

## أثر برنامج حركي مكيف على بعض المهارات الحركية الأساسية لدى المعاقين عقليا

بحث تجريبي أجري على الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم (6-8 سنوات بمدينة وهران

### The effect of adapted motor program on some basic motor skills in the mentally handicapped

An experimental research done on mentally handicapped children that are predisposed to learning between (6-8 years) old in the town of Oran

بلخير قدور باي<sup>1\*</sup>، بلقاسم سيفي<sup>2</sup>، محمد زمالي<sup>3</sup>

<sup>1</sup> جامعة مستغانم (الجزائر)، [belkheyr.kaddourbey@univ-mosta.dz](mailto:belkheyr.kaddourbey@univ-mosta.dz)

<sup>2</sup> جامعة مستغانم (الجزائر)، [belkacem.sifi@univ-mosta.dz](mailto:belkacem.sifi@univ-mosta.dz)

<sup>3</sup> جامعة وهران (الجزائر)، [zmalimed@yahoo.fr](mailto:zmalimed@yahoo.fr)

تاريخ الاستلام: 2019-08-31

تاريخ القبول: 2019-10-23

تاريخ النشر: 2019-11-25

**ملخص:** يهدف البحث إلى اقتراح برنامج حركي مكيف ينمي بعض المهارات الحركية الأساسية (المهارات الانتقالية الأساسية، مهارات التحكم الأساسية) لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم (6-8 سنوات)، استخدمنا المنهج التجريبي لملاءمته مشكلة البحث، حيث تم تطبيق طريقة الاختبار القبلي والاختبار البعدي على عينة قوامها (20) طفل معاق عقلي قابل للتعلم موزعين على مجموعتين متساويتين ومتكافئتين إحداهما ضابطة وأخرى تجريبية، تم تطبيق البرنامج المكون من (15) وحدة تعليمية على العينة التجريبية بنحو (3) حصص في الأسبوع، استخدمنا ست اختبارات لقياس المهارات الأساسية المستهدفة بعد تحكيمها، وأسفرت النتائج على أن البرنامج الحركي المكيف المقترح أثر إيجابا على تنمية المهارات الحركية الأساسية المستهدفة لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم، لذا نوصي تطبيق هذا البرنامج بالمراكز المتخصصة لهذه الفئة.

**الكلمات المفتاحية:** برنامج حركي مكيف؛ مهارات حركية أساسية؛ معاقين عقليا قابلين للتعلم.

**Abstract:** The research aims to save an adapted motor program that develops some basic motor skills (basic transition skills, basic control skills) for mentally handicapped children Who are capable to learnable (6-8 years). We have used the experimental method to fit the research problem, where the method of pre-test and post-test was applied to a sample of (20) children with mental learning that are divided into two equal and equal groups in terms of IQ and chronological age. The 15-unit program was applied to the experimental sample at about 3 lessons per week. The results revealed that the proposed adaptive motor program positively impacted the development of targeted basic motor skills in mentally handicapped and learning children. So, we recommend to apply this program in specialized centers for this category.

**Keywords:** Adapted motor program; basic motor skills; learnable Mentally Handicapped.

## 1- مقدمة:

أصبحت تقاس حضارة الأمم والمجتمعات بما تقدمه من رعاية واهتمام للفئات الخاصة، ولعل من أبرزها فئة المعاقين عقليا، حيث من دواعي الاهتمام بهم هو عدد المراكز المتخصصة التي تهتم بتكوين وتأطير الأطفال ذوي الإعاقة وتوفير مركز واحد على الأقل في كل ولاية، زيادة على الإجراءات المتخذة من طرف وزارة التربية الوطنية والتي أكدت على ضرورة فتح أقسام مكيفة خاصة لهذه الفئة في المدارس الابتدائية العادية، وكذا وجود نوادي رياضية وجمعيات ناشطة تعنى بهم بأغلب ولايات الوطن مثل تحدي وهران، منار باب الزوار بالعاصمة نجاح بسكرة، مشعل بجاية... الخ، والنماذج الناجحة من هذه الفئة في الرياضات التنافسية من مختلف الاختصاصات الفردية والجماعية.

ولأن الطفل المعاق عقليا لا يستطيع اكتساب المهارة الحركية بدرجة عالية مثل الأطفال الأسوياء، لكن ينبغي التأكيد على تعلم المهارات الحركية الأساسية، كالوقوف الصحيح، والمشي والجري والقفز والتعلق... الخ باعتبارها حركات أساسية هامة لتكيفه البيئي مع محاولة تعليمه المهارات الحركية الرياضية التي تتناسب وحالته التي لا تتطلب أبعادا معرفية كثيرة، أو توافقا عاليا بين أجزاء جسمه وفي نفس الوقت تعمل على زيادة مستوى اللياقة البدنية وتحسين النغمة العضلية بهدف إصلاح القوام. (راتب، 1994، 122)

