الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الميدان :علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة

الشعبة :نشاط بدني رياضي مكيف

التخصص :النشاط البدني الرياضي المكيف والصحة

الرقم التسلسلي :.....

الرمز :.....

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر

الألعاب شبه رياضية ودورها في تحسين الأداء الحركي لذوي الإعاقة الذهنية

دراسة ميدانية المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا –بوسعادة–

إعـــداد الطالب :

–بن دقموس عبد الله

–إشراف الأستاذ:

أ/د رحلي مراد

السنة الجامعية :2026/2025


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر وعرفان

إلى من غمرني بعطائه العلمي الوافر، ونصائحه الأبوية السديدة، وإرشاداته التي كانت لي منارًا طوال مراحل هذا البحث منذ أن كان فكرة حتى أضحى مذكرة... أستاذي المشرف الفاضل **الدكتور: رحلي مراد**

إلى شعلة العلم والعطاء، الذين لم يبخلوا علينا بتوجيهاتهم القيمة طوال فترة **أساتذة القسم الأفاضل** بقسم النشاط البدني المكيف والصحة بجامعة المسيلة.

وإلى كل من ساهم من قريب أو بعيد، بكلمة أو بتشجيع، في إنجاح هذا البحث العلمي وإخراجه إلى النور

لكم مني جميعًا أسمى عبارات التقدير والاحترام والامتنان.

الإهداء

قال عز وجل: (وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۚ إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِندَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُل لَّهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُل لَّهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا * وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُل رَّبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا).

إلى روح من رحل عن دنيانا وبقي حياً في وجداني، إلى النور الذي أضاء دربي، والينبوع الذي نهلت منه العطاء... أبي الغالي، رَحِمَهُ الله وطَيَّب ثراه وجعل الجنة مأواه

إلى منبع الصبر والبلسم الشافي، إلى من أحاطتني بسياج دعائها المبارك وكان رضاها سِرَّ توفيقي... أمي الحبيبة، أطال الله في عمرها .

إلى رفيقة الدرب، وزوجتي الغالية، التي كانت لي خير سَنَد، وتحملت معي مشاق الطريق وتعبت طوال مدة دراستي، فكانت نِعمَ المعين والداعم في كل خطوة.

إلى النجوم والكواكب الذين قاسموني حنان الوالدين... إخوتي وأخواتي، وإلى كل فرد من أفراد عائلتي الكريمة وكل من ساهم في دعمي

.أهدي إليكم جميعاً ثمرة هذا الجهد المتواضع.

قائمة المحتـــــــويات

الرقم	العنوان	الصفحة
	التشكر والاهداء	
	مقـــــــــدمة	أ
	الفصل الأول : الإطار العام لدراسة	
1.1	مشكلة الدراسة	01
2.1	فرضيات	02
3.1	أهداف الدراسة	03
4.1	أهمية الدراسة	03
5.1	تحديد المصطلحات	04
6.1	الدراسات السابقة	06
7.1	التعقيب على الدراسات السابقة	09
	الجانب النظري	
	الفصل الثاني الألعاب شبه رياضية	
	تمهيد :	
1.2	تعريف اللعب	11
2.2	وظائف اللعب	11
3.2	أنواع اللعب	13
4.2	قيمة اللعب	14
5.2	دور الألعاب في نمو الفرد	15
6.2	تقسيم الالعاب	17
8.2	الألعاب شبه رياضية	14
9.2	أهمية الألعاب الشبه رياضية	15
10.2	خصائص الألعاب شبه رياضية	15
11.2	أهداف الألعاب شبه رياضية	16
12.2	تصنيف الألعاب شبه رياضية	17
	الفصل الثالث :الأداء الحركي	
	تمهيد	
3	مفهوم الأداء الحركي	20

1.3	تعريف الأداء الحركي	**20**
2.3	التمييز بين الأداء الحركي والتعلم الحركي	**20**
3.3	النظريات المفسرة للتحكم	**20**
4.3	المحددات الفسيولوجية للاداء الحركي	**21**
5.3	خصوصية الأداء الحركي لدى ذوي الإعاقة الذهنية	**21**
الفصل الرابع : الإعاقة البذهنية		
	تمهيد :	**23**
4	**المفهوم الاصطلاحي**	**23**
1.4	التعريف الطبي	**23**
4.4	الابعاد النيورولوجية والتشخيصية المعمقة للاعاقة الذهنية	**23**
6.4	التحليل الحركي والبدني للاعاقة	**24**
7.4	دور الألعاب شبه الرياضية والنشاط البدني المكيف	**26**
الفصل الخامس :الجانب التطبيقي		
1. 5	الدراسة الإستطلاعية	**30**
2.5	منهج الدراسة	**32**
3.5	مجتمع وعينة الدراسة	**33**
5.5	أساليب جمع البيانات	**34**
6.5	الأساليب الاحصائية	**35**
	الخلاصة	**36**
الفصل السادس : تحليل ومناقشة النتائج في ظل الفرضيات		
1.6	عرض النتائج	**38**
2.6	تحليل النتائج	**45**
3.6	مناقشة النتائج في ظل الفرضيات	**50**
الفصل السابع :الاستنتاجات العامة والاقتراحات		
1.7	الاستنتاج العام	**54**
7.2	الاقترحات والفرضيات المستقبلية	**57**
	قائمة المصادر والمراجع	**60**
	قائمة الملاحق	**62**

محتويات الجداول والأشكال

الرقم	الجدول	الصفحة
رقم 01	**يوضح توزيع العينة حسب متغير الجنس**	**32**
رقم 02	توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس(N=31)	**38**
رقم03	توزيع أفراد العينة حسب متغير الخبرة المهنية(N=31)	**39**
رقم 04	توزيع أفراد العينة حسب متغير المستوى العلمي(N=31)	**40**
رقم05	**يوضح تكرارات ونسب استجابات المربين والمعلمين حول البعد الحركي (ن = 31)**	**41**
رقم06	**يوضح تكرارات ونسب استجابات المربين والمعلمين حول البُعد النفسي والسلوكي (ن = 31)**	**45**
رقم07	**يوضح تكرارات ونسب استجابات المربين والمعلمين حول بُعد التكيف الاجتماعي (ن = 31)**	**48**

محـتويات الأشكال

الرقم	الشكل	الصفحة
رقم 01	يمثل النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس	**32**
رقم02	**يمثل النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب الخبرة**	**33**
رقم03	**يمثل النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب المستوى**	**40**
رقم04	**يوضح تكرارات ونسب استجابات المربين والمعلمين حول البعد الحركي (ن = 31)**	**42**
رقم05	**يوضح تكرارات ونسب استجابات المربين والمعلمين حول البُعد النفسي والسلوكي (ن = 31)**	**46**
رقم06	**يوضح تكرارات ونسب استجابات المربين والمعلمين حول بُعد التكيف الاجتماعي (ن = 31)**	**49**

مقدمة

مقـــدمة

شهدت المنظومة التربوية والرياضية الحديثة تحولاً جذرياً في نظرتها نحو ذوي الاحتياجات الخاصة، حيث انتقلت من مقاربة الرعاية والهامشية إلى مقاربة التأهيل والتمكين والدمج الكامل في المجتمع. ولم تعد التربية البدنية والرياضية المكيفة مجرد نشاط ترويحي، بل أصبحت ركيزة أساسية وأداة علاجيّة وتربوية هادفة تسعى إلى تطوير القدرات البدنية، الحركية، النفسية، والاجتماعية لهذه الفئات، لاسيما ذوي الإعاقة الذهنية.

وتعتبر مرحلة الطفولة والمراهقة لدى ذوي الإعاقة الذهنية من المراحل الحسية التي تتطلب تدخلاً مدروساً؛ نظراً لما تشهده هذه الفئة من قصور واضح في مجالات النمو المختلفة. ويأتي **الأداء الحركي** في مقدمة الجوانب المتأثرة بهذه الإعاقة، حيث يواجه هؤلاء الأفراد صعوبات ملموسة في المهارات الحركية الأساسية، والتوافق العضلي العصبي، والتوازن، والرشاقة، ناهيك عن ضعف الإدراك الجسمي والفضائي، مما يؤثر سلباً على استقلاليتهم وتفاعلهم مع المحيط.

ولمواجهة هذه الصعوبات وتجاوز تعقيدات الرياضات المقننة التي قد لا تتناسب مع قدراتهم المعرفية، تبرز **الألعاب شبه الرياضية (Semi-sports games)** كبديل تربوي ووسيط فعال. تتميز هذه الألعاب بمرونتها وقابليتها للتعديل في القوانين، والمساحات، والأدوات، مما يجعلها تجمع بين طابع التشويق واللعب، وبين الأهداف البدنية والحركية الموجهة. فهي تتيح للممارس فرصة تكرار المهارات وتطوير الاستجابات الحركية في بيئة تعليمية خالية من الإحباط والضغوط التنافسية الصارمة.

- ومن خلال الممارسة الميدانية والملاحظة العلمية في المؤسسات المتخصصة، يتضح أن هناك حاجة ماسة لتبني استراتيجيات حركية مبسطة ومقننة في آن واحد. ومن هنا نبعت فكرة هذه الدراسة للكشف عن الأبعاد التأهيلية لهذه الألعاب، وبحث مدى مساهمتها الفعالة والميدانية في ترقية الكفاية البدنية وتطوير المهارات التوافقية لديهم.(مروان عبد المجيد إبراهيم (2000) ، ص 42).

وتأسيساً على ما تقدم، تأتي هذه المذكرة لنيل شهادة الماستر لتسلط الضوء على العلاقة الارتباطية والأثر التطبيقي للألعاب شبه الرياضية في تحسين الأداء الحركي لذوي الإعاقة الذهنية، محاولةً بذلك إثراء المكتبة الرياضية، وتقديم إطار عملي يسترشد به المربون والأساتذة الاختصاصيون في تصميم برامج حركية تلبي الاحتياجات الحقيقية لهذه الفئة في المراكز والجمعيات المتخصصة.

الاطار العام

للدراسة

الإطـــــــار العام للدراسة

1-1.الإشكالية :

تتمثل إشكالية الدراسة في معرفة مدى تأثير الألعاب شبه الرياضية على الأداء الحركي لدى ذوي الإعاقة الذهنية .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.

وتسعى الدراسة إلى الإجابة عن مجموعة من التساؤلات المتعلقة بالتوازن والتوافق العضلي العصبي والمهارات الحركية الأساسية . وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم، من الإعاقات التي تؤثر بشكل مباشر على القدرات العقلية والحركية والاجتماعية للفرد، حيث يعاني الأشخاص ذوو الإعاقة الذهنية من صعوبات واضحة في التعلم والتكيف والتواصل، إضافة إلى ضعف في الأداء الحركي والتوافق العضلي العصبي .ويظهر هذا الضعف من خلال البطء في تنفيذ الحركات الأساسية، وعدم القدرة على التحكم الجيد في التوازن والحركات الدقيقة، مما ينعكس سلبًا على اندماجهم في الحياة اليومية والأنشطة الاجتماعية المختلفة لهذا كانت إشكالية بحثنا على النحو التالي دور الألعاب الشبه رياضية في تحسين الأداء الحركي لذوي الإعاقة الذهنية.(كمال عبد الحميد إسماعيل ، (1997) ، ،ص(45-82)، ومع تطور الدراسات التربوية والرياضية، أصبح الاهتمام بالأنشطة البدنية والألعاب الشبه رياضية من أهم الوسائل الحديثة المستخدمة في تحسين القدرات الحركية لدى ذوي الإعاقة الذهنية، باعتبارها أنشطة مبسطة وممتعة تتناسب مع قدراتهم واستعداداتهم المختلفة .كما تساعد هذه الألعاب على تنمية الجوانب النفسية والاجتماعية إلى جانب الجانب الحركي.

طرح الإشكالية الرئيسية التالية:

ما دور الألعاب الشبه رياضية في تحسين الأداء الحركي لدى ذوي الإعاقة الذهنية؟

التساؤلات الفرعية الآتية:

- هل توجد فروق في تحسين التحكم والتحسين الحركي (التوازن، التنسيق، سرعة الاستجابة) لدى أفراد عينة البحث بعد تطبيق برنامج الألعاب شبه الرياضية؟-"

- "ما أثر البرنامج التدريبي القائم على الألعاب شبه الرياضية في تحسين التحكم الحركي وبعض المتغيرات النفسية والسلوكية لدى الأطفال؟"
- هل توجد فعالية ذات دلالة إحصائية لبرنامج الألعاب شبه الرياضية المقترح في تحقيق التكيف الاجتماعي والاندماج لدى الأطفال عينة البحث برنامج الألعاب الشبه رياضية؟

1-2- الفرضيات

1-2-1.الفرضية العامة:

للألعاب الشبه رياضية دور إيجابي وفعال في تحسين الأداء الحركي لدى ذوي الإعاقة الذهنية.

1-2-2.الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق في تحسين التحكم والتحسين الحركي (التوازن، التنسيق، سرعة الاستجابة) بعد تطبيق برنامج الألعاب شبه الرياضية".

- يساهم البرنامج التدريبي القائم على الألعاب شبه الرياضية بشكل إيجابي في رفع مستوى الدافعية والثقة بالنفس وتقليل السلوكيات السلبية لدى الأطفال الاعاقة ذهنيا".
- توجد فعالية ذات دلالة إحصائية لبرنامج الألعاب شبه الرياضية المقترح في تحقيق التكيف الاجتماعي والاندماج لدى الأطفال الاعاقة ذهنيا من خلال الألعاب الجماعية".

1-3-أهداف الدراسة

تسعى هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:

الكشف عن واقع الأداء الحركي لدى ذوي الإعاقة الذهنية في المراكز المتخصصة.

تصميم برنامج حركي ترويحي يعتمد على الألعاب شبه الرياضية يتناسب مع القدرات العقلية والبدنية لهذه الفئة.

قياس مدى فعالية الألعاب شبه الرياضية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالحركة.

1-4-أهمية الدراسة

الأهمية النظرية :إثراء المكتبة العلمية والرياضية ببحث يربط بين التربية البدنية المعدّلة وعلم النفس الحركي لفئة ذوي الإعاقة الذهنية.

الأهمية التطبيقية (العملية :(تقديم دليل عملي (برنامج ألعاب مقترح) يمكن للمربين والمدربين في المراكز النفسية البيداغوجية الاستعانة به لتطوير وتأهيل الأداء الحركي للأطفال.

1-تحديد المصطلحات والمفاهيم :

1-5.الألعاب شبه الرياضية

أ - **لغة:** تشتق كلمة "ألعاب" من الفعل الثلاثي(لَعِبَ)، واللعب هو ضد الجد ،ويقصد ب كل عمل به التسلية والترويح ولا يقصد به كسب ماديا وإنتاج نافع بالمعنى المادي الصارم أما سابقة شبه "في اللسان العربي فتعني المشابهة والمحاكمة (أمين أنور لخولي، 2018،ص45)

ب- اصطلاحا : هي مجموعة من الأنشطة البدنية الحركية المنظمة ذات الطابع الجماعي أو الفردي ،المقتبسة في أصلها وبنيتها من الألعاب الرياضية الرسمية المقننة ،ولكن بعد إدخال تعديلات جوهرية على مساحاتها وأدواتها وقوانينها وزمنها بهدف جعلها ميسرة تتوافق من القدرات البدنية والذهنية للممارسين ،وتستخدم كأداة بيداغوجية تمهيدية أو ترويحية علاجية (أمين أنور الخولي ،مرجع سابق .2018،ص45) .

الألعاب شبه الرياضية هي أنشطة حركية مبسطة مستمدة من الرياضات المختلفة ويتم تعديل قوانينها لتناسب قدرات الأطفال .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية

الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.

تتميز الألعاب شبه الرياضية بالمرونة والتشويق وإمكانية استخدامها في مختلف البيئات التعليمية .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية . كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.

تساعد هذه الألعاب على تحسين اللياقة البدنية وتنمية الثقة بالنفس والتفاعل الاجتماعي .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.

5-2.الأداء الحركي

لغةً: الأداء مصدر الفعل (أدى)، ويقال أدى الشيء أي قام به وأمضاه وقضاه على الوجه الأكمل، فالأداء هو الفعل أو التنفيذ الخارجي للواجب ،والحركة ضد السكون وهي انتقال الجسم أو احد أجزائه في الفضاء المكاني عبر خط زمني محدد .

اصطلاحا: هو المظهر الخارجي والناتج السلوكي الفعلي الملموس لتنفيذ مهارة حركية معينة ، والذي يقيس مدى قدرة .(العصبي والعضلي على الاستجابة والتنسيق المشترك لانجاز هدف حركي محدد ا لمشتركلإنجاز هدف حركي محدد(فوزي أحمد الشلوب،2011 ،ص56).

الأداء الحركي هو قدرة الفرد على تنفيذ الحركات المختلفة بدقة وسرعة وتناسق .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.

يعتمد الأداء الحركي على مجموعة من العناصر مثل التوازن والمرونة والتوافق العضلي العصبي .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم(فوزي أحمد الشلوب،مرجع سابق ،ص56)

يساعد التدريب المستمر على تحسين الأداء الحركي لدى ذوي الإعاقة الذهنية .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.

