



كلية الدراسات العليا



جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

كلية الدراسات العليا

التربية البدنية والرياضية

أثر برنامج مقترح باستخدام النشاط الرياضي والألعاب الصغيرة

لتحسين بعض القدرات العقلية للطلاب المعاقين ذهنياً بولاية الخرطوم .

**Impact of a proposed program Using Sports Activities and
Minor Games to Improve Mental Capabilities of Mentally
Handicapped Students Khartoum State**

بحث تكميلي مقدم لنيل درجة الماجستير بالمقررات في التربية البدنية والرياضية

(التربية البدنية المدرسية)

إشراف:

إعداد الدراسة:

أ. مشارك د. سمية جعفر حميدي سليمان

هند النعيم محمد علي الهادي

الخرطوم

1440هـ - 2019م

المستخلص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر البرنامج المقترح باستخدام النشاط الرياضي والألعاب الصغيرة لتحسين بعض القدرات العقلية لدى الطلاب المعاقين ذهنياً بولاية الخرطوم. استخدمت الباحثة المنهج التجريبي نسبة لملائمته لطبيعة هذه الدراسة. تكون مجتمع الدراسة من طلاب مركز النيل الأزرق لذوي الاحتياجات الخاصة بمحلية شرق النيل بولاية الخرطوم. تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من الطلاب المعاقين ذهنياً ونسبة ذكائهم (35-75) وقد بلغ عددهم (15) طالباً وطالبة، استخدمت الاختبارات والمقاييس كأدوات لجمع البيانات، تمت معالجات البيانات إحصائياً باستخدام الحزمة الإحصائية (SPSS) جاءت أهم النتائج كما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في الانتباه والتزكيز والدقة والتوازن.

- البرنامج المقترح حسن من القدرات العقلية لطلاب المعاقين ذهنياً" بمركز النيل الأزرق لذوي الاحتياجات الخاصة بمحلية شرق النيل ولاية الخرطوم.

أوصت الباحثة بالآتي:

- تنفيذ البرنامج المقترح وإستخدامه في المراكز التعليمية للمعاقين ذهنياً" لتحسين بعض القدرات العقلية.
- اهتمام أولياء الأمور بهذه الشريحة والأعتناء بها لغرض مشاركتهم في الحياة الإجتماعية والرياضية مما يعزز صحتهم ويشبع رغبتهم.

Abstract

This study aims at identifying the effect of the proposed programme which uses small games and sport activities on improving some mental capabilities among mentally handicapped students in Khartoum state. The researcher used the experimental approach, as it is relevant to the nature of the current study. Fifteen (15) male and female students were randomly selected from The Blue Nile Centre for students with special needs in East Nile Locality, Khartoum State to represent the sample of the target population. It is worth noting that, the IQ ranging of the study sample was (35% - 75%). The tool used for gathering needed data is test. The data collected have been statistically analyzed by using (SPSS) programme. The obtained findings are as follows:

-There are significant differences between the experimental and control groups in favour of experimental group in focus, attention, accuracy and balance.

-The proposed programme improved the mental abilities of the students under study.

Based on the obtained findings, the researcher recommended the following:

Implement the proposed programme and use it in educational centres for students with mental disabilities in order to improve some of their mental abilities.

An attention and care should be paid and a care should be taken of the target students in order to enable them to take part in social and sports life which that in turn can enhance their health and satisfy their desires.

الآية

بسم الله الرحمن الرحيم

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ (1) وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ (2) الَّذِي أَنْقَضَ
ظَهْرَكَ (3) وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ (4) فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (5) إِنَّ
مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (6) فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ (7) وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ
(8)

صدق الله العظيم

(سورة الانشراح)

إهداء

إلى من كلله الله بالهبة والوقار. إلى من علمني العطاء بدون إنتظار ...
إلى رمز الأبوه والتضحية أبي الغالي.

إلى ملاكي في الحياة .. إلى من كان دعائها سر نجاحي وحنانها بلسم
جراحي إلى أعلى الحبايب إلى ذلك القلب الذي كانت ولادته بولادتي ...
إلى بقايا ذلك الخير والنور في حياتي أُمي الغالية.

إلى من زرعوا التفاؤل في دربي وقدموا لي المساعدات والتسهيلات
والأفكار والمعلومات راجيةً من الله سبحانه وتعالى أن يجعل هذه
الدراسة منارةً للعلم والمعرفة وحسنة من حسناتهم يثابون عليها.

الباحثة

الشكر والتقدير

قال تعالى: (وان ربك لذو فضلٍ على الناسِ ولكنّ اكثرهم لا يشكرون) سورة النمل الاية (73)

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين وخير خلق الله أجمعين ومن نهج بنهجه بإحسانٍ إلى يوم الدين، إني أشكر الله تعالى على فضله حيث أتاح لي إنجاز هذا العمل بفضله فله الحمد أولاً وآخراً، اللهم اجعل هذا العمل خالصاً لوجهك الكريم وارزقني الشكر على ما أصبحت فيه فإنه من فضلك وتوفيقك وامنحني العفو فيما أخطأت فإنه من ضعفي وما الكمال إلا لله وما اجتهادي إلا طاقة بشر. الشكر لجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا منهل العلم وصرح المعرفة ولإدارتها والقائمين على أمرها ولكلية التربية البدنية والرياضية وعميدها الطيب حاج ابراهيم، كما أتقدم بالشكر والعرفان إلى مشرفتي وأستاذتي الفاضلة الدكتورة سمية جعفر التي لم تبخل عليّ بعلمها وتوجيهها وإرشادها النير، فقد تعلمت منها النظام والدقة والمثابرة وكيفية السعي الحثيث لبلوغ الهدف فكانت خير المشرفة وخير المربية وخير الموجه. كما أتقدم بالشكر للخبراء الذين حكموا مقياس الدراسة، ومعلمات مركز النيل الأزرق بمحلية شرق النيل وكذلك أفراد العينة، ولكل من ساعدني بجهده ومشورته وخبرته حتى أفضت هذه الدراسة الى صورتها النهائية وإلى كل من مدني بيد المساعدة وشجعني بالفكرة والكلمة الطيبة، لكم التحية والتجلة.

الاستخلص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر البرنامج المقترح باستخدام النشاط الرياضي والألعاب الصغيرة لتحسين بعض القدرات العقلية لدى الطلاب المعاقين ذهنياً بولاية الخرطوم. استخدمت الباحثة المنهج التجريبي نسبة لملائمته لطبيعة هذه الدراسة. تكون مجتمع الدراسة من طلاب مركز النيل الأزرق لذوي الاحتياجات الخاصة بمحلية شرق النيل بولاية الخرطوم. تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من الطلاب المعاقين ذهنياً ونسبة ذكائهم (35-75) وقد بلغ عددهم (15) طالباً وطالبة، استخدمت الاختبارات والمقاييس كأدوات لجمع البيانات، تمت معالجات البيانات إحصائياً باستخدام الحزمة الإحصائية (spss) جاءت أهم النتائج كما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبيّة والضابطة لصالح المجموعة التجريبيّة في الانتباه والتركيز والدقة والتوازن.

- البرنامج المقترح حسن من القدرات العقلية لطلاب المعاقين ذهنياً" بمركز النيل الأزرق لذوي الاحتياجات الخاصة بمحلية شرق النيل ولاية الخرطوم.

أوصت الباحثة بالآتي:

- تنفيذ البرنامج المقترح وإستخدامه في المراكز التعليمية للمعاقين ذهنياً" لتحسين بعض القدرات العقلية.

- اهتمام أولياء الأمور بهذه الشريحة والأعتناء بها لغرض مشاركتهم في الحياة الإجتماعية والرياضية مما يعزز صحتهم ويشبع رغبتهم.

Abstract

This study aims at identifying the effect of the proposed programme which uses small games and sport activities on improving some mental capabilities among mentally handicapped students in Khartoum state. The researcher used the experimental approach, as it is relevant to the nature of the current study. Fifteen (15) male and female students were randomly selected from The Blue Nile Centre for students with special needs in East Nile Lcality, Khartoum State to represent the sample of the target population. It is worth noting that, the IQ ranging of the study sample was (35% - 75%). The tool used for gathering needed data is test. The data collected have been statistically analyzed by using (SPSS) programme. The obtained findings are as follows:

- There are significant differences between the experimental and control groups in favour of experimental group in focus, attention, accuracy and balance.
- The proposed programme improved the mental abilities of the students under study.

Based on the obtained findings, the researcher recommended the following:

Implement the proposed programme and use it in educational centres for students with mental disabilities in order to improve some of their mental abilities.

An attention and care should be paid and a care should be taken of the target students in order to enable them to take part in social and sports life which that in turn can enhance their health and satisfy their desires.

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع	الرقم
أ	الأية	-
ب	الإهداء	-
ج	الشكر والتقدير	-
د	المستخلص باللغة العربية	-
هـ	المستخلص باللغة الإنجليزية Abstract	-
و	قائمة المحتويات	-
الفصل الأول أساسيات الدراسة		
1	مقدمة	1-1
2	مشكلة الدراسة	2-1
3	أهداف الدراسة	3-1
3	أهمية الدراسة	4-1
3	فروض الدراسة	5-1
3	إجراءات الدراسة	6-1
4	حدود الدراسة	7-1
5	مصطلحات الدراسة	8-1
الفصل الثاني الأطار النظري والدراسات السابقة		
6	المقدمة	0-1-2
6	نبذة تاريخية عن الإعاقة	1-1-2
9-7	إحصائيات محلية وعالمية عامة	2-1-2
10	مفهوم الإعاقة	3-1-2
11	أسباب الإعاقة	4-1-2
11	تصنيفات الإعاقة	5-1-2

12	التربية الخاصة للمعاقين	6-1-2
13	المسئولية التربوية للمعاقين	7-1-2
13	المعاقين ذهنياً	8-1-2
13	مفهوم الإعاقة الذهنية	9-1-2
14	مبادئ التعليم الخاصة بالمعاقين عقلياً	10-1-2
14	أسباب الإعاقة الذهنية	11-1-2
15	المعاقون عقلياً بين تعليم وتعلم	12-1-2
18-16	خصائص المعاقين ذهنياً	13-1-2
19	تصنيف الإعاقة الذهنية	14-1-2
19	مفهوم رياضة المعاقين	15-1-2
20	اهداف رياضة المعاقين	16-1-2
20	النشاط الرياضي	2-2
21	النشاط البدني	1-2-2
22	مفهوم النشاط الرياضي	2-2-2
23	ماهية النشاط الرياضي	3-2-2
24	اهداف النشاط الرياضي	4-2-2
24	أهمية النشاط الرياضي	5-2-2
25	فوائد ممارسة النشاط الرياضي	6-2-2
26	ممارسة النشاط الرياضي تسهم في	7-2-2
28-27	تأثير الممارسة النشاط الرياضي على أجهزة جسم الانسان	8-2-2
30-29	مشاركة المعاقين في الأنشطة الرياضية	9-2-2
31	اللعب	2-3

