجات الإعاقة.....
20.....	تصنيف الإعاقة الحركية
21.....	أسباب الإعاقة.....
23.....	أنواع الإعاقة الحركية.....
25.....	تصنيف الرياضة للمعوقين
27.....	الأنشطة الرياضية التي تتناسب مع الإعاقة الحركية
28.....	الوقاية من الإعاقة
31.....	خلاصة الفصل

الفصل الثاني: تعليم بعض المهارات الأساسية

34.....	تمهيد
35.....	أهداف ممارسة الرياضة.....
30.....	رياضة المعوقين
37.....	أهمية الممارسة الرياضية بالنسبة للمعاقين حركيا.....
39.....	ماهية و أهمية السباحة.....
46.....	مفهوم مصطلح المهارات الحركية.....

48.....	تصنيف المهارات الحركية الأساسية
49.....	أنواع المهارات الحركية
51.....	بعض المهارات الأساسية في السباحة

الباب الثاني : الدراسة الميدانية

الفصل الثاني : منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

57.....	تمهيد
57.....	منهج البحث
57.....	مجتمع البحث
57.....	عينة البحث
58.....	مجالات البحث
59.....	متغيرات البحث
59.....	أدوات البحث
60.....	الأسس العلمية للأداة
61.....	الدراسة الإحصائية
62.....	صعوبات البحث
63.....	خلاصة الفصل

الفصل الثاني: تحليل و مناقشة النتائج

84.....	مقارنة النتائج بالفرضيات
---------	--------------------------

85.....الاستنتاجات.....

86.....التوصيات.....

87.....الخلاصة العامة.....

قائمة الجداول

<u>الرقم</u>	<u>عنوان الجدول</u>	<u>الصفحة</u>
01	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار المشي بعرض حوض السباحة للعينه التجريبية .	65
02	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار المشي بالخلف ذهابا وإيابا للعينه التجريبية.	67
03	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار القفز بالرجلين معا للامام وللخلف للعينه : التجريبية.	69
04	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار القفز برجل واحدة ذهابا وإيابا مع تغيير الرجل للعينه التجريبية	71
05	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار عمل قفزات عالية مع الثبات في المكان للعينه التجريبية.	73
06	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم باستعمال اللوح ومن دون تفريغ الهواء للعينه التجريبية.	75
07	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم مستعملا لوح مع تفريغ الهواء للعينه التجريبية.	77
08	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم دون استعمال اللوح و من دون تفريغ الهواء للعينه التجريبية.	79
09	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم من دون لوح ومن دون تفريغ الهواء للعينه التجريبية.	81
10	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على الظهر بأوضاع مختلفة للعينه التجريبية	83
11	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على البطن بوضع النجمة للعينه التجريبية.	85
12	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو بوضع القرفصاء	87
13	يوضح مقارنة نتائج الاختبارات القبلية والبعديه في اختبارات التوازن.	89
14	يوضح مقارنة نتائج الاختبارات القبلية والبعديه في اختبارات التوازن	90

91	يوضح مقارنة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في اختبارات التوازن.	15
----	---	----

قائمة الأشكال البيانية

الرقم	عنوان الأشكال	الصفحة
01	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار المشي بعرض الحمام للعينة التجريبية.	66
02	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار المشي بالخلف ذهابا وإيابا للعينة التجريبية.	68
03	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار القفز بالرجلين معا للامام وللخلف للعينة التجريبية .	70
04	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار القفز برجل واحدة ذهابا وإيابا مع تغيير الرجل	72
05	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار عمل قفزات عالية مع الثبات في المكان.	74
06	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم مع اللوح ومن دون تفريغ الهواء.	76
07	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم مع اللوح ومع تفريغ الهواء.	78
08	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم دون استعمال اللوح ومع تفريغ الهواء.	80
09	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم دون استعمال اللوح ومن دون تفريغ الهواء.	82
10	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على الظهر بأوضاع مختلفة .	84
11	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على البطن بوضع النجمة.	86
12	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو بوضع القرفصاء	88

الإهداء

إلى من كان اي ومازال كالبيارق الزاهية التي تعتلي هامة الخير والعطاء

والذي الحبيب حفظه الله

وإلى سيدتي الأولى التي زرعت في داخلي براعم المحبة والسلام والوفاء

والدتي الغالية رعاها الله

" وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْنَاهُمَا كَمَا رَبَّيْنِي صَغِيرًا " الآية 24 من سورة الإسراء.

وإلى بيارد الأمل و مرافئ الود و القلوب المخلصة المعقمة بالنقاء

زوجتي العزيزة سترها الله ورعاها

وإلى ابنائي الأعرء ادم وحواء و أنفال أنشئهما الله في طاعته.

وإلى أخواتي الأعرء والأقارب والأهل من البعيد والقريب

وإلى أصدقائي أحبائي الأوفياء

الإهداء

إلى من كان اي ومازال كالليبارق الزاهية التي تعتلي هامة الخير والعطاء

والذي الحبيب حفظه الله

وإلى سيدتي الأولى التي زرعت في داخلي براعم المحبة والسلام والوفاء

والدتي الغالية رعاها الله

" وَقُلْ رَبِّ ارْحَمُهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا " الآية 24 من سورة الإسراء.

وإلى بيادر الأمل و مرافئ الود و القلوب المخلصة المعقمة بالنقاء

أخي وإخواتي وفقهم الله

وإلى الأقارب والأهل من البعيد والقريب

وإلى أصدقائي أحبائي الأوفياء .

داودي عبد الكريم

الشكر والتقدير

الحمد لله على إحسانه، و الشكر على توفيقه و امتنانه في إتمام هذا البحث المتواضع.

" لئن شكرتم لأزيدنكم " الآية 7 سورة إبراهيم.

فإننا نتقدم بوافر الاحترام والتقدير لأستاذي الفاضل "د.بن زيدان حسين" الذي كانت توجيهاته السديدة وآرائه الحكيمة عظيم الأثر في إخراج هذه الدراسة إلى حيز النور ، وكذلك عضوي لجنة المناقشة المحترمين .

كما لا يسعنا إلا أن نتقدم بجزيل الشكر لمحكمي أداة الدراسة و الى جميع أساتذة معهد التربية البدنية و الرياضية ، كما نتقدم بالشكر الخالص الى السيد مدير المعهد و مساعديه دون ان ننسى جميع عمال المعهد .

كما نوجه شكرنا الخالص إلى المسؤولين في قطاع التربية بمستغانم بمن فيهم المديرين والمعلمين على كل التسهيلات والتعاون وختاماً ، أتقدم إلى كل من ساعدني بعظيم الوفاء وجزيل الشكر والإمتنان .

الخلاصة العامة :

لقد أصبح النشاط الحركي المكيف مظهرا عاما من مظاهر التربية الحضرية للإنسان هذا العصر فانه إن كان ضروريا للفرد السوي فانه أكثر ضرورة وأهمية للفرد المعاق وذلك نظرا للحاجة الملحة لممارسة الأنشطة الرياضية البدنية والتي تعمل على رفع وتحسين الحالة الوظيفية العامة للجسم خاصة رياضة السباحة وعلى هذا الأساس جاءت هذه الدراسة وقد قمنا الى ما بين :

الباب الاول الذي اشتمل على الدراسة النظرية اما الباب الثاني فقد تطرقنا الى الدراسة الميدانية حيث قمنا بتقسيم الباب الاول الى فصلين تحت ضم الفصل الاول خصائص ومميزات ذوي الاحتياجات الخاصة وتطرقنا في الفصل الثاني الى تعليم بعض المهارات الاساسية اما فيما يخص الباب الثاني الدراسة الميدانية تطرقنا من خلالها الى فصلين حيث تمثل الفصل الاول في منهجية البحث والدراسات الميدانية حيث ضم منهج البحث عينة البحث مجالات البحث ادوات البحث اما الفصل الثاني تم التعرض الى تحليل ومناقشة النتائج وضم الاستنتاجات والتوصيات .

ملخص البحث :

عنوان الدراسة :

وحدات تعليمية مقترحة لتعليم مهارة الطفو على الماء لدى المعاقين حركيا.

تهدف الدراسة إلى تعليم مهارة الطفو لدى المعاقين حركيا بحيث تؤثر الوحدات التعليمية في تعليم مهارة الطفو على الماء وتؤثر هذه الوحدات إيجابا في كل من مهارة التوازن والانزلاق

والطفو بحث نلاحظ فروق ذات دلالة إحصائية وفروق معنوية لصالح الاختبارات البعدية

وعينة البحث تتكون من فريق جمعية النصر للسباحة للمعاقين حركيا بولاية مستغانم عددها 06 معاقين حركيا تم اختيار العينة بطريقة مقصودة من المجتمع الاصيلي وكانت أدوات البحث كالآتي :

1-المقابلة الشخصية مع العينة والهدف منها :التعرف على العينة المراد دراستها وتحديد الاختبارات المناسبة لها ,وتحديد مكان ووقت إجراء الاختبارات.

2- المصادر والمراجع والدراسات السابقة.

3- الدراسة الاستطلاعية و تجري من اجل التعرف على المعوقات

وعلى ضوء التجربة التي قام بها الباحثون والنتائج التي توصل إليها من خلال تطبيق الاختبارات على العينة ومعالجة هذه النتائج إحصائيا توصل الباحثون إلى أهم استنتاج وهو :

- إن الوحدات التعليمية المقترحة قد آثرت تأثيرا ايجابيا وفعالا على مستوى السباحين المبتدئين المعاقين حركيا واهم توصية توصلنا اليها الاهتمام باستخدام الوحدات التعليمية المفننة لتطوير بعض المهارات في اختصاص السباحة للمعاقين حركيا.

Résumé de la recherche

Titre de l'étude:

Les modules de formation proposés pour enseigner la compétence de la flottabilité sur l'eau avec les handicapés physiques.

L'étude visait à enseigner la compétence de la flottabilité aux personnes handicapées physiquement à affecter les unités d'enseignement dans l'enseignement des compétences flottent sur l'eau et affecte positivement ces unités dans chacune des compétences et de l'équilibre de glissement

Recherche et de la flottabilité observent des différences statistiquement significatives et les différences significatives en faveur d'un des tests a posteriori

L'échantillon de recherche se compose d'une piscine Association de la victoire de l'équipe pour handicapés physiques Etat Mostaganem des 06 handicapés physiques a été choisi échantillon façon involontaire de la communauté et des outils de recherche originaux ont été les suivants:

1-entretien personnelle avec l'échantillon et est destiné à: identifier l'échantillon à étudier et déterminer les tests appropriés, localiser le temps des essais.

.2-Sources et références et études antérieures.

.3-L'étude exploratoire, menée afin d'identifier les obstacles

À la lumière de l'expérience menée par les conclusions des chercheurs à travers l'application des tests sur l'échantillon et le traitement des résultats statistiquement significatifs, les chercheurs ont abouti à la conclusion qu'il est le plus important:

-Les unités d'enseignement proposées ont eu un impact positif et efficace au niveau des nageurs juniors physiquement handicapés et à la recommandation la plus importante Tousellna son intérêt à utiliser les modules Muffin de développer certaines compétences relevant de la compétence de la natation pour les handicapés physiques

Research Summary:

Study Title:

The proposed educational 1 modules to teach the skill of buoyancy on the water with the physically disabled.

The study aimed to teach the skill of buoyancy to the physically disabled to affect the educational units in teaching skill float on the water and affect positively these units in each of the skill and balance slip

Search and buoyancy observe statistically significant differences and significant differences in favor of a posteriori tests

The research sample consists of a team victory Association pool for physically disabled Mostaganem state of the 06 physically disabled was selected sample unintended way from the original community and search tools were as follows:

-1personal interview with the sample and is intended to: identify the sample to be studied and determine the appropriate tests, locate the time of the tests.

.2Sources and references and previous studies.

.3The exploratory study, conducted in order to identify the obstacles

In light of the experiment carried out by researcher's findings through the application of the tests on the sample and processing the results statistically significant, the researchers reached the conclusion it is the most important:

-The proposed educational units have had a positive and effective impact on the level of junior swimmers physically disabled and the most important recommendation Tousellna her interest in using the modules Muffin to develop some skills in the jurisdiction of swimming for physically disabled.

قائمة الجداول

<u>الرقم</u>	<u>عنوان الجدول</u>	<u>الصفحة</u>
01	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار المشي بعرض حوض السباحة للعينه التجريبية .	65
02	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار المشي بالخلف ذهابا وإيابا للعينه التجريبية.	67
03	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار القفز بالرجلين معا للامام وللخلف للعينه : التجريبية.	69
04	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار القفز برجل واحدة ذهابا وإيابا مع تغيير الرجل للعينه التجريبية	71
05	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار عمل قفزات عالية مع الثبات في المكان للعينه التجريبية.	73
06	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم باستعمال اللوح ومن دون تفريغ الهواء للعينه التجريبية.	75
07	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم مستعملا لوح مع تفريغ الهواء للعينه التجريبية.	77
08	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم دون استعمال اللوح و من دون تفريغ الهواء للعينه التجريبية.	79
09	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم من دون لوح ومن دون تفريغ الهواء للعينه التجريبية.	81
10	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على الظهر بأوضاع مختلفة للعينه التجريبية	83
11	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على البطن بوضع النجمة للعينه التجريبية.	85
12	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو بوضع القرفصاء	87
13	يوضح مقارنة نتائج الاختبارات القبلية والبعديه في اختبارات التوازن.	89
14	يوضح مقارنة نتائج الاختبارات القبلية والبعديه في اختبارات التوازن	90

91	يوضح مقارنة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في اختبارات التوازن.	15
----	---	----

قائمة الأشكال البيانية

الرقم	عنوان الأشكال	الصفحة
01	يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار المشي بعرض الحمام للعينة التجريبية.	66
02	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار المشي بالخلف ذهابا وإيابا للعينة التجريبية.	68
03	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار القفز بالرجلين معا للامام وللخلف للعينة التجريبية .	70
04	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار القفز برجل واحدة ذهابا وإيابا مع تغيير الرجل	72
05	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار عمل قفزات عالية مع الثبات في المكان.	74
06	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم مع اللوح ومن دون تفريغ الهواء.	76
07	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم مع اللوح ومع تفريغ الهواء.	78
08	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم دون استعمال اللوح ومع تفريغ الهواء.	80
09	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم دون استعمال اللوح ومن دون تفريغ الهواء.	82
10	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على الظهر بأوضاع مختلفة .	84
11	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على البطن بوضع النجمة.	86
12	مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو بوضع القرفصاء	88

قائمة المحتويات

أ.....	الإهداء
ب.....	تشكر وتقدير
ت	قائمة المحتويات
ج.....	قائمة تسلسل الجداول
د.....	قائمة تسلسل الأشكال البيانية

التعريف بالبحث

01.....	1- مقدمة البحث
03.....	2- مشكلة البحث
03.....	3- أهداف البحث
04.....	4- فروض البحث
04.....	5- أهمية البحث
05.....	6- تعريف بمصطلحات البحث
06.....	7- دراسات المشابهة

الباب الأول الدراسة النظرية

الفصل الأول : خصائص و مميزات ذوي الإعاقة الحركية

18.....	تمهيد.....
18.....	مفهوم الأعاقة.....
19.....	تعريف الإعاقة الحركية.....
19.....	المعاق.....
20.....	درجات الإعاقة.....
20.....	تصنيف الإعاقة الحركية
21.....	أسباب الإعاقة.....
23.....	أنواع الإعاقة الحركية.....
25.....	تصنيف الرياضة للمعوقين
27.....	الأنشطة الرياضية التي تتناسب مع الإعاقة الحركية
28.....	الوقاية من الإعاقة
31.....	خلاصة الفصل

الفصل الثاني: تعليم بعض المهارات الأساسية

34.....	تمهيد
35.....	أهداف ممارسة الرياضة.....
30.....	رياضة المعوقين
37.....	أهمية الممارسة الرياضية بالنسبة للمعاقين حركيا.....
39.....	ماهية و أهمية السباحة.....
46.....	مفهوم مصطلح المهارات الحركية.....

48.....	تصنيف المهارات الحركية الأساسية
49.....	أنواع المهارات الحركية
51.....	بعض المهارات الأساسية في السباحة

الباب الثاني : الدراسة الميدانية

الفصل الثاني : منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

57.....	تمهيد
57.....	منهج البحث
57.....	مجتمع البحث
57.....	عينة البحث
58.....	مجالات البحث
59.....	متغيرات البحث
59.....	أدوات البحث
60.....	الأسس العلمية للأداة
61.....	الدراسة الإحصائية
62.....	صعوبات البحث
63.....	خلاصة الفصل

الفصل الثاني: تحليل و مناقشة النتائج

84.....	مقارنة النتائج بالفرضيات
---------	--------------------------

85.....الاستنتاجات

86.....التوصيات

87.....الخلاصة العامة

المقدمة :

تزايدت عناية المجتمعات في العصر الحاضر بذوي الاحتياجات الخاصة من مبدأ تكافؤ الفرص التربوية للجميع وبما تسمح به قدراتهم واستعداداتهم وفي الوقت الحاضر لم تعد التربية تقتصر على الأسوياء فقط , وإنما أصبحت الجهود التربوية والتعليمية تستهدف الجميع بغض النظر عن مستوياتهم العقلية وقدراتهم الاستيعابية ولذلك يمكن لكل الأفراد سواء اكانو أسوياء أم غير أسوياء أن يتعلموا ولكن بطرق مختلفة ولديهم القابلية على النضج والنمو وذلك بمعدلات ومستويات مختلفة .

تعتبر السباحة من أقدم الأنشطة التي مارسها الإنسان وهي تحتل المكانة الأولى من حيث فوائدها البدنية و النفسية بين الرياضات ;وهي رياضة تلائم مختلف الأعمار ولكلا الجنسين أيما كانت قدراتهم البدنية ولم تعد هذه الرياضة مقتصرة على الأسوياء فقط بل احتلت مكانة هامة بين العاب المعاقين ,وبوجه الخصوص عند المعاقين حركيا الذين استطاعوا بفضل تحديهم للإعاقة الدخول في غمار المنافسات الدولية وحصد الألقاب وتحقيق انجازات رائعة التي تتلاءم وقدراتهم الحركية وبما يميزها من سهولة أدائها الحركي (عبد الحميد الشريف1995) ص 97.

ولدعم ولتحسين وتطوير هذه الانجازات لجاء الخبراء الأخصائيون إلى التحليل في المجال الرياضي على انه أساسي في جميع الفعاليات والأنشطة الرياضية ,اذ يبحث في الأداء ويسعى إلى دراسة أجزاء الحركة ومكوناتها للوصول الى دقائقها سعيا وراء تكتيك أفضل ادريس بوزيد (1984) ص 45

ويؤكد ان التحليل الرياضي يستخدم في حل المشكلات المتعلقة بالتعليم والتدريب وتحسين الاداء والاختيار الامثل للاعبين وحصر الظاهرة في ارقام حيث يقوم

بتشخيص الحركات ومقارنة اجزائها واوقاتها وقوتها ,والمقارنة بين الحركة الجيدة والحركة الرديئة ويساعد على تطوير الحركة .

وهو وسيلة لمعرفة طرائق الاداء الصحيحة للفرد عند قيامه بالحركات المختلفة ,ويساعد على اكتشاف الخطا في الاداء والعمل على اصلاحه,كما يشير محمود يحيى سعد بان الارتقاء بمستوى السباحين يرجع في الحقيقة الى استغلال بعض العوامل التي تعتبر بمثابة مقومات اساسية يمكن عن طريقها التقدم بنتائج السباحين. (محمد حسن علاوي1981)

وينقسم البحث إلى بابين الأول يخص الدراسة النظرية و البحوث المشابهة والذي يتفرع إلى فصلين الأول يشمل خصائص ذوي الاحتياجات الخاصة ,والفصل الثاني يشمل تعليم بعض المهارات الأساسية أما الباب الثاني فيتطرق إلى الدراسة الميدانية ويتفرع

إلى فصلين الفصل الأول المناهج الإجرائية، أما الفصل الثاني وهو عرض وتحليل النتائج.

تزايدت عناية دول العالم بتوفير فرص التدريب للخواص ذوي القدرات الحركية المحدودة أو المعاقين حركيا فالتدريب حق من الحقوق الأساسية لجميع فئات المجتمع سواء كانوا أسوياء أو معاقين، وهؤلاء المعاقين حركيا يعدون طاقة بشرية معطلة إن لم يتلقوا العناية والرعاية المناسبة.

وان المعاقين حركيا لديهم القدرة على التدريب والتعلم ولكن بشكل بطيئا لذلك يحتاجون إلى وقت أطول للتعلم والتطور , وتصحيح أخطاء الأداء الحركي لذلك يحتاجون إلى برامج تدريبية خاصة في مجال الرياضة تتناسب مع قدراتهم العقلية.