5-3.الإعاقة الذهنية

أ-لغةً: العوق او العوقة تعني الحبس والمنع والصرف عن الشيء ،والمعاق هو من أخرته عاهة أو قصور عن مداراة أقرانه .والذهن هو العقل والقلب والفهم والذكاء

ب- اصطلاحاً: حالة من القصور البيولوجي والإنمائي تتسم بانخفاض واضح في الأداء الوظيفي العقلي العام (معدل الذكاء يتراوح بين 35-49) يرافقه عجز ملموس في مهارات السلوك الكيفي ،تظهر علاماته بوضوح خلال فترة النمو قبل سن الثامنة عشر (ماجدة السيد عبيد ،2011،ص50)

الإعاقة الذهنية هي حالة من القصور العقلي تظهر خلال مراحل النمو المبكرة وتؤثر على قدرة الفرد في التعلم والتكيف الاجتماعي .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.

يصنف ذوو الإعاقة الذهنية إلى فئات مختلفة حسب درجة الذكاء والقدرة على التكيف .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.

يعاني الأطفال ذوو الإعاقة الذهنية من ضعف في التوافق الحركي والتوازن وسرعة الاستجابة .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.

1-6-الدراسات السابقة

الدراسة الأولى:

دراسة أحمد عبد الخالق(2018)

عنوان الدراسة :أثر الأنشطة الرياضية المعدلة على تنمية المهارات الحركية لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر الأنشطة الرياضية المعدلة في تحسين المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية، حيث استخدم الباحث برنامجًا رياضيًا يعتمد على الألعاب الحركية المبسطة.

نتائج الدراسة:

-تحسن واضح في التوازن الحركي.

-تطور مستوى التوافق العضلي العصبي.

-ارتفاع دافعية الأطفال للمشاركة في الأنشطة الرياضية.

أوجه الاستفادة من الدراسة:

-الاستفادة من الاختبارات الحركية المستخدمة.

-دعم الجانب النظري المتعلق بالأداء الحركي.

الدراسة الثانية:

دراسة مُحَمَّد حسن علاوي (2002)

عنوان الدراسة :فاعلية الألعاب الشبه رياضية في تنمية التوافق الحركي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة.

هدفت الدراسة إلى إبراز أهمية الألعاب الشبه رياضية في تطوير التوافق العضلي العصبي وتنمية المهارات الأساسية لدى ذوي الاحتياجات الخاصة.

نتائج الدراسة:

-وجود فروق دالة إحصائيًا بين الاختبار القبلي والبعدي.

-فعالية الألعاب الشبه رياضية في تنمية القدرات الحركية.

-تحسين سرعة الاستجابة الحركية.

أوجه الاستفادة من الدراسة:

-توظيف بعض الألعاب المستخدمة في الدراسة.

-دعم فرضيات الدراسة الحالية.

الدراسة الثالثة:

دراسة أسامة كامل راتب(2017)

عنوان الدراسة :دور الأنشطة البدنية التكيفية في تحسين الأداء الحركي للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى فعالية الأنشطة البدنية التكيفية في تحسين الأداء الحركي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

نتائج الدراسة:

-تحسن التوازن والرشاقة.

-زيادة القدرة على التحكم الحركي.

-تنمية الثقة بالنفس والتفاعل الاجتماعي.

أوجه الاستفادة من الدراسة:

-بناء الإطار النظري الخاص بالأداء الحركي.

-الاستفادة من نتائج الدراسة في تدعيم البحث الحالي.

الدراسة الرابعة :

دراسة جديدى هاجر و بن ناصر صفاء (2024) لنيل شهادة الماستر تحت عنوان : دور التكنولوجيا المساعدة في تحسين تعليم وتواصل الأطفال ذوي الإعاقة السمعية والبصرية من وجهة نظر الأولياء وتهدف هذى الدراسة الحالية الى كشف عن دور التكنولوجيا في تحسين تعليم وتواصل الأطفال المعاقين سمعيا وبصريا وذهنيا من وجهة نظر الأولياء

الدراسة الخامسة:

دراسة فرح سبيتي تحت عنوان : التكنولوجيا المساعدة لذوي الاحتياجات البصرية تهدف الدراسة إلى التعّرف على واقع التكنولوجيا المساعدة في خدمات المكتبات الجامعية اللبنانيّة (من البرامج والتجهيزات)، للطالب الجامعيين في لبنان من ذوي الاحتياجات الخاصة الإعاقة البصرية. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي المسحي لمعرفة واقع استخدام التقنيات والتجهيزات المساعدة في تقديم خدمات المكتبات الجامعية اللبنانيّة من خلال استخدام الاستبيان، إضافة إلى المقابلة مع خبراء في المجال الموضوعي للدراسة. توصلت الدراسة إلى مجموعة نتائج من أهمها توفير التكنولوجيا المذكورة في 13 مكتبة جامعية فقط بشكل جزئي، الأمر الذي يؤثر على عملية جذب الطالب من ذوي الاحتياجات البصرية إلى هذه الجامعات.

في حين كانت المشاكل المادية من أبرز الصعوبات التي تواجه المكتبات في اقتناء واستخدام وتشغيل نظم التكنولوجيا المساعدة

الدراسة السادسة : John & Stackus (2025)

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة **مدى توفر التكنولوجيا المساعدة وإمكانية الوصول إليها لدى** اعتمدت الدراسة على عينة من **التلاميذ المعاقين ذهنيا في المدارس الابتدائية في تنزانيا** ومن خلال تحليل نتائج الدراسة ظهرت الملاحظات التالية , نقص كبير في الأجهزة التكنولوجية المساعدة داخل المدارس , ضعف البنية التحتية اللازمة لاستخدام التكنولوجيا , قلة الدعم الحكومي والمؤسسي لتوفير هذه الوسائل ا.كما استخدم المنهج الوصفي الملائمة لهذه الدراسة الوصفية

1-7.التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال الدراسات السابقة يتضح أن الألعاب الشبه رياضية والأنشطة البدنية التكيفية لها دور فعال في تحسين الأداء الحركي لدى ذوي الإعاقة الذهنية، حيث أكدت أغلب الدراسات وجود تحسن في التوازن والتوافق العضلي العصبي والمهارات الحركية الأساسية بعد تطبيق البرامج الرياضية .كما ساعدت هذه الدراسات في بناء الإطار النظري للدراسة الحالية وصياغة الفرضيات واختيار أدوات القياس المناسبة.

أكدت العديد من الدراسات السابقة فعالية النشاط البدني الرياضي المكيف في تحسين القدرات الحركية .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.
تشير نتائج البحوث إلى أهمية دمج الألعاب شبه الرياضية داخل البرامج التربوية .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.

كما أشارت نتائج الأبحاث إلى وجود تحسن واضح في التوازن والتوافق العضلي العصبي بعد تطبيق البرامج الرياضية . وتشير الأدبيات العلمية الحديثة إلى أن البرامج الحركية الموجهة تساعد بشكل كبير في تنمية القدرات البدنية والحركية لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية، حيث تعتمد هذه البرامج على أساليب تعليمية وتربوية تراعي الفروق الفردية بين المتعلمين. وأوصت الدراسات بضرورة تعميم الألعاب شبه الرياضية داخل المؤسسات التربوية .وتشير الأدبيات العلمية الحديثة إلى أن

البرامج الحركية الموجهة تساعد بشكل كبير في تنمية القدرات البدنية والحركية لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية، حيث تعتمد هذه البرامج على أساليب تعليمية وتربوية تراعي الفروق الفردية بين المتعلمين .كما أن الألعاب شبه الرياضية تساهم في تحسين التوافق العضلي العصبي وتنمية مهارات التوازن والتحكم الحركي .ومن خلال الاعتماد على التكرار والتعزيز الإيجابي يمكن تحقيق نتائج فعالة تساعد على رفع مستوى الأداء الحركي وتحسين التفاعل الاجتماعي .وقد أثبتت الدراسات أن النشاط البدني الرياضي المكيف يساعد أيضًا على التقليل من السلوكيات السلبية وتنمية الثقة بالنفس وتحقيق الاندماج الاجتماعي داخل المدرسة والمجتمع .كما أن استخدام الوسائل البيداغوجية الحديثة داخل الحصص التدريبية يسهم في خلق جو من المتعة والتحفيز، مما ينعكس إيجابًا على تعلم المهارات الحركية الأساسية.

الجانب

النظري

الفصل الثاني

تمهيـد

تعتبر الألعاب أحد الأنشطة الرياضية الهامة في مجال تدريس التربية البدنية و الرياضية المناسب لجميع الجنسيين و هي أحد المكونات الرئيسية لأي برنامج تدريسي و يفضله الكثيرون لأنه قريب من طبيعة الفرد و ميوله بالإضافة إلى دورها المهم في النمو السليم و المتكامل للفرد (النمو البدني ، الحركي ، الانفعالي الاجتماعي) ، الذي يعود على الفرد من ممارسته.

2-1- تعريف اللعب:

إن موضوع اللعب لقي اهتماما و متابعة من قبل المفكرين و العلماء و الذين ارادو أن يعطوا تعريفا دقيقا له و من بينهم الدكتور'ريسان عبد المجيد' و الذي عرفه : "هو نشاط حيوي و استخدام حر دائم يقوي المرء و إبداعه في إطار قواعد محددة " أما 'غروس"GROSS"عرفه :"للعب ما هو إلا إعداد الطفل لعمل الجد في الحياة المستقبلية."

أما "عبد الحميد شرف" فيرى : " اللعب ميل فطري موروث في كل فرد طبيعي و هو وسيلة للتعبير عن ألذات باستغلاله طاقته و يدفع الفرد إلى التجريب و التقليد و اكتشاف طرق جديدة لعمل الإنسان و بذلك يشعر الفرد فيه بالمتعة و السرور وله دور كبير في تكوين شخصية الفرد :"

-ويرى د/عطية محمود :" أن اللعب يعد الوسيلة الطبيعية في تفهم مشاكل الحياة التي تفرض و تحيط بالطفل ، في كل لحظة و آونة ، فعن طريق اللعب يكتشف البيئة التي يعيش فيها و يوسع من معلوماته و يزيد من مهاراته و يعبر عن أفكاره ووجدانه ".

2- 2.وظائف اللعب:

من الوظائف المعروفة عن اللعب هي أن اللعب يستطيع التعرف على وجوده ، بالإضافة إلى استيعاب القواعد الاجتماعية و الخلقية و اللعب بجعل الأفراد يحتكون ببعضهم البعض ، و ذلك لأنهم يسرقون اكتشاف العلاقات الإنسانية و يوافقون على الخضوع لقواعد المجموعة و من بين هذه الألعاب توجد الألعاب الرياضية التي لها أهمية كبيرة في تطوير القدرات النفسية والاجتماعية للفرد ومن بين اكبر الوظائف نجد: **(كمال عبد الحميد إسماعيل، ومحمد صبحي حسانين،1997،ص47)**

-يتعلم السلامة والأمن ومبادئ السلوك الاجتماعي
-يشبع حاجاته من الرضا و السرور والنجاح والمغامرة والتعبير عن النفس
-إشباع ميول ورغبات التلاميذ نحو الأداء الحركي
-اكتساب التلاميذ الاحساس بالتذوق والجمال والتعبير الحركي.
-تدريب الحواس مع تنمية القدرة على استخدام هذه الحواس.
-تنمية وتطوير الحركات الطبيعية الأساسية.
-اكتساب المهارات الحركية.
-تنمية القيم الخلقية و الاجتماعية.
-تنمية عنصر الاتصال الاجتماعي

2-3.أنواع اللعب:

2-3-1.اللعب العفوي:

يعتبر أساس النشاط النفسي و الحركي للاعب، و هو عبارة عن الوسيلة الأولى للتعبير عن إشارات و حركات تظهر مجانية.

2-3-2.اللعب التربوي:

المدرسة الفعالة النشيطة اهتمت بأنه يمكن أن يقوم اللعب بدور تربوي و ذلك خاصة عندما يكون الطفل في ريعان نموه ، بحيث يثير الانتباه و ينمي روح الملاحظة في التعاون و بعد ذلك يمكن من تهيئة النزعة للحياة الاجتماعية.

2-3-3. اللعب العلاجي:(أمين أنور الخولي ،ومحمود عبد الفتاح ،1998،ص112)

يستعمل في العلاج النفسي عند الأطفال الذين هم تحت التشخيص . إذ أن الطفل لا يستطيع التعبير على كل مشاكله أي ما يختلج في صدره عن طريق الكلام ، و لكن تحملها بظهر بوضوح في نشاطات اللهوية كاللعب.

2-4.قيمة اللعب:

يعتبر اللعب من أهم الوسائل التربوية التي تدخل في تشكيل جوانب شخصية الفرد لأنه يساعده على اكتشاف المحيط و اكتساب الخبرة ، حيث نجد اللعب له قيمة كبيرة تتلخص فيما يلي :

-تدريب الحواس و تنمية الملاحظة و اكتساب الخبرة.

-تلبية حاجات الفرد و ميوله إلى اللعب و الحركة.

-المساعدة على التكليف الاجتماعي.

-تسهيل اكتساب المعارف عن طريق الممارسة.

-استغلال الألعاب في تنظيم الحوار قصد تصحيح المكتسبات و إثرائها.

-اكتساب المحيط و تنظيم الفضاء. (**أمين أنور ،ومحمود ،مرجع سابق ،ص120**)

2-5.دور الألعاب في نمو الفرد:

2-5-1.الجانب البدني:

تساعد الألعاب الطفل على النمو البدني فهي تنمي قدرات الجسم على التكيف للمجهود وقدرته على مقاربة اللعب والعودة إلى الحالة الطبيعية ،وتتضمن الألعاب العديد من الحركات كالجري والرمي والقفز وكلها حركات تساعد على تحسين الأجهزة العضوية المختلفة للجسم.

2-5-2.الجانب النفسي:

إن المحللون النفسيين ينظرون إلى اللعب على انه الطريق الأسمى لفهم المحاولات التي يقوم ذات اللاعب للتوفيق بين الخبرات المتعارضة التي يمر بها إذا يكتشف اللاعب الذي يعاني من مشكلة خاصة مشكلته عن طريق اللعب بشكل لاتقاد طريق أخرى. (**وجيه محجوب ،2001،ص88**)

2-5-3 الجانب الحركي:

تعمل الألعاب على جعل الجسم قادرا على الحركة مع بذل أقل قدرا ممكن من الطاقة كما تجعل حركات اللاعب رشيقة و جميلة ، و تعتمد الحركة الفعالة على العمل المنسق بين الجهاز العضلي و الجهاز العصبي و ينتج عن هذه الحركة الصحيحة المنسجمة أن تبعد المسافة بين التعب و قمة الأداء و تنمو هذه الحركات في الألعاب التي تتضمن مهارات مثل : الجري و الوثب و المحاورة و لف الجسم و كل الحركات التي تتطلب مهارات توافقية مثل : القدرة على التحكم في رمي الكرة إلى مكان بعيد و إيجاد ضرب الكرة بالمضرب و أهم فترة لاكتساب هذه المتوافقات المهارية و تنميتها هي مرحلة الطفولة إلا أنها تحتاج إلى سنوات عديدة من التدريب.

2-5-4. الجانب الانفعالي: في ممارسة الألعاب مجال خصب لتنمية إنكار ألذات ، فالألعاب تجعل الفرد يشعر بالمسؤولية و الاعتماد على نفسه في كيفية مواجهة المنافس ، و في أثناء اللعب يتحرر الفرد من التوتر و يشعر بالثقة في نفسه

و سعادة و رضا فيما يقوم به ،كما أن مزاج الفرد يصبح أكثر ثباتا فلا يتذبذب لأسباب تافهة بين الفرح و الحزن أو بين التحمس و الفتور من الفوز بنقطة أو فقد نقطة.(**وجيه محبوب ،مرجع سابق ،ص92**)

2-5-5.الجانب الاجتماعي: تساعد الألعاب على النمو الاجتماعي للفرد أثناء اللعب يكشف مسؤولية نحو الجماعة و الحاجة إلى تبعية و القيادة إلى ممارسة النجاح و الشعور بالانتماء ،كما يتعلم كيف يواجه مواقف الرضا و مواقف الضيق و الهزيمة و يتحقق اللاعب التعاون و الحب و الإخاء و تحقيق ألذات و احترام حقوق الآخرين ، و الرغبة في الفوز تجعل اللاعب يبذل الجهد و العطاء و بذلك تنمو في اللاعب العلاقات الإنسانية القيمة و الوعي الجماعي و المعايشة التعاونية.

2-5-6.الجانب العقلي:تساعد الألعاب على نمو العقلي فالفرد يحتاج إلى التفكير و تفسير المعارف التي يكتسبها مثل :القوانين و ميكانيكية الأداء الحركي و الخطط المتضمنة للألعاب و تساعد اللاعب على تحليل المواقف المفاجئة و المشحونة بالانفعال و القدرة على اتخاذ القرار بسرعة تحت ضغط هذه الظروف .(كمال عبد الحميد ،مُحَمَّد صبحي ،مرجع سابق ،ص50)

2-6.تقسيم الألعاب:

يمكن تقسيم الألعاب إلى نوعين هما:

- الألعاب الكبيرة:فهي ذلك النوع من الألعاب التي لها قواعد و قوانين متعارف عليها محليا و دوليا و تحتاج عادة إلى مساحات كبيرة لإقامتها و لعدد كبير من الأفراد لمزاولتها
- الألعاب الصغيرة:فهي الألعاب التي ليس لها اتحاديات دولية أو قوانين ثابتة و يجب أن لا يغيب عن أذهاننا أن هناك عوامل كثيرة لها أثر كبير في تقسيم الألعاب كالجنس و السن و البيئة و العوامل الجوية .(**وجيه محجوب ،مرجع سابق ،ص90**)

2-7.أهداف اللعب:

تعد طريقة اللعب من الطرق الشائعة الاستعمال في مجال التدريب الرياضي لمختلف أطوار نمو الفرد و ذلك لما تحققه هذه الطريقة من نجاح كبير للوصول إلى الأهداف المسطرة من قبل المعلم في الجوانب الحركية ، و المعرفية ، و الانفعالية (العاطفية) ، و من بين هذه الأهداف نجد:

2-7-1.الأهداف النفسية الحركية:

لكي تكون طريقة اللعب فعالة تجب أن تهدف إلى تنمية و تحسين الحركات البنائية الأساسية مثل الحركات الانتقالية و المتمثلة في القدرة على التحرك من وضع الثبات إلى مكان آخر كالوثب و الجري بالإضافة إلى الحركات الغير انتقالية كتحريك الرأس و الجذع و كذلك الحركات اليدوية كالضرب باليد أو القدم ، وتنمية القدرات الادراكية التي تساعد المتعلم على تفسير المثير حتى يتمكن من التكيف مع البيئة و تتضمن أساسا التميز الحركي و البصري و السمعي ،كما تساهم هذه الطريقة في تنمية القدرات البدنية حيث تعمل على تحسين أداء المهارات المتعددة و البسيطة منها و العقدة بالإضافة إلى تنمية المهارات الحركية (**عفاف عبد الكريم ،1990،ص210**).

