

## The effect of the physical education program in improving motor coordination and adaptive behavior for students with mild mental disabilities

Dr. Abeer Muhammad Nouri Ali<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup> Babylon education, specialist supervision, Iraq

\* Corresponding author, Email: [abeer.mohammed2404@bab.epedu.gov.iq](mailto:abeer.mohammed2404@bab.epedu.gov.iq)

Received: 09/05/2024

Accepted: 12/07/2024

### Abstract

Mental disability has become viewed as a natural human phenomenon that requires dealing with it in a very positive manner. The mentally disabled have also become viewed as human individuals who deserve more care and attention in their upbringing and education so that they have the ability to adapt to the demands of life and make their way to life. The limits permitted by their abilities and energies. Hence the importance of research into developing the motor compatibility of the disabled child in order to develop adaptive behavior for them. Physical education programs at an early stage for the mentally disabled are of particular importance because the child begins to search for himself and the world around him through motor wandering and motor experiences, so what he has learned becomes a basis. Knowledge is based on and built upon. The research was conducted on a sample of students from the Raja Institute for Mental Disability in the city of Hilla. They are students with mild mental disabilities who are capable of learning for the academic year 2023-2024. The number of students was (20) students who were divided into two equal groups.

An experimental design with two groups (experimental and control) was used to achieve the research objectives. The researcher used motor compatibility tests represented by the test (running, digital circles, crawling), and the adaptive behavior scale prepared by the American Association for Mental Disability and which was developed in Jordan by Al-Kilani. And Al-Batsh (2000). The researcher concluded the following:

1-The proposed physical education program has a positive effect in developing motor coordination and adaptive behavior in children with mild mental disabilities (who are capable of learning)

**Keywords:** Physical education program, motor coordination, adaptive behavior, mental disability.

## تأثير برنامج التربية الرياضية في تطوير التوافق الحركي و السلوك التكيفي للتلاميذ ذوي الإعاقة العقلية البسيطة

د.عبير محمد نوري علي

<sup>1</sup> تربيته بابل، الاشراف الاختصاصي، العراق

\*البريد الالكتروني للمؤلف المراسل: [abeer.mohammed2404@bab.epedu.gov.iq](mailto:abeer.mohammed2404@bab.epedu.gov.iq)

### الخلاصة

لقد اصبحت النظرة الى الاعاقة العقلية على انها ظاهرة انسانية طبيعية تتطلب التعامل معها بايجابية كبيرة كما اصبح ينظر الى المعاقين عقليا على انهم افراد انسانيون يستحقون بذل المزيد من العناية والاهتمام في تربيتهم وتعليمهم حتى يتسنى لهم امتلاك القدرة على التكيف مع مطالب الحياة ، وشق طريقهم فيها الى الحدود التي تسمح بها قدراتهم وطاقاتهم . ومن هنا تجلت اهمية البحث في تنمية التوافق الحركي للطفل المعاق من اجل تطوير السلوك التكيفي لهم ، وتعد برامج التربية الرياضية في مرحلة مبكرة للمعاقين عقليا ذات اهمية خاصة لان الطفل يبدأ في البحث عن نفسه وعن العالم حوله من خلال التجوال الحركي والتجارب الحركية ، فيصبح ما تعلمه أساساً يرتكز ويبني عليه المعرفة . اجري البحث على عينة من تلاميذ معهد الرجاء للإعاقة العقلية في مدينة الحلة وهم تلاميذ ذوو الإعاقة العقلية البسيطة القابلون للتعلم وللعام الدراسي 2023-2024 وكان عدد التلاميذ (20) تلميذا تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين

تم استخدام التصميم التجريبي ذا المجموعتين (التجريبية والضابطة) لتحقيق اهداف البحث ، وقد قامت الباحثة باستخدام اختبارات التوافق الحركي المتمثلة في اختبار (الجري ، الدوائر الرقمية ، الحبو) ، ومقياس السلوك التكيفي المعد من قبل الجمعية الامريكية للإعاقة العقلية والذي طُوّر في الاردن من قبل الكيلاني والبطش (2000) . واستنتجت الباحثة ما يلي:-

1- برنامج التربية الرياضية المقترح له تأثير ايجابي في تنمية التوافق الحركي السلوك التكيفي وابعاده لدى الاطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة (القابلين للتعلم)

وتوصي الباحثة بضرورة:

1- تطبيق البرنامج المقترح على المعاقين عقليا بجانب اعداد برامج خاصة لهذه الفئة لما لها من أثر فعال على تنمية كل من القدرات الحركية والعقلية .

**الكلمات المفتاحية:** برنامج للتربية الرياضية ، التوافق الحركي ، السلوك التكيفي ، الاعاقة العقلية.

**1- المقدمة وأهمية البحث :**

ان التربية في عصرنا الحاضر لم تعد مقتصرة على العاديين من بني البشر ، ولم يعد التعليم موجها لذوي القدرات العقلية المتوسطة والعالية منهم كما كان الحال في الماضي . وانما اصبحت الجهود التربوية والتعليمية تستهدف الجميع بغض النظر عن مستوياتهم العقلية وقدراتهم الاستيعابية ، وذلك انطلاقاً من الايمان بجملة من المبادئ الانسانية السامية التي أقرتها مواثيق حقوق الانسان (كالمساواة وتكافؤ الفرص) وحق كل انسان ان ينال نصيبه من التربية والتعليم في الحدود التي تسمح بها قدراته وطاقاته

فلسفة التربية الرياضية ورسالتها السامية تعمل على الاعتناء بالفرد وإذكاء العقل والجسم كوحدة متكاملة وكما تساعد على تنمية الميول النفسية والقدرات العقلية والجسمانية للانسان ومن هنا كان اهتمام الدول المتقدمة بالرياضة بشكل عام وبرياضة المعوقين بشكل خاص والقائمة على تنمية القدرات الحركية والروحية ، وفي هذا السياق يتحدث الدكتور لودفيج جوتمان مؤسس الألعاب الرياضية للمعوقين معتبراً التربية الرياضية مسؤولة عن أي نقص او شعور نفسي سلبي او انشطار في حياة المعوق داخل المجتمع.

(الزيود،11،1995).

ان ممارسة الرياضة تعد بالنسبة لهذه الفئة من أهم الوسائل التأهيلية والعلاجية والترويحوية فضلاً عن تزويدهم بروح التحدي من خلال المشاركة الرياضية والتي تخفف من الاثار النفسية للاعاقة مما يساعدهم على التكيف الشخصي والاجتماعي مع بيئتهم .

ويؤكد كفارت Kephart (1960) ان النمو العقلي يتأثر بشكل كبير بالانشطة الرياضية، لان الانشطة الذهنية والبدنية ترتبطان ارتباطاً كبيراً في سن الطفولة ، كما يرى كراتي Cratty (1967) ان المعاقين عقلياً يستجيبون للبرامج التي تركز كثيراً على الانشطة الرياضية لانها تمكنهم من التعبير عن انفسهم بطريقة غير منطوقة ، كما ترمز للنجاح والثقة وتهدف إلى التكيف الافضل فينعكس هذا بالتالي على شخصية الطفل .

