

## تأثير برنامج حركي مقترح على تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان

د. أحمد محمد عبد اللطيف  
كلية التربية، جامعة السلطان قابوس وكلية  
التربية الرياضية، جامعة حلوان.  
د. بدرية خلفان الهدايبية  
كلية التربية، جامعة السلطان قابوس.  
د. مروة حمدي نصر  
كلية التربية، جامعة السلطان قابوس،  
وكلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية.  
(قدم للنشر في 2022/3/17م؛ وقبل للنشر في 2022/4/3م)

ملخص البحث: لما كانت التربية الحركية جزءاً هاماً وأساسياً للأطفال غير المعاقين لتكوين الشخصية والتكيف مع البيئة والمجتمع فهي أيضاً هامة بالنسبة لمختلف تصنيفات الإعاقات الذهنية، فالخبرة الحركية لهذه الفئة من المعاقين تساعدهم على مواجهة العالم من حولهم من خلال اكتشافهم لإمكانياتهم الحركية والبدنية، إذ أن التربية الحركية للمعاقين ذهنياً لم تعد قاصرة على تنمية القدرات البدنية والحركية بل تعدت ذلك لتحقيق النمو الشامل المتزن لديهم عن طريق الشعور بخبرات النجاح من خلال ممارسة الأنشطة الحركية. يهدف هذا البحث الى تصميم برنامج حركي مقترح لتطوير الخصائص الزمانية والمكانية لبعض المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان، والتعرف على تأثير البرنامج الحركي المقترح على تطوير الخصائص الزمانية والمكانية لبعض المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان، تمثلت عينة البحث في عدد (38) طفل من الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم والذين تتراوح نسبة ذكائهم ما بين (55-70) درجة بمقياس ستانفورد بينيه، وتتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (11-14) عاماً بمدرسة التربية الفكرية بمحافظة مسقط. تم الاستعانة بنتائج (10) أطفال لحساب المعاملات العلمية من صدق وثبات، ليبقى عدد العينة بعد ذلك (28) طفل تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة عدد كل مجموعة (14) طفلاً. استخدم الباحثون جهاز "أوبتوجيت" Optogait لقياس متغيرات البحث، وقد توصلت نتائج الدراسة الى أن البرنامج الحركي المقترح أثر إيجاباً على تطوير الخصائص الزمانية والمكانية للمهارات الحركية الأساسية لعينة البحث، وأن أعلى نسبة تحسن ظهرت في اختبار الوثب العريض من الثبات (27.90%) واقل نسبة تحسن ظهرت في اختبار الجري 15 متر (16.30%).

الكلمات المفتاحية: التربية الحركية، المهارات الحركية الأساسية، الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم، الخصائص الزمانية والمكانية، جهاز "أوبتوجيت" Optogait.

## Effect of a proposed kinetic program on the development of some of the basic motor skills for learnable intellectual mentally disabled children in Oman

**Dr. Ahmed Mohamed Abdellatif**

College of Education, Sultan Qaboos University, & College of Physical Education, Helwan University.

**Dr. Badria Khalfan Al-Haddabi**

College of Education, Sultan Qaboos University.

**Dr. Marwa Hamdi Nasr**

College of Education, Sultan Qaboos University, & College of Physical Education, Alexandria University.

(Received 17/3/2022; Accepted for publication 3/4/2022)

**Abstract:** Since the movement education is an important and essential part of normal children to form personal and adapt to the environment and the community, it is also important for mentally disabled children, motor experience of this category of the disabled helps them facing the world around them through their discovery of their motor and physical abilities, as the movement education for the mentally disabled no longer limited to the physical and motor development and even exceeded that to achieve their integrated balanced growth through the feeling of success experience through movement activities practice. This research aims to design a proposed kinetic program for the development of spatial-temporal characteristics of some of the basic motor skills of trainable intellectual mentally disabled children in Oman, and to identify the impact of the proposed kinetic program on the development of spatial-temporal characteristics of some of the basic motor skills of trainable intellectual mentally disabled children in Oman. The research sample consisted of (38) children with intellectual disabilities who are able to learn, and their ages range between (11-14) years at the School of Intellectual Education in Muscat Governorate. The results of (10) children were used to calculate the scientific parameters of validity and reliability, so that the number of the sample remains after that (28) children who were randomly divided into two groups, one experimental and the other controlling, the number of each group being (14) children. The researchers used the "Optogait" device to measure the research variables, and the results of the study concluded that the proposed kinetic program had a positive impact on the development of the temporal and spatial characteristics of the basic motor skills of the research sample, and that the highest percentage of improvement shown in the long jump test (27.90%), and the lowest percentage improvement shown in the 15-meter running test (16.30%).

**Keyword:** Movement education, Basic motor skills, learnable intellectual mentally disabled children, spatial-temporal characteristics, Ooptogait" Device.

## مقدمة ومشكلة البحث:

تعد التربية البدنية ميداناً من ميادين التربية، فهي تستمد فلسفتها من التربية العامة التي تهدف الى إعداد الفرد إعداداً شاملاً ومتزناً في جميع جوانب حياته، كما تعد جزءاً هاماً من برامج الإعداد التي تهدف إلى بناء مجتمع أفضل، ووسيلة للحكم على مستوى تقدم الدول وتحضرها. فالتربية حق من الحقوق الأساسية لجميع أفراد المجتمع سواء كانوا معاقين أو غير معاقين.

وتعتبر الأنشطة الحركية للأطفال مدخل أساسي ليس فقط لتعلم المهارات الرياضية بل تتعدى ذلك إلى المساعدة في نموهم العقلي والمعرفي والاجتماعي والانفعالي، فالحركة هي النشاط والشكل الأساسي للحياة، ومن خلالها يتم تحقيق الذات واكتساب المعرفة بكل مستوياتها، فيتعود الطفل على السلوك المنطقي وحل المشكلات (Sayres and Gallagher, 2001).

ويعد اهتمام أي مجتمع بالأطفال المعاقين ضرورة اجتماعية واقتصادية، ومعبّراً نستطيع من خلاله الحكم على مدى رقي وتقدم هذا المجتمع ومدى رعايته لجميع أفرادها، لذلك تقاس حضارة أي بلد بمدى حسن اهتمامه بثرواته البشرية، وقدرته على توجيه سلوك أفرادها الوجهة البنائية التي تسهم في تقدمه (حسن والشوربيجي، 2012م).

