

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية و الرياضية



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في نشاط بدني رياضي ترويحي

اقتراح أنشطة تدريبية كيفية لتنمية التوازن لدى أطفال الزرع
القوقعي

دراسة أجريت على تلاميذ مدرسة بلعابد فتح الله بولاية سعيدة

اشراف:

د/ بيطار هشام

من اعداد الطالبان:

عزالدين عثمان

سبينة عبدالقادر

السنة الجامعية: 2018/2017

إهداء

إلى نبع الحنان وكل الحنان ... إلى من
تفرح لفرحي وتحزن لحزني إلى بر الأمان
... أمي العزيزة
إلى الذي كان يحترق من أجل أن ينير لي
درب الحياة إلى الذي كان يزيد في
عزيمتي وقوتي ... أبي العزيز رحمه الله.
إلى إخوتي الذين أقاسمهم الماء والهواء
إلى أعمامي وأبنائهم، إلى أخوالي
وأبنائهم
إلى كل الأصدقاء والأحباب
إلى من شاركوني الغرفة
إلى كل من أدركه القلب ولم يدركه القلم
إلى كل الأصدقاء الذين جمعني بهم أيام
الدراسة بجامعة مستغانم دون استثناء
إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة جهدي

عبدالقادر



إهداء

إلى نبع الحنان وكل الحنان ... إلى من
تفرح لفرحي وتحزن لحزني إلى بر الأمان
... أمي العزيزة
إلى الذي يحترق من أجل أن ينير لي درب
الحياة إلى الذي كان يزيد في عزيمتي
وقوتي ... أبي العزيز.
إلى إخوتي الذين أقاسمهم الماء والهواء
إلى أعمامي وأبنائهم، إلى أخوالي
وأبنائهم
إلى كل الأصدقاء والأحباب
إلى من شاركوني الغرفة
إلى كل من أدركه القلب ولم يدركه القلم
إلى كل الأصدقاء الذين جمعني بهم أيام
الدراسة بجامعة مستغانم دون استثناء
إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة جهدي

عُثمان



شكر وتقدير ودرفان

قال تعالى " وإن شكرتم لأزيدنكم "

صدق الله العظيم

شكرا وحمدا لله سبحانه وتعالى الذي بتوفيقه وقدرته
تم إنجاز هذا العمل .

نتوجه بالشكر الجزيل إلى الأستاذ المشرف ' هشام بيطار '
لمتابعته الدائمة وتوجيهاته القيمة .

كما يسعدنا أن نعبر عن تقديرنا العميق إلى أساتذة التربية
البدنية والرياضية بمعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة
مستغانم .

وبالمناسبة نتقدم بالعرفان التام

إلى كل من أبدوا تعاونهم ومساعدتهم لنا:

مدير وأساتذة وتلاميذ

المدرسة التي أجريت بها

اختبارات البحث

قائمة المحتويات

الموضوع	الصفحة
اهداء.....	أ.....
شكر و تقدير.....	ب.....
قائمة المحتويات.....	ج.....
قائمة الجداول.....	د.....
قائمة الأشكال.....	ه.....

الفصل التمهيدي: التعريف بالبحث

المقدمة.....	1.....
اشكالية البحث.....	3.....
تساؤلات البحث.....	4.....
اهداف البحث.....	4.....
فرضيات البحث.....	4.....
أهمية البحث.....	4.....
التعاريف الاجرائية و الاصطلاحية لمصطلحات البحث.....	5.....
الدراسات و البحوث السابقة.....	6.....

الجانب النظري

الفصل الاول : البرنامج التدريبي المكيف + التوازن

1-تمهيد.....	17.....
--------------	---------

- 2- مفهوم البرنامج التدريبي المكيف.....17
- 3- اسس البرنامج التدريبي المكيف.....18
- 4- اهمية البرنامج التدريبي المكيف.....19
- 4-1- الاهمية البيولوجية.....19
- 4-2- الاهمية الاجتماعية.....20
- 4-3- الاهمية النفسية.....21
- 4-4- الاهمية الاقتصادية.....22
- 4-5- الاهمية التربوية.....23
- 4-6- الاهمية العلاجية.....23
- 5- معوقات البرنامج التدريبي المكيف.....24
- 5-1- الوسط الاجتماعي.....24
- 5-2- المستوى الاقتصادي.....25
- 5-3- السن.....25
- 5-4- الجنس.....26
- 5-5- درجة التعلم.....26
- التوازن.....27
- 1- تمهيد.....27
- 2- تعريف التوازن.....27
- 3- أنواع التوازن.....28

- 28..... 3-1- التوازن الثابت.
- 28..... 3-2- التوازن المتحرك.
- 29..... 4- أهمية التوازن.
- 30..... 5- مناطق التوازن في الجسم.
- 30..... 5-1- القدمان.
- 30..... 5-2- حاسة النظر.
- 30..... 5-3- النهايات العصبية.
- 30..... 5-4- الاذن الداخلية.
- 30..... 6- عوامل التحكم في التوازن.
- 30..... 6-1- مركز ثقل.
- 31..... 6-2- خط الجاذبية.
- 31..... 6-3- قاعدة الارتكاز.
- 31..... 7- انواع الاطوار في التوازن.
- 31..... 7-1- الطور الاول رفض عدم التوازن.
- 31..... 7-2- الطور الثاني اعادة الاتزان البعدي.
- 32..... 7-3- الموازنة المسبقة او المبادرة.
- 32..... 8- مشكلات اختيار التوازن.

الفصل الثاني:الزرع القوقعي

- 1- تمهيد..... 36
- 2- الطفل الاصم الابكم..... 36
- 2-1- تعريفه..... 36
- 2-1-أ صمم قبل لغوي..... 37
- 2-1-ب صمم بعد لغوي..... 37
- 2-2-فئاته..... 37
- 2-2-أ-الفئة الاولى..... 37
- 2-2-ب- الفئة الثانية..... 37
- 2-2-ج- الفئة الثالثة..... 37
- 2-2-د- الفئة الرابعة..... 37
- 2-2-هـ- الفئة الخامسة..... 37
- 2-3-أسبابه..... 38
- 2-3-أ- أسباب وراثية..... 38
- 2-3-أ-1- الاطفال الذي يولدون بإعاقات سمعية..... 38
- 2-3-أ-2- زملاات أعراض واردنبرج..... 38
- 2-3-أ-3- مضاعفات عاملRH..... 38
- 2-3-ب- أسباب غير وراثية..... 38
- 2-4- تأثير الصمم على شخصيته..... 39

- 40.....سلوكه. 5-2-5
- 40.....خصائصه. 6-2-6
- 41.....لغته. 7-2-7
- 41.....أهم الخصائص المميزة له. 8-2-8
- 41.....الخصائص المعرفية. 1-8-2-1
- 41.....الخصائص الجسمية والحركية. 2-8-2-2
- 42.....الخصائص الانفعالية. 3-8-2-3
- 43.....التعامل معه. 9-2-9
- 44.....طرق الاتصال معه. 10-2-10
- 44.....طريقة التدريب السمعي. 1-10-2-1
- 45.....طريقة قراءة الشفاه. 2-10-2-2
- 45.....الطريقة اليدوية. 3-10-2-3
- 46.....طريقة التواصل الكلي. 4-10-2-4
- 47.....اهداف التربية الرياضية له. 11-2-11
- 48.....اسس تدريب الأنشطة الرياضية المعدلة له. 12-2-12
- 49.....الزرع القوقعي. 3-3-3
- 49.....تعريف الجهاز. 1-3-1-1
- 49.....مكونات الجهاز. 2-3-2-2
- 50.....الجزء الخارجي من الجهاز. 1-2-3-1

50.....	3-2-1-أ - الميكروفون
50.....	3-2-1-ب - المعالج الصوتي
50.....	3-2-1-ج - الأسلاك
50.....	3-2-1-د - الهوائي
50.....	3-2-2- الجزء الداخلي من الجهاز
50.....	3-2-2-أ - المنبه
51.....	3-2-2-ب - الحزمة الالكترونية
51.....	3-3- آلية عمل الجهاز
51.....	3-4- أنواع أجهزة الزرع القوعي
51.....	3-4-1- أجهزة داخل القوقعة
51.....	3-4-2- أجهزة خارج القوقعة
52.....	3-4-3- أجهزة وحيدة القناة
52.....	3-4-4- أجهزة متعددة القنوات
52.....	3-5- فوائد زرع الجهاز

الجانب الميداني

الفصل الأول : منهجية البحث و اجراءاته الميدانية

54.....	1- منهج البحث
54.....	2- مجتمع و عينة البحث
54.....	3- متغيرات البحث

54.....	3-1- المتغير المستقل
54.....	3-2- المتغير التابع
54.....	4- الضبط الاجرائي لمتغيرات البحث
54.....	5- مجالات البحث
54.....	5-1- المجال البشري
55.....	5-2- المجال المكاني
55.....	5-3- المجال الزمني
55.....	6- أدوات البحث
55.....	6-1- البرنامج المقترح
55.....	6-1-1- أهدافه
55.....	6-1-1-ب- أسسه
55.....	6-1-1-ج- مكونات الحصاة
55.....	6-1-1-د- عدد الوحدات
56.....	6-1-1-و- تنفيذ البرنامج
56.....	7- الاختبارات المستخدمة
56.....	7-1- اختبار التوازن الثابت
56.....	7-1-1-أ- اختبار الوقوف على مشط القدم
56.....	7-1-1-ب- اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم
57.....	7-2- اختبار التوازن المتحرك

- 57.....اختبار باس المعدل.....7-2-أ
- 58.....اختبار الوثب و التاوزن فوق العلامات.....7-2-ب
- 59.....الأسس العلمية للاختبار.....8
- 59.....الوسائل الأحصائية المستخدمة في البحث.....9
- 60.....المتوسط الحسابي.....9-1
- 60.....الانحراف المعياري.....9-2
- 60.....التباين.....9-3
- 60.....التجانس.....9-4
- 60.....معامل الارتباط بيرسون.....9-5

الفصل الثاني : عرض و تحليل النتائج

- 63.....عرض و تحليل النتائج.....1
- 66.....الاستنتاجات.....2
- 67.....مناقشة الفرضيات.....3
- 68.....اقتراحات.....4
- 69.....خلاصة عامة.....5
- 71.....المصادر و المراجع.....6
- 75.....الملاحق.....7

قائمة الجداول

الصفحة	الجدول	الرقم
61	الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة معامل الارتباط و الاسس العلمية للاختبار القبلي و البعدي للعينه التجريبية	01
65	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة ت و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للعينه التجريبية في اختبار الوقوف على مشط القدم	04
66	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة ت و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للعينه التجريبية في اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم	05
67	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة ت و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للعينه التجريبية في اختبار باس المعدل	06
68	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة ت و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للعينه التجريبية في اختبار الوثب و التوازن فوق العلامات	07

قائمة الأشكال

الصفحة	الشكل	الرقم
65	الفرق بين المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي و البعدي للعينه التجريبية في اختبار الوقوف على مشط القدم	01
66	الفرق بين المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي و البعدي للعينه التجريبية في اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم	02
67	الفرق بين المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي و البعدي للعينه التجريبية في اختبار باس المعدل	03
68	الفرق بين المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي و البعدي للعينه التجريبية في اختبار الوثب و التوازن فوق العلامات	04

مقدمة:

بازدياد حركة التطور في الرياضة بشكل ملحوظ وبهدف تحسين نوعية الممارسة في كافة أنواع الأنشطة الرياضية لكافة أفراد المجتمع ، وتنمية عناصر اللياقة البدنية لكل فرد وبالتالي التكيف مع متطلبات الحياة المعاصرة ، كان لابد من الاهتمام بالنشاط الحركي المكيف وممارسيه ، فتنمية القدرات البدنية والحركية لمختلف شرائح المجتمع أمر مهم في تطوير حياتهم المستقبلية ، وكل فرد من أفراد المجتمع مهما كان يجب الاعتناء به والعمل على تنميته بدنيا ونفسيا واجتماعيا و سلوكيا من خلال التربية الرياضية التي تتمثل في ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة

يتوقف التفوق الرياضي على مدى استفادة اللاعبين من قدراتهم النفسية والبدنية على حد سواء، فالمهارات النفسية تساعد اللاعبين على تعبئة قدراتهم وطاقاتهم البدنية لتحقيق أقصى وأفضل أداء حركي، و يمكن تطويرها من خلال تدريبات وبرامج خاصة لذلك الغرض. (راتب، 2000)

"تعد تمارين التوازن ذات أهمية كبرى بين التمارين البدنية إذ أن الإنسان يحتاج إلى التوازن في حياته ومختلف أنشطته اليومية خاصة في المرحلة العمرية (9-12) والتي تعتبر من أهم المراحل التي تشهد تثبيت صفة التوازن عند الأطفال العاديين والصم البكم ، حيث أنها تنمي التوافق الجيد بين جميع المجموعات العضلية كما أنها تعمل على ترقية التوافق العضلي العصبي والمرونة وبت روح الشجاعة والتصميم والثقة بالنفس " (منحي، 2012) .

ويحتاج الفرد للاحتفاظ بتوازنه إلى سلامة العديد من أعضائه التشريحية مثل الأذن والعين والأعصاب والعضلات وسلامة أعضائه الوظيفية كسلامة ردود الأفعال المنعكسة والمعلومات القادمة من المستقبلات الحسية الحركية وكذلك التحكم

في العضلات الإرادية واستقرار سائل التوازن في الأذن الداخلية (منحي، 2012). وتعلم الفرد وتحركه و تفكيره يكون عن طريق حواسه لذلك أي فقدان لحاسة من حواسه يؤثر على مردوده عامة والبدني خاصة ولحاسة السمع دور كبير فالإعاقة السمعية تعبر عن حالة فقدان للسمع إلى درجة من السوء يصعب معها فهم الكلام المنطوق في معظم الأحوال "فالطفل المعاق سمعياً يخصص معظم وقته لإيجاد علاقات تواصل مع الآخرين ، إذ تسبب له الإعاقة السمعية خلل في القنوات الهلالية الموجودة في الأذن الداخلية وهي المسؤولة عن التوازن إلا أن هذه الإعاقة لا تفقده التوازن بصورة كاملة ولكنها قد تؤثر فيه بدرجات متفاوتة ، وقد تبقى له قدرات يمكن أخذها كمقياس " (منحي، 2012).

ويستفيد الطفل الصم البكم من جهاز الزرع القوقعي وهو عبارة عن جهاز آلي يساعده على تحسين قدرته على السمع عن طريق المحفز الكهربائي للعصب السمعي يتم ارتدائها خلف الأذن بالإضافة إلى فهمه للكلام فهو يجعل تواصلهم مع الآخرين أسهل كما يعمل على تحسين نطقهم وجودة صوتهم بالتالي يتمكن من اكتساب خبرات كثيرة تساعده على أداء وظائفه والقيام بحركات بصورة جيدة.

وقد تضمنت دراستنا التعريف بالبحث و ثلاثة أجزاء و خلاصة عامة ، جاءت وفق الخطة التالية :

التعريف بالبحث: وفيه المقدمة و المشكلة والأهداف و الفرضيات و مصطلحات البحث و الدراسات المشابهة.

الجزء الاول هو الخلفية النظرية للموضوع و يتكون من فصلين الأول هو البرنامج تدريبي مكيف و التوازن و الثاني هو الإعاقة السمعية و الزرع القوقعي.

الجزء الثاني هو الجانب الميداني للموضوع يتكون من فصلين الأول منهجية البحث و اجراءاته الميدانية فيه منهج البحث و مجتمع وعينة البحث و متغيرات البحث و مجالات البحث و الاسس العلمية للاختبارات المستخدمة و الدراسات الاحصائية و الدراسة الاستطلاعية أما الفصل الثاني عرض وتحليل النتائج فيضم كل من الاستنتاجات و المناقشة الفرضيات و الاقتراحات و الخلاصة العامة و المصادر و المراجع.

مشكلة

إن تطور مستوى الأداء المهاري للبرامج التدريبية عامة و المكيفة خاصة لم يكن وليد الصدفة وإنما بالعمل على إعداد برامج مقننة حسب كل فئة وما تتطلبه من معايير لتنمية الصفات البدنية وكما هو معلوم "إن أطفال الزرع القوقعي لديهم توازن ضعيف وكثيرا ما يصابون بالدوار ويمكن تدريبهم بشكل فعال نحو حفظ توازنهم عن طريق استخدام تمرينات التوازن التي تهدف إلى رفع التوافق العضلي العصبي وتدريب الأجهزة الخاصة بحفظ التوازن في القنوات الهلالية بالأذن الداخلية وهذا ما يعاني منه أطفال الزرع القوقعي.

كما أن قدرات واستعدادات طفل الزرع القوقعي البدنية لأداء الحركات و المهارات بشكل مثالي مرهونة بقدرته على التوازن فقد أكدت العديد من الدراسات على أن هذا الأخير يعمل على استرجاع العضلات التي تعتبر تقريبا ضامرة وبالتالي تجعله يشعر بتلك القدرات التي يتمتع بها بالإضافة إلى إتاحة الفرصة لإشباع هواياتهم و ممارستها بشكل بناء و مناسب .

يعتبر النشاط البدني الرياضي المكيف أحد الوسائل الحديثة والأساسية في تنمية الفرد المعوق الممارس له وتأثير هذا النشاط يكون في مختلف الجوانب و

المستويات من حيث قدرات و استعدادات الفرد البدنية. (عمار، 2006-2007،
صفحة 2)

و بما أن صفة التوازن يمكن تدريبها من خلال برامج تدريبية مكيفة و هذه الفئة
تحتاج إلى عناية و اهتمام كبير خصوصا من ناحية هذه الصفة و هذا ما جعلنا
نطرح السؤال التالي

تساؤل الدراسة :

-هل هناك فروق دالة احصائيا بين نتائج الاختبارات القبليّة و البعدية في صفة التوازن
للعينة التجريبية ؟

أهداف الدراسة :

- معرفة ان كان النشاط التدريبي المكيف و عملية زرع جهاز القوقعة له دور في
تحسين صفة التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي.

-الكشف على طبيعة الفروق الاحصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة و البعدية للعينة
التجريبية في صفة التوازن.

فروض الدراسة:

-هناك فروق دالة احصائيا بين نتائج الاختبارات القبليّة و البعدية في صفة التوازن لصالح
الاختبار البعدي للعينة التجريبية.

أهمية الدراسة:

يضيف هذا البحث الى مجال الاعاقة السمعية بشكل عام وأطفال الزرع القوقعي بعض
التقنيات الحديثة في اعداد وتدريب هذه الفئة حيث يؤدي تصميم أنشطة تدريبية مكيفة
الى تقليل كثير من المشكلات التي تعترض هؤلاء الاطفال حيث أن هذه الأنشطة سوف

تؤدي الى تنمية التوازن الحركي لديهم مما يساعد على سرعة دمجهم في المجتمع وهذا بدوره يؤدي الى اكتسابهم الثقة في أنفسهم و الاعتماد على ذواتهم .

التعاريف الاجرائية و الاصطلاحية لمصطلحات البحث :

النشاط التدريبي المكيف:

التعريف الاصطلاحي: هو التمارين التي يستطيع ممارستها الفرد المحدود القدرات من ناحية تلف بعض الوظائف الجسمية الكبرى وهي عبارة عن مجموعة من الرياضات الفردية و الجماعية.

التعريف الاجرائي: هو مجموعة من التمارين المختارة و المنتقاة حسب درجة إعاقة الصم البكم الخفيفة التي تنمي و تطور صفة التوازن

-التوازن:

التعريف الاصطلاحي:عرفه لارسون و كيم " قدرة الفرد في السيطرة على الأجهزة العضوية من الناحية العضلية العصبية " (حسانين، 1995)

التعريف الاجرائي:هو ان يكون الفرد المتعلم قادرا على السيطرة على جميع أجزاء جسمه أثناء أدائه الحركي

-الإعاقة السمعية(اطفال الزرع القوقعي):

التعريف الاصطلاحي:هي عبارة عن خلل في أجهزة السمع أو في المراكز العصبية المسئولة عن ذلك وتحرم الطفل منذ ولادته من حاسة السمع الى درجة جعلته لا يستطيع أن يسمع الأصوات حوله جعلته يتطلب عملية جراحية يغرس فيها جهاز الكتروني داخل الأذن الداخلية وينقسم إلى قسمين الأول داخلي يسمى القوقعة

المزروعة والثاني خارجي يسمى المبرمج فتعمل هذه العملية على تحفيز العصب السمعي مباشرة (رقي، 2016-2017) .

التعريف الاجرائي: هم الأطفال الذين ولدوا بإعاقة سمعية وتمكنوا من الاستفادة من جهاز يتيح له إمكانية السمع.

-الدراسات والبحوث السابقة:

الدراسة الأولى:

رسالة ماستر للباحث باي حليم و عنوانها "أثر استخدام برنامج تدريبي مقترح لتنمية التوازن الحركي للأطفال ذوي الإعاقة السمعية البسيطة "2015-2016

مشكلة البحث:هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي و البعدي بعد تطبيق البرنامج المقترح لتطوير التوازن الحركي لصالح الاختبار البعدي لدى الأطفال ذوي الإعاقة السمعية البسيطة؟

فرض البحث:توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي بعد تطبيق البرنامج المقترح لتطوير التوازن الحركي لصالح الاختبار البعدي لدى الأطفال ذوي الإعاقة السمعية البسيطة .

هدف البحث:تهدف هذه الدراسة أساسا إلى معرفة أثر النشاط البدني والرياضي المكيف على نمو المهارات الحركية الأساسية من خلال تطبيق برنامج مقترح في النشاط البدني المكيف للأطفال المعاقين سمعيا إعاقة بسيطة.

منهج البحث:استخدم الباحث في دراسته المنهج التجريبي.

عينة البحث : تمثلت عينة بحثنا من الاطفال ذوي الاعاقة السمعية البسيطة بالمدرسة المعوقين بالمسيلة و كان عددهم 25 طفل.

أداة البحث :برنامج تأهيلي حركي و الاختبارات البدنية.

نتائج البحث : النتائج المتحصل عليها بعد الدراسة التحليلية المقارنة بين الاختبار القبلي و البعدي تبين ان البرنامج أدى الى ارتفاع في مستوى نمو المهارات التوازن الحركي .

توصيات البحث:

لفت انتباه المجتمع بصفة عامة والأسرة بصفة خاصة إلى الاهتمام بهذه لفئة.