للأنشطة الحركية قيمتها الإيجابية من حيث التفريغ والتفيس الانفعالي، والتخلص من العزلة والانسحاب والطاقة العدوانية واكتساب المتخلفين عقليا بعض المهارات التي تمكنهم من استغلال وقت فراغهم والاندماج مع الآخرين، وتنمية اعتبارهم لذواتهم وثقتهم بأنفسهم مما يؤدي إلى تحسين صحتهم النفسية ولا يخفى علينا ما يترتب على تحسين مستوى المرونة العضلية والمهارات الحركية لأعضاء الجسم لدى المعاقين عقليا. (القرطبي، 2001، 262)

## 1.1- مشكلة البحث:

على الرغم من أن النمو الحركي لدى المعاقين عقليا أكثر تطورا من مظاهر النمو الأخرى، إلا أن الأشخاص المعاقين عقليا عموما أقل كفاية من غيرهم، وذلك فيما يتصل بالحركات وردود الفعل الدقيقة والمهارات الحركية المعقدة والتوازن الحركي (عبيد، 1999، 67)، و هو ما ذكره إبراهيم (1996) أن الطفل المعاق عقليا يفتر إلى العديد من المهارات التي تؤدي إلى بعض المشكلات السلوكية والاضطرابات الانفعالية مثل السلبية والقلق والتوتر والانسحابية (كمال، 1996، 58)، وأكد الروسان (2010) إلى أن الأطفال المعاقين عقليا لديهم قصور واضح في النمو الحركي وما يتضمنه من مهارات مثل المشي والتوازن وغيرها من المهارات الحركية التي تتطلب التحكم والتوافق العضلي العصبي (الروسان، 2010، 77)، ويتسم المعاقون عقليا بدرجة ملحوظة من العجز وهم بحاجة مستمرة للتدريب والمساندة والمتابعة والرعاية المركزة ومن ثم يلزمهم مجموعة من المؤهلين لرعايتهم. (LEFORT, 2006, 11)

بينما يرى Gulluhue (1996) أن الحركة هي الدوافع الأساسية لنمو الطفل فعن طريقها يبدأ التعرف على البيئة المحيطة به، وهذا الميل الطبيعي للحركة هو إحدى طرق التعليم فالطفل يتعلم من خلال الحركة وهي مدخل وظيفي لعالم الطفولة ووسيط تربوي فعال لتحسين النمو الحركي والعقلي والاجتماعي للطفل وتطويره. (Gulluhue, 1996)

تعتبر تنمية المهارات الحركية الكبرى والمهارات الحركية الدقيقة مطلبًا مسبقًا للتعلم الناجح في بقية المجالات التكيفية، وترتبط تنمية مهارات الحركة الكبرى بالحركة العامة مثل الاتزان والمشي، وتشتمل كذلك على ضبط

الرقبة والرأس، والدوران، وانتصاب الجسم، والجلوس، والزحف، والحمل، والوقوف، والجري، والتسلق والقفز. (الشناوي، 1997، 437)

من خلال خبراتنا كمشرفين على تدريب المعاقين عقليا القابلين للتعلم التمسنا أن هناك تأخرا واضحا في بعض الجوانب من المهارات الحركية الأساسية مقارنة بأقرانهم الأسوياء من نفس العمر ونظرا للنقص الملحوظ لدى هذه الفئة في العمليات العقلية كالانتباه، والذاكرة والقدرة على التخيل والتجريد، فإن هؤلاء يحتاجون إلى برامج خاصة لتعليمهم وتدريبهم وهو ما يتطلب إتباع طرق وأساليب مختلفة عنها عند العاديين، وليس الاختلاف بالضرورة اختلافا كليا ولكن يمكن تطبيق الطرق والوسائل المعهودة في تعليم وتدريب العاديين مع مراعاة خصوصيات هذه الفئة وظروف تطبيق تلك الطرق وعلى ضوء ما سبق تم طرح التساؤل التالي:

**السؤال الرئيس:** هل البرنامج الحركي المكيف المقترح يؤثر إيجابا على تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم؟  
**التساؤلات الفرعية:**

- هل هناك فروق دالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للعينة التجريبية؟

- هل هناك فروق دالة إحصائية بين عينتي البحث الضابطة التجريبية في الاختبار البعدي؟

### 2.1- أهداف البحث:

- وضع برنامج حركي مكيف يعمل على تحسين الأداء للمهارات الحركية الأساسية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم (6-8 سنوات).

- التعرف على أثر البرنامج الحركي المكيف المقترح على بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم (6-8 سنوات).

- كشف الفروق الحاصلة بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في بعض المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

### 3.1- فرضيات البحث:

**الفرضية الرئيسية:** البرنامج الحركي المكيف يؤثر إيجابا على تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

**الفرضيات الفرعية:**

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في بعض المهارات الحركية الأساسية المستهدفة لصالح الاختبار البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة والعينة التجريبية في نتائج الاختبار البعدي لبعض المهارات الحركية الأساسية المستهدفة لصالح العينة التجريبية.