32	تعريف اللعب	1-2-3
33-32	اصل اللعب في القران كريم	2-2-3
34	اللعب في السنة المطهرة	3-2-3
34	سمات اللعب	4-2-3
35	أهمية اللعب	5-2-3
35	وظائف اللعب	6-2-3
36	أنواع اللعاب	7-2-3
39-37	اللعب ومراحل نمو الطفل	8-2-3
39	شروط الالعاب	9-2-3
43-40	أهمية اللعب في نمو الطفل	10-2-3
44	اللعب النمو التطوري للطفل	11-2-3
44	اللعب والابداع	12-2-3
46-45	نظريات اللعب	13-2-3
46	الفوائد الاجتماعية من ممارسة الرياضة والالعاب	14-2-3
47	مفهوم الالعاب الصغيرة	15-2-3
47	خصائص الألعاب الصغيرة	16-2-3
48	أغراض الألعاب الصغيرة	17-2-3
49	مميزات الألعاب الصغيرة	18-2-3

50	صفات البرامج المثالي للألعاب الصغيرة	19-2-3
53-51	القيم التي تحققها الألعاب الصغيرة	20-2-3
54	البرامج	2-4
55	أهمية البرامج	1-2-4
56	اهداف البرنامج	2-2-4
58-57	خصائص البرنامج الرياضي الناجح	3-2-4
61-59	مبادي تصميم البرنامج	4-2-4
62	الاحتياجات التي يجب مراعاتها عند تنفيذ البرامج	5-2-4
62	تصميم البرامج	6-2-4
63	خطوات تصميم البرامج	7-2-4
67-64	الدراسات السابقة	8-2-4
68	ملخص الدراسات السابقة	9-2-4
الفصل الثالث إجراءات الدراسة		
69	تمهيد	0-3
69	منهج الدراسة	1-3
69	مجتمع الدراسة	2-3
70	عينة الدراسة	3-3
70	وسائل جمع البيانات	4-3
71	البرنامج المقترح بصورته الأولية	5-3
73-71	خطوات تقنين البرنامج	6-3
74	البرنامج المقترح بصورته النهائية	7-3

75	تطبيق البرنامج	8-3
75	الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة	9-3
الفصل الرابع عرض وتحليل وتفسير النتائج		
77-76	عرض النتائج الغرض الأول ومناقشتها وتحليلها وتفسيرها	1-4
80-78	عرض نتائج الغرض الثاني ومناقشتها وتحليلها وتفسيرها	2-4
82-81	عرض نتائج الغرض الثالث ومناقشتها وتحليلها وتفسيرها	3-4
86-83	عرض نتائج الغرض الرابع ومناقشتها وتحليلها وتفسيرها	4-4
الفصل الخامس النتائج والاستنتاجات وملخص الدراسة والمقترحات والملاحق		
87	أهم النتائج	1-5
87	التوصيات	2-5
88	المقترحات	3-5
89-88	ملخص الدراسة	4-5
91-90	المصادر والمراجع	-
106-92	الملاحق	-

الفصل الأول

1- أساسيات الدراسة

1-1 مقدمة الدراسة

أصبحت التربية الرياضية مظهراً مهماً لإنسان العصر الحديث وركناً أساسياً من أركان الحضارة الإنسانية، وتعد الآن إحدى المقاييس المهمة للحكم على مدى تقدم الشعوب ، فالتربية الرياضية وإن كانت ضرورية للإنسان الذي منحه الله عز وجل الصحة والعقل السليم ، فهي أكثر ضرورة للإنسان المعاق ، وذلك لحاجته الماسة لممارسة النشاطات البدنية التي تبعث فيه روح الأمل والحياة ، وتعمل على رفع الحالة الوظيفية للجسم وتحسينها ، مما يزيد من اعتماده على نفسه لتحمل الأعباء اليومية لحياته الخاصة كما أنها تعمل على إشباع حاجاته ورغباته في إثبات الذات وتحقيق بعض الخبرات الناجحة ليتغلب بها على خبرات الفشل المزروعة في نفسه نتيجة الإعاقة التي أصابته كما ترفع هذه الخبرات من روحه المعنوية وتشعره بالإنتماء إلى الجماعة وتجعله فرداً "منتجاً" وليس فرداً "مستهلكاً". يعد التخلف العقلي ظاهرة إجتماعية مهمة وخطيرة سواء في المجتمعات المتقدمة أو النامية التي يصبح المتخلف فيها عبئاً على الأسرة والدولة لذا أصبحت التربية الخاصة بالمعاقين مهمة أساسية من مهام المجتمع والدولة تسعى إلى تربية المعاق وتنمية قدراته على ضوء الإمكانيات التي يمتلكها بهدف مساعدته في الوصول إلى تحقيق الكفاية الذاتية الشخصية وتشجيعه على التكيف مع المجتمع للقيام بما يناسب مع قدراته البدنية والعقلية. إهتمت دول العالم المتقدمة إهتماماً كبيراً برياضة المعاقين وباللاعبين المعاقين على أختلاف أنواع إعاقاتهم .

تشير الدراسات والبحوث إلى أن ممارسة الطفل المعاق للنشاطات الرياضية ستزيد من الأنتباه والثقة بالنفس والأطمئنان والتركيز والشعور بالرضا، ومن هنا تتجلى أهمية هذه الدراسة في ضرورة العمل على الأخذ بي هذه الشريحة من المجتمع والأعتناء بهم ورعايتهم وتطوير قدراتهم من خلال تصميم برنامج يلبي إحتياجاتهم لتنمية المهارات العقلية.

1-2 مشكلة الدراسة:

إن وجود طفل معاق في الأسرة يضاعف إلى حد كبير الضغوط الأسرية وتصبح بداية سلسلة هموم نفسية لا تحتمل باعتبار أن الوالدين بصفة خاصة يتطلعان لميلاد طفل عادي ومعافى صحياً و"جسماً" يمثل إمتداداً بيولوجياً ونفسياً لهما يروونه مشروع المستقبل الذي سيثمران فيه عطاءهما النفسي والمادي في الحياة ولهذا فإن ميلاد طفل معاق في الأسرة أو إكتشاف إعاقته يمثل صدمة شديدة لأعضاء النسق الأسري حيث تتحطم الآمال والطموحات وتصبح فرصة لتبادل الاتهامات وإختلاف الآراء ولوم الذات والأخرين ، بل وتحطيم الثقة في الذات وتعطيل الإرادة ... وقد يمد إلى عدم الرضا عن الحياة .كما تعرض إعاقة الطفل مزيداً من الضغوط الاجتماعية والمادية على الأسرة حيث أظهرت دراسات كل من (هاسال - روز وماك دوالد - 2005م) أن أسرة الأطفال المعاقين يعانون ضغوطاً أكبر من أسرة الأطفال العاديين نتيجة للرعاية الخاصة. تعتبر الإعاقة الذهنية إحدى السمات البارزة والثابتة علمياً لذا فهم يحتاجون إلى مناهج وبرامج تعليمية ورعاية خاصة في المجال الرياضي تجيد التعامل معهم على أساس مراعاة عمرهم العقلي والزمني معاً ومن خلال لقاءات الباحثة الكثيرة وزياراته المتكررة إلى المركز لذوي الحاجات الخاصة التي تهتم بتعليم هذه الفئة لاحظت عدم وجود مناهج علمية واضحة للتربية الرياضية تهتم بتعليم هذه الشريحة وإهمال كبير من الأسرة والمجتمع وخاصة للطلاب المعاقين ذهنياً. أكدت البحوث إن انخفاض الأداء الوظيفي للمعاقين عقلياً" في مواقف التعلم المختلفة يرجع إلى عدم توفير الفرص التعليمية المناسبة والصحيحة التي تقدم ولهذا تعتبر طريقة التدريس باستخدام الألعاب من أبرز الطرق والأستراتيجيات التدريسية المناسبة لتعلم الطفل المعاق عقلياً"، فمن خلالها الطفل له دور إيجابي يتميز بالعنصر النشط والفعال داخل الصف مما سيتم به هذا الأسلوب التدريسي من التفاعل بين المعلمو المتعلمين خلال العملية التعليمية من خلال الأنشطة والألعاب التعليمية التي تم إعدادها بطريقة عملية منظمة (روحي 2008 م ،ص 1).

لذا اهتمت الباحثة بالدراسة سعياً وراء تصميم برنامج تدريبي يقوم على الألعاب الصغيرة والنشاط الرياضي كوسيلة تعليمية حديثة تهدف إلى تحسين بعض القدرات العقلية لدى المعاقين ذهنياً حتى يكونوا أعضاء فاعليين في المجتمع ويعتمدوا على أنفسهم في حياتهم بقدر المستطاع.

1-3 أهمية الدراسة:

- 1- يسهم البرنامج المقترح في تحسين القدرات العقلية للطلاب ذوي الإعاقات الذهنية بمركز النيل الأزرق.
- 2- قد يفيد البرنامج المقترح معلمي وأولياء الأمور المعاقين ذهنياً في استخدام البرنامج لتحسين بعض القدرات العقلية.
- 3- قد تسهم هذه الدراسة في لفت انتباه الباحثين للقيام بالعديد من الدراسات والبحوث في مجال البرامج المقترحة لتحسين القدرات العقلية للطلاب المعاقين ذهنياً.
- 4- قد تمد الدراسة ذوي الاحتياجات الخاصة المعاقين ذهنياً ببرامج رياضية تسهم في تحسين القدرات العقلية.

1-4 أهداف الدراسة:

- 1- التعرف على تأثير البرنامج المقترح باستخدام الألعاب الصغيرة والنشاط الرياضي للطلاب المعاقين ذهنياً بمركز النيل الأزرق بمحلية شرق النيل.
- 2- التعرف على دور الأنشطة الرياضية والألعاب الصغيرة في تحسين بعض القدرات العقلية لدى الطلاب المعاقين ذهنياً بمركز النيل الأزرق بمحلية شرق النيل

1-5 فروض الدراسة:

- * توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في تحسين بعض المهارات العقلية لصالح المجموعة التجريبية.
- البرنامج المقترح يحسن بعض القدرات العقلية للطلاب المعاقين ذهنياً.

6-1 إجراءات الدراسة:

1-6-1 منهج الدراسة:

تستخدم الدراسة المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة الدراسة.

1-6-2 مجتمع الدراسة:

يشتمل مجتمع الدراسة على الطلاب المعاقين ذهنياً بمركز النيل الأزرق والبالغ عددهم (47).

1-6-3 عينة الدراسة:

طلاب الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق (30 معاقاً) بمحلية شرق النيل ولاية الخرطوم.

1-6-4 أدوات جمع البيانات:

الاختبارات والمقاييس.

1-7-1 حدود الدراسة:

1-7-1 الحدود البشرية: الطلاب المعاقون ذهنياً بمركز النيل الأزرق لذوي الاحتياجات الخاصة بمحلية شرق النيل ولاية الخرطوم.

1-7-2 الحد الزمني: تم إجراء هذه الدراسة في الفترة الزمنية من 2018م -2019م

1-7-3 الحد المكاني: بمركز النيل الأزرق لذوي الاحتياجات الخاصة -محلية شرق النيل -ولاية الخرطوم.

8-1 مصطلحات الدراسة:

الإعاقة الذهنية: هي حالة من تأخر نمو الطفل أو عدم اكتمال نمو الطفل أثناء فترة نمو الطفل من مرحلة وجوده في الرحم إلى مرحلة ما بعد الولادة وبلوغه عمر الخمس سنوات مما يؤدي إلى وجود اضطرابات معينة في الوظائف الطبيعية والحياتية للطفل. (موسى عبدالكريم، 1996م ، ص 323).