توفير العتاد و اللوازم الرياضية لفئة الإعاقة السمعية البسيطة مع التنوع في البرامج الرياضية الترفيهية منها لرفع مستوى المهارات الأساسية .

تعزيز دور الأسرة والمجتمع في رعاية هذه الفئة.

الدراسة الثانية : دراسة حيدر كاظم عيسى الصالحي وعنوانها"تأثير بعض الألعاب الصغيرة على التوازن الحركي وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى تلامذة معهد الأمل للصم والبكم"2014-2015

مشكلة البحث:هل للألعاب الصغيرة دور في تنمية التوازن الحركي وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى تلامذة معهد الأمل للصم والبكم؟

فرض البحث:

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية و البعدية في متوسط درجات بعض المهارات الاساسية في كرة القدم والتوازن للمجموعة التجريبية لدى تلاميذ معهد الأمل للصم والبكم.

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية و البعدية في متوسط درجات بعض المهارات الاساسية في كرة القدم والتوازن للمجموعة الضابطة لدى تلاميذ معهد الامل للصم والبكم.

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعدية في متوسط درجات بعض المهارات الاساسية في كرة القدم والتوازن للمجموعتين التجريبية والضابطة لدى تلاميذ معهد الامل للصم والبكم.

هدف البحث :تهدف الدراسة إلى:

اعداد منهج تعليمي بأسلوب الالعب الصغيرة لتعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم.

معرفة تأثير المنهج التعليمي على التوازن الحركي وبعض المهارات الاساسية لكرة القدم لدى تلامذة معهد الامل للصم والبكم.

منهج البحث : استخدم الباحث المنهج التجريبي ذي المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبار القبلي و البعدي لملاءمته طبيعة مشكلة الدراسة.

عينة البحث : قام الباحث بتحديد مجتمع البحث من تلاميذ الصف الخامس والسادس بمعهد الأمل للصم البكم بالقادسية . حيث بلغ عدد تلاميذ 50 تلميذ يمثلون مجتمع البحث تم اختيار 20 تلميذ الذين كانت إعاقته من الولادة ليمثلوا عينة البحث الرئيسة تم تقسيمهم بالطريقة العشوائية الى مجموعتين تجريبية وضابطة.

اداة البحث:اختبار التوازن الديناميكي الحركي المعدل (باس) ، ساعة إيقاف ، شريط قياس.

نتائج البحث:

تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تعلم المهارات المختارة للتلاميذ الصم البكم في معهد الأمل في القادسية.

تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في صفة التوازن الحركي للتلاميذ الصم البكم في معهد الأمل في القادسية.

توصيات البحث:

الاهتمام بتنمية التوازن لدى الأطفال الصم البكم كونه مهما في تأدية المهارات بسهولة.

تكييف الألعاب الصغيرة وهدفها ومتطلبات كل مرحلة سنوية.

اعتماد الألعاب الصغيرة في نشاطات أخرى غير كرة القدم للاستمتاع بالأداء المهاري.

الدراسة الثالثة : رسالة ماجستير للباحث خالد سليمان منحي وعنوانها " تأثير برنامج تدريبي مقترح على تنمية التوازن الحركي لذوي الإعاقة السمعية لتلاميذ المرحلة الابتدائية في معهد الأمل (الصم البكم)" 2012-2013

مشكلة البحث: هل للبرنامج التدريبي المقترح دور في تنمية التوازن الحركي لذوي الإعاقة السمعية لتلاميذ المرحلة الابتدائية في معهد الأمل (الصم البكم) ؟

فرض البحث: للبرنامج التدريبي المقترح دور في تنمية التوازن الحركي لذوي الإعاقة السمعية لتلاميذ المرحلة الابتدائية في معهد الأمل (الصم البكم).

هدف البحث: تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير برنامج تدريبي مقترح على تنمية التوازن الحركي لذوي الإعاقة السمعية لتلاميذ المرحلة الابتدائية في معهد الأمل (الصم البكم).

منهج البحث: استخدم الباحث في دراسته المنهج التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة

عينة البحث: اختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب الإعاقة السمعية في معهد الأمل (للصم البكم) وعددهم 13 طالب وتمثل 35.14 بالمئة من مجتمع الدراسة.

أداة البحث: استخدم الباحث في دراسته:

القياسات الأنثروبومترية (الجسمية)

اختبار باس المعدل للتوازن الديناميكي

اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات

نتائج البحث:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياسات البعدية للاتزان في اختبار باس المعدل واختبار العلامات لصالح المجموعة التجريبية.

توصيات البحث:

اعداد برامج تدريبية تحتوي على أنشطة بدنية تنمي عنصر التوازن المتحرك للصم

البكم

الدراسة الرابعة: دراسة بن زيدان حسين و عنوانها " دراسة مقارنة لصفة التوازن بين التلاميذ الأسوياء والمعاقين سمعيا (9-12) سنة" 2010-2011

مشكلة البحث:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ ضعاف السمع والصم والأسوياء في التوازن الثابت للمرحلة العمرية (9-12) سنة؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ ضعاف السمع والصم والأسوياء في التوازن المتحرك للمرحلة العمرية (9-12) سنة؟

فرض البحث:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ ضعاف السمع والصم والأسوياء في التوازن الثابت لصالح الأسوياء ثم ضعاف السمع ثم الصم.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ ضعاف السمع والصم والأسوياء في التوازن المتحرك لصالح الأسوياء ثم ضعاف السمع ثم الصم.

هدف البحث:

مقارنة بين التلاميذ ضعاف السمع والصم والأسوياء في التوازن الثابت للمرحلة العمرية (9-12) سنة.

مقارنة بين التلاميذ ضعاف السمع والصم والأسوياء في التوازن المتحرك للمرحلة العمرية (9-12) سنة.

منهج البحث: اتبع الباحث المنهج الوصفي السببي المقارن لملائمته طبيعة البحث ومشكلته المطروحة والمناسب للوصول إلى نتائج ذات درجة عالية من الموضوعية.

عينة البحث : اشتملت عينة البحث على 90 تلميذ كلهم ذكور موزعين على ثلاث مجموعات.

30 تلميذ من الأسوياء من مجتمع أصلي يشمل 120 تلميذ

30 تلميذ من ضعاف السمع من مجتمع أصلي يشمل 45 تلميذ

30 تلميذا أصما من مجتمع أصلي يشمل 35 تلميذ

أداة البحث:

اختبار التوازن الثابت.

اختبار التوازن المتحرك.

الوسائل الاحصائية

نتائج البحث:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار التوازن الثابت لكل من عينات البحث وهي لصالح التلاميذ الأسوياء ثم ضعاف السمع ثم الصم.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار التوازن المتحرك لكل من عينات البحث وهي لصالح التلاميذ الأسوياء ثم ضعاف السمع ثم الصم.

توصيات البحث:

ضرورة اهتمام المختصين ببناء برامج رياضية خاصة بالمعاقين سمعيا وفقا لأحدث الأساليب العلمية.

الاهتمام بالتوازن لدى المعاقين سمعيا والعمل على تنميته وهذا نظرا لأهميته في النشاطات اليومية بصفة عامة والرياضية بصفة خاصة.

الدراسة الخامسة:

رسالة ماجستير من إعداد الطالب رحلي مراد وعنوانها " دور النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لذوي الاحتياجات الخاصة لفئة الصم البكم داخل المراكز الطبية البيداغوجية "2008-2009

مشكلة البحث: هل للنشاط الرياضي الترويحي دور في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لذوي الاحتياجات الخاصة فئة الصم البكم؟

فرض البحث : للنشاط الرياضي الترويحي دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لذوي الاحتياجات الخاصة فئة الصم البكم.

هدف البحث: إبراز دور النشاط البدني الرياضي الترويحي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي من خلال تطبيق برنامج مقترح في النشاط الرياضي لصغار الصم البكم في المراكز البيداغوجية.

منهج البحث: اعتمد الباحث في دراسته على المنهج التجريبي.

عينة البحث: تمثلت عينة البحث في مجموعة من الأطفال الصغار الصم البكم مقدر ب 40 طفل بولاية المسيلة.

أداة البحث: مقياس السلوك التوافقي لجمعية التخلف العقلي الأمريكية ، مقياس التكيف الاجتماعي .

نتائج البحث:

حصول المعاق سمعيا على أنشطة رياضية ترويحية داخل المراكز الطبية البيداغوجية أدى الى نمو بعض المهارات الحركية الاساسية سواء الانتقالية أو غير الانتقالية.

المعاق سمعيا في حاجة إلى التدريب على المهارات والأنشطة التي تمكنه من بلوغ قدر من التوافق النفسي و الاجتماعي.

توصيات البحث:

العناية بالمعاقين سمعيا من خلال أنشطة ترويقية تخدم عدة مهارات في نفس الوقت.

تحسيس معظم شرائح المجتمع بأهمية إدماج المعاقين سمعيا في الوظائف المختلفة.

التعليق على الدراسات والبحوث السابقة والمشابهة:

عند التطرق للدراسات السابقة نجد أن معظمها قد تشابهت في الأهداف و النتائج ، حيث كانت هذه الدراسات مهتمة بالجانب البدني والحركي ، وتعلقت أغلبها بدراسة المهارات الحركية و مهارات التوازن ، كما نلاحظ أن اغلب هذه الدراسات اشتملت على عينات من الأطفال الصم البكم أو المعاقين سمعيا من مرحلة الطفولة تم اختيار معظمها بطريقة عمدية ، وأن تقريبا معظم الدراسات المذكورة اتبعت المنهج التجريبي لملاءمته مشكلة البحث قصد بلوغ النتائج المرجوة ،حيث أكدت هذه الدراسات على ضرورة تنمية وتطوير القدرات الحركية للأطفال الصم البكم و ضرورة إدماجهم في مختلف الأنشطة الرياضية ، كما نلاحظ أن هناك تشابه بين نتائج دراسة خالد سليمان منحي و باي حليم والتي أكدت على تأثير البرنامج الترويق و دوره الكبير في تنمية التوازن الحركي لذوي الإعاقة السمعية.

نقد الدراسات والبحوث السابقة و المشابهة:

تميز بحثنا عن الدراسات السابقة المتناولة أنه اعتمد على عينة اطفال الزرع القوقعي في حين أن الدراسات اعتمدت على عينة الصم البكم و رغم كل النتائج التي توصلت

إليها جميع الدراسات السابقة إلا أن الشيء الملاحظ في هذه الدراسات أنها لم تتطرق إلى واقع البرامج التدريبية المكيفة في المدارس الخاصة نظرا لافتقارها إلى البرامج المقننة والوسائل المكيفة حسب قدرات الأطفال الصم البكم وهذه النقاط أخذت منا حيزا من التفكير و وقتا وجهدا كبيرين من أجل القيام بهذه الدراسة التي إن شاء الله ستكون سندا و دفعا قويين في مجال رياضة الصم البكم و أنشطتهم المختلفة من خلال البرنامج التدريبي المكيف تساعدهم على تنمية التوازن .

الباب الأول
الخلفية النظرية للموضوع
الفصل الأول
البرنامج التدريبي المكيف
التوازن

1-مقدمة:

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

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

ويعد البرنامج التدريبي المكيف من البرامج الأكثر انتشاراً في أوساط الشباب خاصة في المؤسسات والمدارس التربوية والمراكز الطبية البيداغوجية المتكفلة بتربية ورعاية الأطفال الصم البكم ، ومما ساعد على ذلك أن البرنامج التدريبي يعد عاملاً من العوامل التي تسهم بشكل فعال في تنمية التوازن ، بالإضافة إلى ذلك يعتبر من الأعمال التي تؤدي للارتقاء بالمستوى البدني للفرد الصم البكم ، إذ يكسبه القوام الجيد ، ويجعله يؤدي حركاته بسهولة .

2- مفهوم النشاط التدريبي المكيف:

إن الباحث في مجال النشاط البدني الرياضي المكيف يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي تداولها المختصون والعاملون في الميدان، واستخدامهم المصطلح الواحد بمعانٍ مختلفة، فقد استخدم بعض الباحثون مصطلحات البرنامج التدريبي المكيف أو النشاط التدريبي المكيف في حين استخدم البعض الآخر مصطلحات برامج إعادة التكييف، فبالرغم من اختلاف التسميات من الناحية الشكلية يبقى الجوهر واحداً، أي أنها تمارين رياضية وحركية تفيد الأفراد ذوي الإعاقة السمعية أو الأطفال الصم البكم.

-تعريف حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات : يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدتها ,ويتم ذلك وفقا لاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود قدراتهم . (فرحات، 1998، صفحة 223)-.

3-أسس النشاط البدني المكيف

إن أهداف النشاط البدني الرياضي للمعاقين ينبع أساسا من الأهداف العامة للنشاط الرياضي من حيث تحقيق النمو العضوي والعصبي والبدني والنفسي والاجتماعي ، حيث أوضحت الدراسات إن احتياجات الفرد المعاق لا تختلف عن احتياجات الفرد العادي ، فهو كذلك يريد أن يسبح ، يرمي بقفز ..

يشير انارينو وآخرون "إن كل ما يحتويه البرنامج العادي ملائم للفرد المعاق ، ولكن يجب وضع حدود معينة لمستويات الممارسة والمشاركة في البرنامج تلائم إصابة أو نقاط ضعف الفرد المعاق"

يرتكز البرنامج البدني المكيف للمعاقين على وضع برنامج خاص يتكون من ألعاب وأنشطة رياضية وحركات إيقاعية وتوقيتية تتناسب مع ميول وقدرات وحدود المعاقين الذين لا يستطيعون المشاركة في برنامج النشاط البدني الرياضي العام ، وقد تبرمج مثل هذه البرامج في المستشفيات أو في المراكز الخاصة بالمعاقين ، ويكون الهدف الأسمى لها هو تنمية أقصى قدرة ممكنة للمعاق وتقبله لذاته واعتماده على نفسه ، بالإضافة إلى الاندماج في الأنشطة الرياضية المختلفة.

ويرعى عند وضع أسس البرنامج التدريبي المكيف ما يلي :

-العمل على تحقيق الأهداف العامة للبرنامج التدريبي المكيف
-إتاحة الفرصة لجميع الأفراد للتمتع بالبرنامج وتنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات البدنية

-إن يهدف البرنامج إلى التقدم الحركي للمعاق والتأهيل والعلاج

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

- أن يمكن البرنامج المعاق من التعرف على قدراته و إمكانياته ، و حدود إعاقته حتى يستطيع تنمية القدرات الباقية لديه واكتشاف ما لديه من قدرات
- أن يمكن البرنامج المعاق من تنمية الثقة بالنفس واحترام الذات وإحساسه بالقبول من المجتمع الذي يعيش فيه ، وذلك من خلال الممارسة الرياضية للتمارين الرياضية المكيفة .
- وبشكل عام يمكن تكيف البرامج التدريبية لأطفال الزرع القوقعي من خلال الطرق التالية:
- تغيير قواعد الألعاب (التقليل من مدة النشاط ، تعديل مساحة الملعب ، تعديل ارتفاع الشبكة أو هدف السلة ، تصغير أو تكبير أداة اللعب ، زيادة مساحة التهديف
- تقليل الأنشطة ذات الاحتكاك البدني الى حد ما
- الحد من نمط الألعاب التي تتضمن عزل أو إخراج اللاعب
- الاستعانة بالشريك من الأسوياء أو مجموعة من الوسائل البيداغوجية ، كالأطواق والحبال
- إتاحة الفرصة لمشاركة كل الأفراد في اللعبة عن طريق السماع بالتغيير المستمر والخروج في حالة التعب
- تقسيم النشاط على اللاعبين تبعاً للفروق الفردية وإمكانيات كل فرد (فرحات، 1998، الصفحات 47-49-50).

4- أهمية النشاط البدني الرياضي المكيف:

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

4-1- الأهمية البيولوجية:

إن البناء البيولوجي للجسم البشري يحتم ضرورة الحركة حيث اجمع علماء البيولوجيا المتخصصين في دراسة الجسم البشري على أهميتها في الاحتفاظ بسلامة الأداء اليومي المطلوب من الشخص العادي، أو الشخص الخاص، برغم اختلاف المشكلات التي قد يعاني منها الخواص لأسباب عضوية واجتماعية وعقلية فان أهميته البيولوجية للخواص هو ضرورة التأكيد على الحركة (احمد، 1984، صفحة 61).

يؤثر التدريب وخاصة المنظم على التركيب الجسمي، حيث تزداد نحافة الجسم وثقل سمنته دون تغيرات تذكر على وزنه وقد فحص ويلز وزملائه تأثير خمسة شهور من التدريب البدني اليومي على 34 مراهقة وأظهرت النتائج تغيرات واضحة في التركيب الجسمي، حيث تزداد نمو الأنسجة النشطة ونحافة كتلة الجسم في مقابل تناقص في نمو الأنسجة الدهنية

4-2- الأهمية الاجتماعية:

إن مجال الإعاقة للصم البكم يمكن للبرنامج البدني المكيف أن يشجع على تنمية العلاقة الاجتماعية بين الأفراد ويخفف من العزلة والانغلاق (أو الانطواء) على الذات، ويستطيع أن يحقق انسجاما وتوافقا بين الأفراد، فالجلوس جماعة في مركز أو ملعب أو في نادي أو مع أفراد الأسرة وتبادل الآراء والأحاديث من شأنه أن يقوي العلاقات الجيدة بين الأفراد.

ويجعلها أكثر إخوة وتماسكا، ويبدوا هذا جليا في البلدان الأوربية الاشتراكية حيث دعت الحاجة الماسة إلى الدعم الاجتماعي خلال أنشطة أوقات الفراغ لإحداث المساواة المرجوة والمرتبطة بظروف العمل الصناعي .

فقد بين قبلن Veblen في كتاباته عن الترويح في مجتمع القرن التاسع عشر بأوربا أن ممارسة الرياضة كانت تعبر عن انتماءات الفرد الطبقية، أو بمثابة رمز لطبقة اجتماعية خصوصا للطبقة البورجوازية، إذ يتمتع أفرادها بقدر أوفر من الوقت الحر يستغرقونه في اللهو واللعب منفقون أموالا طائلة وبذخا مسرفا متنافسون على أنهم أكثر لهوا سرافا

وقد استعرض كوكيلي الجوانب والقيم الاجتماعية للرياضة و الترويح فيما يلي : الروح الرياضية التعاون تقبل الآخرين بغض النظر عن الآخرين، التنمية الاجتماعية، المتعة

والبهجة، اكتساب المواطنة الصالحة، التعود على القيادة والتبعية، الارتقاء والتكيف الاجتماعي . (احمد، 1984، صفحة 65)

كما أكد " محمد عوض بسيوني " أن أهمية البرنامج البدني المكيف تكمن في مساعدة الشخص المعوق على التكيف مع الأفراد والجماعات التي يعيش فيها ، حيث أن هذه الممارسة تسمح له بالتكيف والاتصال بالمجتمع.

وهو ما أكده كذلك "عبد المجيد مروان" من أن الممارسة الرياضية تنمي في الشخص المعوق الثقة بالنفس والتعاون والشجاعة ، فضلا عن شعوره باللذة والسرور، كما أن للبيئة والمجتمع والأصدقاء الأثر الكبير على نفسية الفرد المعاق.

4-3- الأهمية النفسية:

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

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

2. أهمية الاتصالات في تطوير السلوك، حيث من الواضح أن البرامج التدريبية المكيفة

تعطي فرصا هائلة للاتصالات بين المشترك والرائد، والمشارك الآخر.

أما مدرسة الجشطالت حيث تؤكد على أهمية الحواس الخمس : اللمس - الشم - التذوق - النظر السمع في التنمية البشرية. وتبرز أهمية البرامج التدريبية المكيفة المساهمة الفعالة في اللمس والنظر والسمع إذ وافقنا على أنه هناك أنشطة مكيفة مثل هواية الطبخ، فهناك احتمال لتقوية ما سمي التذوق والشم، لذلك فان الخبرة الرياضية المكيفة هامة عند تطبيق مبادئ المدرسة الجشطالتية.

أما نظرية ماسلو تقوم على أساس إشباع الحاجات النفسية ، كالحاجة إلى الأمن والسلامة ، وإشباع الحاجة إلى الانتماء وتحقيق الذات وإثباتها، والمقصود بإثبات الذات أن يصل الشخص إلى مستوى عال من الرضا النفسي والشعور بالأمن والانتماء ، ومما لا شك فيه أن الأنشطة الترويحية تمثل مجالا هاما يمكن للشخص تحقيق ذاته من خلاله (القزوني، 1978، صفحة 20).

4-4- الأهمية الاقتصادية:

لا شك أن الإنتاج يرتبط بمدى كفاءة العامل ومثابرتة على العمل واستعدادة النفسي والبدني، وهذا لا يأتي إلا بقضاء أوقات فراغ جيدة في راحة مسلية ، وان الاهتمام بالطبقة العاملة في ترويحها وتكوينها تكوينا سليما قد يتمكن من الإنتاجية العامة للمجتمع فيزيد كميتها ويحسن نوعيتها، لقد بين "فرنارد" في هذا المجال أن تخفيض ساعات العمل من 96 ساعة إلى 55 ساعة في الأسبوع قد يرفع الإنتاج بمقدار 15 % في الأسبوع (توفيق، 1967، صفحة 560).

فالترويح إذا نتاج الاقتصادي المعاصر، يرتبط به أشد الارتباط ومن هنا تبدو أهميته الاقتصادية في حياة المجتمع، لكن مفكرين آخرين يرون أهمية الترويح نتجت من ظروف العمل نفسه، أي من آثاره السيئة على الإنسان، كالاغتراب والتعب والإرهاق العصبي، مؤكداً على أن الترويح يزيل تلك الآثار ويعوضها بالراحة النفسية والتسلية (القزوني، 1978، صفحة 20).

4-5- الأهمية التربوية:

بالرغم من ان الرياضة والترويح يشملان الأنشطة التلقائية فقد اجمع العلماء على ان هناك فوائد تربوية تعود على المشترك، فمن بينها ما يلي :

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

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

تعلم حقائق المعلومات : هناك معلومات حقيقية يحتاج الشخص الى التمكن منها، مثلا المسافة بين نقطتين أثناء رحلة ماوا إذا اشتمل البرنامج التروحي رحلة بالطريق الصحراوي من القاهرة الى الإسكندرية فان المعلومة تتعلم هنا هي الوقت الذي تستغرقه هذه الرحلة.