ومن خلال اطلعنا على الواقع التدريبي لهذه الفئة لاحظنا أن هناك نقص في العملية التدريبية سواء من الناحية الفنية أو العلمية فتطرق الطالبان إلى اقتراح

وحدات تعليمية لتعليم الطفو على الماء عند المعاقين حركيا ,وقصد إنارة هذا

الموضوع وتوضيح معالمه طرحت الإشكالية التالية :

1-هل تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم مهارة الطفو على الماء لدى المعاقين حركيا ؟

2-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الانزلاق بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث؟

3-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار التوازن بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث ؟

4-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الطفو بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث ؟

*الأهداف :

1-تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم مهارة الطفو على الماء لدى المعاقين حركيا.

2-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الانزلاق بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث.

3-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار التوازن بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث.

4-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الطفو بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث .

*الفرضيات :

-الفرضية الأساسية :

1 - تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم مهارة الطفو على الماء لدى المعاقين حركيا .

-الفرضيات الجزئية :

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الانزلاق بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار التوازن بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث.

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الطفو بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث .

*أهمية البحث والماهية إليه :

- يعد العمل مع المعاقين قضية إنسانية وخدمة تحتاج إلى وعي دقيق، حيث يتم من خلالها توجيههم وتقديم لهم العون والمساعدة من أجل الانتفاع من مواهبهم وقدراتهم المختلفة، وهنا يبرز دور الوحدات التعليمية في تعليم مهارة الطفو على الماء لدى المعاقين حركيا كما يزيد من راحتهم النفسية وتوافقهم النفسي والاجتماعي والحركي.

- كما تعد دراسة تعلم الطفو على الماء في السباحة من الموضوعات الهامة، وإيماننا منا

بالدور الفعال التي تلعبه السباحة في تعليم الطفو على الماء للمعاقين حركيا.

*مصطلحات البحث :

- تعريف الوحدّة التعليمية :

الوحدّة التعليمية بأنها : مجموعة من الإجراءات الصفية التي يتخذها المعلم لتنفيذ مادة دراسية معينة تتسم بالتكامل و الوحدّة والموضوعية وتضع المتعلمين في مواقف تعليمية متكاملة تثير اهتمامهم وتطلب منهم أنشطة مُتنوّعة تؤدي إلى مرورهم بخبرات معينة وإلى تعلمهم تعلما خاصا و بالتالي بلوغ مجموعة من الأهداف التعليمية المرسومة .

كما أنها : ذلك النشاط التعليمي الذي يدور حول مركز رئيسي يشتق من المادة الدراسية ذاتها ولكنه يعالج ناحية ذات أهمية في حياة المتعلمين ولا يلتزم بالحدود الفاصلة بين فروع المادة ويتضمن هذا النشاط التخطيط والتنفيذ بحيث يكون المتعلم إيجابياً ومشاركاً فعّالاً في العملية التعليمية كما يتضمن تقويم النتائج.

*المهارة هي : أداء مهمة ما أو نشاط معين بصورة مقنعة وبالأساليب والإجراءات الملائمة وبطريقة صحيحة كما يمكن تعريفها أيضا بان :

*المهارة هي: التمكن من إنجاز مهمة معينة بكيفية محددة، وبدقة متناهية وسرعة في التنفيذ.

*الألفاظ ذات الصلة بمفهوم المهارة: الحذق . الإتيقان . الإحكام . الإحسان . الإبداع . البراعة . الخبرة . التفوق . الإجابة).

***الطفو:** هو ظاهرة تحرك الأجسام في الموائع (السوائل والغازات) إلى الأعلى إذا كان محيطها أعلى كثافة منها، ومثال عليها طفو الخشب على الماء، وطفو الزيت على الماء والمنطاد والغواصة.

مفهوم الطفو: الطفو هو حالة تكون خليط بين الفطرية والاكْتساب، تمكن الفرد من التواجد في محيط مائي عميق نسبياً وبشكل آمن دون انغمار الرأس. فهي تعتمد على عوامل بدنية وميكانيكية موجودة أصلاً في جسم الإنسان و لكنها بحاجة إلى تشذيب وتهذيب للاستفادة منها بالشكل الصحيح داخل المحيط المائي. وهنا نود ان نوضح معنى إن الطفو هو خليط بين الفطرية والاكْتساب، حيث أن القوانين الفيزيائية مثل قاعدة ارخميدس قد وضحت عملية الطفو واعتمادها على كتلة الجسم وكثافته، وهما عنصران توصف بهما الأجسام بشكل ذاتي، وبالرغم من ذلك فعلى الإنسان أن يكتسب مهارة التعامل مع هذه القوانين داخل الماء وتسخيرها في سبيل إتمام الشرط الثاني لحصول عملية الطفو. (للسباحة، سلطنة عمان)

*** وتعطي كلمة الطفو معنيين فيما يذكر في أدبيات السباحة :**

- **الطفو بالشكل الأكاديمي:** - ويقصد به ذلك النوع من الطفو الذي يكون مقدمة او مدخل لمهارات السباحة المتدرجة، ويكون على أشكال مختلفة (طفو القنديل، طفو النجمة، الطفو الممتد على البطن أو الظهر).
- **الطفو التقليدي:** ويقصد به التعلق أو الوقوف داخل المياه العميقة باستخدام حركات الرجلين والذراعين مع بقاء الرأس خارج الماء.

*الدراسات المشابهة:

* دراسة اشرف احمد هلال, سنة1994م

- عنوان الدراسة: دراسة تحليلية لعنصر تحمل السرعة لدى سباحي وسباحات (11-15)سنة لسباق 100م.(حرة ودولفين).

-هدف البحث: التعرف على معدلات السرعة خلال المرحلة الأولى والمرحلة النهائية لسباق 100م(حرة ودولفين)لكل من المرحلتين 11, 15سنة من الجنسين.

- التعرف على العلاقة بين معدل السرعة ومسافة الضربة خلال المرحلة الأولى والنهائية للسباق.

التعرف على الفروق الزمنية بين سباحة ال50م الأولى والثانية لسباحة 100م (حرة ودولفين).

-أهم النتائج:

- انه كلما تحسن مستوى القدرات البدنية و الفسيولوجية للسباح والسباحات بما يتناسب مع المرحلة العمرية والقدرة على الاحتفاظ بأنسب ميكانيكية أداء لضربات الذراعين تبعاً لنوع السباحة كلما تحسن المستوى الراقى.

- حالة تدريب السباح والسباحات وخاصة ما يرتبط منها بالقدرة على تحمل السرعة والاحتفاظ بأنسب سرعة مكتسبة طوال مسافة السباق في المرحلة النهائية في السباق له اثر واضح على المستوى الرقمي المتحقق.

*دراسة: عمرو محمد إبراهيم, سنة 1994م.

-عنوان الدراسة: دراسة تحليلية لمسابقات 100م في سباحة الزحف على البطن والظهر والفراشة.

- هدف البحث :

- التعرف على الفروق في سرعة مقاطع ال100م في سباحة الزحف على البطن والظهر والفراشة.

- التعرف على الفروق في سرعة مقاطع ال100م في سباحة الزحف والفراشة.

- التعرف على الفروق في سرعة مقاطع ال100م في سباحة الزحف على البطن والفراشة.

- أهم النتائج:

هناك فروق دالة إحصائياً بين المقطع الأول والثالث نتيجة الاستفاداة من البدء و الدوران في سباحة 100م زحف على البطن -الظهر -الفراشة (الرحمان، صفحة7)

*دراسة بوعزة عبد القادر, بوطينة خليفة, سنة 2008/2009.

-عنوان البحث: تحليل مؤشري نبض القلب والتنفس في مرحلة الاسترجاع بعد 50م سباحة حرة.

- مشكلة البحث: مانوع قدرة الاسترجاع مؤشري التنفس ونبض القلب عند السباحين المعاقين حركيا خلال 50م سباحة حرة ؟

- فرض البحث : قدرة الاسترجاع مؤشر نبض القلب مرتفعة وقدرة استرجاع مؤشر التنفس عادية عند السباحين معاقين حركيا خلال 50م سباحة حرة.

- هدف البحث : معرفة قدرة استرجاع كل من مؤشري نبض القلب والتنفس عند سباحين معاقين حركيا خلال 50م سباحة حرة .

- أهم نتيجة : تتميز هذه الفئة من الرياضيين (المعاقين حركيا) بقدرتها على الاسترجاع السريع , وكان استرجاع كل من مؤشري نبض القلب والتنفس متقارب .

- أهم توصية : توفير وسائل ومستلزمات للسباحين المعاقين حركيا وذلك من اجل تطوير قدراتهم الوظيفية والبدنية وذلك لتحسين المستوى.

* دراسة بوطينة خليفة، سنة 2010/2011

- عنوان البحث : التحليل البيومترى لسباق 100م سباحة حرة عند فئة الناشئين (11-13) سنة

- مشكلة البحث : هل يعتمد السباحين الناشئين (11-13 سنة) على السعة الحركية ام على التردد الحركي خلال مسافة 100م سباحة حرة؟

- ما مدى ارتباط المؤشرات الحركية بالمؤشرات الانترو بمترية عند السباحين الناشئين (11-13 سنة) خلال مسافة 100متر سباحة حرة ؟

- فرض البحث : يعتمد السباحون الناشئون (11-13) على السعة الحركية خلال مسافة 100م سباحة حرة.

- يعتمد السباحون الناشئون (11-13 سنة) على سرعة التردد الحركي خلال مسافة 100م سباحة حرة.

- وجود ارتباط قوي بين المؤشرات الحركية والمؤشرات الانترو بومترية عند السباحين الناشئين (11-13 سنة) خلال مسافة 100م سباحة حرة .

-هدف البحث :

- معرفة الطريقة المعتمدة والتي تميز أداء السباح الناشئ (11-13 سنة) خلال مسافة 100م سباحة حرة.

- معرفة مدى الارتباط الحاصل بين المؤشرات الحركية والمؤشرات الانترو بومترية عند السباحين الناشئين (11-13 سنة) خلال مسافة 100م سباحة حرة .

-أهم نتيجة: تتميز هذه الفئة من السباحين الناشئين (11-13) على سرعة التردد الحركي خلال 100متر سباحة حرة مع وجود ارتباط قوي بين المؤشرات الحركية والمؤشرات الانترو بوميرية عند السباحين خلال مسافة 100م سباحة حرة.

* دراسة بالهندوز بلال وبن زحاف سفيان سنة 2013.

-عنوان البحث : اثر برنامج تدريبي على تصحيح أخطاء الأداء الحركي في السباحة الحرة لدى المعاقين حركيا.

- مشكلة البحث :

-هل يؤثر البرنامج التدريبي على تصحيح أخطاء الأداء الحركي في السباحة الحرة لدى المعاقين حركيا ؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاختبار التوازن حسب الاختبار القبلي والبعدي للعيينة ؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاختبار الوضعية والمسار حسب الاختبار القبلي والبعدي للعيينة ؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاختبار التوافق حسب الاختبار القبلي والبعدي للعيينة ؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاختبار الرتم حسب الاختبار القبلي والبعدي للعيينة ؟

-هدف البحث :

-تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تصحيح أخطاء الأداء الحركي في السباحة الحرة لدى المعاقين حركيا.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاختبار التوازن حسب الاختبار القبلي والبعدي للعيينة

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاختبار المسار حسب الاختبار القبلي والبعدي للعيينة .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاختبار التوافق حسب الاختبار القبلي والبعدي للعيينة

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاختبار الرتم حسب الاختبار القبلي والبعدي للعيينة .

-فرضيات البحث :

-تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تصحيح أخطاء الأداء الحركي في السباحة الحرة لدى المعاقين حركيا.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاختبار التوازن حسب الاختبار القبلي والبعدي للعيينة .

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاختبار المسار حسب الاختبار القبلي والبعدي للعينة .

توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاختبار التوافق حسب الاختبار القبلي والبعدي للعينة

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاختبار الرتم حسب الاختبار القبلي والبعدي للعينة .

-أهم نتيجة :

-استنتجنا انه في السباحة الحرة كلما كانت وضعية ومسار الرأس الإطراف العلوية

والتوافق بينهما و الرتم الجيد كلما زاد مستوى التقدم والانجاز لدى السباحين

- أهم وصية :

- تحسين الأداء الحركي من أهم العوامل لتنمية مستوى السباحين.

- الدراسات الأجنبية :

- دراسة ايرلانو راؤول وآخرون سنة 1994م.

-عنوان البحث : تحليل سباحة 50 م , 100 م , 200م,حررة لسباحي الألعاب الاولمبية.

-هدف البحث : تحليل بعض المتغيرات الكينماتيكية المؤثرة في الأداء واشتملت هذه المتغيرات على كلا من طول الضربة ,معدل تردد الضربات ,زمن البداية ,زمن النهاية ,السرعة المتوسطة للأداء.

- أهم النتائج :تميز كلا من زمن البداية وزمن الدوران وزمن النهاية وطول الضربة كمقومات أساسية لنجاح الأداء في جميع المسافات.

- وجود علاقة ارتباطيه بين هذه المتغيرات في جميع الضربات، سرعة البداية، الدوران ،ضخامة أجسامهم مقارنة بالسباحات ،وتزايد كلا من زمن البداية وزمن الدوران وطول الضربة وتزداد مسافة السباق وذلك لكلا من السباحين والسباحات مع وجود علاقة عكسية بين هذه المتغيرات (السن ,معدل تردد الضربات ,السرعة المتوسطة للأداء) (غريب، 1998)

- دراسة كرابيتي فراي زو، ريكاردو دانتا سدي لوكس, سنة 2000.

-عنوان البحث : خصائص الضربات للمسافات المختلفة في السباحة الحرة وعلاقتها بالأداء.

- هدف البحث: تحليل خصائص الضربات عن طريق تحديد كلا من معدل الضربة ومعدل السرعة في سباحة 50 م, 100م , 200 م, 400 م.

- تحديد العلاقة بين المتغيرات السابقة والأداء.

- أهم النتائج :

- 1- وجود اختلاف في طول الضربة بين مسافة 0 م وكل من مسافة 100م، 400م وكذلك وجود اختلاف في طول الضربة بين مسافة 100م، مسافة 400 م.
- 2- وجود اختلاف في معدل الضربات بالنسبة لمسافة السباق المختلفة .
- 3- وجود ارتباط دال موجب بين السرعة وطول الضربة في مسافة 50 م 100 م 200 م على التوالي.

- التعليق على الدراسات :

- أجريت الدراسات بين الفترة (1990م) حتى (2010م).
- المنهج: اعتمدت الدراسات جميعا في اختيار المنهج الوصفي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.
- العينة: تم اختيار عينة في جميع الدراسات بالطريقة العمدية .
- أدوات البحث: استخدم جميع الباحثون في الدراسات السابقة اختبار سباق السباحة الحرة, وتحديد مسافات أجزاء السباق خلال السباحة ثم تحليل هذه الأجزاء.

- أهم النتائج :

- قد توصلت الدراسات السابقة إلى تأثير كل من طول الشدة ومعدل الضربات ومسافات أجزاء السباق وان هناك فروق في هذه الأجزاء بين مقاطع السباق في بعض المؤشرات واختلاف في معدل الضربات بالنسبة لمسافات السباق المختلفة.

-نقد الدراسات :

- من خلال عرض الطالبان للدراسات السابقة تبين أنها اهتمت بالدراسات التحليلية الخاصة بالأسوياء ولم تتطرق إلى دراسة السباحة الحرة عند المعاقين بصفة عامة والمعاقين حركيا بصفة خاصة.

ودراستنا الحالية اهتمت بدراسة مدى تأثير الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم مهارة الطفو على الماء لدى المعاقين حركيا .

1- تمهيد :

الإعاقة في المجتمع مسؤولية وطنية تحتاج إلى تضافر الجهود الرسمية لمعالجتها وإتباع الأساليب الوقائية للحد منها ,وتوفير الرعاية والتأهيل لمعوقين لإعادة إدماجهم في المجتمع والاستفادة من إمكانياتهم للعمل والإبداع والعتاء ليكونوا طاقات بشرية فاعلة بعيدا عن الفصل والعزل والتهميش .

وسوف نتطرق في هذا الفصل للإعاقة الحركية وأسباب الإصابة وطرق الحد والتقليل من حدوثها.

2- مفهوم الإعاقة :

- لغة :جاء في المعجم الوسيط أن الإعاقة لغة تعني منعه وشغله فمعنى عوائق الدهر شواغله وأحداثه,وتعوق أي امتنع وتثبط ,ويشير مصباح المنير إلى الإعاقة بمعنى المنع أما ما جاء في المنجد اللغة والإعلام في شرح مادة عوق ,عاق عوقا,وعوقه عن كذا أي صرفه وثبطه وآخره عنه ,والعائقة مؤنث العائق أي مايعيق عن العمل ورجل وعبق يعيق الناس عن الخير والمعوق الرجل لاخير عنده ,والمعوق كذلك الجوع . (العيساوي، 1997)

- أما اصطلاحا :كما يراها مروان عبد المجيد إبراهيم فهو كل فرد مصاب بعجز بدني أو عقلي مستديم بشرط أن يكون هذا العجز سببا في عدم تكيفه مع المجتمع وبالتالي يمنعه من قيامه بعمله الطبيعي . (المجيد، المعجم الكبير ، 1997، صفحة 22).

-**الإعاقة ايضاهي :**عدم القدرة على تأدية عمل يستطيع غيره من الناس تأديته ويصبح العجز إعاقة عندما يحد من قدرة الفرد على القيام بما هو متوقع منه في مرحلة معينة,والإعاقة هي من الضرر البدني أو العجز . (المجيد، 2002، صفحة 22) .

كما يعرفها الطالبان أنها العجز الذي يحبس الفرد على القيام بالأعمال كغيره من الناس أو الأشخاص الأسوياء وهذا راجع إلى ضعف في الجسم أو تشوه احد أطرافه

3-تعريف الإعاقة الحركية :

الإعاقة الحركية هي فقدان القدرة على القيام ببعض الأعمال حيث لاقتصر على التنقل فقط بل تشتمل أيضا وظائف الأطراف العلوية، وهذا العجز أو القصور يمكن أن يكون راجع إلى الإصابة أو عجز أو تشوه خلقي أو بتر عضو وهي تشير إلى ضعف أو نقص في القدرة على التحكم في العضلات الإرادية، ويكون ناتج عن اضطراب أو عجز أو خلل في الجهاز العصبي . (ماجدالسيد، 1999، صفحة 75)

يعرف السيد جمعة الإعاقة الجسمية بأنها هي التي تنتج بسبب الحوادث والحروب أو الأمراض الناتجة عن الوراثة والبيئة، وتؤدي إلى حرمان الفرد من الوظائف العادية لجهازه الحركي (سليمان ع.، 2001، صفحة 24).

وهي الإعاقة التي يعاني صاحبها من العجز البدني نتيجة وراثية أو إصابة أو مرض، تحد من حركته ونشاطه بسبب هذا الخلل الحادث له وبالتالي تؤثر عليه بشكل أو بآخر في مختلف أوجه الحياة وتقعه عن التكيف مع مجتمعه . (اسامة رياض، 2001)

4-المعاق: في رأي العامية هو مصطلح يطلق على كل من به نقص جسدي ظاهر في بدنه أو عقله أو حواسه تجعله غير قادر على مسايرة حياته العادية، فكان يطلق عليه فيما مضى المقعد ثم أطلق عليه ذوي العاهات ليتطور هذا التعبير قاسيا عليه إذ يشير إلى كل من به صفة تجعله عاجزا في جانب من جوانب الحياة، إلى غاية أن إدراك المجتمع انه هو الذي يحتوي تلك العوائق.

والمعاق هو كل فرد تبنى مستوى أدائه عن أقرانه بشكل ملحوظ في مجالات الأداء، وبشكل وبشكل يجعله غير قادر على متابعة الآخرين إلا بتدخل خارجي منهم أو بإجراء تعديل كلي في الظروف المحيطة به. (العيساوي ع.، 1997)

ويعرف الطالبان المعاق على انه كل شخص يحتاج إلى مساعدة الغير في القيام بأعماله

5-1- الإعاقة الخفيفة: يكون الشخص مستغنيا عن الآخرين وهذا بسبب إمكانية خدمة نفسه في تلبية حاجاته بمفرده ويخص هذا النوع من الإعاقة الأشخاص الذين يعانون من الآلام في العظام او المفاصل دون النقاط العصبية وعلى سبيل المثال انحراف العمود الفقري scoliose, وانفصام العظام luxation.