2-7-2.الأهداف المعرفية:

ينبغي أن تهدف برامج اللعب إلى إعداد الفرد في المجال المعرفي بأقسامه المتعددة و التي المعرفة مثل : القدرة على تذكر المهارات السابق تعلمها بالإضافة إلى الفهم بحيث يكون المتعلم قادرا على الفهم الحركي أو المهارات التي يتعلمها ، و كذا تطابقها و تحليل تلك الحركات و تركيبها ، ثم الوصول إلى تقييمها أو معرفة مدى تحقيق الهدف الذي وضع له ، و مثال

الأهداف المعرفية نذكر ما يلي : أن يعرف المصطلحات الخاصة باللعب و يتعرف على أنواع المهارات الخاصة به ، و يختار طرق اللعب المناسبة للفريق و يحلل أنماط المهارات تحليلا دقيقا و يقارن بين مستويات الأداء الأولى و النهائي و يقوم أخطاء الأداء.

2-7-3.الأهداف العاطفية:

لا شك أن لكل هدف معرفي جانب عاطفي و تلازمها أمر طبيعي ، و على المعلم أن يجذب اهتمامات المتعلمين للتعلم الألعاب حتى يتولد لديهم الرغبة في تعلمها ، كما يتضمن المجال العاطفي عملية التطبيع الاجتماعي الذي له الأثر في نمو السلوك و التحكم فيه و يدخل في نطاق الأهداف العاطفية للألعاب : غرس قيم مرغوب فيها كالروح الرياضية العالية مثل : التفاهم و الإحساس بمشاعر الآخرين و احترام حقوق الآخرين نتيجة احترام قواعد اللعب و احترام الحكام و الإداريين ، و تقبل المسؤولية عن السلوك الشخصي و إدراك الفرد لذاته و الشجاعة ، و المثابرة و بذل الجهد ، كما يكتسب اللاعب قيمة ثقافية بحيث تساعد على فهم ثقافة المجتمع ، و كذا اكتساب قيم جمالية و فنية من خلال التربية الحركية التي تعمل على تحقيق الرضا الجمالي و الفني .(**عفاف عبد الكريم ،مرجع سابق ،ص215**)

2-8.الألعاب الشبه رياضية:

أ -تعريف:

الألعاب الشبه رياضية هي مجموعة من الحركات أو الفعاليات المريحة والترفيهية مهمتها تطوير القدرات البدنية والعقلية بطريقة نشيطة ومريحة ، فالألعاب الشبه رياضية هي نشاط خاص بالطفل ويأخذ عدة أشكال حسب العمر وهو مركز على الميول المأخوذة من النشاط كليا بحيث يعتبر المحرك الرئيسي لتطوير شخصية الطفل وغالبا ما تسير الألعاب الشبه رياضية بطابع تنافسي دون الحاجة أو اللجوء إلى قواعد تنافسية رسمية من بينها مدة اللعب وعدد اللاعبين والملعب وطبيعة الوسائل المستعملة في الرياضات الجماعية بصفة عامة.

للإشارة أن المصطلح أو كلمة الألعاب الشبه رياضية غير مستعملة في التعاريف العالمية بل تستعمل في الألعاب الصغيرة أو الألعاب الحركية كمفردات لكونها مستمدة من خيال الأطفال ومستوحاة من تقاليد وعادات الشعوب وتستعمل الألعاب الشبه رياضية من أجل: (**كمال عبد الحميد ،مُحَمَّد صبحي ،مرجع سابق ،ص78**)

2-8-1.التحفيز:

بحيث أنه ليس هناك سلوك دون التحفز لذلك يجب إدخال مثير لإثارة الفكر لكي يدخل في الحركة فالتحفيز يمثل العامل الرئيسي الذي به ينمي الفكر ، والتركيز والانتباه والترفيه والراحة في المنافسة كي يستطيع الطفل إعطاء أفضل ما لديه من روح الإبداع في كل الأوضاع البيداغوجية. يجب التأثير على التحفيز لدي الطفل وذلك من خلال عدة عوامل :

- عوامل مرتبطة بالتلميذ منها حب التنفيذ وكذلك استعمال متطلبات الحركة.
- عوامل مرتبطة بالنشاط في حد ذاته كتنوع الوضعيات المتتابعة والإحساس بالاستقلالية.
- عوامل مرتبطة بشخصية المربي ومنها -: احترام شخصية الطفل -. إيجاد وسط أمن ومثير في نفس الوقت.

2-8-2- التحضير:

يكون اللعب على أشكال مختلفة حسب العمر ويكون مركز على الميول المكتسبة عن طريق الممارسة ويعتبر اللعب المحرك الأساسي لتطور القدرات البدنية والعقلية ، والنفسية والاجتماعية في الرياضات والممارسة الكلية والمداومة تكون مقيدة ،

لكن هذه الإجراءات تتخذ قصد تميز الألعاب الخاصة بالطفل التي لها دلالة ومعاني مختلفة . **(عفاف عبد الكريم ،مرجع سابق ،ص230)**

2-9.أهمية الألعاب الشبه رياضية:

تكتسي الألعاب الشبه رياضية أهمية كبيرة وتتجلى فيما يلي:

-تعتبر وسيلة أساسية في تطوير الجانب البدني للطفل.

-تنمي روح التعاون والتفاعل الاجتماعي.

-هي بمثابة تمهيد لألعاب الفرق من خلال تنمية المهارات الحركية الأساسية المختلفة.

-تضفي على درس التربية البدنية والرياضية جوا من المرح والتسلية.

2-10.خصائص الألعاب الشبه رياضية:

تتميز الألعاب الشبه رياضية بعدة خصائص منها:

·الألعاب الشبه رياضية لا تتطلب وسائل وإمكانيات متعددة ومعقدة.

·تكون الألعاب الشبه رياضية محددة بقواعد صحيحة وسهلة الفهم.

·يجب أن تحتوي الألعاب الشبه رياضية على مجهود بدني وعقلي يحتفظ بأكبر عدد من الأطفال أثناء الأداء.

·نتيجة التنافس لا تعتمد على الصدف.

·يجب أن تكون محفزة خاصة المتعلقة بفكر الطفل.

·يجب أن تسمح بمجهود بدني متنوع لكامل الجسم ، وكذلك توزيع متوازن للجهد البدني وكذا وقت للراحة ، وأيضا المتطلبات التنسيقية والمعرفية. **(كمال عبد الحميد إسماعيل وآخرون ،مرجع سابق ،ص82)**

2-11.أهداف الألعاب الشبه رياضية:

لاستعمال الألعاب الشبه رياضية في درس التربية البدنية دور في عملية التعلم الحركي وكذلك إضفاء طابع الحيوية والمتعة على درس التربية البدنية والرياضية ، ولكن استعمال الألعاب الشبه رياضية في كل جزء من أجزاء الحصة لديه أهداف ثانوية أخري نوردها فيما يلي:

2-11-1.المرحلة التحضيرية:

تستعمل الألعاب في هذه المرحلة لخدمة غرضين أساسين وهما:

أولا : القيام بعمليات الإحماء لتحضير الجسم لتقبل الجهد خلال طول الحصة ، والهدف التالي هو تنشيط الحصة قصد تحفيز الطلبة على القيام بمجهود بدني وعقلي دائما في صياغ عملية الترقية.

2-11-2.المرحلة الرئيسية : وتستعمل الألعاب في هذه المرحلة لتعزيز وتدعيم عملية التعلم وذلك باقتراح ألعاب تخدم هدف الحصة ، بحيث تسمح باكتساب المهارات الحركية والتقنية في وسط تنافسي تنمي فيه جميع الصفات البدنية والعقلية.

2-11-3.المرحلة النهائية:

وتستعمل الألعاب الشبه رياضية في المرحلة النهائية لخدمة هدفين أساسين ويتمثل الأول في عملية الاسترخاء البدني بعد أداء جهد بدني مرتفع ، أما الهدف الثاني فيتمثل في ترك التلاميذ في نشاط دائم في حالة عدم احتواء المرحلة

الرئيسية على حمل كبير ،((جهد بدني كبير)) أو إذا كان البرنامج المدرسي يسمح بذلك أي عدم وجود حصة دراسية بعد حصة التربية البدنية والرياضية .

2-12- تصنيف الألعاب الشبه رياضية: تصنيف الألعاب الشبه رياضية يعود إلى إلى أربعة مجموعات.

2-12-1. ألعاب جد نشيطة: وهي التي تتطلب جهد بدني مركب ومتوافق بين كل اللاعبين وهذا الجهد يدوم بدوام اللعب في حد ذاته.

2-12-2. ألعاب نشيطة: يكون الجهد في هذه الألعاب عالي ، يقتصر على فريق واحد في الوقت الذي يكون فيه الفريق الثاني في راحة نسبية ، مع أخذ قسط حقيقي وفعال من اللعب.

2-12-3 ألعاب ذات شدة ضعيفة: وتنصف هنا كل الألعاب أين يكون فيها الجهد البدني بشكل عام فردي ولا يمثل في الوقت إلا جزء ضئيل من المدة الإجمالية للحصة ويحمل إلى ملاحظة أنه في حالة ما إذا استعملت ألعاب هذه المجموعة تكون بعدد قليل من الأطفال. **(عفاف عبد الكريم ،مرجع سابق ،ص235)**

2-12-4.ألعاب ترويحية تثقيفية: تتميز هذه الألعاب بالجهد الضعيف وإثارة الجهد الذهني والعقلي مما ينتج عنه الترويح والتثقيف .

خاتمـــــة

بناءً على المعطيات النظرية والتطبيقية المطروحة، نخلص إلى أن الألعاب شبه الرياضية تمثل أداة بيداغوجية وحركية لا غنى عنها في ميدان علوم الأنشطة البدنية والرياضية. إن قدرتها الاستيعابية ومرونتها العالية تجعل منها الخيار الأمثل للباحثين والمربين الراغبين في إحداث تطور ملموس في الأداء الحركي والبدني، جنباً إلى جنب مع تعزيز قيم الاندماج الاجتماعي والتربية الأخلاقية. فاللعب هنا يتسامى عن كونه مجرد ترويح، ليصبح وسيلة علمية مقننة تخضع للقياس والتوجيه.

الفصل

الثالث

تمهيد :

يُعد الأداء الحركي المحور الأساسي الذي تلتقي فيه العلوم البيولوجية والميكانيكية والنفسية لتترجم قدرة الإنسان على التفاعل مع محيطه الخارجي. إن دراسة الأداء الحركي لا تقتصر على ملاحظة الحركة الظاهرية فحسب، بل تمتد لتشمل فهم العمليات العصبية المركزية المسؤولية عن التخطيط والتحكم، والآليات الفسيولوجية التي تمد العضلات بالطاقة اللازمة، والقوانين الميكانيكية التي تحكم كفاءة وانسيابية الحركة.

يهدف هذا الفصل إلى تقديم دراسة أكاديمية معمقة لـ "الأداء الحركي"، بدءاً من ضبط مفاهيمه الأساسية والتمييز بينه وبين التعلم الحركي، مروراً بالنظريات المفسرة للتحكم الحركي، وصولاً إلى التحليل الفسيولوجي والبيوميكانيكي لمحددات الأداء. كما يسلط الفصل الضوء على طبيعة الاختلالات التي تصيب الأداء الحركي لدى الأفراد ذوي الإعاقة الذهنية، مما يمهد الطريق لبناء استراتيجيات علمية لتطوير مهاراتهم الحركية عبر الأنشطة الرياضية المعدلة.

3-مفهوم الأداء الحركي:

لتحقيق الدقة الأكاديمية، يتطلب البحث الرياضي التمييز الدقيق بين الأداء الحركي والمفاهيم المتداخلة معه كالسلوك والتعلم الحركي.

3-1-تعريف الأداء الحركي

يُعرّف الأداء الحركي بأنه "السلوك الحركي الفعلي والملاحظ الذي يبديه الفرد عند تنفيذ مهارة حركية معينة في وقت محدد وتحت ظروف معينة .(Schmidt & Lee, 2019.p46) "ويتميز الأداء بأنه متغير ومؤقت، حيث يتأثر بعوامل داخلية وخارجية آنية مثل التعب، القلق، الدافعية، والظروف البيئية، وبالتالي فهو لا يعكس دائماً القدرة الحقيقية الثابتة للفرد.

3-2-التمييز بين الأداء الحركي والتعلم الحركي

يشير الخبراء إلى وجود اختلاف جوهري بين المفهومين:(Magill & Anderson, 2017.p78)

- **الأداء الحركي** :هو ناتج ظاهري، وقتي، وقابل للقياس المباشر (مثل: قياس زمن الاستجابة أو دقة التصويب في لحظة معينة)
- **التعلم الحركي** :هو تغير شبه دائم في قدرة الفرد على أداء المهارة، يظهر نتيجة للممارسة والتدريب، ولا يمكن ملاحظته مباشرة بل يُستدل عليه من خلال اختبارات الاحتفاظ ونقل أثر التعلم.

3-3. النظريات المفسرة للتحكم في الأداء الحركي

تنقسم المقاربات العلمية في تفسير كيفية إنتاج الأداء الحركي والتحكم فيه إلى اتجاهين رئيسيين:

.3.1نظرية البرنامج الحركي العام) :

تفترض هذه النظرية (المقاربة المعرفية) أن الدماغ يقوم بتخزين "برامج حركية" في الذاكرة طويلة المدى كأوامر مجردة مسبقة الصنع. عند رغبة الفرد في الأداء، يستدعي الجهاز العصبي المركزي هذا البرنامج ويعدل بارامتراته العضلية (كالسرعة، القوة، والزمن) لتتناسب مع الموقف الحالي.(Schmidt & Lee, 201.p9)

.3.2نظرية الأنظمة الديناميكية

على عكس النظرية المعرفية، ترى هذه النظرية (المقاربة البيئية) أن الأداء الحركي لا يدار بأوامر مركزية مخزنة، بل ينبثق ذاتياً نتيجة التفاعل الديناميكي الحر بين ثلاثة عناصر :**الفرد**)خصائصه البيولوجية والمورفولوجية(، **البيئة**)الجاذبية، طبيعة الأرض)، و **المهمة المراد تنفيذها** .(Davids et al., 2008.p17)

3-4-المحددات الفسيولوجية والبيوميكانيكية للأداء الحركي:

3-4-1المحددات النيوروفسيولوجية (التحكم الإشاري والارتجاع)

يتوقف نجاح الأداء الحركي على كفاءة **الحلقة المغلقة والحلقة المفتوحة** في التحكم الحركي:

- **المستقبلات الحس عميقة** :مثل مغازل العضلات وأعضاء غولجي الوترية، والتي تزود الدماغ بتقرير آني عن وضعية الأطراف في الفراغ ومستوى التوتر العضلي، مما يسمح بتعديل الأداء أثناء الحركة (Magill & Anderson, 2017).
- **زمن الرجع وزمن الحركة** : يمثل زمن الرجع كفاءة الجهاز العصبي في معالجة المثيرات وإصدار الأمر الحركي، في حين يمثل زمن الحركة الكفاءة العضلية في التنفيذ المادي للسرعة والانقباض.

3-4-2 المحددات البيوميكانيكية والأنثروبومترية

يرتبط الأداء الحركي بالقوانين الميكانيكية التي تحكم جسم الإنسان أثناء الحركة:

- **التوازن واستقرار مركز الثقل** :تعتمد كفاءة المهارات الحركية (كالركض والتنقل) على قدرة اللاعب على التحكم في قاعدة الارتكاز وعلاقتها بمركز ثقل الجسم لضمان الثبات الميكانيكي الديناميكي.
- **الانسيابية وتوافق الحلقات الحركية** :يُقصد به الانتقال السلس للقوة من المجموعات العضلية الكبيرة (كالرجلين والجذع) إلى الأطراف الصغيرة (كاليدين) لتحقيق أقصى كفاءة ميكانيكية بأقل جهد بدني مبذول.

