

ملحق رقم (١)

يوضح أسماء المحكمين الذين تم الاستعانة بهم من الداخل والخارج

في تحكيم ادوات وتمارين البرنامج

الاسم	الوظيفة
صلاح جابر قيريني	أ.مساعد بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا كلية التربية البدية والرياضه
مامور كنجي إسلوب	أ.مشارك بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا كلية التربية البدية والرياضه
عمر محمد على	أ.مساعد بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا كلية التربية البدية والرياضه
ناهد سليمان الضو	أ.مساعد بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا كلية التربية البدية والرياضه
امجد ابراهيم هارون	محاضر بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا كلية التربية البدية والرياضه

فريق العمل الذي ساعد في تنفيذ البرنامج

الاسم	الوظيفة
رشنا ازهري	معلم تربيته بدنيه وياضيه محليه بحري
عوضيه	معالج في مسبح دار ششر
فهد	طبيب متخصص علاج طبيعي ارث اند فلور
مني	طبيب متخصص علاج طبيعي مركز انطاليا
اسراء صلاح التوم	مساعد مدرب سباحه

ملحق رقم (٢)

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

كلية الدراسات العليا – كلية التربية البدنية والرياضة

قسم التدريب الرياضي

السيد/.....المحترم

أنا الطالبة/ آمنة صلاح الدين حاج التوم محمد مسجلة لدرجة الماجستير قسم التدريب الرياضي أقوم بدراسة بعنوان أثر برنامج مقترح بالتمارين العلاجية في الماء لتأهيل أطراف الأطفال المصابين بالشلل الدماغي التشنجي من عمر (٣ - ١٣) سنة في ولاية الخرطوم.

الهدف الأساسي للدراسة: تحسين وزيادة القوة والمرونة لأطراف عينة البحث، صممت هذه الإستبانة اعتماداً على المرجعيات الآتية:

• الإطار النظري – الدراسات السابقة.

ونظراً لما عرفت به من خبرة في مجال التربية، تم إختيارك مُحكماً لأداة البحث (الإستبانة) للتأكد من وضوح ودقة صياغتها وملانمتها للمحاور ويمكن الحذف أو الإضافة حسب رؤيتك التربوية.

ملحق رقم (٣)

التاريخ / / ٢٠١١

الأطفال:

الاسم :

السن :

النوع :

السكن :

التلفون :

حالة المريض :

.....

.....

.....

الكشف على المريض :

.....

.....

.....

نتيجة الكشف :

.....

.....

.....

ملاحظات :

.....

.....

الاسم :

التوقيع :

جداول الاختبارات في صورتها النهائية بعد

الاختبارات التي توضح الاداء الوظيفي لاطراف عينة البحث

١/ رفع الزراعين جانبا والثبات لاطول مده ممكنه	
هدف الاختبار	قياس لامكانية حركة الزراع
ادوات الاختبار	ساعه - صافره
وصف الاختبار :	عند سماع الصافره يرفع الطفل زراعيه
تسجيل الاختبار	يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٢/ يوجد تيبس في مفصل الزراعين والرجلين	
هدف الاختبار	قياس لامكانية حركة الزراع
ادوات الاختبار	ساعه - صافره
وصف الاختبار :	عند سماع الصافره تحريك الزراعين والرجلين حركات عشوائيه بشرط ان تحرك جميع مفاصل الاطراف
تسجيل الاختبار	: نعم = ٠ ، لا = ١

٣/ يوجد عدم حركه في الساق ومفصل القدم	
هدف الاختبار	قياس لامكانية حركة الرجلين
ادوات الاختبار	ساعه - صافره
وصف الاختبار :	عند سماع الصافره يحرك الطفل رجليه وعند سماع الصافره الاخرى يوقفها
تسجيل الاختبار	: نعم = ٠ ، لا = ١

٤ قبض وبسط سلاميات الاصابع	
هدف الاختبار	قياس لامكانية حركة الزراع
ادوات الاختبار	ساعه - صافره - كره صغيره
وصف الاختبار :	وصف الاختبار : عند سماع الصافره يقوم الطفل بالقبض على الكره
تسجيل الاختبار	يستطيع = ١ ، لايستطيع = ٠
٥/ المشي في المكان	

هدف الاختبار	قياس لامكانية حركة سلاميات الاصابع
ادوات الاختبار	:ساعه - صافره
وصف الاختبار :	عند سماع الصافره يقوم الطفل ببسط سلاميات اصابعه ويسطها ٣مرات
تسجيل الاختبار	:يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٦/ سقوط مشط القدم	
هدف الاختبار	قياس لامكانية ثبات مفصل القدم
ادوات الاختبار	:ساعه - صافره
وصف الاختبار :	من خلال الملاحظه
تسجيل الاختبار	نعم = ٠ ، لا = ١