5-2 الإعاقة المتوسطة :

تكون للشخص فرصة لإعادة تكيفه المهني والاجتماعي بواسطة مختصين ويخص هذا النوع من الإعاقة الأشخاص الذين يعانون من النقص في المناطق العصبية المحاطة بالعصب أو عدو أعصاب ويكون مصحوبا بانخفاض في القوة العضلية مثلا: شلل الأطفال. (عمار، 2000-2001)

6-3 الإعاقة الخطيرة :

هذه الإعاقة تمنع الأشخاص من إن يحصلوا على درجة كافية من الحركة فالمعوق هاهنا في حاجة دائمة إلى مساعدة الآخرين لقضاء حاجاته الضرورية، ذلك لان هذه الأعقاب تعيب المناطق العصبية المركزية كالنخاع الشوكي، او الممر الحركي العصبي أو مناطق آخى وهذا يؤدي إلى الشلل كمرض :

حمض المر باتي، الضمور العقلي myopathe والذي يصيب النخاع الشوكي.

6-تصنيف الإعاقة الحركية :

6-1- الإعاقات الحركية الناجمة عن إصابة الجهاز العصبي المركزي :

- الشلل المخي شلل الأطفال.

- تشقق العمود الفقري وإصابة الحبل الشوكي.

-الصرع، التصلب المضاعف للأنسجة.

6-2- الإعاقات الحركية الناجمة عن حدوث عاهات بالهيكل العظمي :

- بتر الأطراف وتشوهها ,الحنف.
- تصاب عظام الورك,الكساح .
- التهاب عظام، المفاصل التهاب المفاصل، التهاب المفاصل الروماتيزمي. (سليمان ع.، (2001

6-3- الإعاقات الحركية الناجمة عن اعطاب في العضلات :

- ضمور العضلات.
- ضمور العضلات الشوكية .

6-4- الإعاقات الحركية الناجمة عن عوامل مختلفة :

- المصابون في الحروب والحوادث والكوارث الطبيعية.
- المصابون في حوادث العمل .
- عيوب عظيمة شائعة ,الأصابع الملتصقة والزائدة.
- الإصابات الصحة , والنشاط الزائد.

7-أسباب الإعاقة :

7-1الاسباب الوراثية :

تنتقل هذه العاهات عن طريق ناقلات لصفات الوراثية (الجينات) الموجودة في كروموزومات الخلية أو نتيجة اضطراب الجينات الوراثية وتنتقل هذه الأمراض بالتوارث من الآباء والأجداد من جيل إلى جيل ويؤدي تأثير الأسباب الوراثية إلى الآتي :

- بطئ نمو الجنين.
- إصابة أجهزة الجنين باضطرابات وإعاقات عضوية.

- قد يؤدي السببين المذكورين الوفاة الجنين. (ابراهيم، 2002)

7-2 الأسباب الفطرية :

هي تعرض الجنين للإعاقة وهو داخل الرحم نتيجة لإصابة الأم ببعض الأمراض وخاصة في الشهور الثلاثة الأولى للحمل لما لهذه الفترة من اثر لسرعة النمو التكوني وقابلية الجنين للإصابة بالأمراض التي تصاب بها الأم لأنها هي المصدر الرئيسي لتكوين وانتقال العدوى، إذ أن مقاومة الجنين للأمراض في هذه المرحلة تكون منعدمة تماما وبذلك ينتقل تأثير المرض عليه بسرعة.

7-3 الاسباب البيئية :

وتشمل المؤثرات الخارجية التي تبدأ منذ فترة الحمل وبعدها وأثناء عملية الولادة وبعدها. ومن العوامل البيئية التي تسبب عملية الإعاقة الآتي :

-حالة الأم الصحية (الجسمية والنفسية) وسوء التغذية مما يؤدي إلى تعرضها للإصابة بأمراض.

-زيادة عمر الأم عن أربعين سنة.

-إدمان الأم التدخين وتناول الخمور والمخدرات .

*من الأسباب التي تسبب الإعاقة أثناء عملية الولادة هي :

-عسرة الولادة والمشيمة المتقدمة.

-ارتفاع ضغط الدم أثناء عملية الولادة أو قبلها.

-التفاف الحبل السري أثناء الولادة يؤدي إلى منع عملية تبادل الغازات ,وقد يؤدي إلى الشلل المخي.

-نقص الأوكسجين يؤدي إلى تلف بعض الخلايا أو زيادة في حالات الولادة المبكرة.

7-4-الأسباب المكتسبة :

عبارة عن تعرض الفرد للأمراض أو الحوادث أو نتيجة لخطورة المهنة التي تزاولها مما يؤدي إلى النقص في المقدرة على ممارسة السلوك العادي في المجتمع وتوجد هذه الأسباب فيما يلي :

7-4-1- أثناء عملية الولادة : هناك بعض الولادات التي تتم قبل الموعد المحدد أي التسعة أشهر يكون فيها الطفل غير مكتمل التكوين مما يعرضه للإصابة بالإعاقة أو بعد الموعد المحدد وفي هذه الحالة تحتاج الولادة إلى عملية جراحية مما يعرض الطفل إلى الإصابة في المخ أو الجهاز العصبي .

7-4-2- بعد الولادة :وهي من أخطر المراحل على حياة الطفل إذا ما أهمل خلالها ,فلا بد من تعوده على تناول وجبات بانتظام لكي لا يتعرض إلى الإصابة بسوء التغذية والتي تؤدي به إلى الإصابة بالإعاقة .

8- الحوادث :وهي أكثر الأسباب التي لها أكبر اثر في الإصابة بالإعاقات بمختلف أنواعها من تحديثها من حالات البتر والإصابة بالإعاقة الجسدية , ومن هذه الحوادث التي يتعرض لها الأفراد حوادث السيارات ووسائل النقل وحوادث السقوط.....الخ.

9- الحروب :إضافة إلى ما تسببه الحروب من هلاك شامل للأفراد وإزهاق للأرواح مما يؤدي إلى تأخر البلدان المتحاربة فهناك الكثير من الأفراد ذهبوا ضحية الحروب وحكم عليهم بقضاء بقية أعمارهم بإعاقات مختلفة . (ابراهيم، صفحة46)

10-أنواع الإعاقة الحركية :

10-1شلل الأطفال : وهم المصابون في جهازهم العصبي، مما يؤدي إلى شلل بعض أجزاء الجسم وخاصة الأطراف العليا والسفلى (عبيد، 2000)

10-2الشلل المنحني : هو العجز الحركي يأتي عن إصابة المخ بالتلف، فتترتب عليه اضطرابات في البصر والسمع والنطق وبعض التعويضات الإدراكية والسلوكية وهناك

خمسة أعراض يمكن أن تظهر على بعض أنحاء الجسم على النحو التالي :

الشلل المنفرد :ويكون طرف واحد فقط في الجسم هو الذي يتأثر بالإصابة.

شلل الجانب الواحد: يصيب هذا النوع من الشلل الذراع والساق الواقعتين ففي نفس الجانب

الشلل الثلاثي: وهذه الإصابة تشمل ثلاثة أطراف من الجسم.

الشلل النصفي: وتتأثر فيه الأطراف الأربعة وتحدث الإصابة هنا في الساقين فقط. (القذافي،

1994)

الشلل الجانبي: وتتأثر فيه الأطراف الأربعة إلا أن الإصابة في الرجلين تكون بدرجة اشد من

الذراعين.

10-3. العاهات الحركية الدماغية: تحدث هذه الإعاقة على مستوى الدماغ ولا تقتصر

الاضطرابات على التحركات الإرادية بل تهدد العمل الذهني وتحدث اضطرابات في السلوك .

(RUCHER, 1982)

10-4. الكساح: شلل يصيب النصف السفلي من الجسد أو أربعة أعضاء ناجمة عن

رضوض تسبب ضرر في النخاع الشوكي.

10-5. الفالج الشقي: وتتمثل في إصابة الذراع والساق في نفس الجهة، ويكون مصدره جرحي

وعند الشباب يتسبب في هذا النوع من الإعاقة حوادث الدراجات النارية.

تركيب خلقي: هناك عدة أنواع :

تشوه في الهيكل العظمي (كسر عظمي أو كسور متكررة سببها هشاشة مرضية للعظام).

تشوه القدم وتشوه اليد .

10-5. الاحتداب : تشوه العمود الفقري.

. العناية : توقف النمو في عضو من أعضاء الجنين , منها استسقاء النخاع الشوكي وهو

تشوه آخر للعمود الفقري . (والعلوم)

10-6. البتر: يعتبر البتر من الإعاقات الجسدية المرتبطة بالحركة والتي لها صفة الدوام

ويعد البتر حالة من العجز في الفرد احد الأطراف أو كلها, كما يمكن أن يكون خلقيا

أو حرب وحادثة أو غيرها.

ويعرف بأنه إزالة جزء أو طرف من جسم الإنسان وذلك للحفاظ على حياة الفرد نتيجة لإصابة في حادث أو تشوه خلقي أو أورام ويتم عن طريق الجراحة.

10-7* حالات البتر في الطرف السفلي :

.بتر الأصابع.

.بتر القدم.

.بتر رسغ القدم. (حلمي ابراهيم، 1998)

.بتر القدم تحت الركبة.

حالات البتر في الطرف العلوي :

.بتر الذراع من المرفق .

.بتر الذراع من الكتف.

.بتر اليد.

11-تصنيف الرياضة للمعوقين :

-الرياضة العلاجية :تكون على شكل إحدى وسائل العلاج تسهم في تأهيل المعوقين ,حيث تؤدي على هيئة تمارين علاجية كأحدى طرق العلاج الطبيعي بالإضافة إلى امتدادها بعد

الجراحة والجبس وخاصة في الكسور وتأهيل مصابي العمود الفقري والنخاع الشوكي كالشلل النصفي والرباعي ,كما إن هذه التمارين تساعد المعاقين على استعادة لياقتهم البدنية من قوة ومرونة وتحمل وتوافق عضلي عصبي واستعادة لياقة الفرد للحياة العامة وما يصادفه فيها إلى ما بعد خروجه من المستشفى ومراكز التأهيل حيث تلعب الرياضة التأهيلية دورا هاما في هذا المجال ,وعليه أصبحت الرياضة جزءا لا يتجزأ من التأهيل الوظيفي فهي تساعد المعاق على اخذ الوضعيات الأساسية الجيدة خاصة في المراحل الأولى من الإعاقة أو بعد الإصابة مباشرة. (رياض، 2000)

11-1-الرياضة التنافسية: هي النشاطات الرياضية المرتبطة بالرياضة باللياقة والكفاءة البدنية بدرجة كبيرة نسبيا وهو ما يهدف أساسا إلى الارتقاء بمستوى اللياقة والكفاءة البدنية وفيما يسمى أيضا برياضة النخبة أو رياضة المستويات العليا ويعتمد تقدم الرياضة التنافسية للمعاق على التدريب العلمي السليم والتطور في الأدوات والإمكانيات والطب الرياضي مع حتمية الالتزام بالقواعد والقوانين الخاصة بالأداء كما يجب الالتزام بالتقسيمات الطبية والفنية التي تعتمد درجة لياقة المعاق البدنية والعصبية والنفسية ومستوى الإصابة وذلك قبل المشاركة في الأنشطة الرياضية التنافسية .

11-2-الرياضة الترويحية: وهي الرياضة التي تهدف إلى تنمية الجانب الترويحي بدرجة كبيرة نسبيا ,وتتدرج الرياضة الترويحية من أنواع هادئة نسبيا مثل: العاب التسلية ,البيلياردو ,البولينج والصيد تختلف الرياضة الترويحية عن التنافسية في نسبة المجهود البدني والعصبي المبذول.

11-3-الرياضة الخطيرة نسبيا: هناك بعض الحالات التي يميل فيها المعاق إلى ممارسة نوع من أنواع الرياضة الخطيرة ويرجع ذلك إلى طبيعة هواياته وما قبل الإصابة وحالته النفسية وما بعدها ونذكر من هذه الرياضات مثلا :القفز بالمظلة الغطس سباق السيارات والدراجات تسلق الجبال الطيران ...الخ.

12-الانشطة الرياضية التي تتناسب مع الإعاقات الحركية: حالات الإعاقة الحركية التي يتواجد عليها الأفراد كثيرة وقد تختلف كل حالة عن الأخرى اختلافا كليا وخاصة في مجال النشاط الرياضي الذي يتناسب مع كل منها وفقا للأطراف التي لحقت بها الإعاقة .

وهناك بعض الأنشطة التي تيم ممارستها في بعض الأحيان دون تعديل في القوانين والمعدات والأجهزة والملاعب أو بإدخال بعض التعديلات في القوانين والأجهزة وزمن المباراة وعدد الأفراد لكي يتناسب نوع النشاط مع حالات الافراد.

ويرى العاملون في مجال الإعاقة ضرورة حث المعوقين حركيا على ممارسة الرياضة بانتظام، وتعتبر المجالات الرياضية التالية مناسبة لمبتوري الأطراف وذلك حسب نوعية الإعاقة وهي :

السباحة- رمي الرمح- قذف الثقل- رمي القرص- الوثب العريض- الوثبة الثلاثية- التنس وتنس الطاولة- القفز العالي- الجولف- التزلق على الجليد وغيرها.

أما المقعدون فتتاسبهم الألعاب التالية:سباقات الكراسي المتحركة - القوة البدنية - البلياردو

رمي القرص- رمي الرمح - الرمي بالقرص - السلاح. (ابراهيم، 2002)

13-حاجيات المعاق حركيا :

الحاجة إلى الأمن.

- الحاجة إلى الحب.

الحاجة إلى مكانة الذات . (مختار، 1976)

الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار.

الحاجة إلى تحقيق وتحسين الذات .

الحاجة إلى الإشباع الجنسي .

الحاجة إلى الاستقلال . (عوض، 1980)

الحاجة إلى الانتماء.

14-الوقاية من الإعاقة :

تهدف الوقاية إلى حماية الإنسان من أخطار الوقوع في الحوادث التي تؤدي إلى الإعاقة من

الطفولة إلى مرحلة الشباب عن طريق تفادي الأخطار المتوقعة قبل حدوث الإعاقة وهناك

ثلاث مستويات للوقاية من الإعاقة :الوقاية الأولية ;الوقاية الثانوية ;الوقاية الثالثة،وفي مايلي

موجز لكل منهم :

14-1-الوقاية الأولية: تهدف إلى تقديم الخدمات الرامية للحد من حدوث الإعاقة وحيث أن الوقاية ممكنة إذا ما عرفت أسباب حدوث الإعاقات فان توعية الجمهور وتنقيفه في طرق وأساليب الوقاية سوف يلعب دورا هاما في تحقيق الذات . (ألقذافي م.، صفحة42-43، 1994)

*وهناك عدة وسائل مستخدمة لتحقيق هذا الهدف وهي تشمل :

- إزالة المخاطر البيئية.
- التطعيم ضد الأمراض .
- تحسين مستوى رعاية الأمهات والأطفال .
- إتباع قواعد السلامة العامة في المنازل والمصانع والشوارع.

28

-توعية الجماهير والتخطيط لمرحلة ما قبل الزواج و ما قبل الحمل . (الخطيب، 1994)

14-2الوقاية الثانوية: تهدف إلى تقديم المساعدة للفرد بعد حدوث الإعاقة وذلك من اجل الحد من إصابة العضو المعوق بالقصور الوظيفي الدائم الذي يصاحب الإعاقة عادة، ويتطلب تحقيق هذا المستوى توفر مجموعة من الخدمات الضرورية منها :

- الاهتمام بعملية التشخيص ومعرفة أسباب حدوث الإعاقة.
- تقديم العلاج في بعض الحالات الطارئة إذا اشتكى الأمر لذلك مثلا يحدث في حالات الصرع والاضطراب العقلي اضطراب السمع والنظر والكسور .
- متابعة علاج بعض حالات الإعاقة بشكل مستمر . (القدافي م.، صفحة 44، 1994)

14-3-الوقاية الثالثة : وتهدف إلى مقابلة حاجات المعوق حركيا في ثبوت الإعاقة بشكل دائم حيث لتجدي معها عملية الإصلاح والتقويم أو التدخل الطبي الجراحي ،أو غيرها من الوسائل ويشتمل هذا المستوى على برامج العلاج التأهيلي ويهدف القصد منها :

- 1- تدريب المعاق أو إعادة تدريبه لتحقيق عملية التوافق مع البيئة في ضوء الواقع دون إنكار الإعاقة كحقيقة دائمة.
- 2- أن يتعرف المعوق على طبيعة إعاقته وان يتقبلها ويتعود على الحياة مع وجودها.
- 3- التعود على الظروف المتجسدة بحكم الإصابة أو المرض ومحاولة مواجهتها والتغلب عليها عن طريق تنمية أوجه القوة المتوفرة لديه.
- 4- إعادة التدريب على النشاطات اليومية الحياتية على الرغم من وجود الإعاقة.
- 5- مواصلة التحصيل العلمي و المهني متى توفرت للمعوق القدرة على ذلك.

6- الاعتماد على النفس وعدم الاتكال على الآخرين بقدر الإمكان ,ماعدا في الأمور التي تحول الإعاقة نفسها بين المعوق وإمكانية التحقيق ,فضحايا الشلل الرباعي على سبيل المثال يحتاجون للمساعدة للانتقال من الكرسي المتحرك إلى الفراش.

7- تشجيع المعوق على اندماجه في المجتمع والاختلاط بفئاته المختلفة دون المعانات من الضغوط النفسية أو الشعور بالنقص. (الخطيب، صفحة264)

* الخلاصة :

وعليه فان الآثار الناتجة عن الإعاقة الحركية تعتبر حاجزا , لذلك لم تكن فرصة لدى المعوق لإبراز قدراته وهذا عن طريق الاندماج في المجتمع , وبعد تبين مختلف التعارف والتصنيفات الخاصة بالإعاقة الحركية ومخلفاتها على المستويات (الاجتماعي والنفسي ,والبدني) استخلصنا أن الإعاقة الحركية يمكن أن تقهر إذا كان لدى المعوق إرادة قوية لمواجهة الصعوبات والعيش كالآخرين , وكذلك استخلصنا أن الحاجيات تظهر عند المعاقين بصورة اكبر كالحاجة إلى تحقيق الذات ومن بين السبل السليمة والسريعة التي تحقق ذلك هو إدماج المعوق حركيا في حصص رياضية التي تحقق له الاندماج وتعوده التعامل مع الأسوياء من جهة ومن جهة أخرى كتعويض نفسي مهم جدا في حياة المعاق حركيا مستقبلا .

تمهيد :

استطاع المعاقون حركيا عبر مراحل عديدة أن يفرضوا وجودهم ويشاركوا في اغلب الرياضات التي عادت عليهم بنتائج جد مرضية وخاصة تلك المحققة في رياضة السباحة والعب القوي ورياضة الكراسي المتحركة .

وتفيد السباحة المعاق في التأهيل واستعادة إحساسه بوضع جسمه، كما تفيد عملية تعليم السباحة للمعاق من رفع مستواه وتزيد من تطور أداءه ويعتبر التعلم من العوامل التي ترغب المعاق في مواصلة التدريبات بصفة منتظمة وفي فصلنا هذا سنتطرق الى دراسة بعض المهارات الأساسية.

1- مفهوم الرياضة: ترجع كلمة رياضة إلى اللفظ اللاتيني لكلمة disportare والتي اقرنت في العديد من المراجع العالمية بتفسيرات متنوعة ,تناولتها في بعض الأحيان باعتبارها كلمة مجردة ,وفي أحيان أخرى بشرح تفصيلي لطبيعتها الفنية أو الاجتماعية أو الفلسفية والتي تخرج عن نطاق هذا الكتاب تحليلا كان أو مناقشة حيث تناولها في هذا الخصوص العديد من العلماء والخبراء مثل البارون كوبرتن 1949م, بويت 1968, ديميم 1942م, دوفرين 1950, وغيرهم وان كان من الملائم أن نلقي الضوء على أمثلة مختلفة لتلك التعارف. (رياض، 2000)

*ففي تعريف لويد نز 1962م قال أن الرياضة جزء من الثقافة الجسدية من خلال أنشطة إيقاعية قوية تتناول الجوانب الوظيفية البدنية والنفسية .

*وعرفها ستر هلبدوتج بأنها الأنشطة ذات العمليات المتنوعة ,وفي أي منافسة رياضية يعتبر النشاط في حد ذاته أهم النتائج المتوقعة لتلك المنافسة .

*وعرفها لوزين 1970م بأنها نشاط تنافسي بين الأفراد وتعتمد في قواعدها الأساسية على المهارة البدنية والتي تتأثر بدورها بالعوامل الداخلية والخارجية، وتحدد العوامل الخارجية (كالأدوات والظروف الاجتماعية) بيعة استمرارية الممارسة الرياضية.