إن الإعاقة الذهنية من الظواهر التي لا تعترف بالحدود الاجتماعية، فهي ظاهرة تعرضت لها مختلف الفئات الاجتماعية بدرجات متفاوتة، فالإعاقة الذهنية مشكلة إنسانية واجتماعية وتربوية جديرة بالاهتمام والدراسة، وقد نالت هذه المشكلة اهتماماً كبيراً ومتزايداً لدى العديد من المجتمعات (Tan, 2001). لذا شهد العصر الحديث اهتماماً كبيراً بالأفراد المعاقين ذهنياً خاصة في مراحل الطفولة وذلك من خلال اهتمام الباحثين والعلماء بتصميم البرامج المتطورة لتحسين قدرات هذه الفئة التي تحتاج إلى مساعدة الأفراد المحيطين بهم بما يؤدي إلى

المشاركة في الأنشطة بنجاح وبالتالي تكيفهم واندماجهم مع المجتمع (Sherrill, 1998).

ولما كانت الأنشطة الرياضية واللعب أمراً محبباً لدى الأطفال ومن خلالهم يكتسبون معارف وخبرات وتجارب جديدة، فقد اتخذته التربية الحديثة أسلوباً لتربية الأطفال المعاقين ذهنياً وتعليمهم، وذلك لأن اللعب والنشاط الحركي يشعران الطفل بالسعادة والرغبة والاستمرار في العطاء، فهما يعدان من أهم الوسائل والأساليب في تربية الجسم، لذا أصبح بمقدور الأطفال المعاقين ذهنياً أن يمارسوا الأنشطة الرياضية المختلفة بما يتناسب مع قدراتهم الحركية والعقلية والبدنية (عبيد، 2007م).

وتعد التربية الحركية جزءاً هاماً من التربية البدنية، وهي معنية بالطفل منذ ولادته حتى نهاية المرحلة الابتدائية، وأهم ما يميزها هو ذلك التنوع الواسع بأشكالها وأساليبها، فالتربية الحركية هي أسلوب جديد من أساليب التربية العامة، إذ يتم من خلالها إعداد الفرد من جميع الجوانب المختلفة عن طريق الخبرة والنشاط الحركي، ليخرج التعليم من صيغته التقليدية إلى صيغ أكثر فاعلية وإيجابية ومثيرة لدوافع الطفل وملبية لحاجاته وميوله ورغباته (عثمان، 2008م).

ولما كانت التربية الحركية جزءاً هاماً وأساسياً للأطفال غير المعاقين لتكوين الشخصية والتكيف مع البيئة والمجتمع فهي أيضاً هامة بالنسبة لمختلف تصنيفات الإعاقات الذهنية، فالخبرة الحركية لهذه الفئة من المعاقين تساعدهم على مواجهة العالم من حولهم من خلال اكتشافهم لإمكانياتهم الحركية والبدنية، إذ أن التربية الحركية للمعاقين ذهنياً لم تعد قاصرة على تنمية القدرات البدنية والحركية بل تعدت ذلك لتحقيق النمو الشامل المتزن لديهم عن طريق الشعور بخبرات النجاح من خلال ممارسة الأنشطة الحركية (القريطي، 2001م).

وأكد كل من (Eichstaedt and Lavay 1992) على أنه لا يمكن تقديم الأنشطة الحركية المنظمة للأطفال المعاقين ذهنياً إلا بعد أن يكون الطفل قد أدى المهارات الحركية الأساسية بطريقة جيدة، وأن الفائدة الأكثر أهمية للمهارات الحركية الأساسية للأشخاص المعاقين ذهنياً تكمن في اكتساب المهارات الحياتية، حيث أن النجاح في أداء المهارات الحركية الأساسية يساعدهم على أداء المهارات الحياتية والوظيفية اللازمة للحياة اليومية.

ونظراً للتأخر الواضح في مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم مقارنة بأقرانهم من نفس العمر، ونظراً للنقص الملحوظ لدى هذه الفئة في العمليات العقلية كالانتباه والتركيز، وإيماناً منا بأهمية برامج التربية الحركية للأطفال المعاقين ذهنياً في تنمية وتطوير المهارات الحركية الأساسية، وما لها من أثر كبير وفعال في مساعدتهم في التغلب على العديد من المشكلات الحركية والبدنية وعلى التكيف مع مجتمعهم وتحويلهم إلى قوى عاملة ومنتجة، وانطلاقاً من أن المهارات الحركية الأساسية هي الركيزة الأساسية التي تتأسس عليها جميع الحركات التي يقوم بها الأطفال المعاقين ذهنياً سواء كانت تلك الحركات أثناء ممارسة مهام حياتهم اليومية أو أثناء مشاركتهم في الأنشطة الحركية، فإن هذه الفئة من الأطفال المعاقين ذهنياً تحتاج إلى برامج خاصة تهدف إلى تعليمهم وتدريبهم على أداء المهارات الحركية الأساسية للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان.

#### أهداف البحث:

1- تصميم برنامج حركي مقترح لتطوير الخصائص الزمانية والمكانية لبعض المهارات الحركية الأساسية

وأشار الروسان (2010م) إلى أن الأطفال المعاقين ذهنياً لديهم قصور واضح في النمو الحركي وما يتضمنه من مهارات أساسية مثل المشي والجري والتوازن وغيرها من المهارات الحركية التي تتطلب التحكم والتوافق العصبي العضلي، حيث يؤدي هذا القصور إلى ضعف واضح في الإدراك، فلا يتمكن الطفل المعاق من ترتيب المثيرات الموجودة في بيئته بالشكل الملائم كما لا يتمكن أيضاً من تصنيفها وتحليلها بالشكل الذي يتبادر إلى ذهن الطفل غير المعاق مما يجعله غير مدرك لمفردات عديدة في بيئته وكيفية التعامل معها.

كما أكد الخولى والشافعي (2000م) على أن الطفل المعاق ذهنياً لا يستطيع اكتساب المهارة الحركية بدرجة عالية مثل الأطفال الأسوياء، لذا يجب الاهتمام بتنمية وتطوير المهارات الحركية الأساسية لديهم كالوقوف الصحيح والمشي والجري والوثب، باعتبارها حركات أساسية وضرورية للتكيف مع البيئة المحيطة للطفل المعاق.

وأشارت على (2012م) إلى أن المهارات الحركية الأساسية تعد الركيزة الأساسية التي تتأسس عليها جميع الحركات التي يقوم بها الأطفال المعاقين ذهنياً سواء كانت تلك الحركات أثناء ممارستهم المهام اليومية مثل المشي والجري والوثب، أو أثناء مشاركتهم في الأنشطة الحركية، وأن هناك تأخر في أداء المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال المعاقين ذهنياً مقارنة بمن هم في نفس سنهم من الأطفال الأسوياء.