### 4.1- المصطلحات الأساسية للبحث:

- **المهارات الحركية الأساسية:** يذكر "مرسي" أن المقصود بالمهارات الحركية القدرات الجسمية التي يستخدمها الإنسان في نشاطه الحركي والعضلي في الجلوس والوقوف والمشي والجري والقفز والدفع والتحريك، وهي تختلف

عن القدرات الميكانيكية التي تقيسها اختبارات الاستعداد الميكانيكي. (مرسي، 1999، 321)

**التعريف الإجرائي:** نقصد ببعض المهارات الحركية الأساسية ببحثنا هذا بـ:

- المهارات الانتقالية الأساسية (المشي، القفز، الحجل).

- مهارات التحكم الأساسية (المسك، الرمي، التعلق).

- **برنامج حركي مكيف**: تعرفه الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترهيب بأنه "البرنامج المتنوع للنمو من الأنشطة والألعاب الرياضية الإيقاعية ليناسب ميول وقدرات وحدود الأطفال ممن لديهم نقص القدرات ليشتروا بنجاح وأمان في أنشطة البرنامج العام للتربية البدنية. (فرحات، 1998، 56)

تعريف ستور (stor): نعني به كل الحركات والتمرينات وكل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محددين في قدراتهم من الناحية البدنية، النفسية، العقلية، وذلك بسبب أو بفعل تلف أو إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى. (Stor, 1993, 10)

**التعريف الإجرائي**: هو مجموعة من الوحدات التعليمية (15 وحدة) زمن كل وحدة (45 دقيقة) تتألف من ثلاث مراحل: المرحلة التمهيديّة وفيها الإحماء العام والخاص، المرحلة الرئيسيّة وفيها تمارين تحقق هدف الحصّة ، المرحلة الختامية.

- **المعاق عقليا القابل للتعلم**:

**المعاق عقليا**: هو حالة توقف النمو أو عدم اكتمال النمو العقلي يولد مع الطفل، وقد يحدث في سن مبكرة نتيجة لعوامل وراثية أو جينية أو بيئية أو مرضية بحيث يرتبط عدم اكتمال هذا النمو مع مستوى الأداء في المجالات التي لها علاقة بالنضج والتعلم والتكيف. (الغزة، 2000، 26)

**التعريف الإجرائي**: المعاق عقليا القابل للتعلم: تتراوح معاملات ذكاء هذه الفئة ما بين (55-70) وتقابل هذه الفئة وفق هذا التصنيف حالات الإعاقة العقلية البسيطة.

**5.1- الدراسات والبحوث المشابهة**: سنستعرض أهم الدراسات والبحوث السابقة والمشابهة التي تتقاطع مع بحثنا في أحد متغيراته على الأقل:

- **دراسة "مرنيز أمانة" (2012)**: بعنوان "أثر برنامج ترويجي مقترح في تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية للمتخلفين عقليا"، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من المركز الطبي البيداغوجي للمتخلفين ذهنيًا (16) طفلا من الأطفال المتخلفين ذهنيًا القابلين للتعلم (10-12 سنة) من الذكور تم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية وقد استخدمت الباحثة اختبارات التعامل مع الأداة (رمي الكرة لأبعد مسافة واختبار تمرير الكرة مع الحائط بالقدم) كأداة قياس وخلص البحث إلى أن البرنامج الترويجي المقترح أثر إيجابيا في تطوير المهارات الحركية الأساسية على العينة التجريبية. (أمانة، 2012).

- **دراسة "بيان محمود حمودة وصادق خالد الحايك" (2009)**: بعنوان "أثر برنامج حركي لتطوير المهارات الحركية الأساسية للأطفال من (5 إلى 6) سنوات هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير برنامج ألعاب تعليمي مقترح في تحسين أداء الحركات الأساسية (المشي، الجري، الوثب، اللقف، الرمي)، وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي وعينة الدراسة تكونت من (30) طفل وطفلة تتراوح أعمارهم بين (5 و 6 سنوات) تم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية وأسفرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين على جميع المتغيرات، ولصالح المجموعة التجريبية، وهذا التحسن في مستوى أداء الحركات الأساسية يعزى لبرنامج الألعاب التعليمي المقترح. (الحايك، 2009)

- **دراسة نايف الحميدي حمد العنزي (2004)**: "فعالية الخطة التربوية الفردية في تدريس المهارات الرياضية والحركية للمعاقين عقليا في منطقة تبوك بالسعودية"، هدفت الدراسة إلى استقصاء فعالية الخطة التربوية الفردية في

تدريس المهارات الرياضية والحركية للمعاقين عقليا في منطقة تبوك بالسعودية، أجريت الدراسة على عينة قوامها (60) طالبا ذوي إعاقة عقلية بسيطة ومتوسطة تم اختيارهم بطريقة عشوائية مقسمة بالتساوي إلى مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة تتراوح أعمارهم بين (6-15 سنة)، استخدم الباحث المنهج التجريبي معتمدا على تطبيق منهج التربية الحركية والرياضية للأطفال غير العاديين الذي طوره كل من الروسان في البيئة الأردنية من أجل قياس مستوى الأداء، يتضمن منهج التربية الحركية والرياضية للأطفال غير العاديين اثني عشر بعدا فرعيا تشكل في مجملها المهارات الحركية الأساسية مهارات التحكم بحركة الرأس، مهارات الدرج، مهارات الجلوس، مهارات الوقوف، مهارات المشي، مهارات الهرولة، مهارات الوثب، مهارات الحجل، مهارات النقاط الكرة، مهارات رمي الكرة، مهارات ركل الكرة، أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة وفقا للخطة التربوية الفردية في التدريب على المهارات الرياضية والحركية لحالات الإعاقة التي هي قيد الدراسة، ومن خلالها توصل الباحث إلى فعالية الخطة التربوية الفردية في تدريس المهارات الرياضية والحركية للمعاقين عقليا ذوي الإعاقة الخفيفة والمتوسطة. (العنزي، 2004)