اكتساب القيم : ان اكتساب معلومات وخبرات عن طريق الرياضة والترويح يساعد الشخص على اكتساب قيم جديدة ايجابية، مثلا تساعد رحلة على اكتساب معلومات عن هذا النهر، وهنا اكتساب لقيمة هذا النهر في الحياة اليومية، القيمة الاقتصادية، القيمة الاجتماعية كذا القيمة السياسية (القزوني، 1978، الصفحات 30-31).

4-6- الأهمية العلاجية :

يرى بعض المختصين في الصحة العقلية، أن الرياضة الترويح يكاد يكون المجال الوحيد الذي تتم فيه عملية "التوازن النفسي" حينما تستخدم أوقات فراغنا استخداما جيدا في الترويح

(تلفزيون، موسيقى، سينمان رياضة، سياحة) شريطة ألا يكون الهدف منها تمضية وقت الفراغ، كل هذا من شأنه أن يجعل الإنسان أكثر توافقا مع البيئة وقادرا على الخلق والإبداع وقد تعيد الألعاب الرياضية والحركات الحرة توازن الجسم، فهي تخلصه من التوترات العصبية ومن العمل الآلي، وتجعله كائنا أكثر مرحا وارتياحا فالبيئة الصناعية وتعقد الحياة قد يؤديان إلى انحرافات كثيرة، كالإفراط في شرب الكحول والعنف، وفي هذه الحالة يكون اللجوء إلى ممارسة الرياضة و البيئة الخضراء والهواء الطلق والحمامات المعدنية وسيلة هامة للتخلص من هذه الأمراض العصبية، وربما تكون خير وسيلة لعلاج بعض الاضطرابات العصبية .

5-معوقات النشاط البدني الرياضي المكيف:

ثمة عوامل اجتماعية و اقتصادية مؤثرة في النشاط الرياضي للمعوقين، فهو نتاج مجتمع يتأثر و يؤثر في الظروف الاجتماعية و تكفي الملاحظة العلمية للحياة اليومية من أن تكشف عن متغيراتها السوسولوجية و النفسية و البيولوجية و الاقتصادية . (busch, 1975)

وتشير كل الدراسات التي جرت في بعض الدول الأوروبية لتقدير الوقت الذي يقضيه الأفراد في العديد من نشاطات الرياضة كالترويح إلا أن كل من حجم الوقت و الترويح و نشاطاته يتأثر بالعديد من المتغيرات أهمها :

5-1- الوسط الاجتماعي: إن العادات و التقاليد تعتبر عاملا في انتشار كثير من نشاطات اللهو كالتسلية و اللعب، و قد تكون حاجزا أمام بعض العوامل الأخرى.

يرى "دومازودين " إن كثير من سكان المناطق الريفية لا يشاهدون السينما الا قليلا، لان عادات هؤلاء الريفيين تمقت السينما . (dumazadier, 1982, p. 26)

و قد جاء في استقصاء جزائري ، أن شباب المدينة أكثر ممارسة للانشطة الرياضية من شباب الارياف ، و تزيد الفروق أكثر من ناحية الجنس ، و من أسباب ذلك أن تقاليد الريف لا تشجع على هذا النشاط و خاصة عند الفتيات .

وتختلف أشكال اللهو و اللعب في ممارسة الأفراد لهذا النوع من التسلية أو كرههم لها، بحسب ثقافة المجتمع ونظمه المؤثرة، فقد بين لوشن " Luschen " في دراسته للنشاط الرياضي و علاقته بالنظام الديني، في دراسته على عينة بلغت 1880 شخص في ألمانيا الغربية تمارس ديانات مختلفة، إلا أن النشاط الترويحي يتأثر بعوامل ثقافية و دينية و الوسط الاجتماعي عموماً.

5-2- المستوى الاقتصادي:

تعالج هذه النقطة من حيث استطاعة دخل العمال لإشباع حاجاتهم الترويحية في حياة اجتماعية يسيطر عليها الإنتاج المتنامي لوسائل الراحة و التسلية والترفيه . يبدو من خلال الكثير من الدراسات أن الدخل عامل يحدد بدرجة كبيرة استهلاكه للسلع و اختياراته لكيفية قضاء وقت الفراغ عند الموظفين أو التجار أو الإطارات السامية .

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

و جاء في دراسة مصرية ان نسبة كبيرة من العمال يفضلون قضاء وقت فراغهم في بيوتهم على الذهاب إلى السينما و ذلك لتفادي مصاريف لا طائل منها في نظر العمال . (الساعاتي، 1980، صفحة 319)

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

5-3- السن: تشير الدراسات العلمية إلى أن ألعاب الأطفال تختلف عن ألعاب الكبار و أن الطفل كلما نما و كبر في السن قل نشاطه في اللعب .

يشير سولينجر إلى أن الأطفال في نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة و بداية المراهقة تأخذ نشاطاتهم أشكال أخرى غير التي كانوا يمارسونها من قبل و ذلك كالقيام بمشاهدة التلفزيون و الاستماع للموسيقى و القراءة وممارسة النشاط الرياضي.

إن كل مرحلة عمر يمر بها الإنسان بها سلوكياته الترويحية الخاصة فالطفل يمرح و الشيخ يرتاح في حين أن الشباب يتعاطون أنشطة حسب أدواتهم ففي دراسة بفرنسا 1967 وجد أن مزاوله الرياضة تقل تدريجيا مع التقدم في العمر حتى تكاد تتعدم في العمر 60 .

5-4-الجنس: تشير الدراسات العلمية إلى أن أوجه النشاط التي يمارسها الذكور تختلف عن تلك التي تمارسها البنات فالبنات في مرحلة الطفولة تفضل اللعب بالدمى و الالعاب المرتبطة بالتدبير المنزلي بينما يفضل البنين اللعب باللعب المتحركة و اللعب الالية و ألعاب المطاردة

وقد اوضحت دراسات هونزيك أن البنين يميلون إلى اللعب العنيف أكثر من البنات و أن الفروق بين الجنسين تبدو واضحة فيما يرتبط بالقراءة و الاستماع إلى برامج الإذاعة ومشاهدة البرامج التلفزيونية.

كما أوضحت دراسة اليزابيث تشايلد " إن البنات و البنين في مرحلة الطفولة من سن 3-12 سنة يميلون إلى النشاطات الإبداعية و البدنية و التخيلية .
إلا أن ترتيب تلك النشاطات لدى البنين تختلف حيث تأتي ممارسة النشاطات البدنية للبنات في الترتيب الأخير.

5-5-درجة التعلم : لقد أكدت الكثير من الدراسات الاجتماعية أن مستوى التعليم يؤثر على أذواق الأفراد نحو تسلياتهم و هواياتهم منها ما جاء بها دومازودبي إذ بين أن التربية و التعليم توجه نشاط الفرد عموما في اختياره لترويجه خاصة و أن إنسان اليوم يتلقى كثيرا من التدريبات في مجال الترويج أثناء حياته الدراسية مما قد يربي أذواقا معينة لهوايات ربما قد تبقى مدى الحياة .

كما أوضحت دراسة بلجيكية أن اختيار الأفراد لأنواع البرامج الإذاعية المقدمة تتنوع حسب المستوى التعليمي (ابتدائي. متوسط. ثانوي. جامعي) و أن الجامعيين يفضلون الموسيقى و الحصة العلمية و الأدبية بينما ذوي المستوى الابتدائي أكثر ولعا بالمنوعات الغنائية و الألعاب المختلفة. (cozcheuve, 1980, p. 87)

-التوازن

1- تمهيد

يعتبر عنصر التوازن واحدا من الوظائف المعقدة بالجسم والخاصة بالجهاز العصبي المركزي ففي استجابته للاحتفاظ بالتوازن نجد أن هناك ردود أفعال من داخل الجسم تؤثر وتتأثر ببعضها ، ويشترك في ذلك كثير من الأجهزة الحسية والحركية ، ويتفق العلماء على اعتبار الاحتفاظ بتوازن الجسم في مجال الجاذبية الأرضية يتحقق نتيجة إلى التوافقات بين نشاطات مجموعات مركبة من الأجهزة الحيوية وأنظمتها داخل الجسم والتي تعطي ميكانيكية عمل موحدة وتشتمل على الناحية الوظيفية الحركية للجهاز الحسي ، ولا ينفصل عنها كلا من الجهازين البصري والسمعي وكذلك الجهاز الحسي الجلدي ، فالتوازن "هو القدرة على الاحتفاظ بوضع معين للجسم أثناء الثبات أو الحركة ". (الفتاح، 2002-2003، صفحة 138)

ورأي آخر أكثر شمولاً وإيضاحاً يعتبر التوازن متمثلاً في مقدرة الإنسان على الاحتفاظ بجسمه أو أجزائه المختلفة في وضع معين نتيجة للنشاط التوافقي المعقد لمجموعة من الأجهزة والأنظمة الحيوية موجهة للعمل ضد تأثيرات قوى الجاذبية ، ويجب أن نفرق بين التوازن الثابت (الإستاتيكي) والتوازن المتحرك (الديناميكي). (الدين، مصطفى، 2006-2007، صفحة 7)

ويجب أن تشمل أنشطة الألعاب على اتزان الفرد سواء على الأرض أو في أثناء تأديته بعض الحركات وهو في الهواء ، ويعتبر التوازن عامل هام في أوجه نشاطنا في الحياة

العادية عند مواجهة أي ظرف من شأنه عرقلة حركة الفرد ، وصلة التوازن وثيقة بالتوافق والرشاقة في بعض المهارات ، ولا يظهر التوازن واضحا في الجمباز فقط كما هو دارج ، ولكن هناك نهايات كثيرة لمهارات يجب الاتزان بعدها حتى تحتسب سليمة مثل دفع الجلة. (الدين،مصطفى، 2006-2007، صفحة 7)

2- تعريف التوازن

نعني بالتوازن أن يكون الفرد لديه القدرة على الاحتفاظ بوزن الجسم في الثبات أو الحركة ، وهذا يتطلب سيطرة تامة على الأجهزة العضوية من الناحية العضلية والعصبية ، كما أن التوازن يتطلب القدرة على الإحساس بالمكان والأبعاد سواء كان باستخدام البصر أو بدونه عصبيا أو ذهبيا وعضليا وتعتبر سلامة الجهاز العصبي أحد العوامل الهامة المحققة للتوازن كما أن عملية التآزر بين الجهازين العضلي والعصبي لها دور يتبين في المحافظة على اتزان الجسم أو الحركة التي يقوم بها الإنسان من مشي وجري ووثب... إلخ، أو الحركة الرياضية التي تتم فوق حيز ضيق كالمشي على العارضة أو الوقوف على مشط أحد القدمين كل هذه الحركة تتوقف على مدى سيطرة الفرد على أجهزته العضلية و العصبية بما يحقق المحافظة على وضع الجسم دون أن يفقد اتزانه) حسنين(1995, p. 429 ,

ويعرفه لارسون بأنه "قدرة الفرد على السيطرة على الأجهزة العضوية من الناحية العصبية. و يعرفه الدليمي 2008 "القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم عند أداء مختلف المهارات و الأوضاع الحركية الثابتة. (زيد، 2008، صفحة 80)

3- أنواع التوازن :يمكن تصنيف التوازن إلى نوعين رئيسيين هما :

3-1-التوازن الثابت: وهو التوازن الذي يحدث أثناء ثبات الجسم ويعرفه الطالب

السامر ائي1981بأنه " الحفاظ على وضع الجسم في حالة ثبات كالوقوف ، على قدم واحدة".

3-2-التوازن المتحرك: ويطلق عليه التوازن الدينامكي أو الحركي و هو التوازن

المصاحب لحركة الجسم ويعرفه علاوي ورضوان 1989 بأنه " القدرة على الاحتفاظ بالتوازن

أثناء أداءه حركي كما في معظم الألعاب الرياضية والمنازلات الفردية أو عند المشي على عارضة مرتفعة. (الدين، 1989، صفحة 364)

ويعد التوازن المتحرك أحد عناصر اللياقة المهمة في الأنشطة الرياضية بصورة عامة ولعبة كرة القدم للصالات بصورة خاصة وتظهر أهميته في كافة النواحي البدنية والمهارية والخطئية التي يؤديها اللاعب إذ يشير كشك 2004 بأنه "تعد الحالة البدنية بمقوماتها وعناصرها المتنوعة المؤشر الهام لهبوط أو فقدان اللاعب للياقته البدنية ، فبدون إعداد بدني سليم لا يستطيع اللاعب تنفيذ المهارات بالدقة والتكامل وبالتالي لن يتمكن من تنفيذ خطط اللعب بالطريقة الناجحة والمؤثرة. (محمد، 2004، صفحة 40)

كما أن اللاعب الذي يتميز بالتوازن الحركي الجيد يسهم في قدرته على تحسين وترقية مستوى أدائه للعديد من الحركات أو الأوضاع ، وان وضع عدم التوازن الحركي لا يسمح لو بسرعة الاستجابة المناسبة في ضوء استجابات منافسة وعدم توجيه الأداء بدقة أو مقاومة القوة أو استخدامها في أي اتجاه سوى اتجاه واحد فقط (الدين، 1989، صفحة 363)

4- أهمية التوازن

التوازن قدرة عامة تبرز أهميتها في الحياة وفي مجال التربية البدنية والرياضية خاصة ،فهي متكونة في أداء المهارات الحركية كالوقوف والمشي ...إلخ، كما أنها متكونة في معظم الأنشطة الرياضية والخاصة بالأنشطة التي تتطلب الوقوف أو الحركة فوق حيز ضيق ، ولقد أشارت الدراسات التي قام بها "عبد الرحمان حافظ إسماعيل في جامعة بيروت" إلى ارتباط التوازن بالعديد من القدرات العضلية ، كما أشارت هذه الدراسات إلى أن التوازن يعتبر من أكثر المكونات البدنية من حيث القدرة على التنبؤ من النواحي العقلية"، وفي هذا الخصوص يشير "هوفمان" إلى أن الجماعات سريعة التعلم من الجنسين قد حققت درجات مرتفعة في اختبارات التوازن عن أقرانهم من الجماعات بطيئة التعلم.

كما أثبت "سكوت" وجود علاقة عالية بين التوازن والإحساس الحركي مما جعل ضرورة أن تتضمن أي طريقة حركية اختيارية التوازن ، ونظرا لكون التوازن يعتبر أحد العوامل اللازمة

لمعظم الأنشطة الرياضية فإن الرياضيين يتميزون في هذا المكون عن أقرانهم غير الرياضيين ، حيث نجح "نيسن" في إثبات غير الرياضيين بحيث أثبت هذه الظاهرة في إحدى دراساته ، كما توصل باحثون آخرون إلى نتائج مماثلة ، مثلًا نجح "سلاتر" و"هاميل" في إثبات أن الرياضيين (أعضاء الفرق الرياضية) حققوا نتائج عالية في اختبارات التوازن ميزتهم عن أقرانهم من طلبة التربية البدنية والرياضية ، كما ثبت أن نتائج طلبة التربية البدنية والرياضية باستخدام اختبار "ري نولد" قد فاقت بدلالة معنوية درجات أقرانهم من طلاب الفنون ، كما وجدت "مينبي" أن المصارعين ذوي المستويات المرتفعة كانوا أفضل من أقرانهم ذوي المستويات الضعيفة في التوازن وفي تعلم الاتزان .

كما أثبت "جدوس" أن السباحين المتقدمين يتمتعون بتوازن حركي يفوق أقرانهم الضعاف في السباحة وهذا وقد أثبت "جندين" أن مشاركة فريق أنشطة التربية البدنية أدى إلى تحسين القدرة على التوازن لدى بعض طالبات إحدى الكليات.

كما يعتبر التوازن أحد مكونات الأداء البدني حيث أقر ذلك "بارو" و"ماك جي" كما يعتبر "ماتيور" التوازن أحد مكونات القدرة الرياضي .

5- مناطق التوازن في الجسم

توجد عدة مناطق في الجسم وهي :

5-1- القدمان: تمثلان قاعدة اتزان الجسم وحدث أي إصابات فيها أو إصابتها بالبرد أو ارتداء حذاء غير مناسب يضعف من توازن الفرد.

5-2- حاسة النظر: أثبتت البحوث بأن الفرد يحتفظ بتوازنه إذا سلط نظره على أشياء ثابتة أكثر من تسليطها على أشياء متحركة وقد وجد أن تحديد هدف ثابت على بعد 20 قدماً يساعد في تحقيق التوازن. (حسنين، 1995، الصفحات 437-442)

5-3- نهايات العصبية: وهي الأوتار الموجودة في نهاية العضلات .

5-4- الأذن الداخلية: يقول "كارل بيرنهارت" تقع حاسة التوازن في القنوات شبه الدائرية للأذن الدائرية وتتبع هذه الأعضاء الحسية بواسطة حركة الرأس كما أنها ضرورية في استمرار توازن الجسم في جميع حركاته (.حسنين(189-188, pp. 1995 ,

6- عوامل تحكم في التوازن

6-1- مركز الثقل: هو نقطة وهمية يتوازن حولها جميع أجزاء العين ويعرفه البعض بكون النقطة التي يرتكز عليها الجسم ، و يمكن تحديد مكان مركز الجسم باستخدام الأسطح حيث أن نقطة التقاء الأسطح التالية هي:

السطح الأفقي أو العرضي ، السطح السهمي أو الجانبي ، السطح الجبهي أو الأمامي

6-2- خط الجاذبية: هو خط وهمي يمر بمركز الثقل ويكون عموديا وهو عبارة عن تقابل المستوى الجبهي مع المستوى الوهمي ، حيث أن التقاءهما يمثل خطا عموديا هو خط الثقل ، وهذا الخط يمر بمركز الثقل ولكنه يحدد مكانه (ارتفاعه) وفي وضع الوقوف القائم فإن خط الثقل يقع داخل قاعدة الاتزان. (حسنين، 1995، الصفحات 437-442)

6-3- قاعدة الارتكاز : وهي عبارة عن مساحة السطح الذي يرتكز عليه الجسم ، ففي حالة الوقوف تكون قاعدة الاتزان (الارتكاز) هي المساحة التي يحددها الإطار الخارجي للقدمين وفيما يلي بعض العلاقات والعوامل التي تتحكم في عملية الاتزان:

نسبة ارتفاع مركز الثقل فوق قاعدة الارتكاز ، مساحة قاعدة الارتكاز ، العلاقة بين خط الجاذبية وقاعدة الارتكاز ، ثقل الجسم ، الاحتكاك بالسطح ، الانقسام إلى أجزاء ، العوامل النفسية ، العوامل الفسيولوجية .

7-أنواع الأطوار في الاتزان

هناك ثلاثة أنواع من الأطوار في الاتزان هي :

7-1-الطور الأول:رفض عدم الاتزان : هذا الطور ليس ثابتا وفي بعض النشاطات والأفعال ذات طبيعة مخلة بالاتزان فهو لا يظهر والرياضي يسلك من المرة الأولى خصائص الطور الثاني .

أحيانا وفي معظم النشاطات الرياضية ، المبتدئ يحل مشكلة المفارقة برفضه لاختلال توازنه ، فيحاول المحافظة قدر الإمكان على هيئة الطبيعة (جذع مستقيم ونظر أفقي) يمكن أن نعتبر ردود أفعال المبتدئ الأكثر نمطية أكثر منها طبيعية (فؤاد، 2002، صفحة 9).

7-2- الطور الثاني: إعادة الاتزان البعدي : يقول "Paul Goirant" لدى "Jean Pierre Bonnet" إن الميزة الأساسية للمبتدئ هو أنه لا يحسن تنظيم الاتزان للحركة القادمة ، هذا الطور يتميز أحيانا باندفاع أكثر منطقية للجسم في الحركة التي تجعله في وضعية اختلال توازني لذا فالرياضي مجبر للجوء نحو حركات موازنة (إعادة الاتزان) إذا أراد المواصلة بحركة أخرى أو اتقاء السقوط ، و في هذا الطور أين لا يبادر الرياضي مسبقا باختلالات توازن مولدة للحركة فهو يتميز بفعل مشاركة جزء من الجسم في الحركة والجزء الآخر يجب أن يضمن الموازنة (رد فعل تعويضي le reflexe de compensation) وهذا ما يؤدي إلى افتراض الحركة القادمة ، إذ أنه لا يمكن لأي شخص أن يزعم بأنه يمتلك استجابة حركة مكيفة إذا كان إدراكه مشوشا باختلال توازن ولو بسيط.

7-3- الموازنة المسبقة أو المبادرة: يقول "Hubert Riboll" كل التركيبات الحركية المدمجة في الحركة تسهل بواسطة التحضير المسبق لأحداث الحركة .
إنه بواسطة التدريب وحده نستطيع أن نطور سلوكات الطور الثاني نحو هيئة ذات اتزان مسبق والرياضي بفضل تجربته يتدارك الاضطرابات المستقبلية .
فيستعد قبل الحركة ويعتدل، و يضع نفسه في حالة عدم اتزان عكسي كي يصل إلى تثبيت آثار عدم الاتزان المستقبلي .

في هذا الطور يدخل جزء من الجسم في الحركة المستقبلية مما يسمح بتنسيق سريع مع ما يأتي من حركات لأنه لا توجد هنا حركات موازنة أو لإعادة التوازن (les gestes reequilibrateurs)

8- مشكلات اختبار التوازن

يرى بعض الباحثين أن هناك بعض المشكلات التي يمكن أن ترتبط باختبار التوازن ويمكن تلخيص هذه المشكلات على النحو التالي:

8-أ- أشار بعض الباحثين إلى أن عامل القوة العضلية يؤثر بصورة واضحة على بعض اختبارات المرونة وقد يبدو ذلك واضحاً في اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم واختبارات التوازن الثابت من الوضع المقلوب، وبالرغم من تعارض بعض نتائج البحوث في هذا المجال، إلا أنه يبدو منطقياً أن التعب العضلي يؤثر على درجات المختبرين في بعض الاختبارات.

ويرى بعض الباحثين إمكانية التغلب على بعض هذه المشكلات بإجراء اختبارات التوازن قبل الاختبارات التي تتطلب بذل المزيد من القوة كاختبارات القوة العضلية أو تحمل القوة العضلية (التحمل العضلي) أو التحمل الدوري التنفسي.

8-ب- نظراً لأن العديد من اختبارات التوازن تتطلب اتخاذ بعض الأوضاع المعينة أو أداء حركات تظهر فيها صفة التوازن بصورة واضحة فقد يبدو ضرورياً السماح للمختبرين بأداء الاختبار الواحد لعدة مرات (3) مرات مثلاً أو أكثر واحتساب نتيجة أفضل المحاولات، وبالرغم من أن كثرة عدد المحاولات تسهم في الارتقاء بدرجة معامل ثبات الاختبار، إلا أنه في نفس الوقت يتطلب الأمر المزيد من الوقت في الأداء. (مصطفى السايح، 2002، صفحة 74)

8-ج- معظم المراجع الأجنبية في مجال اختبارات التوازن تتضمن معايير هذه الاختبارات على مستوى طلبة وطالبات الجامعات وتلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية وفي ضوء ذلك تبدو الحاجة إلى ضرورة وجود معايير للمراحل السنوية الأخرى للبنين و البنات.