الألعاب الصغيرة: هي مجموعة من الألعاب المتعددة الجوانب التي يؤديها فرد أو أكثر وتنقسم إلى مجموعات متجانسة تختلف كل مجموعة عن غيرها بالنسبة إلى تأثيرهما التربوي والتعليمي (أنور الخولي، 1994م ، ص 171) .

البرنامج: هو مجموعة من الموضوعات أو التعليمات التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمجال ما وترتب مسبقاً وفقاً لهيكل معين تتبع فيه القواعد التعليمية بهدف التدريس سواء من خلال مدرس أو مدرب أو بالتعلم الذاتي (عبدالحميد شرف ، 2002م ، ص 17).

الفصل الثاني

2- الإطار النظري والدراسات السابقة

2-1- أولاً : الإطار النظري

2-1-0 مقدمة:

كانت بعض الشعوب البدائية تلجأ إلى وأد الأطفال الذين لا تظهر عليهم بادرة ذكاء باعتبارهم فئة عاجزة عن القيام بعمل في المجتمع. وكانوا يقتلون ذوي الإعاقات والمرضى الذين لا يستطيعون للعلاج إعتقاداً منهم إن في ذلك خدمة إنسانية وإجتماعية للأفراد الأصحاء. كما أخذ الرومان من المتخلفين عقلياً "مجالاً" للتسلية حيث كان المبدأ السائد هو معاقبة المعاق. وظلت تلك الأفكار الخاطئة سائدة في تلك المجتمعات حتى جاءت الأديان السماوية لتحث الأفراد على العطف والحنان والمساعدة كما نادى بالحب والسلام والمعاملة بروح الأخوة.

2-1-1 نبذة تاريخية عن الإعاقة:

اختلفت النظرة إلى المعاقين من مجتمع إلي آخر، ومن عصر إلى آخر، واختلاف هذه النظرية يأتي من اختلاف الرؤى بين المجتمعات إلي الأفراد المعاقين تبعاً لمجموعة من المتغيرات و العوامل ويمكن القول بأن النظرة إلي المعاقين مرتبطة بتقاليد وأعراف الشعوب والقيم الأجتماعية والدينية السائدة في ذات العصر وكذلك حسب ما تفرضه على المجتمع طبيعة الأنظمة السياسية في الحضارات والعصور القديمة والوسطى وأشارت معظم الأدلة التاريخية إلى أن الاتجاه الذي كان سائداً هو الاتجاه السلبي واتجاه هذه الفئة من المجتمع عدا بعض الاتجاهات الإيجابية التي تم العثور عليها من الحضارات العربية كالحضارة المصرية وحضارة ما بين النهرين فقد دلت الآثار التي عثر عليها في مصر وأرض الرافدين على أن المعاقين لاقوا معاملة ورعاية خاصة، وبعد ظهور الدين الإسلامي الحنيف كان لتعاليمه دور مهم في رعاية المعاقين، وهناك رواية تقول إن ابن بطوطة شاهد في بغداد مجموعة من المكفوفين أمر لكل واحد منهم بكسوة وهناك أشخاص مخصص لهم نقود ونفقة خاصة وهذه إشارات واضحة على مدى اهتمام الإسلام بالمعاقين، اما في العصر الحديث فقد بدا الاهتمام يتنامى بالمعاقين أكثر من العصور السابقة، ففي مطلع القرن العشرين

تزايد الاهتمام بالمعاقين من خلال التوسع في إنشاء مؤسسات جديدة تعنى بتعليم هذه الفئة وتدريبها، وتقدم لهم الخدمات الصحية والاجتماعية بشكل علمي إنساني غير أن التحول ظهر بعد نهاية الحرب العالمية الأولى لتأهيل معاقى الحرب عرفاناً بتضحياتهم، كما صدر في بريطانيا عام (1920م) تشريع الرعاية الاجتماعية الخاصة بالمعاقين والمكفوفين. القرار 305 العام (1950 م) بشأن التأهيل الاجتماعي للمعاقين جسدياً. القرار 542 العام (1969م) النهوض الاجتماعي والتنمية وحماية حقوق المعاقين جسدياً وعقلياً. القرار 2856 لعام (1971م) بشأن حقوق الأشخاص المتخلفين عقلياً. (سهام عفت 1983م، ص 260).

2-1-2 احصائيات محلية وعالمية عامة:

قدرت هيئة الصحة العالمية عدد المعاقين في العالم عام (1992م) بحوالي 530 مليون معاقاً تقريباً" من سكان العالم منهم 122 مليون طفلاً يعيشون في العالم الثالث، كما قدرت نسبة هؤلاء المعاقين بحوالي 11-15 % من مجموع سكان هذا العالم، ونجد أن هذه النسبة تقل في المجتمعات المتقدمة إلى 10% وتزداد في المجتمعات النامية لتصل نسبة المعاقين فيها 15,8% من تعداد أفراد المجتمع. كما تختلف تلك النسبة من مجتمع إلى آخر حسب التوزيع العمري للسكان كذلك وفقاً للمستوى الاجتماعي أو الاقتصادي. وقد يرجع ذلك إلى خصائص ذلك المجتمع. حددت الأمم المتحدة نسبة الإعاقة ب10% من السكان على نطاق العالم وهذه النسبة تزيد في الدول النامية ويعزى ذلك للأمراض والحوادث والحروب ونقص الرعاية الصحية الأولية وفي السودان أجري إحصاء المعاقين ضمن الإحصاء السكاني لعام (1993م) وكانت النسبة 1,5% حسب إحصائيات عام (1993م) أي ما يعادل 323595. وحسب مصدر التعداد سابق الذكر فإن معدل الإعاقة في الريف يعادل 51,3% مقارنة ب 48,7 في الحضر وهذا يدل على أن نسبة الإعاقة في الريف أكبر منها في الحضر كما أن نسبة الإعاقة أكبر وسط الذكور 53% منها في الإناث 47%.

جدول رقم (1) يوضح حجم الإعاقة حسب الولايات في السودان

الولاية	العدد
الجزيرة	41174
الخرطوم	40661
جنوب دار فور	39109
غرب دار فور	26743

26305	شمال دار فور
24101	شمال كردفان
18941	جنوب كردفان
16185	غرب كردفان
15777	سنار
15330	القضارف
15191	كسلا
13152	نهر النيل
9152	الشمالية
7640	البحر الاحمر
6890	النيل الابيض
6415	النيل الأزرق

توزيع المعاقين حسب نوع الإعاقة ويوضح ذلك جدول رقم (2) التالي :

النسبة	عدد	نوع الإعاقة
%24	80896	مكفوفون
%14,5	48862	صم وبكم
%38,3	128844	إعاقة جسدية
%7'9	32814	إعاقة ذهنية
%3,1	10321	إعاقات مركبة
%10	35092	أخرى

إحصائيات عالمية عامة:

مع تزايد أعداد المعاقين في العالم بشكل ملحوظ وكبير خاصة في القرن الحالي وبعد حدوث الكثير من التغيرات الجغرافية في الحياة وتفشي العوامل الصحية التي تصيب الأم الحامل قبل وأثناء الولادة والمسببة للإعاقة ومسببات الحروب أخذ الاهتمام بفئات المعاقين يشغل حيزاً معقولاً على كافة المستويات وتعاضمت نسبة المعاقين في العالم اليوم.

13,5% من مجموع سكان العالم مع بداية القرن الحادي والعشرين.

من الممكن أن تصل نسبة المعاقين في العالم إلى 15%.

900 مليون شخصاً عدد المعاقين في العالم اليوم.

80% من المعاقين معظمهم من بلدان العالم الثالث البلدان النامية.

وقد حرص المجتمع الدولي والمنظمات العالمية ومنظمات حقوق الإنسان في الربع الأخير من القرن الماضي على أن يأخذ المعاق نصيبه من الرعاية والاهتمام والحقوق والواجبات فأصدرت الأمم المتحدة إعلان حقوق المعاقين عقلياً عام (1971م) وإعلان حقوق المعاقين عام (1975م) كما أنها أعلنت العام الدولي للمعاقين عام (1981م). درجة الإعاقة في الدول الصناعية كافة وأنواع الإعاقة 10% والإعاقة الشديدة 6% وفي الدول النامية للعالم الثالث بين المجتمعات التي لا تعاني من فقر شديد ويبلغ مجموع سكانها (904) مليون و في العام (1975م) يصل إلى 692 مليوناً. كافة أنواع الإعاقة 10% وإعاقة شديدة 6% أما الدول الأكثر تخلفاً مجموع سكانها 932 مليون (1975م) ويصل إلى 2200 مليوناً عام (2000م) كافة أنواع الإعاقة 20 إعاقة شديدة و12%. (آمال محمد إبراهيم بابكر 2007 م، ص 14-17).

3-1-2 مفهوم الإعاقة:

أورد (مروان عبد المجيد 1998م ، ص 15) خلق الله سبحانه وتعالى الإنسان في أحسن صورة وعلي أكمل وجه ولكن يحدث بين الحين والآخر أن يولد طفل مصاب في إحدى حواسه أو قدراته بما يشوه هذه الصورة الجميلة، ومع اختلاف التسميات (المعاق) أو (الإعاقة) لكن هذه التسمية تبدو وكأنها تبرز مواطن الضعف وتلغي الخصائص الأخرى للإنسان الذي يعاني من نوع من الإعاقة لذلك في السنوات الأخيرة أصبحت التسمية الأكثر قبولاً لهذه الفئة هي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، إشارة إلي أولئك الأطفال الذين يعانون من حالات ضعف معينة تزيد من مستوى الاعتماد على غيرهم، وتحد من قدراتهم أو تمنعهم من القيام بالوظائف المتوقعة منهم في عمرهم بشكل مستقل.

تعريف الإعاقة:

بأنها تأثير إنعكاسي نفسي أو اجتماعي أو انفعالي أو حركي يحدث للفرد نتيجة الإصابة بخلل أو عجز دون أداء الدور الذي يؤديه طبيعياً له وطبقاً لسنة وجنسه وحالته الاجتماعية أو الثقافية ويظهر ذلك في الفرق الشاسع بين أداء هذا الفرد عند مقارنته بالأداء المتوقع منه أو بأداء مجموعة أقرانه، والإعاقة لها ثيرات وانعكاسات على الأفراد المعاقين وكلها لها مردود عكسي على المجتمع لأنها تشكل عبئاً اقتصادياً على أسرهم، وتفادياً للمشكلات التي يمكن أن يواجهها المعاقون لابد من التعامل مع الإعاقة بفئاتها المختلفة بفعالية ترمي في نهايه الأمر إلى مساعدتهم والعمل على إعداد شخصية قادرة على التكيف مع معايير المجتمع الذي يعيشون فيه.

الإعاقة هي (عدم قدرة الشخص على تادية عمل يستطيع غيره من الناس تأديته ويصبح العجز إعاقة عندما يحد من قدرة الشخص على القيام بما هو متوقع منه في مرحلة معينة)

المعاق: كلمة معاق في الانجليزية هي "Handicapped" ويستخدم حالياً مصطلح بمعنى غير القادر وهي حالة من الضرر أو العجز ويطلق هذا المصطلح على تعوق قدراته الخاصة عن النمو السوي إلا بمساعدة خاصة والفرد المعاق يعرف: (بانه كل شخص لا يستطيع أن يكفل لنفسه كلياً أو جزئياً ضرورات الحياة اليومية بسبب نقص فطري أو غير فطري في القوى الجسمية والبدنية والعقلية) وغالباً ما يطلق على كل تصنيفات المعاقين بأنه ذوي الاحتياجات الخاصة وقد استبدل هذا المصطلح ليكون الأشخاص ذوي الأعاقه.