1-1 أهداف ممارسة الرياضة :

- تساعد الرياضة الفرد على تنمية الوعي بجسمه وبالعلاقة بين الزمان والمكان.
 - تنمي المهارات النافعة في حياة الفرد.
 - تساعد على إرضاء حاجاته إلى الحركة وتهدف إلى تحسين الحالة الصحية وتساهم في نمو الحركي المنتظم المتناسق .
 - تساهم الرياضة في الحياة الاجتماعية للفرد حيث تعرفه بنفسه , وتحكمه في ذاته وسلوكياته وتغرس فيه روح المسؤولية والاندماج في الجماعة. (واخرون، 1998)
 - تنمي الكفاءات العقلية والذهنية والبدنية وتصونها.
 - التمتع بالنشاط البدني والترويحي وشغل أوقات الفراغ.
 - إتاحة الفرصة للناخبين للوصول إلى تحقيق نتائج وطنية ودولية.
- إن ممارسة الرياضة تسمح بطرد كل الأمراض والنقائص وكذا الاضطرابات النفسية. (زيدان، 1982)

2-1- رياضة المعوقين :

عرف الإنسان منذ القدم القيمة الايجابية للممارسة الرياضية كعلاج للمرض والمعاقين حيث أن حركة الجسم ذو تأثير فعال في تخفيف الآلام , كما أن لها

دور ا في علاج الكثير من الأمراض في مختلف المراحل العمرية والمعاقين ,حيث تثبت أنها أحسن وسيلة للاحتفاظ بالصحة واللياقة والقدرة على أداء الأعمال بكفاءة ,وقد بدأت المجتمعات منذ الحرب العالمية الثانية في الاهتمام بالمعاقين عندما أصيب العديد من الأفراد بإعاقات مختلفة نتيجة للحروب , وأصبح هناك ضرورة لتأهيل هؤلاء الأفراد حتى تتلاءم مع قدراتهم ودرجة إعاقاتهم لذلك بدا التأهيل الطبي و الاجتماعي المهني للمعاقين وبدأت الحكومات تهتم برعايتهم وتأهيلهم من خلال الهيئات الحكومية والأهلية,وذلك بتوفير العديد من المجالات الرياضية والترفيهية ونجد أن المجال الرياضي خصب بأنشطته المتنوعة ,حيث يجد المعاق مايتناسب مع قدراته وإمكاناته وهناك حقيقة هامة هي :يجب أن لأسبب له الممارسة في أي أعراض جانبية تزيد في حالته سوءا بحيث يصعب علاجه,لذلك لا بد أن تتم الممارسة في أي أعراض جانبية تزيد في حالته سوءا بحيث يصعب علاجه لذلك لا بد أن تتم الممارسة لكل نوع من الإعاقة سويا ,لكي يتم التجاوب في نفس الوقت يستفيد المعاق من تأثير الرياضة البدني والنفسي والعلاجي والحركي.

- كما ترتبط الرياضة بالجانب الخلفي حينما يحترم اللاعب الخصم والحكم وأصول اللعب ,لذلك فهي تؤدي إلى صقل اللاعب وتنمية قدراته. (فرحات، صفحة 1999)

فالتدريب الرياضي يعتني بالنواحي البدنية والمهارة في الحركة والأداء أما التربية الرياضية الحديثة فأصبحت تسعى نحو مفهومها الصحيح وهو تطبيق لنشاط الحركي البدني في أشكاله المتعددة ومن هذا كان أول من اهتم برياضة المعوقين هو الطبيب " لود فيدج جاثمان " بمستشفى " سطوك مند فيل " بانجلترا حيث يعتبر من مؤسسي رياضة المعوقين .

- وهذا واضح من خلال الرسالة التي كتبها عام 1965م وهي الآن معلقة في القاعة الرئيسية في "سطوك مند فيل" والتي تنص على:

"إن هدف العاب سطوك مند فيل هو انضمام المشلولين من الرجال والنساء في حركة رياضية عالمية واحدة، وان الروح الرياضية الحقيقية التي تسودهم اليوم تعطي الأمل الآلاف من المشلولين وليس هناك عون أعظم يمكن تقديمه للمجتمع فيه مشلولين لمساعدتهم من خلال المجال الرياضي لتحقيق الصداقة والتفاهم بين الشعوب، لذا قام السيد "لود فيدج جاثمان" سنة 1948م بتنظيم العاب "سطوك مند فيل" عندما قام باشتراك فريق مكون من 18 مشلولاً من قدامى المحاربين من بينهم سيدتان في مسابقات دولية للرماية، في نفس الوقت تم افتتاح الدورة الاولمبية العامة في لندن ثم أضيفت العاب أخرى في السنوات التالية مثل: رياضة السباحة، كرة السلة، العاب الميدان، والمضمار والسلاح، تنس الطاولة ورفع الأثقال والبولينج. (صالح عبد الله الزغبى، 2000)

ومن هذا كله يتبين لنا إن التربية البدنية تعمل كنظام تربوي بالدرجة الأولى لتقديم خدمات للمعوقين في مجال إعادة التكيف والإدماج الاجتماعي والتأهيل الحركي والتي تعمل على تحسين أو التقليل من الآثار السلبية الناجمة عن الإعاقة . (M.arransart)

1-3- أهمية الممارسة الرياضية بالنسبة للمعاقين حركيا :

-الاستفادة من الرياضة كعامل علاجي هام : ممارسة الرياضة للمعاقين هي وسيلة علاج طبيعية على شكل تمارين تاهيلية علاجية وكأحد المكونات الهامة للعلاج الطبيعي في استعادة اللياقة البدنية بالدرجة كبيرة جدًا وبالتالي استعادة لكفاءته ولياقته العامة في الحياة كما تساهم تلك التمرينات في تغلب المعاق على

ما يصادفه من إرهاق عضلي مثل :مرحلة مابعد الخروج من الجبس البتر والشلل العصبي .
(رياض، صفحة 21، 2000)

-إعادة تأقلم المعاق في المجتمع:من أهداف الرياضة للمعاقين تسهيل سرعة استفادتهم وإفادتهم للمجتمع بانتظامهم بما يسمى بالعلاج المهني ونهدف أيضا إلى التأهيل المهني اللازم للمعاق وتنمية وتطور أداءه لمهنته الجديدة.

وهناك العديد من الرياضات التي يستطيع المعاق أن يشارك فيها مثل : الرماية ;البولينج البلياردو , السباحة...الخ ومن ذلك يستطيع المعاق أن يندمج بفاعلية في رياضة مشتركة مع الأصحاء وبالتالي مع المجتمع وتساعد الرياضة في :

- التعرف بالطريقة الأحسن على الجسم وقدراته.

- توسيع وتنويع مجالات التعبير والتجربة.

- إدراك هذه الفئة لإمكانياتها وقدراتها على المشاركة والحصول على الألقاب.

-التأقلم مع الظروف المعيشية اليومية المتغيرة. (لاحية جمال، 2002-2003،
صفحة 16)

-الاستفادة من الجوانب الايجابية النفسية الرياضية الترويحية :لرياضة المعاقين جوانب ايجابية عميقة تفوق كونها علاجاً بدنياً لهم فيتعدى الأمر كونها طريقة ووسيلة ناجحة وجيدة للترويح النفسي للمعاق ,كما تشكل له جانبا مهما لاسترجاع عناصر الدفاع الذاتية والصبر والرغبة في اكتساب الخبرة والتمتع بالحياة كما تساهم الرياضة الترويحية بدور ايجابي كبير في إعادة التوازن النفسي للمعاق وللتغلب على الحياة الرتيبة والمملة مابعد الإصابة ,وتهدف إلى غرس عناصر الاعتماد والثقة بالنفس والانضباط وروح المنافسة الصحيحة والصدقة لدى

المعاقين وتدعيم الجانب النفسي والعصبي لإخراج المعاق من عزلته التي فرضها على نفسه في المجتمع . (رياض، صفحة22)

2- ماهية وأهمية السباحة :

2-1تعريف السباحة: هي إحدى أنواع الرياضات المائية التي تستخدم الوسط المائي كوسيلة للتحرك فيه وذلك عن طريق تحريك الذراعين والرجلين والجذع من اجل رفع مستوى الكفاءة للفرد. (وجدي مصطفى الفاتح، 1999)

تسمو رياضة السباحة كونها تمثل القدرة الذاتية المجردة للإنسان للتعامل والتحرك في وسط غريب عن الوسط الذي خلق فيه لذلك تعتبر السباحة أهم الرياضات المائية التي تهيب للنشء الفرصة للتنشئة التربوية المتكاملة من جميع الجوانب لما لها من أهمية في التأثير على أجهزة الجسم المختلفة.

2-2- فوائد السباحة :

***الفوائد الجسمية :** لها دور في التكوين الجسمي العام من خلال تأثير التمارين المائية التي تكسب الفرد نمواً متزاناً فيه تناسق ورشاقة، وللسباحة تأثير كبير على نمو العضلات ومرونة العمود الفقري بالإضافة إلى زيادة تحمل الفرد ورشاقته.

***الفوائد الفيزيولوجية :** تؤثر السباحة تأثيراً كبيراً على أجهزة وأعضاء الجسم، حيث تزيد من قدرة الجهاز الدوري لان درجة حرارة الماء البارد تسبب في البداية بعض الضيق للأوعية الدموية وبالتالي لعضلة القلب بالإضافة إلى تأثيرات على الأعضاء الداخلة للبطن مما يؤدي إلى تسهيل عملية الهضم. (سالم، 1997)

***الفوائد الترويحية والاجتماعية :** لرياضة السباحة دور في تعميق الناحية الاجتماعية فهي تعمل على إيجاد علاقات جيدة مع السباحين الآخرين وبقيّة أفراد الأسرة عند الاشتراك

بنشاط جميل مما يعمل على إضافة روح الألفة والتعاون بينهم، كما يظهر وجوه السباحين وتتجلى الفوائد الترويحية عند ممارستها بغرض اللعب والترفيه وقت الفراغ في نشاط بدني مفيد ومحبيب للنفس فهي تساهم في حل مشكلة الفراغ للفرد.

*الفوائد التربوية العقلية : السباحة تكتسب الفرد صفات حميدة في النواحي الخلقية والعقلية ويظل الفرد يتمتع بها في حياته فهي تغرس سمات خلقية عظيمة من الحب والتضحية والمروءة والشهامة. (حسن، 2006)

*الفوائد الصحية والعلاجية : تعد السباحة من الطرق العلاجية المهمة لمن لهم عاهة في الجسم أو في جزء منه على إن يكون ذلك تحت إشراف المختصين في العلاج الطبيعي وأحيانا في أحواض خاصة. (سالم و.، 2006)

2-3- أهمية السباحة للمعاقين:

دخلت السباحة كرياضة تاهيلية وعلاج مائي للمعوقين وأثبتت جدارتها وتأثيرها في مختلف أنواع الإعاقات وبالأخص الشديدة منها لتعطي للمعوق أفق المستقبل، والسباحة تفيد في استعادة الإحساس عند وضع المعوق بالشلل النصفي السفلي خاصة، لذلك يعتبر انتقال المعوق من الكرسي المتحرك إلى حمام السباحة حالة نفسية ترتقي به إلى حال أفضل يستفاد منها وظيفيا ونفسيا.

كما ان ممارسة المعوقين للسباحة يؤدي إلى الإقلال من فرص الإصابة بأمراض القلب والضعف العام وارتفاع ضغط الدم، حيث تساعد على اتساع اللياقة البدنية ويفضل الربط بين العوامل المتضمنة للعجز البدني والحماية القصوى والوعي الذاتي والضغط الاجتماعي نجد أن المعاقين غالبا ما يقوموا بالسباحة، وهذا الأداء القليل يؤثر ايجابيا على

الكفاءة لبعض مجموعات العضلات والجهاز الدوري التنفسي .

* لذلك يظهر أن السباحة تهدف إلى تشجيع المعاقين لتحسين لياقتهم البدنية بأنفسهم من خلال تنافسهم مع زملائهم بطريقة ذاتية تهتم بالاعتماد على النفس ليتم تكييفهم على مقاومة الإرهاق (الزروق، 2000)

2-4 مجالات السباحة :

أولاً: السباحة التنافسية: تمارس وفقا لقواعد محددة ومعروفة من خلال الاتحاد الدولي للسباحة وذلك حيث عدد السباقات وطريقة السباحة والبدء والدوران لكل نوع من الأنواع, وتتطلب السباحة التنافسية بذل أقصى جهد واستعدادا نفسيا وبدنيا وعقليا لمحاولة تسجيل أقصى زمن ممكن للمسافة المقررة . (حسنين، 2000)

ولتحقيق ذلك يجب أن يخضع السباح لبرنامج تدريبي مقنن ومستمر تتطلب منه بذل كثير من الوقت والجهد لتحقيق افضل النتائج.

*مسابقات السباحة التنافسية حسب قانون اتحاد السباحة الدولي :

*السباحة الحرة (50م – 100م – 200م – 400م – 800م للنساء و1500م للرجال).

* مسابقات سباحة الظهر 100م – 220م.

* مسابقات سباحة الصدر 100م – 200م.

*مسابقات سباحة الفراشة 100م – 200م.

*مسابقات الفردي المتنوع 200م – 400م.

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

ثانيا :السباحة التعليمية :

السباحة التعليمية واحدة من أهم مجالات السباحة ,في أساس لاغنى عنه للانتقال إلى المراحل المتقدمة للوصول إلى الانجاز العالي,بالإضافة إلى كونها الأساس لممارسة مهارات السباحة بدءا بمصادقة الماء والتكيف معه إلى الطفو والانسحاب والوقوف في الماء ومهارات السباحة التمهيديّة مثل السباحة على الصدر والظهر وصولا إلى اكتساب الفرد الطرق التنافسية الأربعة (الحرّة , الظهر ,الصدر , الفراشة).

ثالثا :السباحة العلاجية :

يجمع الخبراء على أن رياضة السباحة تكاد تمثل المرتبة الأولى من حيث قيمتها العلاجية مقارنة بالأنشطة الأخرى،وذلك لان المعوق القدرة على الحركة في الماء بصورة اكبر من اليابسة حيث أن وزن الجسم يفقد جزءا من وزنه يساوي وزن السائل المزاح,هو يبذل جهدا اقل للاحتفاظ بالاتزان , كما أن الألم الذي يعاني منه على الأرض بسبب وزن جسمه يقل بدرجة كبيرة في الماء ,بالإضافة إلى الناحية النفسية التي تزيد من ثقة المعوق بنفسه عندما يرى إمكانية تعلمه لمهارات السباحة وسهولة تحركه في الماء مما ينمي لديه اتجاهات ايجابية نحو نفسه ونحو الآخرين .

رابعا :السباحة الترويحية : تعد رياضة السباحة من الأنشطة الترويحية المهمة التي تستطيع ان تضيفي لونا بهيجا على الحياة بعد عناء العمل للتحرر من الضغط والتوتر الذي يصاحب رتابة الحياة اليومية فهو يمارس بغرض اللعب والتسلية واللهو والترفيه وما يصاحبها من ضحك وسعادة ومرح باعتبار أنها نشاط طوعي يميل إليه ويستمتع به.

3-الخطوات التعليمية لممارسة السباحة :

3-1- تعلم ضربات الرجلين :

3-1-1- أداء ضربات الرجلين خارج .

3-1-2- أداء ضربات الرجلين مع السند على حافة الحائط الفائض بمساعدة الزميل .

3-1-3- أداء ضربات الرجلين بمساعدة لوحة تدريب السباحة.

3-1-4- أداء ضربات السباحة بمساعدة لوحة التدريب.

3-1-5- أداء ضربات الرجلين مع الطفو الأفقي (الذراعين عالياً).

3-1-6- أداء ضربات الرجلين مع سباحة الكلب.

3-2- تعلم حركات الذراعين:

3-2-1- أداء حركات الذراعين خارج الحوض.

3-2-2- أداء حركات الذراعين مع سند القدمين على حافة الفائض أو ماسورة التدريب

بالمساعدة.

3-2-3- أداء حركات الذراعين مع سند القدمين على حافة الفائض بدون مساعدة.

3-2-4- أداء حركات الذراعين مع سند القدمين على مخدات السباحة.

3-2-5- أداء حركات الذراعين بمساعدة الزميل .

3-2-6- أداء حركة الذراعين دون مساعدة الزميل. (حسن، صفحة 97، 2006)

3-3- تعليم التنفس :

3-3-1- يقف المبتدئ ويأخذ بكلتا يديه كمية من الماء ويقوم بطرد الزفير فيها.

3-3-2- يقف المبتدئ مستندا باليدين على حافة الفائض ويأخذ شهيق ثم يطرد الزفير تحت سطح الماء.

3-3-3- أداء حركة التنفس باستناد احد الذراعين على لوحة ضربات الرجلين (يؤدي التمرين مع المشي بعرض الحوض).

3-3-4- أداء حركة التنفس باستناد احد الذراعين على لوحة ضربات الرجلين بينما يتخذ الذراع الآخر نهاية حركة الدفع أثناء اخذ الشهيق.

3-3-5- يقف المبتدئ في الماء والذراعان أماما والرأس بينهما بينما يقوم بعملية الشهيق والزفير في الماء على ان يكون اخذ التنفس وطرده دائما من جهة واحدة.

3-3-6- يؤدي المبتدئ نفس التدريب السابق مع وضع الجسم الأفقي على سطح الماء وذلك بتعليق الرجلين على حافة الحوض بمساعدة الزميل ثم بدون هذه المساعدة. (واخرون ع،، 2002)

3-4- الربط بين حركات الذراعين والرجلين والتنفس :

3-4-1- أداء الرجلين مع عمل دورة واحدة بالذراعين.

3-4-2- أداء ضربات الرجلين مع التدرج في زيادة المسافة وعدد دورات الذراعين.

3-5- الربط بين حركات الذراعين والتنفس.

3-5-1- الربط بين حركات الذراعين والتنفس مع المشي بعرض الحوض.

3-5-2- أداء حركات الرجلين والذراعين مع التنفس لمسافة قصيرة ثم تزداد المسافة مع التدرج .

4-النواحي الفنية للحركة في السباحة :

-أولا المرحلة الأساسية :

-يمكن تعريفها بأنها حركة عامة للعضو العامل والتي تنتج تحرك الجسم في الاتجاه

المطلوب في أي وضع داخل الوسط المائي ومن مراجعها مايلي :

- المسك : هي عملية تتضمن وضع الكتف أمام اكبر كمية من الماء وبسرعة تتناسب مع سرعة التحرك.

- الشد :هي أول عملية أساسية يتم من خلالها جذب الجسم وتقتصر على الذراعين ومنه

يعرف الشد على انه عملية جذب الجسم في الاتجاه المطلوب عن طريق تقريب محور الارتكاز (مفصل الكتف) من نقطة المسك حتى تتعامد الذراع في مستوى الجسم ,ويختلف الذراع في نهاية هذه الحركة بالنسبة لطرق الأداء.

- الدفع : هي العملية الأساسية الثانية بالنسبة للذراعين والوحيدة بالنسبة للرجلين في جميع طرق السباحة حيث تتواصل الحركة الدافعة حركها عملها في الأذرع لدفع الجسم في اتجاه الحركة,وكذلك تقوم الرجل بنفس العمل وبالتالي فالدفع هو عملية دفع للجسم نحو الاتجاه المطلوب بدا بمحور الارتكاز (مفصل الكتف او مفصل الفخذ) ودفعه بعيدا عن مستوى نهاية حركة الشد بالذراعين او نهاية تسحب القدم بالنسبة للرجلين ,وتستمر هذه الحركة في تقسيم العضو تماما بجانب الجسم سواء الذراعين او على استقامة الرجلين. (وجدي مصطفى الفاتح، 1999)

5- مفهوم مصطلح المهارات الحركية :

إن مصطلح المهارات الحركية الأساسية (Fundamental Motor Skills) يطلق على النشاطات الحركية التي تبدو عامة عند معظم الأطفال وتتضمن نشاطات مثل رمي الكرات والتقاطها، والقفز والوثب، والحجل، والتوازن، وتعد ضرورية للألعاب المختلفة التي يقوم بها الأطفال.

ويضيف (ورمضان، 1987)) إن مصطلح المهارات الحركية الأساسية يشير إلى "بعض مظاهر الإنجاز الحركي التي تظهر مع مراحل النضج البدني المبكرة مثل الحبو، والمشي، والجري، والدحرجة، والوثب، والرمي، والتسلق، والتعلق، ولأن هذه الأنماط Patterns الحركية تظهر عند الإنسان في شكل أولي، لذا يطلق عليها أسم المهارات الحركية الأساسية Fundamental Skills أو الرئيسية BasicSkills .

كما عرفها (واحد، 1984) بأنها "تلك الحركات الطبيعية الفطرية التي يزاولها الفرد ويؤديها بدون إن يقوم أحد بتعليمه إياها مثل المشي، والجري، والقفز، والتعلق".

بينما عرفت (علي، 1999) المهارات الحركية الأساسية بأنها "اشكال ومشتقات الحركات الطبيعية والتي يمكن التدريب عليها واكتسابها في عديد من الواجبات الحركية التي تشكل تحدياً لقدرات الطفل من اجل اكتساب حصيلة جيدة من مفردات المهارات الحركية".