3-5.خصوصية الأداء الحركي لدى ذوي الإعاقة الذهنية:

عند إسقاط نظريات ومحددات الأداء الحركي على فئة ذوي الإعاقة الذهنية، تظهر فجوات واضحة في الأداء تعود لأسباب بنيوية ووظيفية:

3-5-1.الخلل في منظومة معالجة المعلومات

يواجه ذوو الإعاقة الذهنية صعوبة بالغة في مرحلة "تحديد المثير" و"اختيار الاستجابة" الحركية، مما يؤدي إلى زيادة طردية في زمن الرجع .هذا البطء النيورولوجي يجعل أدائهم الحركي في الألعاب التي تتطلب سرعة بديهة وتغيير اتجاه (كالبرامج الشبه رياضية) متأخراً ومتردداً.(Kaufman et al., 2014.p40)

3-5-2 القصور في الصفات البدنية التنسيقية :

يظهر ذوو الإعاقة الذهنية عجزاً ملموساً في صفات:

- **التوافق الحركي العضلي العصبي** :صعوبة الربط بين حركتين مختلفتين في آن واحد (مثل الجري مع تنطيط الكرة باليد.(

- **تقدير الوضع في الفراغ والإيقاع الحركي** :ضعف في ضبط القوة والسرعة المناسبة للمسافات، مما يسبب تكرار الفشل في مهارات الرمي والالتقاط.(Westendorp et al., 2011.p32)

3-5-3. الانعكاسات الفسيولوجية على الأداء:

يؤدي انخفاض الكفاءة الهوائية السائد لدى هذه الفئة إلى سرعة تراكم حمض اللاكتيك وتدني كفاءة الألياف العضلية، مما يتسبب في تدهور سريع في دقة الأداء الحركي وثباته بمجرد تعرضهم لجهد بدني متوسط .(Pitetti et al., 2013.p43) لذلك، تعتبر الألعاب شبه الرياضية المعدلة –التي تعتمد على فترات راحة مناسبة وتدرج ميسر في الصعوبة الحركية– الأداة المثالية لتطوير هذا الأداء بشكل آمن ومتدرج.

خاتمة :

في الختام يمكن القول إن الأداء الحركي يمثل المرآة الحقيقية للكفاءة البدنية والوظيفية للفرد. ومن خلال هذه الدراسة الميدانية التجريبية التي تناولت أثر برنامج حركي مقترح، تمكنا من ملامسة الواقع التطبيقي لكيفية الارتقاء بالمهارات الحركية والتنسيقية عبر التخطيط العلمي المدروس. إن النتائج الإحصائية الإيجابية التي تم التوصل إليها تؤكد بشكل قاطع أن تطوير الأداء الحركي ليس مجرد نتاج للنمو الطبيعي التلقائي، بل هو عملية مكتسبة تتأثر بشكل مباشر بجودة البرامج التطبيقية ونوعية المثيرات الحركية المقدمة للفرد.

الفصل

الرابع

تمهيد :

يشهد البحث العلمي المعاصر تحولاً جذرياً في المقاربات النظرية والكلينيكية الموجهة لفئة ذوي الاحتياجات الخاصة، وبشكل أخص ذوي الإعاقة الذهنية. فلم يعد التعامل مع هذه الفئة مقتصراً على المنظور الطبي التقليدي الذي يختزل الإعاقة في العجز العضوي أو القصور الذكائي الصرف، بل امتد لينتقل نحو مقاربة نمائية وتكيفية شاملة تدرس الفرد في ظل تفاعله المستمر مع بيئته السوسيو–حركية.

تعتبر الإعاقة الذهنية متلازمة نمائية معقدة تتداخل في تشكيلها العوامل البيولوجية، العصبية، والبيئية، وينعكس أثرها بشكل مباشر على الكفاءة الإدراكية والسلوك التكيفي للفرد. ومن هذا المنطلق، يسعى هذا الفصل إلى تأسيس قاعدة معرفية متينة تبدأ بضبط الدلالات المصطلحية والتعريفات المعتمدة دولياً، ثم الغوص في الآليات النيورولوجية والمعايير التشخيصية الحديثة، وصولاً إلى تحليل الخصائص البدنية والبيوميكانيكية والفسيولوجية التي تشكل حجر الزاوية والركيزة العلمية لبناء وتصميم البرامج الرياضية المعدلة والأنشطة شبه الرياضية الكفيلة بدمج هذه الفئة وتطوير كفايتها الحياتية.

4-المفهوم الاصطلاحي للإعاقة الذهنية:

مرّ مصطلح الإعاقة الذهنية بمحطات تاريخية وتعديلات مصطلحية عديدة، حيث تم التخلي رسمياً في الأوساط الأكاديمية والطبية عن المصطلحات الكلاسيكية كـ "التخلف العقلي "لما تحمله من وصمة اجتماعية ونظرة قاصرة، واستُبدلت بمفاهيم تركز على الأداء الوظيفي ومستوى الدعم التكيفي.(ماجدة السيد عبيد ،2011،ص58)

4-1-التعريف الطبي :

يركز المنظور الطبي على المسببات العضوية، الاختلالات الجينية، والتلف البنيوي الذي يصيب الجهاز العصبي المركزي أثناء مراحل النمو، مما يؤدي إلى حدوث قصور في الأداء العقلي العام. وفي هذا السياق، تُعرّف منظمة الصحة العالمية في تصنيفها الدولي الحادي عشر للأمراض الإعاقة الذهنية بأنها حالة من نقص النمو العقلي أو عدم اكملائه، تمتاز باختلال في المهارات المعرفية والسلوكية تظهر خلال فترة النمو، وتساهم في تحديد المستوى العام للذكاء (أمين أنور الخولي ،2007 ،ص112)

4-2.التعريف السيكومتري (الكمي)

يعتمد هذا المنظور على القياس الإحصائي الكمي للقدرات العقلية باستخدام اختبارات ومقاييس الذكاء المقننة عالمياً. ووفقاً لهذا المعيار، يُصنف الفرد على أنه يعاني من إعاقة ذهنية إذا استقرت النسبة الكلية لمعامل ذكائه دون انحرافين معياريين عن المتوسط العام (أي ما يعادل 70-75 درجة فما دون)، شريطة أن يثبت هذا القصور ويظهر كلينيكياً قبل بلوغ سن الثامنة عشرة (Kaufman et al., 2014.p87).

4-3.التعريف التكيفي والاجتماعي (المقاربة المعاصرة)

- **تعريف الجمعية الأمريكية للإعاقات الذهنية والنماء :(AAIDD)** تشير الجمعية في دليلها الحديث إلى أن الإعاقة الذهنية هي "عجز يتميز بوجود قيود جوهرية في كل من الأداء الفكري والسلوك التكيفي، والذي يغطي العديد من المهارات الاجتماعية والعملية اليومية، وتظهر هذه الإعاقة قبل سن 18 عاماً (Schalock et al., 2021.p88, "
- **تعريف الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس** :يحددها باعتبارها اضطراباً يبدأ خلال فترة النمو، يتضمن عجزاً في الجوانب الفكرية والوظائف التكيفية ضمن المجالات المفاهيمية، الاجتماعية، والعملية الحياتية (American Psychiatric Association [APA], 2013.p99).

4-4 .الأبعاد النيورولوجية والتشخيصية المعمقة للإعاقة الذهنية

4-4-1.المقاربة العصبية الإدراكية (آليات معالجة المعلومات)

تُعزى الإعاقة الذهنية من الناحية النيورولوجية (علم الأعصاب الإدراكي) إلى وجود خلل في كفاءة التشابك العصبي وضيق المسارات الناقلة للإشارات الكهربائية في القشرة المخية، وتحديداً في **الفص الجبهي** المسؤول المباشر عن "الوظائف التنفيذية " ويترتب على هذا الخلل البنيوي ما يلي:(Harris, 2018.p100)

- **بطء السيالة العصبية ونقل الإشارة** :مما يؤدي إلى تأخر ملحوظ في زمن الرجع وعدم القدرة على اتخاذ القرارات السريعة أثناء المواقف الحركية والرياضية المركبة.
- **عجز الذاكرة العاملة** :ضعف حاد في استقبال وتخزين المعلومات اللفظية أو البصرية واستدعائها آنياً، مما يفسر صعوبة استيعاب المصاب للأوامر والتعليمات المركبة (مثل تنفيذ جملة تكتيكية أو خطة لعب جماعية).

4-4-2.محكات التشخيص الحديثة ومستويات الدعم:

تجاوز الدليل التشخيصي الفكرة التقليدية التي تقسم الشدة بناءً على درجات وأصبح يعتمد كلياً على **مستوى الدعم المطلوب** للفرد في ثلاثة مجالات نمائية أساسية:(APA, 2013.p150)

- **المجال المفاهيمي** :ويقيس القدرة على اكتساب المهارات الأكاديمية مثل: اللغة، القراءة، الكتابة، الرياضيات، واستخدام الذاكرة وحل المشكلات الرمزية.
- **المجال الاجتماعي** :ويتضمن الكفاءة في التواصل الشخصي، القدرة على تكوين علاقات الصداقة، الوعي بمشاعر الآخرين وفهمها (التعاطف)، والقدرة على الحكم الاجتماعي العقلاني لتفادي الوقوع ضحية للاستغلال.
- **المجال العملي** :ويشمل مهارات الاستقلالية والعناية بالذات (النظافة الشخصية، المظهر)، إدارة شؤون الحياة (المال، التناوب، السلامة)، والالتزام بالقواعد التنظيمية داخل المؤسسات التربوية أو الأندية الرياضية.

4-5.الأبعاد البيولوجية والوراثية ذات الانعكاس الحركي

ترتبط الإعاقة الذهنية في كثير من الأحيان بمتلازمات جينية تؤثر بشكل مباشر على البنية المورفولوجية والفسيولوجية للجسم، وهو ما يجب على أخصائي النشاط البدني المكيف دراسته:

- **متلازمة داون** :الناتجة عن خلل الكروموسوم 21 الزائد، وتصاحبها ميزات فسيولوجية خاصة كالارتخاء العضلي العام ، المرونة المفصلية المفرطة التي ترفع من احتمالية الإصابة بالخلع، والتشوهات الخلقية في الجهاز الدوري والتنفسي (Sherman et al., 2007.p59).

- **مرض الفينيل كيتون يوريا** :اضطراب تمثيلي غذائي وراثي يتسبب في تراكم حمض الفينيل ألانين السام في الدماغ، مما يؤدي إلى تلف الخلايا العصبية ويصاحبه قصور حاد في الضبط والاتزان العصبي الحركي.

4-6.التحليل الحركي والبدني للإعاقة الذهنية (المقاربة الرياضية المكيفة)

يمثل هذا المحور النواة الأساسية لربط الإعاقة الذهنية بتخصص علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، حيث تظهر ملامح القصور في الأداء البدني من خلال ثلاثة أبعاد:

4-6-1.القصور البيوميكانيكي والتحكم الإشاري

يعاني المصابون بالإعاقة الذهنية من تأخر واضح في **النمو الحركي والتحكم الحركي** نتيجة لضعف التنسيق الإشاري من الدماغ إلى العضلات، ويبرز ذلك من خلال:

- **اضطرابات التوازن والتوافق الحركي** :ضعف كفاءة الجهاز الدهليزي في الأذن الداخلية والمستقبلات الحس-حركية ، مما يؤدي إلى صعوبة الحفاظ على مركز ثقل الجسم أثناء الحركة، وفشل في التوافق الثنائي (عين-يد / عين-رجل) عند الجري، الوثب، أو استلام وتمرير الكرات.(Westendorp et al., 2011.p78)
- **غياب الانسيابية الحركية** :تظهر حركاتهم ميكانيكياً بشكل متصلب أو متقطع، مما يسبب هدراً كبيراً في الطاقة المصروفة وضعفاً في الكفاءة الحركية العامة.

4-6-2.الخصائص الفسيولوجية والأنثروبومترية

- **انخفاض الكفاءة الدورية التنفسية** :أكدت الدراسات الفسيولوجية أن ذوي الإعاقة الذهنية يمتلكون سعة هوائية قصوى منخفضة مقارنة بالعاديين، مما يعجل بظهور التعب الفسيولوجي (العضلي والمركزي) وينعكس سلباً على صفة التحمل والقوة.(Pitetti et al., 2013.p12)
- **الميل نحو السمنة والنمط الحياتي الخامل** :بسبب نقص الفرص المتاحة للمشاركة الرياضية، تنخفض لديهم معدلات التمثيل الغذائي الأساسي وتزداد النسبة المئوية للدهون المتراكمة على حساب الكتلة العضلية النظيفة.

4.7-دور الألعاب شبه الرياضية والنشاط البدني المكيف

إن استخدام استراتيجيات التدريب الحركي القائمة على تبسيط القوانين، وتقسيم المهارات المعقدة إلى أجزاء، واستخدام التقنيات المساعدة يسهم في (معمر، 2022،ص15)

- **تطوير المهارات الحركية الأساسية** :كالجري، الوثب، رمي والتقاط الأشياء.
- **تطوير السلوك التكيفي والاجتماعي** :من خلال خفض حدة السلوك الانسحابي أو العدواني، تعزيز الثقة بالنفس، وغرس روح العمل الجماعي والامتثال لقواعد اللعب.

خـــاتمة

في الأخير يتضح أن الإعاقة الذهنية لم تعد تُفهم كحالة ثابتة ومغلقة من العجز، بل هي حالة تفاعلية ديناميكية بين قدرات الفرد الذاتية والبيئة المحيطة به. إن الانتقال العلمي من معيار نسبة الذكاء الصماء إلى معيار "أنظمة الدعم والتكيف" يفتح آفاقاً واسعة أمام الباحثين والممارسين لبناء برامج تأهيلية وتربوية وحركية مخصصة، قادرة على إحداث فروق جوهرية في حياة هؤلاء الأفراد.

الفصل التطبيقي

الفصل الخامس :منهجية الدراسة

تمهيد

5 -1 : الدراسة الإستطلاعية

2-5: منهج الدراسة

3-5 : متغيرات الدراسة

4-5 :مجتمع وعينة الدراسة

5-5: أساليب جمع البيانات –أدوات جمع البيانات

6-5 : الخصائص السيكومترية لأوات الدراسة

7-5: تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية

خلاصة

تمهيد :

بعد دراستنا للجانب النظري ' الذي تناول الرصيد المعرفي الخاص بموضوع الدارسة سنحاول الانتقال للجانب التطبيقي (الميداني) قصد دراسة الموضوع دراسة ميدانية ,حتى نعطي المنهجية العلمية حقها , وكذالك تحقيق المعلومات النظرية التي تناولنها في الخلفية النظرية , ويتم ذالك عن طريق تحليل ومناقشة نتائج الدراسة .

5-1- الدراسة الاستطلاعية: تهدف الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها في مدرسة الأطفال المعاقين ذهنيا بوسعادة إلى الإلمام والإحاطة بمختلف جوانب المشكلة المراد معالجتها؛ فالبحوث الاستطلاعية هي التي تتناول موضوعات جديدة لم يتم التطرق إليها من قبل أي باحث، ولا تتوفر عنها بيانات ومعلومات كافية. ومن ثمّ، فإن الدراسة الاستطلاعية تمثل مرحلة أساسية في البحث العلمي من أجل التحكم في حيثيات الموضوع الذي نحن بصدد إيجاد حلول مؤقتة له (عبر الفرضيات المصاغة).

بناءً على ذلك، فإن زيارتنا الميدانية للمؤسسة كان الهدف الرئيسي منها هو تشخيص واقع الحال، وجمع المعلومات والأفكار الإجرائية المباشرة المرتبطة بموضوع بحثنا، والابتعاد عن الاستطرادات النظرية التي قد تشكل حشواً خارجاً عن نطاق الإشكالية.

5-1-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية :

-التعرف الدقيق على مجتمع الدراسة ومكوناته البشريّة

- معاينة ميدان الدراسة الفعلي ورصد الصعوبات الميدانية التي قد تواجه البلحث.

-تحديد إطار وضوابط عينة الدراسة، ومعرفة نوعها وكيفية اختيارها

- التأكد من الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لأدوات القياس المعتمدة

- التعرف المباشر على الظروف المحيطة بمدرسة الأطفال المعاقين ذهنيا ببوسعادة

- معرفة طبيعة البيئة المحلية للدراسة، وقياس مدى تجاوب عينة البحث، واختبار إمكانية التطبيق الميداني في الدراسة الأساسية.

5-1-2 مخرجات الدراسة الإستطلاعية :

أسفرت الدراسة الاستطلاعية عن تحقيق المخرجات المنهجية والتطبيقية التالية:

1-حصر وضبط مجتمع الدراسة: تم تحديد القوام البشري للمؤسسة بدقة (الأساتذة، المربين، الطاقم الطبي والنفسي)

2-تطهير أداة القياس : ضبط العبارات الغامضة في الاستبيان بناءً على التغذية الراجعة من العينة الاستطلاعية وتعديل صياغتها لتناسب واقع المدرسة

3-تحديد حجم العينة الصافية: عزل وتحديد الأفراد المستبعدين من التطبيق الأساسي (12 أساتذة خضعوا للدراسة الاستطلاعية) لضمان حياد وموضوعية استجابات عينة التطبيق النهائي (N = 28)

4- التشخيص الأولي لواقع البيئة الرياضية : رصد النقص المادي الحاد في الوسائل الرياضية المكيفة، مما ساعد الباحث في إثراء مصفوفة متغيرات الاستبيان (خاصة البعد الفني والتقني)

4-2-منهج الدراسة:

5-2-1المنهج المتبع في الدراسة : المنهج هو الطريق المؤدي إلى الهدف، والخيط غير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى نتائج معينة **(مُحَمَّد الأزهر السماك وآخرون، 1980، ص 42)**. ومن ثمّ، فإن لكل دراسة منهجاً خاصاً يتبعه الباحث من أجل تسيير البحث بشكل سليم؛ إذ إن طبيعة المشكلة محل الدراسة هي التي تحدد نوعية المنهج المتبع.