ويعرف المعاق بأنه: كل شخص أصبح غير قادر على الاعتماد على نفسه في مزاولة عمله أو القيام بعمل آخر أو الاستقرار فيه أو نقص في قدرته على ذلك نتيجة لقصور عضوي أو عقلي أو حسي أو نتيجة عجز خلقي منذ الولادة. (مروان عبد المجيد 1998م، ص 13-14).

2-1-4 أسباب الإعاقة:

إن أسباب الإعاقة تعد امراً في غاية الأهمية إذ تشير الإحصائيات التي تقدمها المصادر الدولية ذات العلاقة بهذا الأمر إلى ما يزيد على خمسمائة مليون من سكان الأرض معاقين وإن حوالي 80% من هؤلاء يعيشون في الدول النامية فنسبة حدوث الإعاقة بأشكالها المختلفة في ضوء التقارير التي تقدمها منظمات محلية وإقليمية ودولية تزيد على 10% من مجموع السكان في الدول المتقدمة قد تصل إلى 15% في الدول النامية منها:

- قد تكون وراثية وهو جينات عن طريق الناقلات لصفات الوراثية (الجينات) الموجودة في كروموسومات الخلية أو نتيجة الاضطرابات الوراثية.

- منها قد تكون تعرض الفرد للحوادث والأمراض التي تؤدي إلى نقص في قدراته.

- مخلفات الحروب وما تسببه من دمار وإعاقات للأفراد.

- كذلك الإصابات الرياضية التي لها دور كبير في إعاقة الرياضيين ويحدث العدد الكبير من الإصابات نتيجة للصدمة التي تحدث في أثناء سقوط اللاعب على الأرض أو الاحتكاك بالخصم. (مروان عبد المجيد 1998م، ص 15).

2-1-5 تصنيفات الإعاقة:

- إعاقات الجسم تتصل بالجسم وما به من أجهزة مختلفة ويدخل تحت هذه الفئة جميع الإعاقات العصبية والمخية والعظمية والوعائية والهضمية وما إلى ذلك.

- إعاقات الحواس العليا التي يدخل تحتها فقدان البصر أو ضعفه وفقدان السمع أو ضعفه.

- إعاقات عقلية ترتبط أساساً بضعف القدرات العقلية ويدخل تحتها التلف العقلي بدرجاته المختلفة.
- إعاقات تتعلق بالقدرة الكلامية واللغوية ويدخل تحتها عيوب النطق والكلام والتخاطب واضطرابات القراءة والكتابة. (مروان عبدالمجيد إبراهيم 2015م، ص22).

2-1-6 التربية الخاصة للمعاقين:

- الأشخاص المعاقون يشاركون في نشاط بدني يديره أشخاص مختلفون ويؤدي بأشكال وأوضاع مختلفة لها بعض المصطلحات التي تترافق مع الأنشطة البدنية للمعاقين كما يلي:
- التربية الرياضية المعدلة: تحويل أو تعديل الأنشطة الخاصة بالتربية الرياضية التقليدية لتمكين المعاقين من المشاركة فيها بشكل آمن ناجح ومقنع.
- التربية الرياضية التصحيحية: وهي أنشطة مصححة لتأهيل وإعادة تأهيل عجز أو اضطراب في الهيئة أو الموازنة الميكانيكية للجسم.
- التربية الرياضية العلاجية: وهي أنشطة مصممة لتأهيل أو إعادة تأهيل الأداء الحركي العقلي وتطوير المتطلبات الأساسية البدنية والحركية للمهام المهارية.
- الاضطراب: انحراف العمليات العامة للإنسان عقلياً وبدنياً ونفسياً.
- عدم القدرة: وهي وصف الشخص الذي يفقد القدرة على الأداء البدني والاجتماعي والنفسي والذي يتعارض بشكل أساسي ومؤثر في عملية النمو.
- العوق: التحديد الذي يصاب به الشخص أمام متطلبات البيئة وهذا يتعلق بما يقابله الفرد للتكيف والتأقلم مع متطلبات البيئة أو المحيط.
- التأهيل: وهو مصطلح تربوي يشير إلى أن الشخص المعوق يجب أن يتعلم ويدرس المهارات الأساسية التي يحتاجها ليصبح فرداً مستقلاً في المجتمع. (فريق كمونة 2002م، ص 25).

2-1-7 المسؤولية التربوية للمعاقين:

يرى (فريق كمونة 2002 م، ص 49) أنه عندما نطبق العملية التدريسية بشكل صحيح وإيجابي، فإن مفهوم المسؤولية يعني البرامج والطرق أو التداخلات التي يمكن أن تمثل السبب في التغيير الإيجابي المهم في واحد أو أكثر من السلوك لدى المعاقين وأنها الطريقة الأسلم والتي سوف تصبح مقبولة عندما تكون هناك سجلات مكتوبة ومحفوظة عن كل طالب معاق لتوثيق كل تقدم معين باتجاه الأهداف الموضوعية سلفاً. ولقد تم تطوير إجراءات تقنية خاصة لكل متعلم بما يلائمه من الأهداف المختارة. وعندما يتم تعريف هذه الأهداف والسلوكيات المرغوبة بشكل كامل فإنه يكون بالإمكان تطبيقها وتطويرها بهذه التقنيات المعقدة.

2-1-8 المعاقون عقلياً (ذهنياً) :

اختلفت الآراء حول تعليم وتعلم المعاقين عقلياً فيرى بعض العلماء أن الطفل المعاق عقلياً كالطفل العادي ينمو تدريجياً ويتعلم ويكتسب الخبرات والمعلومات والمهارات تدريجياً إلا أن معدل النمو والتعلم والاكساب عند الأول أقل منه عند الثاني ويتوقف نمو عقل الطفل المعاق عقلياً عند مستوى أقل من المستوى الذي يتوقف عنده العقل العادي، لذا كان ما يتعلمه الشخص المعاق عقلياً شبيه بما يتعلمه الشخص العادي. إلا أن ما يتعلمه أو يتدرب عليه الثاني في سنة يتعلمه أو يتدرب عليه الأول في سنتين أو ثلاث سنوات. ويرى فريق آخر من العلماء أن الطفل المعاق عقلياً يختلف عن قرينه العادي في النواحي الجسمية و العقلية والاجتماعية، وبالتالي فإن أساليب وبرامج تعليمه وتأهيله تختلف كما وكيفا عن أساليب وبرامج تعليم وتأهيل العاديين في الذكاء. ويرى الباحث أن الفريقين على صواب لأن تعليم وتأهيل المعاقين عقلياً يشبه تعليم وتأهيل اقرانهم العاديين في بعض النواحي، ويختلف عنه في نواحي أخرى، فالطفل المعاق عقلياً إنسان قبل أن يكون معاقاً عقلياً له نفس احتياجات الطفل العادي ويتأثر نموه النفسي والجسمي والاجتماعي بنفس العوامل التي يتأثر بها نمو قرينه العادي، ويتعلم ويكتسب الخبرات والمعلومات والمهارات تدريجياً وبنفس الأساليب التي يتعلم بيها الطفل العادي خبراته ومهاراته ومعلوماته. (موسى عبد الكريم 1996م، ص 323)

2-1-9 مفهوم الإعاقة الذهنية:

تعرف بأنها حالة من تأخر نمو الطفل أو عدم اكتمال نمو الدماغ أثناء فترة نمو الطفل من مرحلة وجوده في الرحم إلى مرحلة ما بعد الولادة وبلوغه عمر الخمس سنوات مما يؤدي إلى وجود اضطرابات معينة في

الوظائف الطبيعية والحياتية للطفل وهي تتفاوت حسب شدة الحالة من حالات بسيطة ومتوسطة وشديدة جداً لدرجة أن التعامل معها يعد صعباً جداً وحالات أخرى غير محددة ولا يستطيع الطبيب أو الأخصائي تقييمها علمياً أو طبياً وهي بالمحصلة تؤثر بشكل كبير على مستوى الإدراك و الذكاء والاستيعاب واللغة والنطق والحركة وبطء التعلم لدى الطفل أو المصاب بهذه الحالة. لا ترتبط الإعاقة الذهنية بوجود أي إعاقة جسدية وليس لها علاقة مباشرة بالتوحد إنما هي حالة اضطرابات عقلية نشأت لطفل بعدة أسباب بيئية أو طبية أو وراثية أثرت بشكل مباشر على سلوك الطفل في التعامل مع المجتمع والبيئة المحيطة به.

2-1-10 مبادئ التعليم الخاصة بالمعاقين عقلياً:

تؤثر الإعاقة في نمو الأطفال لذا فإن عملية تعليمهم لن تكون سهلةً فهؤلاء يواجهون صعوبات بالغة في الانتباه والتذكر والتعلم وهذه كلها شروط أساسية للتعلم وبدون مراعاة الخصائص الحقيقية لهؤلاء الأطفال لن يكون التعليم مجدياً وهناك عدد من المبادئ التي يجب أن تراعى عند تعليم المعاقين عقلياً وهي:

1/ عدم تعرض الطفل للفشل في المهارة المطلوبة.

2/ تزويد الطفل بالتغذية الراجعة مباشرة (صحة أو خطأ المعلومات).

3/ التعزيز المباشر بعد إتقان المهارة.

4/ تحديد المستوى الملائم لقدرات الطفل.

5/ تعليمه المهارة (التحدي) المقدره.

6/ التسلسل بالمهارات التي تقدم للطفل.

7/ توفير الوقت الكافي لإتقان المهارة والتكرار.

8/ تشجيع الطفل وحثه باستمرار لإنجاز المهمات.

2-1-11 أسباب الإعاقة الذهنية:

-الولادة المتعسرة والتي تسبب في حدوث نقص في تروية الأوكسجين للدماغ مما يؤدي إلى حدوث اضطرابات عقلية متفاوتة في شدتها بناءً على كمية الضرر الذي لحق بالدماغ جراء فقد كميات الأوكسجين اللازمة لإتمام وظيفته الطبيعية.

-الحوادث التي تصيب الرأس، وتؤثر على الدماغ بشكل مباشر.

-عوامل جينية مكتسبة من الأبوين، أو بعض الاختلالات الجسمية التي تؤدي بدورها إلى تحطيم أو تدمير خلايا الدماغ.

-سوء التغذية عند الأم الحامل والذي يؤثر بشكل مباشر في ضعف نمو وتطور الدماغ وبالتالي زيادة حالات الإعاقة العقلية بأنواعها.

-حدوث بعض الأمراض والالتهابات التي تؤدي إلى تلف جزئي في الخلايا المغذية للدماغ أو إلى إصابة الجهاز العصبي المركزي للطفل وبالتالي حدوث الإعاقة الذهنية ومن أهم تلك الأمراض (ارتفاع درجات الحرارة عند الطفل بشكل متكرر-مرض السحائي -مرض الحصبة بأنواعه - التهابات الجهاز التنفسي - تناول العقاقير والأدوية من قبل الأم الحامل دون وصفة طبية أثناء فترة الحمل -تناول المشروبات الكحولية بكثرة في فترة الحمل).