- دراسة "تاجي قاسم" (2004): عنوانها "فاعلية برنامج تروحي على تنمية بعض المهارات الحياتية والنفسية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم، يهدف البحث إلى تحديد فاعلية برنامج تروحي على تنمية بعض المهارات الحياتية والنفسية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم، استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة (قبلي- بعدي) على عينة قوامها (30) طفلا بمحافظة الإسكندرية بمصر حددت نسبة الذكاء (50-70) عمرهم بين (11-14 سنة)، خلص البحث إلى أن البرنامج التروحي له أثر إيجابي في تطوير بعض المهارات الحياتية والنفسية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم وأن للبرنامج التروحي المقترح تأثيرا ايجابيا على تحسين بعض المهارات الحياتية والنفسية الحركية، ويوصي الباحث على ضرورة تطبيق البرنامج التروحي المقترح. (ناجي، 2004)

## 6.1- التعليق على الدراسات المشابهة:

من خلال الدراسات السابقة والبحوث المشابهة توصلنا إلى أن جل الدراسات والبحوث السابقة تناولت متغير المهارات الحركية الأساسية كانت تخص الأطفال العاديين ما قبل المدرسة، القليل منها عالجت هذا المتغير مع فئة المعاقين عقليا بصورة سطحية، حيث أن البرامج التي تم الاستعانة بها لا تختلف كثيرا عن البرامج الموجهة للعاديين، ورغم هذا استفدنا كثيرا من البحوث السابقة والدراسات المشابهة من عدة جوانب منها بناء أدوات المعالجة الإحصائية المستعملة، المنهج المستخدم وأهم النتائج التي أسفرت عنها هذه الدراسات، حيث تأكد جل الدراسات على أهمية النشاط الحركي ودوره الايجابي في تنمية وتطوير المهارات الأساسية الكبرى لدى الأطفال.

## 2 - الطريقة والأدوات:

- 2.1- منهج البحث: استخدمنا المنهج التجريبي لملاءمته مشكلة البحث.
- 2.2- مجتمع البحث: يتكون مجتمع البحث الأصلي من (39) طفلا معاق عقليا قابل للتعليم.
- 3.2- مجموعة البحث: تتألف مجموعة البحث من (20) طفلا معاق عقليا قابل للتعليم، اختيرت بطريقة مقصودة وقد تم توزيع الأطفال على فئتين (10) عينة ضابطة و(10) عينة تجريبية، وزعت بطريقة الأزواج المتناظرة.
- 4.2- مجالات البحث:

- **المجال المكاني:** ولاية وهران (مركز رعاية الأطفال المعاقين عقليا بحي البدر بوهران، والمركز الطبي النفسي البيداغوجي ببئر الجير).

- **المجال الزمني:** استمرت فترة العمل من يوم 2019/03/05 حتى يوم 2019/03/12 وهو تاريخ إجراء الدراسة الاستطلاعية، وتلتها الاختبارات على مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية)، ثم تطبيق البرنامج على العينة التجريبية في الفترة الممتدة: من 2019/04/11 إلى 2019/05/23، وبعدها شرعنا في جدولة النتائج وجمعها وتبويبها وتحليلها واستخلاص النتائج النهائية.

- **المجال البشري:** 26 طفل معاق عقليا قابل للتعلم ذكور سنهم من (06-08) سنوات، (6) يدرسون بمركز بئر الجير و(20) يدرسون بمركز بمرکز مارفال.

## 5.2- متغيرات البحث:

**المتغير المستقل:** البرنامج الحركي المكيف، **المتغير التابع:** بعض المهارات الحركية الأساسية.

6.2- **الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث:** قمنا بضبط متغيرات الدراسة من حيث:

- **السن والجنس والذكاء:** اعتمدنا في اختيار المجموعة على الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم والذين تتراوح نسبة ذكائهم ما بين 55-70 (اختبار جودا نوف)، تتراوح أعمارهم ما بين (6-8) سنوات، من جنس الذكور.

- **الحالة الجسمية:** الأطفال الذين لا يعانون من أي اضطرابات نفسية، أو اجتماعية، أو متعددو الإعاقة (تم استبعاد الأطفال متعددي الإعاقة)، وذلك من خلال الإطلاع على الملف الطبي ومقابلة الطبيب والمختص النفسي كما أخذ بعين الاعتبار تجانس أفراد العينة من حيث الطول والوزن.