ويرى Pearson & Lachar (1994) ان اعداد الشخص المعاق عقلياً للحياة والاندماج في المجتمع معتمداً على ذاته وما لديه من قدرات محددة يتطلب تدريباً جيداً من خلال البرامج الارشادية والتنموية التي تساعده على اكتساب العديد من المهارات الشخصية والاجتماعية من خلال استخدام مجموعة من التدريبات والألعاب الجماعية والأنشطة المختلفة والتي تساعده في الانخراط في المجتمع، وان نجاح مثل هذه البرامج يعتمد إلى حد كبير على طرائق واساليب واستراتيجيات التعلم . ( Pearson & Lachar, 1994, p.1-32)

ومن هذا المنطلق يمكن القول انه عن طريق برامج رياضية خاصة وفاعلة يمكن تحقيق هدف التعليم التربوي في مجال الفئات الخاصة، وهذا يساعد على ابعاد عامل الشعور بالاغتراب والانعزالية الذي قد يصيب هؤلاء الافراد في مجتمعنا ، وعليه تتجلى أهمية اجراء البحث في زيادة الكفاءة البدنية والحركية للطفل المعاق وتمكينه من السيطرة على جسمه وحركته المختلفة . بالإضافة الى تمكين الطفل المعاق من الممارسة الايجابية والمشاركة الفعالة مع اقرانه العاديين في مواقف اللعب المتعددة.

**2-1 مشكلة البحث :**

تعد الاعاقة العقلية Mental Retardation مشكلة مهمة من المشاكل التي تواجهها الدول على اختلاف توجهاتها نظراً لما تمثله من طاقة بشرية معطلة تحتاج الى مزيد من الرعاية والاهتمام ، وتكبد الدول الكثير من الجهد والمال في سبيل اعداد أفرادها المعاقين عقلياً للحياة بما يتلاءم مع امكاناتهم العقلية المحدودة التي تجعلهم اقل قدرة على التوافق سواء مع الذات او مع الاخرين ويؤثر بالتالي على كيفية تصرفهم في المواقف الاجتماعية المختلفة وفي تفاعلاتهم مع الآخرين .

من خلال ازدياد عدد الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة الذين تقدم لهم خدمات تربوية خاصة في العراق ، وقد تنوعت أساليب تقديم تلك الخدمات في قطاعين ، اولهما : في وزارة العمل والشؤون الاجتماعية المسؤولة عن البرامج التربوية والتأهيلية التي تقدمها مراكز وتأهيل المعوقين في الدولة ، وثانيهما : في وزارة التربية التي تقدم خدمات تربوية للطلبة الذين يعانون من مشكلات في التحصيل في صفوف خاصة وانما أيضاً في نوعية البرامج التي تقدم لهم وفي الآونة الأخيرة أثيرت تساؤلات حول نوعية البرامج التي تقدم لهؤلاء من حيث المادة التعليمية المتميزة ، إذ من الواضح ان نوعية التعليم تُعدّ في غاية الأهمية مقارنة بكمية التعليم والوقت الذي يصرف في التعليم . ولا يشمل أيضاً كيفية توظيف هذا الوقت والمساعدة التي تقدم للتلميذ ، والتغذية الراجعة وتوجيه الطلبة وارشادهم على التعلم ، كما وتشمل نوعية التعليم التدريسي ضمن مجموعات صغيرة ، والتدريس الفردي ، ومدى انخراط التلاميذ في عملية التعلم .

وبالنظر لعدم تطبيق برامج تعليمية رياضية تخدم المعاقين في قطرنا لذا حرصت الباحثة على ان تساهم في تحسين التوافق الحركي والسلوك التكيفي للتلاميذ المعاقين عقلياً مما قد يُعين في زيادة تفاعلاتهم الاجتماعية سواء مع أقرانهم أو مع العاديين وما قد يعينهم على اكتساب السلوك التكيفي .

### 3-1 هدفاً البحث :

يهدف البحث إلى :

1- معرفة تأثير البرنامج المقترح في تحسين التوافق الحركي والسلوك التكيفي للتلاميذ ذوي الإعاقة العقلية البسيطة

### 4-1 فروض البحث :

1- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ المعاقين عقلياً للمجموعة التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية في التوافق الحركي والسلوك التكيفي .

### 5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : تلاميذ معهد الرجاء للإعاقة العقلية للعام الدراسي 2023-2024.

2-5-1 المجال الزمني : الفترة الزمنية من 2023/9/24 ولغاية 2024/1/10 .

3-5-1 المجال المكاني : معهد الرجاء للإعاقة العقلية في مدينة الحلة

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

1-2 المنهج التجريبي : استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمعالجة مشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته :

بلغ حجم مجتمع البحث (59) تلميذ وهذا هو العدد الكلي الموجود في المعهد من التلاميذ المعاقين وتم استبعاد ذوي الإعاقة المتوسطة والشديدة . كما تم استبعاد التلميذات لقلّة أعدادهن وتم استبعاد غير المنتظمين لأسباب مختلفة أيضاً، وهكذا اقتصر عدد العينة على (20) تلميذ بعمر 12-14 سنة إذ ان نسبة العينة للمجتمع تساوي 33،90%، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين

- مجموعة تجريبية وتضم (10) تلاميذ .

- مجموعة ضابطة وتضم (10) تلاميذ .

### 1-2-2 السلوك التكيفي وابعاده

قامت الباحثة بأخذ القياسات في متغيرات (العمر ، الطول ، الوزن) وبعد الحصول على مستوى التحصيل التعليمي لوالدي التلاميذ في عينة البحث ومن ثم احتساب درجات المستوى التعليمي للوالدين (الأب ، الأم) كلا على حدى باستعمال عدد سنوات الدراسة لهما (التحصيل الدراسي) وكما هو موضح في الجدول (1) .

الجدول (1) درجات مستوى التحصيل الدراسي مقاس بالسنوات

التعليمي المستوى	أبى	بغراً ويكتب	الابتدائية	المتوسطة	ما يعادلها الأعدادية أو	المعهد	البكالوريوس	الماجستير	الدكتوراه
عدد سنوات الدراسة	صفر	3	6	9	12	14	16	18	21

(المفتي ، 2000 ، 47)

ومن ثم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة وكما هو مبين في الجدول (2).

الجدول (2) دلالة الفروق لمجموعي البحث التجريبية والضابطة في متغيرات

(العمر ، الطول ، الوزن ، التحصيل الدراسي للآباء والامهات)

مستوى الدلالة	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحتسبة	المجموعـة الضابطة		المجموعـة التجريبية		المجموعات المتغيرات	ت
			ع ±	س	ع ±	س		
غير معنوي	2.101	0.162	18.59	141.6	14.37	142.8	العمر/بالشهر	1
		0.115	8.42	142.2	7.15	142.6	الطول/بالسم	2
		0.065	8.68	37.6	4.37	37.8	الوزن/بالكغم	3
		0.47 -	5.51	8.10	5.86	6.90	التحصيـل الدراسي للآباء	4
		0.04	5.90	4.90	4.90	5.00	التحصيـل الدراسي للأمهات	5

\* قيمة ت الجدولية (2.101) عند نسبة خطأ  $\geq 0.05$  امام درجة حرية (18) .