كما أشار (Block, 1991) إلى أن تنمية المهارات الحركية الأساسية هي الأساس للنمو البدني للأطفال حيث تمددهم بخبرات حركية متنوعة والكثير من المعلومات والمعارف لتأسيس إدراكهم بأنفسهم وعالمهم المحيط بهم، وينطبق هذا على الأطفال المعاقين ذهنياً حيث أن تنمية المهارات الحركية الأساسية هام جداً لتعلم الحركات الأخرى الأكثر تعقيداً.

لجسم الطفل، وما ينتج عنه من اكتساب الطفل لبعض الاتجاهات السلوكية (الديري، 1999م).

المهارات الحركية الأساسية: هي تلك الحركات الطبيعية الفطرية التي يزاولها الطفل ويؤديها بدون أن يقوم أحد بتعليمه إياها مثل المشي والجري والحجل والقفز والوثب ... الخ (الدليحي، 2008م).

الإعاقة الذهنية: هي حالة من النقص العقلي ناتجة عن سوء التغذية أو عن مرض ناشئ عن الإصابة في مركز الجهاز العصبي وقد تكون هذه لإصابة قبل الولادة أو في أثنائها أو بعدها (الزيود، 2000م).

المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم: هم الأشخاص الذين تتراوح نسبة ذكائهم ما بين 55-70 درجة، وهم يستطيعون تعلم بعض المهارات الأكاديمية كالقراءة والكتابة والحساب والاستفادة من البرامج التعليمية العادية ولكن عملية تقدمهم تكون بطيئة مقارنة بالأشخاص العاديين (كوافحة، عبد العزيز، 2003م).

الخصائص الزمانية والمكانية: هي تلك المتغيرات الوصفية المتعلقة بكل من المسافة والزمن والمصاحبة للحركات الانتقالية مثل المشي والجري والحجل والوثب ... الخ.\*

\* تعريف إجرائي للباحثين.

البرنامج الحركي المقترح: هو مجموعة من الأنشطة الحركية والألعاب الصغيرة والتمرينات البسيطة المنظمة والتي تهدف إلى تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية.\*

\* تعريف إجرائي للباحثين.

#### الدراسات السابقة:

أجرت على (2012م) دراسة بعنوان "تأثير برنامج حركي مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال المعاقين ذهنياً بسيطاً الإعاقة من سن (6-12) سنة" هدفت إلى التعرف على تأثير البرنامج المقترح

(الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى) لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان.

2- التعرف على مستوى الخصائص الزمانية والمكانية لبعض المهارات الحركية الأساسية (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى) لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان.

3- التعرف على تأثير البرنامج الحركي المقترح على تطوير الخصائص الزمانية والمكانية لبعض المهارات الحركية الأساسية (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى) لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان.

#### أسئلة البحث:

1- ما البرنامج الحركي المقترح لتطوير الخصائص الزمانية والمكانية لبعض المهارات الحركية الأساسية (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى) لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان؟

2- ما مستوى الخصائص الزمانية والمكانية لبعض للمهارات الحركية الأساسية (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى) لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان؟

3- ما تأثير البرنامج الحركي المقترح على تطوير الخصائص الزمانية والمكانية لبعض المهارات الحركية الأساسية (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى) لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان؟

#### المصطلحات المستخدمة في البحث:

التربية الحركية: هي ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط البدني والذي يستخدم الجهاز الحركي

أجرى أبو النجا وآخرون (2017م) دراسة بعنوان "تأثير برنامج تربية حركية على بعض المهارات الأساسية الطبيعية لذوي صعوبات التعلم بمرحلة رياض الأطفال من سن (5-6) سنوات" هدفت إلى التعرف على تأثير برنامج تربية حركية على بعض المهارات الحركية الأساسية (المشي، الجري، الوثب، الحجل) لذوي صعوبات التعلم في رياض الأطفال، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي ذو تصميم مجموعة تجريبية واحدة باستخدام القياس القبلي والبعدي، تكونت عينة البحث من (12) طفل تم تقسيمهم إلى (8) أطفال كمجموعة تجريبية، و(4) أطفال كعينة استطلاعية لتقنين الاختبارات قيد البحث، تم تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية لمدة (10) أسابيع بواقع (2) وحدة اسبوعياً وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن برنامج التربية الحركية المقترح قد أدى إلى تنمية المهارات الحركية الأساسية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم.

أجرى قدور وآخرون (2019م) دراسة بعنوان "أثر برنامج حركي مكيف على بعض المهارات الحركية الأساسية لدى المعاقين عقلياً القابلين للتعلم (6-8) سنوات بمدينة وهران" هدفت إلى التعرف على أثر البرنامج الحركي المكيف على بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم (6-8 سنوات)، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (20) طفلاً من الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم تم اختيارهم بالطريقة العمدية وتم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين تجريبية وضابطة عدد كل مجموعة (10) أطفال، تم تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية لمدة (5) أسابيع بواقع (3) وحدات اسبوعياً، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن البرنامج الحركي المكيف أثر إيجاباً في تطوير المهارات الحركية الأساسية (المشي، والحجل، والوثب) لدى الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم (6-8 سنوات).

للأنشطة الحركية على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال المعاقين ذهنياً، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة باستخدام القياس القبلي والبعدي، وتكونت عينة الدراسة من (42) تلميذاً، تم الاستعانة بنتائج (16) تلميذاً لحساب الصدق والثبات، و(26) تلميذاً تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل مجموعة (13) تلميذاً، تم تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية لمدة (8) أسابيع بواقع (4) وحدات اسبوعياً، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن برنامج الأنشطة الحركية المقترح كان له أثر إيجابي على تنمية المهارات الحركية الأساسية المتمثلة في كل من (الجري - الوثب - الحجل - الرمي - اللقف).

أجرى موسى وآخرون (2014م) دراسة بعنوان "فاعلية برنامج لتعليم المهارات الحركية الأساسية على القدرات الإدراكية للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتدريب" هدفت إلى التعرف على فاعلية البرنامج التعليمي المقترح على مستوى القدرات الإدراكية الحركية، والتعرف على العلاقة بين مستوى المهارات الحركية الأساسية ومستوى القدرات الإدراكية الحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتدريب من سن (8-11) سنة، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين، بلغ عدد العينة (26) طفلاً تم اختيارهم بالطريقة العمدية، تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على (6) أطفال منهم ليبقى عدد العينة (20) طفلاً تم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، تم تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية لمدة (12) أسبوع بواقع (2) وحدة اسبوعياً، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن البرنامج التعليمي المقترح كان له أثر إيجابي على تحسن وتطور كافة المهارات الحركية الأساسية والقدرات الإدراكية.