2-1-12 المعاقون عقلياً بين التعليم والتعلم:

يقصد بعض علماء التربية وعلم النفس بالتعليم في مجال الفئات الخاصة أو ما يطلق عليه التربية الخاصة Special Education للمعاقين عقلياً (الثلاثة آر 3Rs)).

أي تعلم القراءة والكتابة والحساب

3Rs = Read +Writ +Thematic

هذا يعني أن حوالي 75% من المعاقين عقلياً قابلون للتعلم وهم حالات الإعاقة العقلية الخفيفة وأن 25% منهم غير قابلين للتعلم وهم حالات الإعاقة العقلية الشديدة والمتوسطة، ويقصد آخرون بالتربية الخاصة لتعليم المعاقين عقلياً الثلاثة إتش (3 Hs)

أي تعلم كل ما يفيد في الحياة اليومية عن طريق الرأس واليد والقلب، وهذا يعني أن جميع المعاقين عقلياً قابلون للتعلم:

3Hs = Head+Hand +Heart

2-1-13 خصائص المعاقين ذهني:

ويمكننا تقسيم هذه الخصائص إلى أربع خصائص رئيسية وهي:

1-خصائص معرفية.

2-خصائص جسمية.

3-خصائص لغوية.

4خصائص اجتماعية وانفعالية.

أولاً: الخصائص الجسمية:

-تأخر في النمو الجسمي بشكل عام وتزداد درجة التأخر بزيادة شدة الإعاقة.

-تشوهات جسمية خاصة في الرأس والوجه وأحياناً تكثر في الأطراف العليا والسفلى لدى الإعاقة العقلية الشديدة.

-تتسم الحالة الصحية العامة للمعاقين عقلياً بالضعف العام مما يجعلهم يشعرون بسرعة التعب والإجهاد وحيث أن قدرتهم على الاعتناء بأنفسهم أقل من العاديين وكذلك تعرضهم للمرض أكثر احتمالاً من العاديين فإن متوسط أعمارهم أدنى من أقرانهم في التربية الخاصة ولكن التقدم في الخدمات الصحية والتكنولوجيا الطبية وتحسن الاتجاهات والخدمات المقنّمة لهم في الوقت الحاضر زاد من متوسط أعمارهم

-يعانون من بطء في النمو الحركي تبعاً لدرجة الإعاقة ونجد أن غالب المعاقين عقلياً يتأخرون في المشي.

-صعوبة في الاتزان الحركي والتحكم في الجهاز العضلي خاصةً فيما يتعلق بالمهارات التي تتطلب استخدام العضلات الصغيرة كعضلة اليد والأصابع التي يشار إليها بالمهارات الدقيقة.

-يكونون أقل وزناً وأصغر في أحجامهم وأطوالهم من أقرانهم العاديين وفي معظم حالات الإعاقة المتوسطة الشديدة يبدأ ذلك واضحاً على المظهر الخارجي.

ثانياً: الخصائص المعرفية:

-ضعف القدرة على الانتباه للمثيرات وصعوبات التركيبية، (يعاني المعاقين عقلياً من ضعف القدرة على الانتباه والقابلية عالية للتشتت). وهذا يفسر عدم مقدرتهم على أداء المواقف التعليمية إذا استقر الموقف فترة زمنية متوسطة أو مناسبة للعاديين كما أن ضعف الانتباه وضعف الذاكرة هما السببان الرئيسان لضعف التعلم ويزداد ضعف الانتباه بازدياد درجة الإعاقة.

-ضعف القدرة على التذكر لفظياً وحسابياً، (إن الانتباه عملية ضرورية للتذكر، ويترتب على ضعف الانتباه ضعف في الذاكرة وهي العوامل التي تسهم في ضعف الذاكرة لدى المعاقين عقلياً مما يعرف بضعف القدرة على القيام بعمليات الضبط المتتابعة وترتبط درجة التذكر بدرجة الإعاقة العقلية ويزداد التذكر كلما زادت القدرة العقلية، والعكس صحيح وهي من أكبر المشكلات لديهم).

-ضعف القدرة على التمييز. (كلما كانت عمليات الانتباه والتذكر لدى المعاقين عقلياً تواجه قصوراً كما أسلفنا من قبل فإن عملية التمييز بدورها ستكون دون المستوى مقارنة بالعاديين إذ تختلف درجة الصعوبة في القدرة على التمييز تبعاً لدرجة الإعاقة فتجد أن المعاقين عقلياً بدرجة شديدة يتعذر عليهم في معظم الأحيان التمييز بين الأشكال والألوان والأحجام والأوزان والروائح والمذاقات المختلفة دون تدريب مسبقاً أما فيما يتعلق بمتوسط الإعاقة فإنهم يظهرون صعوبات في التمييز بين الخصائص السابقة لكن نلاحظ أن الصعوبات أبرز ما تكون في تمييز الأوزان والأحجام والألوان غير الأساسية كما أن هذه الصعوبات تزداد كلما زادت درجة التقارب أو التشابه بين المثيرات كما يلي:

أ/ضعف القدرة على التفكير وتوظيف خبرة سابقة في الحاضر والمستقبل

ب/ضعف القدرة على التخيل والتصرف

ج/ضعف القدرة على إدراك العلاقات بين الأشياء

د/صعوبة نقل آثار التعلم حيث يعاني الأطفال المعاقون عقلياً من نقص واضح في نقل أثر التعلم من موقف لآخر.

-ضعف القدرة على التعلم وهو من أكثر الخصائص وضوحاً لدى الأطفال المعاقين عقلياً مقارنة مع الأطفال العاديين المتأخرين في العمر الزمني.

ثالثاً: الخصائص اللغوية:

-يعاني المعاقون عقلياً من بطء في النمو اللغوي بشكل عام ويمكن ملاحظة ذلك في مراحل الطفولة المبكرة ومن الصعوبات الأكثر شيوعاً هي التأتأة والأخطاء في اللفظ وفي عدد المفردات علماً بأنها من الأسباب المؤدية إلى انخفاض مستوى الذكاء لدى المعاقين عقلياً.

- بطء اكتساب قواعد اللغة وجودة المفردات حيث أثبتت النتائج الدراسية التي تخضعها (ماكملان) على قدرة الأطفال المعاقين عقلياً على اكتساب قواعد اللغة باستثناء شديدي الإعاقة.

-إرتباط درجة الإعاقة العقلية بمظاهر الاضطرابات اللغوية وأظهرت بعض الدراسات وجود علاقة بين درجة الإعاقة العقلية ومظاهر الاضطرابات اللغوية.

-تأخر في جوانب القدرة التعبيرية.

-التأخر في النطق.

رابعاً: الخصائص الاجتماعية والانفعالية:

يتصف المعاقون عقلياً بالعدوانية والانسحاب الاجتماعي والسلوك التكراري والتردد والنشاط الزائد وعدم القدرة على ضبط الانفعالات وعلى إنشاء علاقات اجتماعية فعالة مع الغير والميل نحو مشاركة الأصغر سناً في نشاطهم وعدم تقدير الذات وعدم الشعور بالأمن والكفاية. المعاق عقلياً يعيش في عالم لا يواجه فيه سوى الفشل المستمر ولا يشعر فيه إلا بالعجز وقلة الشأن والشعور بالتدني ولا يهتم بنظافته الشخصية ولا يهتم بتكوين علاقات اجتماعية مع غيره أو مشاركتهم في أوجه نشاطهم وعدم التحكم في الانفعالات.

2-1-14 تصنيف الإعاقة الذهنية:

1-الإعاقة الذهنية البسيطة وهي أقل أنواع الإعاقات الذهنية وضوحاً ويقدر معدل الذكاء فيها من (55-70) نقطة.

2-الإعاقة الذهنية المتوسطة يقدر فيها مستوى الذكاء من (40-54) نقطة.

3-الإعاقة الذهنية الشديدة يكون معدل الذكاء فيها من (25-39) نقطة.

4-الإعاقة الذهنية الشديدة جداً وهي التي لم يستطع الأطباء أو الأخصائيون تقديرها إلى الآن.

2-1-15 مفهوم رياضة المعاقين:

اقتُرنت كلمة الرياضة بالكثير من التفسيرات العالمية التي تم تناولها بشرح تفصيلي لطبيعتها البدنية والفنية الفلسفية وقد عرفت بأنها نشاط تنافسي بين الأفراد تعتمد في قواعدها الأساسية على المهارة البدنية التي تتأثر بالعوامل البيئية من حيث توفير الأدوات والميادين وتجهيزاتها والظروف الاجتماعية وترتبط أيضاً بالعوامل الداخلية كـرغبة الفرد في الممارسة وأسبابها والاستمرار فيها. عرفها معجم أكسفورد حيث وضح أن كلمة رياضة باللغة الانجليزية (sport) مشتقة من كلمة فرنسية قديمة هي (esporte) وهي تعني التسلية الشخصية للتمرينات البدنية وهي معرفة حديثاً بالرياضة الترويحية كما عرفها المعجم الألماني على أنها الألعاب والتمرينات. قد عرف الناس منذ القدم القيمة الإيجابية لممارسة الرياضة كعلاج للمرضى والمعاقين حيث أن حركة الجسم ذات تأثير فعال في تخفيف الألم كما أن لها دوراً في علاج كثير من الأمراض في مختلف مراحل العمر للأصحاء والمعاقين حيث أنها أحسن وسيلة للاحتفاظ بالصحة واللياقة والقدرة على أداء الأعمال بكفاءة، ونجد أن المجال الرياضي خصب بأنشطته المختلفة المتنوعة حيث يجد المعاق ما يتناسب مع امكانياته وقدرته وهناك حقيقة هامة

وهي يجب الا تسبب له أعراضاً جانبيةً تزيد من حالته سوءاً بحيث يصعب علاجه، لذلك لابد أن تتم الممارسة لكل نوع من الرياضة مفرداً لكي يتم التجاوب في نفس الوقت ويستفيد المعاق من تأثير الرياضة البدني والنفسي والعلاجي والحركي وكما ترتبط الإعاقة بالجانب الأخلاقي حينما يحترم اللاعب الخصم الحكم وأصول اللعب، لذلك فهي تؤدي لصقل اللاعب وتنمية قدرته لذلك حرصت المنظمة الدولية على كتابة النصوص الصريحة لحق المعاق في الرياضة البدنية. (كمال درويش وامين الخولي 1995 م، ص72).

2-1-16 أهداف رياضة المعاقين:

إن أهداف رياضة المعاقين تشبه أهداف رياضة الأسوياء فضلاً عن أنها تستخدم في إعادة تأهيلهم وتستخدم أيضاً كأهداف علاجية بدنية ونفسية واجتماعية وفسولوجية ويمكن تلخيص أهداف رياضة المعاقين في الآتي:

1-الرياضة عنصر علاجي: تمثل الرياضة بالنسبة إلى المعاق أكثر الأشكال الطبيعية للتدريب العلاجي ويمكن استخدامها بنجاح لاستكمال العلاجي الطبيعي.