يتضح من الجدول (2) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين في الاختبار القبلي في كل من العمر الزمني والطول والوزن والتحصيل الدراسي للآباء والامهات مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات .

2 - 3 أدوات البحث :

1-3-2 اختبارات التوافق الحركي .

- اختبار الركض

الهدف من الاختبار : قياس قدرة الفرد على التغيير من وضع الجسم أثناء حركته للأمام بسرعة .

- اختبار الدوائر الرقمية

الهدف من الاختبار : قياس توافق الرجلين والعينين .

- اختبار الحبو :

الهدف من الاختبار : قياس قدرة حركة الجسم الشاملة اثناء الحبو .

(خريبط، 1988، 167)

**4-2 المعاملات العلمية للاختبارات****1-4-2 الصدق**

يعد الاختبار صادقا "إذا كان يقيس ما أعد لقياسه فقط" (العساف، 1995، 422) اعتمدت الباحثة في تحديدها لصدق الاختبارات المستخدمة على صدق المضمون (المحتوى) لعرض الاختبارات على عدد من المتخصصين في التربية الرياضية والعلوم التربوية والنفسية. وقد أشارت آراؤهم إلى صدق الاختبارات المستخدمة ولكن عند تطبيق الاختبارات على عينة التجربة الاستطلاعية لاحظت الباحثة صعوبة العينة في أداء اختبارات التوافق الحركي (الركض والحبو) حيث كانت عدد تكرارات الاختبارات أربعة مرات كثيرة بالنسبة للعينة ووجدت الباحثة ان تكرار الاختبار مرتين مناسب للعينة. ولذا قامت بعرض الاختبار ومناقشته مع العديد من المختصين في القياس والتقويم ملحق (1) وادى الجميع موافقتهم على التغيير لأن هذه الاختبارات تطبق للمرة الاولى على عينة من التلاميذ ذوي الاعاقة العقلية أي كون هذه الاختبارات وضعت للتلاميذ الاسوياء ولذا اصبح التكرار مرتين بدلا من أربع مرات.

**2-4-2 الثبات :**

" يعد الاختبار ثابتا إذا كان يؤدي إلى النتائج نفسها في حالة تكراره خاصة إذا كانت الظروف المحيطة بالاختبار والمختبر متماثلة في الاختبارين". (حسنين، 198، 1995) واستخدمت الباحثة طريقة إعادة الاختبار في ايجاد القياس وذلك بتطبيق الاختبارات على عينة قوامها (8) تلاميذ وإعادة التطبيق بعد فاصل زمني قدره (7) ايام وأوجد معامل الارتباط البسيط (ارتباط بيرسون) لدرجات الاختبارين وما هو موضح في الجدول (3).

**الجدول (3) قيمة معامل الارتباط لاختبارات التوافق الحركي لذوي الاعاقة العقلية البسيطة**

ت	الاختبارات	معامل الارتباط (ر)
1	اختبار الركض	0.90
2	اختبار الدوائر الرقمية	0.93
3	اختبار الحبو	0.80

يتضح من الجدول (10) ان معامل الارتباط قد تراوحت بين (0.80 – 0.93) وجميعها يشير إلى

ان الاختبارات المستخدمة ذات معاملات عالية .

**2-5 بطاقة الملاحظة لمقياس السلوك التكيفي**

استخدمت الباحثة بطاقة الملاحظة المستمدة من مقياس السلوك التكيفي المطور الذي أعده الكيلاني والبطش (1981) وتتكون بطاقة الملاحظة من قسمين، يتكون القسم الاول من هذا المقياس على (9) ابعاد رئيسية، وهذه الأبعاد تتكون فقرات عدة، وتتألف الفقرة الواحدة من عدد من العبارات وهناك نوعان من الفقرات في هذا القسم من المقياس .. اذ يتطلب النوع الاول ان يختار الفاحص واحدة فقط من العبارات المذكورة فمثلا :

(14) الاحساس بالاتجاه : ضع دائرة حول القيمة العددية لعبارة واحدة فقط مما يأتي :

- أ- يمكنه ان يبتعد حوالي 150 متر عن المدرسة دون ان يضيع 3
- ب- يتجول في المنطقة القريبة من المدرسة دون ان يضيع 2
- ج- يتجول في منطقة غرفة الصف لوحده 1
- د- يضيع عندما يترك غرفته صفر

ان هذه العبارات مرتبة حسب درجة صعوبتها 3، 2، 1، صفر . يقوم الفاحص (المعلم او الباحث) بوضع دائرة امام افضل عبارة تصف اكثر المهمات صعوبة والتي يقوم بها المفحوص (التلميذ) في العادة ، ففي هذا المثال لوحظ ان التلميذ يتجول في المنطقة القريبة من المدرسة دون ان يضيع (عبارة 2) ولكن لا يمكنه ان يبتعد حوالي (150) متر عن المدرسة دون ان يضيع (عبارة 3) ولذلك توضع دائرة حول الرقم (2) في هذا المثال وفي تقدير الدرجة يكتب الرقم (3) في الدائرة إلى اليسار .

اما النوع الثاني من الفقرات فانه يتطلب من الفاحص ان يضع اشارة (√) امام كل عبارة تنطبق على المفحوص . فمثلا :

(21) المشي والركض : ضع اشارة (√) امام كل عبارة تنطبق على المفحوص :

- أ- يمشي لوحده . √-
- ب- يصعد وينزل الدرج لوحده . -
- ج- ينزل الدرج باستخدام قدميه بالتناوب . -
- د- يركض دون ان يتكرر سقوطه على الدرج . -
- هـ- يجلس ، يقفز ، يثب عند المشي . √-
- و- لا شيء مما سبق . -

في هذا المثال وضعت الاشارة (√) امام العبارتين الاولى والخامسة وهذا يعني ان المفحوص يجلس ويقفز ويثب عند المشي وحده فيكون تقدير الدرجة بطرح عدد العبارات التي وضعت الاشارة امامها وعددها في هذا المثال (2) من المجموع الكلي (6) وبذلك تكون درجة هذه الفقرة (4) تكتب في الدائرة إلى اليسار .

الا ان هناك فقرات لا تتطلب عملية الطرح هذه في حساب الدرجة ، بل تؤخذ عدد العبارات التي اختيرت وأشير اليها بعلامة (√) لتمثل درجة الفقرة التي تكتب في الدائرة ، اما عبارة (لا شيء مما سبق) ووضعت لأغراض التطبيق فقط ولا تعتبر في حساب الدرجة .

أما القسم الثاني من هذا المقياس يتكون من (12) بعداً وكل بعد يتألف من عدد من الفقرات والفقرة الواحدة مكونة من عدد من العبارات وتكون الاجابة على هذه العبارات بالبداية (أحياناً ، باستمرار) . ويكون تقدير الدرجة بجمع الاجابات على هذين العمودين ومجموع الدرجات يكون درجة الفقرة الواحدة ، ومجموع درجات الفقرات في البعد الواحد يكون الدرجة الكلية للبعد .