وتعد المهارات الحركية الأساسية متطلباً رئيسياً وقبلياً لأغلب المهارات المتعلقة بالألعاب الرياضية، وان الفشل في الوصول إلى التطور والإتقان لهذه المهارات يعمل كحاجز لتطور المهارات الحركية التي يتم استخدامها في الألعاب الرياضية إذ تؤكد ذلك (عثمان، 1984) أنه "من الصعب إن يصبح الفرد ناجحاً في الأداء الحركي في لعبة كرة السلة على سبيل المثال إذا لم تصل مهاراته الأساسية في الرمي واللقف والمحاورة والجري إلى مستوى النضوج فهناك حاجز مهاري Proficiency Barrie بين نمو أنماط مرحلة

المهارات الحركية الأساسية وأنماط مرحلة مهارات الألعاب"، كما يؤكد ذلك (حسان، 1989) بأن الطفل إذ لم يتمكن من تطوير المهارات الحركية الأساسية في مرحلة ما قبل المدرسة سوف يؤدي ذلك

إلى مواجهة الطفل صعوبات كبيرة في تعلم مهارات الألعاب الرياضية في مراحل الطفولة والمراهقة وهذا ما يسمى بـ "حاجز الكفاءة".

ويضيف (راتب، 1999) إلى إن المهارات الحركية الأساسية التي تمتد فترتها ما بين 2-7 سنوات تحتل أهمية مميزة بالنسبة لتطور مراحل النمو الحركي، وتعد أساساً لاكتساب المهارات العامة والخاصة المرتبطة بالأنشطة الرياضية المختلفة في مراحل النمو التالية وخاصة أثناء فترة الطفولة المتأخرة والمراهقة.

وتضيف الباحثة بأن هذه المهارات تعد بمثابة القاعدة الأساسية للممارسة الحركية للطفل إذ تعد الأساس المتين الذي تبنى عليه غالبية الألعاب الرياضية، لذلك فمن الأهمية إن تتبوا مناهج تطوير المهارات الحركية الأساسية وأنماطها لمكانة الملائمة والمبكرة من حياة الطفل، وإن هذه المهارات يجب إن لا تتأثر هذا الإهمال من خلال افتراض غير سليم مغزاه إن الطبيعة كفيلة بتنميتها، فعلى الرغم من إن تطور هذه المهارات يرجع إلى عوامل وراثية، إلا إن البيئة وما يتصل بها من تعليم وتدريب لها دور كبير في تطويرها لذلك فمن الأفضل إن نكسب ظروفًا بيئية مناسبة لتطوير هذه المهارات في مرحلة ما قبل المدرسة حيث تعد هذه المرحلة مرحلة حيوية ومهمة للتطور الحركي عند الأطفال، إذ يؤكد (خيون، 1994) بأنه "من المهم توفير ظروف بيئية جيدة لأطفال ما قبل المدرسة لغرض إعطاءهم فرصة تطوير المهارات الحركية الأساسية فطفل المدرسة الابتدائية الذي لم تتوفر له الرعاية والتشجيع والمناخ الملائم نجد أنه يقوم برمي الكرة أو الوثب مستخدماً أنماطاً حركية لا تتعدى تلك التي يقوم بها طفل في الثالثة من عمره".

6- تصنيف المهارات الحركية الأساسية:

لقد تضمنت المؤلفات المتنوعة من بحوث ودراسات وكتب في مجال المهارات الحركية الأساسية تصنيفات متعددة لهذه المهارات وذلك نظراً لتباين وتنوع وجهات النظر، ولكن يمكن تصنيف المهارات الحركية الأساسية إلى ثلاث فئات رئيسية تمثل وجهة نظر كل من (قاليهيو، 1982)، و (عثمان، 1984)، و (راتب ا.، صفحة 1982))، (النجار، 1999)، وفيما يأتي عرض لتصنيفات المهارات الحركية الأساسية على حسب وجهات النظر السابقة :

6-1- المهارات الانتقالية:-

وهي تلك المهارات التي تؤدي إلى تحريك الجسم من مكان إلى آخر عن طريق تعديل موقعه بالنسبة لنقطة محددة على سطح الأرض، وتشمل المهارات الانتقالية، المشي، والجري، والوثب الطويل والعمودي، والحجل والتسلق.

6-2- مهارات المعالجة والتناول:-

وهي تلك المهارات التي تتطلب معالجة الأشياء أو تناولها بالأطراف كاليد والرجل أو استخدام أجزاء أخرى من الجسم وتتضمن هذه المهارات وجود علاقة بين الطفل والأداة التي يستخدمها وتتميز بإعطاء قوة لهذه الأداة أو استقبال قوة منها، وتجمع مهارات المعالجة والتناول بين حركتين أو أكثر، ومن خلال هذه المهارات يتمكن الأطفال من استكشاف حركة الأداة في الفضاء من حيث تقدير كتلة الشيء المتحرك، والمسافة التي يتحركها، وسرعة واتجاه الاداة، وتشمل مهارات المعالجة والتناول مهارات كالرمي، والاستلام(اللقف)، والركل، ودرجة الكرة، وطبطة الكرة، والضرب، والالتقاط.

3-6- مهارات الاتزان الثابت والحركي:-

وهي تلك المهارات التي يتحرك فيها الجسم حول محوره الرأسي أو الأفقي وتتضمن هذه المهارات :

. الاتزان الثابت:- ويقصد به القدرة التي تسمح للطفل بالاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة.

. الاتزان الحركي:- ويقصد به القدرة التي تسمح للطفل بالتوازن أثناء أداء حركي معين، وتشمل مهارات ثبات واتزان الجسم مهارات كالثني، والمد، والمرجحة، واللف، والدوران، والدرجة، والاتزان المقلوب، والاتزان على قدم واحدة، والمشي على عارضة التوازن.

7- انواع المهارات الحركية :

تتكون المهارة من مجموعة من الاستجابات أو السلوكيات العقلية أو الاجتماعية والحركية أو الجسمانية، غير أنه في كثير من الحالات يغلب جانب من هذه الجوانب على غيره عند تصنيف المهارة، ومن ثم فقد صنفت المهارات على الوجه التالي:

7-1 المهارات العقلية: وهي التي يغلب عليها الأداء العقلي، وهذه المهارات يتطلب أدائها

توظيف العقل والتفكير؛ أي إنها تتطلب معالجة المعلومات والمفاهيم والمبادئ والتنسيق بينهما، وتوظيفها في تفسير المعلومات والتنبؤ بالنتائج وحل المشكلات، فعندما يواجه الفرد مشكلة فيبحث عن حلول لها إلى أن يتوصل إلى عدد من الحلول، ثم يخضع هذه الحلول للتجريب إلى أن يصل إلى الحل المناسب للمشكلة فهو هنا يمارس عددا من المهارات المعرفية، وفي هذه الحالة يطلق على هذه المهارات، مهارات حل المشكلات وهي إحدى أنواع المهارات المعرفية،

وتوجد مهارات حل المشكلات وهي إحدى أنواع المهارات المعرفية، وتوجد مهارات معرفية أخرى مثل مهارات الاستقصاء، ومهارات اتخاذ القرار، والاستماع والتحدث والقراءة والكتابة.

وهناك مهارات عقلية تشترك في التصنيف مع المهارات الحسحركية والفسحركية، مثل: مهارات القراءة والكتابة؛ لأنها تتطلب تنظيمًا دقيقًا بين عدد من أعضاء الجسم وحواسه وعضلاته، وعقل الإنسان وجهازه العصبي.

7-2 المهارات الحسحركية: يتضمن هذا النوع من المهارات أنواع السلوك الحركي الموجه نحو أشياء في البيئة الخارجية استجابة لمؤثرات معينة وردت عن طريق الحواس فاستثارت حركة أعضاء الجسم، ويغلب على هذه المهارات: مهارة الكتابة، مهارة التعبير اللغوي (النطق)، مهارة التمثيل الصامت، مهارات المشي، مهارة التقاط الأشياء، مهارة النسخ على الحاسوب وعلى الآلة الكاتبة، وكل هذه المهارات الحسحركية تعتبر عن سلوك موجه نحو التفاعل مع البيئة الخارجية، حيث تشكل استجابة لمثيرات البيئة التي يشعرها الفرد عن طريق حواسه.

7-3 المهارات الاجتماعية: وهي التي يغلب عليها الأداء الجماعي ويندرج تحت هذا النوع العديد من المهارات الفرعية ومن أمثلتها:

* المهارات الاجتماعية الشخصية (ومنها مهارات التعبير عن وجهة النظر بصورة ملائمة، والتحدث بصوت يلائم الموقف، والتعبير بصورة غير عدوانية)

* مهارات المبادرة التفاعلية (ومنها مهارات إلقاء التحية على الآخرين، التعريف بالنفس للآخرين، المبادرة بالحديث إلى الآخرين)

* مهارة الاستجابة التفاعلية (ومنها مهارات التعبير بالابتسام عند مقابلة الآخرين، الإصغاء بعناية للفرد المتحدث، احترام أفكار الآخرين مهما بلغت درجة الاختلاف).

7-4 المهارات النفسحركية: وهي مجموعة المهارات الأدائية الراقية التي تحتاج في تعليمها وتعميقها وقتًا وجهداً وتنظيمًا وتنسيقًا دقيقًا بين عدد من أعضاء الجسم وحواسه وعضلاته وبين عقل إنسان وجهازه العصبي، ومن أمثلتها: استخدام الآلات الموسيقية، والنسخ على الآلة الكتابية، وأداء التمارين الرياضية، ومهارات التوصل غير اللفظية وأنماط السلوك المرتبطة بها كالحركات والإيماءات واستخدام الأجهزة والأدوات.

وخلاصة ما سبق، أن تعلم الأداء الماهر، سواء أكان عقليا أم نفسحركية يتطلب الشروط نفسها، فتعلم أية مهارة يستلزم تعلمًا سابقًا ينبغي مراجعته كالمصطلحات والمفاهيم والقواعد لا بد من إتقانها، كما يتطلب ممارسة وتدريبًا على التنسيق بين النشاط العقلي للأداء والتغذية الراجعة الداخلية، والخارجية اللازمة لتحسين الأداء وتطويره.

6- بعض المهارات الأساسية في السباحة:

6-1- التوازن في الماء:

***قابلية التوازن:** يعد التوازن الحجر الأساس لتعلم السباحة ، لأنه العامل الأول الذي يجب ان يتعلمه المبتدئ ، وبعدها يتم تعلم بقية الحركات الخاصة بالسباحة . وقد وجد من خلال الدراسات التجريبية بأن تعليم التوازن يتطلب الفهم الصحيح من قبل المعلمين القائمين بالتعليم وطريقة تنفيذها وتعليمها خلال المراحل الأولية للتعلم ، فضلا عن المعرفة الكاملة للعوامل الطبيعية المؤثرة على أجسامنا عند الدخول في الماء ، ومن ثم التدرج في تعلم الحركات اللاحقة. ان تعليم حركات السباحة تستدعي الخبرة والتجربة والقابلية البدنية للقائم بالتعليم، بمعنى ان ما تعلمه المعلم من حركات وتم الاحتفاظ بها من معلومات يجب ان تأخذ مكانها عند تعليمه السباحة للمبتدئين(غير المتعلمين).

وفيما يخص العوامل الطبيعية فأنا على الأرض نشعر بالتوازن القائم على مقاومة الجاذبية الأرضية ، حيث أن كامل الجهاز الحركي يتحدد بواسطة عدد البرامج الحركية المخزونة في الدماغ لإنتاج التوازن المطلوب ، أما في الماء فأن هناك حالات كثيرة معقدة ، لأننا نشعر بتأثير قوتين هما الجاذبية والطفو ، والتي تتكون في الدماغ عن طريق التعلم وخرن المعلومات لتكوين برامج حركية جديدة خاصة بالدخول في مثل هذا المحيط الجديد. (للسباحة)

2-6- مهارة الانسياب (الانزلاق) :

هي مهارة مهمة لتعليم السباحة تعد تمرين أساسي للتقدم بالوضع العام للجسم ويعطى الانسياب الأمامي والخلفي لكي نحافظ على وضع الجسم وموازنته واخذ الوضع الأفقي على سطح الماء بصورة صحيحة.

* تقسم تمارين الانزلاق الى نوعين :

-الانزلاق الأمامي: يكون نظر المتعلم مواجهاً للماء ويكون الوجه مواجهاً لقعر البركة أو حوض السباحة، والجسم ممتداً فوق سطح الماء والرأس بين الذراعين.

- الانزلاق الخلفي: يكون نظر المتعلم مواجهاً للأعلى، وينزلق الجسم بحيث يكون ممتداً فوق سطح الماء والرأس بين الذراعين وينتهي قليلاً إلى الخلف.

وتكون تمارين الانزلاق على شكلين :

- الانزلاق الثابت : هو انزلاق الجسم فوق سطح الماء دون إجراء أي حركة من الأطراف العليا والسفلى ويؤدى بالوضع الأمامي والخلفي .

- الانزلاق المتحرك : ويقصد به انزلاق الجسم فوق سطح الماء مع حركة الرجلين أو الذراعين أو كلاهما معاً ويؤدى بالوضع الأمامي والخلفي .

*تمارين الانزلاق الأمامي : ينزل المبتدئ إلى الحوض في منطقة الضحل ويسند ظهره على الحائط (جدار الحوض) ويضع إحدى قدميه على حافة الحوض والثانية على أرض الحوض ثم يمد ذراعه إلى الإمام ، وبعدها يأخذ شهيقاً بواسطة الفم ويكتم النفس ويدفع بالقدم المستندة على جدار الحوض وينساب الجسم ويكون الرأس بين الذراعين وفي نهاية الانسياب يطرح الزفير، وتحريك الرأس إلى الخلف وثني الرجلين وتحريك اليدين للأسفل ومد الركبتين لاتخاذ وضع الوقوف.

*تمارين الانزلاق الخلفي :

يمسك المبتدئ حافة الحوض وهو مواجهاً للحوض ويقوم بثني الركبتين على الصدر ويكون باطن القدمين ملاصقين على الحائط ثم ترك اليدين الحافة ويدع الجسم ينساب ببطيء إلى الخلف حتى تصبح الكتفين أسفل سطح الماء عندها يدفع الحائط ويترك الجسم ينساب إلى الخلف مع توجيه النظر إلى الأعلى والأمام قليلاً واليدين تكون بجوار الجسم ، بعدها ثني الرأس غالى الأمام وثني الركبتين على الصدر ودفع الماء باليد ومد الركبتين لاتخاذ وضع الوقوف .

6-3الطفو في الماء :

6-3-1 مفهوم الطفو: الطفو هو حالة تكون خليط بين الفطرية والاكْتساب، تمكن الفرد من التواجد في محيط مائي عميق نسبياً وبشكل آمن دون انغمار الرأس. فهي تعتمد على عوامل بدنية وميكانيكية موجودة أصلاً في جسم الإنسان و لكنها بحاجة إلى تشذيب وتهذيب للاستفادة منها بالشكل الصحيح داخل المحيط المائي. وهنا نود ان نوضح معنى إن الطفو هو خليط بين الفطرية والاكْتساب، حيث أن القوانين الفيزيائية مثل قاعدة ارخميدس قد وضحت عملية

الطفو واعتمادها على كتلة الجسم وكثافته، وهما عنصران توصف بهما الأجسام بشكل ذاتي، وبالرغم من ذلك فعلى الإنسان أن يكتسب مهارة التعامل مع هذه القوانين داخل الماء وتسخيرها في سبيل إتمام الشرط الثاني لحصول عملية الطفو. (للسباحة، سلطنة عمان)

* وتعطي كلمة الطفو معنيين فيما يذكر في أدبيات السباحة :

2-3-6- الطفو بالشكل الأكاديمي: - ويقصد به ذلك النوع من الطفو الذي يكون مقدمة او مدخل لمهارات السباحة المتدرجة، ويكون على أشكال مختلفة (طفو القنديل، طفو النجمة، الطفو الممتد على البطن أو الظهر).

3-3-6- الطفو التقليدي: ويقصد به التعلق أو الوقوف داخل المياه العميقة باستخدام حركات الرجلين والذراعين مع بقاء الرأس خارج الماء.

- تمهيد :

سوف نتطرق في هذا الفصل إلى الدراسة الأساسية حيث نبين المنهج المعتمد في هذه الدراسة مجالات البحث والأدوات والوسائل المستخدمة في هذه الدراسة إلى جانب الدراسة الاستطلاعية, ثم بعدها تليها الدراسة الإحصائية لمعالجة البيانات والمعلومات المستخلصة بالإضافة إلى التطرق أهم الصعوبات التي اعترضتنا أثناء الدراسة .

1- منهج البحث :

استخدم الطالب المنهج التجريبي لمناسبته لتحقيق أهداف البحث والتحقق من فروضه .

2- مجتمع البحث : يتكون مجتمع البحث من سباحين معاقين حركيا ,جنس ذكور تتراوح أعمارهم بين 21 سنة و38 سنة.

3- العينة : تتكون من فريق جمعية النصر للسباحة للمعاقين حركيا بولاية مستغانم عددها 06 معاقين حركيا .

- تم اختيار العينة بطريقة مقصودة من المجتمع الاصيلي حيث تتكون من 06 أفراد :

- معاق مصنف طبيا ب : S7 (انحناء شديد في العمود الفقري).

-معاقان مصنفان طبيا ب: S8 (شلل نصفي طولي ,انحناء متوسط في الظهر)

-معاقان مصنفان طبيا ب: S9 (تشوه خلقي تحت مفصل الركبة)

- معاق مصنف طبيا ب : S10 (انحناء متوسط في العمود الفقري).

4- مجالات البحث :

-المجال البشري :تتوزع عينة البحث على الآتي :

الجدول رقم (01) يمثل تصنيف العينة :

الصنيف الطبي	درجة الاعاقة	المعاقين حركيا
S7	انحناء شديد في العمود الفقري	1
S8	شلل نصفي طولي	2
S8	انحناء متوسط في الظهر	3
S9	تشوه خلقي تحت مفصل الركبة	4
S9	تشوه خلقي تحت مفصل الركبة	5
S10	بتر في الساق تحت مفصل الركبة	6

-المجال المكاني :قام الباحث بإجراء الاختبار الخاص بالطفو لأفراد العينة في المسبح الموجود بالمركب الرياضي – الرائد فراج- بمدينة مستغانم.

-المجال الزمني :كان المجال الزمني العام لدراستنا ممتدا من شهر جانفي 2016 الى غاية شهر ماي 2016

- اجري اختبار العينة الاستطلاعية يوم 2016/01/04 على الساعة 00:15 بعد الظهر وأعيد يوم 2016/01/10 على الساعة 00:15 بعد الظهر.

5- متغيرات البحث :

المتغير المستقل هو : مهارة الطفو للمعاقين حركيا.

المتغير التابع هو :الوحدات التعليمية المقترحة.

- متغيرات متعلقة بالإجراءات التجريبية :

-استعمال أدوات القياس نفسها من بداية البحث الى نهايته.

- كانت ظروف إجراء الاختبارات هي نفسها .

- كانت عملية التسخين الإحماء من طرف الطالب المشرف عاى التدريب ,وكان تنفيذ الاختبارات والقياسات من طرف نفس الطالب القائم على الدراسة والذي هو بحد ذاته مدربا للمعاقين حركيا لجمعية النصر لولاية مستغانم.

- كانت الانطلاقة الأولية لعينة البحث من داخل مسبح المركب الرياضي الرائد فراج.

- متغيرات خاصة بالعينة :

- جنس و سن العينة :اجريت الدراسة على مجموعة من الذكور تتراوح اعمارهم بين 21سنة و35سنة

6- أدوات البحث : كانت أدوات البحث كالاتي :

1-المقابلة الشخصية مع العينة والهدف منها :التعرف على العينة المراد دراستها وتحديد الاختبارات المناسبة لها ,وتحديد مكان ووقت إجراء الاختبارات.

2- المصادر والمراجع والدراسات السابقة.

3- الدراسة الاستطلاعية :تجري الدراسة الاستطلاعية من اجل التعرف على المعوقات التي قد ترافق إجراء الاختبارات لتجاوزها أو تفاديها ولضمان الحصول على نتائج موضوعية ودقيقة,اذ يتبين من خلالها مدى صدق وثبات الاختبار ,وقد قام الطالب بإجراء

الاختبار على (03)أفراد من المجتمع الأصلي طبقت عليهم الاختبارات وكانت يوم 2016/01/04والاختبارات البعدية يوم2016/01/11.

4-صفارة - ميقاويه

6-لوح الطفو.

7-الأسس العلمية للأداة :

جدول رقم (01) يبين معامل الثبات والصدق للاختبارات المعتمدة في البحث.