2-القيمة الترويحية والنفسية للرياضة: لرياضة المعاقين مهمة إيجابية تفوق كونها علاجاً بدنياً لهم، فيتعدى الأمر إلي كونها طريقة ووسيلة ناجحة وجيدة للترويج النفسي للمعاق، كما تشكل جانباً مهماً من استرجاعه لعنصر الدافعية الذاتية والصبر والرغبة في اكتساب الخبرة والتمتع الصحيح بالحياة وتساهم الرياضة الترويحية بدور إيجابي كبير في إعادة التوازن النفسي للمعاق والتغلب على الحياة الروتينية ما بعد الإصابة.

3-الرياضة وسيلة لإعادة الصلة بالمجتمع: الهدف الأخير والنبيل للرياضة بالنسبة للمعاق هو إعادة الصلة بينه وبين من حوله ومن ثم الاتصال بالمجتمع وذلك للمحافظة على النشاط العقلي والثقة بالنفس، وبالمجتمع (المرجع السابق. ص33)).

2-1-17 مناهج التربية البدنية والرياضة للمعاقين ذهنياً:

يقول (محمد حسين محمد عبد المنعم 2009م، ص 180): تعتبر مناهج التربية البدنية والرياضة هامة في رعاية المعاقين ذهنياً وذلك لأن الإعاقة الذهنية تقف حائلاً دون ممارسة الأنشطة اليومية بكفاءة حيث يعاني المتعلمون المعاقون ذهنياً من الاختلال الوظيفي لديهم في كل من البقاء في الحركة والتعلم بجانب عدم قدرته على الإدراك الحسي والحركي، والانخفاض في مستوى القدرات البدنية ولهذا فهم يحتاجون للمناهج التي يجب أن يتم التخطيط لها واختيار محتواها على أسس علمية تتناسب مع خصائصهم ومتطلباتهم وميولهم.

2-2 النشاط الرياضي:

يعتبر النشاط الرياضي جزءاً مكملاً لبرامج التربية الرياضية وممارستها بطريقة منتظمة لها فوائد كثيرة حيث تؤدي إلى تطور سمات وخصائص الفرد من خلال الاشتراك في مختلف ألوان النشاط الرياضي، كما أن ممارسة النشاط الرياضي لفترة طويلة بجانب التهيئة الوظيفية لأجهزة الجسم يعملان على تنمية الفرد نمواً شاملاً ومتكاملاً من جميع الجوانب.

2-2 الرياضة:

أورد (أمين انور 1996م ، ص 32) عدداً من التعريفات للرياضة فوفقاً له يعرف مات فيف الرياضة بأنها نشاط منظم ذو شكل خاص جوهره المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات وضمان تحقيق أقصى مدى لها، وتعرفها كسولا بأنها التدريب البدني الذي يهدف لتحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسات لا من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل الرياضة في حد ذاتها، ويعرفها (لوشن وسيج) بأنها نشاط مفعم باللعب تنافسي الطبيعة داخلي وخارجي المرودود أو العائد يتضمن افراداً أو فرقاً في مسابقة وتقرر النتائج في ضوء التفوق في المهارة البدنية والخطط .

2-2 النشاط :

أرود (عصام الدين متولي 2012م ، ص 11-12) بأنه شأنه شأن المواد الدراسية يحقق أهداف تربوية علاوة على أنه مجال للخبرات لذلك يفوق أثر التعليم في بيئة الفصل أو قاعة الدراسة نظراً لما للنشاط من خصائص تؤدي إلى تحقيق الأهداف المرجوة بأقل جهد ووقت ممكن، كما أن للنشاط المدرسي جانباً تربوياً متمماً ومتكاملاً مع العملية التعليمية ما لم يكن هو ذاته موقف تعليمي ، والنشاط مجموعة من الممارسات العملية التي يمارسها الطلاب خارج الفصل ويرمي إلى تحقيق بعض الأهداف التي يحصل عليها الطالب داخل الفصل الدراسي أي هو العمل الذي يساعد في إكساب المتعلمين الجوانب المعرفية والمهارية والوجدانية بفاعلية.

2-2-1 النشاط البدني:

يرى (كرم البياني السيوحي 1992م، ص21) أنه هو الحركات البدنية المنظمة الموجهة غير المرتبطة بالكد المعيشي التي تتطلب استخدام العضلات الهيكلية في الجسم ويستثنى من ذلك الحركة المرتبطة بالوظيفة والمهنة ويتضمن مجالات مختلفة مثل الألعاب وأنشطة الرياضة واللياقة البدنية ونمط الحركة التعبيرية المختلفة. لقد ظهرت أهمية النشاط البدني في العصر الحديث حيث قلل التقدم السريع للمجتمعات الحديثة واستخدام تقنيات النقل الحديثة بالجهد الذي يبذله الإنسان في التنقل والمشي وكذلك انتشار مجموعة من الأمراض التي أطلق عليها أمراض العصر وعلى رأسها السمنة وداء السكري والشرابين وغيرها ولتزايد الكلفة العلاجية توجه التركيز نحو الوقاية والتثقيف الصحي لمعالجة هذه المشاكل الصحية مثل التربية البدنية كعنصر رئيس ومظهر مهم في نمو الفرد وتتلخص فائدتها في:

-بناء جسم قوي خالي من الأمراض والقدرة على القيام بمهام الحياة.

-وجود عقل مستتير ومتحرر من القلق والتوتر.

وقد وجد بين الطلاب الذين لا يهتمون بممارسة الرياضة قد بدت عليهم مظاهر عدة منها:

-عدم القدرة على التحمل والتعب عند أقل مجهود.

-زيادة النحولة عند البعض والسمنة عند الأخر.

-عدم وجود هدف أو غاية واتساع وقت الفراغ لديهم.

-أزدياد الهوة بين الطلاب والعنف.

لذلك تعتبر ممارسة الرياضة أداة مهمة لترقية الحس وشفافية الشعور وبناء الجسم السليم القويم وغرس روح الجماعة.

-إن سعادة الإنسان معقودة على قوة جسمه وروحه وأن الإسلام لا يحتقر الجسد بل يحترم الطاقة الجسدية جسماً وعقلاً وأن ما ننقوم به بأجسامنا يؤثر على ما نستطيع عمله بعقولنا. (مرجع سابق ص 16-17).

2-2-2 مفهوم النشاط الرياضي:

هو نشاط تربوي يعمل على تربية النشء تربيةً متزنةً ومتكاملةً من النواحي الوجدانية والاجتماعية والبدنية والعقلية عن طريق برامج ومجالات رياضية متعددة تحت إشراف قيادة متخصصة تعمل على تحقيق أهداف النشاط الرياضي بما يساهم في تحقيق الأهداف العامة للتربية البدنية. ويعتبر النشاط الرياضي حجر الزاوية في الحصول على المواطن السوي المحب لوطنه بالانتماء اليه والقادر على العمل والإنتاج بخلوه من الأمراض وتمتعه بالصحة والعافية، يسعى كل إنسان للوصول إلى أفضل قدر ممكن من اللياقة البدنية لكي يتمكن من صعوبات الحياة الصحية منها والعملية لما لهذا الأمر من أهمية كبرى على حياة الفرد حتى أصبحت نسبة كبيرة في المجتمعات تمارس النشاط الرياضي باستمرار حيث يبدأ الفرد بتطوير نفسه ويصبح ذا شخصية قوية في جوانب الحياة المختلفة ولأهمية الرياضة في الحياة البشرية نرى أن التلفزيون يعرض برامجه اليومية ساعات من هذا المجال والصحافة تحتل 20 % من محتوياتها. وتعتبر الممارسة الرياضية وسيلةً لتهديب النفس وبلوغ أقصى نمو ممكن للقدرات البدنية ويكتسب الفرد راحة نفسية ويمكن للفرد التعبير عن نفسه في أفضل شكل ممكن من خلال ممارسة النشاط الرياضي المحبب له وتتشكل لدى الفرد عند ممارسة الرياضة ملامح الصفات الهامة مثل مساعدة الزملاء وحب الخير والنزاهة بالإضافة إلى تشكيل الشخصية الاجتماعية المتوازنة. (على جلال الدين 2006م ، ص349).

يرى (أمين وآخرون 1994م، ص14) أن مفهوم النشاط الرياضي أصبح في ظل التربية الرياضية يتخطى مجرد كونه بعض الألعاب والتمارين التي كان بعضهم يعتقد بأنها واجب حتمي يجب أن يؤديه التلاميذ مرةً في الأسبوع أو الذي يؤديه الفرد خوفاً على جسمه من الترهل وتغير هذا المفهوم بحيث انتقل النشاط الرياضي بأغراضه وأساسياته ومفاهيمه إلى مرحلة ميدانية علمية شأنه شأن بقية العلوم الحيوية التي يحض عليها الدين والعرف والتقاليد للارتقاء بالفرد والمجتمع).

(محمد الحماحي أمين انور 1999م، ص29) يعرف النشاط على أنه ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودافعه وذلك من خلال تهيئة المواقف التعليمية التي تماثل المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية. لقد مارس الإنسان النشاط الرياضي في العصور الأولى بطريقة غير مباشرة وذلك للحصول على غذائه حيث كان يصطاد " مشي - جري - تسلق - رمي" وقبل ظهور الإسلام مارس العرب أنواعاً من النشاط الرياضي متمثلةً في "مبارزة - مصارعة - سباق الخيل - الرمي" واستمرت بعد الإسلام وشجع عليها الرسول صلى الله عليه وسلم والخلفاء الراشدون من بعده حيث قال عمر بن الخطاب (علموا أولادكم الرماية والسباحة وركوب الخيل).

ترى الباحثة أن للنشاط الرياضي نظاماً وقوانيناً تحكمه نسبة لأهميته والحاجة إليه، والنشاط الرياضي مهم في حياتنا اليومية حتى نضمن سلامة أجهزة الجسم المختلفة ونتمكن من القيام بأعمالنا دون عناء أو مشقة.

2-2-3 ماهية النشاط الرياضي:

تسعى دول العالم بين الحين والآخر إلى تحديث مفاهيمها ومعارفها وأغرضها لشتى ضروب الحياة والتي من شأنها الإسهام في إعداد المواطن الصالح وتعتبر التربية الرياضية واحدةً من أهم هذه العلوم العصرية التي بدأ يزداد الإقبال عليها على المستوى المهني والترويحي كما أن للنشاط الرياضي دوراً كبيراً في تنمية وإعداد المواطن الصالح القادر على العمل في جو معافي مشبع بالصحة والعافية. النشاط الرياضي هو نشاط إنساني هادف، ومن خلال الاشتراك في ممارسة النشاط الرياضي تتساقط كل السمات النفسية للشخصية بصورة معينة مما يجعل الفرد الرياضي ذا طابع خاص.

2-2-4 أهداف النشاط الرياضي:

- 1/ نشر الوعي الرياضي الموجه لممارسة الرياضة لكسب اللياقة البدنية والنشاط الدائم وتقوية الجسم.
- 2/ غرس وترسيخ المفاهيم الصحيحة للتربية البدنية والنشاط الرياضي ومنها العمل بمفهوم روح الفريق الواحد وإدراك البعد التربوي الصحيح للمنافسات الرياضية.
- 3/ تنمية الاتجاهات تنمياً صحيحةً سليمةً والسلوك القويم عن طريق بعض المواقف في الألعاب الجماعية والفردية وإكسابهم الثقة بالنفس وتنمية الروح الرياضية.
- 4/ المساهمة في التخلص من التوتر النفسي وتفريغ الانفعالات واستنفاد الطاقة الزائدة وإشباع الحاجات النفسية والتكيف الاجتماعي وتحقيق الذات.