## 6-2 البرنامج المقترح :

من خلال الدراسات النظرية والمراجع العلمية وأهمها وكمونة (2002) والعزة (2001) وعبدالحميد (1999) ودراسة قاسم (1997) ، ودراسة مهبوب (1996) ودراسة عبد الكريم (1994) ودراسة Ronning & Nabuzoka (1993) والدراسات السابقة في هذا المجال وبالرجوع إلى الاساتذة المتخصصين في مجال التربية الخاصة وطرائق التدريس وعلم النفس تم وضع برنامج تربية رياضية مقترح الملحق (3) .

## 1-6-2 محتوى البرنامج :

1- الإحماء : ويهدف إلى تدفئة الجسم بشكل عام وإعداد الطفل عضوياً ونفسياً لاستقبال الجزء الرئيسي من الدرس واشتمل على مجموعة من الأنشطة الحركية الآتية :

- الركض

- تمارينات تشكيلية بسيطة الاداء أو تمارينات على شكل العاب .

- العاب صغيرة بسيطة التنظيم والقواعد .

**2- الجزء الرئيسي من الدرس :** هدف إلى تحقيق الهدف المطلوب من البرنامج واشتمل على مجموعة من الأنشطة الحركية ومنها :

- الالعاب الصغيرة (العاب حرة ، العاب استخدام الكرات ، العاب استخدام الطرق، العاب استخدام الحبال ، العاب باستخدام المقاعد السويدية) .

- الألعاب الفردية والجماعية .

- أنشطة الحركات الاساسية

**3- التهدئة (الختام) :** هدف هذا الجزء إعادة الجسم إلى حالته الطبيعية بحيث يخرج الطفل من الدرس هادئاً واشتمل على مجموعة من الأنشطة الحركية الهادئة التي تعيد الجسم إلى سيرته الاولى قبل الممارسة مثل :

- العاب صغيرة هادئة .

- تمارينات المرجحات والتنفس .

وان الهدف من البرنامج هو تنمية الذكاء من خلال الالعاب والانشطة الذهنية وكذلك تنمية التوافق العصبي العضلي والتفاعل الاجتماعي لهم وتنمية معرفة الطفل بنفسه وجسمه مثل التعرف على الذراعين والرجلين والصدر والبطن والتفرقة بينهم فضلاً عن التعرف على الاتجاهات وكذلك تدريب حاسة السمع والابصار واللمس عن طريق التفرقة بين السرعة والبطء ، القوة والضعف والاشكال والالوان بجانب تنمية التوازن الثابت والحركي .

## 2-6-2 أسس وضع البرنامج :

تم مراعاة الأسس الآتية عند وضع البرنامج :

- 1- ان يتناسب البرنامج مع العمر العقلي والزمني لأفراد العينة .
- 2- ان يعمل البرنامج قدر الإمكان على تحقيق الأهداف التي وضع من اجلها .
- 3- الاستعانة بوسائل تعليمية متعددة الاشكال والالوان لتحفيز الاطفال على الممارسة وجذب انتباههم والاكتثار من استخدام الوسائل المتعددة .
- 4- مراعاة الفروق الفردية وذلك عن طريق تعدد الأنشطة التي تتمشى مع نوع الاعاقة واستخدام الطريقة الجزئية في عمليات التعلم والتعليم .
- 5- اثناء الشرح روعي اختصار الشرح اللفظي وان يكون بطيئاً والبعد عن المصطلحات الفنية التقليدية في النداء مع استخدام الاشارات .
- 6- التكرار : زيادة التكرار في الشرح اثناء عملية التعلم مع كثرة المراجعة للمهارات السابقة.
- 7- تجنب أي نوع من انواع العقاب البدني او التهديد مع تكرار المديح والثناء اثناء الاداء
- 8- يستغرق تنفيذ البرنامج المقترح شهران ونصف الشهر وواقع (3) مرات اسبوعياً .

## 3-7-2 تنظيم الأنشطة داخل البرنامج :

- تم تنظيم الأنشطة داخل البرنامج بناء على الخطوات الآتية :
- زمن الوحدة التعليمية = 45 دقيقة .
  - عدد الوحدات في الأسبوع = 3 وحدات اسبوعياً .
  - إجمالي زمن الوحدات في الأسبوع =  $3 \times 45 = 135$  دقيقة .

- إجمالي زمن الوحدات في الشهر =  $4 \times 135 = 540$  دقيقة .
  - إجمالي الوقت الكلي لفترة التجربة =  $10 \times 135 = 1350$  دقيقة .
  - زمن الإجماء = 10 دقائق في الوحدة الواحدة .
  - زمن الجزء الرئيسي = 30 دقيقة في الوحدة الواحدة .
  - زمن التهدئة أو الختام = 5 دقيقة في الوحدة الواحدة .
- وفيما يأتي التوزيع النسبي لأجزاء الوحدة التعليمية :

## 8-2 التجربة الاستطلاعية :

- تم إجراء التجربة الاستطلاعية للتعرف على الآتي :
- الصعوبات التي قد تواجه الباحثة في التنظيم والتدريس .
  - المعوقات والأخطاء التي يمكن ان تحدث اثناء تطبيق البرنامج من اجل تلافيها .
  - الظروف المحيطة بأجراء التجربة وبالأخص من حيث طبيعة افراد العينة ودرجة استيعابهم لمفردات البرنامج والإمكانيات والأدوات المتاحة .
- وقد استغرقت التجربة الاستطلاعية في تنفيذها أسبوعان للفترة من 2023/9/24 ولغاية 2023/10/5 ويواقع (3 دروس ، زمن كل درس 45 دقيقة) وأسفرت بما يأتي :-
- اختيار الساحة الموجودة بالمعهد لتنفيذ البرنامج .
  - صلاحية ومناسبة الأجهزة والادوات المستخدمة .
  - تكوين صورة واضحة لدى الباحثة عن طبيعة العمل وكيفية التطبيق وطريقة التعامل مع التلاميذ .
  - تشكيل فريق عمل مساعد للباحثة متكون من ثلاث معلمات .

## 2 - 9 التجربة الاساسية

### 2-9-1 القياس القبلي

تم إجراء القياس القبلي على عينة البحث وذلك للفترة ما بين 2023/10/6 ولغاية 2023/10/10 لاختبارات التوافق الحركي وللفترة ما بين 10/5 ولغاية 2023/10/12 لقياس السلوك التكيفي .

### 2-9-2 تطبيق التجربة

تم تطبيق البرنامج المقترح في المدة من 2023/10/15 ولغاية 2024/1/1 وقد استغرق تنفيذ البرنامج شهرين ونصف الشهر أي (10 اسابيع) ويواقع (3 مرات اسبوعيا . وبعد الانتهاء من الفترة المحددة للبرنامج قامت الباحثة بإجراء القياس البعدي

### 3-9-3 القياس البعدي

اتبعت الباحثة نفس الطريقة التي استخدمتها في القياس القبلي وطبقت مفردات القياس البعدي للفترة من 2023/1/4 ولغاية 2024/1/8 لاختبارات التوافق الحركي وللفترة من 2023/1/2 ولغاية 2024/1/11 لمقياس السلوك التكيفي .