## 7.2- أدوات البحث:

استخدمنا مقياس "الناشف" من خلال ست اختبارات (مهارة المشي، مهارة القفز، مهارة الحجل، مهارة المسك، مهارة الرمي، مهارة التعلق)، حيث يتم تقييم النتيجة المحصل عليها بعد الأداء كما يلي:

- نادرا ما يلاحظ السلوك (أبدا) تمنح له علامة (0).

- يظهر السلوك في نصف مرات الملاحظة (أحيانا) تقابله درجة (1).

- يظهر السلوك في معظم الأحيان تقابله درجة (2). (سعيد، 1999)

8.2- **الخصائص السيكومترية للاختبار:** للتأكد من ملاءمة اختبارات المهارات الحركية الأساسية للفئة المعنية

قمنا بإجراء دراسة استطلاعية على مجموعة مكونة من (6) أطفال قابلين للتعلم تتراوح أعمارهم بين (6 و 8 سنوات) من المركز النفسي الطبي البيداغوجي للمعاقين عقليا ببئر الجير بوهران، وبعد أسبوع أعيد تطبيق نفس الاختبارات على نفس أفراد المجموعة تحت نفس الظروف ونفس التوقيت ونفس الوسائل، وكان هدف الدراسة الاستطلاعية ما يلي: (معرفة مدى تناسب الاختبارات مع عينة البحث- معرفة الصعوبات التي يمكن مواجهتها ميدانيا لتقاديها وتجنبها- إبراز الخصائص السيكومترية للاختيار (الصدق، الثبات، الموضوعية).

- **الثبات:** أجرينا الاختبار الأول على عينة من مجتمع البحث وقوامها (6) أطفال بتاريخ 2019/03/05 وأعيد نفس الاختبار وتحت نفس الظروف يوم 2019/03/12، قمنا باستخدام معامل الارتباط "بيرسون"، وقد أظهرت النتائج المدونة أدناه في الجدول (1) أن الاختبارات تتمتع بدرجات ثبات عالية وتراوحت هذه المعاملات بين (0.81 و 0.94)، وجميعها أكبر من القيمة الجدولية التي قدرت ب (0.75) عند درجة الحرية (5).

- الصدق: يعد الصدق أهم شروط الاختبار الجيد، ويقصد بالصدق أن يقيس الاختبار فعلا القدرة أو السمة التي وضع الاختبار لقياسها، ولغرض التأكد من صدق اختبار المهارات النفسية استخدمنا طريقتين: صدق المحتوى والصدق الذاتي.

أ- صدق المحتوى: وذلك بعرضه على عدة أساتذة ودكاترة وخبراء في مجال النشاط الحركي المكيف وذوي الإعاقة العقلية والتربية الحركية، حيث تم الموافقة على جميع الاختبارات كما هي.

ب- الصدق الذاتي: والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات، ومن خلال الجدول (1) تراوحت القيم بين (0.90) كأدنى قيمة و(0.96) كأعلى قيمة، وهذه القيم أكبر من القيمة الجدولية التي قدرت بـ(0.75) عند مستوى الدلالة (0.05) وبالتالي جميع الاختبارات تتمتع بدرجة صدق عالية

- الموضوعية: عدم التأثر بالأحكام الذاتية للمصححين (أحمد، 2009، 107) تتمتع جميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية بالسهولة والوضوح والبساطة، كما أنه غير قابل للتخمين أو التقويم الذاتي، كما استخدم هذا الاختبار في العديد من الدراسات على عينات متعددة من الأطفال.

جدول (1) صدق وثبات الاختبارات

المتغيرات	معامل الثبات	معامل الصدق	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المشي	0.81	0.90	05	0.05
الحجل	0.90	0.94		
القفز	0.83	0.91		
التعلق	0.94	0.96		
المسك	0.81	0.9		
الرمي	0.85	0.92		

## 9.2- تصميم وتنفيذ البرنامج:

تم تصميم البرنامج الحركي المكيف بالاعتماد على الدراسات السابقة والبحوث المشابهة وكتب التربية الحركية، وخبرتنا السابقة، وبالعودة إلى شبكة الأنترنت، وبعض الأفلام المصورة، ولقد استعنا بأراء الخبراء والأخصائيين في مجال التربية الحركية وذوي الإعاقة العقلية واعتمدنا عليهم كذلك في تقنين البرنامج المقترح واختبارات القياس، وقد تم مراعاة واقع مراكز ذوي الإعاقة العقلية من ناحية المنشآت الرياضية والوسائل في برنامجنا هذا لكي يتسنى سهولة تنفيذه زيادة على هذا روعي في بناء البرنامج ما يلي:

- خصائص وسمات الفئة المعنية من جميع الجوانب.

- التدرج في استخدام التمارين والمهارات والأدوات المناسبة وسهولة إدراكها.

- التنوع في استخدام أدوات ووسائل (كرات مختلفة الألوان والأحجام، حلقات دائرية).