5/ تقدير أهمية استثمار وقت الفراغ ببعض النشاطات الرياضية المفيدة.

6/ رفع مستوى الكفاءة البدنية للطلاب عن طريق أعطائهم جرعات مناسبة من التمرينات التي تنمي الجسم وتحافظ على القوام السليم.

2-2-5 أهمية النشاط الرياضي:

يرى المهتمون بدراسة النشاط الرياضي أنه يمكن التعرف على حضارة المجتمعات من خلال معرفة الوسائل التي تستخدمها تلك المجتمعات في مواجهة وقت الفراغ وتوجد علاقة وثيقة بين ثقافة المجتمع ومستويات المشاركة في الأنشطة السائدة في المجتمع. ويعد النشاط الرياضي أحد أفضل الأسلحة التي يملكها المجتمع لمقاومة المشكلات الاجتماعية المتطورة التي توجد اليوم وقد اهتم الأفراد بالنشاط الرياضي لتنمية الصحة واللياقة البدنية والاستعانة بالأنشطة وقت الفراغ في تقديم التوجيه الاجتماعي، ويشير حسن سيد معوض إلى أن التربية لم تعد مجرد تدريب بدني أو رياضي يمارسه الفرد أو الجماعة على شكل تدريبات وتمارين لتحريك أعضاء الجسم أو بغرض تقوية العضلات أو مجرد اكتساب مهارة حركية معينة بل هو محاولة لتربية الفرد تربية كاملة عن طريق نشاط وسيلته الأولى حركة جسم الإنسان. ويرى عبد الحميد غريب شرف أن النشاط الرياضي يعد أحد وسائل التربية الرياضية لتحقيق أغراضها وذلك عن طريق النشاط الحركي بهدف تعديل سلوك الفرد وحسن تنشئته من كافة النواحي البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية تحت إشراف قيادة واعية (palfrey net). المنتدى-الحسن النفسي- بوابة علم النفس الرياضي). وترى الدارسة أن النشاط الرياضي يلعب دوراً مهماً لدى طلاب التدريب المهني فإن الطلاب الممارسين للرياضة يتمتعون بالصحة الجيدة واللياقة البدنية العالية مما يؤدي إلى إنجاز أعمالهم داخل الورش بأقل مجهود وفي أقل زمن بعكس الذين لا يمارسون فهم يشعرون بالتعب سريعاً مما يؤخر إنجاز مهامهم وتمارينهم.

2-2-6 فوائد ممارسة النشاط الرياضي:

أورد العديد من المؤلفين آراءهم عن هذه الفوائد فمثلاً، يرى (linels pp 1998) أن ممارسة النشاط الرياضي تتمثل في الآتي:

1/ المحافظة على اللياقة للصحة وتطويرها.

2/ الشعور بالمتعة.

3/ الارتخاء والتخلص من الضغوط النفسية.

4/مواجهة التحديات والإحساس بتطوير القدرة على تحقيق إنجازات شخصية.

5/تحسين القوام والمظهر الخارجي.

6/الخبرة الاجتماعية من المشاركة.

7/ إشباع الدافع النفسي.

أما (مبارك ادم 2002م، ص16-17) فيري ممارسة فوائد النشاط الرياضي تتمثل في الآتي:

1/تحسين في إمداد الجهاز الهيكلي بالأملاح المعدنية وتطويرها وقدرة المحافظة على صافي وزن الجسم من العضلات والعظام والأجهزة الداخلية في تقليل تراكم الشحوم.

2/تكسب الكفاءة في المهارات العقلية والعصبية والمهارات الحركية والتي تعتبر الأساس للمشاركة الناجحة في الألعاب والأنشطة الرياضية التنافسية والترفيهية والتعبيرية.

3/تقلل احتمال الإصابة بمرض تصلب الشرايين.

4/تكسب اتجاهات أكثر إيجابية نحو الاستمرار في الممارسة بالإضافة إلى التعود على نوعية حياة نشطة بدنياً خلال أوقات الفراغ.

وترى الدارسة بما أن النشاط الرياضي البدني يعمل على اكتساب اللياقة البدنية والصحة فبذلك يجب على طالب التدريب المهني ممارسة الأنشطة البدنية من أجل اللياقة والصحة فعندما يكون الطالب قوي البنية معافياً صحياً يكون قادراً على إنجاز جميع مهامه وواجباته بحيوية ونشاط داخل الورش. وتأتي الفائدة الكبرى لممارسة النشاط الرياضي بممارسة التمرينات البدنية التعويضية لكي لا يصاب الجسم بالتشوّهات القوامية نتيجة استعمال أجزاء معينة من الجسم والتي يقع عليها الحمل الكبير وبذل جهد دون الأجزاء الأخرى وبذلك تعمل التمرينات البدنية على إعادة التوازن والمحافظة على القوام وتختلف التمرينات من تخصص لآخر حسب طبيعة العمل الذي يؤديه الطالب والعضلات الواقع عليها الجهد أي التي تشترك في أداء المهمة التدريبية.

2-2-7 ممارسة النشاط الرياضي تسهم في:

1/تطوير المهارات الحركية والأساسية.

2/تقوية الجهاز المناعي.

3/تطوير المهارات الحركية.

4/تقليل نسبة استخدام الشحوم في الجسم والمساعدة في الحصول على وزن مثالي.

5/تخفيض نسبة الكوليسترول في الدم.

6/زيادة كثافة العظام.

7/ المساعدة في تقليل الإحباط والقلق والتوتر العصبي.

8/ تقدير السلوك الخلقى وتنمية القدرة على التعامل مع الآخرين.

2-2-8 تأثير ممارسة النشاط الرياضي على أجهزة جسم الإنسان المختلفة:

1/الجهاز العظمي:

إن ممارسة النشاط الرياضي بصورة منتظمة وبطريقة سليمة تؤثر على الجهاز العظمي الذي يعكسه القوام ويكون قوامةً جيداً على النحو التالي :

- يكون الرأس معتدلة والذقن للداخل.
- الكتفان على استقامة واحدة.
- تتدلى الذراعان من الكتفين بحيث يكون الكتفان مواجهين للفخذين.
- يكون الصدر مفتوحاً.
- التنفس يتم بصورة طبيعية دون صعوبة.
- زواياة الحوض مناسبة 60 درجة تقريباً.
- الجسم موزع على القدمين بالتساوي.
- مشط القدم للأمام والأصابع مضمومة.
- العضلات غير متوترة.

2/الجهاز العضلي:

- زيادة حجم عضلات الجسم وزيادة حجم الألياف المكونة للعضلة.

- زيادة الهموقلوبين بالعضلات.
- زيادة كفاءة العضلة في اختزان الجليكوجين الذي يعطيها الطاقة.
- زيادة حجم وقوة أنسجة الأربطة والأوتار بما يعطيها حمايةً ضد الإصابة.
- زيادة كمية الدم الوارد للعضلات وذلك عن طريق زيادة الشعيرات الدموية بالعضلة.

3/ الجهاز الدوري:

- زيادة حجم الدم بالجسم وبالتالي يزيد عدد كريات الدم البيضاء والحمراء.
- أتساع حجرات القلب مما يساعد على زيادة حجم الدقة الواحدة.
- زيادة كمية الدم التي يدفعها القلب في الدقيقة نتيجةً لزيادة قدرة القلب على الدفع.
- انخفاض معدل دقات القلب أثناء الراحة مما يساعد على إتمام عمليات تغذية القلب بصورة أفضل عن طريق الشريان التاجي نتيجةً لطول فترة انبساط عضلة القلب وأن الفرق بين دقات القلب بين الفرد الرياضي وغير الرياضي تصل ما بين (20-30) دقة في اليوم الواحد.
- زيادة عدد الشعيرات الدموية بالجسم نتيجةً للزيادة التي تحدث في حجم العضلات على إثر ممارسة النشاط الرياضي.
- سرعة تكيف الجهاز الدوري مع الجهد المطلوب.
- سرعة عودة الجهاز الدوري إلى حالته الأولى التي كان عليها قبل بدء الممارسة.
- الإقلال من احتمال الإصابة بأمراض القلب والدورة الدموية.

4/ الجهاز التنفسي:

- القدرة على التخلص من فضلات الجسم بسرعة.
- زيادة كفاءة الرئتين وقدرتها تزداد على مدى استغلال الأوكسجين.
- زيادة عدد الشعيرات الدموية وذلك بحجم الرئتين.
- نظراً لدخول كمية كبيرة من الهواء في الرئتين حاملة معها الأوكسجين نقل كمية اللاكتيك الذي يضغط بدوره على أعصاب العضلات فيسبب عملية التعب العضلي والذي يكون سبباً في تقليل كفاءة العمل العضلي.

5/ الجهاز العصبي:

- تحسين واكتساب التوافق بين الأعصاب والعضلات.
- تحسين عملية التوقع الحركي.
- أكتساب وتحسين الإحساس الحركي الممتاز.
- أكتساب عمليات التوازن بين الكف والاثارة العصبية (المقصود بالكف أن تؤدي الحركة بواسطة العضلات المنوط بها دون تدخل عضلات أخرى ليس لها علاقة بهذه الحركة)، وهذا يؤدي إلى خروج الحركة سهلةً دون مجهود كبير.

6/ الجهاز الهضمي:

- يقلل من عملية ظهور القرع في الجهاز الهضمي نتيجةً لانضباط عمليات الإفرازات.
- يريح حركة المعدة والأمعاء لتأخر معدل الهضم الذي ينتج عن انخفاض معدل سريان الدم الذي يكون منشغلاً مع العضلات التي تؤدي الحركات الرياضية المختلفة.
- تنشيط وتحسين عمل الكبد والبنكرياس وبالتالي يصعب إصابة الممارسين للنشاط الرياضي بمرض السكر.
- الممارسة الرياضية تعمل على صيانة وسلامة الجهاز الهضمي وانضباطه وهذا يؤدي إلى عدم السمنة. (عبد الحميد شرف 1996م، ص 35-48).