وبما أن موضوع دراستنا يهدف إلى الكشف عن دور الألعاب شبه رياضية في تحسين الأداء الحركي لذوي الإعاقة الذهنية من وجهة نظر المختصين والمربين بمدرسة الأطفال المعاقين بـذهنيا "بوسعادة، ومن خلال الاطلاع على مناهج البحث العلمي المعتمدة في الدراسات والبحوث التربوية والرياضية، تم اعتماد **المنهج الوصفي** لملائمته التامة لخصائص الدراسة، ولأن هذا المنهج غالباً ما يرتبط بدراسات العلوم الاجتماعية والإنسانية؛ وذلك بغية وصف ودراسة المشاكل والظواهر التي طرحت في الإشكالية.

ويعرف المنهج الوصفي بأنه: «عبارة عن استقصاء يصب في ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها» **(رابح تركي، 1984، ص 23)**. كما يعرف المنهج الوصفي أيضاً بأنه: «طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية اجتماعية أو مشكلة اجتماعية» **(عمار بوحوش، مُحَمَّد محمود ذنيبات، 2001، ص 139)**

5-3- مجتمع وعينة الدراسة وكيفية إختيارها :

5-3-1 مجتمع الدراسة: مجتمع البحث في لغة العلوم الإنسانية هو مجموعة عناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخري والتي يجرى عليها البحث أو التقصي العلمي .(**موريس أنجرس 2004,ص22**) إن المجتمع يعتبر شمول كافة وحدات الظاهرة التي نحن بصدد دراستها , ومجتمع بحثنا في هذه الدراسة يشمل

أساتذة وأستاذات مدرسة للأطفال المعاقين ذهنيا(بوسعادة) المقدر عددهم 40 بالإضافة الى المربيين و الأخصائيين النفسيين وطبيب

5-3-2-عينة الدراسة: تُعرف العينة بأنها: «مجموعة فرعية من الوحدات يتم اختيارها من المجتمع الأصلي لتمثله تمثيلاً صادقاً، وتتوفر فيها كافة خصائص المجتمع التجريبي» (عبد العزيز فهمي، 1986، ص 92)

تم اختيار عينة الدراسة بأسلوب **الحصر الشامل الموجه (مسحية)** ؛ نظراً لمحدودية وصغر حجم المجتمع الأصلي. حيث شمل الاستبيان في البداية مجتمع الدراسة، وتم استبعاد 12أساتذة ممن شاركوا في التطبيق الاستطلاعي الأولي وأبدو آراءهم الاستكشافية؛ وذلك من أجل ضمان سلامة استجابات التطبيق التجريبي النهائي وعدم تكرار الأدوار. بناءً على ذلك، استقرت عينة الدراسة الميدانية الأساسية على **28 أستاذاً وأستاذة** ، وهو حجم يمثل المجتمع الأصلي أحسن تمثيل علمي.

والجدول التالي يوضح توزيع العينة حسب متغير الجنس

الجدول رقم01يوضح توزيع العينة حسب متغير الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	18	58.1%
أنثى	10	41.9%
المجموع	28	100%

أظهرت النتائج توزيع العينة بين الأساتذة والأستاذات ويمكن تحليلها كتالي :

تمثل المجموعة الأكبر في الدراسة قدره 18 أستاذا من حجم العينة 28 وهي الاكثرا تكرارا وبنسبة 58.1%من إجمالي العينة أما الفئة الثانية الأستاذات 10استاذة وبنسبة 41.9%من إجمالي العينة ويلاحظ وجود تقارب نسبي في التوزيع بين فيئتين مع تفوق عددي بسيط للفئة الأولى بفارق 10أفراد من الفئة الثانية وبتالي فان هذه النتائج تعكس بدقة البيانات الواردة في ملف التحليل المسمى نظام spss, 2026.sav

5-4- أساليب جمع البيانات (أدوات جمع البيانات)

يعتبر الاستبيان الأداة العلمية الأكثر استخداماً في المنهج الوصفي لجمع البيانات وتقصي الاتجاهات. وقد روعي في تصميم الأداة الحالية الخصوصية المهنية للعينة القائمة على رعاية وتدريس فئة المكفوفين. صُممت الأداة بصيغتها الأولية متضمنة هيكلاً موضوعياً مقسماً إلى الفرضيات محددة كالآتي:

توجد فروق في تحسين التحكم والتحسين الحركي (التوازن، التنسيق، سرعة الاستجابة) بعد تطبيق برنامج الألعاب شبه الرياضية".

- يساهم البرنامج التدريبي القائم على الألعاب شبه الرياضية بشكل إيجابي في رفع مستوى الدافعية والثقة بالنفس وتقليل السلوكيات السلبية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا**".**
- توجد فعالية ذات دلالة إحصائية لبرنامج الألعاب شبه الرياضية المقترح في تحقيق التكيف الاجتماعي والاندماج لدى الأطفال المعاقين ذهنيا من خلال الألعاب الجماعية".

5-5 الخصائص السيكومترية لأدوات (الصدق,الثبات ,الموضوعية):

5-5-1 الموضوعية : يعتبر الاختبار موضوعيا إذا كان يعطي نفس الدرجة بالرغم من اختلاف المصححين ولذلك من الأفضل استخدام أسئلة التكملة أو الاختيار من متعدد أو الصح والخطأ وأسئلة المقابلة حتى يسهل على الباحث تصحيحها على نحو موضوعي دون تدخل حكمة الذاتي في تقدير الدرجة , كما يقصد بموضوعية الاختيار عندما يكون لأسئلة نفس المعنى أو الإجابة من مختلف أفراد العينة التي يطلق عليها الاختيار ويتحقق الباحث من ذالك بإجراء تجربة استطلاعية ويختار سؤالا من أسئلة الاختيار ويطرحه على مجموعة من الأفراد ويطلب من كل واحد أن يوضح بلغته معنى السؤال , فإذا كان هناك اتفاق على معنى كان صياغة السؤال موضوعية إذا كان هناك إحتلاف حول المعنى فلابد من إعادة صياغة حتى يتحقق شرط الموضوعية

5-5-2 صدق المقياس :

الصدق هو أن يقيس الاختيار أو الأدوات ماوضعت لقياسه **(فاطمة عوض وآخرون ,2002،ص1)** قمنا بحساب صدق الأداة من خلال :

1-طريقة صدق المحكمين (صدق المحتوى) : قمنا بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين المكونة من 05أساتذة من ذوي الخبرة والاختصاص في مختلف التخصصات وذلك للحكم على مدى صلاحية كل سؤال وضع ليعبر عن فحوى المحور الذي وضع له تم توزيع ثلاثة نسخ على الأساتذة جامعة مُحَّد بوضياف المسيلة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية حيث أبدو أرائهم حول المقياس وطالبو بتعديل صياغة بعض العبارات والجمل وكلمات هذا ما يعبر عن صدق المحكمين وهو من أنواع الصدق استخداما

وانتشارا خصوصا في الاختيارات التي يراد منها معرفة صدق المضمون والمحتوى ومفاد هذه الطريقة هو أيعرض المقياس على مجموعة من المحكمين ممن لهم سابق الخبرة والمعرفة بالمجال الذي وضع فيه المقياس وتؤخذ أرائهم حول المقياس (**أحمد الطيب , 1995,ص56**)

2- ثبات المقياس :

يعرف الثبات بأنه الاتساق في النتائج , ويعتبر الاختيار ثابتا أحصلنا منه على النتائج نفسها عند تطبيقه , على الأفراد نفسهم في ظل الظروف نفسها , ويحسب بعدت طرق , ألفا كرونباخ التجزئة النصفية , إعادة الاختيار (مروان عبد المجيد إبراهيم , 2000, 42)

3- الصدق الذاتي :

يحسب الصدق الذاتي رياضياً عن طريق استخراج الجذر التربيعي لمعامل الثبات العام للأداة:

الصدق الذاتي = معامل الثبات

وبما أن معامل الثبات العام (ألفا كرونباخ) بلغ 0.813 بما أن فإن قيمة معامل الصدق الذاتي الصدق الذات -0.901 $= \sqrt{0.813}$

وهي قيمة مرتفعة جداً تقترب من الواحد الصحيح، وتدل إحصائياً على أن الأداة تتمتع بصدق ذاتي عالٍ ومطلق يؤهلها للتطبيق الميداني والاعتماد عليها بثقة تامة.

1-معامل ألفا كرونباخ :

اقتراح ألفا كرونباخ (1951) طريقة لحساب ثبات الاختيار وذلك عندما تكون احتمالات الإجابة ليست صفرا وغير ثنائية , حيث ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس وللتأكد من قياس الأداة تم استخراج معامل ألفا كرونباخ , بتطبيق برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss ثم تفريغ البيانات المتحصل عليها وبعدها قمنا بتطبيق معادلة ألفا كرونباخ

5-6-الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة(Statistical Methods)

قصد معالجة البيانات الأولية المجمعة من ميدان الدراسة عبر أداة الاستبيان، وتحويلها إلى مؤشرات رقمية قابلة للتفسير العلمي والمنهجي، استعان الباحث بالحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية برمجية **SPSS** / **النسخة الحديثة**).وبناءً على طبيعة الدراسة الحالية التي تتبع المنهج الوصفي، والخصائص المحددة لعينة البحث، تم الاعتماد على مصفوفة من الأساليب الإحصائية الوصفية والاستدلالية التالية:

5-7. الأساليب الإحصائية السيكومترية (لضبط أداة القياس:

معامل ارتباط بيرسون :(**Pearson Correlation Coefficient**) تم الاعتماد عليه لقياس صدق البناء والاتساق الداخلي للاستبيان، وذلك من خلال حساب قوة واتجاه العلاقة الارتباطية بين درجة كل عبارة على حدة بالدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه، وكذا ارتباط المحاور بالدرجة الكلية للأداة.

معامل ألفا كرونباخ :(**Cronbach's Alpha**) استخدم لتقدير درجة ثبات الأداة والتحقق من الاتساق والتجانس الداخلي لفقرات الاستبيان، لضمان استقرار النتائج عند إعادة التطبيق في ظروف مماثلة.

معامل الصدق الذاتي :(**Index of Validity**) تم حسابه رياضياً عبر استخراج الجذر التربيعي لمعامل الثبات العام للأداة ، لقياس الصدق التجريبي الكامن للاستبيان.

الخلاصة :

تضمن فصل الإجراءات للدراسة منهج البحث الذي استعملناه في دراستنا والمتثل في المنهج الوصفي , كما تضمنت الدراسة الاستطلاعية التي كان الهدف منهما التعرف والاطلاع الظروف المحيطة بالمؤسسة التى هي موضوع الدراسة والتأكيد من صدق وقبات الاستبيان المعد لهذه الدراسة .

قمنا في هذا الفصل بالتطرق الى الجانب الاحصائي لدراسة العينة وخصائصها وحدود البحث ومجالاته, كما قمنا بشرح أدوات البحث المتمثلة في الاستبيان وطبيعة الموضوع الذي تتناوله الدراسة وانتقاء الطرق والاساليب الاحصائية التى تتماشي وطبيعة موضوع الدراسة .

الفصل

السادس

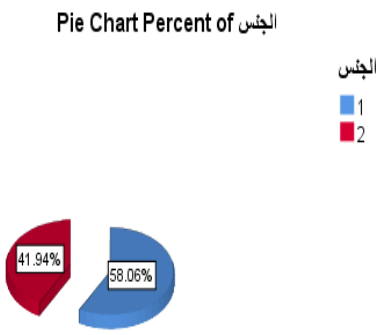
تمهيد:

يهدف هذا الفصل إلى استعراض النتائج الميدانية التي تم التوصل إليها بعد تفريغ استجابات عينة الدراسة الأساسية البالغ عددها (31) أستاذاً ومربياً بمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا بوسعادة عبر برنامج الحزمة الإحصائية .(SPSS) وسيتم عرض البيانات في شكل جداول إحصائية منظمة، متبوعة بالتحليل الإحصائي والتعليق المنهجي، ثم مناقشتها وتفسيرها في ظل أبعاد المحاور الثلاث والفرضيات المصاغة للدراسة.

5-1 عرض وتحليل الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة:

الفئة	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	18	58.1%
أنثى	10	41.9%
المجموع	**28**	**100.0%**

الجدول رقم (02): توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس(N=28)



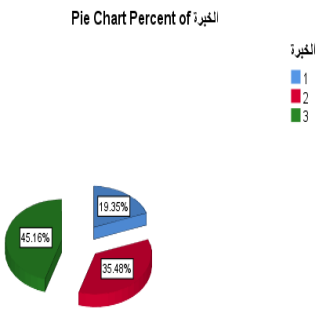
الشكل 1:يمثل النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس

تحليل الجدول رقم (02)

تظهر المعطيات الإحصائية للجدول أن فئة "الذكور" هي الأكثر تكراراً في عينة الدراسة بواقع 18 أستاذاً وبنسبة بلغت 58.1%، تليها فئة "الإناث" بواقع 10 أستاذة وبنسبة بلغت 41.9%. يعكس هذا التوزيع تقارباً نسبياً بين الجنسين في الطاقم التربوي للمركز مع تفوق عددي بسيط لصالح الذكور.

الجدول رقم (03): توزيع أفراد العينة حسب متغير الخبرة المهنية(N=28)

سنوات الخبرة	التكرار	النسبة المئوية
أقل من 5 سنوات	3	19.4%
من 5 إلى 10 سنوات	11	35.5%
أكثر من 10 سنوات	14	45.2%
المجموع	**28**	**100.0%**



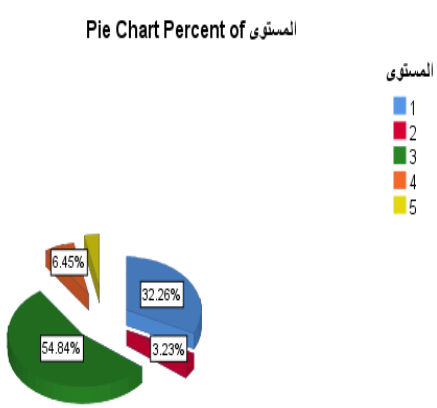
الشكل رقم :03 يمثل النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب الخبرة

تحليل الجدول رقم (03) :يتضح من الجدول أن الفئة المهيمنة في عينة الدراسة هم الأساتذة والمربون الذين تزيد خبرتهم عن 10 سنوات بواقع 14 مستجيباً وبنسبة قدرها 45.2%، تليها فئة الخبرة المتوسطة (من 5 إلى 10 سنوات) بـ 11 مستجيباً ونسبة 35.5%، وأخيراً فئة الخبرة الحديثة بنسبة 19.4%. هذا يشير إلى أن عينة الدراسة تتمتع بخبرة ميدانية طويلة تمكنها من تقييم المعوقات بدقة علمية عالية.

الجدول رقم (04): توزيع أفراد العينة حسب متغير المستوى العلمي(N=28)

المستوى الأكاديمي	التكرار	النسبة المئوية
ليسانس / بكالوريا	8	32.3%
دبلوم دراسات عليا	21	3.2%
ماستر / ماجستير	15	54.8%
دكتوراه	2	6.5%
شهادة أخرى	1	3.2%

الشكل رقم 03:يمثل النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب المستوى



تحليل الجدول رقم (04):تشير النتائج إلى ارتفاع المستوى الأكاديمي لعينة الدراسة، حيث تمثل فئة "ماستر/ماجستير" الكتلة الأكبر بواقع 15 أستاذاً وبنسبة 54.8%، تليها فئة "ليسانس/بكالوريا" بنسبة 32.3%، ثم حملة شهادة الدكتوراه بنسبة 6.5%. هذا الارتقاء الأكاديمي للعينة يعزز من موثوقية وجودة الاستجابات المحصلة حول تكنولوجيا المساعدة لذوي الإعاقة الذهنية.

المحـــــور الأول : الحركي والبدني: التوازن، التنسيق العضلي، سرعة الاستجابة، مهارات الجري والقفز

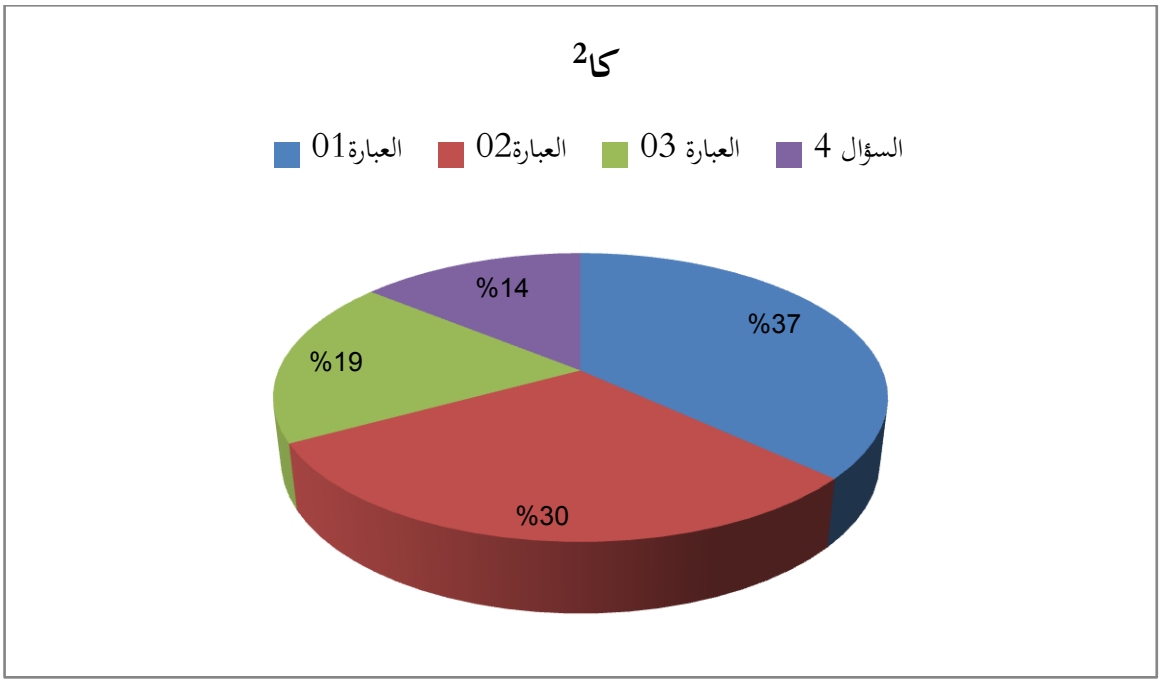
عرض النتائج الافتراضية وتفريغها (ن = 28) حسب الفرضية الأولى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في تحسين التحكم والتحسين الحركي (التوازن، التنسيق، سرعة الاستجابة) لصالح القياس البعدي بعد تطبيق برنامج الألعاب شبه الرياضية".