8-د- نظراً لأن التوازن الثابت يعتبر توازناً موقفياً أو خاصاً (أي في مواقف خاصة معينة) فقد يسجل الفرد درجات عالية في إحدى الاختبارات التي تقيس التوازن الثابت في حين يسجل درجات منخفضة في اختبار آخر للتوازن الثابت، وينصح بعض الباحثين للتغلب

على هذه المشكلة تعدد الاختبارات التي تتميز بدرجة صعوبة واحدة تقريبا ويقوم المختبر بالاختيار من بينها .

8-هـ- بعض اختبارات التوازن تتطلب أدوات وتجهيزات غالية نسبيا وتبدوا الحاجة إلى التوصل إلى تطوير أدوات وأجهزة أقل تكلفة ويمكن الحصول عليها بأعداد متوافرة وخاصة بالنسبة للمدارس الابتدائية والإعدادية.

9-خلاصة

حتى تصير الحركة طفل الزرع القوعي أكثر دقة فإن عامل التوازن مهم جدا لتحقيق ذلك إذ أنه كلما حافظ على اتزانه أثناء أداء الحركة كلما حققها بدقة متناهية ، من هذا المنطلق جاءت هذه الدراسة التي كانت تهدف إلى وضع برنامج بدني ترويجي لمعرفة أثره في تنمية هذه الصفة باعتبارها عامل هام في القيام بمختلف النشاطات ، فهذه الوحدات المقترحة ساهمت إلى حد ما في رفع القدرة على التوازن لدى طفل الزرع القوعي ، والتي صاحبها تحسنا لا بأس به في دقته على أداء الحركات بسهولة ، فهذا الارتباط الحاصل بين المتغيرين والذي أقره العديد من العلماء والأخصائيين في هذا المجال ما يكون إلا دليلا على ضرورة تحسين القدرة على التوازن قصد الوصول بهذه الفئة إلى مرحلة الاداء الجيد .

الفصل الثاني

الإعاقة السمعية

الزرع القوقي

1- تمهيد:

إن التكيف مع البيئة التي يعيش فيها الفرد والتفاعل و تبادل الخبرات مع الآخرين في مجتمعه يتطلب منه تفعيل حواسه ، فسماع الكلمات والجمل و السعي إلى تقليدها بما يساعد على تعلم اللغة السائدة في ذلك المجتمع يعد مكسبا للفرد من أجل تطوير السلوك الاجتماعي ، و يعد الأطفال الصم البكم والذين يعانون من فقدان السمع الذي يعوق عملية الكلام و اللغة خير مثال على ذلك فهم ينالون الاهتمام الأكبر و الرعاية المثلى تحقيقا لمبدأ تكافؤ الفرص وحسب "حمدي أحمد و نهى محمود": "فالطفل المعاق سمعيا مثله مثل الأطفال العاديين في حاجة إلى الرعاية و الاهتمام و أيضا في حاجة إلى الحب و الأمن والأمان وفي حاجة إلى الشعور بالانتماء إلى جماعة لذا يجب علينا التعامل مع هذا الطفل معاملة خاصة حتى ينمو الطفل نموا صحيحا " (الصواف، 2013، الصفحات 89-90) .

وبعد مجهودات من البحث العلمي تمركزت حول إيجاد قنوات أخرى للاتصال لدى الفرد الأصم ، أثمرت تقنية أكثر حداثة سميت بالزرع القوقعي ، وهي عبارة عن تقنية تجمع بين الجراحة و التجهيز تتمثل في جهاز متعدد الالكترودات يستخدم لنقل المعلومات الصوتية إلى الأذن الداخلية و العصب الحسي ، ويمكن اعتبار الطفل الأصم الحامل للزرع القوقعي طفلا مصابا بإعاقة سمعية متوسطة بعد استفادته من هذا الأخير (الصواف، 2013، الصفحات 89-90).

ويعد حاليا ما يفوق 1000 فرد حامل للزرع القوقعي في الجزائر حسب الإحصائيات المقدمة من طرف البروفسور جناوي رئيس مصلحة الأنف الأذن و الحنجرة بالمستشفى الجامعي "مصطفى باشا" الجزائر العاصمة منذ 2003 (زرقي، 2016-2017، صفحة 25).

2-الطفل الأصم الأبكم

2-1-تعريفه: هو الطفل الذي لا يمكنه استخدام حاسة السمع نهائيا في حياته اليومية ويصنف الصمم إلى نوعين :

2-1-أ-صمم قبل اللغوي: و يطلق على تلك الفئة من المعاقين سمعياً الذين فقدوا قدراتهم السمعية قبل اكتساب اللغة أي قبل سن الثالثة، و تتميز هذه الفئة بعدم قدرتها على الكلام لأنها لم تسمع اللغة من الأصل.

2-1-ب- صمم بعد اللغوي: و يطلق على هؤلاء المعاقين سمعياً الذين فقدوا قدراتهم السمعية بعد اكتساب اللغة ، و تتميز هذه الفئة بقدرتها على الكلام لأنها سمعت و تعلمت اللغة.

2-2-فئاته : ينقسم فقدان السمع إلى خمس فئات طبقاً لمدى الخسارة السمعية كآتي.

2-2-أ-الفئة الأولى : الخفيف وهو يتراوح ما بين 28-40 ديسبل وهؤلاء يجدون صعوبة في فهم الكلام أو سماع الصوت المنخفض و متابعة الحديث وخاصة إذا بعد مصدر الحديث عن قدمين.

2-2-ب-الفئة الثانية : المتوسط وهو يتراوح بين 41-55 ديسبل وهؤلاء يمكنهم تعلم اللغة والكلام بالوسائل المساعدة على السمع كما يستطيعون فهم الحديث من مسافة 3-5 قدم .

2-2-ج-الفئة الثالثة : الملحوظ وهو يتراوح بين 56-70 ديسبل وهؤلاء يستطيعون المحادثة و الفهم ولكن هناك صعوبة في تعلم اللغة و الكلام ولا بد من استخدام وسائل خاصة بالسمع وهو أقرب إلى حالات الصمم حيث تكون القدرة على الكلام محدودة .

2-2-د-الفئة الرابعة : الشديد وهو يتراوح ما بين 71-90 ديسبل وهؤلاء لا يمكن تعليمهم اللغة عن طريق الأذن أو الوسائل المساعدة بل عن طريق قراءة الشفاه ومن المحتمل أن يميزوا الأصوات من مسافات قريبة جداً .

2-2-هـ-الفئة الخامسة : الفقد المركب وهو يبدأ من 91 ديسبل فأكثر وهؤلاء الأطفال يحتمل أن يسمعون بعض الأصوات أو الذبذبات العالية جداً كما أن لديهم صعوبة في الكلام أو تعلم اللغة ويحتاجون إلى مساعدة (الصواف، 2013، الصفحات 89-90).

2-3-أسبابه: تحدث الإعاقة السمعية نتيجة لأكثر من عامل و يمكن حصرها إلى عاملين وهما :

2-3-أ-أسباب وراثية : الوراثة تعني انتقال الصفات أو السمات من الآباء و الأجداد إلى الأبناء ويؤكد ذلك فتحي عبد الرحيم حيث يرى أن " الإعاقة السمعية الناتجة عن العوامل الجينية تحدث نتيجة انتقال حالة من الحالات المرضية من الوالدين إلى الجنين عن طريق الوراثة" (الصواف، 2013، الصفحات 89-90) ويمكن تحديد بعض هذه الحالات في ما يلي :

2-3-أ-1-الأطفال الذين يولدون بإعاقات سمعية : نتيجة للتكوين الخاطئ في عظام الأذن الوسطى تكون نتيجة عوامل وراثية ، إلا أن حالات عدم التكوين الصحيح لعظام الأذن الوسطى يمكن علاجها بالأساليب الجراحية (حلاوة، 1999، الصفحات 106-107)

2-3-أ-2- زملة أعراض واردنبرنج : وتتضمن أعراضها المتزامنة وجود خصلة من الشعر الأبيض في مقدمة الرأس و تلون العينين بلونين مختلفين و بروز الانف و خاصة من ناحية الوجنتين و تقوس الشفاه.

2-3-أ-3-مضاعفات عامل RH : يوجد نوع من الاتحادات الوراثية المعينة لفصائل الدم عند الوالدين ، والتي ينتج عنها تنافر الدم بين الأم و الطفل خلال فترة الحمل وتحدث هذه الحالة عندما تكون الأم فصيلتها RH سلبى وتحمل جنينا فصيلته RH إيجابى ، حيث تدخل في هذه الحالة المواد المضادة للأجسام الغريبة من الام إلى المشيمة الخاصة للطفل فتمر في مجرى دم الجنين و تتلف بذلك كريات الدم الحمراء والتي تؤدي في النهاية إلى طفل مصاب باليرقان الحاد وتكون النتيجة الطبيعية بذلك إما موت الجنين عند الولادة أو بعد الولادة مباشرة ، وإما أن يظل على قيد الحياة مصاب بالصمم ، والكثير منهم يكون مصاب بشلل جزئي في المخ (عمار، 2006-2007، صفحة 124).

2-3-ب-أسباب غير وراثية : تتعدد هذه العوامل إلا أن أكثرها شيوعا هي :

- إصابة الأم الحامل ببعض الأمراض .
- استخدام العقاقير .
- دخول أجسام غريبة في الأذن .
- صددمات الدماغ .
- أمراض تصيب الأذن الداخلية .
- التعرض المستمر للضوضاء (الصواف، 2013، الصفحات 89-90).

2-4- تأثير الصمم على شخصيته :

فقدان السمع يجعل الأصم الأبكم يعيش في عالم خاص خيالي من أي صوت سواء للطيور أو الحيوانات أو البشر إذ أن كل شيء يبدو له ساكنا باردا ولذلك نجد الطفل الاصم يعيش في عالم غريب عنه لا تربطه به صلة وقد أوضحت نتائج الدراسات والبحوث التي أجريت في هذا المجال أن الأصم الأبكم يختلف عن الأسوياء في كثير من خصائص الشخصية النفسية والاجتماعية ولعل من أهم الخصائص التي تميز شخصية الاصم الأبكم عن العاديين :

- أن الأصم الأبكم أكثر عرضة للإصابة بالمرض النفسي من العاديين.
- تتصف شخصية الأصم الأبكم بالاكنتاب والقلق وعدم الاتزان الانفعالي .
- انخفاض القدرة على التعليم والتحصيل لديه إذا ما قورن بالعادي وذلك لأن إعاقته تؤدي إلى القصور في الخبرات ونقصها باعتبار حاسة السمع باب من أبواب المعرفة.
- يميل الأطفال الصم البكم كثيرا إلى الانسحاب والعزلة عن المجتمع مما يترتب على ذلك سوء التوافق الشخصي و الاجتماعي لديهم حيث أن الطفل الأصم في تفاعله مع الآخرين يعتمد على وسائل غير شفوية " إشارات " وهذا ما يؤدي إلى تكوين شخصية منطوية ويؤدي إلى زيادة الشعور بالنقص .
- يظهر لدى الأطفال الصم البكم كثيرا من المشكلات السلوكية كالعدوان والسرقة وغيرها.

-الاطفال الصم البكم لديهم عدم القدرة على تحمل المسؤولية (الصواف، 2013، الصفحات 89-90).

2-5- سلوكه:

- الطفل الأصم له عالمه الخاص الذي ينفرد به .
- الطفل الأصم يتعامل مع الصور حيث تجذبه تلك الصور و خاصة الكتب التي تحكي قصصا حركية و ملونة، و ذلك أكثر من الكلمات المنطوقة أو المكتوبة.
- الطفل الأصم يجهد من الكلام المكتوب لذلك يجب تنمية السلوك الإبداعي لديه بعرض صور في كتاب أو تليفزيون أو فيديو بشكل جيد و ذلك لتكون وحدة نفسية متكاملة لديه .
- الطفل الأصم يميل إلى مشاهدة التليفزيون و السينما و الفيديو و يشعر بالسرور عند متابعة قصة أو برنامج .
- الطفل الأصم يصاب بالإحباط عند عجزه عن متابعة مادة ما مما يؤدي إلى انسحابه و توتره وقد يترتب على ذلك بعض الأفعال العدوانية (الصواف، 2013، الصفحات 89-90).

2-6- خصائصه :

- نقص القدرة على التعامل مع الآخرين حيث يقل النضج الاجتماعي لديه مقارنة بالطفل العادي.
- صعوبة إتباع التعليمات و قلة الانتباه .
- الطفل الأصم عصبي إلى حد ما و قد تنتابه نوبات من الإحباط و الغضب.
- الطفل الأصم خجول و يميل إلى الانطواء، كما يعد أقل حبا للسيطرة عن الطفل العادي
- ذكاء الطفل الأصم لا يختلف عن ذكاء الطفل العادي.
- الطفل الأصم ينسحب من الأنشطة الشفوية و يحاول الابتعاد عن اللعب.

-الطفل الأصم يميل برأسه ناحية الصوت و يتصف بضعف التوازن البدني ة العاطفي .
-البنات الصم تظهر عليهن المخاوف وخاصة من المستقبل (الصواف، 2013،
الصفحات 89-90).

2-7- لغته:

تعتبر اللغة وسيلة الاتصال و التفاهم بين الناس وهي ذات أهمية في المجتمعات المختلفة ايا كانت لغاتهم سواء اللغة العربية أو الإنجليزية أو الفرنسية أو الألمانية ، ولغة الإشارة هي لغة الصم في حياتهم مثل لغة الأصوات ، لذلك هي هامة جدا في مجتمع الصم حيث يتم التخاطب بينهم ، كما يعبرون عن احتياجاتهم و شعورهم و أفكارهم كذلك نجد لغة الإشارة قائمة بذاتها . وهي ليست ترجمة للغة العربية أو الإنجليزية و لكن لغة ذات قواعد و نظم يتخاطب بها مجتمع الصم ، و محور لغة الإشارة هو حركة اليد و الأصابع لتصوير الألفاظ ، كما أن مهمة العين هي التقاط هذه الإشارات و ترجمة معانيها ، و يتلقى الصم تعليمهم في مدارس خاصة للصم و البكم في المرحلة الابتدائية و المتوسطة و الثانوية (ياسين، 1986، صفحة 120).

2-8- أهم الخصائص المميزة له :

2-8-1- الخصائص المعرفية :

-لا يختلف مستوى ذكاء الأصم الأبكم عن مستوى ذكاء الشخص العادي وذلك عند استخدام اختبارات ذكاء غير لفظية ، أما عند استخدام اختبارات لفظية فإن الأمر يختلف.

-الأصم الأبكم لديه القابلية للتعلم و التفكير ما لم تصحب إعاقته تلف دماغي .
-مفاهيم الأصم لا تختلف عن مفاهيم العاديين باستثناء المفاهيم اللغوية.
-يتعلم الأصم الأبكم بشكل أفضل إذا ما تضمن الموقف مثيرات حسية متعددة كالألوان و الروائح و الأنماط المختلفة من الحركة.

-يعتبر بعض هؤلاء الافراد في عداد الموهوبين (الصواف، 2013، الصفحات 89-90)

2-8-2- الخصائص الجسمية و الحركية :

-تمثل مشكلات التواصل التي يعاني الأصم الأبكم منها عوائق كبيرة أمامه في سبيل اكتشاف البيئة المحيطة والتفاعل معها.

-يحتاج الأصم الأبكم إلى تعلم استراتيجيات بديلة للتواصل حتى يتطور نموه الحركي -يؤثر الحرمان من الحصول على التغذية الرجعية السمعية سلبا على وضعه في الفراغ و على حركات جسمه .

-تتطور لدى بعض الأفراد الصم البكم أوضاع جسمية خاطئة .

-يتأخر نموهم الحركي قياسا بأقرانهم العاديين .

-يمشي بعضهم بطريقة مميزة فلا يرفع قدميه عن الأرض، وقد يرجع ذلك إلى عدم قدرته على سماع الحركة ، وربما لشعورهم بالأمن عندما تبقى القدمان على اتصال دائم بالأرض. لا يتمتع الصم البكم باللياقة البدنية قياسا بأقرانهم العاديين حيث يتحركون قليلا و يخصصون معظم وقتهم للتواصل مع الآخرين (الصواف، 2013، الصفحات 89-90).

2-8-3- الخصائص الانفعالية :

-كثيرا ما يتجاهل الصم البكم مشاعر الآخرين .

-عادة ما يسيئون فهم تصرفات الآخرين ،وبالتالي يبادرون بالعدوانية حيث تعتبر العدوانية والسلوك العدواني عامة من السمات المميزة لهم .

-يظهرون درجة عالية من التمرکز حول الذات .

-يتسم مفهومهم لذاتهم بعدم الدقة وغالبا ما يكون مبالغا فيه .

-المعاقون سمعيا الملتحقون بمؤسسات الصم البكم أو الذين يعاني آباؤهم من الإعاقة السمعية يكون مفهومهم لذاتهم أفضل من غيرهم من المعاقين سمعيا سواء من غير الملتحقين بمؤسسات الصم البكم أو الذين ينحدرون من آباء عاديين .

-يعاني نسبة كبيرة منهم من سوء التوافق الشخصي و الاجتماعي .

-يعد الأطفال الصم البكم الذين ينتمون إلى أسر ليس بها أطفال صم بكم آخرون أقل توافقا من نظرائهم الذين توجد في أسرهم حالات صم أخرى .

-لديهم رغبة في الإشباع المباشر لحاجاتهم و يفتقدون القدرة على إرجاء مثل هذا الإشباع من جانبهم .

- يتسمون بقلّة رغباتهم و اهتماماتهم في الحياة و سلبيتهم .

- يعد كلا من التصلب و الجمود وعدم الثبات الانفعالي من السمات الأساسية المميزة لهم في هذا الإطار و يبدوون قدرا غير قليل من الاندفاعية ،والتهور ،وعدم القدرة على ضبط النفس .

- عادة ما يشككون في الآخرين وخاصة العاديين ،وتكاد تنعدم ثقّتهم فيهم ،بل وثقتهم في أنفسهم أيضا .

- يعانون من مستويات متفاوتة من عدم الاستقرار الانفعالي .

-يعتبرون أكثر إذعانا للآخرين ،وأكثر تأثرا بهم .

- يعدون أكثر اكتئابا ،وقلقا ،وتهورا،وأقل توكيدا للذات وذلك عند مقارنتهم بأقرانهم العاديين في نفس عمرهم الزمني (الصواف، 2013، الصفحات 89-90).

2-9-التعامل معه : هناك جملة من القواعد التي يجب إتباعها أثناء التعامل مع

الأصم ، نذكر منها ما يلي :

-الصم البكم أقرب ما يكونون إلى الأسوياء ، لذلك يجب التعامل معهم بحذر و إحساسهم بالاطمئنان في الحديث و توافر الثقة حتى يتعامل معك بصدق و تصل معه إلى ما تريد .

- يجب عدم التفرقة بينهم و بين الأسوياء في المعاملة حتى لا ينتابهم الشعور بالنقص و عدم إثارة الانفعالات العصبية لديهم .

- يجب الاعتدال في المعاملة معهم و أن يكون اسلوب التعامل بين الشدة و اللين ووفقا للموقف .

- يجب عدم الابتعاد عنهم أو السخرية من إعاقاتهم كما يجب إشراكهم في الحديث والعمل و الحرص في الانفعال لأنهم يفهمون من تعبيرات الوجه و الإشارة (عمار، 2006-2007، صفحة 124).

2-10- طرق الاتصال معه : فيما يلي عرض لأهم هذه الطرق

2-10-1- طريقة التدريب السمعي :

وهي من أقدم طرق تدريب الصم البكم على اكتساب المهارات الاتصالية اللغوية وتركز هذه الطريقة على استغلال بقايا السمع لدى الطفل والمحافظة عليها وتمييزها واستثمارها ما أمكن ذلك عن طريق تدريب الأذن على الاستماع والانتباه السمعي ،وتعويد الطفل ملاحظة الأصوات المختلفة والدقيقة والتمييز بينها والإفادة من المعينات السمعية في توصيلها إلى الطفل لا سيما عن ما يصدر عن الآخرين ،وكذلك ما يصدر عنه من أحداث وتمكينه من إخراجها و تقليدها وتكرارها ،مع تدريبه على تهذيب وتنظيم عملية التنفس وعلاج عيوب النطق .ويشير فاروق الروسان (2003) إلى أن الحاجة إلى التدريب السمعي تزداد كلما قلت درجة الإعاقة السمعية ومهمة مدرس مهارة التدريب السمعي تنمية تلك المهارة باستخدام الطرق والدلائل المناسبة وخاصة الدلائل البصرية والمعينات السمعية التي تساعد على إنجاح هذه الطريقة والتي تهدف إلى ثلاثة أهداف :

-تنمية وعي الطفل الأصم للأصوات .

-تنمية مهارة التمييز الصوتي لدى الطفل الأصم وخاصة بين الأصوات العامة وغير الدقيقة .

-تنمية مهارة التمييز الصوتي لدى الطفل الأصم وخاصة بين الأصوات المتباينة الدقيقة (الصواف، 2013، الصفحات 90-92).

2-10-2- طريقة قراءة الشفاه :

ويطلق عليها أحيانا قراءة الكلام وهي تقوم على تدريب الطفل الأصم وتثقيل السمع وتوجيه انتباهه إلى الملاحظة البصرية لوجه المتحدث وإعادته ومراقبة ما يصدر من الفم والشفة من حركات وأوضاع متباينة أثناء النطق والكلام وتبعا لطبيعة الأصوات الصادرة وحروف الكلمات المنطوقة كالمد والضم والإطباق والفتح والتدوير وغيرها وترجمة هذه الحركات إلى أشكال صوتية بما يساعد على فهمه الكلام . و يؤكد القريطي (2001) أن هناك ثلاث طرق للتدريب على قراءة الشفاه هي :

-طريقة الصوتيات .

-طريقة الوحدة الكلية .

-طريقة الأصوات .