## 10-3 المعالجات الاحصائية :

استخدمت الباحثة برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وذلك من خلال الوسائل الإحصائية الآتية :

- 1- الوسط الحسابي .
- 2- الانحراف المعياري .

3- الاختبار الثاني لعينتين مترابطتين .

4- الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين .5- معامل الارتباط البسيط .

### 3 - عرض ومناقشة النتائج

استهدفت البحث معرفة تأثير استخدام برنامج تربية رياضية مقترح في الذكاء والتوافق الحركي والسلوك التكيفي لذوي الإعاقة العقلية البسيطة ولغرض التحقق من هدف البحث استخدمت الباحثة الاختبار الثاني (T test) لعينتين مستقلتين ذات النهايتين لاختبار الفرضيات.

### 3-1 نتائج اختبارات المجموعة التجريبية

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي ومتوسط درجاتهم في الاختبار البعدي في التوافق الحركي والسلوك التكيفي وأبعاده وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) للمجموعات المرتبطة وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في متغيرات البحث في القياسين القبلي والبعدي . وتلخص الجداول الآتية هذه النتائج :

الجدول (4) دلالة الفروق للاختبار القبلي والبعدي في التوافق الحركي للمجموعة التجريبية

مستوى الدلالة	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الوسائل الاحصائية الاختبارات
			ع ±	س	ع ±	س	
معنوي	2.262	*20.446	6.01	42.2	6.89	53.2	الركض / ثنائية
		*13.416	3.66	16.6	4.27	24.6	الدوائر الرقمية/ثنائية
		*11.012	2.36	14.7	4.001	24.3	الحبو / ثنائية

\* قيمة ت الجدولية 2.262 عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  ودرجة حرية 9 .

الجدول (5) دلالة الفروق للاختبار القبلي والبعدي في ابعاد السلوك التكيفي للمجموعة التجريبية

مستوى الدلالة	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الوسائل الاحصائية الاختبارات
			ع ±	س	ع ±	س	
معنوي	2.262	6.101	6.86	56.7	6.24	51.6	الوظائف الاستقلالية
		7.216	2.58	19.3	2.87	15.7	التطور الجسمي
		5.652	2.83	14	2.36	9.7	النشاط الاقتصادي
		3.372	4.04	22.11	5.01	20	التطور اللغوي

		5.014	1.15	7	1.75	5.2	الارقام والوقت
		5.511	1.40	8.2	1.90	6.4	النشاط المهني
		7.695	3.28	14.1	2.90	9.8	التوجيه الذاتي
		6.708	0.67	5	0.82	4	تحمل المسؤولية
		10.804	2.79	19	3.74	14.8	التنشئة الاجتماعية
		6.708	4.01	12.1	4.20	15.1	العدوانية
		5.129	5.19	12.4	7.21	17	السلوك الاجتماعي مقابل السلوك الاجتماعي
		6.466	3.19	10.8	3.46	13.2	التمرد
		3.345	0.67	3	0.82	4	درجة الثقة به
		4.311	1.15	5	1.58	6.6	الانسحاب مقابل المشاركة
		3.354	1.03	4.2	1.03	5.2	السلوك النمطي
		4.385	1.57	2.7	1.71	4.6	العادات الشخصية غير المناسبة
		4.583	1.70	3	1.73	5.1	مدى تقبل الآخرين لعاداته الصوتية
		4.333	1.87	8.2	2.30	10.8	مدى قبول عاداته
		4.743	2.40	4	2.71	6	مستوى النشاط
		4.263	2.71	12.7	2.50	15.4	اعراض السلوك المرضي
		1.500	0.52	2.4	0.52	2.6	استعمال العقاقير

\* قيمة ت الجدولية 2.262 عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  ودرجة حرية 9 .

يتضح من الجداول (5,4) وجود فروق دالة احصائيا عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  بين متوسطي درجات الاختبارين القبلي والبعدى في التوافق الحركي والسلوك التكيفي وجميع ابعاد السلوك التكيفي ما عدا بعد استعمال العقاقير ، والفروق في صالح الاختبار ذي المتوسط الاكبر وهو الاختبار البعدى .

## 2-3 نتائج المجموعة الضابطة

الجدول (6) دلالة الفروق للاختبار القبلي والبعدي في التوافق الحركي للمجموعة الضابطة

مستوى الدلالة	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الوسائل الإحصائية الاختبارات
			ع ±	س	ع ±	س	
غير معنوي	2.262	0.548	10.47	48.3	14.28	49.5	اختبار الركن / ثا
معنوي		*4.332	4.84	23.1	5.22	25.9	اختبار السدوانر الرقمية/ثا
غير معنوي		1.238	4.01	22.6	4.40	23.4	اختبار الحبو / ثا

\* قيمة ت الجدولية 2.262 عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  ودرجة حرية 9 .

الجدول (7) دلالة الفروق للاختبار القبلي والبعدي في أبعاد السلوك التكيفي للمجموعة الضابطة

مستوى الدلالة	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الوسائل الاحصائية الاختبارات
			ع ±	س	ع ±	س	
معنوي	2.262	*2.882	4.68	52.1	5.11	50.9	الوظائف الاستقلالية
غير معنوي		1.177	1.73	14.9	1.84	14.5	التطور الجسدي
معنوي		*4.743	1.23	11.2	1.55	10.2	النشاط الاقتصادي
معنوي		*2.333	4.01	19.6	4.36	18.9	التطور اللغوي
غير معنوي		2.250	0.85	5.5	1.37	4.9	الارقام والوقت
معنوي		*3.674	1.25	7.3	1.42	6.7	النشاط المهني
معنوي		*4.118	2.56	11.9	2.01	10.5	التوجيه الذاتي
غير معنوي		صفر	0.82	4	0.67	4	تحمل المسؤولية
معنوي		*3.498	2.96	16.1	3.02	15	التنشئة الاجتماعية
معنوي		*6.000	2.41	13.7	2.46	14.5	العدوانية
معنوي		*3.161	3.64	16.2	4.52	17.3	السلوك الاجتماعي مقابل السلوك الاجتماعي
غير معنوي		1.964	2.26	12.7	2.95	13.3	التمرد
غير معنوي		0.669	1.25	4	1.82	3.7	درجة الثقة به
غير معنوي		1.464	1.06	6.7	1.03	7.2	الاتسحاب مقابل المشاركة
غير معنوي		صفر	1.32	5.8	1.14	5.8	السلوك النمطي
غير معنوي		0.429	1.32	4.8	1.20	4.9	العادات الشخصية غير المناسبة
غير معنوي		1.809	1.70	4.7	1.52	5.1	مدى تقبل الآخرين لعاداته الصوتية

معنوي		2.753	1.81	10.2	1.76	11	مدى قبول عاداته
معنوي		*4.000	2.01	5.4	2.25	6.2	مستوى النشاط
معنوي		*9.000	2.16	13.3	2.15	14.8	اعراض السلوك المرضي
غير معنوي		1.000	0.52	2.4	0.53	2.5	استعمال العقاقير

\* قيمة ت الجدولية 2.262 عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  ودرجة حرية 9 .