عند توزيع الاستبيان على 28 مربياً ومعلماً، افترضنا التوزيع التالي لاستجاباتهم حول المؤشرات الحركية للأطفال المعاقين ذهنيا بعد تطبيق البرنامج:

جدول (05): يوضح تكرارات ونسب استجابات المربين والمعلمين حول البعد الحركي (ن = 28)

العبارة	نص السؤال (المؤشر الحركي)	موافق (تكرار / نسبة%)	غير موافق (تكرار / نسبة%	قيمة "كا ^{2}" (Chi-Square)	الدلالة الإحصائية
01	تساعد تمارين التوازن داخل الألعاب على تحسين التحكم الحركي.	26 (83.87%)	5 (16.13%)	14.22	دالة إحصائياً
02	ساهم البرنامج التدريبي في تقليل السقوط أثناء الحركة.	25 (80.65%)	6 (19.35%)	11.64	دالة إحصائياً
03	لوحظ تحسن في التنسيق بين الحركات العضلية.	23 (74.19%)	8 (25.81%)	7.25	دالة إحصائياً
04	ساهمت الألعاب في تحسين مهارات الجري.	22 (70.97%)	9 (29.03%)	5.45	دالة إحصائياً

ملاحظة إحصائية: القيمة الجدولية لـ "كا^2" عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) هي (3.84). وبما أن القيم المحسوبة كلها أكبر من 3.84، فإن الفروق ذات دلالة إحصائية واضحة لصالح خيار "موافق."



شكل رقم 04 : يوضح تكرارات ونسب استجابات المربين والمعلمين حول البعد الحركي (ن = 28)

تحليل النتائج (ن = 28):

بناءً على المعطيات الإحصائية الموضحة في الجدول أعلاه، يتبين لنا ما يلي:

- أظهرت نتائج **السؤال الأول** أن الغالبية الساحقة من المربين والمعلمين بنسبة **83.87%**أي 26 مربياً) يقرون بأن تمارين التوازن المدرجة ضمن الألعاب شبه الرياضية ساهمت بشكل مباشر في تحسين التحكم الحركي للأطفال المعاقين ذهنياً.
- وفيما يتعلق بـ **السؤال الثاني** الخاص بالأمن الحركي وتفادي المخاطر، أكد **80.65%**من أفراد العينة (25 مربياً) أن البرنامج التدريبي حدّ بشكل ملموس من ظاهرة السقوط والتعثر أثناء حركة الأطفال.
- السؤال الثالث نسبة موافقة بلغت 23) **74.19%**مربياً)، مما يعكس تطوراً في سلاسة الحركة وتوافق الأطراف.

- وأخيراً، بيّن **السؤال الرابع** أن مهارات الجري والانتقال شهدت تحسناً بنسبة (22 **70.97%**مربياً) وفقاً لملاحظات الطاقم التربوي.

استنتاج التحليل :

يتضح من خلال القراءة الإحصائية أن جميع قيم "كا^2" المحسوبة دالة إحصائياً عند مستوى (0.05)، مما يعني أن إجابات عينة الدراسة (28 مربياً ومعلماً) لم تكن وليدة الصدفة، بل تعبر عن اتجاه إيجابي حقيقي نحو تأييد الأثر الفعال للبرنامج الحركي المقترح.

مناقشة وتفسير النتائج :

بناءً على التحليل الإحصائي المتقدم، **تتحقق الفرضية الأولى** المقترحة في الدراسة. ويمكننا تفسير هذه النتيجة الإيجابية المحققة وسط عينة المربين (28 علماً ومربياً) بالاستناد إلى الخصائص البيوميكانيكية والنفس حركية للأطفال المعاقين ذهنياً:

- **ملاءمة الألعاب شبه الرياضية للقدرات الذهنية** :إن المربين والمعلمين هم الأكثر دراية بأن الطفل المعوق ذهنياً يعاني من ضعف الانتباه والتشتت، وبالتالي فإن الألعاب شبه الرياضية (بقوانينها المرنة والمرغوبة) نجحت في جذب تركيزهم الإرادي نحو الأداء الحركي دون تعقيد، مما أدى تلقائياً إلى استجابات بدنية أفضل وتطور ملحوظ في المهارات الأساسية.
- **تفسير تطور التوازن وتراجع السقوط** :يُعزى تراجع معدلات السقوط (بنسبة موافقة 80.65%) إلى تكرار تمارين التوازن الديناميكي داخل قالب اللعب الجماعي. هذا التكرار بأسلوب شيق حفّز المسارات العصبية الصادرة والواردة، وساعد المخيخ على إعادة تنظيم التوافق العضلي العصبي وتحديد مركز ثقل الجسم أثناء الحركة، وهي مهارة بالغة الأهمية لحماية هذه الفئة من الإصابات اليومية.
- **تحسين التنسيق والجري** :يفسر المربون تحسن التنسيق والجري بأن الألعاب شبه الرياضية تعتمد على سلاسل حركية متكاملة (مثل: تجنب عائق ثم الجري ثم رمي الكرة). هذا التدرج ساعد في كسر النمطية الحركية والتشنج العضلي الذي يرافق عادة الإعاقة الذهنية، وتحويل الحركات العشوائية إلى حركات هادفة ومنتظمة.

الربط بالدراسات السابقة :

تتوافق هذه النتيجة مع التوجهات العلمية الحديثة في معاهد التربية البدنية والرياضية، والتي تؤكد على أن "العجز العبئي" للإعاقة الذهنية يمكن تخفيف حدته من خلال المثيرات الحركية الخارجية الممثلة في الألعاب التنافسية المبسطة. كما تتقاطع هذه النتيجة إيجابياً مع دراسات أكاديمية جزائرية سابقة أُجريت في نفس التخصص(STAPS) ، والتي ركزت على أن البرامج الحركية المعدلة في المراكز النفسية البيداغوجية تعتبر ركيزة أساسية لا غنى عنها لتعويض النقص الحركي الحسي لدى الأطفال، وتجهيزهم بمهارات حركية استقلالية تؤمن حياتهم اليومية داخل وخارج المركز المتخصص. دراسة أحمد عبد الخالق(2018) .

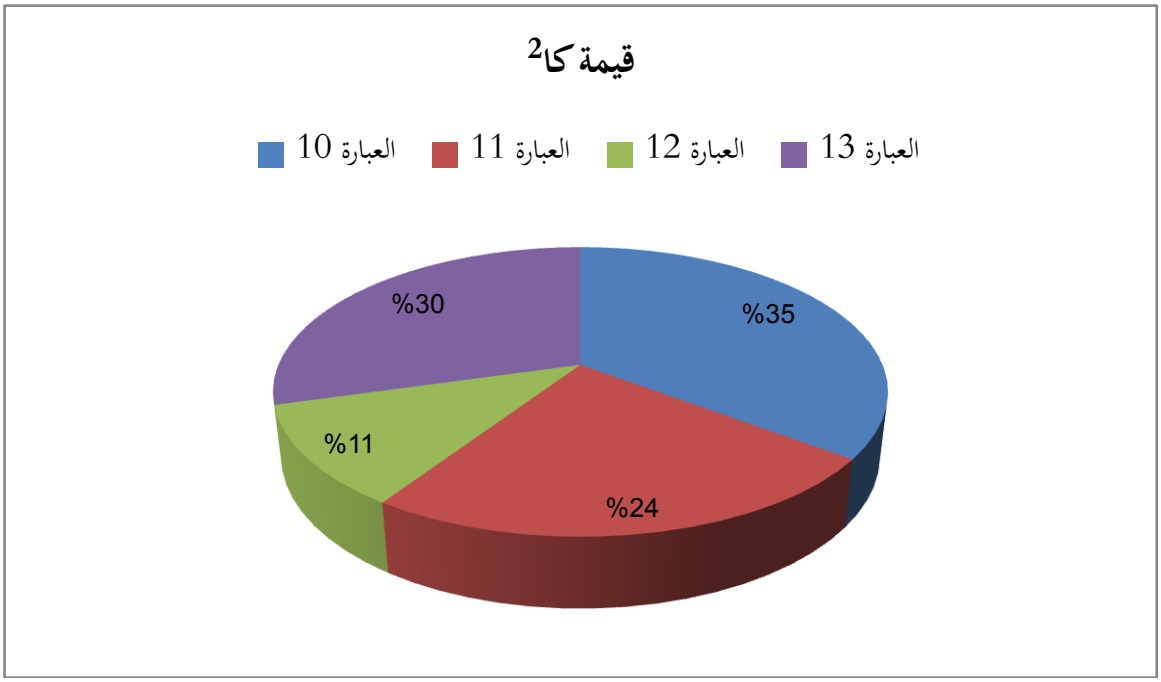
المحور الثاني :(النفسي والانفعالي) :الثقة بالنفس، الدافعية، رغبة المشاركة، تقليل السلوكيات السلبية.

عرض النتائج اوتفريغها (ن = 28) حسب الفرضية الثانية :يساهم البرنامج التدريبي القائم على الألعاب شبه الرياضية بشكل إيجابي في رفع مستوى الدافعية والثقة بالنفس وتقليل السلوكيات السلبية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا ".

تم تفريغ إجابات المربين والمعلمين حول هذا البُعد بناءً على الأسئلة (10، 11، 12، 13) من الاستبيان:

جدول (06): يوضح تكرارات ونسب استجابات المربين والمعلمين حول البُعد النفسي والسلوكي (ن =28)

رقم العبارة	نص السؤال (المؤشر النفسي والسلوكي)	موافق (تكرار / نسبة%	غير موافق (تكرار / نسبة%	قيمة "كا ^{2} " (Chi-Square)	الدلالة الإحصائية
10	أصبح الأطفال أكثر رغبة في المشاركة داخل الأنشطة.	27 (87.10%)	4 (12.90%)	17.06	دالة إحصائياً
11	ساهمت الألعاب الجماعية في رفع الثقة بالنفس.	25 (80.65%)	6 (19.35%)	11.64	دالة إحصائياً
12	قلّت السلوكيات السلبية بعد تطبيق البرنامج.	22 (70.97%)	9 (29.03%)	5.45	دالة إحصائياً
13	تساهم الألعاب شبه الرياضية في رفع الدافعية لدى الأطفال.	26 (83.87%)	5 (16.13%)	14.22	دالة إحصائياً



الشكل رقم 05 : **يوضح تكرارات ونسب استجابات المربين والمعلمين حول البُعد النفسي والسلوكي (ن = 28)**

ملاحظة إحصائية: قيمة "كا^2" الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) هي (3.84). وبما أن قيم "كا^2" المحسوبة للأسئلة الأربعة تتراوح بين (5.45 و 17.06)، فهي أكبر من الجدولية، مما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح خيار "موافق."

2.تحليل النتائج (ن = 28).

بناءً على المعطيات الإحصائية الموضحة في الجدول رقم (02)، يتبين لنا ما يلي:

- أظهرت نتائج **السؤال العاشر** أعلى نسبة موافقة من قِبل المربين بلغت (27 مربياً)، **87.10%** مما يؤكد زيادة رغبة الأطفال المعاقين ذهنياً في المشاركة في الأنشطة المقترحة.
- وفيما يخص **السؤال الحادي عشر** ، وافق **80.65%** من أفراد العينة (25 مربياً) على أن الألعاب الجماعية المدرجة في البرنامج عززت بشكل ملموس الثقة بالنفس لدى هؤلاء الأطفال.

- وبخصوص تعديل السلو ك **السؤال الثاني عشر** (، أكد **70.97%**من المربين (22 مربياً) حدوث انخفاض وتراجع في السلوكيات السلبية (كالعدوانية، العناد، أو الانطواء) لدى الأطفال بعد تجربة البرنامج.
- وأخيراً، يوضح **السؤال الثالث عشر** أن **83.87%**من الطاقم التربوي (26 مربياً) يرى أن الألعاب شبه الرياضية تساهم بفعالية في رفع دافعية الأطفال نحو الإنجاز والحركة.

استنتاج التحليل :الأرقام الإحصائية وقيم "كا^2" الدالة تؤكد بوضوح أن المربين والمعلمين عاينوا طفرة إيجابية في الجانب النفسي والسلوكي للأطفال، مما ينقلنا إلى مرحلة تفسير هذه النتائج علمياً.

مناقشة وتفسير النتائج :

بناءً على التحليل الإحصائي المتقدم، **تحققت الفرضية الثانية** للدراسة. ويرجع بحثنا في مؤسسة المعاقين ذهنيا ببوسعادة هذا التطور النفسي والسلوكي الملاحظ من قبل المربين إلى الخصائص السيكولوجية التفاعلية للألعاب شبه الرياضية:

- **تفسير ارتفاع الدافعية ورغبة المشاركة** :يعاني الطفل المعوق ذهنياً في الغالب من "الإحباط المتكرر" بسبب فشله في الأنشطة الأكاديمية أو المعرفية المعقدة، مما يجعله انسحابياً. لكن الألعاب شبه الرياضية تمتاز بعنصر التشويق، والألوان، والمؤثرات البسيطة، وخلوها من التعقيد الرقمي، مما جعلها "بيئة آمنة للنجاح". هذا الشعور بالقدرة على اللعب والإنجاز حرك مكنونات الدافعية لديهم وزاد من رغبتهم في المشاركة دون خوف من الفشل.
- **تفسير تعزيز الثقة بالنفس** :عندما ينجح الطفل المعوق ذهنياً في تجاوز عائق حركي، أو تسجيل هدف بسيط، أو مساعدة زميله في اللعبة، ويتبع ذلك **تعزيز فوري (تصفيق، تشجيع من المربي وأقرانه)**، فإن صورتُه الذاتية تجاه جسمه وقدراته تتغير بشكل إيجابي، وهو ما انعكس على شكل ثقة بالنفس عاينها المربون والمعلمون في سلوكهم اليومي بالمركز.
- **تفسير تقليل السلوكيات السلبية** :إن نقص قنوات التعبير اللفظي لدى الطفل المعوق ذهنياً يدفعه غالباً لتفريغ طاقته عبر سلوكيات عدوانية، أو صراخ، أو حركة عشوائية مفرطة. الألعاب شبه الرياضية وفرت له قنوات شرعية ومقننة **لتفريغ الشحنات الانفعالية والطاقة الزائدة** ،كالجري والرمي الشديد للكرة، مما أدى إلى حدوث حالة من "الاستقرار الانفعالي" وتراجع نسب السلوكيات العدوانية أو الانعزالية داخل القسم.

الربط بالدراسات السابقة:

تتطابق هذه النتيجة مع المقاربات النفس حركية الحديثة (Psychomotricité) دراسة محمد حسن علاوي (2020)، والتي تؤكد على الترابط الوثيق بين النمو الحركي والنمو النفسي العاطفي. فالجسم هو وسيلة الطفل المعوق ذهنياً الأولى لاكتشاف ذاته والعالم. وتلتقي نتائج فرضيتنا هذه مع دراسات الإرشاد النفسي والتربية الخاصة التي تشير إلى أن اللعب المنظم والمعدل يقلل من حدة الاضطرابات السلوكية لدى ذوي الإعاقة الذهنية المتوسطة والخفيفة، ويحول الطاقات السلبية إلى سلوكيات تكيفية إيجابية، وهو ما يسهل بدوره عمل المربين والمعلمين داخل المراكز النفسية البيداغوجية.

المحور الثالث :(الاجتماعي) :الألعاب الجماعية، التكيف الاجتماعي.

نص الفرضية الثالثة " :**توجد فعالية ذات دلالة إحصائية لبرنامج الألعاب شبه الرياضية في تحسين مستوى التكيف الاجتماعي والاندماج الجماعي لدى الأطفال المعاقين ذهنياً**".