المهارات	الاختبارات	معامل الارتباط (r)	ر الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-2	الدلالة الاحصائية	صدق الاختبار
التوازن	1-المشي بعرض الحمام ومستوى الماء عند الصدر	0.98	0.81	0.05	04	دال	0.98
	2-المشي بالخلف ذهابا وإيابا	0.98				دال	0.98
	3-القيام بقفزات بالرجلين معا للأمام وللخلف.	0.98				دال	0.98
	4-القفز برجل واحدة ذهابا وإيابا مع تغيير الرجل	0.99				دال	0.99
	5-عمل قفزات عالية مع الثبات في المكان	0.99				دال	0.99
الانزلاق	1-يدفع جسمه مستعملا لوح ومن دون تفريغ الهواء	0.84	0.81	0.05	04	دال	0.91
	2-يدفع جسمه مستعملا لوح مع تفريغ الهواء.	0.87				دال	0.93
	3-يدفع جسمه من دون لوح ومع تفريغ الهواء	0.82				دال	0.90
	4- يدفع جسمه من دون لوح ومن دون تفريغ الهواء	0.86				دال	0.92
الطفو	1-تعليم مهارة الطفو على الظهر بأوضاع مختلفة	0.94	0.81	0.05	04	دال	0.96
	2-تعليم مهارة الطفو على البطن بوضع النجمة	0.99				دال	0.99
	3-تعليم مهارة الطفو بوضع النجمة	0.99				دال	0.99

الصدق الذاتي: عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (04) وجدنا ان قيم (ر) لمعامل الصدق المحسوبة في الاختبارات اكبر من قيمة (ر=0.81) الجدولية هذا ما يؤكد الصدق للاختبارات , وان هذه الاختبارات تمتع بدرجة عالية من الصدق.

-الموضوعية: تقصد بالموضوعية البعد عن الذاتية اي اجتناب كل ما يهدف الى تحقيق مصلحة ذاتية فكلما كانت التعليمات الخاصة بالاختبار اكثر وضوحا اتسم الاختبار بالطابع الموضوعي وتظهر الموضوعية العالية في تطابق النتائج اذ ما قام مجموعة من المحكمين بحساب درجات الاختبار في نفس الوقت مع التسليم بالكفاءة و المهنية العالية للمحكمين (محمد حسن علاوي، 2000، صفحة 380)

ان الاختبارات المقترحة والمستخدمه في هذا البحث سهلة وواضحة الفهم وغير قابلة للتاويل وبعيدة عن التقويم الذاتي اذ ان الاختبار الموضوعي يبعد الشك , وبذلك تعد الاختبارات المستخدمة ذات موضوعية جيدة.

8- اسس وضع الوحدات التعليمية :

أ- جانب التحضير

- انطلاقا من الوحدة التعليمية ، استخراج الهدف الخاص .
- تحليل الهدف الخاص (الخاص بالحصه)، وتحديد مبادئها الإجرائية.
- تحديد المحتوى (الوضعيات التي تحقق الهدف بنسبة أكبر) مع مراعاة المستوى ، الوسائل ، طبيعة الجو....
- تحديد صيغة سيرورة التعلّم (بورشات ، أفواج ، فردي الخ...) .
- تحديد مدّة الممارسة للوضعيات.
- تحديد المهام والأدوار التي يقوم بها المتعلّمون .
- توقّع الحلول للصعوبات التي تواجه المتعلّم

ب- بناء الوحدة التعليمية وتطبيقها

- صياغة أهداف الحصص انطلاقا من النقائص (المعايير).
- توزيعها على المدى الزمنيّ (حسب عدد الحصص).
- تحديد محتوى (وضعيات تعلّم) لكلّ هدف.
- اعتماد التقويم التكويني كضابط ومعدّل مرافق لسيرورة التعلّم (في جميع الحصص) تطبيق الوحدات التعليمية / (الحصص).

9- الدراسة الإحصائية :

إن الغاية من الدراسة الإحصائية هي تزويد الباحث بالوسائل العلمية التي تسمح له بعملية تصنيف البيانات التي جمعت في دراسته والتي تعطيه القدرة على تقرير درجة الدقة التي تبدو عليها البيانات والاستنتاجات الخاصة بدراسة البحث .

- المتوسط الحسابي :

$$\bar{s} = \frac{\sum s}{n}$$

- الانحراف المعياري :

$$e = \sqrt{\frac{\sum (s - \bar{s})^2}{n-1}}$$

معامل الارتباط بيرسون:

$$\sqrt{\text{معامل الثبات}} = \text{الذاتي الصدق}$$

$$\sqrt{\text{معامل الثبات}} = \text{الذاتي الصدق} = r = \frac{\sum (ص - \bar{ص}) * \sum (س - \bar{س})}{\sum (ص - \bar{ص}) * \sum (ص - \bar{ص})}$$

10- صعوبات البحث :

- قلة الدراسات السابقة المحلية في هذا المجال .
- بعد مسكن السباحين وعدم اكتفائهم الذاتي.
- نقص الإمكانيات وقلة توفرها.

خلاصة:

تم التطرق في هذا الفصل الى المنهج المستخدم في الدراسة ,وكيفية اختيار العينة والأدوات والوسائل المستخدمة لجمع البيانات والدراسة الاحصائية وذكر اهم الصعوبات التي تعرض لها الباحثان اثناء الدراسة .

- مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار المشى بعرض حوض السباحة للعينه التجريبية.

الجدول رقم(01) : يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار المشى بعرض حوض السباحة للعينه التجريبية .

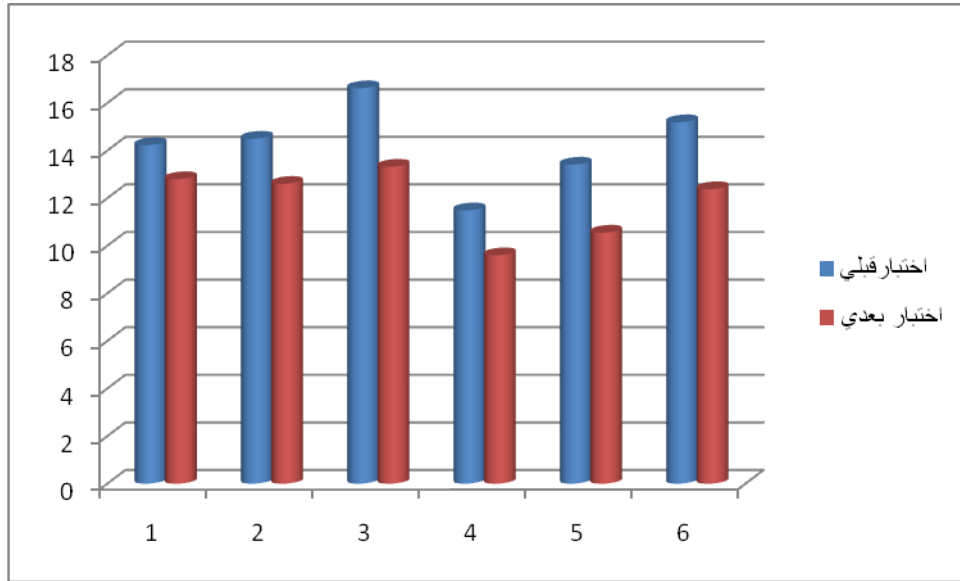
الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	درجة الحرية ن-1	الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س					
1-المشى بعرض الحمام ومستوى الماء عند الصدر	14.24	1.58	11.88	1.33	7.98	2.57	06	05	دال

درجة الحرية (ن-1) = 05 ومستوى الدلالة 0.05

* ملاحظة :الزمن له علاقة عكسية بالسرعة.

- نلاحظ من خلال الجدول ان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (14.24) و الانحراف المعياري بلغ قدره(1.58) بينما في القياس البعدى بلغ المتوسط الحسابي ببلغ (11.88) والانحراف المعياري الذي قدر ب(1.33) وبلغت قيمة ت المحسوبة (7.98) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 05 وهي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب (2.57) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية و فرق معنوي لصالح الاختبار البعدى

الشكل رقم (01) : يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار المشي بعرض الحمام للعينة التجريبية.



- نستنتج أن تمرين التوازن في الوحدات التعليمية المقترحة قد تأثر تأثراً إيجابياً في المشي بعرض حوض السباحة عند أفراد العينة التجريبية وهذا نتيجة للعمل والوسائل المستخدمة وتصحيح طريقة الأداء وذاك اعتماداً على الدراسات السابقة وان قلت زيادة على ذلك استفادتنا من الخبرات المتاحة لنا في مجال الاختصاص عن طريق الاحتكاك بالمدرسين وأصحاب الخبرات .

- مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار المشى بعرض حوض السباحة للعينة التجريبية.

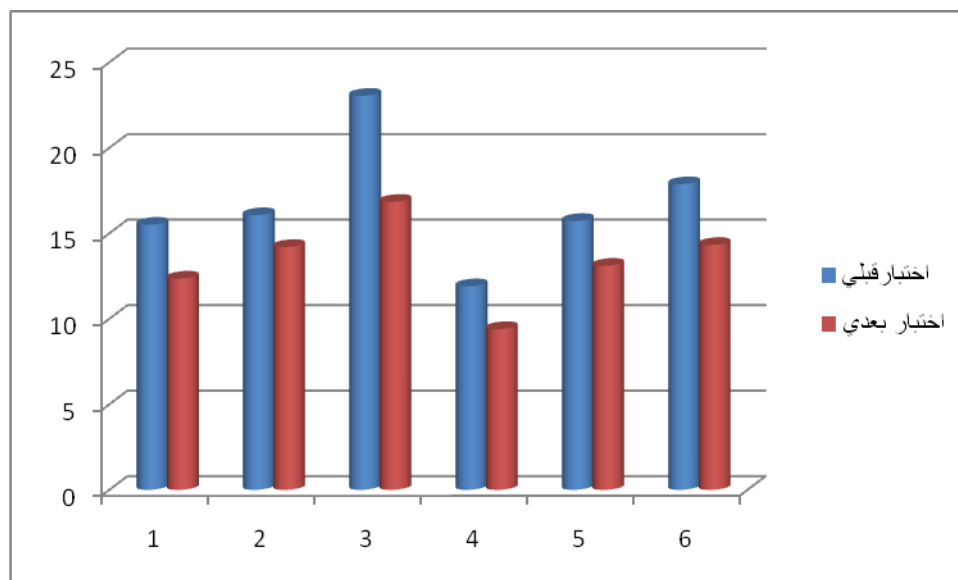
-الجدول رقم(02) : يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار المشى بالخلف ذهابا وايابا (3.6م) للعينة التجريبية.

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س						
-المشى بالخلف ذهابا وايابا	16.68	3.35	13.37	2.25	0.95	5.31	2.57	06	05	دال

* ملاحظة: الزمن له علاقة عكسية بالسرعة.

- نلاحظ من خلال الجدول ان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (16.68) و الانحراف المعياري بلغ قدره(3.35) بينما في القياس البعدى بلغ المتوسط الحسابي ببلغ (13.37) والانحراف المعياري الذي قدر ب(2.25) وبلغت قيمة ت المحسوبة (5.31) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 05 وهي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب (2.57) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية و فرق معنوي لصالح الاختبار البعدى .

(2) - الشكل رقم (02) : مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار المشي بالخلف ذهابا وإيابا للعينة التجريبية.



- نستنتج أن تمرين التوازن في الوحدات التعليمية المقترحة قد تأثر تأثيرا إيجابيا في المشي بالخلف ذهابا وإيابا في حوض السباحة عند أفراد العينة التجريبية وهذا نتيجة للعمل والوسائل المستخدمة وتصحيح طريقة الأداء وذلك اعتمادا على الدراسات السابقة على الرغم من قلتها , زيادة على ذلك استفادتنا من الخبرات المتاحة لنا في مجال الاختصاص عن طريق الاحتكاك بالمدرسين وأصحاب الخبرات .

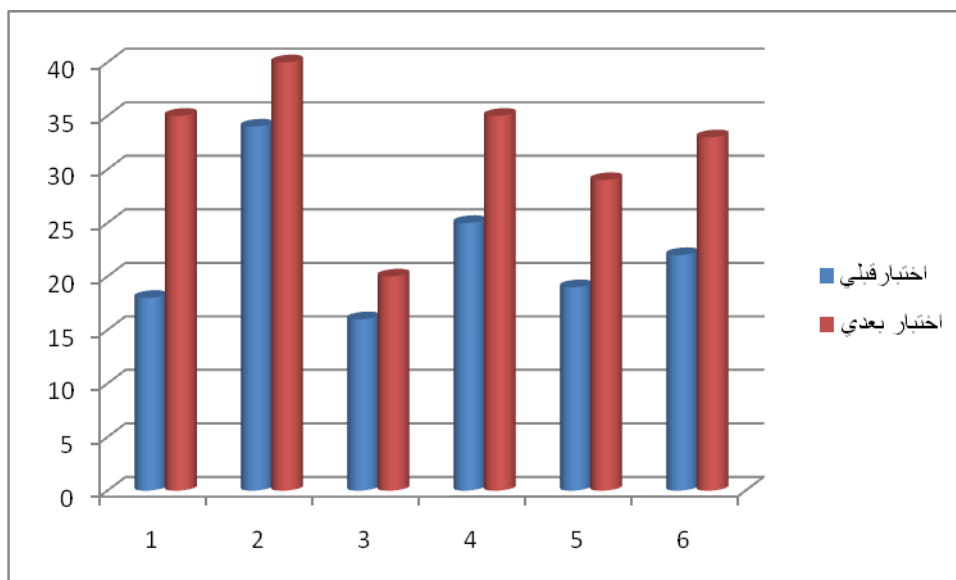
- مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار القفز بالرجلين معاً للامام وللخلف في حوض السباحة للعينة التجريبية.

الجدول رقم(03) : يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار القفز بالرجلين معاً للامام وللخلف للعينة التجريبية.

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	درجة- الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س						
3-القفز برجلين معاً للامام وللخلف	22.33	5.96	32.00	6.27	0.77	5.27	2.57	06	05	دال

- نلاحظ من خلال الجدول ان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (22.33) و الانحراف المعياري بلغ قدره(5.96) بينما في القياس البعدى بلغ المتوسط الحسابي يبلغ (32.00) والانحراف المعياري الذي قدر ب(6.27) وبلغت قيمة ت المحسوبة (5.27) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 05 وهي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب (2.57) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية و فرق معنوي لصالح الاختبار البعدى .

(3) - الشكل رقم (03) : مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار القفز بالرجلين معاً للامام وللخلف للعينة التجريبية.



- نستنتج أن تمرين التوازن في الوحدات التعليمية المقترحة قد تأثر تأثيراً ايجابياً في القفز بالرجلين معاً للأمام وللخلف للعينة في حوض السباحة عند أفراد العينة التجريبية وهذا نتيجة للعمل والوسائل المستخدمة وتصحيح طريقة الاداء وذلك اعتماداً على الدراسات السابقة وان قلت , زيادة على ذلك استفادتنا من الخبرات المتاحة لنا في مجال الاختصاص عن طريق الاحتكاك بالمدرسين وأصحاب الخبرات .

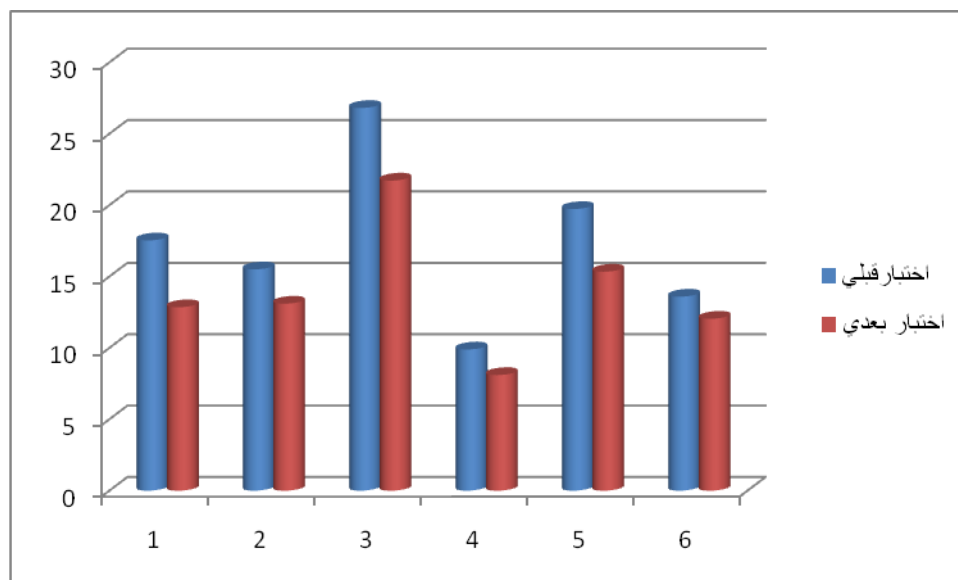
- مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار اختبار القفز برجل واحدة ذهابا وإيابا مع تغيير الرجل للعينه التجريبية.

الجدول رقم(04) : يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار القفز برجل واحدة ذهابا وإيابا مع تغيير الرجل للعينه التجريبية

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	درجة- الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س						
4-القفز برجل واحدة ذهابا وإيابا مع تغيير الرجل	17.18	5.29	13.86	4.12	0.98	5.14	2.57	06	05	دال

- نلاحظ من خلال الجدول ان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (17.18) و الانحراف المعياري بلغ قدره(5.29) بينما في القياس البعدى بلغ المتوسط الحسابي ببلغ (13.86) والانحراف المعياري الذي قدر ب(4.12) وبلغت قيمة ت المحسوبة (5.14) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 05 وهي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب (2.57) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية و فرق معنوي لصالح الاختبار البعدى .

(4) - الشكل رقم (04) : مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار القفز برجل واحدة ذهابا وإيابا مع تغيير الرجل.



- نستنتج أن تمرين التوازن في الوحدات التعليمية المقترحة قد تأثر تأثيرا ايجابيا في القفز برجل واحدة ذهابا وإيابا مع تغيير الرجل للعينة في حوض السباحة عند أفراد العينة التجريبية وهذا نتيجة للعمل والوسائل المستخدمة وتصحيح طريقة الاداء وذلك اعتمادا على الدراسات السابقة على الرغم من قلتها , زيادة على ذلك استفادتنا من الخبرات المتاحة لنا في مجال الاختصاص عن طريق الاحتكاك بالمدرسين وأصحاب الخبرات.

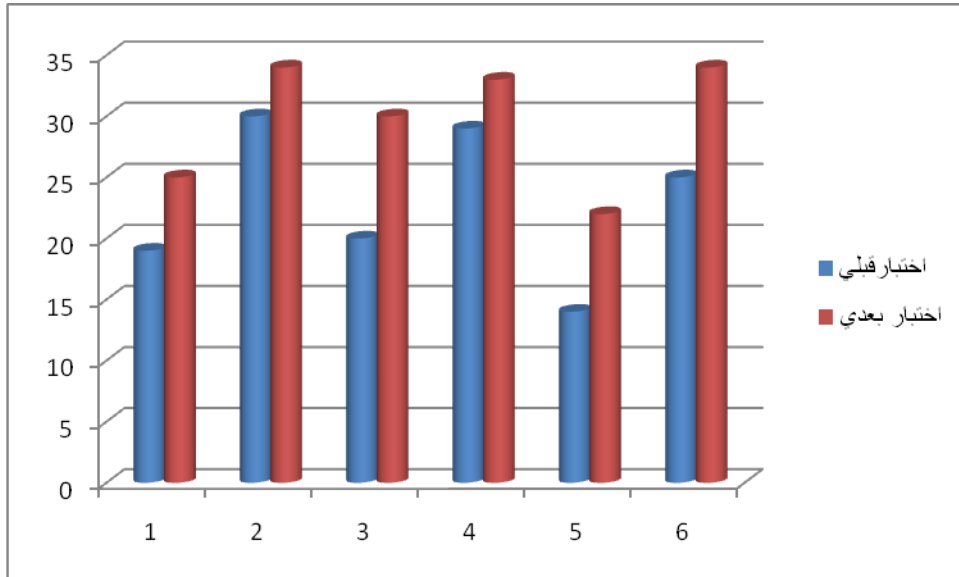
- مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار القفزات العالية مع الثبات للعينة التجريبية.

الجدول رقم(05) : يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار عمل قفزات عالية مع الثبات في المكان للعينة التجريبية.

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	درجة- الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س						
5-عمل قفزات عالية مع الثبات في	22.83	5.70	29.67	4.64	0.91	6.56	2.57	06	05	دال

- نلاحظ من خلال الجدول ان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (22.83) و الانحراف المعياري بلغ قدره(5.70) بينما في القياس البعدي بلغ المتوسط الحسابي (29.67) والانحراف المعياري الذي قدر ب(4.64) وبلغت قيمة ت المحسوبة (6.56) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 05 وهي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب (2.57) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية و فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي.