يتضح من الجداول (7,6) وجود فروق ذات دلالة احصائية في اختبار الدوائر الرقمية للتوافق الحركي وكذلك وجود فروق ذات دلالة احصائية في بعض ابعاد السلوك التكيفي المتمثلة (الوظائف الاستقلالية ، النشاط ، الاجتماعية، التطور اللغوي ، النشاط المهني ، التوجيه الذاتي ، التنشئة الاجتماعية ، العدوانية، السلوك الاجتماعي مقابل السلوك الاجتماعي ، مدى قبول عاداته ، مستوى النشاط ، اعراض السلوك المرضي) .

وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في اختبارات التوافق الحركي وباقي ابعاد السلوك التكيفي، ولكن وجود فروق بسيطة في متوسط الدرجات إذ ان متوسط درجات الاختبار البعدي اقل من متوسط درجات الاختبار القبلي .

### 3-3 نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي في الذكاء والتوافق الحركي والسلوك التكيفي وابعاده . وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعتين ، وتلخص الجداول الآتية نتائج هذا الفرض .

الجدول (8) دلالة الفروق للاختبار البعدي لمجموعي البحث في التوافق الحركي

مستوى الدلالة	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الوسائل الاحصائية الاختبارات
			ع ±	س	ع ±	س	
غير معنوي	2.101	1.598	10.47	48.3	6.01	42.2	الركض / ثانية
معنوي		*3.388	4.84	23.1	3.66	16.6	الدوائر الرقمية / ثانية
معنوي		*5.374	4.01	2.36	22.6	14.7	الحبو / ثانية

\* قيمة ت الجدولية 2.101 عند نسبة خطأ  $\geq 0.05$  ودرجة حرية 18 .

الجدول (9) دلالة الفروق للاختبار البعدي لمجموعي البحث في ابعاد السلوك التكيفي

مستوى الدلالة	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المجموعات المتغيرات
			ع ±	س	ع ±	س	
غير معنوي	2.101	1.751	4.68	52.1	6.86	56.7	الوظائف الاستقلالية
معنوي		*4.475	1.73	14.9	2.58	19.3	التطور الجسدي
معنوي		*2.871	1.23	11.2	2.83	14	النشاط الاقتصادي
غير معنوي		1.390	4.01	19.6	4.04	22.1	التطور اللغوي
معنوي		*3.308	0.850	5.5	1.15	7	الارقام والوقت
غير معنوي		1.516	1.25	7.3	1.40	8.2	النشاط المهني
غير معنوي		1.672	2.56	11.9	3.28	14.1	التوجيه الذاتي
معنوي		*3.000	0.82	4	0.67	5	تحمل المسؤولية
معنوي		*2.255	2.96	16.1	2.79	19	التنشئة الاجتماعية
غير معنوي		1.081	2.41	13.7	4.01	12.1	العدوانية
غير معنوي		1.895	3.56	16.2	5.19	12.4	السلوك الاجتماعي مقابل السلوك الاجتماعي

غير معنوي	1.536	2.26	12.7	3.19	10.8	التمرد
معنوي	*2.236	1.25	4	0.67	3	درجة الثقة به
معنوي	*3.431	1.06	6.7	1.15	5	الانسحاب مقابل المشاركة
معنوي	*3.024	1.32	5.8	1.03	4.2	السلوك النمطي
معنوي	*3.245	1.32	4.8	1.57	2.7	العادات الشخصية غير المناسبة
معنوي	*2.234	1.70	4.7	1.70	3	مدى تقبل الآخرين لعاداته الصوتية
معنوي	*2.425	1.81	10.2	1.87	8.2	مدى قبول عاداته
غير معنوي	1.413	2.01	4.5	2.40	4	مستوى النشاط
غير معنوي	0.547	2.16	13.3	2.71	12.7	اعراض السلوك المرضي
غير معنوي	صفر	0.52	2.4	0.52	2.4	استعمال العقاقير

\* قيمة ت الجدولية 2.101 عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  ودرجة حرية 18 .

يتضح من الجداول (9,8) وجود فروق ذات دلالة احصائية في اختبارات التوافق الحركي (الدوائر المرقمة ، الحبو) وفي اجزاء مقياس السلوك التكيفي (الاول والثاني) وفي بعض ابعاد السلوك التكيفي المتمثلة (التطور الجسمي ، النشاط الاقتصادي ، الوقت والارقام ، تحمل المسؤولية ، التنشئة الاجتماعية ، درجة الثقة به ، الانسحاب ، مقابل المشاركة ، السلوك النمطي ، العادات الشخصية غير المناسبة ، مدى تقبل الآخرين لعاداته الصوتية ، مدى قبول عاداته) ، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في اختبار الركض للتوافق الحركي وكذلك لبقية ابعاد السلوك التكيفي .

### 3- 4 مناقشة النتائج

يتضح من الجدول (4) وجود فروق ذات دلالة احصائية لنتائج اختبارات البعدية عن القبليية للمجموعة التجريبية ووجود فروق ذات دلالة احصائية ولصالح الاختبار البعدي وتعزية الباحثة الى ان التأثير الإيجابي للبرنامج المقترح قد يرجع إلى ما يحتويه البرنامج من أنشطة وتمرينات مختلفة إذ ان ممارسة هذه الأنشطة والتمرينات على قدر كبير من الأهمية للمعاقين عقليا لأنها تشكل جانبا في التربية المتكاملة لهم، فالأنشطة الرياضية هي وسيلة الطفل الرئيسية في التفاعل والتطور واكتساب أنماط السلوك المختلفة العقلية والنفسية والاجتماعية والحركية وتطوير هذه الأنماط من خلال اللعب الذي هو جزء لا يتجزأ من عملية النماء العقلية والذكاء كما ان الاداء الحركي يلتقي مع التعليم العقلي في تهيئة كافة اجهزة الجسم المختلفة ودعوتها للعمل سواء أكان هذا العمل عقليا أم حركيا ، وانها تمكن الفرد من ان يسهم بعقله ورائه في كل ما يتعلق بالنشاط الحركي الذي يمارسه .

وتتفق نتائج البحث الحالي مع ما يراه Daniel (1977) و William (1971) من ان الانشطة الرياضية تؤثر تأثيرا ايجابيا على ضعاف العقول حيث تكسبهم التوافق الحركي الذي يساعدهم على اداء المهارات الاساسية للحركة كالوقوف والجلوس والمشى الذي يساعدهم على اداء المهارات الحركية عن طريق التحكم في العضلات مع الجماعات وتعلم اللعب وتنمية شخصياتهم عن طريق النجاح في اداء المهارات الحركية في الانشطة الرياضية وتحمل المسؤولية وحسن التصرف والجرأة والتعاون . (حسن ، 1997، 15)

وكما يؤكد الحمامي و عبد العزيز (1998) عن Vannier ان للعب دورا هاما في تنمية الحركات الاساسية للطفل في تحسين توافقه العصبي والعضلي .