ويذكر مصطفى فهمي (1980) عددا من القواعد الواجب مراعاتها في تعلم قراءة الشفاه ومنها ما يلي :

- ربط منطوقة الكلمة أو أشكالها الصوتية بمدلولاتها الحسية من خلال الإدراك الحسي البصري و اللمسي والنشاط الذاتي للطفل حتى تكون لها معنى واضحا في ذهنه .

- مراعاة مستوى الطفل ومرحلة نموه والبدء بالأمور التي تتصل اتصالا مباشرا بحياته واحتياجاته الأساسية .

- البدء بالكل ثم تحليله إلى أجزاء ثم العودة للكل مرة أخرى .

- تشجيع الطفل على التعلم واستثارة دافعيته باستمرار .
- استخدام المرآة في التدريب على عملية النطق وتصحيحه لمساعدة الطفل على الملاحظة البصرية الدقيقة لحركات الشفتين في أوضاعها المختلفة ثم تقليدها (الصواف، 2013، الصفحات 90-92).

2-10-3- الطريقة اليدوية :

تعد هذه الطريقة ملائمة للأطفال الصم و ثقيلو السمع ممن لا يمكنهم سماع ما يدور حولهم وفهمه حتى باستخدام المعينات السمعية وتهدف مباشرة إلى إكسابهم المهارات التواصلية عن طريق الابصار ،وذلك من خلال الإشارات والحركات اليدوية الوصفية كبديل عن اللغة اللفظية التي يرى البعض أن استخدامها مع الصم يعد مضيعة للوقت والجهد اللازم لها .

2-10-4- طريقة التواصل الكلي :

نظرا لأنه لا توجد طريقة واحدة تناسب جميع المعاقين سمعيا نتيجة اتساع مدى الفروق الفردية فيما بينهم من حيث درجة الإعاقة وتوقيت اكتسابها والاستعدادات الاتصالية التي يتمتعون بها والظروف البيئية الأسرية لكل حاسة . ونظرا لأن لكل طريقة مزاياها وعيوبها ولحسم الخلافات القائمة بين الذين يميلون لأساليب التواصل اللفظي والتدريب السمعي من جانب وأولئك المتخصصون لطريقة التواصل اليدوي من جانب آخر، وقد ظهرت الطريقة الكلية التي تعتمد على الإفادة بين أساليب التواصل اللفظية واليدوية الممكنة وعلى المزج بين توظيف البقايا السمعية إن وجدت وقراءة الشفاه ،لغة الإشارة ،أبجدية الأصابع بما يتلاءم وطبيعة كل حالة وظروفها لتنمية المهارات اللغوية لدى المعاقين سمعيا واكتسابهم المهارات التواصلية والتعامل الإيجابي منذ الطفولة المبكرة . ويضيف عمرو رفعت (2005) أن هذه الطريقة ظهرت في الاتصال لدى المعاقين سمعيا نتيجة للانتقادات التي وجهت لكل من طريقة قراءة الشفاه ،وطريقة التدريب السمعي والتي يطلق عليها الاتجاه اللغوي وطريقة لغة

الإشارة و أبجدية الأصابع والتي يطلق عليها اسم الاتجاه اليدوي العلمي ، وملخص هذه الانتقادات :

- صعوبة فهم الطفل الأصم للمتكلم باستخدام طريقة لغة الإشارة إما بسبب سرعة حديث المتكلم أو الموضوع الذي يدور حوله حديث المتكلم أو مدى مواجهته للأصم.
- صعوبة فهم الطفل الأصم للمتكلم باستخدام طريقة التدريب السمعي وذلك بسبب مدى القدرة السمعية المتبقية لدى الأصم ومدى فعالية الوسائل السمعية لدى الأصم.
- صعوبة نشر لغة الإشارة أو أبجدية الأصابع من كل الناس ويعني ذلك اعتماد فهم الأصم للآخرين على مدى نشر تلك اللغة بين الناس وهو ليس بالأمر السهل (الصواف، 2013، الصفحات 89-90).

2-11- أهداف التربية الرياضية له :

- لكي يستطيع المعاق سمعيا العمل بكفاءة و يصبح إنسانا منتجا في المجتمع وفي حدود قدراته الباقية لا بد أن يهدف برنامج التربية الرياضية إلى تنمية مايلي :
- تعلم المهارات الحركية الأساسية من خلال الأنشطة الرياضية لتنمية وزيادة كفاءته الإدراكية الحركية عن طريق الأنشطة الفردية والجماعية وإثارة دافعيتهم للممارسة بالمنافسات والمسابقات المتنوعة .
- المهارات الحركية التي تنمي التوافق الحركي والبدني وكذلك الأنشطة الإيقاعية ، واستخدام الآلات النقرية كالتبول والدفوف حيث تحدث تلك الآلات ذبذبات يمكن أن يستجيب لها الطفل الأصم ،فالرقص بأنواعه ينمي الحس الإيقاعي كما أن الرقص الجماعي يولد الشعور بالتماسك والانتماء.
- الاهتمام بالأنشطة الجماعية التعاونية ،لأن فقد السمع يؤدي إلى فقد الاتصال بالآخرين فهم في حاجة إلى النضج الاجتماعي ،حيث أن التربية الرياضية الوسيلة لتنمية المهارات

الاجتماعية ،ويجب استخدام الإشارات خلال اللعب والمثيرات البصرية والأعلام لأنهم لا يسمعون الصفارة .

-اختلال الاتزان للصم البكم الناتج من حادث والذي يؤدي إلى عدم قيام القنوات الهلالية بوظائفها يوجب على المدرس الابتعاد عن المهارات التي تتطلب التسلق والعمل على الأجهزة ،وذلك لتوفير الأمان من صعوبة الاتزان (الصواف، 2013، صفحة 92) .

2- 12- أسس تدريب الأنشطة الرياضية المعدلة له :

ذكرت العديد من الدراسات و كذلك العلماء ما يجب أن يراعى في تدريب الأنشطة الرياضية للصم البكم حيث يجب ألا ننسى الآثار النفسية للإعاقة لذلك يجب مراعاة الآتي:

- فهم طبيعة و احتياجات الصم البكم .
- المعرفة و الإلمام التام بالنواحي الصحية للصم البكم .
- المعرفة بالاختبارات النفسية ،والسمعية ،والعقلية ،وجميع القياسات الخاصة بالصم البكم .
- معرفة الطرق المرئية واستخدامها، و الأدوات الملونة للمساعدة على توصيل المعلومات للصم البكم ويتم ذلك عن طريق
- التركيز على الحواس الاخرى كناحية تعويضية
- يستخدم الشرح المرئي للمهارات التعليمية بكفاءة مثال ذلك لوحة النشرات و شرائط الفيديو ،المرآة ،الإشارات اليدوية .
- يجب أن يقف المدرب في مكان واضح لجميع الأطفال الصم البكم و مواجهتهم .
- يجب أن يتم التدريب في مجموعات صغيرة حتى يتم التفاهم السريع بين الأطفال و المدرب ،ويشعروا بالمودة و الألفة مع استخدام أسلوب التشجيع
- يجب استخدام وسائل متنوعة في الشرح ، والتدرج في التحليل الحركي مع استخدام نماذج وصور ووسائل بصرية متعددة حتى يستطيع الأطفال استيعاب وفهم الاداء الحركي المطلوب.

- يجب مراعاة ضعف التوازن لدى الصم البكم لذلك فهم لا يتمكنون من البدء والتوقف السريع ، كما أن تغيير الاتجاه يكون صعبا .
- يجب مراعاة الارتباك و القلق الذي لديهم والنتائج من عدم الممارسة الفعلية للأنشطة الرياضية ،بالإضافة إلى أن كثرة الإشارات التي لم يتعلموها من قبل والشرح المطول يؤدي إلى ضيقهم ومللهم وابتعادهم عن الممارسة .
- يجب مراعاة أن الاكتئاب من خصائص الصم البكم ،وعدم سماعهم إلى أصوات كثيرة يؤدي إلى كثرة المشاكل السلوكية ،كذلك عدم التعاون من الآخرين في اللعب والمواقف المختلفة .
- يجب إتباع أسلوب واحد في إعطاء التعليمات والتوجيهات سواء كانت إشارات أو قراءة الشفاه بالإضافة إلى الاتفاق على علامات معينة عند الخطر أثناء الممارسة .
- تعد الممارسة الفعلية من أحسن الوسائل لتنمية الحس الاجتماعي ،لذلك تعد المعسكرات الخلوية مفيدة لهم حيث تمدهم بالإدراك الواقعي للمواقف وكيفية التصرف مما يساعدهم على التجاوب مع المثيرات في حياتهم العادية وفقا لإدراكهم لما تعلموه من النشاط الممارس.
- يجب عدم إضاعة الوقت في الشرح حتى تسير المنافسات في الاتجاه المطلوب ،ويمكن تغيير بعض القواعد لتناسب مع الأطفال الصم البكم .
- يجب أن تتناسب الأنشطة مع المرحلة السنية و العمر العقلي (مستوى الذكاء) و أن تتميز بالمرونة و السهولة والفهم (محمد، 2006، الصفحات 27-28).

3- الزرع القوقعي

3-1- تعريف الجهاز:

هو جهاز إلكتروني طوله 52 مم و عرضه 15.7 مم ، يتكون من قسم داخلي و قسم خارجي يزرع جراحيا تحت الجلد خلف الأذن في عملية تدوم 4 ساعات يساعد على

الإحساس بالصوت للأشخاص الذين لديهم فقدان سمعي شديد و يختلف عن المعينات السمعية التي تقوم بتضخيم الصوت حيث أن هذا الجهاز يعمل على تحفيز الأعصاب السمعية الموجودة داخل القوقعة (زرقي، 2016-2017، صفحة 25).

3-2-2- مكونات الجهاز :

يتكون جهاز الزرع القوقعي من جزأين أساسيين ، جزء داخلي ثابت و جزء خارجي متحرك هذا الأخير يتكون من ميكروفون ،أسلاك و علبة صغيرة تقوم بمعالجة الإشارات و هوائي ، أما الجزء الداخلي فيتم تثبيته أثناء العملية الجراحية و يتكون هذا الجزء الغير مرئي من جهاز استقبال داخلي موجود في العظم الصدغي و قطب كهربائي ملفوف داخل القوقعة . احمد نبوي عبده عيسى ص 11-13.

3-2-3-1- الجزء الخارجي من الجهاز : هذا الجزء يحل و يرمز الرسالة الصوتية إلى

إشارات كهربائية التي تحول إلى الجزء الداخلي و يتكون من :

3-2-3-1-أ-الميكروفون : ويستقبل الأصوات و هو يشبه على العموم المعين السمعي التقليدي و يوضع على التفاف الأذن من الجهة المزروعة .

3-2-3-1-ب- المعالج الصوتي : يزن حوالي 100 غ وظيفته تشفير و تحويل الأصوات إلى نبضات كهربائية و يحتوي كذلك على بطاريات قابلة للشحن وهي مسؤولة على توفير الطاقة اللازمة لتشغيل النظام و يمكن أن يحمل بطرق متنوعة.

3-2-3-1-ج- الأسلاك : تستعمل لنقل الأصوات قبل و بعد المعالجة و يمكن أن تكون ذات أطوال مختلفة حسب البنية الجسمية للفرد و المكان الذي يختار أن يوضع فيها المعالج الصوتي .

3-2-3-1-د- الهوائي: هو عبارة عن قرص يحتوي على مغناطيس في الجزء المركزي منه لكي يسمح بالتوصيل عبر الجلد و العظم ، يثبت هذا الهوائي الخارجي مغناطيسيا على الجمجمة أما حجمه و طريقة تثبيته فتختلف باختلاف نوع الجهاز المستعمل .

3-2-2- الجزء الداخلي من الجهاز يتكون من :

3-2-2-أ- المنبه - المستقبل : هو عبارة عن كبسولة الكترونية بسمك يتراوح بين 4 إلى 8 مم و تضم مغناطيسا يسمح بالاتصال مع الهوائي الخارجي ، وهي مسدودة بواسطة سيراميك و محمية بمادة لزجة بيضاء لسد الثغرات ، أما دورها فيتمثل في ضمان الاتصال بالهوائي الخارجي و إرسال الأصوات المشفرة إلى الأقطاب الموجودة داخل القوقعة .

3-2-2-ب- الحزمة الالكترونية : تتكون من مجموعة من الإلكتروودات يختلف عددها باختلاف نوع الجهاز المستعمل ، توضع جراحيا داخل القوقعة ، وظيفتها نقل الرسالة إلى ألياف العصب السمعي الموجودة في الأذن الداخلية و التي تنقل فيما بعد إلى مراكز القشرة الدماغية عبر العصب السمعي (زرقي، 2016-2017، صفحة 25)

3-3-آلية عمل الجهاز :

تختلف آلية عمل جهاز الزرع القوقعي عن آلية عمل المعين السمعي باعتبار أن الأخير هو مجرد مكبر للصوت في حين أن جهاز الزرع القوقعي يعمل على التقاط الأصوات من خلال ميكروفون يوضع خلف الأذن و يحول الإشارات الصوتية إلى إشارات كهربائية و إرسالها إلى الجهاز الجيبي الذي يقوم بدوره بتحليل الأصوات و تكبيرها و تحويلها إلى إشارات كهربائية مشفرة تنتقل إلى الجهاز الإلكتروني المثبت مغناطيسيا على سطح عظم السندان مع القطعة الداخلية و هي الجزء الرئيسي التي توضع جراحيا في حفرة في عظم السندان و هذه القطعة لها نهاية تحمل أسلاك دقيقة جدا تدخل في القوقعة عبر النافذة المدورة (زرقي، 2016-2017، صفحة 25).

3-4-أنواع أجهزة الزرع القوقعي : تنقسم الأجهزة بشكل عام إلى :

3-4-1-أجهزة داخل القوقعة : حيث يتم إدخال الإلكتروودات إلى داخل القوقعة عبر النافذة المدورة وهي الأكثر فعالية

3-4-2- أجهزة خارج القوقعة : تطبق الالكتروودات على سطح العظم المسمى " الخرشوم " دون أن تدخل إلى داخل القوقعة أما فعاليتها فهي محدودة و متناقصة مع الزمن وسعرها أقل بكثير من السابقة .

3-4-3- أجهزة وحيدة القناة : وهي تحوي على مسرى كهربائي واحد كما أنها قليلة الفعالية.

3-4-4- أجهزة متعددة القنوات : وهي الأكثر فعالية مقارنة ببقية الأجهزة الأخرى و تحتوي على عدد متفاوت من الالكتروودات (زرقي، 2016-2017، صفحة 25).

3-5- فوائد زرع الجهاز : زراعة الجهاز لا تعيد السمع لوضعه الطبيعي و لكنها تمنح الشعور بالأصوات ،على الرغم من أن الأصوات الأولية لا تكون كما يتذكرها الأشخاص ، وبالتدريب يصبحون أكثر طبيعية و أكثر جدوى و تعمل الزراعات بكفاءة مع البالغين و الأطفال الذين فقدوا السمع بعد اكتساب خبرة في لغة الحديث و الأطفال الصغار الذين تمت ولادتهم أصماء، وبعد الزراعة يصبح الأفراد لديهم قدرة أفضل على ضبط الصوت و ضبط درجة أصواتهم و تصبح المناقشات أسهل و أكثر احتمالاً للسمع وعلى الإدراك الأفضل عندما يتحدث الآخرون و أغلب المستخدمين للزراعة يجدونها تزيد من ثقتهم (زرقي، 2016-2017، صفحة 25) .

3-6- الخاتمة :

التدريب الرياضي للأصم ذو فائدة كبيرة حيث يستطيع الفرد التعبير عن نفسه من خلال النشاط الرياضي الممارس مما يساهم في بناء ثقة المعاق بنفسه ، و مدربه و غيره من الناس و يصبح قادر على التفاعل الايجابي و النمو السوي ، و أغراض التربية الرياضية للأصم البكم لا تختلف عن أغراضها للأصم و يستطيع ممارسة كافة الأنشطة الرياضية دون ادخال تعديلات على الملاعب او الأدوات أو القوانين الخاصة باللعب.

الباب الثاني

الجانب الميداني للموضوع

الفصل الأول

منهجية البحث و اجراءاته

الميدانية

الفصل الثاني

عرض و تحليل النتائج

1 - منهج البحث : اعتمدنا في هذه الدراسة على خطوات المنهج التجريبي لما يتضمنه من خصائص تتماشى مع موضوع بحثنا ، فالمنهج يجب ان يتجانس ويتوافق مع موضوع الدراسة

2 - مجتمع و عينة البحث : تم اختيار عينة البحث من أطفال الزرع القوقعي من مدرسة صغار الصم البكم " بلعابد فتح الله " ولاية سعيدة وعددها 15 تلميذ من مجتمع قدره 50 تلميذ بنسبة تقدر ب 30 بالمائة تم اختيارها بطريقة عمدية وهذا لأنها تخدم الغرض من هذا البحث.

3- متغيرات البحث:

3-1- المتغير المستقل : البرنامج البدني المكيف لأطفال الزرع القوقعي

3-2- المتغير التابع : التوازن.

4- الضبط الاجرائي لمتغيرات البحث:

الاجراءات التي قام بها الباحث لتحقيق الضبط الإجرائي :

-السن: 10-14 سنة

- وقت اجراء الاختبارات لعينات البحث في نفس وقت اجراء الحصص التعليمية الفترة المسائية.

- تطبيق نفس الاختبارات واستعمال نفس الادوات والوسائل.

- الجنس : ذكور

- لقد تم اختيار العينة التي لها نفس المدة الزمنية التي زرع فيها جهاز الزرع القوقعي

5- مجالات البحث:

5-1-المجال البشري : تمت الدراسة على تلاميذ مدرسة بلعابد فتح الله للصم البكم بسعيدة والذين تتراوح أعمارهم ما بين 10-14 سنة حيث بلغ مجموعهم 50 تلميذ ويشكلون نسبة 100 بالمائة ويمثلون المجتمع الأصلي للمرحلة العمرية قيد الدراسة.

5-2-المجال المكاني : تم اجراء البرنامج التدريبي المكيف والاختبارات الأربعة في مدرسة بلعابد فتح الله بولاية سعيدة .

5-3-المجال الزمني : من 2018/04/08 إلى 2018/09/15

6-أدوات البحث:

6-1-البرنامج المقترح :

6-1-أ-أهدافه:

تحسين التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي

6-1-ب-أسسه:

ملائمته للمرحلة العمرية.

ملائمته للأسس العلمية للأنشطة الترويحية.

ينفذ هذا البرنامج في حصص زمن كل حصة 50 دقيقة.

تنوع التمارين في كل حصة.

مناسبة التمارين لميول ورغبة التلاميذ.

مراعاة قواعد الامن والسلامة.

6-1-ج-مكونات الحصة:

الإحماء : 10 دقيقة يشتمل على تمارينات الإطالة ، لتهيئة الجسم

الجزء الرئيسي:30 دقيقة يشتمل على تمارينات مختلفة

الجزء الختامي : 10 دقائق و يشتمل على تمارين تهدئة الجسم تساعد للعودة للحالة

الطبيعية

6-1-د-عدد الوحدات : 10 وحدات¹

انظر لصور الاختبارات في الملاحق¹

6-1-و-تنفيذ البرنامج : إن الخطوة التي اعتمدنا عليها هي وضع اختبارات على عينة تجريبية على شكل اختبار قبلي و اختبار بعدي كما تم استعمال وحدات على شكل تمارين تساهم في تطوير التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي.

7-الاختبارات المستخدمة :

7-1- اختبار الوقوف على مشط القدم :

الغرض من الاختبار: قياس التوازن الثابت عندما يقوم المختبر بالوقوف على الأرض على مشط القدم.

أدواته اللازمة : ساعة إيقاف.

مواصفات أدائه : يتخذ المختبر وضع الوقوف على إحدى القدمين ، ويفضل أن تكون قدم رجل الارتقاء ، ثم يقوم بوضع قدم الرجل الأخرى (الحرّة) على الجانب الداخلي لركبة الرجل التي يقف عليها ، ويقوم أيضا بوضع اليدين في الوسط. و عند إعطاء الإشارة يقوم المختبر برفع عقبه عن الأرض ويحتفظ بتوازنه لأكبر وقت ممكن دون أن يحرك أطراف قدمه عن موضعها أو يلمس عقبه الأرض.

تعليمات الاختبار:

يجب الاحتفاظ بثبات وضع اليدين في الوسط.

تنتهي فترة الاختبار عند تحريك أطراف القدم عن موضعها او عند لمس الارض بكعب القدم

حساب الدرجات:

يحتسب أفضل زمن لثلاثة محاولات وهو الزمن الذي يبدأ من لحظة رفع العقب عن الأرض حتى ارتكاب بعض الاخطاء ويفقد التوازن .

7-2- اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم :

الغرض من الاختبار:

قياس التوازن الثابت أثناء الارتكاز بمشط القدم بطريقة متعامدة على سطح ضيق .

أدواته اللازمة:

عدة عصي طول كل منها 30سم وعرضها 2.5سم وارتفاعها 2.5سم ، ساعة إيقاف ، شريط لاصق لتثبيت العصا على الأرض.

مواصفات الأداء:

يقوم المختبر بوضع مشط قدمه على العصا بصورة متعامدة وعند الإشارة يقوم برفع القدم الأخرى عن الأرض محاولا الاحتفاظ بتوازنه على مشط القدم على العصا لأطول فترة ممكنة ، يقوم كل مختبر بتكرار الاختبار 3 مرات .

تعليمات الاختبار:

تكون العصا ثابتة على الأرض .

إذا لمس كعب أو مشط القدم الأرض تنتهي المحاولة .

يمكن الأداء بالحذاء أو بدونه المهم أن يكون الأداء موحد .

3-7 اختبار باس المعدل للتوازن المتحرك:

الغرض من الاختبار:

قياس القدرة على الوثب والاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة وبعدها.

أدواته اللازمة:

ساعة إيقاف ، شريط لاصق ، علامة مقاسها 2.5سم على 1.9سم مع تثبيتهم على الارض

مواصفات أدائه:

يقف المختبر على قدمه اليمنى على نقطة البداية ثم يبدأ في الوثب على العلامة الاولى بقدمه اليسرى محاولا الثبات في وضعه على مشط قدمه اليسرى لأكبر فترة ممكنة بعد أقصى 5 ثواني بعد ذلك يثب إلى العلامة الثانية بقدمه اليمنى وهكذا يقوم بتغيير قدم الهبوط من علامة إلى أخرى والارتكاز على مشط القدم في كل مرة ، مع ملاحظة أن تكون قدمه فوق العلامة بحيث لا يظهر منها اي جزء.