(5) - الشكل رقم (05) : مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار عمل قفزات عالية مع الثبات في المكان.



الشكل رقم (05) يبين نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث في اختبار عمل قفزات عالية مع الثبات في المكان للعينة التجريبية.

- نستنتج أن تمرين التوازن في الوحدات التعليمية المقترحة قد تأثر تأثراً إيجابياً في عمل قفزات عالية مع الثبات في المكان للعينة في حوض السباحة عند أفراد العينة التجريبية وهذا نتيجة للعمل والوسائل المستخدمة وتصحيح طريقة الأداء وذلك اعتماداً على الدراسات السابقة على الرغم من قلتها , زيادة على ذلك استفادتنا من الخبرات المتاحة لنا في مجال الاختصاص عن طريق الاحتكاك بالمدرسين وأصحاب الخبرات.

- مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار دفع الجسم باستعمال اللوح ومن دون تفريغ الهواء للعيينة التجريبية.

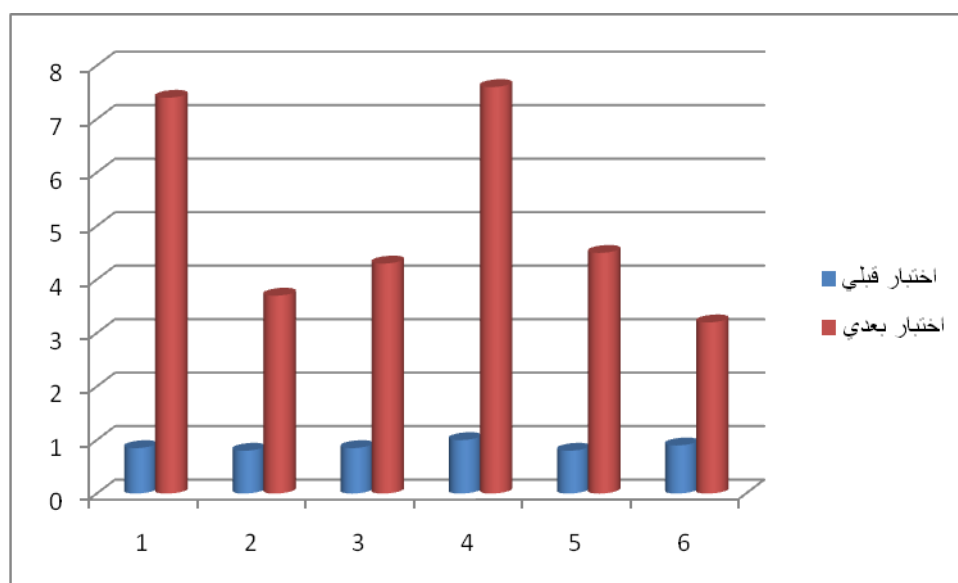
الجدول رقم (06) : يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار دفع الجسم باستعمال اللوح ومن دون تفريغ الهواء للعيينة التجريبية.

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س						
6- يدفع جسمه مستعملا لوح ومن دون تنفس	0.87	0.07	5.12	1.74	0.52	5.54	2.57	06	05	دال

- نلاحظ من خلال الجدول ان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (0.87) و الانحراف المعياري بلغ قدره (0.07) بينما في القياس البعدى بلغ المتوسط الحسابي (5.12) والانحراف المعياري الذي قدر ب (1.74) وبلغت قيمة ت المحسوبة (5.54) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 05 وهي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب (2.57) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية و فرق معنوي لصالح الاختبار البعدى.

(6) - الشكل رقم (06) : مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم مع اللوح ومن دون تفريغ الهواء.

الشكل رقم (06) يبين نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث في اختبار دفع الجسم مع اللوح ومن دون تفريغ الهواء للعينة التجريبية.



- نستنتج أن تمرين الانزلاق في الوحدات التعليمية المقترحة قد تأثر تأثراً إيجابياً في دفع الجسم مع اللوح ومن دون التنفس في حوض السباحة عند أفراد العينة التجريبية وهذا نتيجة للعمل والوسائل المستخدمة وتصحيح طريقة الأداء وذلك اعتماداً على الدراسات السابقة على الرغم من قلتها , زيادة على ذلك استفادتنا من الخبرات المتاحة لنا في مجال الاختصاص عن طريق الاحتكاك بالمدرسين وأصحاب الخبرات.

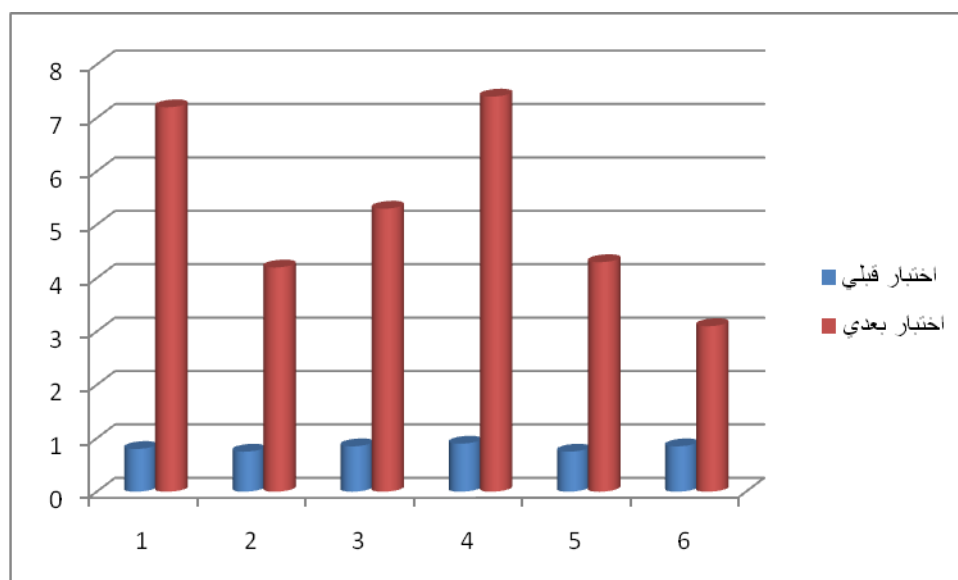
- مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار القفزات دفع الجسم مستعملا لوح مع تفريغ الهواء للعينه التجريبية.

الجدول رقم(07) : يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار دفع الجسم مستعملا لوح مع تفريغ الهواء للعينه التجريبية.

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	درجة- الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س						
7-يدفع جسمه مستعملا لوح مع تفريغ الهواء	0.82	0.06	5.25	1.58	0.39	6.42	2.57	06	05	دال

- نلاحظ من خلال الجدول ان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (0.82) و الانحراف المعياري بلغ قدره(0.06) بينما في القياس البعدى بلغ المتوسط الحسابي (5.25) والانحراف المعياري الذي قدر ب(1.58) وبلغت قيمة ت المحسوبة (6.42) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 05 وهي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب (2.57) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية و فرق معنوي لصالح الاختبار البعدى.

(7) - الشكل رقم (07) : مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار دفع الجسم مع اللوح ومع تفرغ الهواء.



- نستنتج أن تمرين الانزلاق في الوحدات التعليمية المقترحة قد تأثر تأثراً إيجابياً في الجسم مع اللوح ومع التنفس للعين في حوض السباحة عند أفراد العينة التجريبية وهذا نتيجة للعمل والوسائل المستخدمة وتصحيح طريقة الأداء وذلك اعتماداً على الدراسات السابقة على الرغم من قلتها , زيادة على ذلك استفادتنا من الخبرات المتاحة لنا في مجال الاختصاص عن طريق الاحتكاك بالمدرسين وأصحاب الخبرات

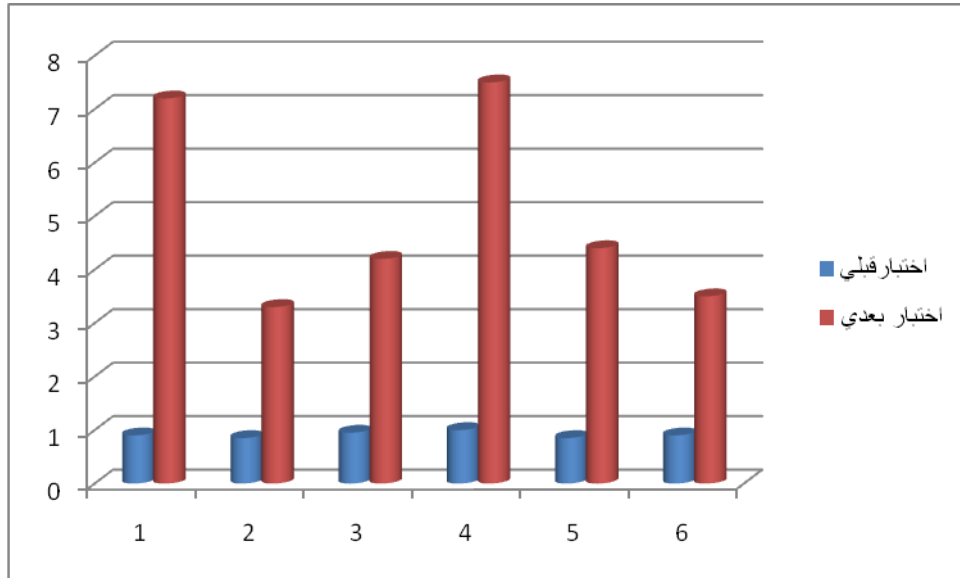
- مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار دفع الجسم دون استعمال اللوح ومن دون تفريغ الهواء للعينة التجريبية.

- الجدول رقم (08) : يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار دفع الجسم دون استعمال اللوح و من دون تفريغ الهواء للعينة التجريبية.

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س						
8-دفع الجسم من دون لوح ومع التنفس	0.06	0.83	1.82	5.18	0.76	5.50	2.57	06	05	دال

- نلاحظ من خلال الجدول ان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (0.83) و الانحراف المعياري بلغ قدره (0.06) بينما في القياس البعدى بلغ المتوسط الحسابي (5.18) والانحراف المعياري الذي قدر ب(1.82) وبلغت قيمة ت المحسوبة (5.50) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 05 وهي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب (2.57) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية و فرق معنوي لصالح الاختبار البعدى.

(8) - الشكل رقم (08) : مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار دفع الجسم دون استعمال اللوح ومع تفريغ الهواء.



- نستنتج أن تمرين الانزلاق في الوحدات التعليمية المقترحة قد تأثر تأثيراً إيجابياً في دفع الجسم من دون استعمال اللوح ومن دون تفريغ الهواء في حوض السباحة عند أفراد العينة التجريبية وهذا نتيجة للعمل والوسائل المستخدمة وتصحيح طريقة الأداء وذلك اعتماداً على الدراسات السابقة على الرغم من قلتها , زيادة على ذلك استفادتنا من الخبرات المتاحة لنا في مجال الاختصاص عن طريق الاحتكاك بالمدرّبين وأصحاب الخبرات.

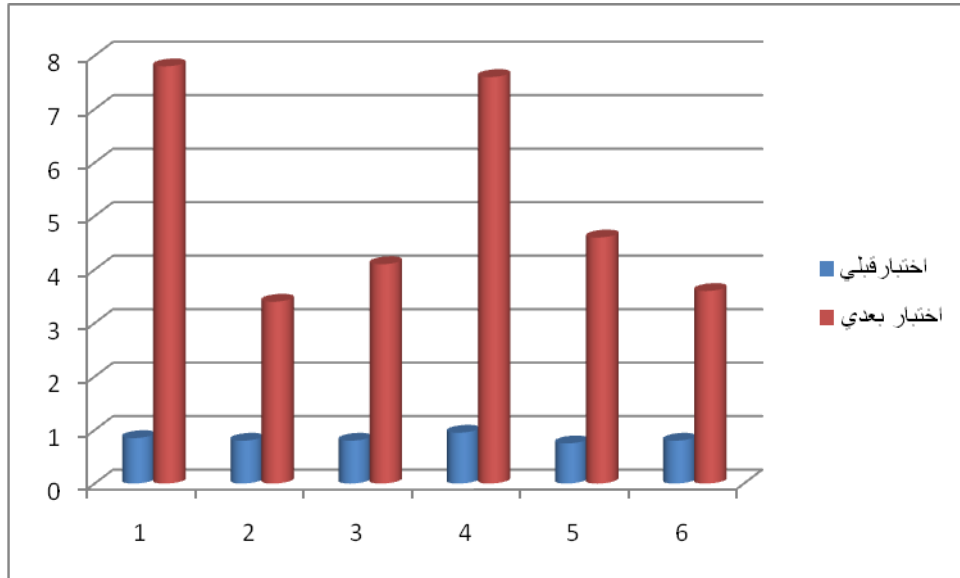
- مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار دفع الجسم من دون لوح ومن دون تفريغ الهواء للعيينة التجريبية.

الجدول رقم (09) : يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار دفع الجسم من دون لوح ومن دون تفريغ الهواء للعيينة التجريبية.

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	درجة- الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س						
4- يدفع جسمه من دون لوح ومن دون التنفس	0.05	0.91	1.69	5.02	0.59	7.45	2.57	06	05	دال

- نلاحظ من خلال الجدول ان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (0.91) و الانحراف المعياري بلغ قدره (0.05) بينما في القياس البعدى بلغ المتوسط الحسابي (5.02) والانحراف المعياري الذي قدر ب (1.69) وبلغت قيمة ت المحسوبة (7.45) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 05 وهي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب (2.57) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية و فرق معنوي لصالح الاختبار البعدى.

(9) - الشكل رقم (09) : مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار دفع الجسم دون استعمال اللوح ومن دون تفريغ الهواء.



- نستنتج أن تمرين الانزلاق في الوحدات التعليمية المقترحة قد تأثر تأثيراً إيجابياً في دفع الجسم من دون استعمال اللوح ومن دون تفريغ الهواء في حوض السباحة عند أفراد العينة التجريبية وهذا نتيجة للعمل والوسائل المستخدمة وتصحيح طريقة الأداء وذلك اعتماداً على الدراسات السابقة على الرغم من قلتها , زيادة على ذلك استفادتنا من الخبرات المتاحة لنا في مجال الاختصاص عن طريق الاحتكاك بالمدرسين وأصحاب الخبرات.

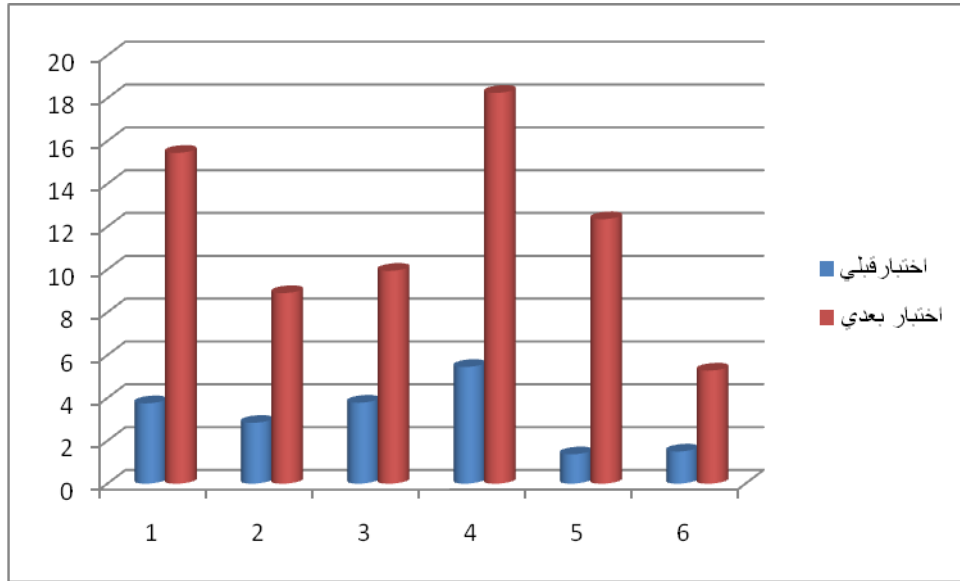
- مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على الظهر بأوضاع مختلفة للعينة التجريبية.

الجدول رقم(10) : يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على الظهر بأوضاع مختلفة للعينة التجريبية.

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	درجة- الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س						
-تعليم مهارة الطفو على الظهر بأوضاع مختلفة	3.12	1.42	11.70	4.27	0.73	5.79	2.57	06	05	دال

- نلاحظ من خلال الجدول ان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (3.12) و الانحراف المعياري بلغ قدره(1.42) بينما في القياس البعدي بلغ المتوسط الحسابي (11.70) والانحراف المعياري الذي قدر ب(4.27) وبلغت قيمة ت المحسوبة (5.79) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 05 وهي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب (2.57) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية و فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي.

(10) - الشكل رقم (10) : مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على الظهر بأوضاع مختلفة .



- نستنتج أن تمرين الطفو في الوحدات التعليمية المقترحة قد تأثر تأثيراً إيجابياً في الطفو على الظهر بأوضاع مختلفة حوض السباحة عند أفراد العينة التجريبية وهذا نتيجة للعمل والوسائل المستخدمة وتصحيح طريقة الأداء وذلك اعتماداً على الدراسات السابقة على الرغم من قلتها , زيادة على ذلك استفادتنا من الخبرات المتاحة لنا في مجال الاختصاص عن طريق الاحتكاك بالمدرسين وأصحاب الخبرات.

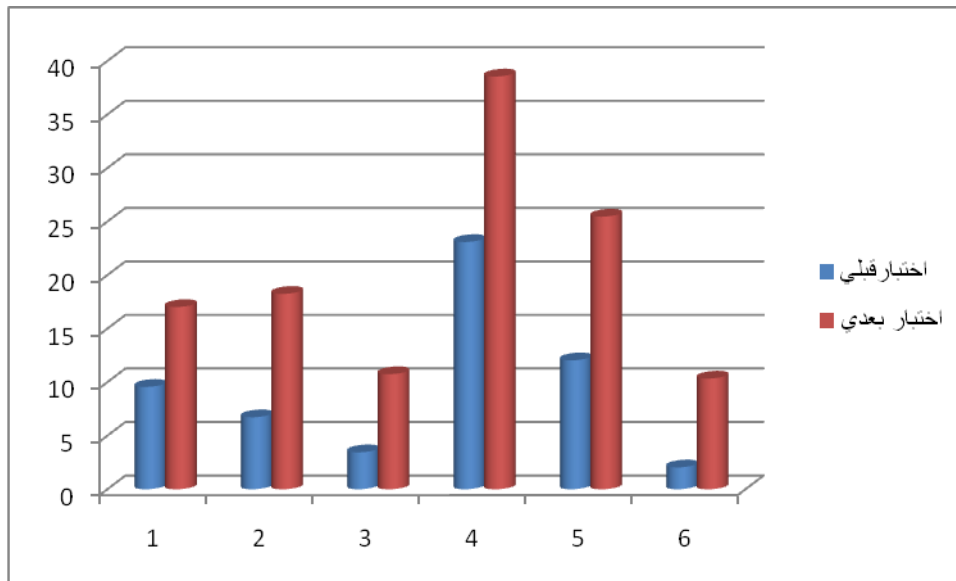
- مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على البطن بوضع النجمة للعينة التجريبية.

الجدول رقم(11) : يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على البطن بوضع النجمة للعينة التجريبية.

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	درجة-حرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س						
-تعليم مهارة الطفو على البطن بوضع النجمة	9.48	6.97	20.06	9.70	0.98	7.60	2.57	06	05	دال

- نلاحظ من خلال الجدول ان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (9.48) و الانحراف المعياري بلغ قدره(6.97) بينما في القياس البعدي بلغ المتوسط الحسابي (20.06) والانحراف المعياري الذي قدر ب(9.70) وبلغت قيمة ت المحسوبة (7.60) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 05 وهي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب (2.57) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية و فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي.

(11) - الشكل رقم(11) : مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي في اختبار الطفو على البطن بوضع النجمة.



- نستنتج أن تمرين الطفو في الوحدات التعليمية المقترحة قد تأثر تأثراً إيجابياً في الطفو على البطن بوضع النجمة في حوض السباحة عند أفراد العينة التجريبية وهذا نتيجة للعمل والوسائل المستخدمة وتصحيح طريقة الأداء وذلك اعتماداً على الدراسات السابقة على الرغم من قلتها , زيادة على ذلك استفادتنا من الخبرات المتاحة لنا في مجال الاختصاص عن طريق الاحتكاك بالمدرسين وأصحاب الخبرات.