القابلين للتعلم والذين تتراوح نسبة ذكائهم ما بين (55-70) درجة بمقياس ستانفورد بينيه، وتتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (11-14) عاماً بمدرسة التربية الفكرية بمحافظة مسقط. تم الاستعانة بنتائج (10) أطفال لحساب المعاملات العلمية من صدق وثبات، ليبقى عدد العينة بعد ذلك (28) طفل تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة عدد كل مجموعة (14) طفلاً.

#### اختبارات المهارات الحركية المستخدمة في الدراسة:

1- اختبار سرعة الجري (15) متر بالثانية والذي يقيس مهارة الجري.

2- اختبار الوثب العريض من الثبات الذي يقيس مهارة الوثب بالقدمين للأمام.

3- اختبار الحجل مسافة (5) متر بالرجل اليميني بالثانية والذي يقيس مهارة الحجل للأمام بالرجل اليميني.

4- اختبار الحجل مسافة (5) متر بالرجل اليسرى بالثانية والذي يقيس مهارة الحجل للأمام بالرجل اليسرى. (رحيم 2000م).

#### تجانس عينة البحث:

قام الباحثون بإجراء التجانس لعينة البحث والبالغ عددها (28) طفل وذلك في كل من متغيرات الطول والكتلة والعمر الزمني، والاختبارات الخاصة بالمهارات الحركية الأساسية كما هو موضح في جدول (1).

أجرى سانج Sang (2020م) دراسة بعنوان "تأثير برنامج لتمارين الإدراك الحسي حركي على المهارات الحركية الأساسية لدى الطفل المعاق ذهنياً" هدفت إلى التعرف على تأثير البرنامج المقترح على المهارات الحركية الأساسية للطفل المعاق ذهنياً، تكونت عينة الدراسة من طفل واحد من ذوى الإعاقة الذهنية، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، تكون زمن البرنامج المقترح من (32) أسبوعاً بواقع (2) وحدة أسبوعياً، أظهرت نتائج الدراسة بان برنامج تمارين الإدراك الحسي حركي المقترح كان له تأثير إيجابي على المهارات الحركية الأساسية لدى الطفل المعاق ذهنياً.

#### إجراءات البحث:

##### منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة باستخدام القياس القبلي والبعدي.

##### مجتمع البحث:

يتألف مجتمع البحث من الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بكل من مراكز الوفاء الاجتماعية، جمعيات رعاية المعاقين، مدرسة التربية الفكرية، بسلطنة عمان الذين تتراوح أعمارهم ما بين (11-14) سنة.

##### عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية حيث تمثلت في عدد (38) طفل من الأطفال المعاقين ذهنياً

جدول (1). المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعاملات الالتواء للطول والكتلة والعمر الزمني واختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث لعينة البحث (ن=28)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	سم	145.25	10.40	0.579
الكتلة	كجم	40.51	12.63	1.40
العمر الزمني	سنة	12.60	1.31	0.436-
الجري 15 متر	ث	3.79	0.54	0.384
الوثب العريض من الثبات	سم	103.89	26.03	0.962
الحجل 5 متر بالرجل اليمنى	ث	4.06	0.99	0.780
الحجل 5 متر بالرجل اليسرى	ث	4.11	1.45	1.22

يتضح من جدول (1) أن معاملات الالتواء قد تراوحت ما بين (0.436، 1.4) أي انحصرت ما بين (3±) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في متغيرات الطول والكتلة والعمر الزمني واختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث.

#### حساب التكافؤ في متغيرات البحث:

جدول (2). دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس القبلي لاختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث (ن=14)

مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	الاختبارات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.381	0.099	0.61	3.80	0.49	3.78	ث	الجري 15 م
0.054	0.890	31.89	108.29	18.67	99.50	سم	الوثب العريض من الثبات
0.053	0.105	1.21	4.04	0.75	4.08	ث	الحجل 5 م بالرجل اليمنى
0.667	0.789	0.90	3.71	0.96	3.99	ث	الحجل 5 م بالرجل اليسرى

قيمة ت الجدولية عند مستوى (0.05) = (2.056)

#### متغيرات البحث

**المتغير المستقل:** البرنامج الحركي المقترح لتطوير الخصائص الزمانية والمكانية للمهارات الحركية الأساسية قيد البحث (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى) لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان.

**المتغير التابع:** الخصائص الزمانية والمكانية للمهارات الحركية الأساسية قيد البحث وتشمل (زمن الجري 15

يتضح من جدول (2) أن قيم (ت) المحسوبة كانت أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05)، وأن مستوى الدلالة كان أكبر من (0.05) لجميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية، مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس القبلي لاختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث مما يدل على تكافؤ عينة البحث في تلك المتغيرات.



والبحوث المرتبطة، ويشتمل البرنامج على مجموعة من الأنشطة الحركية والألعاب الصغيرة التي يؤديها الطفل بمفرده أو مع زميل أو في مجموعة باستخدام أدوات وبدون استخدام أدوات وذلك بهدف تطوير الخصائص الزمانية والمكانية للمهارات الحركية الأساسية قيد البحث، كما اشتمل البرنامج الحركي المقترح على مجموعة من التمرينات البدنية لتطوير مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية المتمثلة في تمرينات (الجري، الوثب، والحجل).

#### أسس تصميم البرنامج:

- 1- أن تتناسب التمرينات والأنشطة الحركية مع قدرات الأطفال عينة الدراسة.
- 2- أن يتيح محتوى البرنامج الفرص لاكتساب خبرات النجاح للأطفال عينة الدراسة.
- 3- أن تتنوع أنشطة البرنامج بحيث تستثير دافعية الأطفال للعمل والمشاركة الإيجابية.
- 4- أن تراعى الفروق الفردية بين الأطفال المشاركين في البرنامج.
- 5- أن تراعى توافر عوامل الأمن والسلامة أثناء الأداء.

#### • تنظيم البرنامج المقترح:

تم تطبيق البرنامج الحركي المقترح على الأطفال المعاقين ذهنياً عينة البحث لمدة (6) أسابيع بواقع (3) وحدات أسبوعياً خلال فترة الراحة التي تتوسط اليوم الدراسي ولمدة (45) دقيقة لكل وحدة، وبذلك يصبح العدد الكلي للوحدات التي يتكون منها البرنامج (18) وحدة، وقام الباحثون بتنظيم التمرينات المختارة في كل وحدة بحيث تحتوي كل وحدة التدريب على مهارتين من المهارات الحركية الأساسية، تعتبر المهارة الأولى المهارة الرئيسية في الوحدة يتم التدريب عليها من خلال أربعة تمرينات، ويتم تكرار تمرينين منهما وإضافة تمرينين جديدين عند تكرار التدريب على نفس المهارة في وحدة

متر، ومسافة الوثب العريض من الثبات، وزمن الحجل 5 متر على كل من الرجل اليمنى والرجل اليسرى) لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان.