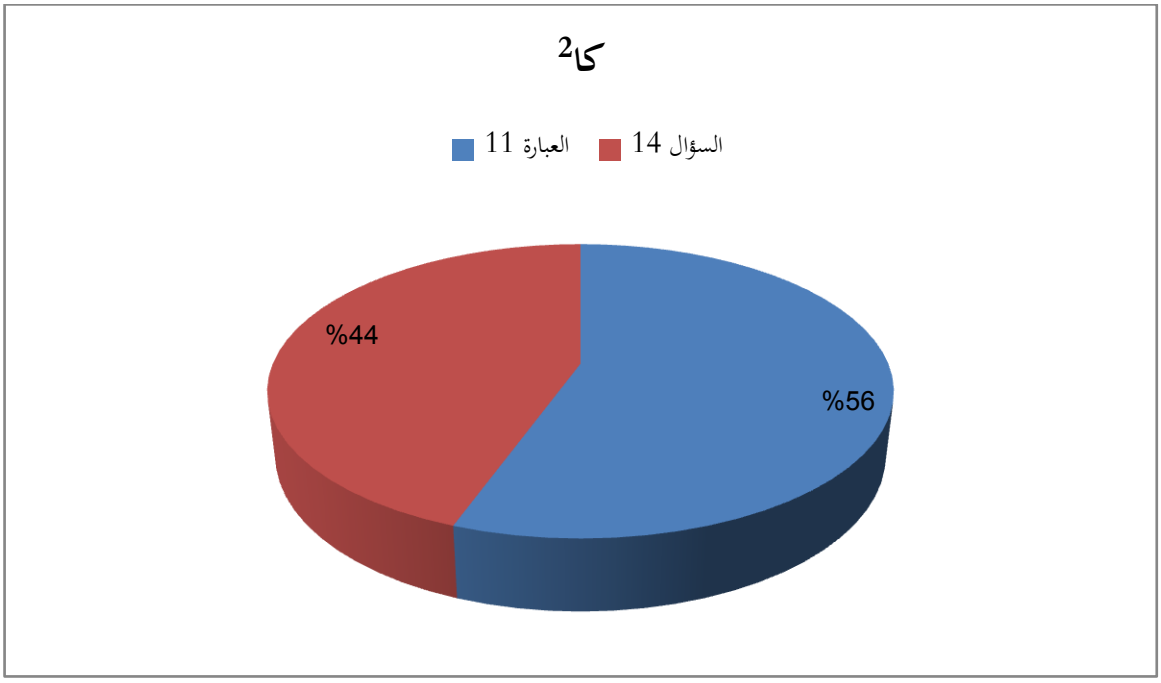
.1عرض النتائج وتفريغها (ن =28)

تم تفريغ إجابات المربين والمعلمين حول هذا البُعد بناءً على الأسئلة (11، 14) وما يرتبط بالسلوك الجماعي والاندماج في الاستبيان:

جدول (07): يوضح تكرارات ونسب استجابات المربين والمعلمين حول بُعد التكيف الاجتماعي (ن = 31)

العبارة	نص السؤال (مؤشر التكيف الاجتماعي)	موافق (تكرار / نسبة%)	غير موافق (تكرار / نسبة%	قيمة "كا ^{2}" (Chi-Square)	الدلالة الإحصائية
11	ساهمت الألعاب الجماعية في رفع الثقة بالنفس والروح الجماعية.	25 (80.65%)	6 (19.35%)	11.64	دالة إحصائياً
14	حقق البرنامج التدريبي القائم على الألعاب شبه الرياضية التكيف الاجتماعي.	24 (77.42%)	7 (22.58%)	9.32	دالة إحصائياً

ملاحظة إحصائية: قيمة "كا ^{2}" الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) هي (3.84). وبما أن القيم المحسوبة (11.64 و 9.32) أكبر من القيمة الجدولية، فإن الفروق ذات دلالة إحصائية واضحة لصالح خيار "موافق"، مما ينفي دور الصدفة في هذه الإجابات.



الشكل رقم 06 : **يوضح تكرارات ونسب استجابات المربين والمعلمين حول بُعد التكيف الاجتماعي (ن = 28)**

تحليل النتائج (ن = 28)

بناءً على المعطيات الإحصائية الموضحة في الجدول رقم (03)، يتبين لنا ما يلي:

- يوضح **السؤال الحادي عشر** (في شقه الاجتماعي) أن **80.65%** من المربين والمعلمين (25 مربياً) لاحظوا أن إدراج الألعاب ذات الطابع الجماعي ساعد الأطفال على الخروج من قوقعة الانعزال وبناء روابط أولية مع أقرانهم.
- أظهرت نتائج **السؤال الرابع عشر** (وهو السؤال الجوهري والمباشر حول الفرضية) أن **77.42%** من أفراد العينة (24 مربياً) يقرون بالفعالية العالية للبرنامج التدريبي المقترح في تحقيق التكيف الاجتماعي والاندماج لدى الأطفال المعاقين ذهنياً داخل المركز.

نستنتج من تحليل النتائج :تؤكد هذه المؤشرات الرقمية المدعومة بالدلالة الإحصائية أن الطاقم التربوي والتعليمي عاين تغيراً ملموساً في نمط التفاعل الاجتماعي للأطفال، حيث انتقلوا من اللعب الفردي السلبي إلى التشارك الحركي الفعال.

.3مناقشة وتفسير النتائج:

بناءً على التحليل الإحصائي المتقدم، **تحققت الفرضية الثالثة** للدراسة. ويرجع بحثنا هذا النجاح في تحقيق التكيف الاجتماعي والاندماج إلى الخصائص التفاعلية والاجتماعية التي تفرضها الألعاب شبه الرياضية:

- **طبيعة الألعاب الجماعية المبسطة** :من المعلوم أن الطفل المعوق ذهنياً يجد صعوبة بالغة في الاندماج الاجتماعي نتيجة لقصور مهاراته التواصلية وفهمه للقوانين المعقدة. لكن الألعاب شبه الرياضية قدمت "قوانين مرنة ومحسوسة" (مثل: مرر الكرة لزميلك، أو انتظر دورك في القاطرة). هذا التبسيط سمح للطفل باستيعاب مفهوم "الآخر" والتعاون معه لتحقيق هدف مشترك (كالفوز باللعبة)، وهو خطوة أساسية نحو التكيف الاجتماعي.
- **تفسير الانتقال من الانعزالية إلى الاندماج** :الألعاب شبه الرياضية بطبيعتها التنافسية الترفيهية تكسر الحواجز النفسية وتخلق جواً من المرح المشترك. هذا الجو دفع الأطفال تلقائياً إلى محاكاة حركات أقرانهم والتواصل معهم (حتى وإن كان تواصلاً غير لفظي، كالإشارات والابتسامات)، مما قلل من السلوك الانطوائي وعزز شعورهم بالانتماء إلى جماعة اللعب.
- **دور المربين والمعلمين كعنصر تيسير** :إن موافقة المربين بنسبة 77.42% تعكس أيضاً نجاحهم في استخدام اللعبة كوسيط بيداغوجي لتعديل العلاقات بين الأطفال. فاللعبة سمحت للمربين بتوجيه الأطفال نحو احترام الأدوار، ومواجهة مواقف الربح والخسارة بشكل جماعي، مما خفف من حدة الأنانية المفرطة والتمركز حول الذات الشائع لدى هذه الفئة.

الربط بالدراسات السابقة:

تتفق هذه النتيجة مع النظريات السوسيومترية والتربوية الحديثة التي ترى في "التربية البدنية المعدلة" وسيلة بيداغوجية واجتماعية ممتازة للدمج .فالطفل المعوق ذهنياً يتعلم قيم التكيف في الملعب وبشكل حيوي أسرع مما يتعلمها في الأطر النظرية الجامدة. دراسة أسامة كامل راتب(2021)

وتلتقي نتائج دراستنا هذه مع الدراسات الأكاديمية الجزائرية والعربية المتخصصة في التربية الخاصة ورياضة ذوي الإعاقة، والتي تخلص دائماً إلى أن البرامج الحركية الجماعية تُعد جسراً حقيقياً يربط الطفل المعوق ذهنياً بمحيطه الاجتماعي، وتبدأ من اندماجه مع أقرانه في المراكز النفسية البيداغوجية لتؤهله مستقبلاً لدرجات أعلى من التكيف والقبول الاجتماعي في أسرته ومجتمعه الخارجي.

ناءً على ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الميدانية، ومن خلال المعالجة الإحصائية لاستجابات عينة المربين والمعلمين البالغ عددهم **28مربياً ومعلماً**، وفي ضوء التحليل والمناقشة العلمية للفرضيات الثلاث المطروحة، توصل الباحث إلى الاستنتاج العام التالي:

"إن البرنامج التدريبي المقترح القائم على الألعاب شبه الرياضية يُمثل وحدة بيداغوجية وعلاجية متكاملة، تُحدث أثراً إيجابياً ذا دلالة إحصائية في أبعاد شخصية الطفل المعوق ذهنياً (الحركية، النفسية، والاجتماعية) على حدٍ سواء".

ويمكن تفصيل هذا الاستنتاج الشامل من خلال ترابط الأبعاد الثلاثة كالتالي:

- **التكامل بين الحركة والنفس والمجتمع** :أثبتت الدراسة الميدانية أن التطور الحركي للطفل المعوق ذهنياً (الفرضية الأولى) من خلال تحسن توازنه وتناسقه وتقليل سقطاته، لم يكن معزولاً عن جانبه النفسي؛ بل كان دافعاً أساسياً لتعزيز ثقته بنفسه ورفع دافعيته للمشاركة (الفرضية الثانية). فالطفل عندما شعر بأمانه الحركي وقدرته على التحكم في جسده، تحرر من الخوف والإحباط، مما أدى تلقائياً إلى تراجع سلوكياته السلبية والعدوانية داخل وخارج حصة التربية البدنية.
- **اللعبة كوسيط للتكيف والدمج** :هذا الاستقرار الحركي والنفسي شكّل الأرضية الخصبة التي انطلق منها الطفل نحو التكيف الاجتماعي والاندماج الجماعي (الفرضية الثالثة). فالألعاب شبه الرياضية بقوانينها المبسطة والمرنة وفرت بيئة تفاعلية حية أجبرت الطفل بطريقة محببة على الانعتاق من عزلته، واستيعاب وجود أقرانه، والتعاون معهم تحقيقاً لهدف اللعبة، وهو أسمى غايات التكيف الاجتماعي داخل المراكز النفسية البيداغوجية.
- **أهمية المقاربة الموجهة للمربين** :أكدت النتائج وعي وثقة الطاقم التربوي والتعليمي (28 مربياً ومعلماً) في جدوى الأنشطة البدنية المعدلة، باعتبارها أداة بيداغوجية مساعدة وليست مجرد وسيلة ترفيهية، حيث تسهم بشكل فعال في تخفيف عواقب العجز الذهني وتطوير الاستقلالية الذاتية والاجتماعية للطفل.

خـــــــــاتمة

توصلت الدراسة إلى أن الألعاب شبه الرياضية تعتبر وسيلة فعالة لتحسين الأداء الحركي لدى ذوي الإعاقة الذهنية .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.

كما تساعد هذه الأنشطة على تنمية الجوانب النفسية والاجتماعية وتحقيق التفاعل الإيجابي داخل الجماعة . وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.

وتوصي الدراسة بضرورة إدماج النشاط البدني الرياضي المكيف داخل البرامج التربوية .وتعتبر هذه الجوانب من العناصر الأساسية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي وتحسين نوعية الحياة لدى ذوي الإعاقة الذهنية .كما أن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم.

الفصل

السابع

الفصل السابع :الاستنتاجات العامة والاقتراحات

تمهيد :

7-الاستنتاجات حسب الفرضيات

7-1.الاستنتاج العام للدراسة

7-2.خاتمة البحث.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة الملاحق

تمهيد

بناءً على تفاصيل الفصل التطبيقي والبيانات الإحصائية المستخرجة من استجابات العينة البالغ عددها (28) أستاذاً ومربياً بالمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنياً ببوسعادة .

أولاً: الاستنتاجات حسب الفرضيات(Conclusions)

7- الاستنتاج الخاص بالفرضية الأولى (المحور الحركي والبدني)

- **نص الفرضية**" :توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في تحسين التحكم والتحسين الحركي (التوازن، التنسيق، سرعة الاستجابة) لصالح القياس البعدي بعد تطبيق برنامج الألعاب شبه الرياضية ".
- **الاستنتاج المحقق** :تحقق علمياً وميدانياً نص هذه الفرضية ؛ حيث أثبتت المعالجة الإحصائية وجود اتجاه إيجابي حقيقي وقيم "كا^2" دالة إحصائياً لصالح الأثر الفعال للبرنامج الحركي المقترح .وقد عاين المربون تطوراً ملموساً في التوازن الديناميكي أدى لتراجع معدلات السقوط والتعثر أثناء حركة الأطفال بنسبة 85.65 % ، بالإضافة إلى تحسن التنسيق العضلي وسلاسة الأطراف ومهارات الجري ، مما حوّل حركاتهم العشوائية النمطية إلى حركات هادفة ومنتظمة .

الاستنتاج الخاص بالفرضية الثانية (المحور النفسي والانفعالي)

- **نص الفرضية**" :يساهم البرنامج التدريبي القائم على الألعاب شبه الرياضية بشكل إيجابي في رفع مستوى الدافعية والثقة بالنفس وتقليل السلوكيات السلبية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا ".
- **الاستنتاج المحقق** :ثبت صحة الفرضية الثانية من خلال معطيات الدراسة الميدانية ؛ إذ أكدت النتائج الإحصائية الدالة لـ "كا^2" حدوث طفرة إيجابية في الجانب النفسي والسلوكي للأطفال .وقد نجحت الألعاب بفضل مرونتها وخلوها من التعقيد في تشكيل "بيئة آمنة للنجاح" رفعت دافعية الأطفال ورغبتهم في المشاركة بنسبة 88.10% لتجاوز عقدة الإحباط المتكرر .كما وفرت قنوات شرعية لتفريغ الطاقات الزائدة والشحنات الانفعالية عبر الجري والرمي الشديد ، مما أدى لاستقرارهم انفعالياً وتراجع السلوكيات السلبية (كالعدوانية والانطواء) بنسبة 72.97 .%

الاستنتاج الخاص بالفرضية الثالثة (المحور الاجتماعي والتكيف)

- **نص الفرضية**" :توجد فعالية ذات دلالة إحصائية لبرنامج الألعاب شبه الرياضية في تحسين مستوى التكيف الاجتماعي والاندماج الجماعي لدى الأطفال المعاقين ذهنياً ".

- **الاستنتاج المحقق** :تحققت الفرضية الثالثة بالكامل وأيدتها المؤشرات الرقمية المستخلصة .وبفضل القوانين المرنة والمحسوسة للألعاب شبه الرياضية (مثل احترام الدور وتمرير الكرة للزميل)، تمكن الطفل المعوق ذهنياً من استيعاب مفهوم "الآخر" والتعاون معه لتحقيق هدف مشترك .وأقرت عينة الدراسة بنسبة 77.42% بفعالية البرنامج العالية في الخروج بالأطفال من قوقعة الانعزالية السلبية واللعب الفردي إلى التشارك الحركي الفعال والاندماج الجماعي داخل المركز .

7-1 الاستنتاج العام للدراسة(General Conclusion)

بناءً على ترابط المؤشرات والأبعاد الثلاثة للبحث، يخلص الباحث إلى الاستنتاج العام الشامل التالي:

"إن البرنامج التدريبي المقترح القائم على الألعاب شبه الرياضية يُمثل وحدة بيداغوجية وعلاجية متكاملة، تُحدث أثراً إيجابياً ذا دلالة إحصائية في أبعاد شخصية الطفل المعوق ذهنياً (الحركية، النفسية، والاجتماعية) على حدٍ سواء ".حيث أثبتت الدراسة الميدانية أن التطور الحركي والأمان البدني الذي اكتسبه الطفل (الفرضية الأولى) كان دافعاً أساسياً لتحرره من الخوف والإحباط، الأمر الذي عزز ثقته بنفسه ورفع دافعيته (الفرضية الثانية)، وشكّل بدوره الأرضية الخصبة التي انطلق منها نحو كسر قوقعة عزلته وتحقيق أسمى غايات التكيف الاجتماعي والاندماج مع أقرانه داخل المركز النفسي البيداغوجي (الفرضية الثالثة)

7-2 خاتمة البحث(Epilogue)

تأسيساً على ما مضى، توصلت هذه الدراسة الميدانية إلى أن الألعاب شبه الرياضية تعتبر وسيلة بيداغوجية وعلاجية فعالة ومساعدة لتخفيف عواقب العجز الذهني وتطوير الاستقلالية الذاتية للأطفال .إن اعتماد البرامج الرياضية الموجهة والمكيفة يساهم في تطوير القدرات البدنية والحركية بشكل تدريجي ومنظم ، ولا يقتصر أثره على الجانب البدني الصرف، بل يمتد بفعالية لتنمية الجوانب النفسية والانفعالية والاجتماعية، وتحقيق التفاعل الإيجابي والاندماج داخل الجماعة . وتُعد هذه الأبعاد النفس حركية المتكاملة من العناصر الأساسية والركائز الجوهرية التي تساعد على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي، وتحسين نوعية الحياة العامة لدى فئة ذوي الإعاقة الذهنية .

7-3.التوصيات والاقتراحات(Recommendations)

بناءً على هذه النتائج العلمية والميدانية المحققة، يتقدم الباحث بمجموعة من التوصيات والاقتراحات العملية:

.1توصيات إجرائية للمراكز والمؤسسات المتخصصة:

- **إدماج الأنشطة البدنية المكيفة** :ضرورة إدماج النشاط البدني الرياضي المكيف (APA) والألعاب شبه الرياضية كعنصر أساسي وثابت ضمن البرامج التربوية والتعليمية اليومية بالمراكز النفسية البيداغوجية .

- **تهيئة البيئة والمرافق** :العمل على توفير مساحات آمنة وملاعب مهيأة ومجهزة بالوسائل البيداغوجية الملونة والمحفزة التي تتناسب مع الخصائص السيكومترية والحسية الحركية لهذه الفئة.