حساب الدرجات:

يمنح المختبر 5 نقاط لكل علامة في حالة الهبوط الصحيح.
يمنح المختبر نقطة واحدة لكل ثانية يحتفظ فيها بتوازنه فوق العلامة بحد أقصى 5 ثواني
وبذلك تصبح الدرجة القصوى 100 درجة.

لا يمنح المختبر 5 نقاط الخاصة بالهبوط الصحيح للعلامة الواحدة في حالة فشله في التوقف أثناء الهبوط بعد الوثب على العلامة أو إذا لمس كعبه أو أي جزء آخر من جسمه سطح الارض فيما عدا مشط القدم التي عليها الدور أو فشله في تغطية العلامة لمشط القدم في حالة حدوث أي خطأ من أخطاء الهبوط السابقة يسمح للمختبر بإعادة اتخاذ وضع التوازن على مشط القدم التي عليها الدور فوق العلامة ومحاولة الاحتفاظ بتوازنه لحد أقصى 5 ثواني

إذا ارتكب المختبر أي خطأ من أخطاء التوازن التالية قبل انتهاء فترة 5 ثواني فإنه يفقد نقطة لكل ثانية :

- أ- إذا لامس الارض أي جزء من جسمه غير مشط القدم.
- ب- تحريك القدم أثناء وضع التوازن.
- ج- عندما يفقد المختبر توازنه فيجب عليه العودة للعلامة التي عليها الدور ثم يقوم بمحاولة القفز على العلامة الاخرى بالقدم التي عليها الدور.

7-4 اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات (الرجل اليمنى ثم اليسرى) :**الغرض من الاختبار:**

قياس القدرة على الوثب والاحتفاظ بالتوازن اثناء الحركة و بعدها.

أدواته اللازمة:

ساعة إيقاف ، شريط لاصق ، علامة مقاسها 2.5سم 1.9سم مع تثبيتها على الارض.

مواصفات أدائه:

يبدأ المختبر بالوقوف على قدم واحدة ثم يقوم بالوثب بهذه القدم على العلامة 1 مع الهبوط على نفس القدم و يحاول التوازن في هذا الوضع لمدة اقصاها 5 ثواني ثم يقوم بالوثب بنفس القدم إلى العلامة 2 والهبوط بنفس القدم ثم التوازن لمدة أقصاها 5 ثواني ثم يكرر هذا الأداء 4 مرات أي 2 لكل جانب.

حساب الدرجات:

يستطيع المختبر الحصول على 80 درجة كحد أقصى 5 نقاط للهبوط على العلامة 1 و 5 نقاط للتوازن الصحيح على نفس العلامة و 5 نقاط للهبوط الصحيح على العلامة 2 و 5 نقاط للتوازن الصحيح على نفس العلامة ثم التكرار للعلامتين 1 و 2 .

وحدة القياس :الثانية.

8-الأسس العلمية للاختبار:

صدق وثبات و موضوعية الاختبار

جدول رقم (1) : يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة معامل الارتباط و الاسس العلمية للاختبار القبلي و البعدي للعينة الاستطلاعية.

الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		معامل الارتباط	معامل الثبات	معامل الصدق
	ع	س	ع	س			
اختبار الوقوف على مشط القدم	0,83	3,2	0,83	3,8	0,78	0,78	0,88
اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم	0,7	3	0,89	3,4	0,79	0,79	0,89
اختبار باس المعدل	11,4	66	11,72	70	0,93	0,93	0,96
اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات	7,9	60	5,7	63	0,97	0,97	0,98

يتضح من الجدول رقم (1) وجود علاقة ارتباط قوية بين الاختبار القبلي والبعدي حيث انها تتميز بدرجة ثبات وصدق عالية باتجاهها الى القيمة 1

9-الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث:

9-1- المتوسط الحسابي:

$$\bar{س} = \frac{\text{مج س}}{ن} \quad \text{بحيث:}$$

مج س : مجموع القيم .

ن : عدد العينة .

9-2- الانحراف المعياري :

$$ع = \sqrt{\frac{\text{مج (س - \bar{س})}^2}{ن}} \quad \text{بحيث:}$$

س: مجموع القيم.

$\bar{س}$: المتوسط الحسابي.

ن : عدد العينة

9-3- التباين:

$$\text{التباين} = ع^2$$

9-4- التجانس:

$$ع_1^2$$

$$ف = \frac{\text{بحيث:}}{ع_2^2}$$

$$ع_2^2$$

$ع_1^2$: التباين الأكبر .

$ع_2^2$: التباين الأصغر .

9-5- معامل الارتباط بيرسون :

$$ر = \frac{\text{مج (س - \bar{س}) (ص - \bar{ص})}}{\sqrt{\text{مج (س - \bar{س})}^2 \text{ مج (ص - \bar{ص})}^2}} \quad \text{بحيث:}$$

س : قيم الاختبار القبلي

\bar{S} : المتوسط الحسابي للاختبار القبلي

ص : قيم الاختبار البعدي

\bar{S} : المتوسط الحسابي للاختبار البعدي

9-6 - ت ستيودنت لعينة واحدة

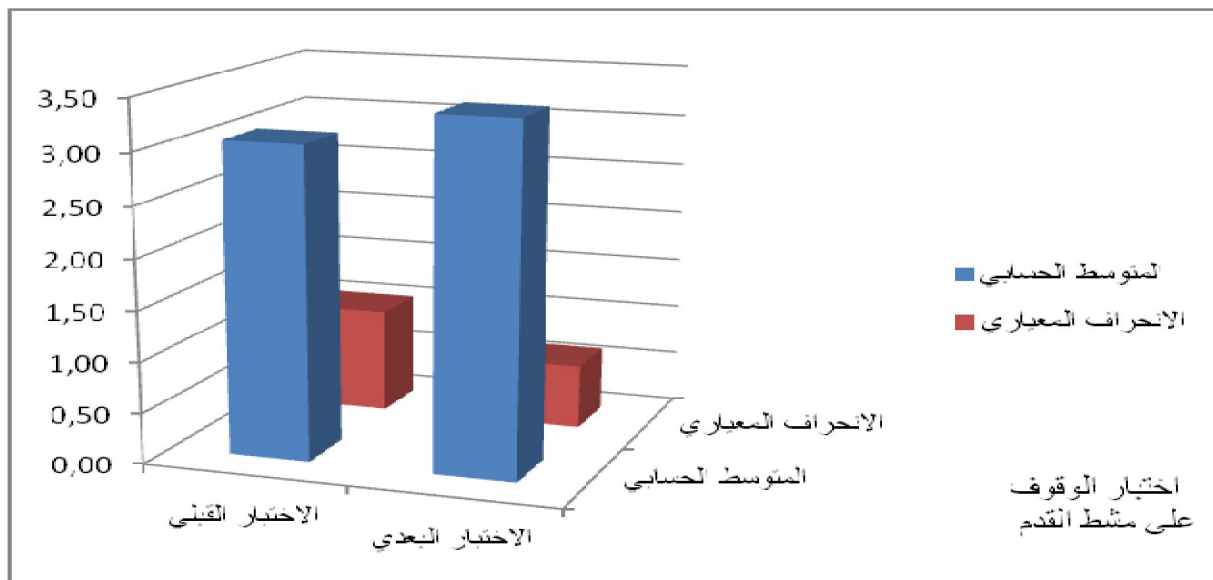
2- عرض نتائج اختبار ت ستودنت:

جدول رقم (2): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و قيمة "ت" ونوع الدلالة بين القياسين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في اختبار الوقوف على مشط القدم

نوع الدلالة	قيمة الدلالة	قيمة ت	درجة الحرية	الفرق	بعدي		قبلي		القياسات
					ع	س	ع	س	
غيردال احصائيا	0,05	2,09	14	0,34	0,63	3,4	1,03	3,06	اختبار الوقوف على مشط القدم

يتضح من الجدول رقم (2) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي لاختبار الوقوف على مشط القدم حيث أنه كانت نتائج متوسط القياس القبلي (3.06) بانحراف معياري (1.03)، أما القياس البعدي فكان (3.04) بانحراف معياري (0.63)، أي بفارق بين المتوسطات الحسابية (0.34)، وكانت قيمة "ت" المحسوبة تقدر ب (2.09) وهي اصغر من "ت" الجدولية (2.14) عند درجة حرية قدرت ب (14) عند مستوى الدلالة 0.05 .

شكل رقم (1): يبين الفرق بين المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في اختبار الوقوف على مشط القدم .

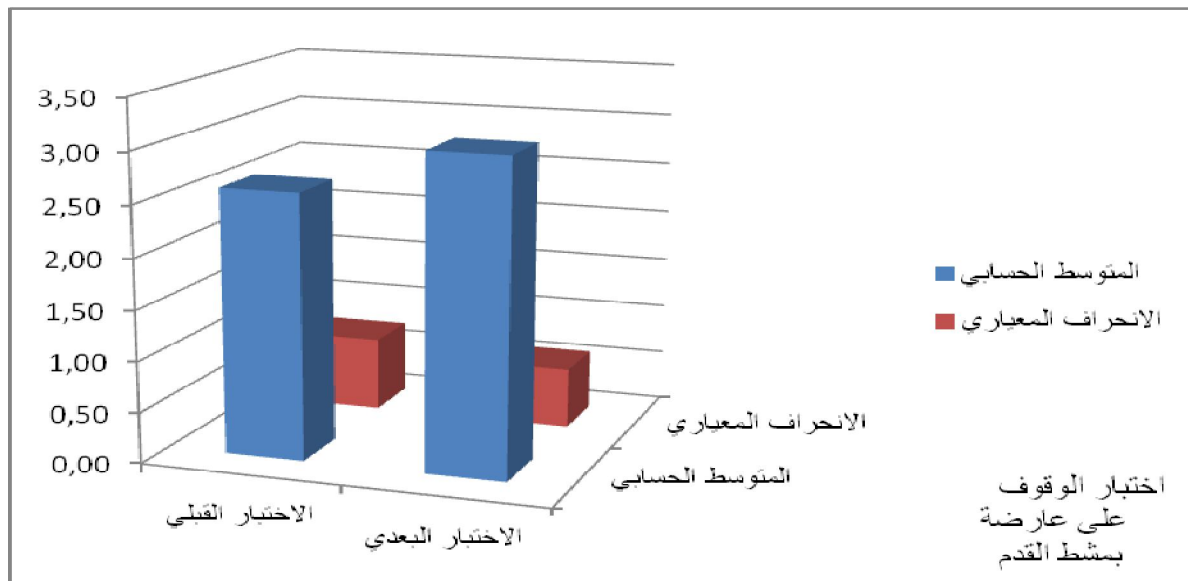


جدول رقم (3): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و قيمة "ت" ونوع الدلالة بين القياسين القبلي والبعدي للعينه التجريبية في اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم

القياسات	قبلي		بعدي		الفرق	درجة الحرية	قيمة ت	قيمة الدلالة	نوع الدلالة
	ع	س	ع	س					
اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم	0,73	2,6	0,59	3,06	0,46	14	2,82	0,05	دال احصائيا

يتضح من الجدول رقم (3) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لاختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم حيث أنه كانت نتائج متوسط القياس القبلي (2.6) بانحراف معياري (0.73)، أما القياس البعدي فكان (3.06) بانحراف معياري (0.59)، أي بفارق بين المتوسطات الحسابية (0.46)، وكانت قيمة "ت" المحسوبة تقدر ب (2.82) وهي أكبر من "ت" الجدولية (1.76) عند درجة حرية قدرت ب (14) عند مستوى الدلالة 0.05 .

شكل رقم (2): يبين الفرق بين المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي والبعدي للعينه التجريبية في اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم .

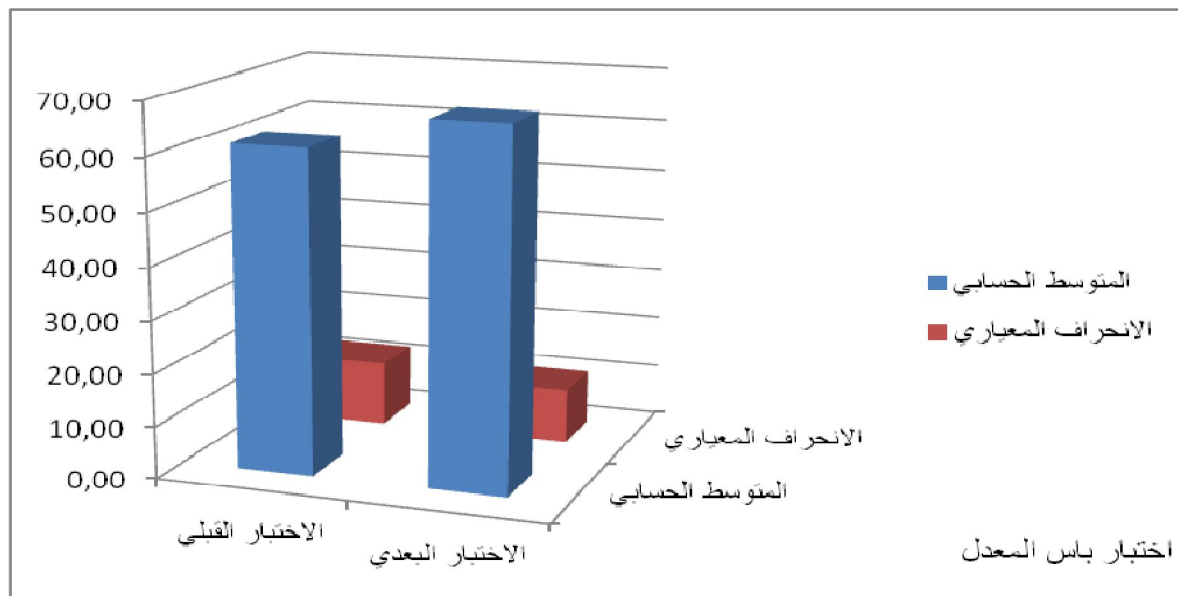


جدول رقم (4): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و قيمة "ت" ونوع الدلالة بين القياسين القبلي والبعدي للعيينة التجريبية في اختبار باس المعدل.

نوع الدلالة	قيمة الدلالة	قيمة ت	درجة الحرية	الفرق	بعدي		قبلي		القياسات
					ع	س	ع	س	
اختبار باس المعدل	0,05	6,14	14	6,34	10,49	67,67	12,45	61,33	اختبار باس المعدل

يتضح من الجدول رقم (4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لاختبار باس المعدل حيث أنه كانت نتائج متوسط القياس القبلي (61.33) بانحراف معياري (12.45)، أما القياس البعدي فكان (67.67) بانحراف معياري (10.49)، أي بفارق بين المتوسطات الحسابية (6.34)، وكانت قيمة "ت" المحسوبة تقدر ب (6.14) وهي أكبر من "ت" الجدولية (1.76) عند درجة حرية قدرت ب (14) عند مستوى الدلالة 0.05.

شكل رقم (3): يبين الفرق بين المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي والبعدي للعيينة التجريبية في اختبار باس المعدل.

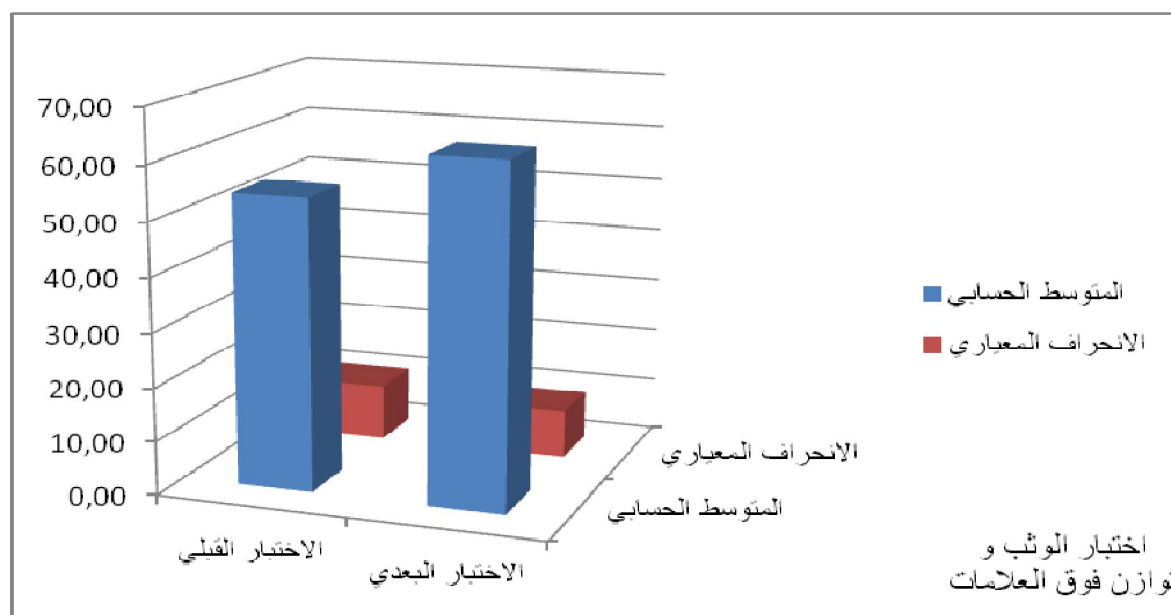


جدول رقم (5): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و قيمة "ت" ونوع الدلالة بين القياسين القبلي والبعدي للعيينة التجريبية في اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات.

نوع الدلالة	قيمة الدلالة	قيمة ت	درجة الحرية	الفرق	بعدي		قبلي		القياسات
					ع	س	ع	س	
دال احصائيا	0,05	6,1	14	8,67	9,03	62,67	10,55	54	اختبار الوثب و التوازن فوق العلامات

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لاختبار الوثب و التوازن فوق العلامات حيث أنه كانت نتائج متوسط القياس القبلي (54) بانحراف معياري (10.55)، أما القياس البعدي فكان (62.67) بانحراف معياري (9.03)، أي بفارق بين المتوسطات الحسابية (8.67)، وكانت قيمة "ت" المحسوبة تقدر ب (6.1) وهي أكبر من "ت" الجدولية (1.76) عند درجة حرية قدرت ب (14) عند مستوى الدلالة 0.05 .

شكل رقم (4): يبين الفرق بين المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي والبعدي للعيينة التجريبية في اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات .



2-الاستنتاجات:

- 1- للبرنامج التدريبي المكيف أثر إيجابي في تنمية التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي .
- 2- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات القبلية و البعدية للعينه التجريبية في التوازن المتمثلة في (اختبار الوقوف على مشط القدم ، اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم ، اختبار باس المعدل ، اختبار الوثب و التوازن فوق العلامات) لصالح القياسات البعدية .
- 3- معرفة دور جهاز الزرع القوقعي و أهميته

3- مناقشة الفرضيات:

الفرضية : هناك فروق دالة احصائيا بين نتائج الاختبارات القبلية و البعدية في صفة التوازن لصالح الاختبار البعدي للعينه التجريبية.

يتضح من خلال الجدول (2) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي للعينه التجريبية في الاختبار الوقوف على مشط القدم وبالرجوع الى الفرق بين المتوسطات الحسابية نجدها لصالح الاختبار البعدي.

يتضح من خلال الجدول (3) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي للعينه التجريبية في الاختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم وبالرجوع الى الفرق بين المتوسطات الحسابية نجدها لصالح الاختبار البعدي.

يتضح من خلال الجدول (4) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي للعينه التجريبية في الاختبار باس المعدل وبالرجوع الى الفرق بين المتوسطات الحسابية نجدها لصالح الاختبار البعدي.

يتضح من خلال الجدول (5) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي للعينه التجريبية في الاختبار الوثب و التوازن فوق العلامات وبالرجوع الى الفرق بين المتوسطات الحسابية نجدها لصالح الاختبار البعدي.

حيث أشار مصطفى السايح و صلاح انس محمد إلى " نظرا لأن العديد من اختبارات التوازن تتطلب اتخاذ بعض الأوضاع المعينة أو أداء حركات تظهر فيها صفة التوازن بصورة

واضحة فقد يبدو ضروريا السماح للمختبرين بأداء الاختبار الواحد لعدة مرات (3) مرات مثلا أو أكثر واحتساب نتيجة أفضل المحاولات ،و بالرغم من أن كثرة عدد المحاولات تسهم في الارتقاء بدرجة معامل ثبات الاختبار ،إلا أنه في نفس الوقت يتطلب الأمر المزيد من الوقت في الأداء. (مصطفى السايح، 2002)

ويؤكد ذلك "بول قوارون" لدى "جين بيير بونيت" إن الميزة الأساسية للمبتدئ هو أنه لا يحسن تنظيم الاتزان للحركة القادمة ،هذا الطور يتميز أحيانا باندفاع أكثر منطقية للجسم في الحركة التي تجعله في وضعية اختلال توازني لذا فالرياضي مجبر للجوء نحو حركات موازنة (إعادة الاتزان) إذا أراد المواصلة بحركة أخرى أو اتقاء السقوط.

وعلى ضوء ما سبق تتحقق صحة الفرضية الثانية : توجد فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبلية و البعدية لصفة التوازن للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي.

4- الاقتراحات :

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج هذا البحث نوصي بما يلي :

- 1- تشجيع الجمعيات الرياضية على إتاحة الفرصة لأطفال الزرع القوقعي مزيدا من الفرص للمشاركة في البرامج التدريبية المكيفة و على الدول أن تدعمهم للمشاركة في مختلف الانشطة الوطنية والدولية .
- 2- ينبغي لمنظمي البرامج التدريبية المكيفة أن يستشيروا منظمات أطفال الزرع القوقعي لتطوير الخدمات الموجهة لهم.
- 3- تشييد فضائات مخصصة لممارسة البرامج التدريبية المكيفة بالمؤسسات المختصة و إدراجها في المشاريع البنائية و إيجاد سبل و طرق لتمويل هذه البرامج سواء من طرف الدولة أو المؤسسات العمومية أو من طرف الخواص.
- 4- تعزيز دور الأسرة و المجتمع في رعاية و تربية أطفال الزرع القوقعي تربية بدنية مؤهلة.

5- عقد اتفاقيات تعاون بين مختلف الجامعات و وزارة التضامن لغرض فتح فروع لتكوين مربين مختصين بأطفال الزرع القوقعي.

6- الحث على استخدام الاختبارات و تطبيقها على تلك العينة ومنها اختبار باس المعدل للتوازن المتحرك واختبار الوثب والتوازن فوق العلامات .

7- توفير العتاد واللوازم الرياضية مع التنوع في البرامج الرياضية الترفيهية لرفع مستوى المهارات الأساسية.

8- الرعاية الشاملة لهذه الفئة من علاج و ترويح عن النفس .

9- عقد جلسات بين المختصين في الأطفونيا و المختصين في التربية البدنية والرياضية للتكافل فيما بينهما لفائدة هذه الفئة من الاطفال

5-خلاصة عامة:

من خلال ما تطرقنا له في الجانب التطبيقي للدراسة وجدنا أن البرنامج التدريبي المكيف قد أثر في صفة التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي وهذا في حدود دراستنا الحالية ومنه فقد توصلت الدراسة إلى أن للبرنامج التدريبي المكيف دور إيجابي في تنمية التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي، زيادة القدرة على التوازن المتحرك والثابت لدى أطفال الزرع القوقعي ، من خلال النتائج المتوصل لها من الاختبارات القبلية و البعدية للعينة التجريبية فإن هناك تأثير للبرنامج التدريبي المكيف في تنمية التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي ، للبرنامج التدريبي المكيف دور في تنمية التوازن لدى هذه الفئة .

المصادر و المراجع

قائمة المصادر و المراجع

- 1- اسعد سعود فؤاد. (2002). دراسة اثر الاتزان الحركي على تعلم دقة التصويب. قسنطينة، جامعة منتوري، الجزائر.
- 2- امين أنور الخولي. (1990). الرياضة و المجتمع. الكويت: عالم المعرفة.
- 3- تهاني محمد عبدالسلام. (2001). الترويح و التربية الترويحية. النصر القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- 4- حمدي أحمد وتوت - نهى محمود الصواف. (2013). الصم و الدمج مع الأسوياء في التربية البدنية و الرياضية (المجلد 1). النصر القاهرة، مصر: مركز الكتاب للنشر.
- 5- خالد سليمان منحي. (2012). تأثير برنامج تدريبي مقترح على تنمية التوازن الحركي لذوي الإعاقة السمعية لتلاميذ المرحلة الابتدائية في معهد الأمل. المدينة المنورة، المكتبة المركزية، المملكة العربية السعودية: جامعة طيبة.
- 6- رواب عمار. (2006-2007). تحليل العلاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف و تقبل الإعاقة في محيط رياضي جزائري لذوي الاحتياجات الخاصة. الجزائر، الجزائر: معهد التربية البدنية و الرياضية.
- 7- صلاح انس محمد مصطفى السايح. (2002). الاختبار الاوربي للياقة البدنية "يوروفيت". مصر، مصر: مكتبة الأشعاع الفنية.
- 8- عطوف محمود ياسين. (1986). علم النفس الاكلينيكي. بيروت: دار العلم للملايين.
- 9- ماهر حسن محمود محمد . هدى حسن محمود محمد. (2006). الصم و البكم التقسيم الطبي و قوانين الالعاب (المجلد الالعاب الرياضية للمعاقين). الاسكندرية، مصر: المكتبة المصرية للطباعة و النشر و التوزيع.
- 10- مباركة زريقي. (2016-2017). انعكاس الزرع القوقعي على المعيش النفسي للطفل الأصم. بسكرة، الجزائر.
- 11- محمد صبحي حسانين. (1995). القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.

- 12- محمد السيد حلاوة. (1999). رعاية المعيقين سمعيا و حركيا. الاسكندرية، مصر: المكتب الجامعي الحديث.
- 13- محمد صبحي حسنين. (1995). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- 14- نور الدين، مصطفى. (2007-2006). دراسة اثر التوازن على تحسين دقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم. المسيلة، معهد التربية البدنية والرياضية المسيلة، الجزائر.
- 15- ووجدي مصطفى الفاتح. (2003-2002). الاسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرّب. مصر، مصر: دار الهدى للنشر والتوزيع.
- 16- اسعد سعود فؤاد. (2002). دراسة اثر الاتزان الحركي على تعلم دقة التصويب. قسنطينة، جامعة منتوري، الجزائر.
- 17- حمدي أحمد وتوت - نهى محمود الصواف. (2013). الصم والدمج مع الأسوياء في التربية البدنية والرياضية (المجلد 1). النصر القاهرة، مصر: مركز الكتاب للنشر.
- 18- خالد سليمان منحي. (2012). تأثير برنامج تدريبي مقترح على تنمية التوازن الحركي لذوي الإعاقة السمعية لتلاميذ المرحلة الابتدائية في معهد الأمل. المدينة المنورة، المكتبة المركزية، المملكة العربية السعودية: جامعة طيبة.
- 19- رواب عمار. (2007-2006). تحليل العلاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف و تقبل الاعاقة في محيط رياضي جزائري لذوي الاحتياجات الخاصة. الجزائر، الجزائر: معهد التربية البدنية والرياضية.
- 20- صلاح انس محمد مصطفى السايح. (2002). الاختبار الاوربي للياقة البدنية "يوروفيت". مصر، مصر: مكتبة الأشعاع الفنية.
- 21- عطوف محمود ياسين. (1986). علم النفس الاكلينيكي. بيروت: دار العلم للملايين.
- 22- ماهر حسن محمود محمد . هدى حسن محمود محمد. (2006). الصم و البكم التقسيم الطبي و قوانين الالعاب (المجلد الالعاب الرياضية للمعاقين). الاسكندرية، مصر: المكتبة المصرية للطباعة و النشر و التوزيع.
- 23- مباركة زريقي. (2017-2016). انعكاس الزرع القوقعي على المعيش النفسي للطفل الأصم. بسكرة، الجزائر.

24-نور الدين،مصطفى. (2006-2007). دراسة اثر التوازن على تحسين دقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم. المسيلة، معهد التربية البدنية والرياضية المسيلة، الجزائر.

25-وجدي مصطفى الفاتح. (2002-2003). الاسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرّب. مصر، مصر: دار الهدى للنشر والتوزيع.

26- الصواف ح. أ. -ن. (2013). الصم والدمج مع الأسوياء في التربية البدنية والرياضية (Vol. 1). النصر القاهرة مصر مركز الكتاب للنشر.

27- حلاوة , م. ا. (1999). رعاية المعوقين سمعيا و حركيا. الإسكندرية مصر المكتب الجامعي الحديث.

28- زريقي , م. (2016-2017). انعكاس الزرع القوقعي على المعيش النفسي للطفل الأصم. بسكرة , قسم العلوم الاجتماعية , الجزائر.

29- عمار , ر. (2006-2007). تحليل العلاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف و تقبل الاعاقة في محيط رياضي جزائري لذوي الاحتياجات الخاصة. الجزائر , الجزائر : معهد التربية البدنية والرياضية.

30- محمد , م. ح. (2006). الصم و البكم التقسيم الطبي و قوانين الالعب (Vol. الالعب الرياضية للمعاقين). الاسكندرية , مصر : المكتبة المصرية للطباعة و النشر و التوزيع.

31- ياسين , ع. م. (1986). علم النفس الاكلينيكي. بيروت : دار العلم للملايين.

الملاحق

الملحق (1) : نتائج الاختبارات القبليّة و البعديّة للدراسة الاستطلاعية

اختبار الوثب و التوازن فوق العلامات		اختبار باس المعدل للتوازن		اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم		اختبار الوقوف على مشط القدم		التلاميذ
بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	
65	60	75	70	4	3	5	4	كريم محمد
55	50	60	60	4	4	4	3	عليم مصطفى
60	55	80	70	2	2	3	3	خوجة فؤاد
65	65	55	50	4	3	3	2	جودي أشرف
70	70	80	80	3	3	4	4	غانم زكريا

الملحق (2) : نتائج الاختبارات القبليّة و البعديّة للعينة التجريبية في الاختبارات الأربعة

اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات		اختبار باس المعدل		اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم		اختبار الوقوف على مشط القدم		اسم و لقب التلميذ
بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	
70	60	75	70	3	3	4	4	دوالي زكريا
60	50	70	70	4	3	4	3	كتاب العربي
50	40	60	50	3	2	3	2	صحراوي احمد
55	50	55	50	2	2	4	4	عامر أبوبكر الصديق
80	70	85	80	4	3	3	2	قندوز علاء
75	70	80	80	3	3	2	2	حاجي عبد الحق
65	50	70	60	3	2	3	2	براعة ريان
55	40	60	50	3	3	4	4	بوعناني صلاح الدين
70	60	60	60	4	4	4	4	نايل محمد عبيد
50	50	50	40	3	2	3	2	براني حسام
70	70	60	50	3	4	3	3	عون محمد
65	60	85	80	3	2	4	5	منفور عبد القادر
55	50	70	60	3	2	3	3	بلوز عبد الغاني
60	50	70	60	3	2	3	2	بوبكر محمد
60	40	65	60	2	2	4	4	رقراقي محمد

الملحق (3) : وحدات البرنامج المقترح

التوقيت: 50د		الحصة رقم : 01	
		هدف النشاط : 01 تعلم المشي في خط مستقيم.	
معايير النجاح	ظروف الإنجاز	مراحل التعلم	الأهداف الإجرائية
<p>10 د عمل .</p> <p>- الانضباط و</p> <p>الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>المسير</p> <p>والمشارك في التنظيم</p> <p>و</p> <p>الجدية في العمل.</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>إنجازه</p>	<p>مرحلة التحضير</p> <p>تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف</p> <p>حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>الأهداف الإجرائية</p> <p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية</p> <p>ورفع حالة التركيز.</p>
<p>30د عمل</p> <p>- اكمال المسافة</p> <p>المقدرة.</p> <p>-المشي بطريقة</p> <p>صحيحة مع تتبع</p> <p>التقنيات المشي.</p>	<p>-التركيز على عمليات</p> <p>المشي في خط مستقيم.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-التركيز على النظر إلى</p> <p>الأمام أثناء المشي .</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن</p> <p>نتيجة</p>	<p>مرحلة التعلم</p> <p>بمشي الطفل بمحاذاة الجبل على خط مستقيم.</p> <p>بمشي الطفل بين لوحين خشبيتين والنظر نحو الأمام.</p> <p>بمشي الطفل بمحاذاة خط الدائرة.</p>	<p>تعلم المشي والنظر إلى الأمام</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و</p> <p>ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف</p> <p>أغلبية التلاميذ</p>	<p>مرحلة التقييم</p> <p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>

التوقيت: 50د		الحصة رقم : 02		
هدف النشاط : 2		تعلم المشي في اتجاهات مختلفة وفي مسار منحني		
معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الإيقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>- احترام الزميل المسير</p> <p>المشارك في التنظيم و</p> <p>الجدية في العمل.</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الإيقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد انجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>المشي والتركيز مع الألوان.</p> <p>-المشي بطريقة صحيحة مع تتبع الاتجاه.</p>	<p>-التركيز على نوع الاتجاه.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن</p>	<p>-يمشي الطفل في اتجاهات مختلفة وفق الاشارة المرسومة وإتباع اللون، حيث أن اللون الأحمر يدل على اليمين والأزرق يدل على اليسار.</p> <p>أما اللون الأبيض فيدل على الأمام واللون الأسود يدل على الخلف.</p> <p>ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة</p> <p>- يمشي الطفل في مسار منحني للامام على الواح خشبية بارتفاع 5 سم مسافة 20متر</p>	<p>تعلم المشي وفق الاتجاهات الاربعه.</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و</p> <p>الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>انجازه</p> <p>الجدية في العمل.</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>انجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- الجري والتركيز إلى</p> <p>الأمام.</p> <p>-المهبط بالقدمين معا</p> <p>بطريقة صحيحة.</p>	<p>-التركيز على الجري في الرواق.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن.</p>	<p>_ يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية والوثب في نهاية المسار بخطوة واحدة وذلك باستعمال القدمين معا.</p> <p>ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة.</p>	<p>تعلم الوثب بالقدمين معا.</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الإيقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد إنجازه</p> <p>احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم و الجدية في العمل.</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الإيقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد إنجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- الجري والتركيز إلى الأمام.</p> <p>-الهبوط بالقدم اليمنى بطريقة صحيحة.</p>	<p>-التركيز على الجري في الرواق.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن</p>	<p>_ يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية والوثب في في نهاية المسار بخطوة واحدة و ذلك باستعمال القدم اليمنى فقط ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة.</p>	<p>- تعلم الوثب بالقدم اليمنى فقط</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و</p> <p>الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>- احترام الزميل</p> <p>المسير</p> <p>والمشارك في التنظيم</p> <p>و</p> <p>الجدية في العمل.</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>إنجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف</p> <p>حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية</p> <p>ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- الجري والتركيز</p> <p>إلى</p> <p>الأمام.</p> <p>-الحجل بالقدم</p> <p>اليسرى فقط بطريقة</p> <p>صحيحة.</p>	<p>-التركيز على الجري في</p> <p>الرواق.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن</p> <p>نتيجة دون فقدان التوازن</p>	<p>يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية والحجل داخل الرواق</p> <p>وذلك باستعمال القدم اليسرى فقط ثم القفز على لوحة</p> <p>الارتقاء في نهاية الرواق .</p> <p>ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة.</p>	<p>- تعلم الحجل بالقدم اليسرى</p> <p>فقط.</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و</p> <p>ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف</p> <p>أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد انجازه</p> <p>- احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم و الجدية في العمل.</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد انجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- الجري والتركيز على الدوائر.</p> <p>-الحجل بالقدم اليمنى ثم اليسرى بطريقة صحيحة.</p>	<p>-التركيز على وضع الرجلين داخل الدوائر.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن.</p>	<p>_ يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية والحجل داخل الرواق وذلك باستعمال القدم اليمنى ثم اليسرى داخل الدوائر البلاستيكية وذلك باستمرار والمحافظة على التوازن.</p> <p>ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة.</p>	<p>- تعلم الحجل بالقدم اليمنى ثم اليسرى باستمرار .</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

مراحل التعلم	الأهداف الإجرائية	وضعيات التعلم	ظروف الإنجاز	معايير النجاح
مرحلة التحضير	- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع حالة التركيز.	<p>__ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>__ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>__ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	*الانضباط و الالتزام داخل التشكيلة. * الحفاظ على الايقاع المناسب أثناء الجري . * التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد انجازه	- 15 د عمل . - الانضباط و الالتزام داخل التشكيلة. - احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم و الجدية في العمل. - احترام الأدوار
مرحلة التعلم	- تعلم الحجل بالقدم اليمنى اولا. - تعلم الحجل بالقدم اليسرى.	<p>__ يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية والحجل داخل الرواق وذلك باستعمال القدم اليمنى مرتين فقط داخل الدوائر البلاستيكية.</p> <p>__ يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية والحجل داخل الرواق وذلك باستعمال القدم اليسرى مرتين فقط داخل الدوائر البلاستيكية.</p> <p>- ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة.</p>	-التركيز على الحجل بالرجل اليمنى واليسرى داخل الدوائر. -الجدية في العمل . -الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن	30د عمل - الجري والتركيز على الدوائر. -الحجل بالقدم اليمنى ثم اليسرى بطريقة صحيحة.
مرحلة التقييم	. - العودة الى حالة الهدوء	- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية. - الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد	مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ	10د إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ

معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الإيقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد إنجازه</p> <p>الجدية في العمل.</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الإيقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد إنجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- تنسيق اليدين والرجلين بطريقة صحيحة.</p>	<p>-التركيز على التنسيق بين الأطراف العلوية والسفلية لليد والرجلين.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن.</p>	<p>_ يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية داخل الرواق مع التنسيق بين أطراف اليدين والرجلين معا. " اليد اليمنى تتناسق مع الرجل اليسرى والعكس"</p> <p>ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة.</p>	<p>- التنسيق بين أطراف اليد والرجلين أثناء عملية الجري</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد انجازه</p> <p>الجدية في العمل.</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد انجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- الجري والتركيز على القفز داخل الدوائر وعلى الحواجز</p>	<p>-التركيز على القفز للأعلى داخل الدوائر.</p> <p>_ القفز على الحواجز.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن</p>	<p>_ أن يقوم الطفل بالقفز للأعلى والهبوط بالقدمين معا على الارض مع تكرار المحاولة.</p> <p>_ أن يقوم الطفل بالقفز على الدوائر المرسومة على الارض إلى الأمام ثم الخلف ثم الجانب .</p> <p>_ أن يقوم الطفل بالقفز على الحواجز إلى الأمام مباشرة والهبوط بالقدمين معا أثناء الجري ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة.</p>	<p>- تعلم القفز من وضعيات مختلفة</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد انجازه</p> <p>الجدية في العمل.</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>* الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد انجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- التركيز على العمل والعمل بطريقة صحيحة</p>	<p>-التركيز الجيد والانتباه لاوامر المرئي.</p> <p>_ احترام الزميل .</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن</p>	<p>_ الجلوس في وضعية البطة والبقاء فيها 15 ثانية.</p> <p>_ تكرار العملية ثلاث مرات وزمن الراحة بين العمليات هو 2 دقيقة</p> <p>_ أن يقوم الطفل بالقفز على الحواجز إلى الأمام مباشرة والهبوط بالقدمين معا أثناء الجري.</p> <p>_ الوقوف على رجل واحدة والبقاء 20 ثانية .</p> <p>_ رفع الرجل للخلف والبقاء 20 ثانية والعمل على التناوب.</p>	<p>- تقوية عضلات الاطراف السفلية</p> <p>عن طريق التنبيه المستمر للعضلة</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

الملحق (3) : استمارة تحكيم الاختبارات

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية

استمارة تحكيم

الى السادة الأستاذ:

تحية طيبة وبعد:

في إطار تحضير مذكرة الماستر بعنوان " اقتراح برنامج تدريبي مكيف من أجل تحسين التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي ". قمنا ببرمجة برنامج تدريبي مكيف على تنمية التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي . وبصفتكم من الخبراء الباحثون في مجال البحث العلمي , فإننا نرجو من سيادتكم السامية التكرم علينا بإبداء رأيكم و تحكيم البرنامج و الاختبارات المدرجة في هذه الاستمارة ومدى مناسبتها للموضوع قيد الدراسة . و في الأخير تقبلوا منا أسمى معاني التقدير والاحترام

من اعداد الطالب:

- تبينة عبد القادر

- عزالدين عثمان

تحت إشراف الدكتور:

- هشام بيطار

مشكلة

إن تطور مستوى الأداء المهاري للبرامج التدريبية عامة و المكيفة خاصة لم يكن وليد الصدفة وإنما بالعمل على إعداد برامج مقننة حسب كل فئة وما تتطلبه من معايير لتنمية الصفات البدنية وكما هو معلوم "فإن أطفال الزرع القوقعي لديهم توازن ضعيف وكثيرا ما يصابون بالدوار ويمكن تدريبهم بشكل فعال نحو حفظ توازنهم عن طريق استخدام تمرينات التوازن التي تهدف إلى رفع التوافق العضلي العصبي وتدريب الأجهزة الخاصة بحفظ التوازن في القنوات الهلالية بالأذن الداخلية وهذا ما يعاني منه أطفال الزرع القوقعي.

كما أن قدرات واستعدادات طفل الزرع القوقعي البدنية لأداء الحركات و المهارات بشكل مثالي مرهونة بقدرته على التوازن فقد أكدت العديد من الدراسات على أن هذا الأخير يعمل على استرجاع العضلات التي تعتبر تقريبا ضامرة وبالتالي تجعله يشعر بتلك القدرات التي يتمتع بها بالإضافة إلى إتاحة الفرصة لإشباع هواياتهم و ممارستها بشكل بناء و مناسب .

يعتبر النشاط البدني الرياضي المكيف أحد الوسائل الحديثة والأساسية في تنمية الفرد المعوق الممارس له وتأثير هذا النشاط يكون في مختلف الجوانب و المستويات من حيث قدرات و استعدادات الفرد البدنية. (عمار، 2006-2007، صفحة 2)

و بما أن صفة التوازن يمكن تدريبها من خلال برامج تدريبية مكيفة و هذه الفئة تحتاج إلى عناية و اهتمام كبير خصوصا من ناحية هذه الصفة و هذا ما جعلنا نطرح

السؤال التالي

تساؤل الدراسة :

-هل هناك فروق دالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة و البعدية في صفة التوازن للعينة التجريبية ؟

هدف الدراسة :

- معرفة إن كان البرنامج التدريبي المكيف و عملية زرع جهاز القوقعة له دور في تحسين صفة التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي.

-الكشف على طبيعة الفروق الإحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية و البعدية للعينه التجريبية في صفة التوازن.

فرض الدراسة:

-هناك فروق دالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية و البعدية في صفة التوازن لصالح الاختبار البعدي للعينه التجريبية

تحكيم محتوى البرنامج:

التعديل	لا يقبل	يقبل		
			تنمية التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي	الهدف من البرنامج
			صفة التوازن الوثب، السرعة، المرونة، الرشاقة	الجوانب البدنية
			السعادة، الفخر لإنجاز عمل ما ، الرضا النفسي ، التغلب على الخوف	الجوانب الترويحية
			10	عدد الوحدات
			50 دقيقة للوحدة	الحجم الساعي

اقتراحات:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

تحكيم الاختبارات:

الاختبار	الهدف من الاختبار	يوافق	يرفض
اختبار الوقوف على مشط القدم	القدرة على الوقوف والتوازن		
اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم	القدرة على الوقوف والتوازن على علامة		
اختبار باس المعدل	القدرة على الوثب والتوازن		
اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات	القدرة على الوثب والتوازن أثناء الحركة		

اقتراحات أخرى:

.....

الاختبارات المطبقة :

اختبار التوازن الثابت :

اختبار الوقوف على مشط القدم :

الغرض من الاختبار: قياس التوازن الثابت عندما يقوم المختبر بالوقوف على الأرض على مشط القدم.

أدواته اللازمة : ساعة إيقاف.

مواصفات أدائه : يتخذ المختبر وضع الوقوف على إحدى القدمين ، ويفضل أن تكون قدم رجل الارتفاع ، ثم يقوم بوضع قدم الرجل الأخرى (الحرّة) على الجانب الداخلي لركبة الرجل

التي يقف عليها ، ويقوم أيضا بوضع اليدين في الوسط. و عند إعطاء الإشارة يقوم المختبر برفع عقبه عن الأرض ويحتفظ بتوازنه لأكبر وقت ممكن دون أن يحرك أطراف قدمه عن موضعها أو يلمس عقبه الأرض.

تعليمات الاختبار:



يجب الاحتفاظ بثبات وضع اليدين في الوسط.