#### أدوات جمع البيانات:

لجمع بيانات هذا البحث استعان الباحثون بالقياسات والأجهزة التالية:

- 1- جهاز الرستاميتير لقياس الطول.
- 2- ميزان طبي لقياس الكتلة.
- 3- سجلات مدرسة التربية الفكرية بمحافظة مسقط الخاصة بالأطفال عينة البحث.
- 4- اختبارات المهارات الحركية الأساسية وتشمل: الجري مسافة 15 متر، الوثب العريض من الثبات، الحجل على القدم اليمنى مسافة 5 متر، الحجل على القدم اليسرى مسافة 5 متر.
- 5- جهاز "أوبتوجيت" Optogait بطول (5) أمتار لقياس مسافة الوثب العريض من الثبات، وزمن الحجل 5 متر على كل من الرجل اليمنى والرجل اليسرى. 6. جهاز "فوتو سل" Photo Cell ماركة (PROWERE Timing System) لقياس زمن الجري 15 متر.



شكل (1). جهاز "أوبتوجيت" Optogait

#### البرنامج الحركي المقترح:

#### • تصميم البرنامج:

قام الباحثون بتصميم البرنامج الحركي المقترح بعد الاطلاع على العديد من المراجع العلمية المتخصصة

محكمين من حملة درجة الدكتوراة في مجال تخصص التربية البدنية وعلوم الرياضة لاستطلاع آرائهم وتم الأخذ بمقترحاتهم وإجراء التعديلات المناسبة.

#### الصدق الذاتي:

تم حساب الصدق الذاتي للاختبارات الحركية المستخدمة في البحث عن طريق إيجاد الجزر التربيعي لمعامل الثبات. (قدور وآخرون 2019م)

#### ثبات الاختبارات:

لحساب ثبات اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد الدراسة قام الباحثون بحساب معامل الثبات بيرسون Pearson عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه -Test Re-Test على نفس أفراد المجموعة تحت نفس الظروف ونفس التوقيت وبنفس الوسائل بفارق زمني أسبوع بين التطبيقين وجاءت النتائج كما في جدول (3).

تالية، وتعتبر المهارة الثانية مهارة تمهيدية للمهارة الرئيسية في الوحدة التي تليها ويتم التدريب عليها من خلال تمرينين فقط. بحيث تحتوي كل وحدة تدريبية على (6) تمرينات.

#### • الخطوات التنفيذية للبحث:

#### • الدراسات الاستطلاعية:

#### 1- الدراسة الاستطلاعية الأولى:

استهدفت تلك الدراسة إيجاد المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات المهارات الحركية الأساسية المستخدمة في البحث. حيث تم تطبيق الاختبارات على عدد (10) أطفال بتاريخ 2020/1/2م، وتم إعادة التطبيق بتاريخ 2020/1/9م.

#### صدق الاختبارات:

تم إيجاد صدق المحتوى للاختبارات الحركية المستخدمة في البحث من خلال عرضها على عدد (10)

جدول (3). معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات قيد البحث (ن = 10)

الصدق الذاتي	قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.986	0.974	0.54	3.74	0.55	3.69	ث	الجري 15 متر
0.982	0.966	32.31	115.7	32.48	115.6	سم	الوثب العريض من الثبات
0.927	0.860	1.03	3.79	1.30	3.86	ث	الحجل 5 متر بالرجل اليمى
0.958	0.919	1.61	3.84	2.00	4.15	ث	الحجل 5 متر بالرجل اليسرى

قيمة ر الجدولية عند مستوى (0.05) = (0.602)

مستوى دلالة (0.05) مما يدل على أن جميع الاختبارات المستخدمة في البحث على درجة عالية من الثبات والصدق.

يتضح من جدول (3) أن معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات قيد البحث تراوحت ما بين (0.860)، (0.974)، وأن قيم الصدق الذاتي تراوحت ما بين (0.927)، (0.986) وجميعها أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند

## 2- الدراسة الاستطلاعية الثانية:

استهدفت تلك الدراسة تجريب تطبيق وحدات البرنامج الحركي المقترح وتم إجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية في الفترة من يوم الأحد الموافق 2020/1/12م إلى يوم الخميس الموافق 2020/1/16م. وتم من خلالها التعرف على:

• مدى مناسبة محتوى برنامج الأنشطة الحركية المقترح لقدرات الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم من 11 – 14 سنة.

• التحديد الأمثل للتمرينات داخل كل وحدة من وحدات البرنامج ومدى مناسبتها مع أفراد العينة.

• مناسبة المكان والأدوات المستخدمة والزمن اللازم للتنفيذ.

القياسات القبليّة: تم تطبيق القياسات القبليّة لعينة البحث في الفترة من يوم الأحد الموافق 2020/1/19م إلى يوم الخميس الموافق 2020/1/23م.

تطبيق البرنامج: تم تطبيق البرنامج الحركي المقترح في الفترة من يوم الأحد الموافق 2020/1/26م إلى يوم الخميس الموافق 2020/3/12م.

القياسات البعديّة: تم تطبيق القياسات البعديّة لعينة البحث في الفترة من يوم الأحد الموافق 2020/3/15م إلى يوم الخميس الموافق 2020/3/19م.

## الأساليب الإحصائية:

اعتمد الباحثون في خطة البحث الإحصائية لنتائج البحث على حساب كل من:

المتوسط الحسابي.

الانحراف المعياري.

معامل الالتواء.

اختبار "ت" T.test لحساب دلالة الفروق.

معامل الارتباط "بيرسون" Pearson.

النسب المئوية.

## عرض ومناقشة النتائج:

قام الباحثون بعرض ومناقشة النتائج من خلال جداول إحصائية تشتمل على المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ودلالة الفروق الإحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية، بالإضافة إلى النسب المئوية لمعدلات التحسن في اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث.

## أولاً: عرض النتائج:

## عرض نتائج السؤال الثاني:

ما مستوى الخصائص الزمانية والمكانية لبعض للمهارات الحركية الأساسية (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى) لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان؟

للإجابة على هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وأعلى قيمة وأدنى قيمة للخصائص الزمانية والمكانية للمهارات الحركية الأساسية قيد البحث لعينة الدراسة.