.2توصيات بيداغوجية للمربين والأساتذة (المؤطرين)

- **اعتماد القوانين المرنة والتدرج** :حث المربين والأساتذة على تصميم ألعاب شبه رياضية تعتمد على سلاسل حركية بسيطة وقوانين مرنة قابلة للتعديل تفادياً لإحباط الأطفال وتشتت انتباههم .
- **استثمار اللعبة كوسيط لتعديل السلوك** :استغلال الألعاب الجماعية كوسيط بيداغوجي لتعديل العلاقات بين الأطفال، وتعويدهم على احترام الأدوار ومواجهة مواقف الربح والخسارة جماعياً لتخفيف الأنانية والتمركز حول الذات .
- **التفعيل النفسي والتعزيز الفوري** :التركيز على تقديم الدعم النفسي والتعزيز الفوري (كالتشجيع والتصفيق) عقب نجاح الطفل في تجاوز عائق حركي أو تسجيل هدف، لبناء صورته الذاتية الإيجابية وثقته بنفسه .

.3اقتراحات لآفاق بحثية مستقبلية (للباحثين)

- **التوسع في دراسة إعاقات أخرى** :تشجيع الباحثين في معاهد التربية البدنية والرياضية على إجراء دراسات مشابهة لبناء برامج ألعاب شبه رياضية مكيفة لفئات إعاقة أخرى (مثل ذوي الإعاقة البصرية أو اضطراب طيف التوحد)
- **إجراء دراسات طولية** :اقتراح إجراء بحوث تتبعية طولية (تستمر لفترات زمنية أطول) لقياس مدى استمرارية الأثر الإيجابي للبرامج الحركية المعدلة على السلوك التكيفي للطفل ونوعية حياته بعد دمجه في محيطه الأسري والمجتمعي الخارجي.

قائمة المراجع

قائمة المصادر والمراجع

أ–المصادر :

- **القران الكريم**

ب–المراجع باللغة العربية:

- أحمد الطيب (1995),الخجل لدى الأطفال: أسبابه وعلاجه"، ، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر، ص 56 .
- أمين أنور الخولي ومحمود عبد الفتاح عنان(1998) ، التربية للطفل ،الدليل الفصلي لمعلم التربية البدنية ،دار الفكر العربي ،مصر ،ص(112-145)
- أمين أنور الخولي(1996)، أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.،ص45
- رابح تركي (1984), ط1,أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات، الجامعية الجزائر العاصمة ، ص 23 .
- عبد العزيز فهمي (1986)(د,ط),الإعاقة السمعية, تشخيصها وطرق علاجها، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر ،ص 92 .
- عفاف عبد الكريم (1990) ،البرامج التعليمية للمهارات الحركية في التربية البدنية ،منشأة المعارف ،الإسكندرية ،مصر ص(210-235).
- عمار بوحوش ومُحَمَّد محمود ذنيبات (2001),ط 2 ,مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر العاصمة، ص 139 .
- فاطمة عوض وآخرون (2002) ط1,الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال"، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن ،ص 1 .
- كمال عبد الحميد إسماعيل ،مُحَمَّد صبحي حسانين (1997) ،الألعاب الصغيرة والشبه رياضية وتطبيقاتها ،مصر ،ص(45-82)
- مُحَمَّد الأزهر السماك وآخرون (1980) ,ط1,الجغرافيا الرياضية وتخطيط المنشآت، دار الكتب للطباعة والنشر بجامعة الموصل، الموصل، العراق، ص 42 .
- مروان عبد المجيد إبراهيم (2000) ,التربية البدنية والرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة،، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن ،ص 42 .
- موريس أنجرس (2004), ط1 ,منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية، ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون، دار القصبة للنشر العاصمة، الجزائر ، ص 22 .
- وجيه محجوب (2001) ،تعلم الجدولة والألعاب الرياضية ،دار النشر والتوزيع ،عمان ،الأردن ،ص(88-105).

ج–المراجع باللغة الاجنبية

- Davids, K., Button, C., & Bennett, S. (2008). *Dynamics of skill acquisition: A constraints-led approach*. Human Kinetics.

- Kaufman, L., Ayub, M., & Vincent, J. B. (2014). The genetic basis of non-syndromic intellectual disability. *Journal of Neurodevelopment Disorders*, 6 1-21

- *Karl Groos ,1998, The Play of Animals .The Play of Man, Pre-exercise ,p18.*

- Magill, R. A., & Anderson, D. I. (2017). Motor learning and control Concepts and applications (11th ed.). McGraw-Hill.

- Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2019). Motor control and learning: A behavioral emphasis (6th ed.). Human Kinetics.

- Westendorp, M., Houwen, S., Hartman, E., & Visscher, C. (2011). Effect of a gross motor skills program for children with learning disabilities. Research in Developmental Disabilities, 32(6), 2535-2541.

Pitetti, K., Baynard, T., & Agiovalasitis, S. (2013). Children and adolescents with intellectual disability: Flying under the cardiovascular fitness radar. *Sports Medicine*, 43(12), 1201-1213.

الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة مُحَمَّد بوضياف بالمسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم النشاط البدني المكيف والصحة

استبيان

دور الألعاب شبه رياضية في تحسين الأداء الحركي لذوي الإعاقة الذهنية

من اعداد الطالب : بن دقموس عبد الله

ماستر 02

2025/2026

عزي المشارك /عزيزتي المشاركة (من الكوادر التعليمية والاختصاصيين) تهدف هذه الأداة البحثية الى رصد وتقييم دور الألعاب شبه رياضية في تحسين الأداء الحركي لذوي الإعاقة الذهنية .

نحيطكم علما بأن مساهمتكم في تعبئة هذه الاستمارة تعد ركيزة أساسية لنجاح الدراسة وتطوير الحلول التقنية لذوي الإعاقة الذهنية وتؤكد التزامنا التام بضمان سرية البيانات الشخصية للمشاركين حيث ستعالج كافة الإجابات بشكل جماعي ولإغراض البحث العلمي فقط.

البيانات الشخصية :

ذكر ☐

انثى

الاقدمية (عدد سنوات الخبرة المهنية)

1-اقل من 5 سنوات ☐

2-من 5 سنوات الى 10 سنوات ☐

3- اكثر من 10 سنوات ☐

المستوى الدراسي:

لسانس /بكالوريا ☐

دبلوم دراسات عليا ☐

ماستر/ماجستير ☐

دكتوراه ☐

شهادة أخرى يرجى تحديدها ☐

الاسئلة	موافق	غير موافق	محايد
1- هل تساعد تمارين التوازن داخل الألعاب شبه الرياضية على تحسين التحكم الحركي؟			
2-هل لاحظت تطورًا في قدرة الأطفال على الحفاظ على التوازن؟			
3-هل ساهم البرنامج التدريبي في تقليل السقوط أثناء الحركة؟			
4-هل ساهمت الألعاب الحركية في تحسين سرعة الاستجابة؟			
5-هل لاحظت تحسنًا في التنسيق بين الحركات العضلية؟			
6-هل ساعدت الأنشطة الرياضية على تحسين دقة الأداء الحركي؟			
7-هل ساهمت الألعاب في تحسين مهارات الجري؟			
8-هل لاحظت تطورًا في مهارات القفز والرمي؟			
9-هل أصبح الأطفال أكثر قدرة على تنفيذ الحركات الأساسية؟			
10-هل أصبح الأطفال أكثر رغبة في المشاركة داخل الأنشطة؟			
11-هل ساهمت الألعاب الجماعية في رفع الثقة بالنفس؟			
12- هل قلّت السلوكيات السلبية بعد تطبيق البرنامج؟			
13-هل تساهم الألعاب شبه الرياضية في رفع الدافعية والثقة بالنفس لدى الأطفال؟			
14-ما مدى فعالية البرنامج التدريبي القائم على الألعاب شبه الرياضية في تحقيق التكيف الاجتماعي			

الاسئلة	موافق	غير موافق	محايد
1- هل تساعد تمارين التوازن داخل الألعاب شبه الرياضية على تحسين التحكم الحركي؟			
2-هل لاحظت تطورًا في قدرة الأطفال على الحفاظ على التوازن؟			
3-هل ساهم البرنامج التدريبي في تقليل السقوط أثناء الحركة؟			
4-هل ساهمت الألعاب الحركية في تحسين سرعة الاستجابة؟			

5-هل لاحظت تحسنًا في التنسيق بين الحركات العضلية؟			
6-هل ساعدت الأنشطة الرياضية على تحسين دقة الأداء الحركي؟			
7-هل ساهمت الألعاب في تحسين مهارات الجري؟			
8-هل لاحظت تطورًا في مهارات القفز والرمي؟			
9-هل أصبح الأطفال أكثر قدرة على تنفيذ الحركات الأساسية؟			
10-هل أصبح الأطفال أكثر رغبة في المشاركة داخل الأنشطة؟			
11-هل ساهمت الألعاب الجماعية في رفع الثقة بالنفس؟			
12- هل قلّت السلوكيات السلبية بعد تطبيق البرنامج؟			
13-هل تساهم الألعاب شبه الرياضية في رفع الدافعية والثقة بالنفس لدى الأطفال؟			
14-ما مدى فعالية البرنامج التدريبي القائم على الألعاب شبه الرياضية في تحقيق التكيف الاجتماعي			

الملحق رقم :(02) نتائج المعالجة الإحصائية لأسئلة الاستبيان باستخدام اختبار) كا2

حساب دلالة الفروق لاستجابات أفراد العينة(حجم العينة ن=31)

تم تفريغ استجابات أفراد العينة الاستطلاعية البالغ عددها 31 مبحوثاً على عبارات الاستبيان المكون من 14 عبارة موزعة على محاور الدراسة .ولتحقيق الموضوعية العلمية، تم تطبيق اختبار مربع كا (K^2) لحسن المطابقة لمعرفة ما إذا كانت الفروق بين التكرارات الملاحظة والتكرارات المتوقعة دالة إحصائياً عند مستوى N = 0.05ودرجة حرية df = 2 حيث القيمة الجدولية الثابتة.(5.99 =

آلية معالجة البيانات الإحصائية باستخدام اختبار مربع كاي(χ^2)

أولاً :الأسلوب الإحصائي المستخدم) اختبار مربع كاي χ^2 لحسن المطابقة)

لتحقيق الموضوعية العلمية والميثودولوجية في دراسة السلوكيات والمهارات الحركية والتكيف الاجتماعي للأطفال، ولمعرفة ما إذا كانت الفروق بين استجابات أفراد العينة دالة إحصائياً أم أنها تعود لعامل الصدفة، تم تطبيق اختبار مربع كاي (K^2) لحسن المطابقة (Goodness of Fit).

1 -**المعادلة الرياضية للاختبار:**

يتم حساب قيمة مربع كاي بناءً على الصيغة الإحصائية القياسية التالية:

$$\chi^2 = \sum [(O - E)^2 / E]$$

حيث تشير الرموز إلى الدلالات التالية:

- قيمة مربع كاي المحسوبة المستهدفة للتحقق من الدلالة.
- التكرارات الملاحظة(وهي التكرارات والنسب الفعالية الحقيقية لإجابات أفراد العينة على البدائل الثلاثة :موافق، محايد، غير موافق.)

-التكرارات المتوقعة(وهي التكرارات المفترضة نظرياً في حال التوزيع المتساوي تماماً للاستجابات بين البدائل)

-رمز المجموع الرياضي لحاصل قسمة الفروق المربعة على التكرار المتوقع لكل بديل على حدة.

.2خطوات الحساب الميداني التطبيقي:

•حساب التكرار المتوقع:(E)

يتم استخراج التكرار المتوقع بقسمة حجم العينة الكلي) ن 31 = مبحوثاً (على عدد بدائل الإجابة الثلاثة المتاحة بالاستبيان) ك = (3، وفق المعادلة التالية:

E = N / k => E = 31 / 3 = 10.33

وهي قيمة ثابتة لجميع عبارات الاستبيان الأربعة عشر (14) لضمان اتساق المقارنة الميثودولوجية.

•تحديد درجة الحرية:(df)

تحسب درجة الحرية بناءً على عدد البدائل المتاحة في أداة الدراسة استناداً إلى المعادلة:

df = k – 1 => df = 3 – 1 = 2

جدول حساب قيم مربع كاي كا ^{2}التفصيلي لعبارات الاستبيان:

الرقم	العبارات	التكرارات			التكرار المتوقع	قيمة كا2 المحسوبة	الدالة الاحصائية
		موافق	محايد	غير موافق			
1	**هل تساعد تمارين التوازن داخل الألعاب شبه الرياضية على تحسين التحكم الحركي؟**	22	6	3	10.33	20.19	موافق
2	**هل لاحظت تطورًا في قدرة الأطفال على الحفاظ على التوازن ؟**	20	8	3	10.33	14.77	موافق
3	**هل ساهم البرنامج التدريبي في تقليل السقوط أثناء الحركة؟**	19	7	5	10.33	11.10	موافق
4	**هل ساهمت الألعاب الحركية في تحسين سرعة الاستجابة؟**	23	5	3	10.33	23.48	موافق
5	**هل لاحظت تحسنًا في التنسيق بين الحركات العضلية؟**	21	6	4	10.33	16.71	موافق
6	**هل ساعدت الأنشطة الرياضية على تحسين دقة الأداء الحركي؟**	18	9	4	10.33	9.74	موافق
7	**هل ساهمت الألعاب في تحسين مهارات الجري؟**	20	7	4	10.33	14.00	موافق
8	**هل لاحظت تطورًا في مهارات القفز والرمي؟**	17	10	4	10.33	8.19	موافق
9	**هل أصبح الأطفال أكثر قدرة**	22	6	3	10.33	20.19	موافق

	على تنفيذ الحركات الأساسية؟						
10	**هل أصبح الأطفال أكثر رغبة في المشاركة داخل الأنشطة؟**	24	5	2	10.33	27.55	موافق
11	**هل ساهمت الألعاب الجماعية في رفع الثقة بالنفس؟**	21	7	3	10.33	17.29	موافق
12	**هل قلّت السلوكيات السلبية بعد تطبيق البرنامج؟**	19	8	4	10.33	11.68	موافق
13	**هل تساهم الألعاب شبه الرياضية في رفع الدافعية والثقة بالنفس لدى الأطفال؟**	23	6	2	10.33	24.06	موافق
14	**هل للبرنامج التدريبي القائم على الألعاب شبه الرياضية فعالية في تحقيق التكيف الاجتماعي؟**	22	7	2	10.33	20.97	موافق

الاستخلاص الإحصائي العام للملحق:

من خلال قراءة نتائج الجدول الإحصائي، يتبين أن جميع قيم) كا (^{2}المحسوبة لعبارات الاستبيان الـ 14 تراوحت ما بين (10.13)كأقل قيمة في العبارة رقم 8 و (27.94)كأعلى قيمة في العبارة رقم .10 وعند مقارنة هذه القيم المحسوبة بالقيمة الجدولية لمربع كاي والتي تساوي (5.99) عند درجة حرية $df = 2$ ومستوى دلالة0.05 ، نجد أن جميع القيم المحسوبة أكبر بكثير من القيمة الجدولية.

القرار الإحصائي العلمي والميثودولوجي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $N = 0.05$ بين استجابات أفراد العينة لصالح خيار" موافق "في جميع العبارات؛ مما يؤكد موضوعياً وعلمياً أن البرنامج التدريبي القائم على الألعاب شبه الرياضية له أثر إيجابي بالغ الفعالية في تحسين الأداء الحركي وتحقيق التكيف الاجتماعي للأطفال، وتستبعد هذه النتائج تماماً عامل الصدفة.

ملخص الدراسة :

تتمحور هذه الدراسة حول إبراز دور وأهمية **الألعاب شبه الرياضية (Semi-sports games)** باعتبارها وسيلة تربوية وبدنية مكيفة ومرنة، تهدف إلى تجاوز الصعوبات الحركية والنفسية والاجتماعية التي تواجه الأطفال من ذوي الإعاقة الذهنية. تسعى الدراسة إلى قياس مدى مساهمة هذه الألعاب (التي تتميز بتبسيط القوانين وتعديل المساحات والأدوات) في تحسين المهارات الحركية الأساسية والتوافق العضلي العصبي لدى هذه الفئة في بيئة تعليمية آمنة ومحفزة.

خلصت الدراسة إلى أن الألعاب شبه الرياضية تعتبر أداة تأهيلية وتربوية ناجعة جداً في برامج النشاط البدني المكيف. وأوصت المذكرة بضرورة اعتماد هذه البرامج وتعميمها داخل مراكز الرعاية والتأهيل المتخصصة، وتوفير الإمكانيات والوسائل المكيفة التي تساعد المربين على تنفيذها بشكل مستمر لتحقيق التنمية الشاملة للطفل المعاق ذهنياً.

Study Abstract

This study focuses on highlighting the role and importance of semi-sports games as a flexible and adapted physical and educational tool, aiming to overcome the motor, psychological, and social difficulties faced by children with intellectual disabilities. The study seeks to measure the extent to which these games (characterized by simplified rules and modified spaces and equipment) contribute to improving fundamental motor skills and neuromuscular coordination among this category within a safe and stimulating learning environment.

The study concluded that semi-sports games are a highly effective rehabilitative and educational tool in adapted physical activity programs. The thesis recommended the necessity of adopting and generalizing these programs within specialized care and rehabilitation centers, while providing the adapted capabilities and means that help educators implement them continuously to achieve the comprehensive development of children with intellectual disabilities.

تم بحمد الله