البرنامج الحركي المكيف مكون من (15) وحدة تعليمية بمعدل ثلاث وحدات في الأسبوع زمن كل وحدة (45) دقيقة ويشتمل البرنامج على مجموعة من التمارين والألعاب تهدف إلى تنمية وتطوير المهارات الأساسية

الحركية (المهارات الانتقالية الأساسية، ومهارات التحكم الأساسية) ولقد أجريت الحصص التعليمية صباحا من (10 إلى 11 سا) أيام الأحد، الثلاثاء، الخميس.

### 10.2- المعالجات الإحصائية المستعملة: استخدمنا في بحثنا معادلات إحصائية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط بيرسون.
- اختبار الدلالة الإحصائية "ت" ستودنت (عينتان مرتبطتان متساويتان، عينتان غير مرتبطتان متساويتان).

### 3- النتائج ومناقشتها:

الجدول (2) مدى التجانس بين العينة الضابطة والعينة التجريبية في نتائج الاختبارات القبلية باستخدام اختبار دلالة الفروق "ت"

مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية	قيمة T الجدولية	العينة الضابطة		العينة التجريبية		الاختبارات	
			قيمة T المحسوبة	ع	س	ع		س
0.05	غير دال	2.10	0.19	1.83	4.5	1.37	4.4	المشي
	غير دال		0.65	0.98	4.1	0.90	4.3	الحجل
	غير دال		0.27	1.6	2.6	1.56	2.7	القفز
	غير دال		0.90	0.23	1.3	0.17	1.2	التعلق
	غير دال		0.22	1.34	4.7	1.6	4.6	المسك
	غير دال		0.50	0.44	01	0.54	0.9	الرمي

نتائج الجدول (2) الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية في الاختبار القبلي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مستوى المهارات الحركية الأساسية قيد الدراسة (المشي، الحجل، القفز، التعلق، المسك، الرمي) تشير إلى أن قيم "ت" المحسوبة تراوحت بين (0.19) و (0.90) وبالتالي جميع القيم المحصل عليها أصغر من قيم "ت" الجدولية التي بلغت (2.10) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (18)، وهذا يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية في جميع الاختبارات التي هي قيد الدراسة، مما يعني أن هناك تكافؤ بين المجموعتين (الضابطة والتجريبية) في النتائج المحصل عليها، وهذا ما يساعد في معرفة التغير ومستوى التقدم لكل مجموعة أثناء وبعد نهاية التجربة الميدانية من خلال تطبيق البرنامج الحركي المكيف المقترح.

الجدول (3) نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث

ت	العينة التجريبية		الاختبار القبلي		العينة الضابطة		الاختبار البعدي		الاختبارات	
	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي		
8.09	1.73	1.37	6.2	4.4	0.83	1.37	1.83	4.4	4.5	المشي
4	0.54	0.90	5.1	4.3	0.58	0.4	0.98	4.2	4.1	الحجل
5.29	1.15	1.56	3.6	2.7	0.59	1.34	1.6	2.7	2.6	القفز
3.75	0.17	0.17	1.8	1.2	0.56	0.27	0.23	1.4	1.3	التعلق



7.77	1.12	1.6	6.7	4.6	1.00	1.73	1.34	4.8	4.7	المسك
3.33	0.23	0.54	1.7	0.9	0.55	0.32	0.44	1.1	01	الرمي

من خلال الجدول (3) بالنسبة إلى نتائج اختبار "ت" الذي استخدمناه لمعرفة الفروق بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينات الضابطة تراوحت القيم بين (0.55) و (1)، وبالتالي جميع قيم "ت" المحسوبة أقل من "ت" الجدولية، والتي قدرت بـ (2.26) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (09) ومنه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للعينات الضابطة في جميع الاختبارات، ومن خلال نفس الجدول في الشق الثاني معرفة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للعينات التجريبية، حيث نسجل أدنى قيمة لـ "ت" المحسوبة بـ (3.33) وبالتالي كل قيم "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية والتي قدرت بـ (2.26) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (9) ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للعينات التجريبية في جميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية، ونرجع سبب هذه النتائج إلى تأثير البرنامج الحركي المكيف على أفراد العينة التجريبية.

#### جدول (4) نتائج الاختبارات البعدية لعينتي البحث

المهارات	العينات الضابطة		العينات التجريبية	درجة الحرية	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	الدلالة عند 0.05
	ع	س					
المشي	1.37	4.4	1.73	6.2	3.6	2.10	دال
الحجل	0.4	4.2	0.54	5.1	6	2.10	دال
القفز	1.34	2.7	1.15	3.6	2.25	2.10	دال
التعلق	0.27	1.4	0.17	1.8	5.71	2.10	دال
المسك	1.73	4.8	1.12	6.7	4.04	2.10	دال
الرمي	0.32	1.1	0.23	1.7	6.74	2.10	دال

من خلال الجدول (4) نلاحظ أنه جميع قيم "ت" المحسوبة والتي تراوحت ما بين (2.25) و (6.74) أي جميع قيم "ت" المحسوبة أكبر من قيم "ت" الجدولية التي قدرت بـ (2.10) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (18) أي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار البعدي للعينات الضابطة والاختبار البعدي للعينات التجريبية لجميع الاختبارات، ويرجع الباحثون سبب هذه النتائج إلى تأثير برنامج النشاط الحركي المكيف وهو ما يؤكد صحة الفرضية الفرعية الثانية أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار البعدي للعينات الضابطة والاختبار البعدي للعينات التجريبية في بعض المهارات الأساسية الحركية لصالح العينة التجريبية.