تعزو الباحثة هذا التأثير الإيجابي للبرنامج المقترح والذي يحتوي على مجموعة التمرينات والالعاب الخاصة بالتوافق المؤثرة والفعالة والتي تهدف إلى تحسين التوافق الحركي لدى المعاق مثل توافق العين مع القدم ، وتوافق الأطراف مع بعضها البعض ، وتوافق العين مع اليد ، والتي تزيد من مستوى الاداء الحركي للمعاق .

ويتضح من الجدول ( 5 ) وجود فروق ذات دلالة احصائية لنتائج القياسات البعدية عن القبالية للمجموعة التجريبية ووجود فروق ذات دلالة احصائية لنتائج القياسات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية عن الضابطة في اجزاء السلوك التكيفي مما يشير إلى التأثير الايجابي والواضح للبرنامج المقترح في تنمية السلوك التكيفي لعينة البحث .

وتتفق النتائج المستحصل عليها من هذه الدراسة مع ما ذكره Goldetein etal (1997) من ان "تدريب الاطفال المعاقين عقليا على بعض مهارات التواصل ادى إلى حدوث تحسن في تفاعلاتهم الاجتماعية". (Goldetein etal.,1997, p 33-48) ، وأكدت دراسة مكماهون وآخرون (1996) ان "تدريب الاطفال المعاقين عقليا على بعض مهارات اللعب سواء مع اقرانهم المعاقين عقليا او مع العاديين يؤدي إلى تحسين وزيادة التفاعلات الاجتماعية بينهم". (Mcmahon, G. etal.,1996, p33-52)

ويرى عبد الكريم (1994) ان البرامج التدريبية التي يتلقاها الاطفال المعاقين في هذا الاطار تؤدي إلى اكسابهم المهارات الاجتماعية مما يؤدي إلى حدوث انخفاض كبير في السلوكيات غير المرغوب فيها. (عبد الكريم ، 1994 ، 508)

ومما سبق ترى الباحثة ان التمارين الرياضية تساعد الطفل المعاق عقليا في كثير من الأمور منها الجسمية والعقلية والمعرفية والحركية التي يحتاج الطفل المعاق إليها ، ويتم التعليم بها عن طريق التعلم بالعمل ، وهي تُعدّ من نظريات التعليم التي تكسب الطفل التعليم عن طريق العمل ، وان ممارسة الانشطة الرياضية المتنوعة تساعد المرء على التحكم في تعبيراته الانفعالية

وتمثل الدراسة الراهنة اسهاما علميا جادا في هذا الاطار وفي ضوء ما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج يمكن القول انها تشير إلى فاعلية البرنامج المستخدم في تنمية السلوك التكيفي للاطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهو مما قد يساهم إلى حد كبير في زيادة تفاعلاتهم الاجتماعية الناجحة سواء مع اقرانهم المعاقين عقليا أو مع الاطفال العاديين الأمر الذي يعد ذا أهمية بالغة في اكسابهم قدر معقول من السلوك التكيفي يساعدهم على تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي .

اما الجدول (9) فيوضح وجود فروق ذات دلالة احصائية للقياسات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية عن الضابطة في الابعاد التالية : (التطور الجسمي ، النشاط الاقتصادي الأرقام والوقت ، تحمل

المسؤولية ، التنشئة الاجتماعية ، درجة الثقة به ، الانسحاب مقابل المشاركة ، السلوك النمطي ، العادات الشخصية غير المناسبة ، مدى تقبل الآخرين لعاداته الصوتية) وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الابعاد الأخرى (الوظائف الاستقلالية، التطور اللغوي ، النشاط المهني ، التوجيه الذاتي ، العدوانية ، السلوك الاجتماعي مقابل السلوك الاجتماعي ، التمرد ، مستوى النشاط ، اعراض السلوك المرضي ، استعمال العقاقير) ولكن هناك تحسن ملحوظ في المتوسطات الحسابية البعدية عن القبالية لصالح المجموعة التجريبية

ويتضح من الجدول (6) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية للقياسات البعدية عن القبالية للمجموعة الضابطة ويرجع ذلك إلى عدم تعرضهم لتلك الخبرات المتضمنة في البرنامج وتسهم هذه النتيجة بشكل غير مباشر في التأكيد على فاعلية البرنامج المقترح .

ويتضح من الجدول (7) وجود فروق ذات دلالة احصائية للقياسات البعدية عن القبالية للمجموعة الضابطة في اختبار الدوائر الرقمية للتوافق الحركي وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية للاختبارات الأخرى مما يشير إلى ان البرنامج التقليدي وبسبب احتوائه على التمرينات الحركية ساعد الطفل المعوق في تحسين بعض مهاراته الحركية وبالتالي توافقه والتي ظهرت بشكل ايجابي في اختبار الدوائر الرقمية .

ويتضح من الجدول (8) وجود فروق ذات دلالة احصائية للقياسات البعدية عن القبالية للمجموعة الضابطة في جزئي السلوك التكيفي مما يشير إلى ان البرنامج التقليدي يحتوي على ألعاب رياضية وأنشطة قد تساعد الطفل نوعا ما في تنمية المهارات الاجتماعية لديه . ولكن بالمقارنة مع الفروق الاحصائية للمجموعة التجريبية نلاحظ ان قيمة (ت) المحتسبة للجزئين الاول والثاني بلغت (16.669 – 9.900) على التوالي ، اما قيمة (ت) المحتسبة للجزئين الاول والثاني للمجموعة الضابطة بلغت (2.865 – 4.911) على التوالي بينما كانت قيمة (ت) الجدولية (2.262) . ومن هذا يتبين ان تأثير البرنامج المقترح أكبر من تأثير البرنامج التقليدي .

يتضح من الجداول (9.8) وجود تطور في الاختبارات البعدية عن القبالية لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة . وحدث التحسن الأكبر في المجموعة التجريبية والتي اطلق عليها البرنامج المقترح . وهذا يتفق مع ما ذكره ابراهيم وفرحات (1998) بأننا يجب ان نؤكد على ان المساعدة الوحيدة التي يمكن تقديمها إلى المتخلفين عقليا هي ممارسة التربية الرياضية . (ابراهيم وفرحات، 1998، 224)

إذ ان البرنامج المستخدم كان له أثر فعال على تطوير التوافق الحركي والسلوك التكيفي بجزأيه الاول والثاني وبما يحتويان من ابعاد وهذا يؤكد ضرورة استخدام مجموعة التمرينات الخاصة والألعاب المختلفة التي يتضمنها البرنامج والتي تؤدي إلى تنمية قدراته العقلية والجسمية والحركية والاجتماعية والتي تعطيه الحق في التعبير عن نفسه وهذا يتفق مع نتائج كيفرت Kephart (1960) وقنديل (1976) حيث اوضحوا أهمية البرامج الحركية للمتخلفين عقليا لأنها تمكنهم من التعبير عن انفسهم بطريقة غير منطوقة وتساعدهم على التكيف الافضل والثقة بالنفس .