جدول (4). المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للخصائص الزمانية والمكانية للمهارات الحركية الأساسية قيد البحث (ن=28)

الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أعلى قيمة	أدنى قيمة
الجرى 15 متر	ث	3.79	0.54	4.88	2.91
الوثب العريض من الثبات	سم	103.89	26.03	179	58
الحجل 5 متر بالرجل اليمنى	ث	4.06	0.99	6.69	2.75
الحجل 5 متر بالرجل اليسرى	ث	4.11	1.45	7.97	2.47

(الجرى، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى) لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان؟ للإجابة على هذا السؤال قام الباحثون باستخدام اختبار (ت) T-tes للعينات المستقلة لمعرفة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في نتائج الاختبارات الحركية قيد البحث، ومعرفة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياسات البعدية لنتائج الاختبارات الحركية قيد البحث.

يتضح من جدول (4) أن المتوسط الحسابي لزمان الجري (15 متر) لعينة الدراسة قد بلغ  $(0.54 \pm 3.79)$  ثانية، وبلغ المتوسط الحسابي لمسافة الوثب العريض من الثبات  $(26.03 \pm 103.89)$  سم، وبلغ المتوسط الحسابي لزمان الحجل (5 متر بالرجل اليمنى)  $(0.99 \pm 4.06)$  ثانية، بينما بلغ  $(1.45 \pm 4.11)$  ثانية للحجل بالرجل اليسرى.

#### عرض نتائج السؤال الثالث:

ما تأثير البرنامج الحركي المقترح على تطوير الخصائص الزمانية والمكانية لبعض المهارات الحركية الأساسية

جدول (5). دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة للاختبارات الحركية قيد البحث (ن=14)

الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت" المحسوبة	مستوى الدلالة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
العدو 15 م	ث	3.78	0.494	3.77	0.497	1.372	0.193
الوثب العريض من الثبات	سم	99.50	18.67	100.29	19.66	2.065	0.059
الحجل 5 م بالرجل اليمنى	ث	4.084	0.753	4.074	0.756	1.713	0.110
الحجل 5 م بالرجل اليسرى	ث	3.985	0.963	3.972	0.975	1.785	0.098

قيمة ت الجدولية عند مستوى (0.05) = (2.160)

على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في جميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث.

يتضح من جدول (5) أن قيم (ت) المحسوبة كانت أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05)، وأن مستوى الدلالة كان أكبر من (0.05) لجميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية، مما يدل

جدول (6). دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية للاختبارات الحركية قيد البحث (ن=14)

مستوى الدلالة	قيمة "ت" المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	الاختبارات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.00	16.412	0.466	3.18	0.606	3.80	ث	العدو 15 م
0.00	15.272	38.840	138.5	31.890	108.29	سم	الوثب العريض من الثبات
0.00	16.663	0.990	3.01	1.213	4.04	ث	الحجل 5 م بالرجل اليمنى
0.00	17.972	0.752	2.94	0.901	3.71	ث	الحجل 5 م بالرجل اليسرى

قيمة ت الجدولية عند مستوى (0.05) = (2.160)

ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في جميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث.

يتضح من جدول (6) أن قيم (ت) المحسوبة كانت أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05)، وأن مستوى الدلالة كان أقل من (0.05) لجميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية، مما يدل على وجود فروق

جدول (7). دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياسات البعيدة للاختبارات الحركية قيد البحث (ن=14)

مستوى الدلالة	قيمة "ت" المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	الاختبارات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.003	3.225	0.466	3.18	4.988	3.77	ث	العدو 15 م
0.003	3.285	38.840	138.50	19.656	100.29	سم	الوثب العريض من الثبات
0.004	3.188	0.990	3.01	0.756	4.07	ث	الحجل 5 م بالرجل اليمنى
0.004	3.135	0.752	2.94	0.975	3.97	ث	الحجل 5 م بالرجل اليسرى

قيمة ت الجدولية عند مستوى (0.05) = (2.056)

دلالة احصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياسات البعدية لصالح المجموعة التجريبية في جميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث.

يتضح من جدول (7) أن قيم (ت) المحسوبة كانت أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05)، وأن مستوى الدلالة كان أقل من (0.05) لجميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية، مما يدل على وجود فروق ذات

جدول (8). النسب المئوية لمعدلات التحسن في القياس البعدي للمجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبارات الحركية قيد البحث (ن=14)

نسبة التحسن	المجموعة التجريبية		نسبة التحسن	المجموعة الضابطة		وحدة القياس	الاختبارات
	القياس البعدي	القياس القبلي		القياس البعدي	القياس القبلي		
%16.30	3.18	3.80	%0.26	3.77	3.78	ث	الجري 15 م
%27.90	138.50	108.29	%0.79	100.29	99.50	سم	الوثب العريض من الثبات
%25.50	3.01	4.04	%0.25	4.07	4.08	ث	الحجل 5 م بالرجل اليمنى
%20.75	2.94	3.71	%0.50	3.97	3.99	ث	الحجل 5 م بالرجل اليسرى

يتضح من جدول (5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في جميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى). وهذا يعني عدم نجاعة برنامج النشاط الحركي التقليدي المطبق بمدرسة التربية الفكرية بمحافظة مسقط في تطوير الخصائص الزمانية والمكانية للمهارات الحركية الأساسية قيد الدراسة لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم في المرحلة السنية (11-14) سنة بسلطنة عمان.

ويتضح من جدول (6) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في جميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى)، كما يتضح من جدول (7) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين

يتضح من جدول (8) زيادة النسب المئوية لمعدلات التحسن في القياسات البعدية عن القياسات القبلية للمجموعة التجريبية عنها للمجموعة الضابطة في جميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث.

#### ثانياً: مناقشة النتائج:

هدفت الدراسة الى تصميم برنامج حركي مقترح لتطوير الخصائص الزمانية والمكانية لبعض المهارات الحركية الأساسية (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى واليسرى) لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بسلطنة عمان، والتعرف على مستوى تلك الخصائص لأفراد عينة الدراسة، بالإضافة الى التعرف على تأثير البرنامج الحركي المقترح على تطوير الخصائص الزمانية والمكانية للمهارات الحركية الأساسية قيد البحث لدى أفراد عينة الدراسة.

اليمنى والرجل اليسرى. كما اتفقت أيضاً مع نتائج دراسة موسى وآخرون (2014م) حيث أشارت نتائج الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية في اختبارات المشي والجري والوثب والحجل والجري المتعرج. وكذلك اتفقت مع نتائج دراسة أبو النجا وآخرون (2017م) حيث أشارت نتائج الدراسة الى وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في اختبارات الجري الزجاجي والوثب العمودي من الثبات. واتفقت أيضاً مع نتائج دراسة قدور وآخرون (2019م) حيث توصلت نتائج الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في اختبارات المشي والحجل والوثب.

يتضح من جدول (8) زيادة النسب المئوية لمعدلات التحسن في القياسات البعدية عن القياسات القبلية للمجموعة التجريبية عنها للمجموعة الضابطة في جميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى). حيث بلغت نسبة التحسن في مهارة العدو لمسافة (15) متر 16.30%، وبلغت نسبة التحسن في مهارة الوثب العريض من الثبات 27.90%، كما بلغت نسبة التحسن في مهارة الحجل على الرجل اليمنى لمسافة (5) متر 25.50%، بينما بلغت نسبة التحسن في مهارة الحجل على الرجل اليسرى لمسافة (5) متر 20.75%. ويعزو الباحثون ذلك التحسن في مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية قيد البحث للمجموعة التجريبية الى تطبيق البرنامج الحركي المقترح والذي اشتمل على مجموعة متنوعة من الأنشطة والألعاب والمسابقات وتمارين الحجل والوثب على القدمين من الثبات ومن الحركة في مختلف الاتجاهات باستخدام وبدون استخدام

المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية في جميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى). وهذا يعني حدوث تطوير في مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية قيد الدراسة للمجموعة التجريبية، ويعزو الباحثون تلك الفروق الى أن البرنامج الحركي المقترح كان له تأثير إيجابي وفعال على تحسين وتطوير الخصائص الزمانية والمكانية للمهارات الحركية الأساسية قيد البحث لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم في المرحلة السنية (11 - 14) سنة بسلطنة عمان.

يشير الخولى وراتب (2004م) إلى أن الطفل المعاق ذهنياً لا يستطيع اكتساب المهارة الحركية بدرجة عالية مثل الأطفال الأسوياء، لذا ينبغي التأكيد على تعليمه المهارات الحركية الأساسية كالوقوف الصحيح والمشي والجري والقفز باعتبارها حركات أساسية هامة لتكيفة البيئي.

ويؤكد راتب (1999م)، وعلى (2012م) على أن المهارات الحركية الأساسية تعد الركيزة الأساسية التي تتأسس عليها جميع الحركات التي يقوم بها الأطفال المعاقين ذهنياً سواء كانت تلك الحركات أثناء ممارستهم المهام اليومية مثل المشي والجري والوثب، أو أثناء مشاركتهم في الأنشطة الحركية، وأن اكتساب وتطوير المهارات الحركية الأساسية لدى الطفل يمهد الطريق لتكوين الخبرات الحركية المرتبطة بالرياضة والأنشطة البدنية المختلفة.

وتتفق تلك النتائج مع نتائج بعض الدراسات التي أجريت على الأطفال المعاقين ذهنياً وذوي صعوبات التعلم كدراسة على (2012م) حيث أشارت نتائج الدراسة الى وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية في اختبارات الجري مسافة (20) متر، والوثب العريض من الثبات، والحجل مسافة (10) أمتار بالرجل

يكون هذا التطور بصورة سريعة إذا تم وضع التمرينات المناسبة والمتنوعة وتدريب الأطفال عليها في الوقت المناسب، كما تتفق النتائج أيضاً مع ما أكده إبراهيم، وفرحات (1998م) على أن التربية الحركية للأطفال المعاقين ذهنياً تساعد على اكتساب المهارات الحركية الأساسية وتساعد على أداء المهام والأنشطة اليومية بكفاءة واقتدار، وتتفق النتائج كذلك مع ما أكده جوالدة (2010م) أن الطفل المعاق ذهنياً القابل للتعلم يمكن تدارك التأخر في نمو المهارات الحركية الأساسية مقارنة بالأسياء عن طريق برامج أنشطة حركية مكيفة.

#### الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وفي إطار المنهج العلمي المستخدم، وفي حدود عينة البحث، وكذلك التحليل الإحصائي، وعرض النتائج ومناقشتها توصل الباحثون إلى ما يلي:

1- البرنامج الحركي المقترح أثر إيجاباً على تطوير الخصائص الزمانية والمكانية للمهارات الحركية الأساسية (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى) لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم للمرحلة السنية من 11-14 سنة بسلطنة عمان.

2- النسب المئوية لمعدلات التحسن كانت أكبر لدى أطفال المجموعة التجريبية عنها للمجموعة الضابطة في جميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث.

3- أعلى نسبة تحسن ظهرت في اختبار الوثب العريض من الثبات (27.90%) (واقل نسبة تحسن ظهرت في اختبار الجري 15 متر (16.30%).

#### التوصيات:

الأدوات حيث روعي فيها الأسس العلمية والتربوية والتي بمقتضاها تحقق الهدف المراد منها، والتي اتسمت بالتشويق وبالتدرج في مستوى الأداء من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب بما يتناسب مع ميول أفراد العينة واحتياجاتهم وقدراتهم البدنية والتي تعمل على تحقيق أهداف البرنامج، كما يرى الباحثون أيضاً أن تفوق المجموعة التجريبية عن المجموع الضابطة في النسب المئوية لمعدلات التحسن لجميع اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث (الجري، والوثب، والحجل بالرجل اليمنى والرجل اليسرى) إلى عدم توافر برنامج خاص بتطوير المهارات الحركية الأساسية للمجموعة الضابطة ضمن برنامج التربية الرياضية المدرسية بمدرسة التربية الفكرية والذي كان يعتمد بصفة أساسية على ممارسة نشاط كرة القدم. وظهر التطور الذي تحقق في الخصائص الزمانية والمكانية للمهارات الحركية الأساسية قيد البحث في انخفاض زمن العدو مسافة (15) متر، وانخفاض زمن الحجل على الرجل اليمنى والرجل اليسرى لمسافة (5) متر لدى المجموعة التجريبية، ويرجع ذلك إلى تنوع وتدرج التمرينات والمسابقات الخاصة بمهارتي الجري والحجل، وظهر كذلك في زيادة مسافة الوثب العريض من الثبات، ويرجع ذلك إلى أن مهارة الوثب الطويل من المهارات المحببة لدى الأطفال المعاقين ذهنياً وهي تشبه قفزة الأرنب وقد قام الباحثون بتطبيق التمرينات الخاصة بهذه المهارة بطريقة مشوقة وباستخدام أدوات مختلفة مما كان له الأثر الإيجابي في تحسن هذه المهارة.

وتتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة على (2012م) حيث أشارت نتائج الدراسة إلى زيادة النسب المئوية لمعدلات التحسن في القياسات البعدية عن القياسات القبلية للمجموعة التجريبية عنها للمجموعة الضابطة في مهارات (العدو، والوثب، والحجل). وتتفق تلك النتائج أيضاً مع ما أشار به راتب (1999م) بأن تطور المهارات الحركية الأساسية يكون بطيئاً نسبياً طالما لا يوجد التمرين المناسب لها، بينما



حسن، أحلام؛ الشوريجي، سحر (2012) الإيثار لدى عينة من الأطفال الصم والمكفوفين في مسقط والإسكندرية، أماراباك، مجلة الأكاديمية الأمريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا، المجلد الثالث، العدد السادس.

الخولي، أمين؛ الشافعي، جمال الدين (2000) مناهج التربية الرياضية المعاصرة، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة.

الخولي، أمين؛ راتب، أسامة (2009) نظريات وبرامج التربية الحركية للأطفال، القاهرة، دار الفكر العربي.

الدليهي، ناهدة (2008) أساسيات في التعلم الحركي، (ط1)، النجف، العراق، دار الضياء للطباعة والتصميم.

الديري، على (1999) طرق تدريس التربية الرياضية في المرحلة الأساسية (التربية الحركية)، إربد، الأردن، مؤسسة حمادة ودار الكندي للنشر.

راتب، أسامة كامل (1999) النمو الحركي (مدخل للنمو المتكامل للمراهق والطفل). دار الفكر العربي، القاهرة.

راتب، أسامة كامل (2003) علم النفس الرياضي، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة.

رحيم، ناهد (2000) تأثير برنامج مقترح للتمرينات باستخدام الأدوات اليدوية الصغيرة على المهارات الحركية الأساسية للأطفال من (4-6) سنوات، رسالة ماجستير، جامعة حلوان.

الروسان، فاروق (2010) مقدمة في الإعاقة العقلية، (ط1)، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع.

رياض، أسامة، عبد الرحيم، ناهد (2001) القياس والتأهيل الحركي للمعاقين، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.

الزيود، نادر فهيم (2000) تعليم الأطفال المتخلفين عقلياً، عمان، دار الفكر.

في ضوء ما تم استنتاجه من نتائج البحث يوصي الباحثون بما يلي:

1- الاستفادة من برنامج الأنشطة الحركية المقترح لتأثيره الإيجابي على تنمية وتطوير المهارات الحركية الأساسية للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم من 11-14 سنة لما لها من أثر إيجابي وفعال على أداء المهارات الحياتية والوظيفية لهؤلاء الأطفال.

2- الاعتماد على الاختبارات المستخدمة في البحث لمساعدة مدرسي التربية البدنية في تحديد مستوى المهارات الحركية الأساسية قيد البحث وتقويمها للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم من 11-14 سنة.

3- توفير الأجهزة والأدوات اللازمة والمناسبة لممارسة الأنشطة الحركية بما يتناسب مع خصائص واحتياجات وقدرة الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم من 11-14 سنة.

4- اجراء دراسات مشابهة على المراحل السنوية الأخرى وعلى عينات من الأطفال الاناث.

#### المراجع:

الخولي، أمين؛ راتب، أسامة (2004) التربية الحركية للطفل، القاهرة، دار الفكر العربي.

إبراهيم، حلمي؛ فرحات، ليلي سيد (1998م) التربية الرياضية والترويج للمعاقين، القاهرة، دار الفكر العربي.

أبو النجا، عزالدين؛ هانم، الشريبي؛ محمد، عبد السميع (2017) تأثير برنامج تربية حركية على بعض المهارات الأساسية الطبيعية لذوي صعوبات التعلم بمرحلة رياض الأطفال من سن 5-6 سنوات، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة، جامعة المنصورة، العدد الثامن والعشرون.

الجوالدة، محمد صالح (2010م) الإعاقة العقلية ومهارات الحياة في ضوء نظرية العقل، الأردن، دار الثقافة.

- Eichstaedt, B and Lavay, B. (1992) Physical activity for individuals with mental retardation: Infancy through adulthood, Published by Human Kinetics.
- Kilani, H. (2005). Movement Education in Kindergarten". A review study. Dirasat, VOL. ... PP Uof J. World Health Organization-World Report on Disability,
- Roy, j. Scephard (1999); Fitness in special population human kinetics boo's. www.who.int/disabilities/world\_report/2011/accessible\_ar.pdf)
- Sang, H. (2020). Effect of Perceptual Exercise Program on Basic Motor Skills in a Child with Intellectual Disability: Single Subject Research Design, Asian Journal of Kinesiology, 22 (1): 24-32.
- Sayres, N. and Gallagher, J. (2001). The Young Child and the Environment, Issues Related to Health, Nutrition, Safety, and Physical Education Activity, Allyn and Bacon, Boston.
- Sherrill, C (1998) Adapted Physical Activity, Recreation and Sport: Cross disciplinary and Lifespan. Fifth Edition.
- Hallahan, D. and Kauffman, J. (2003) Exceptional Learners: Introduction to Special Education, Boston: Allyn and Bacon.
- Tan, D.M. (2001) Effect of a Minimally Supervised Exercise Program for Mentally Retarded. Medicine and Science in Sport and Exercise, May, Vol 594-601.
- شرف، عبد الحميد (2003) التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدى الإعاقة، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- عبيد، ماجدة السيد (2007) الإعاقة العقلية، عمان: دار صفاء للنشر.
- على، مريم خليفة (2012م) تأثير برنامج حركي مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال المعاقين ذهنياً بسيطاً الإعاقة (من 6 – 12 سنة)، مجلة القراءة والمعرفة – مصر، 123، 151 – 174.
- عثمان، عفاف (2008) الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية، (ط1)، الإسكندرية، دار الوفاء للطباعة.
- عفيفي، محمد (2001) التربية البدنية للمعوقين بين النظرية والتطبيق، دار حراء.
- قدور باي، بالخير؛ سيفي، بالقاسم؛ زمالى، محمد (2019) أثر برنامج حركي مكيف على بعض المهارات الحركية الأساسية لدى المعاقين عقلياً القابلين للتعلم (6 – 8) سنوات بمدينة وهران، مجلة العلوم النفسية والتربوية، 5 (3)، الجزائر، جامعة الوادي. 33-44.
- القريطى، عبدالمطلب (2001) سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم، القاهرة، دار الفكر العربي.
- كوافحة، تيسير؛ مفلح، عبد العزيز (2003) مقدمة في التربية الخاصة، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- موسى، جبران موسى وآخرون (2014) فاعلية برنامج لتعليم المهارات الحركية الأساسية على القدرات الإدراكية للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتدريب، دراسات، العلوم التربوية، المجلد 41، العدد 2، 2014.
- Block, M.E. (1991) Motor development in children with Down syndrome: A review of the literature. Adapted Physical Activity Quarterly, 8, 179-209.