#### 1.3- مناقشة نتائج الفرضيات:

من خلال الجدول (3) نسجل عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلية والبعدي للعينات الضابطة في جميع الاختبارات (المشي، الحجل، القفز، التعلق، المسك، الرمي) وهذا يؤكد عدم نجاعة برنامج النشاط البدني المكيف التقليدي المطبق بالمركز في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية (المهارات الانتقالية، مهارات التحكم) بالنسبة للأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم (06-08) سنوات ونلاحظ كذلك في نفس الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلية والبعدي للعينات التجريبية التي تم تطبيق عليها البرنامج الحركي المكيف المقترح في جميع الاختبارات (المشي، الحجل، القفز، التعلق، المسك، الرمي)، ومنه نؤكد صحة الفرضية الفرعية

الأولى والتي تنص على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للعينه التجريبية في بعض القدرات الإدراكية الحركية لصالح الاختبار البعدي.

ويتضح لنا من خلال الجدول (4) وجود فروق ذات معنوية بين القياس القبلي للعينه التجريبية والقياس البعدي للعينه الضابطة في جميع الاختبارات، وهناك فروق معنوية بين الاختبار البعدي للعينه الضابطة والاختبار البعدي للعينه التجريبية في جميع الاختبارات لصالح العينه التجريبية، ومن هنا نستطيع تأكيد الفرضية الفرعية الثانية على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار البعدي للعينه الضابطة والاختبار البعدي للعينه التجريبية في بعض المهارات الحركية الأساسية لصالح العينه التجريبية.

إن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للعينتين الضابطة والتجريبية لصالح هذه الأخيرة في اختبارات: (المشي، الحجل، القفز، التعلق، المسك، الرمي)، يعني تطور بعض المهارات الأساسية الحركية للعينه التجريبية وبالضبط المهارات الانتقالية الأساسية ومهارات التحكم الأساسية، وبالمقارنة مع العينه الضابطة التي لم يطرأ عليها أي تطور، ويرجع الباحثون التقدم الحاصل في نمو المهارات الحركية الأساسية إلى البرنامج الحركي المكيف الذي احتوى على أنشطة حركية وألعاب رياضية وأهداف إجرائية كانت معدة بطريقة علمية وبصورة مضبوطة للتناسب وخصوصية هذه الفئة، حيث أتاحت لأفراد العينه قيد الدراسة تحقيق تقدم ملحوظ في اكتساب مهارات حركية أساسية (مهارات انتقالية أساسية، مهارات التحكم الأساسية) وبالتالي فإن هذا البرنامج يعتبر مؤشر ذو دلالة إحصائية في إمكانية تحسين المهارات الحركية الأساسية للأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعليم في المراكز الطبية البيداغوجية، وهو ما يحقق صحة الفرضية الرئيسية التي تنص على أن "البرنامج الحركي المكيف المقترح يؤثر إيجابا على تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعليم (6-08) سنوات.

نتائج دراستنا هذه تتفق مع ما أكده (إبراهيم، 1997) على أن التربية الرياضية للمعاقين عقليا تساعد على اكتساب المهارات الحركية الأساسية والتي تساعد الفرد المعوق على أداء مهامه الحيوية وأنشطته اليومية بكفاءة واقتدار، وما أكدته كذلك دراسة (مرنيز، 2012) من خلال توصلها في دراستها التجريبية أن برنامج النشاط الحركي ينمي المهارات الأساسية الحركية بالنسبة للأطفال ذوي الإعاقة، ويتفق (جوالده، 2010) أن الطفل المعاق عقليا القابل للتعليم يمكن تدارك التأخر في نمو المهارات الحركية الأساسية مقارنة بالأسوياء عن طريق برامج أنشطة حركية مكيفة (الجوالده، 2010)، وتتفق نتائج دراستنا كذلك مع ما أكداه إبراهيم وفرحات أن من أهداف التربية الرياضية للمتعاقين عقليا اكتساب التوافق الحركي والقوة العضلية حيث يساعد ذلك على أداء المهارات الحركية الأساسية الانتقالية، كالوقوف والمشي والجلوس والحجل والحركة بأنواعها المختلفة وفقا لمتطلبات الحياة الواقعية المختلفة. (فرحات ح، 1998، 223)