٧/ قياس لامكانية ثبات مفصل الكتف	
هدف الاختبار	قياس لامكانية حركة الزراع
ادوات الاختبار	:ساعه - صافره
وصف الاختبار :	عند سماع الصافره يرفع الطفل زراعيه
تسجيل الاختبار	:يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٨/ رفع وخفض الساق بالتبادل	
هدف الاختبار	قياس لامكانية ثبات مشط القدم
ادوات الاختبار	:ساعه - صافره
وصف الاختبار :	من الرقود يقوم الطفل برفع رجليه بالتبادل
تسجيل الاختبار	:يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

الاختبارات التي توضح القدرات الحركيه
الاختبارات التي توضح قوة مفاصل الاطراف

١/ دفع الكره الطبيه	
غرض الاختبار	: قياس قوة عضلات الزراعين
ادوات الاختبار	كره طبيه ، متر
وصف الاختبار :	يقوم الطفل بدفع الكره الطبيه لابعد مسافه ممكنه
تسجيل الاختبار	:يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٢/ قوة الشد	
غرض الاختبار	: قياس قوة عضلات الزراعين
ادوات الاختبار	:كرسي بلاستيك ، متر ، طباشير ، صفاره
وصف الاختبار :	يقوم المدرب بربط الحبل في يدي الطفل ثم يربطه في الكرسي ويضع في منطقه معينه يحددها بالطباشير في الارض عند سماع الصافره يقوم الطفل بشد الحبل لاقرب مسافه ممكنه
تسجيل الاختبار	:يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٣/ دفع الصندوق	
غرض الاختبار	: قياس قوة عضلات الزراعين
ادوات الاختبار	صندوق ، متر ، طباشير
وصف الاختبار :	: من الوقوف يدفع الطفل الصندوق لابعد مسافه ممكنه
تسجيل الاختبار	:يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٤/ رمي الكرة الناعمة	
غرض الاختبار	: قياس قوة عضلات الزراعين
ادوات الاختبار	كرة تنس ارضي ، متر ، طباشير ، صفاره
وصف الاختبار :	عند سماع الصافره يقوم الطفل بقذف الكرة لابعد مسافه ممكنه
تسجيل الاختبار	: يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٥/ ثني الركبتين نصفاً من الوقوف	
غرض الاختبار	: : قياس قوة عضلات الرجلين
ادوات الاختبار	عقل حائط ، ساعه، صفاره
وصف الاختبار :	عند سماع الصافره يقوم الطفل بالجلوس على الحائط والثبات لاطول فتره ممكنه
تسجيل الاختبار	: يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٦/ الوثب العمودي	
غرض الاختبار	: : قياس قوة عضلات الرجلين
ادوات الاختبار	: عقل حائط ، متر ، طباشير ، صفاره
وصف الاختبار :	يقوم الطفل بوضع خط على الحائط بعد الوثب لاعلى مسافه ممكنه
تسجيل الاختبار	: يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٧/ دفع الاتقال بالقدمين	
غرض الاختبار	: قياس قوة عضلات الرجلين
ادوات الاختبار	متر ، طباشير ، صفاره ، صندوق
وصف الاختبار :	يقوم الطفل بوضع خط على الحائط بعد الوثب لاعلى مسافه ممكنه يقوم الطفل بالجلوس نصفاً امام الصندوق ثم يحاول فرد قدميه كاملاً وذلك بدفع الصندوق للامام لابعد مسافه ممكنه وذلك بعد سماع الصافره
تسجيل الاختبار	: يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٨ / تبادل الوقوف والجلوس	
غرض الاختبار	: : قياس قوة عضلات الرجلين
ادوات الاختبار	كرسي بلاستيك ، صفاره
وصف الاختبار :	يقوم الطفل بوضع خط على الحائط بعد الوثب لاعلى مسافه ممكنه عند سماع الصافره يحاول الطفل القيام والجلوس ٥ مرات
تسجيل الاختبار	: يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

أ الاختبارات التي توضح مرونة مفاصل الاطراف:-

غرض الاختبار	قياس المدى الحركي لمفاصل الكوع
ادوات الاختبار	: شريط لاصق، حبل ، متر ،
وصف الاختبار :	يعين المدرب نقطتين معينه على الساعد والزرع بالشريط اللاصق ثم يضع الحبل بين النقطتين ويعددها يقيس طول الحبل الوصل بين النقطتين
تسجيل الاختبار	: يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٢/ قياس زاوية مفصل الركبه	
غرض الاختبار	: قياس المدى الحركي لمفاصل الركبه
ادوات الاختبار	شريط لاصق، حبل ، متر ،
وصف الاختبار :	:يعين المدرب نقطتين معينه على الساق والخذ بالشريط اللاصق ثم يضع الحبل بين النقطتين ويعددها يقيس طول الحبل الوصل بين النقطتين
تسجيل الاختبار	: يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٣ / قياس زاويا مفصل الرسغ :	
غرض الاختبار	قياس مرونة مفاصل الرسغ