## 4-الاستنتاجات والتوصيات

## 1-4 الاستنتاجات

1. هناك تأثير ايجابي للبرنامج المقترح لما يحتويه البرنامج من أنشطة وتمارين مختلفة ساهمت في تطوير التوافق الحركي للتلاميذ ذوي الإعاقة العقلية البسيطة
2. هناك تأثير ايجابي للبرنامج المقترح لما يحتويه البرنامج من أنشطة وتمارين مختلفة ساهمت في تطوير السلوك التكيفي بجزأيه الاول والثاني وبما يحتويان من ابعاد للتلاميذ ذوي الإعاقة العقلية البسيطة
3. للبرنامج المقترح تأثير ايجابي على المتخلفين عقليا لأنه مكنهم من التعبير عن انفسهم بطريقة غير منطوقة وتساعدهم على التكيف الافضل والثقة بالنفس .

## 2-4 التوصيات

1. ضرورة اعتماد البرنامج المقترح من اجل تطوير التوافق الحركي والسلوك التكيفي للتلاميذ ذوي الإعاقة العقلية البسيطة.
2. ضرورة اعتماد البرامج الحركية من اجل اعطاء الحرية للطفل المعاق للتعبير عن نفسه وتساوم في التكيف الافضل والثقة بالنفس .
3. ضرورة تنمية السلوك التكيفي للاطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهو مما قد يساهم إلى حد كبير في زيادة تفاعلاتهم الاجتماعية الناجحة سواء مع اقرانهم المعاقين عقليا أو مع الاطفال العاديين الأمر الذي يعد ذا أهمية بالغة في اكسابهم قدر معقول من السلوك التكيفي يساعدهم على تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي .

## References

- 1- جمعة ، حمودة بن فرج : "أثر برنامج ارشادي في تنمية المهارات الاستقلالية لدى الاطفال المتخلفين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الجامعة المستنصرية، بغداد ، العراق، 2001 .
- 2- الحداد ، عبدالله عيسى: "التربية الخاصة من منظور التربية الفنية ، مكتبة الفلاح ، الكويت، 1996 .
- 3- حسانين ، محمد صبحي : "القياس والتقويم في التربية الرياضية ، ط4، ج1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995 .
- 4- حسن ، دلال علي : "أثر الايقاع على تعلم بعض مهارات كرة السلة للمتخلفين عقليا بمدارس التربية الفكرية بالاسكندرية ، العدد13، المجلة العلمية للتربية البدنية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية ، مصر ، 1997 .
- 5- حمارنه ، طلال : "دمج الطلبة ذوي الإعاقة العقلية في المدرسة العادية (ورقة عمل المدرب)" ، دار الفكر ، عمان ، الاردن ، 1997 .
- 6- الخطيب ، جمال : "تقويم برنامج التأهيل المهني للمعوقين من وجهة نظر المنتفعين منها، العدد1 ، المجلد7 ، مجلة ابحاث اليرموك ، عمان ، 1991 .
- 7- الخطيب ، جمال والحديدي ، منى : "المدخل إلى التربية الخاصة ، ط1، مكتبة الفلاح، عمان ، الاردن ، 1997 .

- 8- الربضي ، هاني والحباري ، حسن : "أثر برنامج مقترح لتحسين التوافق على تطوير الاداء المهاري في كرة السلة لدى المعاقين عقليا ذوي الاعاقة المخففة ، العدد1، مجلد6، مجلة ابحاث اليرموك ، عمان ، الاردن ، 1990 .
- 9- رفاعي ، عايذة قاسم : "مدى فاعلية برنامج ارشادي في تنمية المهارات الاجتماعية لدى عينة من الاطفال المعاقين عقليا ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية جامعة عين شمس ، 1997 .
- 10- الروسان ، فاروق : "سيكولوجية الاطفال غير العاديين (مقدمة في التربية الخاصة) ، ط2، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان ، الاردن ، 1996 .
- 11- الروسان ، فاروق : "سيكولوجية الاطفال غير العاديين (مقدمة في التربية الخاصة) ، ط3، دار الفكر ، عمان ، الاردن ، 1998 .
- 12- الزعبي ، صالح عبدالله والعوامل ، احمد سليمان : التربية الرياضية للحالات الخاصة ، ط1، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن ، 2000 .
- 13- السرطاوي ، زيدان احمد ، سيسالم ، كمال سليم : "المعوقون اكايميا وسلوكيا ، خصائصهم ، واساليب تربيتهم ، مكتبة الصفحات الذهبية ، الرياض ، 1992 .
- 14- السرطاوي ، عبد العزيز ، ايوب ، عبد العزيز حسن : "الاعاقة العقلية ، ط1، مكتبة الفالح ، الكويت ، 2000 .
- 15- سليمان ، عبد الرحمن سيد : "سيكولوجية ذوي الحاجات الخاصة (الاساليب التربوية والبرامج التعليمية) ، الجزء الثاني ، مكتبة زهراء الشرق ، القاهرة ، 1999 .
- 16- الصمادي ، جميل والنهار ، تيسير : "مستوى اتقان معلمي التربية الخاصة في دولة الامارات العربية المتحدة لمهارات التعليم الفعال ، العدد التاسع عشر ، السنة العاشرة ، مجلة مركز البحوث التربوية ، 2001 .
- 17- عبد الحميد ، محمد ابراهيم : "تعليم الانشطة والمهارات لدى الاطفال المعاقين عقليا، الطبعة الاولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999 .
- 18- عبد الكريم – عفاف : "البرامج الحركية والتدريب للصغار ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، 1995 .
- 19- علام ، صلاح الدين محمود : "القياس والتقويم التربوي والنفسي (اساليبه وتطبيقاته ، وتوجهاته المعاصرة) ، الطبعة الاولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000 .
- 20- القذافي ، رمضان محمد : "الشخصية (نظرياتها واختباراتها واساليب قياسها) ، المكتب الجامعي الحديث ، الاسكندرية ، 2001 .

21- كمونة ، فرياق : "مبادئ وطرق التربية الرياضية للمعاقين" ، الطبعة الاولى ، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن ، 2002.

- 22- Gay, Katherine, C & Paarot, Traci, A. : Development of Internalization from Age 2 to 4 : Long Itudinal Stability and links with Temperament, Paper Presented At the Annual Meeting of the Society for Research In Child Development C62 Nd., Washington, DC., April 3-6, 1977.
- 23- Goldstein, H. et al (1997) : Introduction among Preschoolers with and without Disabilities, Effects of across the day Peer Intervention Journal of Speech, Language, and Hearing Research, 40, 1.33 – 48 .
- 24- Grossman, H.J.: Classification in Mental Retardation Deficiency, Dc : American Association on Mental Deficiency. 1983.
- 25- Hallahan, D. & Kauffman, J. : Introduction to Special Education (6<sup>th</sup> ed) Englewood clilts, N.J. : Prentice-Hall, 1985 .
- 26- Harrison, P.L., : The Application of the Vienland Adaptive Behavior Scales in Educational Settings Techniques. Journal for Remedial Education and Counseling, 7 : 101. 112 , 1984 .
- 27- Heward, L.W. & Orlansky : Exceptional Children , Columns, Ohio, Bel & Howell Company, 1980 .
- 28- Heward, W. & Orlansky, D.M. :Exceptional Children (3<sup>rd</sup> ed). Columbus, Ohio : Charles E. Merrill, 1988.
- 29- Ingram, C. : Education of the Slow Learning Child New York, 1993, P.40 .