كما أكدت دراسات كل من "الحايك (2009)، العنزي (2004)، ناجي (2004) على أن البرامج الحركية الموجهة للأطفال أثبتت نجاعتها في تنمية و تطوير المهارات الحركية الأساسية، وفي نفس السياق أكد كل من راتب، الخولي "ينبغي التأكيد على تعلم المهارات الحركية الأساسية كالوقوف الصحيح، والمشي والجري والقفز والتعلق... الخ، باعتبارها حركات أساسية هامة لتكيفه البيئي مع محاولة تعليمه المهارات الحركية (لخاصة) الرياضية التي تتناسب وحالته التي لا تتطلب أبعادا معرفية كثيرة، أو توافقا عاليا بين أجزاء جسمه وفي نفس الوقت تعمل على زيادة مستوى اللياقة البدنية وتحسين النغمة العضلية بهدف إصلاح القوام. (راتب، 1994، 355)

في حدود ما أمكن التوصل إليه من نتائج استخلصنا ما يلي:

- 1- البرنامج الحركي المكيف المقترح أثر ايجابيا في تطوير المهارات الحركية الأساسية (المهارات الانتقالية ، مهارات التحكم) لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم بعمر (6-8) سنوات.
- 2- وجود فروق دالة إحصائيا في جميع الاختبارات البعدية للعينتين الضابطة والتجريبية لصالح العينة التجريبية في المهارات الحركية الأساسية المستهدفة.
- 3- عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الاختبارين القبلي والبعدي للعينة الضابطة في المهارات الحركية الأساسية المستهدفة.

#### الاقتراحات:

- 1- تطبيق البرنامج الحركي المكيف المقترح في مراكز الطبية النفسية البيداغوجية الخاصة بالأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- 2- ضرورة استهداف المهارات الحركية الأساسية في إعداد دروس التربية البدنية والرياضة المكيفة لأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- 3- إجراء دراسات مشابهة على الأطفال المعاقين عقليا من فئة القابلين للتدريب (إعاقة عقلية متوسطة).

#### - الإحالات والمراجع:

- ابراهيم مرسي كمال. (1996). مرجع في علم التخلف العقلي. الكويت: دار القلم.
- أمين أنور الخولي أسامة كمال راتب. (1994). التربية الحركية للطفل. القاهرة: دار الفكر العربي.
- بوداود عبد اليمين، عطاء الله أحمد. (2009). المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- بيان محمود حمودة، صادق خالد الحايك. (2009). أثر برنامج حركي لتطوير المهارات الأساسية للأطفال 5-6 سنوات. دراسة العلوم التربوية المجلد 36 العدد 2 الجامعة الأردنية. 158-168.
- حلمي ابراهيم ليلي سيد فرحات. (1998). التربية الرياضية و الترويح للمعاقين. القاهرة: دار الفكر العربي.
- سعيد حسني الغزة. (2000). التربية الخاصة لذوي الإعاقات العقلية والبصرية والسمعية والحركية. عمان: دار الثقافة للنشر.
- عبد المطلب أمين القرطبي. (2001). سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم. القاهرة: دار الفكر العربي.
- فاروق الروسان. (2010). مقدمة في الإعاقة العقلية. سوريا: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- قاسم ناجي. (2004). فاعلية برنامج ترويجي على تنمية بعض المهارات الحياتية والنفسية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم. المجلة العلمية للتربية البدنية. القاهرة. العدد 4. 8-24.
- كمال مرسي. (1999). مرجع في التخلف العقلي. القاهرة: دار النشر للجامعات المصرية.
- لؤي غانم الصميدعي، وضاح غانم سعيد. (1999). التربية البدنية والحركية لأطفال ما قبل المدرسة. عمان الأردن: دار الفكر العربي للنشر والتوزيع.
- ماجدة السيد عبيد. (1999). تعليم الأطفال المتخلفون عقليا. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- محمد صالح الجوالده. (2010). الإعاقة العقلية ومهارات الحياة في ضوء نظرية العقل. الأردن: دار الثقافة.

محمد محروس الشناوي.(1997). *التخلف العقلي(الأسباب -التشخيص -البرامج)*. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.

مرنيز آمنة.(2012). أثر برنامج ترويجي مقترح في تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية للمتخلفين عقليا. مجلة الإبداع الرياضي. 10-21.

مروان عبد المجيد إبراهيم.(1997). *الألعاب الرياضية للمعوقين*. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.  
نايف الحميدي، حمد العنزي.(2004). *فعالية الخطة التربوية الفردية في تدريس المهارات الرياضية والحركية للمعاقين عقليا في منطقة تبوك بالسعودية*. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الدراسات العليا. عمان: الجامعة الأردنية.

المراجع الأجنبية:

Gullahue, D.(1996). *Developmental Physical Education for Today's Elementary School Children*. New York: Macmillan Pub.

LEFORT, J.(2006). *social interaction skills children with autism a script fading procedure for beginning readers*. journal of applied.analysis.

Stor, A.(1993). *activité physique et sportives adaptées pour personne handicapés mentale*. Belgique: prient marketing sprl.

#### كيفية الاستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA :

قدور باي، بلخير وسيفي، بلقاسم، وزمالي، محمد (2019). أثر برنامج حركي مكيف على بعض المهارات الحركية الأساسية لدى المعاقين عقليا. مجلة العلوم النفسية والتربوية. 5(3)، الجزائر: جامعة الوادي، الجزائر. 33-44.