تنتهي فترة الاختبار عند تحريك أطراف القدم عن موضعها او عند لمس الارض بكعب القدم

حساب الدرجات:

يحتسب أفضل زمن لثلاثة محاولات وهو الزمن الذي يبدأ من لحظة رفع العقب عن الأرض حتى ارتكاب بعض الاخطاء ويفقد التوازن .

اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم :

الغرض من الاختبار:

قياس التوازن الثابت أثناء الارتكاز بمشط القدم بطريقة متعامدة على سطح ضيق .

أدواته اللازمة:

عدة عصي طول كل منها 30سم وعرضها 2.5سم وارتفاعها 2.5سم ، ساعة إيقاف ، شريط لاصق لتثبيت العصا على الأرض.

مواصفات الأداء:

يقوم المختبر بوضع مشط قدمه على العصا بصورة متعامدة وعند الإشارة يقوم برفع القدم الأخرى عن الأرض محاولا الاحتفاظ بتوازنه على مشط القدم على العصا لأطول فترة ممكنة ، يقوم كل مختبر بتكرار الاختبار 3 مرات .



تعليمات الاختبار:

- تكون العصا ثابتة على الأرض .
- إذا لمس كعب أو مشط القدم الأرض تنتهي المحاولة .
- يمكن الأداء بالحذاء أو بدونه المهم أن يكون الأداء موحد .

اختبار التوازن المتحرك:

اختبار باس المعدل للتوازن المتحرك:

الغرض من الاختبار:

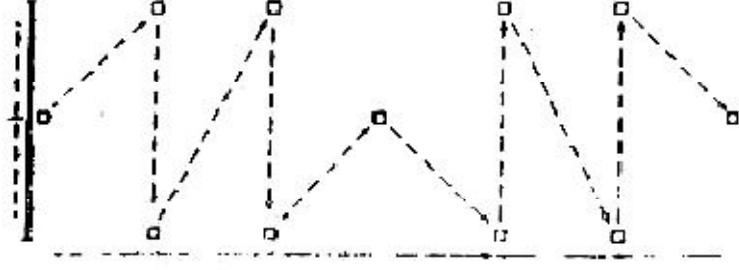
قياس القدرة على الوثب والاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة وبعدها.

أدواته اللازمة:

ساعة إيقاف ، شريط لاصق ، علامة مقاسها 2.5سم على 1.9سم مع تثبيتهم على الأرض

مواصفات أدائه:

يقف المختبر على قدمه اليمنى على نقطة البداية ثم يبدأ في الوثب على العلامة الاولى بقدمه اليسرى محاولا الثبات في وضعه على مشط قدمه اليسرى لأكبر فترة ممكنة بعد أقصى 5 ثواني بعد ذلك يثب إلى العلامة الثانية بقدمه اليمنى وهكذا يقوم بتغيير قدم الهبوط من علامة إلى أخرى والارتكاز على مشط القدم في كل مرة ، مع ملاحظة أن تكون قدمه فوق العلامة بحيث لا يظهر منها اي جزء.



حساب الدرجات:

يمنح المختبر 5 نقاط لكل علامة في حالة الهبوط الصحيح.
يمنح المختبر نقطة واحدة لكل ثانية يحتفظ فيها بتوازنه فوق العلامة بعد أقصى 5 ثواني
وبذلك تصبح الدرجة القصوى 100 درجة.

لا يمنح المختبر 5 نقاط الخاصة بالهبوط الصحيح للعلامة الواحدة في حالة فشله في التوقف أثناء الهبوط بعد الوثب على العلامة أو إذا لمس كعبه أو أي جزء آخر من جسمه سطح الأرض فيما عدا مشط القدم التي عليها الدور أو فشله في تغطية العلامة لمشط القدم في حالة حدوث أي خطأ من أخطاء الهبوط السابقة يسمح للمختبر بإعادة اتخاذ وضع التوازن على مشط القدم التي عليها الدور فوق العلامة ومحاولة الاحتفاظ بتوازنه لحد أقصى 5 ثواني

إذا ارتكب المختبر أي خطأ من أخطاء التوازن التالية قبل انتهاء فترة 5 ثواني فإنه يفقد نقطة لكل ثانية :

- أ- إذا لامس الأرض أي جزء من جسمه غير مشط القدم.
- ب- تحريك القدم أثناء وضع التوازن.
- ج- عندما يفقد المختبر توازنه فيجب عليه العودة للعلامة التي عليها الدور ثم يقوم بمحاولة القفز على العلامة الأخرى بالقدم التي عليها الدور.

اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات (الرجل اليمنى ثم اليسرى) :

الغرض من الاختبار:

قياس القدرة على الوثب والاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة و بعدها.

أدواته اللازمة:

ساعة إيقاف ، شريط لاصق ، علامة مقاسها 2.5سم 1.9سم مع تثبيتها على الارض.

مواصفات أدائه:

يبدأ المختبر بالوقوف على قدم واحدة ثم يقوم بالوثب بهذه القدم على العلامة 1 مع الهبوط على نفس القدم و يحاول التوازن في هذا الوضع لمدة اقصاها 5 ثواني ثم يقوم بالوثب بنفس القدم إلى العلامة 2 والهبوط بنفس القدم ثم التوازن لمدة أقصاها 5 ثواني ثم يكرر هذا الأداء 4 مرات أي 2 لكل جانب.

حساب الدرجات:

يستطيع المختبر الحصول على 80 درجة كحد أقصى 5 نقاط للهبوط على العلامة 1 و 5 نقاط للتوازن الصحيح على نفس العلامة و 5 نقاط للهبوط الصحيح على العلامة 2 و 5 نقاط للتوازن الصحيح على نفس العلامة ثم التكرار للعلامتين 1 و 2.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية

استمارة تحكيم

الى السادة الأستاذ:

تحية طيبة وبعد:

في إطار تحضير مذكرة الماستر بعنوان " اقتراح أنشطة تدريبية مكيفة من أجل تحسين التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي ". قمنا ببرمجة برنامج تدريبي مكيف مقترح لمعرفة أثره على تنمية التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي . وبصفتكم من الخبراء الباحثون في مجال البحث العلمي , فإننا نرجو من سيادتكم السامية التكرم علينا بإبداء رأيكم و تحكيم البرنامج و الاختبارات المدرجة في هذه الاستمارة ومدى مناسبتها للموضوع قيد الدراسة .
و في الأخير تقبلوا منا أسى معاني التقدير والاحترام

من اعداد الطالب:

- تبينة عبد القادر

- عزالدين عثمان

تحت إشراف الدكتور:

- هشام بيطار

الإشكالية:

إن تطور مستوى الأداء المهاري للبرامج التدريبية عامة و المكيفة خاصة لم يكن وليد الصدفة وإنما بالعمل على إعداد برامج مقننة حسب كل فئة وما تتطلبه من معايير لتنمية الصفات البدنية وكما هو معلوم "فإن أطفال الزرع القوقعي لديهم توازن ضعيف وكثيرا ما يصابون بالدوار ويمكن تدريبهم بشكل فعال نحو حفظ توازنهم عن طريق استخدام تمرينات التوازن التي تهدف إلى رفع التوافق العضلي العصبي وتدريب الأجهزة الخاصة بحفظ التوازن في القنوات الهلالية بالأذن الداخلية وهذا ما يعاني منه أطفال الزرع القوقعي.

كما أن قدرات واستعدادات طفل الزرع القوقعي البدنية لأداء الحركات و المهارات بشكل مثالي مرهونة بقدرته على التوازن فقد أكدت العديد من الدراسات على أن هذا الأخير يعمل على استرجاع العضلات التي تعتبر تقريبا ضامرة وبالتالي تجعله يشعر بتلك القدرات التي يتمتع بها بالإضافة إلى إتاحة الفرصة لإشباع هواياتهم و ممارستها بشكل بناء و مناسب .

يعتبر النشاط البدني الرياضي المكيف أحد الوسائل الحديثة والأساسية في تنمية الفرد المعوق الممارس له وتأثير هذا النشاط يكون في مختلف الجوانب و المستويات من حيث قدرات و استعدادات الفرد البدنية. (عمار، 2006-2007، صفحة 2)

و بما أن صفة التوازن يمكن تدريبها من خلال برامج تدريبية مكيفة و هذه الفئة تحتاج إلى عناية و اهتمام كبير خصوصا من ناحية هذه الصفة و هذا ما جعلنا نطرح السؤال التالي:

هل هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في صفة التوازن لصالح العينة التجريبية.

الفرضية:

تحكيم الاختبارات:

يرفض	يوافق	الهدف من الاختبار	الاختبار
		القدرة على الوقوف والتوازن	اختبار الوقوف على مشط القدم
		القدرة على الوقوف والتوازن على علامة	اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم
		القدرة على الوثب والوثب والتوازن	اختبار باس المعدل
		القدرة على الوثب والوثب والتوازن أثناء الحركة	اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات

اقتراحات

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

التوقيت: 50د		الحصة رقم : 01		
		هدف النشاط : 01 تعلم المشي في خط مستقيم.		
معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 10 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>انجازه</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>انجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية</p> <p>ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- اكمال المسافة المقدره.</p> <p>-المشي بطريقة صحيحة مع تتبع التقنيات المشي.</p>	<p>-التركيز على عمليات المشي في خط مستقيم.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-التركيز على النظر إلى الأمام أثناء المشي.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة</p>	<p>_ يمشي الطفل بمحاذاة الجبل على خط مستقيم.</p> <p>_ يمشي الطفل بين لوحتين خشبيتين والنظر نحو الأمام.</p> <p>_ يمشي الطفل بمحاذاة خط الدائرة.</p>	<p>تعلم المشي والنظر إلى الأمام</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

التوقيت: 50د		الحصة رقم : 02		
		هدف النشاط : 2		
		تعلم المشي في اتجاهات مختلفة وفي مسار منحني		
معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>انجازه</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>انجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية</p> <p>ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>المشي والتركيز مع الألوان.</p> <p>-المشي بطريقة صحيحة مع تتبع الاتجاه.</p>	<p>-التركيز على نوع الاتجاه.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن</p>	<p>-يمشي الطفل في اتجاهات مختلفة وفق الاشارة المرسومة وإتباع اللون، حيث أن اللون الأحمر يدل على اليمين والأزرق يدل على اليسار.</p> <p>أما اللون الأبيض فيدل على الأمام واللون الأسود يدل على الخلف.</p> <p>ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة</p> <p>- يمشي الطفل في مسار منحني للامام على الواح خشبية بارتفاع 5 سم مسافة 20متر</p>	<p>تعلم المشي وفق الاتجاهات الاربعة.</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

التوقيت: 50د		الحصة رقم : 03		
		هدف النشاط : 3		
		تعلم الوثب بالرجلين معا أثناء الجري		
معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<ul style="list-style-type: none"> - 15 د عمل . - الانضباط و الالتزام - الاحتزام - احترام الزميل - المسير - والمشارك في التنظيم و - الجدية في العمل. - احترام الأدوار 	<ul style="list-style-type: none"> *الانضباط و الالتزام داخل التشكيلة. * الحفاظ على الايقاع المناسب أثناء الجري . * التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد انجازه 	<ul style="list-style-type: none"> _ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي. _ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق . _ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية. 	<ul style="list-style-type: none"> - تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع حالة التركيز. 	مرحلة التحضير
<ul style="list-style-type: none"> 30د عمل - الجري والتركيز إلى الأمام. -المهبوط بالقدمين معا بطريقة صحيحة. 	<ul style="list-style-type: none"> -التركيز على الجري في الرواق. -الجدية في العمل . -الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن. 	<ul style="list-style-type: none"> _ يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية والوثب في نهاية المسار بخطوة واحدة وذلك باستعمال القدمين معا. ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة. 	<ul style="list-style-type: none"> تعلم الوثب بالقدمين معا. 	مرحلة التعلم
<ul style="list-style-type: none"> 10د إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ 	<ul style="list-style-type: none"> مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ 	<ul style="list-style-type: none"> - جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية. - الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد 	<ul style="list-style-type: none"> . - العودة الى حالة الهدوء 	مرحلة التقييم

التوقيت: 50د		الحصة رقم : 04		
		هدف النشاط : 4		
معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>انجازه</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>انجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية</p> <p>ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- الجري والتركيز</p> <p>إلى الأمام.</p> <p>-المهبط بالقدم</p> <p>اليمنى</p> <p>بطريقة صحيحة.</p>	<p>-التركيز على الجري في</p> <p>الرواق.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن</p> <p>نتيجة دون فقدان التوازن</p>	<p>_ يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية والوثب في في نهاية</p> <p>المسار بخطوة واحدة و ذلك باستعمال القدم اليمنى فقط</p> <p>ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة.</p>	<p>- تعلم الوثب بالقدم اليمنى فقط</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف</p> <p>أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

التوقيت: 50د		الحصة رقم : 05		
		هدف النشاط : 5		
معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على الإيقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد إنجازه</p> <p>- احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم و الجدية في العمل .</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على الإيقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد إنجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- الجري والتركيز إلى الأمام.</p> <p>-الحجل بالقدم اليسرى فقط بطريقة صحيحة.</p>	<p>-التركيز على الجري في الرواق.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن</p>	<p>يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية والحجل داخل الرواق وذلك باستعمال القدم اليسرى فقط ثم القفز على لوحة الارتقاء في نهاية الرواق.</p> <p>ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة.</p>	<p>- تعلم الحجل بالقدم اليسرى فقط.</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

التوقيت: 50د		الحصة رقم : 06		
هدف النشاط : 6		تعلم الحجل في المكان بالقدم اليمنى ثم اليسرى		
معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على الإيقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد إنجازه</p> <p>- احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم و الجدية في العمل .</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على الإيقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد إنجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- الجري والتركيز على الدوائر.</p> <p>-الحجل بالقدم اليمنى ثم اليسرى بطريقة صحيحة.</p>	<p>-التركيز على وضع الرجلين داخل الدوائر.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن.</p>	<p>_ يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية والحجل داخل الرواق وذلك باستعمال القدم اليمنى ثم اليسرى داخل الدوائر البلاستيكية وذلك باستمرار والحفاظة على التوازن.</p> <p>ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة.</p>	<p>- تعلم الحجل بالقدم اليمنى ثم اليسرى باستمرار .</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

التوقيت: 50د		الحصة رقم : 07		
		هدف النشاط : 7 تعلم الحجل في المكان مرتين بالقدم اليمنى ثم مرتين باليسرى على التتابع.		
معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الإيقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد إنجازه</p> <p>- احترام الزميل المسير والمشارك في التنظيم و الجدية في العمل.</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الإيقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء الخاصة بالنشاط المراد إنجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- الجري والتركيز على الدوائر.</p> <p>-الحجل بالقدم اليمنى ثم اليسرى بطريقة صحيحة.</p>	<p>-التركيز على الحجل بالرجل اليمنى واليسرى داخل الدوائر.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن</p>	<p>_ يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية والحجل داخل الرواق وذلك باستعمال القدم اليمنى مرتين فقط داخل الدوائر البلاستيكية.</p> <p>_ يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية والحجل داخل الرواق وذلك باستعمال القدم اليسرى مرتين فقط داخل الدوائر البلاستيكية.</p> <p>-ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة.</p>	<p>- تعلم الحجل بالقدم اليمنى اولاً.</p> <p>- تعلم الحجل بالقدم اليسرى.</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

التوقيت: 50د		الخصبة رقم : 08		
		هدف النشاط : 8		
معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>انجازه</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>انجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية</p> <p>ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- تنسيق اليدين</p> <p>والرجلين بطريقة</p> <p>صحيحة.</p>	<p>-التركيز على التنسيق بين</p> <p>الأطراف العلوية والسفلية</p> <p>لليد والرجلين.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن</p> <p>نتيجة دون فقدان التوازن.</p>	<p>_ يجري الطفل في اتجاه الامام بسرعة عادية داخل الرواق مع</p> <p>التنسيق بين أطراف اليدين</p> <p>والرجلين معا. " اليد اليمنى تتناسق مع الرجل اليسرى</p> <p>والعكس"</p> <p>ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة.</p>	<p>- التنسيق بين أطراف اليد</p> <p>والرجلين أثناء عملية الجري</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و</p> <p>ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف</p> <p>أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

التوقيت: 50د		الحصّة رقم : 09		
		التوافق بين مهارات القفز		
		هدف النشاط : 9		
معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيّات التعلّم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلّم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>انجازه</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة .</p> <p>* الحفاظ على</p> <p>الايقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على</p> <p>الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>انجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية</p> <p>ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- الجري والتركيز</p> <p>على</p> <p>القفز داخل الدوائر</p> <p>وعلى الحواجز</p>	<p>-التركيز على القفز</p> <p>للأعلى داخل الدوائر.</p> <p>_ القفز على الحواجز.</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن</p> <p>نتيجة دون فقدان التوازن</p>	<p>_ أن يقوم الطفل بالقفز للأعلى والهبوط بالقدمين معا على الارض مع تكرار المحاولة.</p> <p>_ أن يقوم الطفل بالقفز على الدوائر المرسومة على الارض إلى الأمام ثم الخلف ثم الجانب .</p> <p>_ أن يقوم الطفل بالقفز على الحواجز إلى الأمام مباشرة والهبوط بالقدمين معا أثناء الجري ويتم تكرار النشاط حتى نهاية المدة.</p>	<p>- تعلم القفز من وضعيات مختلفة</p>	<p>مرحلة التعلّم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف</p> <p>أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

التوقيت: 50د		الحصة رقم : 10		
		هدف النشاط : 10 تقوية الاطراف السفلية.		
معايير النجاح	ظروف الإنجاز	وضعيات التعلم	الأهداف الإجرائية	مراحل التعلم
<p>- 15 د عمل .</p> <p>- الانضباط و الالتزام</p> <p>الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>- احترام الزميل المسير</p> <p>والمشارك في التنظيم</p> <p>و</p> <p>الجدية في العمل.</p> <p>- احترام الأدوار</p>	<p>*الانضباط و الالتزام</p> <p>داخل التشكيلة.</p> <p>* الحفاظ على الإيقاع</p> <p>المناسب أثناء الجري .</p> <p>* التركيز على الاعضاء</p> <p>الخاصة بالنشاط المراد</p> <p>إنجازه</p>	<p>_ تجميع الأطفال و الاصطفاف ومراقبة اللباس الرياضي.</p> <p>_ تقسيم الاطفال الى فوجين و القيام بالجري الخفيف حول الملعب لمدة 5 دقائق .</p> <p>_ القيام ببعض الألعاب الشبه الرياضية.</p>	<p>- تنشيط أجهزة الجسم الحيوية ورفع حالة التركيز.</p>	<p>مرحلة التحضير</p>
<p>30د عمل</p> <p>- التركيز على العمل والعمل بطريقة صحيحة</p>	<p>-التركيز الجيد والانتباه لاوامر المربي.</p> <p>_ احترام الزميل .</p> <p>-الجدية في العمل .</p> <p>-الرغبة في تحقيق أحسن نتيجة دون فقدان التوازن</p>	<p>_ الجلوس في وضعية البطة والبقاء فيها 15 ثانية.</p> <p>_ تكرار العملية ثلاث مرات وزمن الراحة بين العمليات هو 2 دقيقة</p> <p>_ أن يقوم الطفل بالقفز على الحواجز إلى الأمام مباشرة والهبوط بالقدمين معا أثناء الجري.</p> <p>_ الوقوف على رجل واحدة والبقاء 20 ثانية .</p> <p>_ رفع الرجل للخلف والبقاء 20 ثانية والعمل على التناوب.</p>	<p>- تقوية عضلات الاطراف السفلية</p> <p>عن طريق التنبيه المستمر للعضلة</p>	<p>مرحلة التعلم</p>
<p>10د</p> <p>إعطاء النتائج و ترتيب التلاميذ</p>	<p>مشاركة تلقائية من طرف أغلبية التلاميذ</p>	<p>- جري خفيف داخل القاعة والرجوع إلى الحالة الطبيعية.</p> <p>- الاستلقاء على الظهر من أجل الراحة والتنفس الجيد</p>	<p>. - العودة الى حالة الهدوء</p>	<p>مرحلة التقييم</p>

ملخص البحث:

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر البرنامج البدني الترويحي على تنمية التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي ومن خلال هذا طرح الإشكال: هل للبرنامج البدني الترويحي أثر في تنمية التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي؟ وقد افترضنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي ، وقد أجريت الدراسة على 15 تلميذ من المتمدرسين بمؤسسة الأطفال الصم البكم بلعابد فتح الله وتم اختيار هذه العينة بطريقة عشوائية بنسبة تقدر ب 30 بالمائة وقد استخدمت الوسائل التالية المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، التباين ، التجانس ، معامل الارتباط بيرسون ، معامل الالتواء ، اختبارات ستيودنت و بعد إجراء الاختبارات القبلية والبعديّة وجمع النتائج معالجتها توصلنا إلى أن للبرنامج البدني الترويحي أثر إيجابي في تنمية التوازن لدى أطفال الزرع القوقعي وتم اقتراح الحث على استخدام الاختبارات و تطبيقها على تلك العينة ومنها اختبار باس المعدل للتوازن المتحرك واختبار الوثب والتوازن فوق العلامات .

الكلمات المفتاحية: برنامج بدني ترويحي ، التوازن ، أطفال الزرع القوقعي.

Résumé :

L'objectif de l'étude était de déterminer l'effet du programme physique de loisir sur le développement de l'équilibre chez les enfants implantés cochléaires, ce qui soulève la question suivante: le programme physique de loisir a-t-il un effet sur le développement de l'équilibre chez les enfants implantés cochléaires? Nous avons estimé qu'il existait des différences statistiquement significatives entre le test préliminaire et le test ultérieur pour l'échantillon expérimental en faveur du test ultérieur. L'étude a été menée sur 15 étudiants de l'établissement pour enfants sourds et sourds d'Al-Abbad Fathallah. Cet échantillon a été sélectionné au hasard par 30% , Écart type, variance, homogénéité, coefficient de corrélation de Pearson, facteur de torsion, test de tuité. Après des tests tribaux et à distance et la collecte des résultats, nous avons conclu que le programme physique de loisir avait un effet positif sur le développement de l'équilibre chez les enfants transplantés. Cochlear a été suggéré pour stimuler l'utilisation des tests et appliqué à l'échantillon, y compris la passe de test ajustée pour la balance mobile et le saut et la balance de test au-dessus des marques.

Mots-clés: programme de conditionnement physique, équilibre, enfants de l'implantation cochléaire.