ادوات الاختبار	شريط لاصق، حبل ، متر
وصف الاختبار :	يعين المدرب نقطتين معينه على الساعد وسلاميات اصابع اليد بالشريط اللاصق ثم يضع الحبل بين النقطتين وبعدها يقيس طول الحبل الوصل بين النقطتين
تسجيل الاختبار	:يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٤/قياس زويا مفصل الكاحل	
غرض الاختبار	: قياس مرونة مفاصل الكاحل
ادوات الاختبار	شريط لاصق، حبل ، متر ،
وصف الاختبار :	يعين المدرب نقطتين معينه على الساق وسلاميات اصابع القدم بالشريط اللاصق ثم يضع الحبل بين النقطتين وبعدها يقيس طول الحبل الوصل بين النقطتين
تسجيل الاختبار	:يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠

٥/ قياس زوايا مفصل الكتف	
غرض الاختبار	قياس مرونة مفاصل الكتف
ادوات الاختبار	:صافره
وصف الاختبار :	عند سماع الصافره يقوم الطفل بدوران زراعيه كاملا للامام وللخلف بالتبادل
تسجيل الاختبار	:يستطيع = ٢ يستطيع ولكن بصعوبه = ١ لايستطيع = ٠
٦/ تبادل الوقوف والجلوس	

٦/ مرونة مفاصل الرجلين

غرض الاختبار	قياس مرونة مفاصل الحوض
ادوات الاختبار	صافره
وصف الاختبار :	من الرقود يقوم الطفل برفع رجليه من الارض .
تسجيل الاختبار	محدود في القبض او البسط و الحركة = ٢ ، طبيعي = ٣ ، محدود في القبض والبسط والحركة = ١ ، اقل من ٩٠ = ٠

٧/ مرونة مفاصل الزراع	
غرض الاختبار	قياس مرونة مفاصل الركبه
ادوات الاختبار	شريط لاصق، حبل ، متر
وصف الاختبار :	بقياس كل مفصل في الزراع ويقومها حسب درجتها
تسجيل الاختبار	: : محدود في القبض او البسط و الحركة = ٢ ، طبيعي = ٣ ، محدود في القبض والبسط والحركة = ١ ، اقل من ٩٠ = ٠ يقوم المدرب

٨/ مرونة مفاصل الرجلين	
غرض الاختبار	قياس مرونة مفاصل الرجلين
ادوات الاختبار	شريط لاصق، حبل ، متر ،
وصف الاختبار :	يقوم المدرب بقياس كل مفصل في الرجل ويقومها حسب درجتها .
تسجيل الاختبار	محدود في القبض او البسط و الحركة = ٢ ، طبيعي = ٣ ، محدود في القبض والبسط والحركة = ١ ، اقل من ٩٠ = ٠

ملحق رقم (٤)

استمارة قياسات

الاسم :

السن :

.....

الطول :

الوزن :

.....

المجموعة :

الاختبار	القياس القبلي	القياس البعدي
يوجد عدم حركه فى الذراع والرسغ		
عدم حركه فى الساق ومفصل القدم		
يوجد تيبس فى مفاصل الذراع والساق		
خروج عظام المفاصل عن وضعها الطبيعى		
المشى فى المكان		
رفع وخفض الساق بالتبادل		
رفع الذراعين والثبات		
قبض وبسط سلاميات الاصابع		
مرونة الساق		
مرونة الذراع		
اتزان مفاصل الذراع		
اتزان مفاصل الساق		
تبادل الجلوس والوقوف		
دفع الاثقال بالقدمين		

		الوثب العمودي
		ثنى الركبتين نصفاً من الوقوف
		رمى الكرة الناعمة
		دفع الصندوق
		قوة الشد
		دفع الكرة الطبيه
		زاوية مفصل الركبه
		مرونة مفصل الكوع
		مرونة مفصل الكاحل
		مرونة مفصل الرسغ

هنالك ارتباط تام بين البرنامج واعدته

الإحصاء الوصفي

q	p	e	u	z	w	y	x	
8	8	8	8	8	8	8	8	الدرجة المتوفرة
0	0	0	0	0	0	0	0	الدرجة المفقودة
1.25	1.25	0.88	0.88	1	1	0.62	0.62	المتوسط
0.463	0.463	0.354	0.354	0.535	0.535	0.518	0.518	الانحراف المعياري
0.214	0.214	0.125	0.125	0.286	0.286	0.268	0.268	التباين
10	10	7	7	8	8	5	5	المجموع

الإحصاء الوصفي

q	p	e	u	z	w	y	x	
8	8	8	8	8	8	8	8	الدرجة المتوفرة
0	0	0	0	0	0	0	0	الدرجة المفقودة
0.88	0.88	1	1	0.88	0.88	0.5	0.5	المتوسط
0.641	0.641	0	0	0.835	0.835	0.535	0.535	الانحراف المعياري
0.411	0.411	0	0	0.696	0.696	0.286	0.286	التباين
7	7	8	8	7	7	4	4	المجموع

الإحصاء الوصفي

q	p	e	u	z	w	y	x	
8	8	8	8	8	8	8	8	الدرجة المتوفرة
0	0	0	0	0	0	0	0	الدرجة المفقودة
0.88	0.88	1	1	1	1	0.75	0.75	المتوسط
0.641	0.641	0	0	0.756	0.756	0.463	0.463	الانحراف المعياري
0.411	0.411	0	0	0.571	0.571	0.214	0.214	التباين
7	7	8	8	8	8	6	6	المجموع