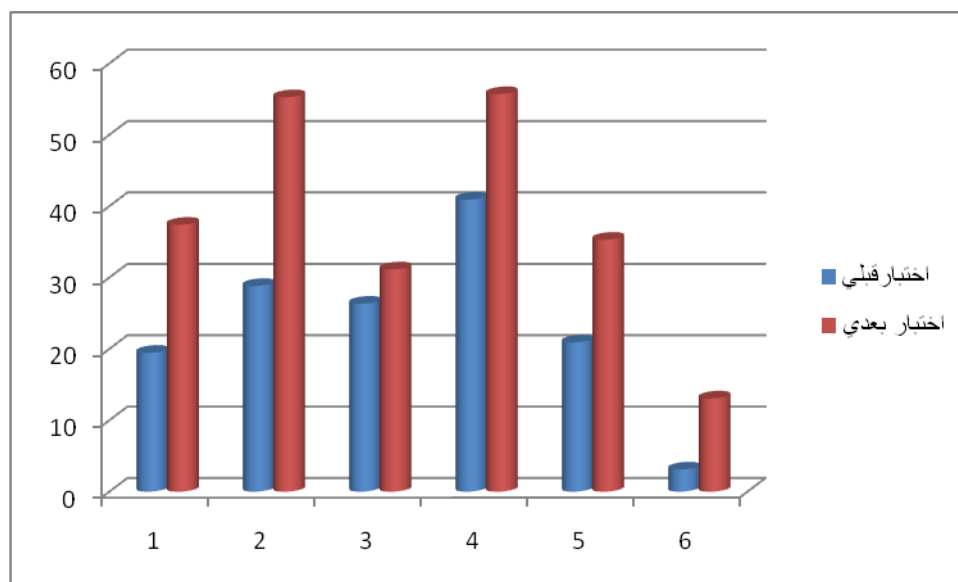
- مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار الطفو بوضع القرفصاء للعينة التجريبية.

الجدول رقم (12) : يوضح مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار الطفو بوضع القرفصاء

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س						
-تعليم مهارة الطفو بوضع القرفصاء	1139	23.25	14.65	37.97	0.89	4.91	2.57	06	05	دال

- نلاحظ من خلال الجدول ان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (23.25) و الانحراف المعياري بلغ قدره (11.39) بينما في القياس البعدى بلغ المتوسط الحسابي ببلغ (37.97) والانحراف المعياري الذي قدر ب (14.65) وبلغت قيمة ت المحسوبة (4.91) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 05 وهي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب (2.57) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية و فرق معنوي لصالح الاختبار البعدى.

(12) - الشكل رقم (12) : مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدى في اختبار الطفو بوضع القرفصاء.



- نستنتج أن تمرين الطفو في الوحدات التعليمية المقترحة قد تأثر تأثراً إيجابياً في الطفو على البطن بوضع النجمة في حوض السباحة عند أفراد العينة التجريبية وهذا نتيجة للعمل والوسائل المستخدمة وتصحيح طريقة الأداء وذلك اعتماداً على الدراسات السابقة على الرغم من قلتها , زيادة على ذلك استفادتنا من الخبرات المتاحة لنا في مجال الاختصاص عن طريق الاحتكاك بالمدرسين وأصحاب الخبرات.

- مقارنة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في اختبارات التوازن.

الجدول رقم (13) : يوضح مقارنة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في اختبارات التوازن.

المهارة	الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	الدلالة الإحصائية
		ع	س	ع	س					
التوازن	1-المشي بعرض الحمام ومستوى الماء عند الصدر	14.24	1.58	11.88	1.33	0.90	7.73	2.57	06	دال
	2-المشي بالخلف ذهابا وإيابا	16.68	3.35	13.37	2.25	0.95	1.09			دال
	3-الفقرز برجلين معا للأمام وللخلف	22.33	5.96	32.00	6.27	0.77	5.27			دال
	4-الفقرز برجل واحدة ذهابا وإيابا مع تغيير الرجل	17.18	5.29	13.86	4.12	0.98	5.14			دال
	5-عمل قفزات عالية مع الثبات في	22.83	5.70	29.67	4.64	0.91	6.56			دال

مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية (ن-1) = 05

- نلاحظ من خلال الجدول ان قيم ت ستيودنت المحسوبة في الاختبارات كلها اكبر من قيم ت الجدولية وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية وعليه توجد فروق معنوية لصالح المتوسطات الحسابية البعدية وهذا ما يدل على أن الاختبارات

التي طبقت على مهارة التوازن قد أثرت تأثيرا ايجابيا والوحدات التعليمية المقترحة قد لعبت دورا أساسيا في تطوير هذه المهارة.

- مقارنة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في اختبارات الانزلاق.

الجدول رقم(14) : يوضح مقارنة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في اختبارات التوازن.

المهارة	الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	الدلالة الإحصائية
		ع	س	ع	س					
		ع	س	ع	س					
الانزلاق	1-يدفع جسمه مستعملا لوح ومن دون تنفس	0.87	0.07	5.12	1.74	0.52	5.54	2.57	06	دال
	2-يدفع جسمه مستعملا لوح مع تفرغ الهواء	0.82	0.06	5.25	1.58	0.39	6.42			دال
	3-يدفع جسمه من دون لوح ومع التنفس	0.83	0.06	5.18	1.82	0.76	5.50			دال
	4- يدفع جسمه من دون لوح ومن دون	0.91	0.05	5.02	1.69	0.59	7.45			دال

									التنفس	
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--------	--

مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية (ن-1) = 05

- نلاحظ من خلال الجدول ان قيم ت ستيودنت المحسوبة في الاختبارات كلها اكبر من قيم ت الجدولية وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية وعليه توجد فروق معنوية لصالح المتوسطات الحسابية البعدية وهذا ما يدل على أن الاختبارات التي طبقت على مهارة الانزلاق قد أثرت تأثيرا ايجابيا والوحدات التعليمية المقترحة قد لعبت دورا أساسيا في تطوير هذه المهار

- مقارنة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في اختبارات الطفوف.

الجدول رقم(15) : يوضح مقارنة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في اختبارات التوازن.

المهارة	الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية	حجم العينة	الدلالة الإحصائية
		ع	س	ع	س					
الطفو	-تعليم مهارة الطفو على الظهر بأوضاع مختلفة	1.42	3.12	4.27	11.70	0.73	5.79	2.57	06	دال
	-تعليم مهارة الطفو على البطن بوضع النجمة	6.97	9.48	9.70	20.06	0.98	7.60			دال
	-تعليم مهارة الطفو بوضع النجمة	11.39	23.25	14.65	37.97	0.89	4.91			دال

مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية (ن-1) = 05

- نلاحظ من خلال الجدول ان قيم ت ستيودنت المحسوبة في الاختبارات كلها اكبر من قيم ت الجدولية وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية وعليه توجد فروق معنوية لصالح المتوسطات الحسابية البعدية وهذا ما يدل على أن الاختبارات التي طبقت على مهارة الطفو قد أثرت تأثيرا ايجابيا والوحدات التعليمية المقترحة قد لعبت دورا أساسيا في تطوير هذه المهارة

10-1- مقارنة النتائج بالفرضيات :

*جاءت الفرضية الأساسية على النحو التالي :

-تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة إيجابا على مستوى السباحين المعاقين المبتدئين.

-من خلال تحليل ومناقشة النتائج الواضحة في الجداول رقم * (13,14,15) * استخلص الباحث ان هناك تطور كبير في جميع الاختبارات البعدية وهذا يعني صحة الفرضية.

*جاءت الفرضيات الثانوية على النحو التالي

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار التوازن بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث ونلاحظ هذا من خلال الجدول رقم (13) وهذا يعني صحة الفرضية.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الانزلاق بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث ونلاحظ هذا من خلال الجدول رقم (14) وهذا يعني صحة الفرضية.

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الطفو بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث ونلاحظ هذا من خلال الجدول رقم (15) وهذا يعني صحة الفرضية.

2-10- الاستنتاجات :

*على ضوء التجربة التي قام بها الباحثون والنتائج التي توصل إليها من خلال تطبيق الاختبارات على العينة ومعالجة هذه النتائج إحصائياً توصل الباحثون إلى الاستنتاجات التالية :

- إن الوحدات التعليمية المقترحة قد آثرت تأثيراً إيجابياً وفعالاً على مستوى السباحين المبتدئين المعاقين حركياً.

- كما استنتجنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية (فروق معنوية) في مقارنة (ت) المحسوبة بالنسبة للمهارات (التوازن، الانزلاق، الطفو) التي قيمتها أكبر من (ت) الجدولية المقدرة ب 2.77 وهذا ما يدل على التحسين في هذه المهارات بين الاختبارات القبلية والبعديّة.

- قلة اهتمام المدربين بإعطاء النواحي النظرية للفاعليات و الأنشطة الرياضية التي تزيد من اكتساب السباحين لمختلف المعارف الناقصة لديهم.

- نقص اهتمام السباحين بالنواحي النظرية والمقاييس العلمية وبالتالي في تحسين معارفهم وخبراتهم لهذه المقاييس.

10-3 التوصيات :

1- الاهتمام باستخدام الوحدات التعليمية المبنية لتطوير بعض المهارات في اختصاص السباحة للمعاقين حركيا.

2- يوصي الباحثون بضرورة إجراء بحوث مماثلة لبقية الأعمار وباقي الأنواع الأخرى من السباحات وخاصة عند المعاقين.

3- الاهتمام بالأسس العلمية والابتعاد عن العشوائية في التدريب .

4- توفير الوسائل العلمية والإمكانيات المادية للمساعدة في تطبيق الوحدات التعليمية.

5- ضرورة ملائمة الوحدات التعليمية لقدرات المعاقين حركيا.

المراجع باللغة العربية :

- 1- احمد سعيد يونسى (1991) صورة رعاية الطفل المعوق صحيا و نفسيا و اجتماعيا القاهرة دار الفكر العربي
- 2- العلاء عبد الفتاح (1994) تدريس تدريب السباحة للمستويات العليا القاهرة دار الفكر العربي
- 3- احمد عزت رابع (1998) اصول علم النفس بيروت دار القلم
- 4- مروان عبد المجيد ابراهيم (2002) الموسوعة الرياضية لمتحدي الأعاقة القاهرة دار الفكر العربي
- 5- علي زكي – طارق نداء امان زكي (2002) السباحة تعلم تدريب انقاد القاهرة دار الفكر العربي
- 6- رمضان محمد القدافي (1993) سيكولوجية الأعاقة الجامعة المفتوحة
- 7- ادريس بوزيد (1984) اسس و مراحل التعلم الحركي القاهرة دار الفكر العربي
- 8- عبد الحميد الشريف (1995) برنامج التربية البدنية و الرياضة بين النظرية و التطبيق مركز الكتاب المنشر القاهرة
- 9- عبد العزيز فهمي (1986) مبادئ الأحصاء التطبيقي الجزائر
- 10- محجوب, و. الرحمان, م. ع. (2010) .
- 11- قاسم حسين حسين وايمان شاكر (2000) مبادئ و اسس السباحة بغداد (دار الفكر للطباعة و النشر و لتوزيع).
- 12- محمد عبد الحميد طه عبد الرحمان. (2010) ..
- 13- فيصل رشيد عباس (1987) رياضة السباحة بغداد بيت الحكمة للنشر و الترجمة.

- 14- مركز الناشئين للسباحة. سلطنة عمان..
- 15- وجيه محجوب. مفاهيم التدريب (1982) بغداد
- 16- ماجدة السيد عبيد (1999) الأعاقة الحسية الحركية عمان الأردن دار صفاء لنشر و التوزيع .
- 17- احمد سليمان العولمة صالح عبد الله الزغبي. (2000).
- 18 - محمد حسن علاوي (1981) علم النفس الرياضي مجلد 3 الأسكندارية دار الفكر العربي
- 19- محمد صبحي و أخرون (1989) مقدمة في الأحصاء
- 20- السامرائي واحمد. (1984).
- 21- حلمي ابراهيم ليلى فرحات (1988) التربية البدنية و الترويح للمعاقين (القاهرة دار الفكر العربي).
- 22- طارق صلاح الفضلي وجدي مصطفى الفاتح. (1999).
- 23- محمد عوض (1992) نظاريات و طرق التربية البدنية الجزائر ديوان مطبوعات الجامعية
- 24- محمد مصطفى زيدان (1984) نظرية التعلم و تطبيقاتها التربوية الأردن دار المعارف للعلوم
- 25- قاسم حسن حسنين. (2000). مبادئ و اسس السباحة بغداد (دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع . -
- 26- مركز الناشئين للسباحة. سلطنة عمان.
- 27- محمد نصر الدين محمد حسن علاوي. (2000). (علم النفس في التدريب الرياضي.)

المراجع باللغة الفرنسية :

- **Natation sportive approché scientifique (2002) Didier Chollet
paris édition vigot**
- **La natation des débutants à l'internationale (2002) monsieur
pedroleti Montréal hrwiti exercice pratique paris édition vigot
1990 pierre Simonet**



الإتحادية الجزائرية لرياضة المعاقين

FEDERATION ALGERIENNE HANDISPORT

جمعية النصر لرياضة المعاقين مستغانم



التاريخ: 2015/03/05

المقر: دار الجمعيات بصلامندر مستغانم

التقرير الأدبي

للموسم الرياضي 2016/2015

المجال الاجتماعي الخيري التطوعي

تحت شعار نعم نستطيع

بتاريخ 23 ماي 2015 شاركت جمعية النصر لرياضة المعاقين بمستغانم في حملة "منظفو الشواطئ" تحت إشراف الإذاعة الوطنية الجزائرية بجميع قنواتها وهذا بشاطئ صابلات بمستغانم. والهدف من هذه المشاركة لـ نكون قدوة في الروح التضامنية ونبلغ رسالتنا للمجتمع بأن الإعاقة الجسدية لم ولن تكون سببا في عجزنا وكلمة مستحيل ليس لها معنى عندما تقابلها الإرادة والعزيمة.



بعض الصور من حملة التنظيف



الإتحاد الجزائري لرياضة المعاقين FEDERATION ALGERIENNE HANDISPORT



جمعية النصر لرياضة المعاقين مستغانم

التاريخ: 2015/03/05

المقر: دار الجمعيات بسلامندر مستغانم

زيارتنا ترسم الفرحة على وجوه المرضى.

بتاريخ 01 جوان 2015 وبمناسبة اليوم العالمي للطفولة بادرت جمعية النصر لرياضة المعاقين وبالتنسيق مع

شركة التشاور والتعاون الفلاحي مستغانم بزيارة الأطفال المرضى المتواجدين في مستشفى " شي غيفارا " بمستغانم. من خلال هذه الزيارة قام المبادرون بتقديم الهدايا والألعاب للأطفال المرضى وقضوا معهم وقتا شاركوهم فيه الحديث واللعب في جناح المستشفى ولقيت المبادرة استحسان الجميع ولقيت ترحاب أهالي المرضى والمشرفين على جناح الأطفال والهدف من هذه المبادرة لـ نكون قدوة نحن كأشخاص من ذوي الإعاقة في الروح التضامنية.



بعض الصور من الزيارة



الإتحاد الجزائري لرياضة المعاقين FEDERATION ALGERIENNE HANDISPORT



جمعية النصر لرياضة المعاقين مستغانم

التاريخ: 2015/03/05

المقر: دار الجمعيات بسلامندر مستغانم

زيارة محبة لدار المسنين.

بتاريخ 23 جويلية 2015 وبمناسبة عيد الفطر المبارك قامت جمعية النصر لرياضة المعاقين بمستغانم بزيارة محبة لأمهاتنا وأبائنا المقيمين بدار المسنين بمستغانم.

زيارتنا أكثر منها عملية تحسيسية الغاية منها تبليغ رسالة الحرص على البر بالوالدين وصلة الربحم واخذ العبرة من الحياة.

والهدف من هذه الزيارة كجمعية النصر هو تعميم مفهوم العمل التطوعي لدى الشخص المعاق وإدخال البهجة والسرور في قلوب أمهاتنا وأبائنا المسنين.



بعض الصور من الزيارة



الإتحادية الجزائرية لرياضة المعاقين
FEDERATION ALGERIENNE HANDISPORT



جمعية النصر لرياضة المعاقين مستغانم

التاريخ: 2015/03/05

المقر: دار الجمعيات بسلامندر مستغانم

الافتتاح الرسمي للموسم الرياضي 2016/2015.

بتاريخ 19 سبتمبر 2015 وبعد دعوة مدير الشبيبة والرياضة بمستغانم شاركت جمعية النصر في مراسيم الافتتاح الرسمي للمسبح الشبه الاولمبي بدائرة بوقيراط وبحضور والي ولاية مستغانم ومن خلال هذه المناسبة أعطى السيد والي ولاية مستغانم إشارة إنطلاق الموسم الرياضي الجديد 2016/2015 لفرع السباحة لجميع النوادي من بينها جمعية النصر.



بعض الصور من مقابلة والي الولاية



الإتحادية الجزائرية لرياضة المعاقين
FEDERATION ALGERIENNE HANDISPORT



جمعية النصر لرياضة المعاقين مستغانم

التاريخ: 2015/03/05

المقر: دار الجمعيات بسلامندر مستغانم

تنظيف مقبرة سيدي معزوز بتجديت

بتاريخ 19 سبتمبر 2015 وبعد دعوة مدير الشبيبة والرياضة بمستغانم شاركت جمعية النصر في مراسيم الافتتاح الرسمي للمسبح الشبه الاولمبي بدائرة بوقيراط وبحضور والي ولاية مستغانم ومن خلال هذه المناسبة أعطى السيد والي ولاية مستغانم إشارة إنطلاق الموسم الرياضي الجديد 2015/2016 لفرع السباحة لجميع النوادي من بينها جمعية النصر



بعض الصور من عملية التنظيف



الإتحادية الجزائرية لرياضة المعاقين
FEDERATION ALGERIENNE HANDISPORT



MOSTAGANEM

جمعية النصر لرياضة المعاقين مستغانم

التاريخ: 2015/03/05

المقر: دار الجمعيات بسلامندر مستغانم

عرض مشروع الجمعية للسيد وزير الشبيبة والرياضة.

بتاريخ 05 نوفمبر 2015 وبعد الزيارة عمل للسيد وزير الشبيبة والرياضة الى ولاية مستغانم ومن خلال الزيارة التقديرية الى المركب الرياضي الرائد فراج رفقة السيد والي الولاية مستغانم حيث كانت له جلسة لقاء مع أعضاء ورياضيي جمعية النصر لرياضة المعاقين اين التقى الوزير شروحات حول مشروع الجمعية والمتمثل في الغطس لذوي الاعاقة والذي يعتبر هذا المشروع الأول على مستوى الوطن.



بعض الصور من مقابلة الوزير



الإنهادية الجزائرية لرياضة المعاقين
FEDERATION ALGERIENNE HANDISPORT



MOSTAGANEM

جمعية النصر لرياضة المعاقين مستغانم

التاريخ: 2015/03/05

المقر: دار الجمعيات بسلامندر مستغانم

استلام قرار المقر الجديد للجمعية من طرف وزيرة التضامن.

بتاريخ 24 نوفمبر 2015 وفي زيارة لوزيرة التضامن والاسرة وقضايا المرأة الى ولاية مستغانم ومن خلال لقاء جمعها مع اعضاء جمعية النصر لرياضة المعاقين بقاعة المحاضرات للولاية تم استلام قرار الاستفادة من المقر الكائن بدار الجمعيات بسلامندر بعد أكثر من عشرين سنة من المعانات.



بعض الصور من مقابلة الوزيرة



الإنهادية الجزائرية لرياضة المعاقين

FEDERATION ALGERIENNE HANDISPORT



جمعية النصر لرياضة المعاقين مستغانم

التاريخ: 2015/03/05

المقر الموقر: دار الجمعيات بسلامندر مستغانم

الاحتفال باليوم العالمي لذوي الإعاقة

بتاريخ 03 ديسمبر 2015 شاركت جمعية النصر لرياضة المعاقين بدار الجمعيات في احتفالات اليوم العالمي لذوي الإعاقة المصادف لـ الثالث من ديسمبر من كل سنة تحت اشراف مديرية النشاط الاجتماعي ومن خلال هذه المناسبة تم الافتتاح الرسمي للمقر الجديد الذي استفادت منه الجمعية وهذا بحضور السيد والي ولاية مستغانم الذي تم تكريمه من طرف اصغر رياضي بالجمعية على مجهوداته المبذولة في ترقية رياضة المعاقين بالولاية.



بعض الصور من التكريم



الإتحاد الجزائري لرياضة المعاقين FEDERATION ALGERIENNE HANDISPORT



جمعية النصر لرياضة المعاقين مستغانم

التاريخ: 2015/03/05

المقر: دار الجمعيات بسلامندر مستغانم

تدشين المسبح النصف الاولمبي بلدية عين تادلس.

بتاريخ 24 جانفي 2016 جمعية النصر لرياضة المعاقين شاركت في تدشين المسبح النصف الاولمبي بلدية عين تادلس وهذا بحضور السيد وزير السكن والعمران والسيد والي ولاية مستغانم.



بعض الصور من مقابلة الوزير

رئيس الجمعية:

الامين العام:
