



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

قسم نشاط بدني مكيف

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في النشاط البدني المكيف

بعنوان:

وحدات تعليمية مقترحة باستخدام الألعاب
الصغيرة في تنمية الدقة والتوازن عند المصابين
بعرض داون (12-15 سنة)

بحث تجريبي أجري على الأطفال المصابين بعرض داون فئة (12-15 سنة)
بمركز التخلفين ذهنيا مستغانم

إشراف

د/حرياش إبراهيم

إعداد الطلبة :

- فارس فاطمة

- شادلي فريد

السنة الجامعية: 2016/2017



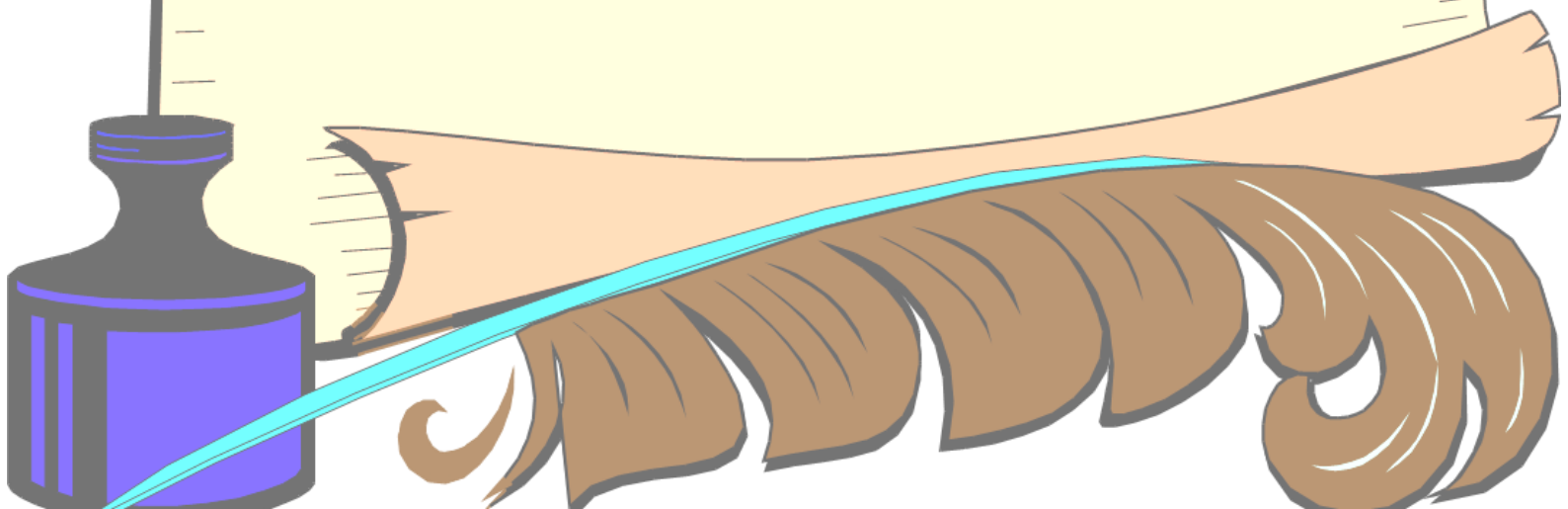
شكر وتقدير

نشكر الله سبحانه وتعالى على فضله وتوفيقه لنا، والقائل في
محكم تنزيل قال تعالى:

"لئن شكرتم لأزيدنكم"

وإلى كل من ساهم من قريب أو من بعيد في إنجاز هذا العمل
وبتشكراتنا الخاصة إلى الأستاذ المشرف: حرياش إبراهيم الذي
سهل لنا طريق العمل ولم يبخل علينا بنصائحه القيمة، فوجهنا
حين الخطأ وشجعنا حين الصواب، فكان نعم المشرف.

كما نتقدم بالشكر إلى جميع أساتذتنا بمعهد النشاطات البدنية
والرياضية بمستغانم ولكل من ساهم بالكثير أو القليل، من قريب
أو حتى من بعيد في إخراج هذا العمل المتواضع إلى النور.
وفي الأخير نحمد الله جلا وعلا الذي أعاننا في إنهاء هذا العمل.



نشكر الله سبحانه وتعالى على فضله وتوفيقه لنا ، والقائل في محكم تنزيل

{{ لئن شكرتم لأزيدنكم }}

ونتقدم مصداقا لقول النبي :

{{ من لم يشكر الناس لم يشكر الله }}

بالشكر إلى من ساهم من قريب أو من بعيد في إنجاز هذا العمل .

وبتشكراتنا الخالصة إلى الأستاذ المشرف : **حرياش إبراهيم** الذي سهل لنا طريق العمل ولم يبخل علينا بنصائحه القيمة ، فوجهنا حين الخطأ وشجعنا حين الصواب ، فكان نعم المشرف .

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من الأساتذة التربية البدنية و الرياضية بجامعة
مستغانم

كما نتقدم بالشكر إلى جميع أساتذتنا الذين أشرفوا على تدريسنا خلال السنوات ولكل من ساهم بالكثير أو القليل ، من قريب أو حتى من بعيد في إخراج هذا العمل المتواضع إلى النور .

وفي الأخير نحمد الله جلا وعلا الذي أعاننا في إنهاء هذا العمل .

"فاطمة"

الحمد لله مهما حمدناه فلن نستوفي حمده والصلاة والسلام على خير المرسلين أما بعد:

أهدي عملي هذا إلى:

من القلب يهواها...والعمر فداها...والعين ترتاح لرؤياها...إلى التي أحببتي

بوجدانها...ونورتني بضياء حلمها...إلى التي حملتني تسعا وسقنتني رضيعا وحفتني

برعايتها...إلى هبة الله المحمود...إلى سره في الوجود...إلى التي دعنتني إلى

السجود...إلى من تحت قدميها جنات الخلود...إلى حبيبتي الغالية نور حياتي...أمي ثم

أمي ثم أمي

إلى الذي تهاطلت كلمات ليس كالكلمات عنه...وكثرت عبارات الود ولم أستطع أن

أحصرها له...إلى الذي ارتويت من نقيع حنائه وتشبعت من كنف رعايته وطيبته...إلى

من لا أغلى منه...أبي

إلى الذين أموت في حبهم ولا أتصور حياتي من دونهم، رمز سعادتي

إخوتي

إلى الذي صادفني بهم القدر وكانوا لي رفقاء الدرب والسند وكانوا العون لي في أصعب

المحن فكانوا نعم الأصدقاء

إلى كل الأهل والأقارب والأحباب والأصدقاء في سور الغزلان

إلى كل من ذكرهم قلبي وسقطوا سهوا من قلبي لكم أسمى عبارات الشكر

والنقدير إلى من يسكنه القلب ولم يذكره اللسان

إليكم جميعا أهدي ثمرة جهدي.

"فريد"

ملخص البحث:

تأثير الألعاب الصغيرة في تنمية القدرات الحركية (الدقة والتوازن) عند الأطفال المصابين بعرض داون.

تهدف الدراسة إلى إظهار أهمية ودور الألعاب الصغيرة في تنمية القدرات الحركية عند الأطفال المصابين بعرض داون والغرض من البحث تسليط الضوء على دور الألعاب الصغيرة في تدريس مادة النشاطات الحركية في المراكز المتخلفين ذهنيا وشملت العينة 20 طفل مصاب بعرض داون تم اختيارها بطريقة مقصودة بنسبة 44%، باستخدام اختبارات ومن أهم الاقتراحات والتوصيات وضع برامج مكيفة قائمة على الألعاب الصغيرة في المؤسسات التربوية والمراكز خاصة بكل فئة عمرية. الكلمات المفتاحية: الألعاب الصغيرة، القدرات الحركية، الدقة والتوازن، أعراض داون.

Research plan

The effect of reduced games on improving the ability of movement (precision and balance) of mongolia children.

This study aims at proving that the reduced game are very important and play a bi grole on improving the ability of movement of children that have mongolia disease, and the role of these game in teaching physical movement And activities in mentally retarded centre.

We have chosen a sample of 20 children it means 44% and we have used some tests on them.

We have reached that these games are very important so that they can learn quickly.

So, we suggest a program based on these games to all levels of these children and in different schools and centres.

Key words : small games , ability of movement , syndrome de down.

Résumé de la recherche:

L'effet des jeux réduits dans le développement des habiletés motrices (précision et équilibre) chez les enfants infectés par le syndrome de Down, l'objectif de cette étude est de montrer l'importance et d'exposer le rôle des jeux réduits dans le développement des habiletés motrices chez les enfants infectés par le syndrome de Down, le but de la recherche met des jeux réduits dans l'enseignement de l'éducation physique, et centres sportifs dans les retards mentaux et l'échantillon contient 20 enfants infectés par syndrome de Down, était sélectionné intentionnellement de 44% en utilisant les tests.

Et les plus importantes suggestions et recommandation :

Mettre des programmes adaptés sur base sur les jeux réduits dans les établissements d'enseignement et centres spécifiques à chaque groupe d'âge.

Les mots-clés : les jeux réduits, les habiletés motrices (précision et équilibre) , syndrome de Down

قائمة الجداول:

الرقم	العنوان	الصفحة
1	بعض المعلومات الخاصة بالمستجوب	67
2	مستوى ونوع الشهادة للمربي	68
3	أهمية الخبرة والتكوين	70
4	بعض المعلومات الخاصة بالألعاب الصغيرة وطرق إعداد البرامج	71
5	دور الألعاب الصغيرة وعدد الحصص	72
6	مدة حصة الألعاب الصغيرة ومدى تجاوبها	73
7	أهمية الألعاب الصغيرة	74
8	بعض شعور التلاميذ بعد اجراء الحصة ونوع النشاط جماعية أو فردي	75
9	سلوك الطفل بعد اجراء الحصة وعدد التلاميذ في الفوج	76
10	توقيت ممارسة الألعاب الصغيرة	77
11	مجموعة الاختبارات المنتقاة	79
12	معامل ثبات وصدق الاختبارات	81
13	اهداف الوحدات التعليمية وتاريخ الحصة	85
14	مدى التجانس بين مجموعة البحث في نتائج الاختبارات القبليّة باستخدام اختبار "تحليل التباين" ف	96
15	مقارنة النتائج القبليّة والبعديّة في متغير التوازن في مجموعة البحث الضابطة	97
16	مقارنة النتائج القبليّة والبعديّة في متغير الدقة في مجموعة البحث الضابطة	98
17	مقارنة النتائج القبليّة والبعديّة في متغير التوازن في مجموعة البحث التجريبية	100
18	مقارنة النتائج القبليّة والبعديّة في متغير الدقة في مجموعة البحث التجريبية	101
19	مقارنة النتائج البعديّة في متغير التوازن بين المجموعة الضابطة والتجريبية	103
20	مقارنة النتائج البعديّة في متغير الدقة بين المجموعة الضابطة والتجريبية	104

قائمة الأشكال:

الرقم	العنوان	صفحة
01	التوزيع العادي للكروموزوم 21	48
02	التوزيع الغير عادي للكروموزوم 21	50
03	توزيع الكروموزومات النوع الملتحم	52
04	توزيع الكروموزوم في النوع الفسيفسائي	54
05	اختبار التوازن على قدم واحدة	92
06	اختبار المستطيلات المتداخلة	93
07	يبين اختبار الدقة و التوازن للعينة الضابطة	99
08	يبين اختبار الدقة و التوازن للعينة التجريبية	102
09	يبين اختبارات البعدية للدقة والتوازن	105

الفهرس

الموضوع	رقم الصفحة
اهداء.....	أ.....
شكر وتقدير.....	ب.....
ملخص البحث.....	ه.....
قائمة الجداول	ز.....
قائمة الاشكال.....	ح.....

قائمة المحتويات

التعريف بالبحث

1-مقدمة.....	1.....
2- الإشكالية.....	4.....
3-الفرضية	6.....
4-أهداف الدراسة.....	6.....
5-أهمية البحث.....	7.....
6-مصطلحات البحث الإجرائية.....	8.....
7-الدراسات المشابهة.....	9.....

الباب الأول

الجانب النظري

الفصل الأول: الألعاب الصغيرة

تمهيد.....	17
1- اللعب.....	18
1-1 مفهوم اللعب.....	18
2-1 تعريف اللعب.....	19
3-1 أنواع اللعب.....	20
4-1 المعاني الأساسية في اللعب.....	20
5-1 خصائص اللعب ومزاياه.....	21
2- مفهوم الألعاب الصغيرة.....	22
1-2 أنواع الألعاب الصغيرة.....	23
2-2 خصائص و مميزات الألعاب الصغيرة.....	24
3-2 أغراض الألعاب الصغيرة.....	25
4-2 أهمية الألعاب الصغيرة.....	26
5-2 أهداف الألعاب الصغيرة.....	26
خلاصة.....	28

الفصل الثاني القدرات الحركية

(الدقة والتوازن)

تمهيد.....	30
1- تعريف الدقة.....	31
2-1 أقسام الدقة.....	32
3-1 خصائص الدقة.....	33
4-1 أهمية الدقة.....	34
2- التوازن.....	35
1-2 تعريف التوازن.....	35
2-2 أنواع التوازن.....	36
3-2 مناطق التوازن في الجسم.....	37
4-2 درجات التوازن.....	38
5-2 الاعتبارات التي يجب مراعاتها عند أداء تمارين.....	38
6-2 بعض العلاقات العوامل التي تحكم الاتزان.....	40
7-2 أهمية التوازن.....	41
خلاصة.....	43

الفصل الثالث

مرض داون

تمهيد.....	45
1-تعريف متلازمة داون.....	46
2-أنواع متلازمة داون.....	47
1-2 نمط ثلاثي الكروموزومات 21 الحر والمتجانس.....	50
2-2 النمط الانتقالي (النوع الملتحم).....	52
2-3 النمط الفسيفسائي.....	53
3-أسباب حدوث متلازمة داون.....	55
4-خصائص الطفل المصاب بعرض داون.....	56
1-4 الخصائص الجسمية.....	56
2-4 الخصائص العقلية.....	58
5-تشخيص المصاب بعرض داون.....	59
6-الوقاية من حدوث متلازمة داون.....	60
خلاصة.....	62

الباب الثاني الجانب التطبيقي

الفصل الأول الدراسة الاستطلاعية

تمهيد.....	65
1- الدراسة الاستطلاعية.....	66
2- ثبات الاختبار.....	82
3- صدق الاختبار.....	83
4- الوحدات التعليمية المقترحة.....	84

الفصل الثاني

منهج البحث و إجراءاته الميدانية

تمهيد.....	86
1- إجراءات البحث الميدانية.....	87
1-2 منهج البحث.....	87
1-3 عينة ومجتمع البحث.....	88
1-4 مجالات البحث.....	88
1-5 متغيرات البحث.....	89
1-6 المتغيرات المرتبطة بالبحث.....	89
1-7 مواصفات الاختبارات المستخدمة.....	90
خلاصة.....	94

الفصل الثالث

عرض وتحليل و مناقشة النتائج

- 1- عرض نتائج اختبارات القدرات الحركية.....96
- 1-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية.....96
- 1-2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج القياسات القبلية والبعديّة الضابطة.....97
- 2-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج القياسات القبلية والبعديّة التجريبية.....100
- 1-4 عرض ومناقشة نتائج الاختبارات البعديّة لمجموعات البحث.....103
- استنتاجات.....106
- 2- مقابلة النتائج بالفرضيات.....107
- 3- اقتراحات وتوصيات.....109
- خلاصة عامة.....110

المصادر والمراجع

الملاحق

مقدمة:

إن الكائن البشري يمر بمراحل مختلفة تتميز بخصائص جسمية وسيكولوجية وفيزيولوجية وعقلية فالإنسان ينتقل من مرحلة الطفولة إلى الشباب إلى الكهولة إلى الشيخوخة وكل هذه المراحل لها خصائص خاصة بها، ونظرا للتطور السريع الذي شاهدته العديد من مجالات الحياة سواء كانت العلمية أو المعرفية خاصة تلك المتعلقة بمرحلة الطفولة وذلك لما لها أهمية بالغة في تكوين الأفراد وإعدادهم عمليا وجسميا، وخلقيا واجتماعيا (مرعي، 1987).

ولقد كان استعمال الرياضة منذ القدم، فلازمت الحياة البشرية، ومازالت إلى اليوم فالمجهودات العقلية و الذهنية التي يبذلها الإنسان جزء من حياته اليومية، فمع مرور الزمن ظهرت رغبة الإنسان إلى هذا النشاط البدني الرياضي، و الذي كان الهدف منه الحصول على التخفيف من ضغوطاته النفسية والاجتماعية، فمجالات العلوم الطبية التي وصلت إليها اليوم تسعى إلى التقليل من المعاناة البشرية عامة، و من بينهم ذوي العاهات بصفة خاصة نجد فئة المصابين (أمراض داون) و التي هي محل دراستنا من حيث خصائصها والصعوبات التي تواجهها و الحلول التي من شأنها أن تنمي قدرات هذه الفئة المحرومة والأقل حظا في المجتمع و التي غير قادرة على إيصال صوتها أو التعبير عن مطالبها، إذ أصبح مقياس تقدم الدول و رقيها بمقدار ما تقدمه هذه الدول لأبنائها المعوقين و المكفوفين و المتخلفين عقليا من خدمات علاجية و تربوية و تعليمية و تأهيلية و ترفيهية قصد التقليل من المشاكل و الصعوبات الصحية والاجتماعية بسبب الاضطرابات الفيزيولوجية والعقلية و النفسية، فسعت إلى الاهتمام بهذه الفئة و العمل على تطوير و تحسين حياتهم اليومية، فأنشأت مراكز و مؤسسات تساهم في تنمية المهارات و القيم والاتجاهات التربوية و المعرفية لدى المصابين بعرض داون بحيث كان الدور الأساسي لهذه المراكز هو الاهتمام الكامل بهذه الفئة

من الناحية الاجتماعية و النفسية والتعليمية و الترفيهية بتدريبهم على الأشغال اليدوية أو الرسم مثلا، و للمصابين بعرض داون مميزات خاصة بهم سواء الجسمية، اللغوية، السلوكية، الاجتماعية، إضافة إلى النمو النفسي الحركي و النمو العقلي ،وذلك من خلال الأنشطة البدنية والحركية والثقافية الترويحية ليتحملوا مسؤوليتهم نحو أجسامهم (المصري، 1998).

ويعد اللعب نشاطا يمارسه (أطفال داون) ويساهم في تكوين شخصيتهم وتطوير قدراتهم الحركية والذهنية ،فهو ظاهرة سلوكية وهو أحد أدوات التعلم وظاهرة طبيعة فطرية لها أبعاد نفسية، ويعرف علماء النفس اللعب أنه دافع يوجد عند جميع الأفراد في كل الأعمار وبصورة مختلفة ولها وظيفة حيوية تتجلى في إعداد الصغار إلى حياة الكبار وتنمية وظائفهم الجسمية والعقلية ، ولقد عبر الفيلسوف الألماني فريدريك عن فكرته عن اللعب بأنه بذل غير هادف للطاقة الزائدة وهذه النظرية تشير إلى أن الكائنات البشرية قد توصلت إلي قدرات عديدة وذلك بوجود قوة كامنة وهي تتراكم في مركز الأعصاب واللعب وسيلة مناسبة للاستفادة من هذه الطاقة المتراكمة .

ويقول (لي, LEE) أن اللعب يكون الطفل ويعبر عن أفكاره ويرضي احتياجاته الداخلية ويعتبر اللعب وسيلة محدودة للتطوير الشامل للطفل وتحسين قدراته الحركية (الله، 1985)، وتعد الدقة أحد مكونات القدرات الحركية وهذا ما أكده العديد من العلماء مثل لارسون ويوكم إذ قال عنها هي قدرة الفرد على التحكم في حركاته الإرادية نحو هدف معين، ولقد أتكف الكثير من العلماء في المجال الرياضي على أن التوازن هو القدرة على الاحتفاظ بوضع الجسم في الثبات أو الحركة.

وللوصول إلى هذه الأهداف نجد المربي أو مدرب التربية البدنية والرياضية يستخدمون الطرق التي تتلاءم مع هذه الخصائص الفزيولوجية والمورفولوجية والنفسية لأطفال داون ومن حيث ملائمة الظروف المحيطة ومن بين هذه الطرق نجد

الألعاب الصغيرة لكونها سهلة وبسيطة من أجل الارتقاء بمستوى الأداء الحركي وتنمية القدرات البدنية لديهم.

2-الإشكالية:

يولد الأطفال مزودين بعدة غرائز وميول وتنتقل بالوراثة وتدفعه إلى أن يسلك سلوكا معيناً يحقق غرضاً خاصاً، والميل للحركة أشد ميولاً للطفل في مراحل نموه فهو الذي يدفعه إلى استكشاف بيئته ومعرفة كل ما يدور حوله وحيث أنه كائن نشط ومستكشف فإن الجزء الأكبر من تعلمه يأتي من خلال الحركة.

تعتبر مرحلة الطفولة (12-15) مرحلة النشاط الحركي الواضح وتشاهد فيها زيادة واضحة في القوة والطاقة، فالطفل لأستطيع البقاء ساكناً بلا حركة مستمرة وتكون الحركة أسرع وأكثر قوة، يستطيع الطفل التحكم فيها بدرجة أفضل ولا يتأتى له ذلك إلا بفضل اللعب.

وإذا ما كان اللعب ضرورة للأطفال لأنه مطلب من مطالب طبيعتهم فيجب البحث عن الطرق والوسائل لإشباع رغباتهم وحاجاتهم وذلك فيما يخص ويتعلق بالنمو العقلي والجسمي والنفسي بطريقة منظمة فلهذا لجأ المربي أو المدرب إلى استعمال ألعاب جماعية أو فردية تكون محببة إلى نفوسهم وتقربهم من بعضهم بعض في نفس الوقت وذلك من خلال ممارسة اللعب الذي يتميز بالسعادة في الحركة والنشاط والترفيه عن النفس بالإضافة إلى تنمية الرغبة لديهم في اللعب وتحسين القدرات الحركية لديهم.

لقد أصبحت ظاهرة اللعب من النظم الاجتماعية التي يتألف منها المجتمع وكأحد مظاهر السلوك الحضاري، واتفق علماء الرياضة على أن اللعب هو الب الأساسي لهاتين الظاهرتين لذلك كانت أهميته كبيرة في الحياة ولاسيما تنظيمه إلى ما يسمى الآن بالألعاب.

إن للألعاب الصغيرة أهمية وأثر على نفسية الشخص العادي من خلال تنمية كفاءات وتحسين مردوده ، ويهدف إلى توجيههم بهدف الارتقاء بقدراتهم في مواجهة

المشكلات، كما يساعدهم على اكتساب خبرات ،وتعتبر المرحلة العمرية(12-15سنة) أهم مرحلة عند الأطفال لاستقبال الخبرات الجديدة والمهارات الحركية ومدخل أساسي لنمو الطفل من الناحية المورفولوجيا والعقلية كما يطغى عليه حب العمل و روح المنافسة و تقلد الأدوار و المسؤوليات و الروح الجماعية وحب الفوز، ويتطلب ذلك مستوى جيد على مستوى بعض الصفات البدنية و القدرات الحركية للوصول إلى النجاح بأقل جهد و في أحسن وقت و دون إصابات، ومن خلال معاينة بعض المراكز و المقابلات مع بعض المربين لاحظنا أن المنهاج المطبق في حصص التربية البدنية يغلب عيه الأسلوب الأمري و التقيد بالأدوار في حين يميل الطفل إلى حب الحرية في اللعب و خاصة الألعاب الصغيرة التي لا تحتاج إلى جهد كبير و لا إلى عتاد كثير ومن خلال هذا كله يتبادر إلى أذهاننا طرح إشكالية بحثنا هذا والمتمثلة في:

3-التساؤل العام:

- هل للألعاب الصغيرة أثر في تنمية القدرات الحركية لدى الأطفال المصابين بأمراض داون(12-15سنة)؟

4-التساؤلات الفرعية:

أ-هل الألعاب الصغيرة تنمي صفة الدقة عند الأطفال المصابين بعرض داون (12-15سنة)؟

ب-هل الألعاب الصغيرة تنمي صفة التوازن عند الأطفال المصابين بعرض داون (12-15سنة)؟

ج-هل أثرت الوحدات التعليمية على القدرات الحركية (الدقة والتوازن)؟

5-الفرضية العامة:

- الألعاب الصغيرة تنمي القدرات الحركية لدى الأطفال المصابين بأمراض داون (12-15 سنة).

6-الفرضيات الجزئية:

- الألعاب الصغيرة تنمي صفة الدقة عند الأطفال المصابين بعرض داون (12-15 سنة).

- الألعاب الصغيرة تنمي صفة التوازن عند الأطفال المصابين بعرض داون (12-15 سنة).

- الوحدات التعليمية تؤثر على القدرات الحركية (الدقة والتوازن) بشكل إيجابي.

7-أهداف الدراسة:

- إظهار أهمية ودور الألعاب الصغيرة في تنمية القدرات الحركية عند الأطفال المصابين بعرض داون (12-15 سنة).

- التعرف على دور الألعاب الصغيرة في تنمية صفة الدقة عند الأطفال المصابين بعرض داون (12-15 سنة).

- التعرف على دور الألعاب الصغيرة في تنمية صفة التوازن عند الأطفال المصابين بعرض داون (12-15 سنة).

- إعداد برنامج تعليمي لتنمية القدرات الحركية (الدقة والتوازن) قائم على الوحدات التعليمية بواسطة الألعاب الصغيرة.

8- أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في تسليط الضوء على دور الألعاب الصغيرة في تدريس مادة النشاط الحركي في المراكز المتخلفين ذهنيا والتي هي أهم مرحلة لاكتساب المعارف والخبرات الجديدة وتنمية القدرات البدنية والذهنية ومدى نقاعتها في تنمية بعض القدرات الحركية وتتمثل أهمية البحث فيما يلي:

- تصميم وحدات تعليمية قائمة على الألعاب الصغيرة يتلائم مع المرحلة العمرية 12-15 سنة ويساهم في تنمية بعض القدرات الحركية.
- تطوير عملية التدريس وتكيفها مع متغيرات الأوضاع داخل المراكز.
- إبراز أهمية الألعاب الصغيرة في تنمية القدرات الحركية لدى الأطفال المصابين بعرض داون.
- المساهمة في نشر التعاون وروح التضامن من خلال اللعب الجماعي وحل المشكلات مع بعض.

9- مصطلحات البحث:

9-1 القدرات الحركية:

أ- التعريف الاصطلاحي:

هي قدرة الرياضي على سرعة الأداء الحركي مع دقة الأداء في تحقيق الهدف وفق الاقتصاد في الجهد كما تعتبر من الصفات البدنية المركبة مع بعضها وتشكل في مجموعات. (الفتاح، 2005)

ب- التعريف الإجرائي: شروط نفسية ووظيفية وعن طريقها يستطيع الفرد التحكم في أدائه الحركي عند ممارسة النشاطات الرياضية وتشمل المكونات التالية: (التوازن،

التوافق، الدقة، الإيقاع الحركي، سرعة رد الفعل، بذل الجهد المناسب، التكيف مع الأوضاع المتغيرة).

9-2 الألعاب الصغيرة:

أ-**التعريف الاصطلاحي:** هي عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم، ولا تحتاج إلى تعقيدات مهاري كبيرة، ويمكن للقائم عليها تحديد بعض القوانين الخاصة بها وفقا للهدف المراد تحقيقه ولسن المتعلم وجنسه في صورة مشوقة تمتعه وتسليه وقد تنمي لديها لاستكشاف وحل المشكلات الحركية،

ب-**التعريف الاجرائي:** هي ألعاب يستخدم فيها أدوات وأجهزة مختلفة الأحجام والأشكال والتي لها دور في التقدم العقلي والحركي للطفل كما يمكن من خلالها نقل المعلومات والمعارف التي تحدد الأهداف التربوية والتعليمية للألعاب ذات السباقات من واقع أداء مصغر للعبة، وغالبا ما يتم أدائها في الهواء الطلق. (محمد، 2007)

10- الدراسات المشابهة:

دراسة قدود فتحي شيخاوي عبد الله 2008

دراسة بعنوان (مساهمة الأنشطة الترويحية في خفض من بعض الاضطرابات النفسية لدى الأطفال المصابين بعرض داون 6-9 سنوات)

بحث أجري مناطق مختلفة من المراكز بالجزائر العاصمة حيث أستخدم الباحثان المنهج الوصفي إضافة إلى الدراسة الاستطلاعية والملاحظة الميدانية واستخدام استبيان.

مشكلة البحث:

هل للنشاط الترويحي تأثير على خفض من بعض الاضطرابات النفسية عند المصابين بعرض داون؟

فرضيات البحث:

* للنشاط الترويحي دور في التقليل من ظاهرة السلوك العدواني لدى الأطفال المصابين لعرض داون.

* للنشاط الترويحي دور في التقليل من ظاهرة السلوة العدواني لدى الأطفال المصابين بعرض داون.

-أهداف البحث:

* إبراز دور الأنشطة الترويحية في إزاحة بعض الحواجز النفسية التي تعترض الأطفال المصابين بعرض داون.

* معرفة دور النشاط الترويحي في التقليل من المخاوف المرضية لدى هذه الفئة.

- نتائج الدراسة:

* أن كفاءة وخبرة المنشط التربوي بالمراكز البيداغوجية لها دور إيجابي في تلبية حاجيات الأطفال المصابين بعرض داون في ميدان الأنشطة البدنية والرياضية وله أهمية كبيرة في كفالة الطفل.

-الاقتراحات والتوصيات:

* توسيع ممارسة النشاطات الرياضية في مختلف المراكز الطبية البيداغوجية، وهذا لتجنب المشاكل النفسية التي يتعرض لها الأطفال.

* العناية بالمنشطين وهذا بتكوينهم تكويناً شاملاً خاصة في علم النفس.

* توفير مختلف الوسائل اللازمة للأنشطة الرياضية بالمراكز الطبية البيداغوجية.

- دراسة بحيج على وعبادة نور الدين(2012):

بعنوان (أثر استخدام الألعاب الصغيرة على تنمية بعض القدرات الإدراكية الحركية خلال درس التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ الطور الابتدائي ذكور (6-8 سنة)، بحث أجري على تلاميذ مدرسة الاخوة بن نعمة الابتدائية بسدي علي بمستغانم سنة 2012، قسمت بالتساوي على عينتتين تجريبية و ضابطة حيث استخدم المنهج التجريبي في الدراسة باستعمال القياسين القبلي و البعدي في الاختبارين، إضافة إلى الدراسة الاستطلاعية الملاحظة الميدانية قبل الدراسة واستخدام برنامج قائم على الوحدات التعليمية و الطرق الإحصائية لتحليل النتائج المتحصل عليها.

- مشكلة البحث: تصميم برنامج تدريبي يساهم في تنمية القدرات الإدراكية الحركية ومعالجة الحركات العشوائية عند الطفل والتي تسبب له المتاعب والحوادث في المدرسة الابتدائية إضافة إلى إهمال تعلم الجانب الحركي الإدراكي في حصص التربية البدنية.

- هدف الدراسة: وضع برنامج تعليمي قائم على الألعاب الصغيرة ينمي القدرات الإدراكية الحركية لدى الطفل 6-8 سنوات وتنمية القدرات الإدراكية عند طفل المرحلة الابتدائية (6-8 سنوات).

- فرضيات البحث: للألعاب الصغيرة دور إيجابي في تنمية القدرات الإدراكية لدى طفل المدرسة الابتدائية (6-8 سنوات).

- البرنامج المصمم يساعد في تنمية القدرات الإدراكية عن الطفل 6-8 سنوات.

- **نتائج البحث:** هو أن الألعاب الصغيرة تؤثر على تنمية القدرات الإدراكية لدى طفل المدرسة من 6-8 سنوات وأن البرامج المقدم يساعد على تنمية القدرات الإدراكية الحركية لدى هذه الفئة العمرية.

-التوصيات:

- * الاهتمام بتنمية القدرات الحركية عند الطفل في المرحلة الابتدائية، ضرورة دمج الألعاب الصغيرة في المدارس الابتدائية مع استخدام البرامج المقترح في الدراسة.
- * ضرورة وضع مؤطرين مختصين في مجال الرياضة بالمدارس الابتدائية.

- دراسة بولعباس محمد صادق كريم 2016

دراسة بعنوان (أثر الألعاب الصغيرة في تنمية بعض القدرات التوافقية) (التوافق، التوازن، الدقة) عند تلاميذ الطور ال متوسط 11-12 سنة) سنة 2016.

بحث أجري على تلاميذ سنة الأولى متوسط بمتوسطة فيزازي ميلود بوهرا، تم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بالتساوي، حيث استخدم المنهج العلمي التجريبي في الدراسة باستعمال القياسين القبلي والبعدي في الاختبارين، إضافة إلى الدراسة الاستطلاعية الملاحظة الميدانية قبل الدراسة واستخدام برنامج قائم على الوحدات التعليمية والطرق الإحصائية لتحليل النتائج المتحصل عليها.

مشكلة البحث: هل للألعاب الصغيرة أثر في تنمية القدرات التوافقية لدى تلاميذ الطور المتوسط 11-12 سنة؟

هدف البحث:

- إظهار مدى أهمية ودور الألعاب الصغيرة في تنمية القدرات التوافقية عند تلاميذ المتوسط 11-12 سنة.

فرضيات البحث:

- الألعاب الصغيرة تنمي التوازن عند تلاميذ المتوسط 11-12 سنة.
- الألعاب الصغيرة تنمي التوافق عند تلاميذ المتوسط 11-12 سنة.
- الألعاب الصغيرة تنمي الدقة عند تلاميذ المتوسط 11-12 سنة.

نتائج البحث:

- الألعاب الصغيرة تؤثر إيجاباً في تنمية بعض القدرات التوافقية (التوافق، التوازن، الدقة) عند تلاميذ مرحلة المتوسط 11-12 سنة.

اقتراحات وتوصيات:

- * إجراء دراسا وبحوث علمية أخرى لدراسة القدرات التوافقية الأخرى.
- * وضع برامج مكيفة قائمة على الألعاب الصغيرة في المؤسسات التربوية وخاصة بكل فئة عمرية.
- * توفير الوسائل والعتاد الرياضية الخاصة بالألعاب الصغيرة في المؤسسات التربوية.

10-1 التعليق على الدراسات السابقة:

لقد تناولت بعض الدراسات السابقة و المشابهة لهذه الدراسة إلى دراسة أثر الألعاب الصغيرة على تنمية بعض الصفات البدنية على تحسين بعض المهارات الحركية الخاصة لبعض الأنشطة الرياضية، داخل المراكز التربوية و خارجها و تناولت بعض الدراسات اقتراح برامج تدريبية لتنمية بعض القدرات الحركية، و قد استعمل المنهج التجريبي لمعالجة هذه الدراسة باستخدام القياسين القبلي و البعدي على مجموعتين واحدة تجريبية و الأخرى ضابطة، و قبل ذلك القيام بالدراسة

الاستطلاعية للتأكد من صدق و ثبات الاختبارات، و قد اختيرت العينات عشوائية من المجتمع الأصلي و قسمت إلى مجموعتين تجريبية و أخرى ضابطة إضافة إلى مجموعة الدراسة الاستطلاعية وضبط كل المتغيرات قصد تجانس العينتين، و قد استعملت الوسائل و الأدوات اللازمة للدراسة كالاستمارات و المقابلات و الملاحظات و الاختبارات البدنية و الوسائل الإحصائية، وقد توصلت اغلب الدراسات إلى دو الألعاب الصغيرة الإيجابي في تنمية الصفات البدنية و تحسين القدرات الحركية لبعض الأنشطة الرياضية إضافة إلى أهميتها من الجانب التربوي والاجتماعي وأن البرامج المقترحة لها دور في تطوير بعض القدرات الحركية الخاصة ببعض الأنشطة.

10-2 نقد الدراسات:

لقد قامت الدراسات السابقة بتصميم برامج تدريبية و تعليمية بتنمية القدرات الحركية الخاصة ببعض الأنشطة الرياضية، وجعلت لكل نشاط رياضي قدرات حركية خاصة بهم مما يجعل العملية التعليمية تقتقد إلى الشمولية وعالجت بعض الدراسات تحسن و تنمية المهارات الخاصة ببعض الأنشطة الرياضية و هذا ما يجعل العملية التعليمية في المراكز التربوية و خاصة في هذه المرحلة العمرية (12-15 سنة) أكثر بظاً في تعليم باقي المهارات الرياضية و نقص الدراسات السابقة الخاصة بأمراض داون واعتمادهم على المنهج الوصفي الذي يفتقر إلى اختبارات ميدانية، فقد قامت دراستنا بتصميم برنامج تعليمي قائم على الألعاب الصغيرة في تنمية بعض القدرات الحركية والتي تعمل كرابط أساسي بين البرامج التعليمية في حصص التربية البدنية، وتعلم أغلب المهارات من خلال الألعاب الصغيرة التي ترفع من دافعية الإنجاز لدى المصابين بأمراض داون في حصة التربية البدنية مما يؤدي إلى تسريع عملية تعلم.

الباب الأول

الجانب النظري

الفصل الأول

الألعاب الصغيرة

تمهيد:

يعد اللعب من الأنماط السلوكية الشائعة في الطفولة والمراهقة المبكرة وهو نشاط محبوب بالنسبة للأطفال والتلاميذ، ويظهر في الأطفال ابتكارهم ويطلقون فيه خيالهم واهتماماتهم الشخصية.

وقد ظهر حديثاً ميل لتقييم دور اللعب وتشجيعه باعتباره خبرة تعليمية ذات دلالة بما له من دور في النمو المعرفي والنمو السوي. (عباس، 1997)

ونتيجة لذلك فإن اللعب كان موضوعاً للعديد من البحوث والدراسات وعلى الأقل فبعض أنواع اللعب حظي بتركيز الباحثين وبالطبع فإن هذه البحوث والدراسات قد انعكست بصورة واضحة على تعليم التلميذ وإظهار الشكل الذي يجب أن تتخذه مناهج المراهقة.

1- اللعب:

1-1 مفهوم اللعب:

اللعب واحد من أهم الأنشطة التلقائية اليومية في حياة الأطفال تتعدد وظائفه نظرا لما له من بساطة وتلقائية تروي كل خبرات الطفل وقدراته وانفعالاته ومهاراته المتنامية فاللعب دال على الارتقاء الإنمائي ودافع له.

فاللعب هو رحلة استكشاف تدريجية لهذا العالم المحيط يعيشه بواقعه و بخياله يتوحد مع عناصره و أدواته ويستجيب لرموزه و معانيه و التمكن منه و التحكم فيه كفيل بأن يجعل اللعب نشاطا يشبع حاجة طبيعية فيه حتى تتحقق كل اهتماماته ووظائفه ويؤكد **Brunere (1972)** على أن اللعب يتشابه في كل المجتمعات ويتوقف تنوعه و ثراءه على طبيعة المصادر المتاحة له، فتعامل الطفل خلال أنشطة اللعب يجعله يتحرك ويحس وينطق وهو كذلك يستطيع ويستكشف هذا العالم بكل حاسة من حواسه ويرى ويلمس ويستمتع ويشم ويتذوق فتناول الأشياء وتحريك الأطراف و الانتقال بالجسم كل هذا لا يتم مجتمعا إلا في اللعب فالطفل في موقف اللعب فإنه يقوم بعمليات معرفية على نطاق واسع كالإدراك و الانتباه و التذكر و التصور لصورة ذهنية، ويلعب أدوار ويتمثل أحداثا ويتخيل خبرات كل ذلك في قالب لغوي اجتماعي معرفي انفعالي. (سيد، 2002)

1-2 تعريف اللعب:

مر اللعب مغيره من المفاهيم بمرحلة أولية من التأمّلات والتصورات الفلسفية والتي كانت تعبر عن اتجاه عام بالمفاهيم التربوية وبالطفولة بوجه عام وعلى الرغم من أن هذه التأمّلات والتصورات والتي كانت تدور خلال أواخر القرن وأوائل القرن الحالي إلا أنها تعد الآن بمثابة البدايات الحقيقية نحو تكوين وتشكيل الاتجاه للنظر إلى اللعب بوصفه أحد المفاهيم الأساسية والتي يستحيل دراسة الأطفال بمعزل عنه.

1983و من أم التعريفات **Vygotsky** مشيرا إلى أن اللعب هو خلق الموقف

متخيل وينشأ من جملة العوامل الاجتماعية والانفعالية والمعرفية.

كذلك **كولبيرغ 1987** قدم تعريفاً للعب أنه تعبير على شكل السيطرة والسيادة

للأنشطة الدافعة للاستقلال والتحكم في الموضوعات الواقعية والتي تعبر عن مدى

تكيف الطفل. (السهرودي، 1977)

وأخيرا كرافت **2000** حيث عرفت اللعب على أنه النشاط الذي يقوم فيه الأطفال

بالاستطلاع والاكتشاف الأصوات والألوان والأشكال وأحجام وملامس الأشياء وذلك

من خلال بعدين أو ثلاثة حيث يظهر الأطفال قدراتهم المتنامية على التخيل

والإنصات والملاحظة والاستخدام الواسع للأدوات والخامات وباقي المصادر وذلك

للتعبير عن أفكارهم للتوصل مع مشاعرهم ومع الآخرين. (السهرودي، 1977)

1-3 أنواع اللعب:

أنواع اللعب كثيرة ومتعددة قد تختلف من مجتمع إلى آخر ومن بيئة إلى أخرى بل قد تختلف من فرد إلى آخر ومن مرحلة عمرية إلى أخرى في الفرد الواحد حيث يأخذ اللعب أشكالاً مختلفة تبعا لمراحل نمو الطفل ولكن اتفق معظم علماء التربية الرياضية وعلم النفس على الأنواع الآتية:

- ألعاب حركية
- ألعاب حواس
- ألعاب تقليدية
- ألعاب مهارات فردية
- ألعاب عمليات عقلية عليا (تفكير، ذكاء وإدراك... الخ) وقد تكون هذه

الألعاب

جماعية أو فردية. (سيد، 2002)

1-4 المعاني الأساسية في اللعب:

إن العجيب في اللعب أنه كان سببا في بناء الحضارات في التاريخ البشري ولا يزال الإنسان يمارسها في عصرنا هذا وما نلاحظه من اهتماما كبيرا الذي طرأ من خلال مئة سنة الأخيرة في الكثير من المجتمعات المتقدمة في ميادين الرياضة والألعاب بسبب إدراك أهمية وفوائد اللعب باعتباره ظاهرة للحفاظ على كيان الإنسان من جميع الوجوه الإنسانية والحياتية.

ومما تقدم نلخص الحقائق المهمة للعب:

- إن اللعب يمتاز بمميزات لا حصر لها لكونه نشاطا حرا أو محددا موجه أو نشاطا منظم يستند على قواعد متفق عليها ويعتمد على تلك الرغبة في النفس والتي أن تحولت إلى إلزام فإنها تفقد قيمتها وهو يجري في وقت ومكان ويشمل ألعابا محددة تحديدا مرسوما ومثبنا يحقق أهداف محددة أيضا.
- ويعتبر اللعب نشاطا إنتاجيا للإنسان ويشمل حالات متعددة الجوانب كالياقة البدنية والصحة والنشاط والمتعة والراحة والسلوك وبناء الشخصية المتميزة ويمكن جدا أن يكون مجرد لهو بعيدا عن الأهداف والأغراض التي تحققها فلسفة اللعب ودوافعه البنائية. (السهرودي، 1977)

1-5 خصائص اللعب ومزاياه:

- يمارسه جميع الناس وعلى اختلاف طبقاتهم ومراتبهم الاجتماعية.
- يحبه جميع الناس ويميل إليه جميع الناس وباعتبارها ضرورة ورغبة.
- له قواعد واضحة المعالم يطبقا ويتمسك بها جميع الممارسين.
- له أبعاد اجتماعية وأخلاقية وتربوية وصحية ونفسية وبدنية.
- تبعث إلى النفس الراحة والبهجة والسرور والمرح والفرح.
- أنها خير وسيلة لتقارب الناس الممارسين والمتفرجين.
- تبني شخصية الفرد والجماعة والمجتمع وتنمي فيهم روح التسامح.

- إنها ظاهرة إنسانية لا تعقيد ولا انفعال فيها. (السهرودي، 1977)

2- مفهوم الألعاب الصغيرة:

يقبل عليها الأفراد من كلا الجنسين ومن مختلف المراحل من حيث السن والدراسة، إذ أنها تتميز بطابع المرح والسرور والتسلية والتنافس الموجه وتهتم الألعاب الصغيرة بتطوير الفرد خلال مراحل نموه وتتيح له جميع الفرص المناسبة لتنمية استعداداته وإمكاناته وقدراته وكذلك إشباع حاجاته الأساسية، البدنية والعقلية والنفسية فضلا عن تكوين شخصيته الناضجة المتكاملة لكي يكون عنصرا إيجابيا فعالا ومنتجا. (علي، 1985)

كما أنها وسيلة من وسائل من الوسائل التربوية البدنية الحديثة لمن يزاولها من الصغار والكبار وهي أيضا نشاط رياضي يساعد في تطوير الأداء الحركي للألعاب الرياضية، وتمارس على وفق قواعد لعب سهلة وغير ثابتة، ويمكن تغييرها وتصحيحها تدريجيا، وهي لا تحتاج إلى تحصيل كبير أو أدوات كثيرة أو مكان خاص فهناك ألعاب تطور حب المنافسة والتغلب على الآخرين. (كامل، 1981)

2-1 أنواع الألعاب الصغيرة: إن الألعاب الصغيرة كثيرة ومتنوعة نذكر منها:

2-1-1 الألعاب الذاتية: غالبا ما يكون فيها اللعب فرديا ومؤكدا للذات، ويتضمن أشكال الصيد والمطاردة والمنازلة، كما تكون ألعاب الكرة البسيطة فردية مع قدر قليل

من التعاون حيث أن الصغار لا تستهويهم ألعاب الفرق إلا يزال كل صغير يرغب في أن يكون محور للاهتمام.

2-1-2 ألعاب المنافسة: يقصد بهذا النوع من الألعاب الصغيرة هو الألعاب

الموجهة توجيهها جيدا والتي تعتبر عامل مساعد لاستثمار روح الفريق، كما أنها تتماشى مع الواقع الطبيعي للعمل التعاوني.

2-1-3 ألعاب المسابقات أو التابغات: ويقصد بها الألعاب الصغيرة التي يمكن أن

تمارس بأكبر فائدة في الدروس الرياضية، كما أنها تعتبر روح الدرس والجاذب الأول لإقبال التلاميذ على أداء درس التربية الرياضية.

2-1-4 الألعاب التعاونية: وهي ألعاب يمكن أن يمارسها التلاميذ من سن الثانية

عشر وما بعد ذلك حيث تؤدي الألعاب بصورة تعاونية أكثر وتتضمن نشاط للفريق تحت توجيه القائم بالتدريس، وفي هذه الألعاب يمكن للأفراد المشتركين التوضيحية بميولهم في سبيل الجماعة، كما أن روح الثقة تبدأ في ظهور. (كامل، 1981)

2-2 خصائص ومميزات الألعاب الصغيرة:

تتميز الألعاب الصغيرة بقيمتها التربوية إذ أنها تمهد السبل نحو التربية الخلقية والإرادية، فالمجالات الكثيرة للألعاب تسهم في تنمية سمات التعاون والولاء والنظام والطاعة والأمانة.

والاعتماد على النفس والكفاح في سبيل الفوز والشجاعة والجرأة وغير ذلك من مختلف السمات الإرادية والخلفية الحميدة، ومميزات وخصائص الألعاب الصغيرة كثيرة ومتنوعة وسوف نلخصها في النقاط التالية:

- ارتباطها بعناصر المرح والسرور والإثارة المحببة إلى النفس.
- تحمل في طياتها الطابع التنافسي الذي يتمثل في الكفاح الدائم والمثابر وجها لوجه مع المنافس ولا تتحدد نتيجة هذا الكفاح إلا لنهاية المنافسة.
- تتعدد إمكانياتها الجسمانية ومتطلباتها الذهنية مما يسمح بتعدد السلوك الحسي والتفكير الخلاق داخل إطار قانون اللعبة. (علي، 1985)
- إمكانية ممارسة عدد كبير منها تحت ظروف مبسطة دون الحاجة إلى الكثير من المتطلبات المادية كأدوات والأجهزة بل يمكن الاعتماد على الأدوات البديلة.
- سهولة وتعلم وإتقان عدد كبير من الألعاب الصغيرة في وقت قصير نسبيا مما يمنح الفرد خبرات النجاح التي تؤثر بصورة إيجابية على ثقته بنفسه وقدراته.
- يمكن لجميع المراحل السنية المختلفة ممارسة الألعاب الصغيرة بدءا من سن الطفولة وحتى سن الكهولة نظرا لإمكانية تحديد الجرعات المناسبة التي تتفق مع خصائص كل مرحلة.

- لا تتطلب تكاليف مادية كبيرة من حيث الأدوات والملابس والملاعب.
- لا تتطلب جهودا بدنية ونفسية وعقلية ومهارية كبيرة ولا تحتاج إلى تدريب

كبير. (فرج، 2007)

2-3 أغراض الألعاب الصغيرة:

الألعاب الصغيرة كنشاط ممارس لكل المراحل السنية وجب علينا أن نبين أغراضها شأنها شأن الأنشطة الرياضية الأخرى، وإذا كنا نتحدث عن مجموع الأغراض لارتباطها مباشر لأغراض التربية الرياضية فإن المعيار الحقيقي للحكم على الالتزام بهذه الأغراض إنما يرتبط بواقع أهداف كل لعبة من الألعاب في محتواها بطريقة مقننة وفقا لمعايير طرق وأساليب تدريسها واستخدامها، وتحدد أغراض الألعاب الصغيرة في إطار ما يلي:

- النمو البدني-النمو الحركي -النمو العقلي - نمو العلاقات الإنسانية - نمو الصحة الجسمية والنفسية والعقلية.

2-4 الأهمية التربوية للألعاب الصغيرة:

إن من الأهمية التربوية للألعاب الصغيرة أنها تساعد في اكتساب الصحة النفسية للتلميذ وممارسة الألعاب له ارتباط بعلم النفس على أساس أنه جانب

تروحي ونشاط تصاحبه حالة نفسية مميزة، وممارسة الألعاب الصغيرة أساس في

اكتساب الصحة النفسية من خلال النقاط التالية: (معوض، 1970)

- اكتساب الشعور الإيجابي والإحساس الذاتي بالبهجة والسعادة.
- التحرر من القلق والتوتر.
- تحقيق إشباع بعض الحاجات النفسية كالنشاط الحركي والحاجة إلى الوجدان وإثبات الذات والنجاح.
- تحقيق السيطرة النفسية والعقلية في إقرار الأحكام وكيفية التصرف في المواقف المختلفة بالإضافة إلى استكشاف المواهب وكيفية توجيهها واكتساب العادات الجديدة وتهذيب النفس كلها عوامل مساعدة في تكوين الشخصية المتزنة. (معوض، 1970)

2-5 أهداف الألعاب الصغيرة:

تعتبر الألعاب الصغيرة من بين الطرق التدريبية الحديثة والأكثر فعالية، فالوضعيات والتركيبات الحالية موجودة بصفة جلية في مختلف أشكالها وذلك حسب خصائص الأهداف المسطرة لذا فالأغلبية من المربين يحضرون لاعبيهم في مربعات صغيرة ومساحات صغيرة كما إن لدى الألعاب الصغيرة أهمية كبيرة في بلوغ أهداف مجتمعه لتطوير الصفات البدنية وفي نفس الوقت تطوير المهارات الفنية للتلميذ ومن بين هذه الأهداف:

- تطوير وتحسين الصفات البدنية.
- تحسين الأداء المهاري للأطفال.
- تطوير الصفات الإرادية لدى الأطفال مثل: العزيمة، المثابرة، الثقة في النفس.
- إدخال عامل المرح والسرور إلى نفوس الأطفال.
- اكتساب الأطفال الصفات الخلقية الحميدة. (محمد، 1990)

خلاصة:

من المعروف أن التربية الرياضية لها دور تربويا هاما في تشكيل شخصية التلميذ فهي بما تحتويه من نشاطات حركية متعددة تساعد على أن ينمو التلميذ نموا متكاملًا، و اللعب من أفضل الوسائل التربوية، وخاصة الألعاب الصغيرة التي تناولناها في هذا الفصل حيث أنها تنمي لدى الشخص الاستكشاف و حل المشكلات الحركية و هي وسيلة من الوسائل التي تساعد في بناء قدرة الجسم بدنيا و مهاريا و ذهنيا ،كما أنها ملائمة لكسب المزيد من المهارات المركبة و أغلب القدرات التوافقية واستخدامها في مختلف الأنشطة الرياضية أثناء الظروف العقدة كضيق المساحة و تحديد عدد الممارسين، وتعتمد بشكل أساسي على الصفات البحة (القوة، السرعة، المرونة، الرشاقة...الخ).

الفصل الثاني

القدرات الحركية

تمهيد:

تعتبر التربية البدنية و الرياضية من الميادين الحيوية التي توليها الدول المتطورة أهمية بالغة وتسخر الإمكانيات اللازمة لتؤدي وظائفها على أكمل وجه، فهي نظام يستقطب فعاليات كل المجمعات، إضافة إلى الأدوار الكبيرة التي تلعبها في مجال التنشئة و التقويم، فصيغت لها برامج وحددت لها الأساليب و الوسائل اللازمة، وإن موضوع القدرات الحركية خلال حصة التربية البدنية و الرياضية من المواضيع التي شغلت اهتمام علماء النفس و الاجتماع، ووجهت نشاطاتهم نحو ميادين عديدة و متنوعة للكشف عن العلاقة القائمة بينهما و إلى الفعالية التي تتميها التربية البدنية و الرياضية.

1-تعريف الدقة:

إن ما لفت انتباهنا هو قلة المؤلفات التي تتحدث عن الدقة، وهذا مشجعنا على تناول هذا الموضوع نظرا لأهميته.

إن الدقة كما يراها المؤلف بأنها صفة مركبة (مهارة بدنية تستخدم لتنفيذ واجب معين بحيث تكوين هدف وتعتمد الدقة على المكان الذي تنفذ فيه ومدة الأداء وزمان الحركة وترتبط الدقة بشكل مباشر بالأداء الحركي ,بحيث تحدد انسيابية وتوقيته وتوافقه على أن يتناسب مع الواجب المراد تنفيذه ويمكن ملاحظة دور الدقة بشكل واضح من خلال تحديدها للمجال الصحيح لمسار الأداء الحركي والمهاري في الكثير من المواقف اللعب , كالتغير المفاجئ في الأداء بحيث تكون لائمه مع متطلبات المراد تغييرها , وتشمل ذلك سرعة رد الفعل والتوجيه الحركي , والتناسق الحركي والتوازن الحركي بالإضافة إلى الربط والاستعداد للأداء الحركي, وتظهر الدقة أيضا بشكل ملفت للنظر عند أداء الحركات المركبة التي تمتاز بسرعة وصعوبة تنفيذها ويلعب الجهاز العصبي المركزي دورا مهما من حيث كفاءته في استقبال المعلومات من المحيط الخارجي وذلك بإصدار الأوامر الحركية للعضلات العام. (راشد، 2001)

ويعرفها لارسون ويوكي:

بأنها التحكم في الجهاز الحركي اتجاه هدف معين وهي قدرة الفرد على التحكم في حركات الإرادية نحو هدف معين والدقة تعد أحد المكونات الرئيسية في بعض الأنشطة الرياضية مثل المبارزة والرماية والملاكمة كما أنها عامل مهم في العديد من الأنشطة الأخرى، مثل كرة القدم كرة اليد وكرة الطائرة إذ تتوقف عليها إصابة الهدف وفقا لطبيعة اللعبة. (رمضان، 2001)

1-2-أقسام الدقة:

1-2-1 الدقة الموروثة:

وتتميز بخصائص عامة ويتميز فيها الفرد بمميزات وراثية أكبر ويصبح أكثر دقة في جميع الحركات التي يؤديها خصوصا في مواقف اللعب الغير متوقعة ويستطيع حل الواجبات الحركية في عدة أوجه مختلفة بتصرف منطقي سليم. (جلال، 2005)

1-2-2 الدقة المكتسبة:

ويتميز هذا النوع من الدقة بأنها تظهر في نفس الظروف ونفس الحركات التي تم التدريب عليها وتمتاز أيضا بالتنوع ويكون الأداء فيها محددا. (عبد، 2001)

1-2-3 الدقة واللياقة البدنية:

تعد الدقة أحد مكونات اللياقة البدنية الحركية وهذا ما أكده العديد من العلماء مثل لارسون ويوكم إذ قالوا عنها هي قدرة الفرد على التحكم في حركاته الإرادية نحو هدف معين.

1-2-4 ارتباط الدقة بالعمر الزمني:

هناك بعض المصادر والدراسات العلمية الحديثة، التي أشارت إلى ارتباط الدقة بمعامل العمر الزمني في حين لا يتوقف رصيدها عند زيادة العمر التدريبي للاعبين لهذا يجب مراعاة بعض العوامل التي تحد من تطور دقة الأداء الحركي والمهارى مثل العمر التدريبي الخبرات السابقة تجارب فاشل والنجاح.

1-3-خصائص الدقة: وتشمل:

- التوافق العقلي البصري.
- الإحساس بالحركة.
- التوازن.
- زمن الاستجابة.
- سرعة الحركة.
- الضبط (الإتقان والتحكم). (رمضان، 2001)

1-4-أهمية الدقة:

إن الدقة تختلف في هدفها اتجاهها ولا تأتي منفردة وتكون غالبا أساس في أداء حركي ومهاري مرتبط بهدف فهي تعتمد على تكامل التصرف الحركي من خلال توجيه وتنظيم الأداء بعد أن يتم استقبال المعلومات ثم تفسيرها وبعدها يؤدي الفعل الحركي وهناك عدة إمكانيات تعتبر جوانب خاصة ضمن مميزات الدقة الحركية:

1-4-1 إمكانية الإحساس بالمكان والزمان:

ويتم ذلك من خلال الإمكانية في تعين وتغير وضع حركة الجسم في المكان والزمان مثل (حركة الخصم، حركة الزميل، حركة الكرة) وأن تغير وضع الجسم مع الأداة ينظر له على حركة موحدة. (راشد، 2001)

1-4-2 إمكانية الربط الحركي:

ويتم من خلال تنسيق وتنظيم الحركات على أساس الخبرات السابقة وتظهر فيها القيمة الحركية للمكان والزمان، (حركة اللاعب مع الكرة، اجتياز الخصم).

1-4-3 إمكانية التفريق:

وهي عملية تهذيب الحركة ويتم من خلالها الوصول إلى الدقة العالية في الأداء الحركي والمهاري وهو مقياس ضروري للرياضي للوصول إلى المستويات العليا مثل (دقة التصرفات الحركية والمارية أثناء اللعب رغم تأثير الخصم). (عبد، 2001)

2-التوازن:

1-2 تعريف التوازن :

إن الفرد لديه القدرة على الاحتفاظ بوضع الجسم في الثبات أو الحركة وهذا يتطلب سيطرة تامة على الأجهزة العضوية من الناحية العضلية والعصبية كما يتطلب التوازن القدرة على الإحساس بالمكان مع زيادة التركيز في الأداء عصبيا وذهنيا وعقلي أو يعتبر سلامة الجهاز العصبي أحد العناصر الهامة المحققة لتوازن.

كما أن التوافق بين الجهازين العصبي والعضلي لها دور كبير في المحافظة على أوزان الجسم ,وجد سينشران التوازن يتحسن بزيادة العمر الزمني ما بين(11_16سنة), ويعرفه جونسون بأنه " يبقى الجسم في حالة اتزان أو الثبات إذا أصبحت محصلة القوى المؤثرة عليه تساوي الصفر ، سواء كانت هذه القوة خارجية أو الداخلية ,يعرفه لارسون ويوكيم " قدرة الفرد على السيطرة على الأجهزة العضوية من الناحية العضلية و العصبية ويعرفه كيورتن "إمكانية الفرد للتحكم في القدرات الفسيولوجية والتشريحية التي تتضمن تأثير على التوازن مع القدرة على الإحساس سواء باستخدام البصر أو بدونه وذلك عضليا وعصبيا. (عصام الدين متولي عبد الله، 2011)

2-2 أنواع التوازن:

لقد أُنقِصَ الكثير من العلماء في المجال الرياضي على وجود نوعين من التوازن هما التوازن الثابت والتوازن الحركي (الديناميكي).

2-2-1 التوازن الثابت:

يعرفه نيلسون وجونسون بكونه القدرة البدنية التي تمكن الفرد من الاحتفاظ بوضع ساكن ويعرفه علاوي ونصر بأنه القدرة التي تسمح للفرد بالبقاء في وضع ثابت أو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة. (الكريم، 1990)

2-2-2 التوازن الحركي:

هو الاتزان المصاحب لحركة الجسم ويعرفه جونسون ونيلسون بأنه القدرة على الاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة وهو قدرة الجسم على الحفاظ على توازنه أثناء أداء الحركات في وضع من أوضاع مثل المشي الجري ويعتبر المشي على العارضة مع قياس الزمن واحتساب عدد مرات لمس الأرض من الاختبارات الدالة على درجة الاتزان الحركي. (شادلي، 2009)

2-3 مناطق التوازن في الجسم:

2-3-1 القدمان: تمثل قاعدة أساسية لاتزان الجسم، وأي إصابات بها يضعف من توازن الفرد.

2-3-2 حاسة النظر: أثبتت البحوث أنه من السهل أن يحتفظ الفرد بتوازنه إذا سلط نظره على أشياء ثابتة أكثر من تسليطها على أشياء متحركة.

2-3-3 النهايات العصبية والحاسة والأوتار الموجودة في نهاية العضلات.

2-3-4 الأذن الداخلية: وتتركب من القوقعة والدهليز والقنوات النصف هلالية، إذ يقول كارل بيرن هارت تقع حاسة التوازن في القنوات شبه دائرية للأذن الداخلية وتنبه هذه الأعضاء الحسية بواسطة حركة الرأس، كما أنها ضرورية في توازن الجسم في جميع حركاته. (عصام الدين متولي عبد الله، 2011)

2-4 درجات التوازن:

2-4-1 التوازن المتعادل:

يحدث التوازن المتعادل عندما يمر محور الدوران بمركز ثقل الجسم فعند دوران الجسم على أي زاوية لتتغير حالة توازنه ولا يوجد هذا النوع عند الإنسان لأن مركز ثقل الإنسان متحرك وغير ثابت.

2-4-2 التوازن المستقر:

يحدث التوازن المستقر عندما يمر محور الدوران عمودياً فوق مركز ثقل الجسم أي هي الحالة التي يكون فيها خط الجاذبية داخل قاعدة الارتكاز ويكون مركز الثقل عمودياً على قاعدة الارتكاز.

التوازن الغير مستقر يحدث التوازن الغير مستقر عندما يمر محور الدوران عموديا تحت مركز ثقل الجسم وهي الحالة التي يكون فيها مركز ثقل الجسم فوق حافة قاعدة الارتكاز ويتطلب احتفاظ الجسم بالتزان في هذا الوضع درجة عالية من العمل العضلي.

2-5 الاعتبارات التي يجب مراعاتها عند أداء تمارين التوازن:

- _ الاهتمام بوسائل الأمن والسلامة والوقاية من الإصابات.
- _ العناية التامة بعملية الإحماء الجيد قبل أداء التمارين.
- _ الاهتمام بتوزيع السليم لمحتوى تمارين التوازن.
- _ العناية بصحة الأوضاع والأداء الصحيح للحركات.
- _ عدم تناول المواد الكحولية والعقاقير المخدرة أو التدخين.
- _ أن التركيز على تمارين التوازن في هذه المرحلة.
- _ إعطاء تمارين بدون أدوات لتضييق قاعدة الارتكاز أو رفع مركز الثقل فوق القاعدة الارتكاز.
- _ إعطاء تمارين تؤدي على الأجهزة والأدوات الصغيرة لتضييق قاعدة الارتكاز.
- _ استخدام الأسطح المختلفة والمتدرجة في درجة الاحتكاك.

_ التحكم في أتران الجسم أثناء الترحلق على جهاز مائل طلوع، النزول على جهاز متحرك أو ثابت. (حسن، 2000)

2-6 بعض العلاقات العوامل التي تحكم الاتزان:

نسبة ارتفاع مركز الثقل فوق قاعدة الارتكاز فكلما قرب مركز ثقل الجسم من قاعدة الارتكاز كان التوازن أفضل والعكس صحيح ومن هذا يمكن أن نستنتج:

2-6-1 مساحة قاعدة الارتكاز: فكلما كانت المساحة كبيرة كلما كان الارتكاز أكثر.

2-6-2 العلاقة بين خط الجاذبية وقاعدة الارتكاز: فكلما خط الجاذبية قريباً من مركز قاعدة الارتكاز أو على مباشرة كان الارتكاز أفضل والعكس صحيح.

2-6-3 ثقل الجسم: فكلما كان وزن الجسم أكبر كان الاتزان أفضل.

2-6-4 الاحتكاك بالسطح: فكلما كانت كمية الاحتكاك أكثر كان الاتزان أفضل والعكس صحيح فالأرض الملساء يصبح الشخص فوقها أقل قدرة على التحكم في توازنه من الأرضية الخشنة، وهذا ما يظهر فوق الجليد أو أرض الرخام إذ يتطلب الأمر بذل جهد كبير حتى يحافظ الشخص على توازنه.

2-6-5 الانقسام إلى أجزاء: فالجسم المركب من أجزاء كلما وقعت مراكز هذه الأجزاء عمودية بعضها فوق بعض كان هذا الجسم أثبت ويصبح التوازن أفضل

والانحناءات الطبيعية الموجودة بالعمود الفقري أمام وخلف تعادل بعضها البعض بحيث يتم الاتزان.

2-6-6 العوامل النفسية: الخوف من العوامل النفسية التي تؤثر على الاتزان، تقل قدرة التوازن عند المرتفعات والنظر إلى الأسفل.

2-6-7 العوامل الفسيولوجية: التوازن من العناصر التي تتطلب سلامة الجهاز العصبي والعضلي للفرد، لذلك أي خلل فيهما يؤثر بصورة مباشرة على قدرة الشخص في التوازن. (عصام الدين متولي عبد الله، 2011)

2-7 أهمية التوازن:

التوازن مكون هام في أداء الحركات اليومية كالمشي والوقوف والجري والقفز ومختلف المهارات الحركية الرياضية كما أشارت بعض الدراسات مثل دراسة عبد الرحمان حافظ إسماعيل إلى أن التوازن يعتبر من أهم المكونات البدنية من حيث القدرة على التنبؤ بالنواحي العضلية. (راشد، 2001) ومن الأهمية الأساسية للتوازن ما يلي:

يمنع الجسم من السقوط ويعمل على استعادة واسترجاع التوازن بعد فقدانه وحدوث خلل.

يساعد الفرد على تحقيق الكفاية العضلية والتحكم في اتجاه حركاته.

إكساب القدرة على التحكم في الجسم.

ترقية التوافق العضلي العصبي.

يساهم في تأهيل الإصابات الرياضية.

مكون أساسي في معظم الأنشطة الرياضية.

تطوير سمات الإرادية كالجرأة والثقة بالنفس والشجاعة واتخاذ القرار. (شادلي،

2009)

الخلاصة:

في دراسة لعبد الرحمان حافظ مع آخرون موضوعها العلاقة بين المتغيرات الذهنية وغير الذهنية وأسفرت هذه الدراسة عن استخلاص وهو أن هناك علاقة بين المتغيرات الذهنية وغير الذهنية الحركية وخاصة تلك العلاقة بين مكونات الاستعداد الحركي وفي مقدمتها التوازن والدقة حيث ثبت ارتباطها بالذكاء والتحصيل الدراسي. محمد صبحي حسنين 1995 ص 460.

حركات المصاب بمرض داون في هذا السن تتسم بالطلاقة و تكون اقتصادية وهو يحصل على الدقة و المهارة في حركاته و تعتبر هذه المرحلة المناسبة لتعليم في درس التربية البدنية و الدروس الأخرى بحصولهم على حركات جديدة بدون صرف جهد كبير فالتناسب بين النمو الطولي و العرضي و العلاقة المناسبة بين قوة الأطراف و عضلات الجذع و كذلك انخفاض مركز الثقل هي العوامل الجسمية التي تجعل إمكانية تعلم الحركي في هذه المرحلة و يلعب التطور العلمي في الجهاز العصبي دورا هاما في نوعية الحركة و سرعتها و أساس الاختصاص المبكر هو البناء الشامل للألعاب الرياضية الأساسية .

الفصل الثالث

أمراض داون

تمهيد:

إن اضطراب متلازمة داون هو من أقدم الإعاقات الذهنية ظهورا ويعتبر العالم Edorad Seguin أول من وصف بعض الخصائص للأشخاص الحاملين لهذا الاضطراب وذلك سنة 1846 حيث عرفه باسم العته المقشرة.

وتشير كلمة متلازمة إلى مجموعة من العلامات والخصائص التي تظهر مجتمعة في آن واحد، الذي كان أول من شخصها Langdon Dawn وكلمة داون نسبة إلى الطبيب الإنجليزي الذي شخصها لأول مرة عام 1866 من خلال عمله في أحد المؤسسات الخاصة برعاية المعوقين بالولايات المتحدة الأمريكية، وأطلق عليهم اسم منغولي نسبة إلى الشعب المنغولي نظرا للتشابه الجسدي في صغر العينين، تفلطح مؤخرة الدماغ، والأنف، قصر الرقبة والقامة كما أشار إلى التشابه في انخفاض المستوى العقلي.

وفي عام 1958 اكتشف الباحثون الفرنسيون (J.Lejeune, M.gantier, R.turpin) من خلال الفحص الجيني وجود كروموزوم زائد في الزوج (21) عند بعض الأشخاص و أصبح يسمى باصطلاح (Trisomie21).

1-تعريف متلازمة داون:

تشير كلمة متلازمة داون إلى مجموعة من العلامات والخصائص التي تظهر مجتمعة في آن واحدة.

الذي كان أول من شخصها Langdon Down وكلمة داون نسبة إلى الطبيب الإنجليزي الذي شخصها لأول مرة عام 1866 من خلال عمله في أحد المؤسسات الخاصة برعاية المعوقين بالولايات المتحدة الأمريكية.

ومتلازمة داون هي: عبارة عن شذوذ صبغي (كروموزومي يؤدي وجود خلل في المخ والجهاز العصبي، ينتج عنه عوق ذهني واضطراب في مهارات الجسم الإدراكية) كما يؤدي هذا الشذوذ إلى ظهور ملامح وعيوب في أعضاء ووظائف الجسم، وهي ليست مرضا بل عرضا يولد به الطفل.

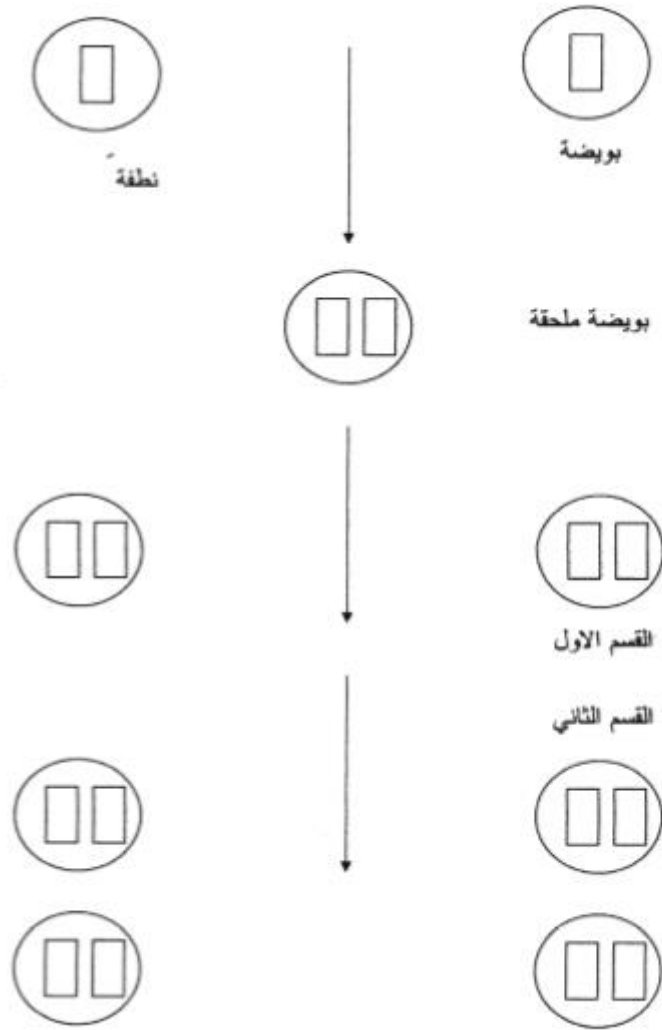
وهذا الشذوذ الصبغي، لا يحدث نتيجة خلل في وظيفة جهاز من أجهزة الجسم أو نتيجة للإصابة بمرض معين كما أنه ليس بالضرورة أن يكون وراثية، بل هو تقدير من الله تعالى يحدث أثناء انقسام الخلية عند بداية تكوين الجنين، وعليه فإن أي زوجين بدون تمييز معرضين لأن يولد لديهم طفل ذو متلازمة داون. (النصر،

(2005)

فالشخص المصاب بمتلازمة داون لديه 47 كروموزوما بدل من 46 ويكون هذا الكروموزوم الزائد متجاوزا مع زوج الكروموزومات 21، بحيث يصبح ثلاثيا بدلا من كونه ثنائيا وهو ما يعرف بالشذوذ الكروموزومات من حيث العدد، كما يسمى ثلاثية الكروموزومات (Trisomie) أو الانقسام الثلاثي. (الرحمان، 2005)

2-أنواع متلازمة داون:

أشارت العديد من البحوث والدراسات أن هناك ثلاثة أنواع من الإضرابات الكروموزومية التي تؤدي إلى ظهور مجموعة أعراض متلازمة داون.



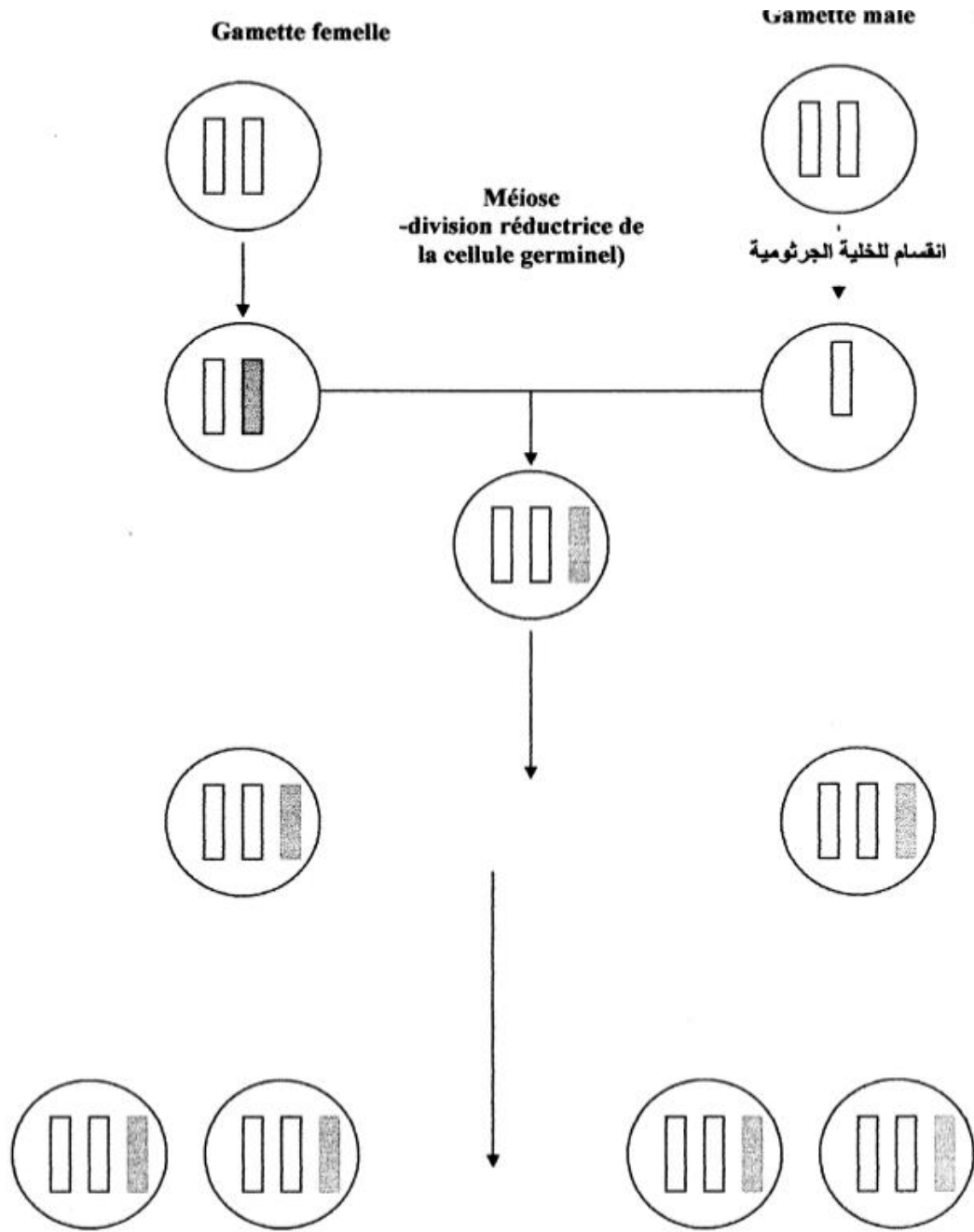
الشكل رقم 1: يوضح التوزيع العادي للـكروموسوم 21 (Lambert, 1982)

هذه الأنواع تختلف تبعا لاختلاف الحاصل في الموقع الكروموزومي وهذه الأنماط هي:

2-1 نمط ثلاثي الكروموزومات 21 الحر والمتجانس:

وجاءت هذه التسمية وصفا للحالة الكروموزومية التي تكون عليها خلايا الشخص المصاب، حيث يوجد في الكروموزوم 21 ثلاثة كروموزومات بدلا من إثنين.

ويعتبر هذا النوع من أكثر أنواع متلازمة داون شيوعا وتصل نسبته حوالي 92% من مجموعة الأشخاص المصابين بهذه المتلازمة، يحدث هذا النوع من الشذوذ الكروموزومي نتيجة خلل في عملية الانقسام المنصف أثناء تشكل البويضات المنوية، نتيجة فشل الانفصال السليم للزوج الكروموزومي الأصلي في هذه الأعراض، مما يعني بقاء زوج الكروموزومات 21. (العسرج، 2006)

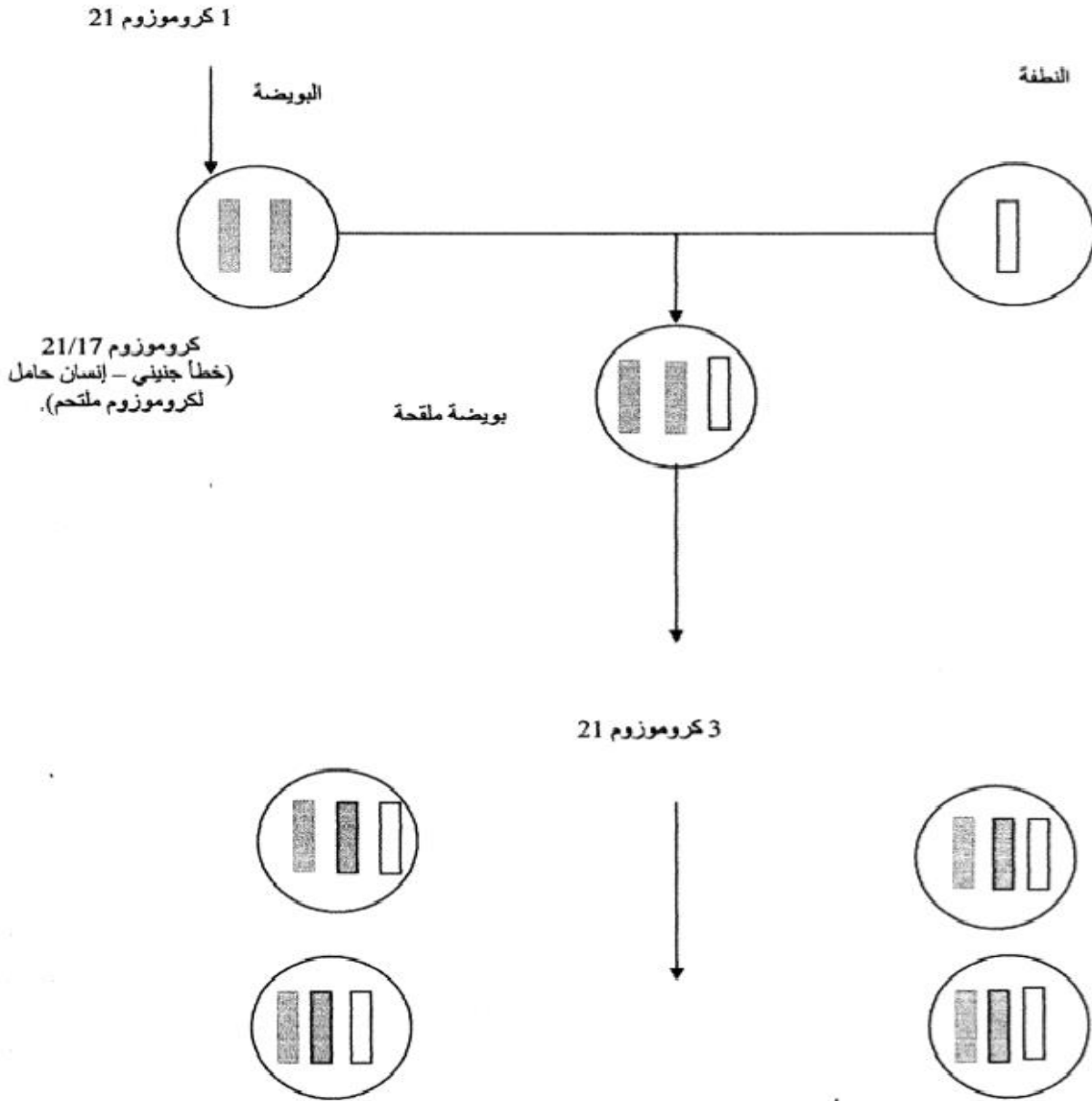


الشكل 2: يوضح التوزيع الغير عادي للكروموزوم 21 لعرض داون (النوع الحر)

(1982، Lambert)

2-2 النمط الانتقالي (النوع الملتحم):

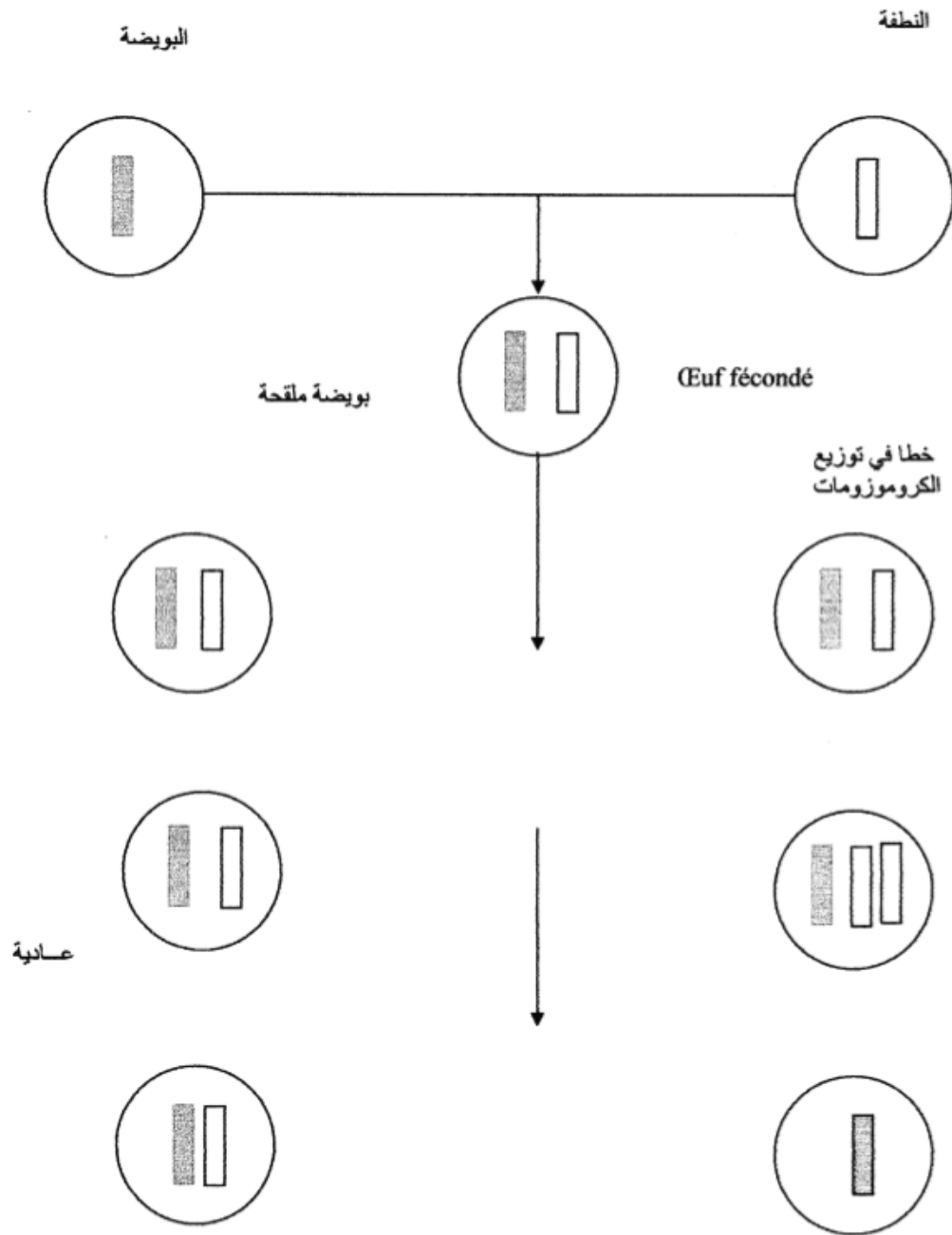
تم اكتشاف هذا النوع عام 1960 من قبل بولاني وفراكارو ويوجد عند 5% من الحالات ويذكر قوتمان (Guttman) أن هذا النوع من متلازمة داون يحدث عند انتقال جزء من الكروموزوم رقم 21 إلى موقع آخر أثناء عملية إعادة ترتيب الكروموزوم رقم 14، كما لوحظ في الحالات أخرى أن يحدث الانتقال إلى الكروموزومات التالية (13.15.21.22). (العسرج، 2006)



الشكل 3: يوضح توزيع الكروموزومات النوع الملتحم (Lambert، 1982)

2-3 النمط الفسيفسائي:

يلاحظ عند 3% من مختلف الحالات يظهر هذا النوع على شكل كروموزوم إضافي في زوج الكروموزومات 21 في بعض خلايا الجسم دون غيرها أي تحتوي بعض خلايا الجسم على ثلاثة كروموزومات بدلا من اثنين في زوج الكروموزومات 21، أما بقية الخلايا فتكون طبيعية على كروموزومين في الزوج الكروموزومين في الزوج 21. (العسرج، 2006)



الشكل 4: يوضح توزيع الكروموزوم في النوع الفسيفسائي

3-أسباب حدوث متلازمة داون:

بالرغم من تطرو العديد من النظريات إلا أنه لم يعرف لحد الآن السبب الحقيقي لمتلازمة داون، إلا أن هناك افتراضات غير مثبت حول أسبابها مثل: العوامل الوراثية أو تناول الأدوية والعقاقير أثناء الحمل وطبيعة الغذاء وعوامل التلوث البيئي أو التعرض للإشعاعات خلال فترة الحمل وخصوصا أشعة (X) أو وجود مضادات إفرازا الغدة الدرقية في دم الأم أو عمر الأم عند الإنجاب، ولعل السبب الأخير هو من أكثر الأسباب التي تعزى إليها حدوث متلازمة داون وهناك الكثيرون ممن يؤيدون هذه الفرضية.

ذكر يوسف بورسكي (2002) أن معظم الدراسات بينت أن ما نسبته (80-92%) من حالات متلازمة داون يكون سببها الأم وأن (5-20%) من الحالات سببها الأب. (فرج، 2007)

كما ورد في الريوتي (1995) أن الأسباب و العوامل المسببة لهذا المرض تنتج عادة من ضعف البويضة الأنثوية بفعل التقدم في السن أو عوامل أخرى غير معروفة، و هذا لا يعني أن الأمهات الأصغر سنا لا يلدن أطفالا مصابين بمتلازمة داون، ولكن نسبة حدوثها قليلة جدا إذا ما قورنت بالحوامل فوق سن 35 سنة و هذا العمر ليس السبب الرئيسي لحدوث هذا الخل بل نتيجة لأن الإناث في هذا العمر

خاصة العوامل منهن أكثر عرضة للضغوط النفسية و الإصابات بالسكري مما يؤدي إلى ارتفاع نسبة حدوث متلازمة داون لدى أطفالهن. (العسرج، 2006)

4-خصائص الطفل المصاب بعرض داون:

4-1 الخصائص الجسمية: الذي يجلب الانتباه عند رؤيتنا المصاب بعرض داون

والذي هو تشوه خلقي غير وراثي الذي يظهر عند الطفل منذ ولادته بلا شك هو الوجه.

إذن الوجه هو دائري وعريض وبالأخص مسطح في جمجمة وينطبق قسم من أجنافه ولأنف مفلطح في نهايته والوجنتين تكاد تنعدم، وله فتحتي الأنف عريضتين إلى الأمام والخارج، ويظهر له قصور في النتوء مدار العين، والعينين مشدودة الأطراف ملجمة وله ضيق في الجفون. (Labrune, 1967)

وهناك طباق جلدي عمودي الذي يبدأ من الجفن العليا إلى حافتي جدار الأنف ويغطي الزاوية الداخلية أين توجد المجاري الدمعية للعين التي تحجب نوعا ما الحاسة الدمعية (نتوء لحمي)، أيضا ضيق شق الجفن مع صغر حجم كرة العين، وفي الغالب نلاحظ نعومة مميزة للجفنين مع احمرارها في الأطراف.

الفم صغير، واللسان كبير الحجم وغالبا ما يكون كحذب ومنطوي عرضيا بشكل عقيدي والشفاه السفلية سميقة ومقلوبة إلى الأسفل مع سيلان دائم لللعاب.

وفيما يتعلق ببقية الجسم فهي ليست أكثر ظهوراً مثل الوجه وبقية الجسم يكون حالياً مجموعة من التشوهات البارزة جداً.

- نلاحظ نقص النمو الطولي العرضي مع قصر خاص في الفص المتعلق بجذع الأطراف والأعضاء، الكل يمكن أن يكون قماء حقيقية.
- الرقبة سمكة وغلظة وقصيرة، ثنايا الجلد في القفا لا نجدها لدى المصاب بعرض داون ويظهر لنا كأن المنطقة القذالي والقفا والجهة العلوية للظهر تندرج تقريبا في نفس المخطط.
- الصدر عريض ومتسع، البطن ناقص يتميز برخاوة عضلية وممطط مع فتق سري.
- في وضعية الجلوس، العمود الفقاري يكون منحنيا نحو الأمام، إذن وضعية الوقوف تكون غير عادية لكن العكس فهو يبدو مستقيما دون أي انحناء.
- اليدين قصيرتين صغيرتين وعريضتين، ممتلئتين على شكل مربع، وهي مسطحة النتوءات تقريبا لا تظهر، عادة يكون لونها يميل إلى الزرقة راحة اليد عادة ما تكون خشينة وفظة وتقرش نخالي الشكل يغطي في بعض الحالات الجهة الظهرية لليد.
- الأصابع هي متباعدة وتبدو كلها على نفس الطول.

- وعلى مستوى القدمين الشكل الجلدي الحفري نادر الوجود بالنسبة للقوس ويبدو شكليا، لكن قبل الحديث عن هذه التفاصيل قد سجلنا أن قدمي الطفل المنغولي هما قصيرتان ومسطحتان، وأصابع الرجل مفرقة بشكل سيء كما هو عند الطفل العادي باستثناء إبهام الرجل فهو منفرج والفراغ الموجود بينه وبين الأصبع الثاني يمتاز بعمق كبير وواسع ويستمر على الوجه الأخصمي، وانطلاقا من هذا الاختلاف الذي يتميز به الطفل المصاب بعرض داون في الخصائص الجسمية أطلق مصطلح الخلل المرفولوجي المنغولي.

(Labrune, 1967)

4-2 الخصائص العقلية: المصاب بعرض داون يصاحب دوما بتخلف عقلي بنسبة ما (نظريا يتراوح التخلف العقلي لهذه الفئة بمعامل ذكاء 40.45 درجة، ب مقياس Qi) ونجد أن الدرجات تتراوح ما بين 30 و 35 درجة، أما أقصى الدرجات فتصل إلى 75.65 درجة وقد بينت الدراسات Fishler et Koch (1991) أن المصابين بعرض داون نوع فسيفسائي هم الأحسن فيما 16% من الفوج الأول المدرس مقابل 36% من الفوج الثاني ولديهم Qi أكبر أو يساوي 70 درجة.

(Nathalie, 1997)

5-تشخيص المصاب بعرض داون:

يتم بعدة طرق كملاحظة العلامات والأعراض المميزة للمنغوليا وخاصة في الوجه والأطراف وتعتبر من الركائز الأساسية للتشخيص، أو بدراسة الآثار والخطوط في الكتف وهي من الأشياء التي يعتمد عليها للتشخيص عند الطفل المشتبه بإصابة بالمنغوليا ومن أكثرها شيوعاً وجود خط عرضي موحد في راحة اليد، ويكون التشخيص أيضاً بملاحظة بؤادر التخلف العقلي، وهذه تختلف من طفل لآخر ولكنها من ناحية عامة شديدة في أثرها، لكن لا يظهر هذا التخلف إلا بعد شهور من عمر الوليد.

وتبقى الطريقة المثلى و الحديثة للتشخيص هي الدراسات المخبرية للكرموزومات حيث يتم تركيب الخلية عند الطفل المصاب 47 كروموزوما و ليست 46 كما هي عند الشخص العادي، و وجد أن هناك 3 نسخ من الكروموزوم 21 بدلا من نسختين كما هو الحال في بقية الكرموزومات و لقد استحدثت في السنين الماضية طريقة لفحص السائل المحيط بالجنين لإعطاء فكرة عامة إذا ما كان الجنين مصاب بالحالة نفسها أم لا لأن هذا السائل الرحمي المحيط بالجنين يحتوي على عدد لا بأس به من الخلايا المنزوعة من جلد الجنين، و فيما يلي سنرى الاختبار المسمى بـ (CARYOTYPE) و الذي يستخدم عادة لتأكيد الإصابة بالمنغوليا. (صالح)

هذا الاختبار يبدأ بأخذ قطرة من الدم، يسلم لمخبر مختص و النتائج تظهر في غضون 4 إلى 6 أسابيع، الاختصاصي في علم الجينات يدخل نواة الخلايا، يجمع

الكروموزومات زوج-زوج و حسب الشكل و الحجم، ثم كل هذا يصور و يوضع على شكل كليشي و يكبر حتى يمكن رؤيته بالعين المجردة، الاختبار يسمح بتأكيد الإصابة بعرض داون وذلك برؤية كروموزوم على أحد الأزواج الثلاثة وعشرون لكل خلية، ويبين كذلك الطارئ الكروموزومي المسؤول عن ولادة رضيع غير عادية، والوقاية، كما يسمح بمعرفة احتمال تكرار خطر الإصابة في حمل أو حدث مشابه عند إخوة الأولياء أ إخوة وأخوات الطفل المصاب بعرض داون.

6-الوقاية من حدوث متلازمة داون:

إن الأسباب الحقيقية وراء حدوث متلازمة داون غير معروفة و تحدث في جميع الشعوب و في كل الطبقات الاجتماعية و في كل بلاد العالم، وهناك علاقة واحدة تثبت علميا وهي ارتباط هذا المرض بعمر الأم فكلما تقدمت المرأة بالعمر و تجاوزت (35) سنة زادت احتمال إنجابها لطفل بمتلازمة داون، ويزداد الاحتمال بشكل ضديد إذ تعدت (45) سنة وهذا لا يعني أن النساء الأصغر من (35) لا يلدن أطفال بمتلازمة داون، بل في الحقيقة أن أغلب أطفال متلازمة داون تكون أمهاتهم أقل من 35 سنة و يعني ذلك إلى أن الأمهات اللاتي أعمارهن أقل من 35 سنة يلدن أكثر من النساء المسنات لذا ينصح بإجراء وقائي بعدم حمل الأم بعد سن 35 سنة. (وشاحي، 2003)

بالإضافة إلى ذلك يجب تحليل الكروموزومات للمتزوجين قبل حدوث الحمل للتعرف على خطر إنجاب أطفال لديهم أمراض وراثية، مع إجراء الفحوصات الطبية وطلب الاستشارة في حالة حدوث حمل لدى الأم سبق وأن أنجبت طفلا مصابا بمتلازمة داون، إذا أن الإجراءات الشخصية المبكرة مفيدة يتم تشخيص هذه الحالات أثناء الحمل عن طريق التحاليل التشخيصية.

خلاصة:

لقد تعرضنا في هذا الفصل لمتلازمة داون والتي هي عبارة عن تشوه الكروموزوم وكذا تعرفنا على أعراضه، أسبابه، خصائصه والوقاية منه.

أما من ناحية الكشف عن هذا الاضطراب فلقد أصبح من الممكن الكشف المبكر عنه والذي يهدف إلى تفرع بعض العلاجات للجنين وذلك قصد التخفيف من التشوهات من أجل حياة أفضل للأم والطفل معا، فالتأخر الذهني واحد من أهم المظاهر الشائعة بمتلازمة داون حيث تكون معدلات الذكاء للمصابين به بين المتوسط والشديد، وبالرغم من أن التخلف العقلي لا يمكن علاجه تماما إلا أن كل الأطفال المصابين بالتخلف العقلي يمكن مساعدته على التقدم بسرعة أكبر عن طريق جلسات التنبيه.

الباب الثاني

الجانِب التطبيقِي

الفصل الأول

الدراسة

الاستطلاعية

تمهيد:

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعدنا في إلقاء نظرة عامة من أجل الإلمام بجوانب دراسته الميدانية، و بما أننا بصدد إجراء دراسة ميدانية لا بد من إجراء دراسة استطلاعية كانت بداياتها بتوجهنا إلى جمعية المتخلفين ذهنيا بمستغانم للوقوف على واقع النشاط البدني و الرياضي بهذا المركز من حيث الوسائل و الأجهزة و المعدات و البرامج و من جهة ثانية معرفة مدى اهتمام المربين بهذا النوع من النشاط حيث قمنا بمقابلة مدير المركز و بعض المربين و الأخصائيين النفسانيين من أجل معرفة آرائهم و اقتراحاتهم و وجهات نظرهم حول مجموعة من النقاط الأساسية التي لها صلة وثيقة بموضوع الدراسة.

1- الدراسة الاستطلاعية:

ومن أجل الوصول لأفضل طريق لإجراء الاستبيان والاختبارات البدنية التي تؤدي بدورها إلى الحصول على نتائج صحيحة ومضبوطة، كذلك تطبيقا للطرق العلمية المتبعة كان لابد على الباحثين من تنفيذ هذه الدراسة والغرض منها ما يلي:

- 1- التوصل إلى أفضل طريق لإجراء البحث.
- 2- معرفة مدى وضوح الأسئلة وفهمها من العينة.
- 3- معرفة مدى التفهم اللغوي لبنود الاستبيان من طرف العينة.
- 4- معرفة الوقت الكافي لإجراء الدراسة.
- 5- قياس صلاحية الاختبارات المطبقة في التجربة الأساسية لمعرفة صدق وثبات وموضوعية الاختبارات حتى يكون لها الثقل العلمي، ولقد مر إنجاز التجربة الاستطلاعية عبر الخطوات العلمية التالية:

الخطوة الأولى: شرعنا في الوقوف على العراقيل التي تواجه المربين في فهم استمارة استبيان التي أعدت في شكل مقترح وتقديمها للأساتذة المحكمين المختصين في النشاط البدني المكيف بغية الأخذ بتوجيهاتهم العلمية حول الهدف من الأسئلة الموضوعة إلى جانب صياغتها بأسلوب علمي واضح وامتدت هذه العملية 2016/11/21 إلى غاية 2016/11/30 وبعد إنجاز الاستبيان في صيغته النهائية سهل الفهم بدون أي غموض

أو تعقيد تم توزيعه بشكل عشوائي على 12 مربى من مركز ، ولقد قمنا بالعمل معهم عن طريق المقابلة المباشرة قصد معرفة مدى وضوح وغموض الأسئلة الموجهة إليهم كمستجوبين، وبعد التفريغ والتحليل للاستمارات المسترجعة تم الحصول على النتائج التالية:

جدول رقم(01) يوضح بعض المعلومات الخاصة بالمستجوب.

الأسئلة	س1: السن؟	س2: الخبرة؟			
الأجوبة	من 20 إلى 30	من 30 إلى 40	فوق 40 سنة	1 إلى 3	3 إلى 6
عدد الأساتذة	00	9	3	2	7
النسبة المئوية	%00	%75	%25	16.66	%58.33
					%25

جدول رقم(01) يوضح بعض المعلومات الخاصة بالمستجوب.

يلاحظ من خلال الجدول رقم(1) أن نسبة سن المربين ما بين 20 إلى 30 سنة 00% وما فوق 40 سنة بلغت نسبة 25% أي ما يعادل 3 مربين، نسبة سن المربين ما بين 30 إلى 40 سنة بلغت 75% أي ما يعادل 9 مربين أكبر نسبة، ومنه نستخلص

أن سن المربين متوسط، بينما بلغت نسبة الخبرة 3 إلى 6 سنوات إلى 58.33% ما يعادل 7 مربين و 6 فما فوق 25% أي ما يعادل 3 مربين و 16.66% ما يعادل 2 مربين، ومنه استخلصنا أن عدد كبير من المربين لديهم خبرة في المجال.

جدول رقم(02) يوضح مستوى ونوع الشهادة للمربي.

الأسئلة		س3: المستوى؟		س4: ما هو نوع الشهادة الذي تحصلتم عليها للعمل في هذه المراكز؟	
الأجوبة	ثانوي	جامعي	تقني سامي	مربي رياضي	مستشار
عدد الأساتذة	8	4	4	8	0
النسبة المئوية	66.66%	33.33%	33.33%	66.66%	00%

جدول رقم(02) يوضح مستوى ونوع الشهادة للمربي.

يلاحظ من خلال الجدول(02) أن نسبة المربين الذين مستواهم ثانوي بلغت 66.66% أي ما يعادل 8 مربين، بينما بلغت نسبة المربين الذين مستواهم جامعي 33.33% ما يعادل 4 مربين، ومنه استخلصنا أن اغلب المربين مستواهم ثانوي، أما عن نوع الشهادة فتمين من خلال النتائج المعروضة في الجدول أعلاه أن

نسبة 66.66% أي 8 مربين لديهم شهادة مربي رياضي و 33.33% أي 4 مربين لديهم شهادة تقني سامي ومنه نستنتج أن أغلب المربين لديهم شهادة مربي رياضي.

جدول رقم(03) يوضح أهمية الخبرة والتكوين.

الأسئلة	س5: في رأيكم، هل للخبرة عامل ضروري للنجاح في التعامل مع هذه فئة؟	حسب رأيكم، هل التكوين ضروري في مجال تخصصكم لتلبية
---------	--	---

حاجيات هذه الفئة من الأطفال في ميدان؟						
أخرى	لا	نعم	أخرى	لا	نعم	الأجوبة
00	00	12	00	00	12	عدد الأساتذة
%00	%00	%100	%00	%00	%100	النسبة المئوية

جدول رقم (03) يوضح أهمية الخبرة والتكوين.

يلاحظ من خلال الجدول بأن كل المربين كانت إجاباتهم ب "نعم" حول عامل الخبرة للنجاح في التعامل مع هذه الفئة بنسبة (100%) أي ما يعادل (12 مربّي) نستخلص أن للخبرة عامل ضروري للنجاح في التعامل مع المصابين بأمراض داون، كما يلاحظ في الجدول أعلاه أن نسبة (100%) ما يعادل 12 مربّي أن التكوين ضروري لتلبية حاجيات هذه الفئة من الأطفال في الميدان ونستخلص أن التكوين ضروري لتلبية حاجيات المصابين بأمراض داون في الميدان.

جدول رقم (04) يوضح بعض المعلومات الخاصة بالألعاب الصغيرة وطرق إعداد البرامج.

الأسئلة		س7: ما هو الهدف الأساسي لممارسة للألعاب الصغيرة بالنسبة لهذه الفئة؟					س8: على ماذا تعتمدون في اعداد برامجكم؟
الأجوبة	تربوي	ترفيهي	صحي	ترويحي	الخبرة	الكتب	الأنترنت
عدد الأساتذة	12	12	12	12	12	12	12
النسبة المئوية	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100

جدول رقم(04) يوضح بعض المعلومات الخاصة بالألعاب الصغيرة وطرق إعداد

البرامج.

من خلال الجدول رقم(04) يتضح أن نسبة كل إجابات المربين متساوية بنسبة 100% أي 12 مربي، نستخلص أن الهدف الأساسي لممارسة الألعاب الصغيرة تربوي وترفيهي وصحي وترويحي، كما نلاحظ أن معظم الإجابات كانت متساوية في الاعتماد في إعداد البرامج بنسبة 100% أي ما يعادل 12 مربي، نستخلص أن المربين يعتمدون على الخبرة والكتب والأنترنت.

جدول رقم(05) يوضح دور الألعاب الصغيرة وعدد الحصص.

س10: ماهي عدد الحصص الألعاب الصغيرة المبرمجة في الأسبوع؟			س9: هل الألعاب الصغيرة لها دور في توافق المصاب نفسيا وحركيا؟		الأسئلة
3 حصص	حصتين	حصة واحدة	لا	نعم	الأجوبة
00	12	00	00	12	عدد الأساتذة
%00	%100	%00	%00	%100	النسبة المئوية

من خلال الجدول رقم(05) يتضح لنا بأن كل المربين كانت إجاباتهم "نعم" حول دور الألعاب الصغيرة في توافق المصاب نفسيا وحركيا بنسبة (100%) أي ما يعادل 12 مربي، نستخلص أن للألعاب الصغيرة دور هام في توافق المصاب نفسيا وحركيا، كما نلاحظ في الجدول أعلاه أن إجابات كل المربين بلغت بنسبة 100% أي ما يعادل 12 مربي كانت عدد الحصص في الأسبوع حصتين.

جدول رقم(06) يوضح مدة حصة الألعاب الصغيرة ومدى تجاوبها.

الأسئلة						
س11: ما هي مدة حصة الألعاب الصغيرة؟						
س12: حسب رأيكم، ما مدى تجاوب هذه الفئة للألعاب الصغيرة؟						
الأجوبة	ساعة واحدة	ساعة ونصف	ساعتين	الانجذاب	عدم الاهتمام	أخرى
عدد الأساتذة	00	12	00	12	00	00
النسبة المئوية	%00	%100	%00	%100	%00	%00

جدول رقم(06) يوضح مدة حصة النشاط ومدى تجاوبها.

من خلال الجدول رقم (06) نلاحظ أن كل المربين أجابوا بأن مدة حصة الألعاب الصغيرة ساعة ونصف نسبة (100%) أي ما يعادل 12 مربي كانت إجاباتهم أن مدة حصة النشاط الحركي ساعة ونصف، كما نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن معظم المربين كانت إجاباتهم الانجذاب للتلاميذ للألعاب الصغيرة بنسبة (100%) أي ما يعادل 12 مربي، نستخلص أن التلاميذ المصابين بأمراض داون لديهم انجذاب كبير للألعاب الصغيرة.

جدول رقم(07) يوضح أهمية الألعاب الصغيرة.

الأسئلة	س13: في رأيكم، إذا تم حذف حصص الألعاب الصغيرة هل سيكون هناك انعكاس سلبي على الأطفال على المصابين بأمراض داون؟	س14: في حال نعم كيف يكون هذا التغيير؟
الأجوبة	نعم لا	سلبي إيجابي
عدد الأساتذة	12	00
النسبة المئوية	100%	00%

جدول رقم(07) يوضح أهمية الألعاب الصغيرة.

من خلال الجدول رقم(07) نلاحظ أن معظم المربين كانت إجاباتهم ب "نعم" حول حذف حصة الألعاب الصغيرة يسبب انعكاس سلبي بنسبة (100%) أي ما يعادل 12 مربي ، نستخلص أن للألعاب الصغيرة دور فعال في انعكاس إيجابيا للمصابين بأمراض داون.

جدول رقم(08) يوضح بعض شعور التلاميذ بعد اجراء الحصص ونوع النشاط
جماعية أو فردية.

الأسئلة					
س15: ما هو شعورهم بعد اجراء حصص الألعاب الصغيرة؟					
س16: اثناء اجراء الحصص ما هو نوع الألعاب التي تتصف بالحيوية والنشاط؟					
الأجوبة	الملل	الارتياح	أخرى	جماعية	فردية
عدد الأساتذة	00	12	00	12	00
النسبة المئوية	%00	%100	%00	%100	%00

جدول رقم(08) يوضح بعض شعور التلاميذ بعد اجراء الحصص ونوع النشاط جماعية أو

فردية.

من خلال الجدول رقم(08) نلاحظ أن كل المربين أجابوا بأن التلاميذ يشعرون
بالارتياح بعد ممارسة الألعاب الصغيرة بنسبة (100%) أي ما يعادل 12 مربي،
نستخلص أن للألعاب الصغيرة دور هام في التقليل من الملل، كما نلاحظ أن الألعاب
الجماعية تتصف بالحيوية والنشاط بنسبة (100%) أي ما يعادل 12 مربي.

جدول رقم(09) يوضح سلوك الطفل بعد اجراء الحصص وعدد التلاميذ في الفوج.

س18: كم عدد التلاميذ في الفوج النشاط؟			س17: هل تلاحظون تغير في سلوك الأطفال المصابين بعد إجراء حصص اللعب؟			الأسئلة
أكثر من 15	10	5	أحيانا	لا	نعم	الأجوبة
00	12	00	00	00	12	عدد الأساتذة
%00	%100	%00	%00	%00	%100	النسبة المئوية

جدول رقم(09) يوضح سلوك الطفل بعد اجراء الحصص وعدد التلاميذ في الفوج.

نلاحظ من خلال الجدول(09) كل المربين كانت إجاباتهم ب «نعم» في تغيير سلوك الأطفال المصابين بعد إجراء الحصص بنسبة (100%) أي ما يعادل 12 مربي، كما نلاحظ أن كل المربين أجابوا أن عدد الأطفال في الفوج هو (10) أي بنسبة (100%) أي ما يعادل 12 مربي.

جدول رقم(10) يوضح توقيت ممارسة الألعاب الصغيرة.

الأسئلة	س19: ما هو التوقيت المناسب لممارسة الألعاب الصغيرة؟	
الأجوبة	صباحا	مساء
عدد الأساتذة	12	00
النسبة المئوية	%100	%00

جدول رقم(10) يوضح توقيت ممارسة الألعاب الصغيرة.

من خلال الجدول رقم(10) نلاحظ أن معظم المربين أجابوا ب "نعم" حول توقيت المناسب لممارسة الألعاب الصغيرة صباحا بنسبة (100%) أي ما يعادل 12 مربي، نستنتج أن التوقيت المناسب لممارسة الألعاب الصغيرة صباحا.

السؤال 20: ما هي الإجراءات التي قمتم بها لإنجاح حصص الألعاب الصغيرة في مراكزكم؟

من خلال إجابات المربين المختلفة حول الإجراءات التي يقومون بها لإنجاح حصص الألعاب الصغيرة تهيئة القاعة بكل اللوازم وتحضير الأطفال نفسيا وبدنيا للعب جماعي والتأكيد على الإحماء الجيد.

الخطوة الثانية:

اذ شرعنا في جمع بعض الاختبارات المقننة لقياس صفات الدقة و التوازن ،حيث جمعت و نظمت في استمارة استبيان عرضت على مجموعة أساتذة و الدكاترة المحكمين بمعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة مستغانم الذين صادقوا عليها ، و على اثر هذه النتائج المتحصل عليها بعد استرجاع 6 استمارات من أصل 10 استمارات شرعنا في تحليلها مستخلصا مجموعة من النتائج كما هي موضحة في الجدول (11) مستندا في ذلك على رأي كل من محمد حسن علاوي و نصر الدين رضوان(1988) بحيث يرون أن "كل مكون أو مهارة خاصة تحصل على نسبة تكرار تقل عن 25% من المجموع الكلي للآراء تستبعد من التجربة المقصودة.

(رضوان، 1988)

الاختبارات	اختبار الوقوف على قدم واحدة للاتزان (FLB)	اختبار باس المعدل للتوازن الديناميكي	اختبار مونرو	اختبار المستطيلات المتداخلة	اختبار وانرلسن
الصفة التي يقيسها الاختبار	قياس صفة التوازن	قياس صفة التوازن	لقياس التوازن الثابت	لقياس صفة الدقة	لقياس دقة التصويب
عدد الأساتذة	5	1	0	4	2
النسبة المئوية	%83.33	%16.66	% 00	%66.66	%33.33

جدول رقم(11) يوضح مجموعة الاختبارات المنتقاة.

الخطوة الثالثة:

من خلال هذه الخطوة تناولنا تلك الاختبارات بالتجريب للتأكد من ثقلها العلمي مع تلاميذ أمراض داون بالمركز المتخلفين ذهنيًا بمستغانم والمقدر عددهم 10 تلاميذ من أجل الوصول إلى نتائج صحيحة ودقيقة والغرض من التجربة وقد استبعدت هذه العينة من الدراسة الأساسية وكان الغرض من هذه الدراسة ما يلي:

- تحديد الأدوات اللازمة لإجراء الاختبارات.
- مراعاة وقت تطبيق الاختبارات والقياسات.
- تحديد الصعوبات التي تعرقل الطلبة في القيام بالاختبار.
- مراعات وقت تطبيق الاختبارات والقياسات.

ولقد أنجزت هذه الخطوة على مستوى يوم واحد 5-12-2016 وبعد مرور أسبوع وفي نفس الظروف المكانية والزمانية بالمركز أعيدت نفس التجربة وذلك يوم 12-12-2016.

الاختبارات	حجم العينة	درجة الحرية ن -	مستوى الدلالة الإحصائية	القيمة المحسوبة معامل ثبات الاختبار	معامل الصدق
اختبار (التوازن) الوقوف على قدم واحدة للآتزان "فلامينغو"	10	9	0.05	0.633	0.8
اختبار الدقة (المستطيلات المتداخلة)				0.845	0.92

جدول رقم (12) يوضح معامل ثبات وصدق الاختبارات

من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح لنا بأن الاختبارات تتمتع

بثبات عالي وهذا ما تؤكدته النتائج بحيث بلغت أعلى قيمة 0.84 وأدنى قيمة

0.633 "ر" الجدولية وهذا عند درجة حرية 9 ومستوى الدلالة 0.05 بينما تتمتع

الاختبارات بصدق عالي بحيث بلغت أعلى قيمة 0.8 وأدنى قيمة 0.92 وهذا أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط عند درجة الحرية 9 ومستوى الدلالة الإحصائية 0.05 ومنه فإن الاختبارات تتمتع بصدق عالي فيما وضعت لقياسه.

2- ثبات الاختبار:

يعتبر الثبات من العوامل الواجب توافرها لصلاحية استخدام أي اختبار، ويقصد كل من أحمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك بثبات الاختبار "هو أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد الاختبار على نفس الأفراد و في نفس الظروف" (البيك، 1996)، ولمعرفة مدى ثبات استقرار نتائج الاختبار قمنا بتطبيق الاختبارات الأولية على عينة من تلاميذ مصابين بأمراض داون بمركز المتخلفين ذهنيا بمستغانم و بلغ عددها 10 تلاميذ و بعد مرور أسبوع و في نفس الوقت أعيد نفس الاختبار على نفس العينة، وعملنا على ضمان تجانس العينة وذلك من خلال مراعاة السن 12-15 سنة ونسبة الذكاء و الوزن و الطول ، وبعد ذلك عولجت النتائج إحصائيا باستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون، وبعد الكشف في الدلالة لمعامل الارتباط عند مستوى 0.05 ودرجة حرية ن-1 أي 9 وجد أن القيمة المحسوبة لكل اختبار هي أكبر من قيمة الجدولية حيث أدنى قيمة كانت 0.60 و أعلى قيمة كانت 0.84 وهذا ما يدل على ثبات العالي الذي تتميز به الاختبارات.

3- صدق الاختبار: صدق الاختبار يعني " المدى الذي يؤدي فيه الاختبار الغرض

الذي وضع من أجله" (حساني، 1995) ، وبغرض التعرف على الصدق الذاتي

للاختبار استخدم الباحثون المعادلة التالية (ابراهيم، 1999) :

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

ولقد وجدت النتائج التالية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن-1 أي

9، وجدنا أن القيمة المحسوبة للاختبارات أكبر من القيمة الجدولية حيث بلغت أدنى

قيمة 0.60 وأعلى قيمة بلغت 0.84 وهذا ما يثبت أن القيمة المحسوبة تتميز بدرجة

عالية من الصدق كما هو موضح في الجدول رقم (12).

موضوعية الاختبار: يعرف كل من محمد صبحي حسانين عن باروماك جي

الموضوعية بأنها درجة الانسان بين أفراد مختلفين لنفس الاختبار ويعبر عنهم

بمعامل الارتباط، الموضوعية العالية للاختبار تظهر عندما يقوم مجموعة من

المدرسين أو المحكمين بحساب درجة الاختبار في نفس الوقت، عندما يطبق

الاختبار على مجموعة معية من الأفراد ثم يحصلون تقريبا على نفس النتائج.

(حساني، طرق بناء وتقنين الاختبارات، 1987)

وقد استخدمنا في الاختبارات التي تتطلب استخدام الوقت عداد إلكتروني نفسه

كما أن الاختبارات أنجزت في الظروف المكانية والزمنية، أما الظروف الجوية فكان

الجو معتدل أما الجو التربوي بالنسبة للمفحوصين فتميز بالحيوية والجدية دون تأثير

للمتغيرات التربوية على الاختبارات البدنية التي اشترطت الحيوية وفي الأخير
استخلصنا بأن الاختبارات المستخدمة في البحث تتمتع بموضوعية عالية.

4- الوحدات التعليمية المقترحة:

قمنا بوضع الوحدات التعليمية الخاصة بتعلم بعض القدرات الحركية الخاصة
بالدقة والتوازن وذلك استنادا على الاستبيان الموجه للمربين مع مراعاة خصائص النمو
لهذه المرحلة وأن يناسب محتوى كل الوحدات أهدافه التعليمية والسلوكية وتتميز
الوحدات التعليمية بالتنوع والبساطة.

رقم الحصة	الهدف من الحصة	المدة	تاريخ الحصة
حصة تعارف	التعرف على الأطفال ومستواهم	55 د	2017/01/02
حصة رقم 1	دقة التصويب في مواقف محددة		2017/01/04
حصة رقم 2	دقة التصويب في ظروف متغيرة		2017/01/11
حصة رقم 3	دقة التصويب في مواقف محددة		2017/01/18
حصة رقم 4	دقة التصويب في ظروف متغيرة		2017/01/25
حصة رقم 5	دقة التصويب من وضعيات متغيرة		2017/02/01
حصة رقم 6	دقة التصويب الحفاظ على التوازن المطلق		2017/02/08
حصة رقم 7	الحفاظ على التوازن الثابت		2017/02/15
حصة رقم 8	الحفاظ على التوازن أثناء الحركة		2017/02/22
حصة رقم 9	القدرة على التوازن في وضعيات متغيرة		2017/03/01
حصة رقم 10	القدرة على التوازن على رجل واحدة		2017/06/6

جدول رقم (13) يوضح اهداف الوحدات التعليمية وتاريخ الحصص

خلاصة:

تعد الدراسة الاستطلاعية من أهم المراحل العلمية التي ينبغي على الباحث الالتزام بها رغبة في جمع أكبر قدر من المعلومات أو الحقائق التي تخدم موضوع البحث وكذلك إلى تحقيق بعض الأغراض العلمية وهذا بناء على الوسائل المستخدمة و في ظل المنهج المتبع، وفي هذا الشأن فقد تطلب الأمر إلقاء نظرة حول واقع الأسس العلمية المتبعة في المركز، وهذا من خلال اختبارات بدنية وتصميم وحدات تعليمية ، و يتوفر فيها اختبارات ذات تعليمات محددة لتطبيقها و تصحيحها و تفسير نتائجها ، كما يتوفر لها مقومات العلمية من صدق و ثبات و موضوعية.

الفصل الثاني

منهج البحث واجراءاته

الميدانية

تمهيد:

سنتطرق في هذا الفصل إلى توضيح منهجية البحث والإجراءات الميدانية المتبعة بغية الوصول إلى تحقيق الأهداف المنشودة، و هذا من خلال تحديد المنهج العلمي المتبع، عينة البحث، مجالات البحث، كذلك توضيح التعاريف الإجرائية للمصطلحات الرئيسية للبحث وإلى الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث، كما سيتم التطرق إلى عرض مفصل للأدوات البحث والقواعد التي ينبغي مراعاتها في الإعداد لها و تنفيذها، مع اختتام هذا الفصل بعرض دقيق للوسائل الإحصائية التي سوف نستند عليها في معالجة النتائج المتحصل عليها ويمكن من خلالها إصدار أحكام موضوعية حول الظاهرة موضوع البحث .

1-إجراءات البحث الميدانية:

1-2 منهج البحث:

في مجال البحث العلمي يعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها، ويعرف **عمار بوحوش (1995)** المنهج في البحث العلمي " بأنه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة واكتشاف الحقيقة " (الذنيبات، 1995)، واعتمد الباحث على المنهج التجريبي بغية إنجاز البحث على نحو أفضل وهذا لملائمته لمشكلة البحث وبغية معرفة واقع استخدم الاختبارات ومعالجة الدرجات المتحصل عليها إحصائياً باستخدام الطرق الإحصائية المناسبة إذ يرى **محمد حسن علاوي وإسامة كامل راتب (1999)** بأن " يعد المنهج التجريبي الاقتراب الأكثر صدقاً لحل العديد من المشكلات العلمية بصورة فعالة ونظرية وإسهامه في تقدم البحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية ومن بينهما علم الرياضة " (راتب، 1999) ولإتمام هذه التجربة استخدم الباحث الاستمارة الاستبيانين، لأن عملية المسح كما يرى **محمد زيدان عمر (1983)** بأنها عبارة عن دراسة عامة لظاهرة موجودة في جماعة معينة وفي مكان معين، و تحت ظروف طبيعية و ليست صناعية كما الحال في التجربة. (عمر، 1983) وانطلاقاً من هذا استخدمنا المنهج التجريبي لملاءمته موضوع البحث.

1-3 عينة ومجتمع البحث:

اخترنا 20 طفلا مصاب بأعراض داون وتمثل 44% من المجتمع الأصلي
45 طفلا اعمارهم تتراوح ما بين 12 إلى 15 سنة من جمعية المصابين بأعراض
داون بمستغانم وتم تقسيمهم إلى مجموعتين، واحدة تجريبية تحتوي على 10 أطفال،
وأخرى ضابطة تحتوي على 10 أطفال، وعينة للدراسة الاستطلاعية تحتوي على 10
أطفال.

1-4 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري:

تم اختيار العينة بطريقة مقصودة والتي تمثلت في أطفال من مركز المصابين
بأعراض داون بمستغانم حيث بلغ عددهم 20 طفلا مصابين بمرض داون.

1-4-2 المجال المكاني:

تمت مجريات الدراسة في مركز المصابين بأعراض داون بمستغانم.

1-4-3 المجال الزمني:

امتدت فترة الدراسة من 2016-11-21 إلى 2017-03-16 وانتظمت عبر المراحل
الزمنية التالية:

المرحلة الأولى: فترة توزيع الاستبيان على المربين بجمعية المتخلفين ذهنيا ب 21-

2016-11 غلى غاية 2016-11-30.

المرحلة الثانية: فترة إنجاز الاختبارات القبلية والبعدية للتجربة الاستطلاعية وقد

تمت من 2016-12-5 إلى غاية 2016-12-12.

المرحلة الثالثة: وتمثلت في تطبيق التجربة الأساسية حيث امتدت من

2017-1-4 إلى غاية 2017-01-16

1-5 متغيرات البحث:

1-5-1 المتغير المستقل: الألعاب الصغيرة.

1-5-2 المتغير التابع: القدرات الحركية (الدقة والتوازن).

1-6 المتغيرات المرتبطة بالبحث:

1- ضبط مستوى الذكاء حيث أخذت التلاميذ متقاربين في المستوى.

2- ضبط السن حيث قمنا باختيار تلاميذ متقاربين في السن ما بين (12-15 سنة).

3- الحالة الجسمية حيث قمنا باختيار تلاميذ لهم نفس الطول والوزن لجميع العينات.

1-7 مواصفات الاختبارات المستخدمة:

1-7-1 اختبارات قياس صفة التوازن

أ- اختبار الوقوف على قدم واحدة للاتزان "فلامينغو" (FLB).

- العامل: الاتزان العام

* وصف الاختبار: اختبار الوقوف على قدم واحدة فوق عارضة.

- الأدوات:

- * عارضة بطول 50سم تكون صلبة، ارتفاعها 3سم وعرضها 4سم، تغطي بطبقة ملاصقة للعارضة تحت عامل الأمن والسلامة للمفحوص، دعامتان طول كل منهما 10سم وبعرض 2سم ترتكز عليها العارضة لتحقيق مزيد من الثبات. (كلما كان هناك عدد وفير من هذه العوارض كلما أمكن اختبار عدد أكبر من المفحوصين).
- * تستخدم ساعة إيقاف لكل جهاز، وهذه الساعة يجب ألا تكون من النوع الذي يتوقف ويعود أوتوماتيكيا للصفر لكي تضمن استمرارية عملية حساب الزمن ومواصلته بعد التوقف لتكملة حساب زمن الاختبار.

- تعليمات المفحوص

- * حاول أن تترن لأطول وقت ممكن على المحور الطولي للعارضة مستندا على قدمك المفضلة
- * قم بثني الرجل الحرة خلفا وأمسكها بقبضة يدك (اليد اليمنى مع الرجل اليمنى أو العكس).
- * يمكنك استخدام الذراع الأخرى للمحافظة على الاتزان.
- * استند على القائم بعملية الاختبار للوصول إلى الوضع الصحيح.

* يتم حساب زمن بدء الاختبار بمجرد تركك الاستناد على ساعدي المختبر.

* حاول الاحتفاظ بوضع الاتزان.

* عند فقدان الاتزان في كل مرحلة، عندئذ يتوقف حساب الزمن.

- توجيهات للقائم بالاختبار:

* اتخذ مكانا مناسباً أمام المفحوص.

* يسمح للمفحوص بمحاولة تجريبية وذلك للإحساس بالاختبار وللتأكد من أن

التعليمات واضحة.

* يتم تنفيذ الاختبار بعد هذه المحاولة.

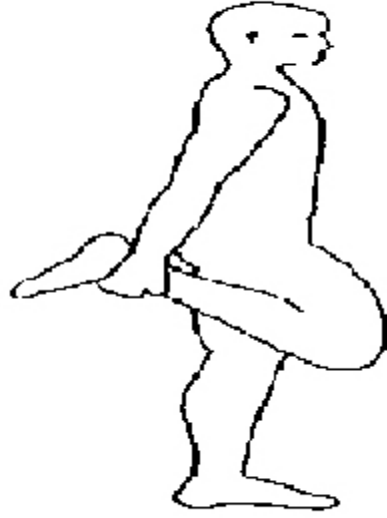
* ابدأ تشغيل ساعة الإيقاف عند ترك المفحوص للذراع المستند عليها.

* توقف الساعة بمجرد فقدان المفحوص لاتزانه من خلال تركه للقدم الحرة أو

ملامسة الأرض بأي جزء من الجسم.

* بعد كل سقوط قم بمساعدة المفحوص مرة ثانية لبدء الوضع الصحيح.

-التسجيل: تحسب عدد مرات السقوط. (ابراهيم، 2001)



شكل رقم(5):اختبار التوازن على قدم واحدة.

1-7-2 اختبارات قياس صفة الدقة:

أ-اختبار المستطيلات المتداخلة:

- الغرض: قياس دقة الرجل على التصويب

- الأدوات: 05 كرات قدم، حائط أمامه أرض ممددة.

- كيفية إجراء الاختبار: يقوم اللاعب بتسديد 3 كرات ثابتة.

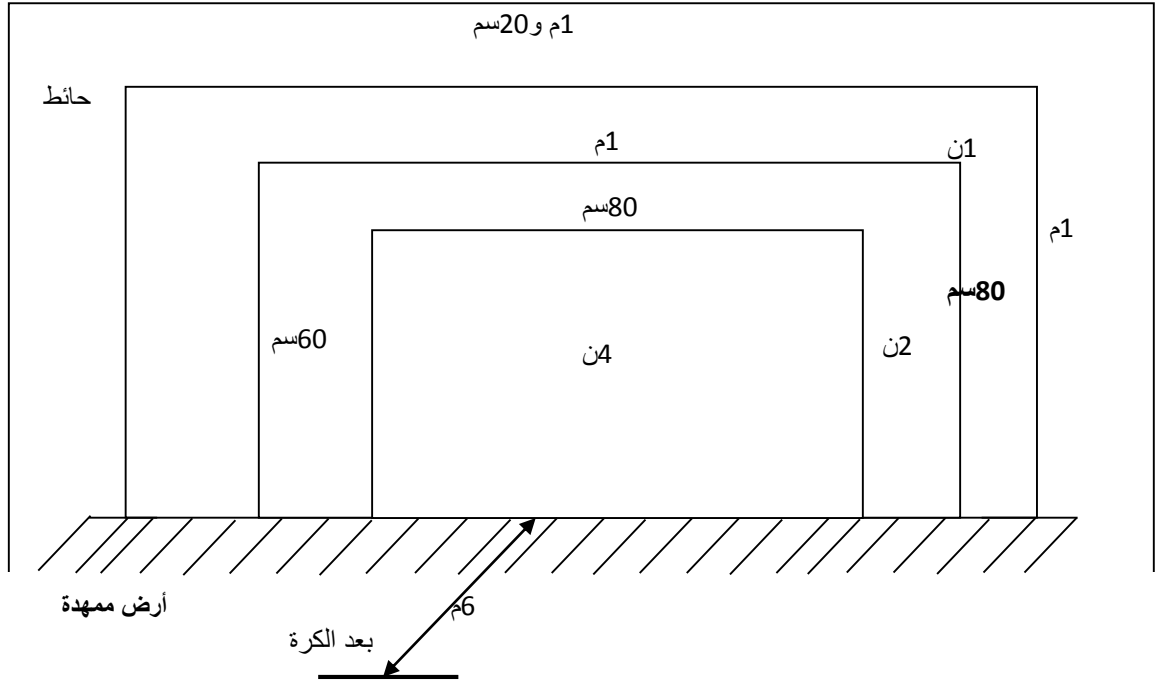
يرسم على الحائط ثلاثة مستطيلات متداخلة موضحة في الشكل بحيث تمثل

الأرض الحافة السفلية.

للمستطيل، ويبعد خط التصويب بـ 06 أمتار على الحائط وتصوب الكرة 05 مرات

متتالية.

- يمنح اللاعب نقطة واحدة إذا لمست الكرة المستطيل الكبير.
- يمنح نقطتين إذا لمست الكرة المستطيل الأوسط.
- يمنح أربع نقاط إذا لمست الكرة المستطيل الداخلي.
- لا يمنح أية نقطة في حالة عدم ملامسة الكرة لأي مستطيل.
- يحسب مجموع النقاط المحصل عليها. (ابراهيم، 2001)



الشكل (6) يوضح اختبار المستطيلات المتداخلة

خلاصة:

قصد بلوغ أهداف البحث المنشودة لقد تمحور لب هذا الفصل حول منهجية البحث والإجراءات الميدانية التي أنجزها الباحثان خلال التجربة الأساسية تماشيا مع طبيعة البحث العلمي ومتطلباته العلمية والعملية ، بحيث قمنا في بداية هذا الفصل بالتطرق إلى منهجية البحث و إجراءاته الميدانية ، حيث استهلها بإجراء التجربة الاستطلاعية التي تطرق فيها إلى الخطوات العلمية التي أنجزها تمهيدا للتجربة الأساسية التي استهلنا بتوضيح المنهج المتبع في بحث العينة، مجالات البحث، الأدوات المستخدمة في البحث وأخيرا تناولنا الصعوبات التي تلقاها خلال البحث.

الفصل الثالث

عرض ومناقشة

النتائج

1- عرض نتائج اختبارات القدرات الحركية (الدقة، والتوازن):

1-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية لمجموعات البحث.

الاختبارات	العينة الضابطة		العينة التجريبية		قيمة ف المحسوبة	قيمة ف الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س					
اختبار الوقوف على قدم واحدة للالتزان (FLB)	7.17	0.88	7.44	0.8	0.79				غ/دال
اختبار المستطيلات المتداخلة (الدقة)	6.5	1.17	5.59	0.9	1.39	3.18	1	0.05	غ/دال

الجدول رقم 14: يبين مدى التجانس بين مجموعة البحث في نتائج الاختبارات القبلية

باستخدام اختبار تحليل التباين "ف".

لقد تبين من خلال المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج الخام القبلية لمجموعات

البحث الضابطة و التجريبية في الجدول رقم (14) باستخدام اختبار تحليل التباين "ف"

وكما هو موضح في الجدول أعلاه يمكن القول أن جميع قيم "ف" المحسوبة والتي

تأرجحت بين 0.79 كأصغر قيمة إلى 1.39 كأكبر قيمة جُلها أصغر من القيمة

الجدولية والتي بلغت قيمتها ف عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0.05 مما تؤكد

على عدم وجود فروق معنوية بين هذه المتوسطات أي أن الفروق الحاصلة ليست لها

دلالة إحصائية وبالتالي فإن هذا التحليل الإحصائي يؤكد على مدى التجانس القائم بين العينتين الضابطة و التجريبية .

1-2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج القياسات القبلية والبعدية لمجموعة البحث

الضابطة:

1-2-1 عرض ومناقشة نتائج القياسات القبلية والبعدية لمجموعة البحث

الضابطة في اختبار التوازن:

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت	قيمة ت	درجة	مستوى	الدلالة
	س	ع	س	ع	المحسوبة	الجدولية	حرية	الدلالة	الإحصائية
اختبار الوقوف على قدم واحدة للاتزان (FLB)	7.17	0.88	7.19	0.93	1.27	2.262	9	0.05	غ/دال

جدول رقم(15) يوضح مقارنة النتائج القبلية والبعدية في متغير التوازن في مجموعة

البحث الضابطة

من خلال الجدول رقم (15) يتضح لنا أنه لا توجد فروق ذات دلالة

إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغير التوازن، فإن

قيمة المتوسط الحسابي القبلي عند هذه العينة بلغ 7.17 والانحراف المعياري

0.88، أما في الاختبار البعدي وعند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي 7.19

وانحرافها المعياري 0.93، إذ أن قيمة (ت) المحسوبة 1.27 أصغر من قيمة (ت)

الجدولية 2.262 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 9 وهذا ما يعني ألا توجد

فروق دلالة إحصائية.

1-2-2 عرض ومناقشة نتائج القياسات القبليّة والبعدية لمجموعة البحث

الضابطة في اختبار الدقة:

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت	قيمة ت	درجة	مستوى	الدلالة
	س	ع	س	ع	المحسوبة	الجدولية	حرية	الدلالة	الإحصائية
اختبار المستطيلات المتداخلة (الدقة)	6.5	1.17	6	1.33	1.309	2.262	9	0.05	غ/دال

جدول رقم (16) يوضح مقارنة النتائج القبليّة والبعدية في متغير الدقة في مجموعة

البحث الضابطة

من خلال الجدول رقم (16) يتضح لنا أنه لا توجد فروق ذات دلالة

إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغير التوازن، فإن

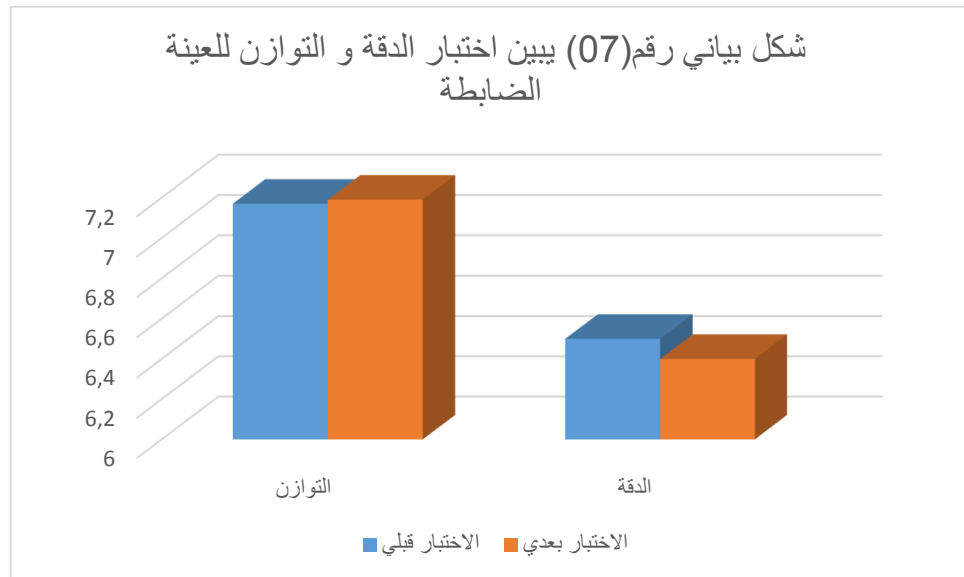
قيمة المتوسط الحسابي القبلي عند هذه العينة بلغ 6.5 والانحراف المعياري

1.17 أما في الاختبار البعدي وعند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي 6

وانحرافها المعياري 1.33، إذ أن قيمة (ت) المحسوبة 1.309 أصغر من قيمة (ت)

الجدولية 2.262 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 9 وهذا ما يعني ألا توجد

فروق دلالة إحصائية.



2-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج القياسات القبلية والبعدي لمجموعة البحث

التجريبية:

2-3-1 عرض ومناقشة نتائج القياسات القبلية والبعدي لمجموعة البحث

التجريبية في اختبار التوازن:

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت	قيمة ت	درجة	مستوى	الدلالة
	س	ع	س	ع	المحسوبة	الجدولية	حرية	الدلالة	الإحصائية
اختبار الوقوف على قدم واحدة للاتزان (FLB)	7.44	0.8	8.6	1.14	3.468	2.262	9	0.05	دال

جدول رقم (17) يوضح مقارنة النتائج القبلية والبعدي في متغير التوازن في مجموعة

البحث التجريبية

من خلال الجدول رقم (17) يتضح لنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية

بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في متغير التوازن، فإن قيمة

المتوسط الحسابي القبلي عند هذه العينة بلغ 7.44 و الانحراف المعياري 0.8، أما

في الاختبار البعدي و عند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي 8.6 وانحرافها

المعياري 1.14، إذ أن قيمة (ت) المحسوبة 3.468 أكبر من قيمة (ت) الجدولية

2.262 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 9 وهذا ما يعني أن توجد فروق دلالة

إحصائية أي يوجد تحسن طفيف في متغير التوازن في العينة التجريبية التي استخدمت البرنامج المقترح للقدرات التوافقية.

2-3-2 عرض ومناقشة نتائج القياسات القبلية والبعدي لمجموعة البحث

التجريبية في اختبار الدقة:

الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت	قيمة ت	درجة	مستوى	الدلالة
	س	ع	س	ع	المحسوبة	الجدولية	حرية	الدلالة	الإحصائية
اختبار المستطيلات المتداخلة (الدقة)	5.59	0.99	8.4	2.22	4.038	2.262	9	0.05	دال

جدول رقم(18) يوضح مقارنة النتائج القبلية والبعدي في متغير الدقة في مجموعة

البحث التجريبية

من خلال الجدول رقم (18) يتضح لنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية

بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في متغير التوازن، فإن قيمة

المتوسط الحسابي القبلي عند هذه العينة بلغ 5.59 و الانحراف المعياري 0.99،

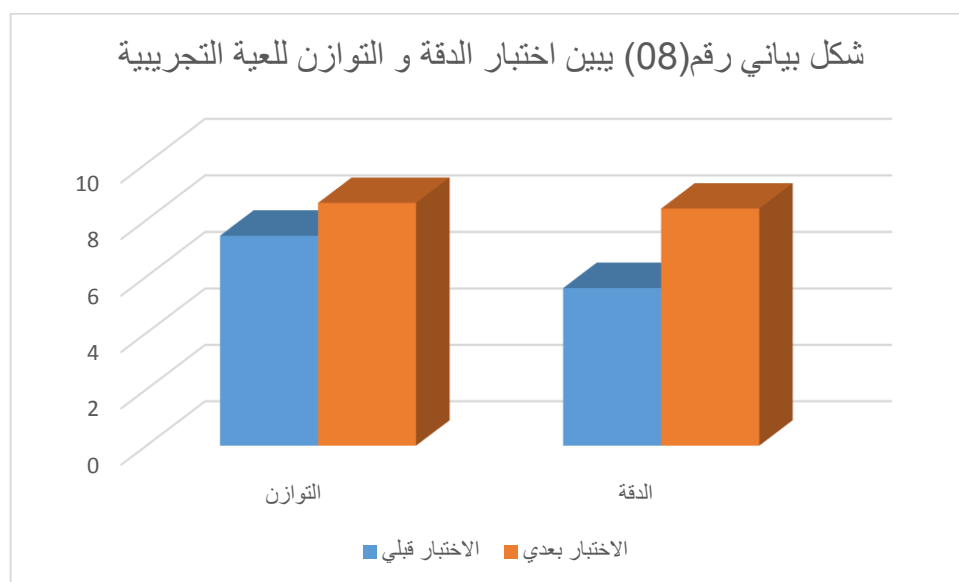
أما في الاختبار البعدي و عند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي 8.4 وانحرافها

المعياري 2.22، إذ أن قيمة (ت) المحسوبة 4.038 أكبر من قيمة (ت) الجدولية

2.262 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 9 وهذا ما يعني أن توجد فروق دلالة

إحصائية أي يوجد تحسن طفيف في متغير الدقة في العينة التجريبية التي

استخدمت البرنامج المقترح للقدرات الحركية.



1-4 عرض ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمجموعات البحث.

1-4-1 عرض ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمجموعات البحث في اختبار

التوازن:

الاختبارات	مج الضابطة		مج التجريبية		قيمة ت	قيمة ت	درجة	مستوى	الدلالة
	س	ع	س	ع	المحسوبة	الجدولية	حرية	الدلالة	الإحصائية
اختبار الوقوف على قدم واحدة للاتزان (FLB)	7.17	0.93	8.6	1.14	3.034	2.101	18	0.05	دال

جدول رقم (19) يوضح مقارنة النتائج البعدية في متغير التوازن بين المجموعة

الضابطة والتجريبية.

من خلال الجدول رقم (19) يتضح لنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية

بين القياس البعدي للمجموعة الضابطة و التجريبية في متغير التوازن، فإن قيمة

المتوسط الحسابي البعدي للعينه الضابطة بلغ 7.17 والانحراف المعياري 0.93،

أما في العينة التجريبية في الاختبار البعدي فقد بلغ متوسطها الحسابي 8.6

وانحرافها المعياري 1.14، إذ أن قيمة (ت) المحسوبة 3.034 أكبر من قيمة (ت)

الجدولية 2.262 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 9 وهذا ما يعني أن توجد

فروق دلالة إحصائية أي يوجد تحسن طفيف في متغير التوازن في العينة التجريبية التي استخدمت البرنامج المقترح للقدرات الحركية.

1-4-2 عرض ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمجموعات البحث في اختبار

الدقة:

الاختبارات	مج الضابطة		مج التجريبية		قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
	س	ع	س	ع					
اختبار المستطيلات المتداخلة (الدقة)	6	1.33	8.4	2.22	2.93	2.101	18	0.05	دال

جدول رقم (20) يوضح مقارنة النتائج البعدية في متغير الدقة بين المجموعة

الضابطة والتجريبية

من خلال الجدول رقم (20) يتضح لنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية

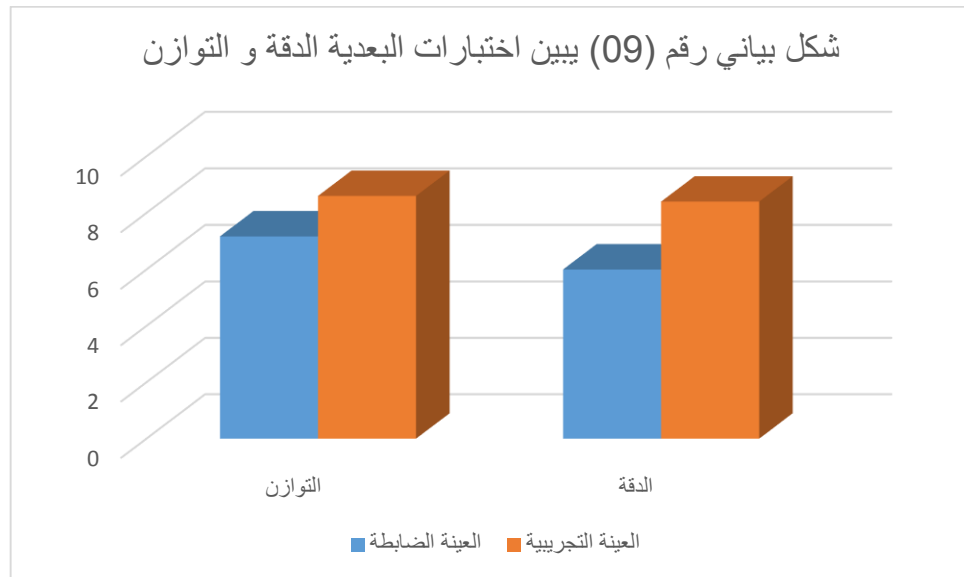
بين القياس البعدي للمجموعة الضابطة و التجريبية في متغير الدقة، فإن قيمة

المتوسط الحسابي البعدي للعينة الضابطة بلغ 7.17 والانحراف المعياري 0.93،

أما في العينة التجريبية في الاختبار البعدي فقد بلغ متوسطها الحسابي 8.6

وانحرافها المعياري 1.14، إذ أن قيمة (ت) المحسوبة 3.034 أكبر من قيمة (ت)

الجدولية 2.262 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 9 وهذا ما يعني أن توجد فروق دلالة إحصائية أي يوجد تحسن طفيف في متغير الدقة في العينة التجريبية التي استخدمت البرنامج المقترح للقدرات الحركية.



2- استنتاجات:

من خلال الدراسة الاستطلاعية و النتائج المتوصل إليها في الاختبارات القبلية و البعدي استنتجنا ما يلي:

- من خلال النتائج البعدية للعينه الضابطة المتوصل إليها نستنتج الوحدات التعليمية المطبقة عليها لم يساهم بنسبة كبيرة في تنمية القدرات الحركية قيد الدراسة.

- من خلال النتائج البعدية للعينه التجريبية نستنتج أن الوحدات التعليمية المطبقة ساهم بنسبة كبيرة في تنمية القدرات الحركية قيد الدراسة وهي الدقة والتوازن عند الأطفال المصابين بأعراض داون من 12-15 سنة.

- من خلال مقارنة النتائج البعدية بين العينتين التجريبية و الضابطة نستنتج أن الوحدات التطبيقية المطبقة أقوى تأثير في تنمية القدرات الحركية من البرنامج العادي المبرمج للأطفال داون 12-15 سنة.

- من خلال النتائج السابقة نستنتج أن الألعاب الصغيرة لها دور إيجابي في تنمية القدرات الحركية الدقة و التوازن في المرحلة العمرية للأطفال داون 12-15 سنة.

2- مقابلة النتائج بالفرضيات:

2-1 الفرضية العامة: الألعاب الصغيرة تؤثر إيجابا في تنمية بعض القدرات

الحركية (الدقة والتوازن) عند الأطفال المصابين بعرض داون 12-15 سنة.

2-2 الفرضية الفرعية الأولى: الألعاب الصغيرة تؤثر في تنمية التوازن عند

الأطفال المصابين بعرض داون (12-15 سنة) من خلال النتائج القبلية والبعدية

للعينة التجريبية في اختبار التوازن و التي كانت فيها قيمة "ت" المحسوبة أكبر من

قيمة "ت" الجدولية و هو ما يدل على وجود فرق معنوي دال احصائيا و لصالح

الاختبار البعدي، ويرى العالم عبد الله عصام متولي أن القدمان تمثل قاعدة أساسية

لاتزان الجسم، وأي إصابات بها يضعف من توازن الفرد ،وإن التكوين المورفولوجي

لأطفال داون يساعد على عملية الإلتزان بما في ذلك شكل القدمين الجلدي الحفري نادر الوجود بالنسبة للقوس ويبدو شكليا، لكن قبل الحديث عن هذه التفاصيل قد سجلنا أن قدمي الطفل المصاب بمرض داون هما قصيرتان ومسطحتان، وأصابع الرجل مفرقة بشكل سيء كما هو عند الطفل العادي باستثناء إبهام الرجل فهو منفرج والفراغ الموجود بينه وبين الأصبع الثاني يمتاز بعمق كبير وواسع ويستمر على الوجه الأخصمي، وانطلاقا من هذا الاختلاف الذي يتميز به الطفل المصاب بعرض داون في الخصائص الجسمية أطلق مصطلح الخلل المرفولوجي المنغولي.

(Labrune، 1967)

2-3 الفرضية الفرعية الثانية: الألعاب الصغيرة تؤثر في تنمية الدقة عند الأطفال

المصابين بعرض داون 12-15 سنة من خلال النتائج القبلية والبعديّة للعينة التجريبية في اختبار الدقة والتي كانت "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية وهو ما يدل وجود فرق معنوي دال احصائيا ولصالح الاختبار البعدي وذلك راجع لعدت أسباب منها العامل الوراثي أو المكتسبة وتظهر الدقة أيضا بشكل ملفت للنظر عند أداء الحركات المركبة التي تمتاز بسرعة وصعوبة تنفيذها ويلعب الجهاز العصبي المركزي دورا مهما من حيث كفاءته في استقبال المعلومات من المحيط الخارجي وذلك بإصدار الأوامر الحركية للعضلات العام. (راشد، 2001)

2-4 الفرضية الفرعية الثالثة: البرنامج المطبق (الوحدات التعليمية) أثر على القدرات الحركية (الدقة والتوازن) بشكل إيجابي فقد قامت دراستنا بتصميم برنامج تعليمي قائم على الألعاب الصغيرة في تنمية بعض القدرات الحركية والتي تعمل كرابط أساسي بين البرامج التعليمية في حصص التربية البدنية ومن خلال الدراسات السابقة دراسة **بولعباس محمد صادق كريم 2016** دراسة بعنوان (أثر الألعاب الصغيرة في تنمية بعض القدرات التوافقية (التوافق، التوازن، الدقة) عند تلاميذ الطور ال متوسط 11-12 سنة) و التي نتج عنها تحقق الفرضيات يتبين لنا أن البرنامج المطبق على العينة التجريبية ساهم في تنمية بعض القدرات الحركية التي تم التدريب عليها باستخدام الألعاب الصغيرة ومنه الفرضية الرئيسية قد تحققت أي أن الألعاب الصغيرة تؤثر إيجاباً في تنمية بعض القدرات الحركية (الدقة والتوازن) عند الأطفال المصابين بعرض داوون (12-15 سنة).

3- اقتراحات وتوصيات:

- ملء الفراغ العلمي في المكتبات وإضافة مرجع لانطلاق بحوث أخرى.
- إعطاء الأهمية لهذه الفئة التي تعيننا جميعاً.
- توفير مختلف الوسائل اللازمة للأنشطة الرياضية بالمراكز الطبية البيداغوجية.
- وضع برامج مكيفة قائمة على الألعاب الصغيرة في المؤسسات التربوية والمراكز خاصة بكل فئة عمرية.
- زيادة الحجم الساعي لمزاولة حصة الأنشطة البدنية والرياضية في مختلف المراكز الطبية.

خلاصة عامة:

من خلال هذه الدراسة و الدراسات السابقة و من خلال النتائج المتوصل إليها نستخلص للألعاب الصغيرة دور كبير في تنمية القدرات الحركية ومنها الدقة و التوازن و التي تساهم في تحسين المهارات الحركية لمختلف الأنشطة الرياضية وتطوير القدرات البدنية والذهنية عند الأطفال بصفة عامة، وذلك من خلال النتائج البعدية للعيننة التجريبية نستنتج أن الوحدات التعليمية المطبقة ساهم بنسبة كبيرة في تنمية القدرات الحركية قيد الدراسة وهي الدقة والتوازن عند الأطفال المصابين بأعراض داون من 12-15 سنة. إذ من خلالها يؤدي التلميذ نشاطه الحركي على أحسن وجه متجنباً بذلك الإصابات الرياضية وعدم الهروب من بعض الأنشطة، ومن خلال مقارنة النتائج البعدية بين العينتين التجريبية والضابطة نستنتج أن الوحدات التطبيقية المطبقة أقوى تأثير في تنمية القدرات الحركية من البرنامج العادي المبرمج للأطفال داون 12-15 سنة.

كما أن الألعاب الصغيرة تساهم بصفة واضحة في تنمية روح التعاون والتآزر مع البعض لحل المشكلات وهي بذلك تساهم في تكوين الأطفال من جميع النواحي الصحية والخلقية والثقافية.

المصادر

والمراجع

المصادر والمراجع

1-بالغة العربية:

- 1- أبو بكر علي. (1985). ألعاب مختلفة للمرحلة الإعدادية. ليبيا: كلية التربية للبنين.
- 2- أبو العلاء أحمد الفتاح. (2005). اللياقة البدنية. الاسكندرية.
- 3- ايمن وديع فرج. (2007). خبرات في الألعاب للصغار و الكبار. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 4- احمد بلقيس توفيق مرعي. (1987). الميسر في سيكولوجية اللعب . عمان: دار الرقان للنشر و التوزيع.
- 5- أحمد فؤاد شادلي. (2009). الموسوعة الرياضية في البيوميكانيك للإتزان. الاسكندرية: منشأة المعارف.
- 6- أحمد محمد خاطر، على فهمي البيك. (1996). القياس في المجال الرياضي. مدينة نصر : دار الكتاب الحديث.
- 7- العيسوي عبد الرحمان. (2005). العلاج النفسي. الاسكندرية: دار العرفة الجامعية.
- 8- هاشم ياسر حسن. (2000). منهج مقترح لتطوير سرعة الأداء المهاري
- 9- وليد أحمد المصري. (1998). دراسة تحليلية لطبيعة العلاقة بين اللعب و تأثيره في شخثية الطفل. عمان: دار النشر و التعليم
- 10- حسن معوض. (1970). طرق التدريس في التربية الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 11- حسن السيد أبو عبده. (2001). اساسيات تدريس التربية الحركية و البدنية. الاسكندرية: ملتقى الفكر.

- 12- مدحت ابو النصر . (2005). *الاعاقة العقلية للطفل*. القاهرة: مجموعة النيل العربية للنشر ، ط1
- 13- محمد زيدان عمر . (1983). *البحث العلمي ومناهجه*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 14- محمد حسن علاوي و أسامة كامل راتب. (1999). *مناهج البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 15- محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان. (1988). *القياس في التربية البدنية و الرياضية و علم النفس الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي ص329
- 16- محمد حسن علاوي محمد نصر الدين رمضان. (2001). *اختبارات الاداء الحركي* . القاهرة
- 17- محمد صبحي حساني. (1987). *طرق بناء وتقنين الاختبارات*. القاهرة: دار الفكر العربي ط2.
- 18- محمد صبحي حساني. (1995). *القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية*. القاهرة: دار الفكر العربي الجزء 1 ط 3
- 19- مروان عبد المجيد ابراهيم. (1999). *الأسس العلمية و الطرق الاحصائية للاختبارات و القياس في التربية الرياضية*. عمان: دار الفكر ط1 ص70
- 20- مروان عبد المجيد إبراهيم، تصميم وبناء اختبارات اللياقة البدنية باستخدام طرق التحليل العاملي،الوراق للنشر والتوزيع،ط2001،1.
- 21- مصطفى السائح محمد. (2007). *موسوعة الالعاب الصغيرة*. القاهرة
- 22- نجم الدين السهرودي. (1977). *فلسفة اللعب*. القاهرة

- 23- سماح نور محمد وشاحي. (2003). التدخل المبكر و علاقته بتحسين مجالات النمو المختلفة للأطفال المصابين بأعراض داون. القاهرة.
- 24- عبد اللطيف حسين فرج. (2007). الاعاقة العقلية و الذهنية. المملكة العربية السعودية: دار حامد.
- 25- عبد الله العسرج. (2006). فاعلية استخدام اسلوب التعزيز الرمزي في ضبط المشكلات السلوكية لدى ذوي متلازمة داون. الرياض: جمعية النهضة النسائية
- 26- عمار بوحوش و محمود الذنيبات. (1995). مناهج البحث العلمي و طرق إعداد البحث. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية ص 89.
- 27- عصام الدين متولي عبد الله. (2011). علم الحركة و الميكانيك الحيوية النظرية والتطبيق.
- 28- عفاف عبد الكريم. (1990). البرامج الحركية و التدريس لصغار. الاسكندرية: منشأة المعارف.
- 29- علي جلال. (2005). الدقة. مركز الكتاب للنشر.
- 30- علي محي الدين راشد. (2001). تنمية القدرات الإبتكار لدى الأطفال. الاسكندرية: دار الفكر العربي
- 31- فيصل عباس. (1997). علم النفس الطفل. بيروت
- 32- صالح كامل. (1981). الألعاب الصغيرة. جامعة الموصل: العراق.
- 33- روحية آمن عبد الله. (1985). الألعاب الصغيرة و ألعاب المضرب نظريات ألعاب التنس و المضرب الخشبي. القاهرة.
- 34- خطاب، عطيات محمد. (1990). أوقات الفراغ و الترويح. عمان: دار الفكر العربي ، ط 1.

35- خلد عبد الرزاق سيد. (2002). سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات

الخاصة. الاسكندرية: مركز الاسكندرية للكتاب ص174.

36- شيخ عمر صالح. (بلا تاريخ). الجوانب العقلية النفسية للتخلف العقلي في

الطفولة. دار الهدى للنشر.

- المصادر باللغة الأجنبية:

37-J.Randal J.I Lambert .(1982) .*Questios et reponses sur le mongolisme* .paris: la liberte.

38-Maller R Labrune .(1967) .*le mongolisme trisomie* .paris: balliere.

39-Noack Nathalie .(1997) .*element de reflexion sur le developpement et les caracteristique psychomotrices de la trisomie* .parie: evolution psychomotrice v9.

الملاحق



مستغانم.... 2016 OCT 1 3

قسم: النشاط البدني المكيف

الرقم: 2016 / 10 / 374

إلى السيد(ة): مدير مركز المتخلفين ذهنيا

- مستغانم -

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

يشرف السيد رئيس قسم النشاط البدني المكيف بمعهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة مستغانم، أن يتقدم إلى

سيادتكم المحترمة بهذا الطلب و المتمثل في السماح لطالبان:

-فارس فاطمة.

- شادلي فريد.

المسجلان في السنة ثانية ماستر تخصص صحة نشاط بدني مكيف وانجاز السماح لهما بإجراء اختبارات وهذا

في إطار إنجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر.

تقبلوا سيدي فائق عبارات الشكر و التقدير



رئيس قسم النشاط البدني المكيف
امضاء: / زبشي نور الدين



معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم خروبة

ع.ب 002 مستغانم - 27000 الجزائر

الهاتف: 213 33/36/35 45 10 (0) + الفاكس: 213 30 10 28 +

iens@univ-mosta.dz ou ietans@univ-mosta.dz

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد التربية البدنية و الرياضية

تخصص نشاط حركي مكيف



قائمة الأساتذة المحكمين

في إطار إنجاز بحث علمي بعنوان " تأثير الألعاب الصغيرة في تنمية بعض القدرات الحركية (الدقة و التوازن)

عند المصايين بأعراض داون (9-12 سنة) "

الاستبيان و الوحدات التعليمية

الرقم	الإسم و اللقب	الدرجة العلمية	التخصص	التوقيع
1	جعفر بن ذهبية	دكتور	ت. ب. ر	
2	زيمبي أن	دكتور	ت. ب. م	
3	احمد بن فلاويز نراي	استاذ التعليم العالي	ت. ب. م	
4	مقرن صمار	دكتوراه	ت. ب. م	
5	دويل منجم	دكتوراه	ت. ب. م	
6	خالد ولي	استاذ	ت. ب. م	

تحت إشراف:

- د/حرياش براهيم

من إعداد:

- فارس فاطمة

- شادلي فريد

الموسم الدراسي: 2016/2017

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

تخصص نشاط حركي مكيف



استمارة ترشيح إختبارات القدرات الحركية

موجهة للأساتذة المحكمين

في إطار انجاز بحث علمي بعنوان " تأثير الألعاب الصغيرة في تنمية بعض القدرات الحركية (الدقة و التوازن)

عند المصايين بأعراض داون (9-12 سنة) "

الرقم	الإسم و اللقب	الدرجة العلمية	التخصص	التوقيع
1	محمد بن دحسية	دكتوراه	ت. ب. ر	
2	رشدي	دكتوراه	ت. ب. م	
3	احمد بن تواتي	استاذة العالم	تربية بدنية و رياضية	
4	مقراني مهال	دكتوراه	تربية بدنية و رياضية	
5	حويلا منعموري	دكتوراه	ت. ب. م	
6	خالد وليد	استاذ	ت. ب. م	

تحت إشراف:

من إعداد :

- د/حرياش براهيم

- فارس فاطمة

- شادلي فريد

الموسم الدراسي: 2016/2017



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية



عنوان: تحت نشاط حركي مكيف ماستر تخصص شهادة لنيل مذكرة إنجاز إطار في

" تأثير الألعاب الصغيرة في تنمية بعض القدرات الحركية (الدقة و التوازن)

عند المصابين بأعراض داون (9-12 سنة) "

بحث تجريبي اجري على الأطفال المصابين بأعراض داون (9 - 12 سنة) بالمركز الطبي البيداغوجي بمستغانم

ترشيح الإختبارات

تحت اشراف:

د/حرباش ابراهيم

من اعداد :

شادلي فريد

فارس فاطمة

2017/2016

1 اختبارات قياس صفة التوازن

أ- اختبار الوقوف على قدم واحدة للاتزان "فلامينغو" (FLB).

- العامل: الاتزان العام

* وصف الاختبار: اختبار الوقوف على قدم واحدة فوق عارضة.

- الأدوات

* عارضة بطول 50سم تكون صلبة، ارتفاعها 3سم وعرضها 4سم، تغطي بطبقة

ملاصقة للعارضة تحت عامل الأمن والسلامة للمفحوص، دعامتان طول كل منهما

10سم وبعرض 2سم ترتكز عليها العارضة لتحقيق مزيد من الثبات. (كلما كان

هناك عدد وفير من هذه العوارض كلما أمكن اختبار عدد أكبر من المفحوصين).

* تستخدم ساعة إيقاف لكل جهاز، وهذه الساعة يجب ألا تكون من النوع الذي

يتوقف ويعود أوتوماتيكيا للصفر لكي تضمن استمرارية عملية حساب الزمن

ومواصلته بعد التوقف لتكملة حساب زمن الاختبار.

- تعليمات المفحوص

* حاول أن تتزن لأطول وقت ممكن على المحور الطولي للعارضة مستندا على

قدمك المفضلة

* قم بثني الرجل الحرة خلفا وأمسكها بقبضة يدك (اليد اليمنى مع الرجل اليمنى أو

العكس).

* يمكنك استخدام الذراع الأخرى للمحافظة على الاتزان.

* استند على القائم بعملية الاختبار للوصول إلى الوضع الصحيح.

* يتم حساب زمن بدء الاختبار بمجرد تركك الاستناد على ساعدي المختبر.

* حاول الاحتفاظ بوضع الاتزان.

* عند فقدان الاتزان في كل مرحلة، عندئذ يتوقف حساب الزمن.

- توجيهات للقائم بالاختبار

* اتخذ مكانا مناسباً أمام المفحوص.

* يسمح للمفحوص بمحاولة تجريبية وذلك للإحساس بالاختبار وللتأكد من أن

التعليمات واضحة.

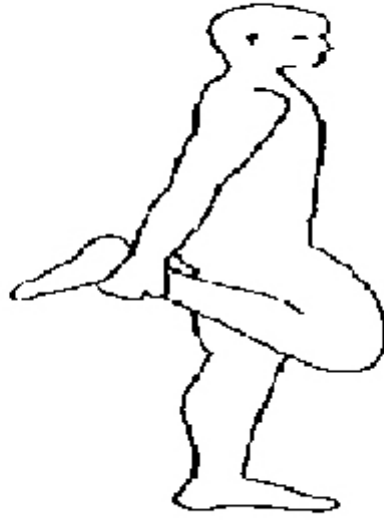
* يتم تنفيذ الاختبار بعد هذه المحاولة.

* ابدأ تشغيل ساعة الإيقاف عند ترك المفحوص للذراع المستند عليها.

* توقف الساعة بمجرد فقدان المفحوص لالتزانه من خلال تركه للقدم الحرة أو ملامسة الأرض بأي جزء من الجسم.

* بعد كل سقوط قم بمساعدة المفحوص مرة ثانية لبدء الوضع الصحيح.

-التسجيل: تحسب عدد مرات السقوط. (ابراهيم، 2001)



شكل رقم (1): اختبار التوازن على قدم واحدة.

2 اختبارات قياس صفة الدقة:

أ- اختبار المستطيلات المتداخلة

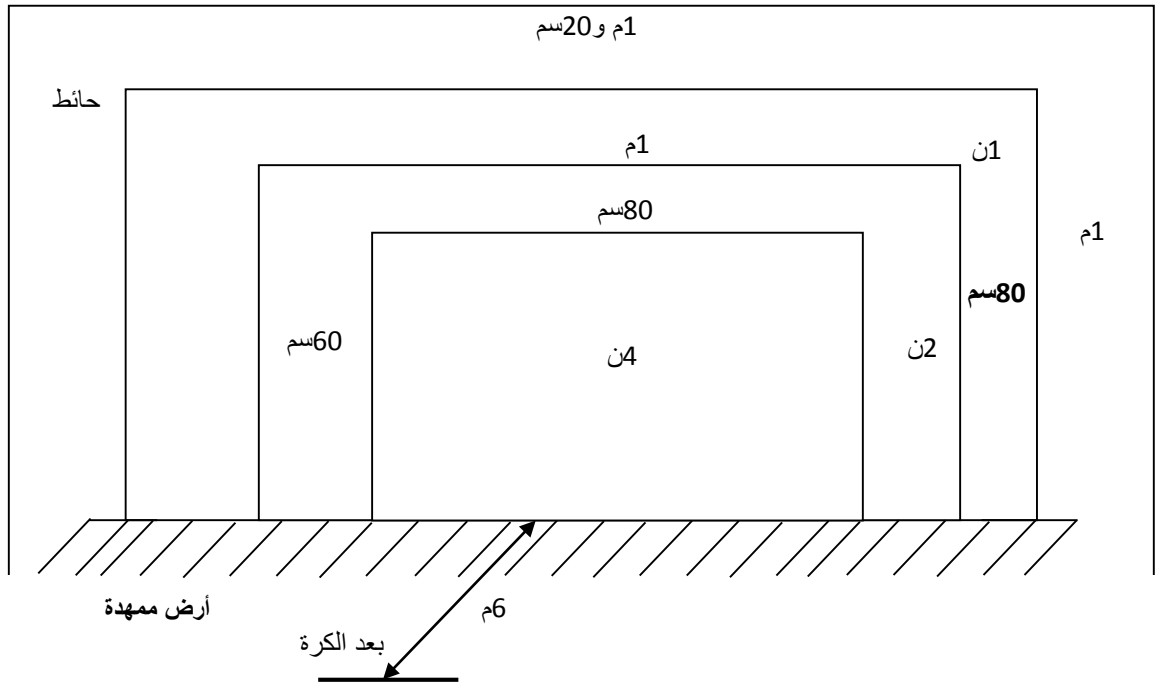
- الغرض: قياس دقة الرجل على التصويب

- الأدوات: 05 كرات قدم، حائط أمامه أرض ممددة.

- كيفية إجراء الاختبار: يقوم اللاعب بتسديد 3 كرات ثابتة.

يرسم على الحائط ثلاثة مستطيلات متداخلة موضحة في الشكل بحيث تمثل الأرض الحافة السفلية للمستطيل، ويبعد خط التصويب بـ 06 أمتار على الحائط وتصوب الكرة 05 مرات متتالية.

- يمنح اللاعب نقطة واحدة إذا لمست الكرة المستطيل الكبير.
- يمنح نقطتين إذا لمست الكرة المستطيل الأوسط.
- يمنح أربع نقاط إذا لمست الكرة المستطيل الداخلي.
- لا يمنح أية نقطة في حالة عدم ملامسة الكرة لأي مستطيل.
- يحسب مجموع النقاط المحصل عليها. (ابراهيم، 2001)



الشكل (2) يوضح اختبار المستطيلات المتداخلة

1_ السن:

من 20 إلى 30 ☐ من 30 إلى 40 ☐ من 40 فما فوق ☐

2_ الخبرة:

من 1 إلى 3 ☐ من 3 إلى 6 ☐ من 6 فما فوق ☐

3_ المستوى:

ثانوي ☐ جامعي ☐

4_ ماهو نوع الشهادة الذي تحصلتم عليها للعمل في هذه المراكز؟

تقني سامي ☐ مربي رياضي ☐ مستشار ☐

5_ في رأيكم، هل للخبرة عامل ضروري للنجاح في التعامل مع هذه فئة ؟

نعم ☐ لا ☐ أخرى.....

6_ حسب رأيكم، هل التكوين ضروري في مجال تخصصكم لتلبية حاجيات هذه الفئة من الأطفال في

ميدان ؟

نعم ☐ لا ☐ أخرى.....

7_ ما هو الهدف الأساسي لممارسة للألعاب الصغيرة بالنسبة لهذه الفئة ؟

تربوي ☐ ترفيهي ☐ صحي ☐ ترويجي ☐

8_ على ماذا تعتمدون في اعداد برامجكم ؟

الخبرة ☐ الكتب ☐ الانترنت ☐

الأصدقاء ☐ أخرى.....

9_ هل الألعاب الصغيرة لها دور في توافق المصاب نفسيا و حركيا ؟

نعم ☐ لا ☐

10_ ماهي عدد الحصص الألعاب الصغيرة المبرمجة في الأسبوع ؟

حصّة واحدة ☐ حصتين ☐ ثلاث حصص ☐

أكثر من ثلاثة.....

11_ ما هي مدة حصّة الألعاب الصغيرة ؟

ساعة واحدة ☐ ساعة و نصف ☐ ساعتين ☐

12_ حسب رأيكم ، ما مدى تجاوب هذه الفئة للألعاب الصغيرة ؟

الانجذاب ☐ عدم الاهتمام ☐ أخرى.....

13_ في رأيكم، إذا تم حذف حصص الألعاب الصغيرة هل سيكون هناك انعكاس سلبي على الأطفال على المصابين بأعراض داون ؟

نعم ☐ لا ☐

14_ في حال نعم كيف يكون هذا التغيير؟

سلبي ☐ ايجابي ☐

15_ ماهو شعورهم بعد اجراء حصص الألعاب الصغيرة ؟

الملل ☐ الارتياح ☐ أخرى.....

16_ اثناء اجراء الحصص ما هو نوع الألعاب التي تتصف بالحيوية و النشاط؟

جماعية ☐ فردية ☐

17_ هل تلاحظون تغير في سلوك الأطفال المصابين بعد إجراء حصص اللعب ؟

نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

18_ كم عدد التلاميذ في الفوج النشاط ؟

5 ☐ 10 ☐ 15 فما فوق ☐

19_ ماهو التوقيت المناسب لممارسة الألعاب الصغيرة ؟

صباحا ☐ مساء ☐

20_ ماهي الإجراءات التي قمتم بها لإنجاح حصص الألعاب الصغيرة في مراكزكم؟

.....
.....
.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

اختبار رسم الرجل لجودانف - لقياس الذكاء عند الاطفال.

يعتبر اختبار رسم الرجل من الاختبارات الشائعة والمشهورة لقياس ذكاء الأطفال من رسوماتهم، نتيجة لما يقدمه من نتائج صحيحة ودقيقة، فبالمقارنة مع الاختبارات الأخرى لقياس الذكاء وجد أن معامل الارتباط بينهما كان عالي، وقد اعتمدت المجموعة على بنوده لقياس ذكاء الأطفال في البيئة الجزائرية.

التعريف الإجرائي لاختبار رسم الرجل لقياس ذكاء الأطفال:

هو اختبار لفظي لا يعتمد على الألفاظ والكتابة والقراءة، يقيس ذكاء الأطفال الذين يتراوح أعمارهم ما بين (04 إلى 13 سنة) وذلك بالاعتماد على 51 بنداً.

وقد أظهرت البحوث التي قامت بها جودانف رسوم ضعاف العقول من الأطفال تتشابه إلى حد كبير رسوم الأطفال الذين هم أصغر منهم سناً من حيث العناصر الموجودة في الرسم والتناسب بين هذه العناصر.

1.الرأس: أي محاولة لإظهار الرأس حتى و ل كان خالياً من ملامح الوجه و لا تحسب ملامح الوجه إذا لم تكن هناك خطوط للرأس.

2.الساقين: أي محاولة لإظهار الساقين بعددهما الصحيح، باستثناء الحالة التي يكون فيها الرسم جانبياً حيث تظهر في هذه الحالة رجل واحدة.

3.الذراعين: أي محاولة لإظهار الذراعين بعددهما الصحيح، باستثناء الحالة التي يكون فيها الرسم جانبياً حيث تظهر في هذه الحالة ذراع واحدة و لا يعطى الطفل نقطة على رسمه للأصابع ملتصقة بالجذع مباشرة.

4.الجذع: أي محاولة لإظهار الجذع حتى لو كانت برسم خط وفي حال كان الجذع ملتصق بالرأس لا يعتبر رقبة بل يحسب جذع.

5. طول الجذع أكبر من عرضه: يقاسان بالمليمتر إذا تطلب الأمر في هذه الحالة يجب أن لا يكون الرسم عبارة عن خط.

6. ظهور الأكتاف: تصحح هذه النقطة بدقة وصرامة فيجب أن تكون هناك أكتاف واضحة و لا تحتسب الزوايا القائمة أكتافا.

7. اتصال الذراعين والساقين بالجذع مهما كان نوع السيقان و الأذرع المرسومة وعددها فإن التصاقها بالجذع يمنح الطفل نقطة.

8. اتصال الذراعين و الساقين في الاماكن الصحيحة في حالة الرسم الجانبي يجب أن يكون الذراع ملتصقا بمنتصف الجذع تحت الرقبة

9. وجود الرقبة: أي شكل مختلف عن الجذع والرأس توسطهما يعتبر رقبة.

10. خطوط الرقبة يتماشى مع الرأس أو الجذع أو كلاهما: أي أن تكون متدرجة الاتساع.

11. وجود العينين: أغلب أشكال العينين عند الأطفال تكون غريبة و لكن أي محاولة لإظهارهما تعطي نقطة، و ينقط الطفل في حال الرسم الجانبي على العين الواحدة.

12. وجود الأنف: أي محاولة لإظهار الأنف تحسب

13. وجود الفم: أي محاولة لإظهار وجود الفم

14. رسم الفم والأنف من بعدين أي أن لا يكونا مجرد خط، و لا يقبل الشكل المستدير أو المربع أو المستطيل للأنف

و يشترط رسم خط لفصل الشفتين كي يمنح الطفل نقطة.

15. إظهار فتحي الأنف: أي محاولة لإظهارهما تقبل

16. وجود الشعر: إي محاولة لإظهار الشعر تقبل.

17. وجود الشعر في المكان الصحيح: يجب إن يكون في المكان الصحيح من الرأس وان لا يكون شفافا.

18. وجود الملابس: أي محاولة لإظهار الملابس تقبل.

19. وجود قطعتين من الملابس: ويشترط إن لا نكون الملابس شفافة تظهر ما تحتها، و ينقط الطفل في حال رسم الثوب التقليدي.

20. خلو الملابس من القطع الشفافة: تصح هذه النقطة بدقة فيجب أن تكون الثياب ساترة لما تحتها تماما فلا يجوز أن يبدو الساق تحت البنطلون مثلا أو الجسم تحت الجبة، و يجب وجود الأكمام.

21. وجود 4 قطع من الملابس/ نعطي هذه النقطة مباشرة للطفل الذي يرسم الرجل مرتديا الجبة والغطاء الرأس أما في الحالة العادية فيجب أن تتوفر 4 قطع فعلا مثل البنطلون و القبعة والسترة و الحذاء و ربطة العنق الحزام أو حمالات البنطلون.....

22. تكامل الزي: يجب أن يكون الزي متكاملا وواضحا ومعروفا فلا يعطى الطفل النقطة إذا رسم زيا عاديا مع قبعة شرطي مثلا.

23. وجود الأصابع : أي محاولة لإظهار الأصابع تحسب.

24. صحة عدد الأصابع.

25. صحة تفاصيل الأصابع: الطول أكبر من العرض + أن تكون من تعدين وليست خطوط+ أن لا تزيد الزاوية التي تحتلها عن 1700

26. صحة رسم الإبهام: تصح هذه النقطة بتشدد فلا يعطى الطفل نقطة إلا إذا كان الإبهام أقصر من بقية الأصابع المسافة بين الإيهام والسبابة أكبر من المسافة بين بقية الأصابع.

27. إظهار راحة اليد: يجب أن تكون بادية.

لوحظ أن بعض الأطفال يرسمون اليدين داخل الجيب في هذه الحالة يعطى الطفل نقطة على كل العناصر السابقة المتعلقة باليدين.

28. إظهار مفصل الذراع: مفصل الكتف أو الكوع أو كلاهما أو كلاهما.

29. إظهار مفصل الساق: مفصل الركبة أو ثنية الفخذ، يظهر في بعض الرسومات ضموًر في مكان الركبة يقبل ذلك و يحسب نقطة.

30. تناسب الرأس: أن لا تكون مساحة الرأس أكبر من نصف مساحة الجذع أو أقل من عشر مساحته.

31. تناسب الذراعين: أن تكون الذراعان في طول الجذع أو أكثر قليلاً، و أنا يكون طول الذراعان أكبر من عرضهما.

32. تناسب الساقين: طول الساقين أقل من طول الجذع و عرضهما اقل من عرض الجذع.

33. تناسب القدمان: يجب أن يكون الرسم من بعدين (ليس خط) و يجب أن لا يكون طول القدم اكبر من ارتفاعها، و طول القدم لا يتجاوز ثلث الساق و لا يقل عن عشرها.

34. إظهار الذراعان والساقان من بعدين: (ليس خطوط)

35. إظهار الكعب: أي محاولة لإظهاره تحسب نقطة

36. التوافق الحركي للرسم بصفة عامة: وضوح خطوط الرسم و تلاقيها بدقة دون كثرة في الفراغات بينها، و تصحح بشيء من التساهل.

39. بعاد تصحيح نفس النقطة السابقة و لكن بدقة أكبر و يراعى تدرج تلاقي خطوط الرسم.

40.توافق خطوط الرأس: تصحح هذه النقطة بدقة يلزم أن تكون كل خطوط الرأس موجهة و أن يشبه شكل الرأس الشكل الطبيعي.

41.التوافق الحركي لخطوط الجذع: مراعاة ما سبق.

38.التوافق الحركي لخطوط الذراعين والساقين: نفس الشروط السابقة

42.التوافق الحركي لخطوط ملامح الوجه: رسم الفم و الأنف و العينين من بعدين و أن تكون الأعضاء في أماكنها الصحيحة و التناسق الحجمي للأعضاء مهم أيضا.

43.وجود الأذنين: أي محاولة لإظهار الأذنين تحسب.

44.إظهار الأذنين في مكانهما الصحيح و بطريقة مناسبة أي أن يكون الرسم مشابها للأذن.

45.إظهار تفاصيل العين من رمش وحاجب.

46.إظهار إنسان العين (البؤبؤ)

47.إظهار اتجاه النظر

48.إظهار الذقن والجبهة: أي مساحة فوق العينين تحسب جبهة و أي مساحة تحت الفم تحسب ذقن.

49.إظهار بروز الذقن.

50.الرسم الجانبي الصحيح (الرأس و القدمان و الجذع بشكل صحيح)

51.الرسم الجانبي الخالي من الأخطاء ما عدا أخطاء العين.

نتائج لاختبار:

1. إذا كانت رسوم الطفل مجرد خربطات فعمره العقل يقدر بـ 3 سنوات وثلاث شهور.

2. أجمع الدرجات التي تحصل عليها طفلك و قارن بالنتائج التالية:

درجة واحدة: 39 شهر

درجتان : 42 شهر

3 درجات: 45 شهر

واصل بإعطاء ثلاث أشهر لكل نقطة مثل 4 درجات يقابلها 48 و هكذا إلى أن تحصل على العمر العقلي بالشهور لطفلك، من خلال عمر طفلك الحقيقي بالشهور و عمره العقلي بالشهور أيضا يمكننا حساب درجة ذكاء الطفل بدقة.

ينم ذلك بتطبيق معادلة الذكاء المعروفة عند ذوي الاختصاص و هي

(العمر العقلي بالشهور / العمر الزمني بالشهور) $\times 100$ = معامل الذكاء.

مثلا حصلنا على 30 درجة لرسم طفل ما و هي تقابل 126 شهرا

إذا العمر العقلي لهذا الطفل هو 126 شهرا، لنفترض أن العمر الحقيقي لهذا الطفل هو 128 شهرا

إذا العمر العقلي أكبر من العمر الزمني و بالتالي الطفل عادي الذكاء و كلما كبر الفرق زاد مستوى الذكاء، لكن هذا لا يكفي سوف نحدد درجة ذكائه بالضبط و يتم ذلك بتطبيق المعادلة السابقة:

$100 = 98.43 \times (126/128)$ وهذا يعطي أن ذكاء الطفل متوسط

معامل الذكاء أقل من 80 درجة: ذكاء منخفض

معامل الذكاء من 80 إلى 100: ذكاء اعتيادي (متوسط)

معامل الذكاء من 100 إلى 140: ذكاء من مرتفع إلى مرتفع جدا.

معامل الذكاء أكبر من 140: ذكاء عالي (عبقري موهوب)

عينة البحث:

الرقم	تاريخ الميلاد	الوزن	الطول	درجة الذكاء
01	2003/05/30	50	1.40	89
02	2003/09/22	51	1.42	85
03	2004/02/20	49	1.44	82
04	2002/10/15	51	1.39	92
05	2003/03/22	48	1.42	97
06	2002/05/30	55	1.40	83
07	2003/08/13	51	1.44	95
08	2005/04/03	47	1.44	91
09	2003/09/01	52	1.38	81
10	2003/12/17	55	1.39	99
11	2002/01/10	47	1.40	85
12	2003/02/18	50	1.41	86
13	2004/02/14	55	1.39	92
14	2003/09/07	52	1.38	98
15	2005/05/21	48	1.39	87
16	2003/06/25	52	1.41	88
17	2002/02/10	52	1.41	80
18	2004/12/04	54	1.42	84
19	2002/07/03	54	1.41	90
20	2005/10/17	53	1.38	94

الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة:

الرقم	تاريخ الميلاد	اختبار التوازن		اختبار الدقة	
		قبلي	بعدي	قبلي	بعدي
01	2002/01/10	7.45	7.60	5	6
02	2003/02/18	6.02	6.14	7	7
03	2004/02/14	8.01	7.71	4	6
04	2003/09/07	7.12	6.89	6	5
05	2005/05/21	6.21	6.52	5	4
06	2003/06/25	6.05	5.87	4	4
07	2002/10/10	7.89	8.31	6	7
08	2004/12/04	8.50	7.84	7	8
09	2002/07/03	6.82	6.51	7	7
10	2005/10/17	7.67	8.54	5	6

الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية:

الرقم	تاريخ الميلاد	اختبار التوازن		اختبار الدقة	
		قبلي	بعدي	قبلي	بعدي
01	2003/05/30	6.87	7.79	7	12
02	2003/09/22	7.00	8.84	6	8
03	2004/02/20	9.01	10.17	7	7
04	2002/10/15	7.66	8.30	4	6
05	2003/03/22	6.92	7.57	7	10
06	2002/05/30	7.10	8.31	6	12
07	2003/08/13	9.59	11.05	5	8
08	2005/04/03	7.88	7.92	6	6
09	2002/09/01	8.51	7.69	5	8
10	2003/12/17	6.88	8.41	6	7