2-2-9 مشاركة المعاقين في الأنشطة الرياضية:

بالرغم من تشجيع الأطباء المعالجين للمعاقين للممارسة الرياضة إلا أنهم يمارسونها بناءً على رغباتهم ودوافهم الشخصية أيضاً كما مارسوها أحياناً بطريقة تخالف تعليمات السلامة الطبية لهم، وذلك بالنسبة للمعاقين الرياضيين قبل الإعاقة أو المعاقين غير الرياضيين في الأصل، واشتمل ذلك أيضاً على المعاقين بأمراض خلقية، من أمثلة ذلك (لورد بيرون) والذي ولد بعاهة حركية في إحدى أطرافه السفلى إلا أنه مارس التجديف والسباحة والملاكمة. كتاب (دييم عام 1950م). وكذلك عبور أبطال العرب المصريين المعاقين لبحر المانش فردياً وفي تتابع متتال ومع زيادة انتشار وازدهار الرياضة في الخمسين عاماً الأخيرة والذي واكب تقدم التطور في علم طب الرياضة الحديثة وأصبح في إمكان المعاقين في مختلف تصنيف الإعاقة الشديدة أن يمارسوا أنواع الرياضة المناسبة لهم وذلك في تدريبات منتظمة ومكثفة نسبياً تستهدف استخدام قابليتهم وطاقاتهم الحيوية للتغلب على الآثار السلبية

للإعاقة والموازنة العقلية. وقد ذكرت العديد من المراجع العالمية وجود رياضيين بأمراض القلب الخلقية أو المكتسبة وارتجاع الصمام الأورطي للقلب (الأبهر)، منها مراجع (باريسيسيون 1924م. ، دايتلين 1926م ، وارفلد 1934م، باراد 1936م، سوتزمان 1940م). وقد ذكر يوكل وسوزمان حالة بطل عداء المارثون الذي أصيب في عمر تسعة سنوات بضيق في الصمام الميترالي بالقلب وارتجاع في الصمام الأورطي (الأبهر) ، وقد استطاع الفوز بالسباق في دورة الألعاب الكمنولث عام (1934م). كما ذكر يوكل أيضاً عام (1957م) أن بطل الإطاحة بالمطرقة هارولد كونولي صاحب الرقم القياسي العالمي كان مصاباً بعاهة خلقية عبارة عن شلل موروث بالحزمة العصبية العليا اليسرى نتج عنه شلل في بعض العضلات الصغيرة القابضة ليده اليسرى. كما أن هناك الميجري كارولى تاكازس والذي فقد يده اليمنى في حادث (1930م) ثم أصبح بعد ذلك أحد أبطال العالم المرموقين في الرماية بعد أن كثف تدريباته ليده اليسرى والتي لم يكن يستخدمها من قبل الإصابة ثم فاز بها في الدورة الأولمبية بلندن عام (1984م) وفي الدورة الأولمبية بهلسنكى عام (1952م). كما نشير إلى مشاركة المعاقين في بطولات الرماية بالسهام للأصحاء وحصولهم على مراكز متقدمة عالمياً. وإذا ما كان المعاق يجيد أحد أنواع الرياضة ما قبل الإعاقة فإنه قد يمارسها بعدها ليتغلب بها على ما استجد له من إعاقة، كما أنه يستعيد وإلى حد ما قدرته على ممارسة هذا النوع من الرياضة في منافساته سواء كان ذلك مع المعاقين أو الأصحاء.

ومن أمثلة ما سبق المعاقون ببتير الأطراف ففي مسابقات كالسباحة نجد أنهم يمارسونها بسهولة وخاصة في حالات الإعاقة ببتير فوق أو تحت الركبة سواء كان ذلك في مسابقات السباحة القصيرة أو الطويلة ، وكذلك في مسابقات الغطس من السلم المتحرك في حالة بتر أحد الأطراف العليا أو السفلى كما نشاهد ذلك في ممارستهم لرياضة التزلج على الجليد في بلدان مثل النمسا وفرنلندا وفرنسا والمانيا، ولكن بشرط تمكنهم من هذه الرياضة قبل الإصابة فيمكنهم استعادة المهارة اللازمة للأداء بعد البتر. وما سبق ينطبق أيضاً على ممارسة رياضة الجولف والفروسية مع بتر الأطراف السفلى أو بعد الإصابة بشلل الأطفال. كما يجب الاهتمام برياضة المشي للمكفوفين لاستعادة توازنهم الفسيولوجي السليم مع فقد حاسة البصر. كما تطور الاهتمام العالمى بمنظمات رعاية المعاقين الرياضية وتنظيم المسابقات بين أكبر عدد منهم، فنجد أن الأهتمام بنوادي المعاقين قد بدأ في المانيا بنادي الصم (1888م) وقد مارسوا فيه أنواعاً مختلفة من الرياضة البدنية، وزاد الأهتمام برياضة المعاقين ببتير الأطراف والمكفوفين خلال وبعد الحرب العالمية الأولى. وفي انجلترا نشأ نادي المعاقين عام

(1922م) الذى نظم العديد من المسابقات الرياضية السنوية في مستشفى ستوك مانديفيل و خاصة مسابقات المعاقين بالبتير و الشلل بأنواعه، كما تعلم المعاقون في الأطراف العليا قيادة السيارات والرسم بالأطراف السفلى كما أن هناك الجمعية البريطانية للاعبى الجولف المعاقين ببتير أحد الأطراف العليا التى تأسست عام (1932م) ، وتلتها الجمعية الأمريكية للاعبى الجولف المعاقين بالبتير.(أسامة رياض 2000م ، ص؛ 29-30).

3-2 اللعب:

(مصطفى السليح محمد 2007م، ص11) يعتبر اللعب ظاهرة اجتماعية نشأت منذ القدم وهو وسيلة للتربية البدنية والاجتماعية والنفسية ووسيلة للرياضة وعنصر مشوق لثقافة الشعب ودائماً يكون هادفاً ويتميز بتنوع الأهداف والأعمال الدافعة للقيام به ولقد عبر التاريخ منذ افلاطون حتى يومنا هذا على أن هنالك إجماع على أهمية اللعب بالنسبة للطفل كوسيلة للتسلية والتعلم.

اللعب والدراسات الحديثة:

أظهرت الدراسات الحديثة في ميدان الطفولة أن للعب إسهامات واضحة في نمو الأطفال وبناء شخصياتهم ولقد أدرك العلماء أهمية اللعب في تنشئة الأطفال وتعليمهم ونمو شخصياتهم وسنذكر نموذجين اتفقا على أهمية اللعب لدى الطفل.

- النظرية الكونية توضح أن اللعب أحد متطلبات النمو فكل نوع من اللعب يرتبط ارتباطاً وثيقاً بمرحلة معينة من مراحل النمو.

- ونظرية التحليل النفسي توضح أنه وسيلة للتفيس وتخفيف التوتر الناتج عن فشل الفرد في تخفيف رغباته.

وبعد ذلك نشطت الدراسات حول هذا الموضوع لتخلص إلى أنه ثمة علاقة قوية بين اللعب ومظاهر النمو الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي بل ولقد وصلت إلى نتائج أقوى من ذلك، حيث أوضحت أهميته في كثير من سمات الشخصية وتعديل سلوك الأطفال. (المرجع السابق 16-17).

مفهوم اللعب:

ويرى (محمد متولي رمضان 2003 م ، ص 228) أن اللعب والطفولة وجهان لعملة واحدة فالأطفال يقضون معظم أوقاتهم في اللعب في البيت والمدرسة والشارع وجميع الثقافات المختلفة بالرغم من التباين فيما بينها احتوت على اللعب، واللعب وسيلة يستطيع الأفراد من خلالها تعلم البيئة من حولهم وإقامة علاقات مع الآخرين وصقل مهاراتهم لتأكيد وجودهم وتطوير نجاحاتهم في مجالات الحياة من خلاله، وكما ذكر (fagen`1981) (أن اللعب مصدر للتجديد و الابتكار، واللعب وسيلة للطفل لإدراك العالم المحيط به ووسيلة لاستكشاف ذاته وقدراته المتنامية، وأداة دافقة للنمو ووسيلة للتحرك من التمرکز حول الذات، ووسيلة تعلم فعّالة تنمي المهارات الحسية والحركية والاجتماعية واللغوية والمعرفية كافة، وهو كذلك ساحة لتفريغ الانفعالات).

3-2-1 تعريف اللعب:

يعرّف (ميلر 1994م) اللعب بأنه سلوك تناقض ظاهري، فهو أستكشاف لما هو مألوف ومران على ما أصبح تحت سيطرتنا بالفعل وسلوك اجتماعي غير محدد بنشاط نوعي مشترك أو ببناء اجتماعي وإدعاء لا يقصد به الخداع. وتعرّف الموسوعة البريطانية (1976م)(Britanica Encyclopida) اللعب بأنه أي نشاط تطوعي يتم من أجل السرور، إلا أن مثل هذا التعريف من الصعوبة بمكان تطبيقه على اللعب والأطفال، واعتبار سلوك اللعب لديهم سلوكاً ترويحاً فقط. وقدّم (فروبل (Frobel

تعريفًا للعب باعتباره وسيلةً يحافظ بها الطفل على خبرته حيث أن اللعب هو ميكانيزم موحد للخبرة، وهو أكثر أنشطة الطفل روحانية كما اعتبره أساس النمو الكلي المتكامل للطفل (karrby m1990).

ويعرّفه (بليقيس ومرعي 1987م) بأنه (نشاط حي وموجه يكون على شكل حركة أو عمل، ويمارس فردياً أو جماعياً، ويستغل طاقة الجسم الحركية والذهنية ويمتاز بالسرعة والخفة والارتباط بالدوافع الداخلية ولا يتعب صاحبه، وبه يتمثل الفرد المعلومات وتصبح جزءاً من حياته يهدف إلى الاستمتاع بها). ويرى (عدس ومصلح 1999م) بأنه (عبارة عن استغلال طاقة الجسم في جلب المتعة النفسية ولا يتم اللعب دون طاقة نفسية أو حركة جسمية، وهو السرعة والخفة في تناول الأشياء أو استعمالها والتصرف بها). فاللعب سلوك فطري وحيوي في حياة الطفل، ونشاط يوضح لنا طرق الطفل في التفكير والتدليل والاسترخاء والعمل والاختبار والإبداع (الشايحي 2002م).

وهناك تعاريف أخرى بأنه (نشاط وسلوك اجتماعي حركي نفسي موجه ذو مهارات فنية أو حركية يأتي به الطفل بنفسه أو بتوجيه من الآخرين فردياً أو جماعياً بحيث يجد فيه الطفل متعة وإشباعاً لرغباته وإثراءً لخبراته مستغلاً بذلك طاقاته الجسمية والحركية والعقلية، معبراً عن طريقته في التفكير والعمل والإبداع والاكتشاف).

3-2-2 أصل اللعب في القرآن الكريم:

وردت تصريفات لفظ (اللعب) في القرآن الكريم مرتبطةً بالعقيدة في معاني مؤداها: السخرية والهزل والهزاء الصادر من المكذبين لعقيدة التوحيد كسلوك مزاجي يناهض هذه العقيدة، وذلك في عهود الرسل والانبياء جميعاً، ولفظ اللعب ورد كذلك في آياتٍ بيناتٍ لتشير إلى سلوك الكافرين في التلهي بالحديث قطعاً للطريق والانشغال عن إتباع الهدى بأمر الدنيا وتعبيراً عن الفراغ الروحي الذي يصاحب الانشغال بالدنيا عن الآخرة. أما فيما يختص باللعب عند الأطفال والفتيان فقد جاء في محكم آيات الكتاب قوله تعالى: (قالوا يا أبانا مالك لا تأمناً على يوسف وإنا له لناصحون أرسله معنا غداً يرتع ويلعب وإنا له لحافظون) سورة يوسف (11-12).

وفي تفسير سورة (يوسف) عليه السلام تسابقوا ورموا بالسهام وهذا هو مذهب الأطفال والفتيان في اللعب كما تبينه الآيات، وهو إقرار باللعب دون كبير تفضيل كما في جواب إخوة يوسف لأبيهم يعقوب عليهم السلام وهو تفصيل وجيز لما مارسوه من اللعب ويعتبر مثلاً حصرياً لأنواع اللعب فقد قالوا: (قالوا يا أبانا إنا ذهبنا نستيق وتركنا يوسف عند متاعنا) (17).

يستنتج من الآيات الكريمة الآتي:

- 1- أن اللعب سلوك طبيعي عند الفتيان والأطفال.
- 2- أن اللعب سلوك حضاري لا يرتبط بزمن معين أو حضارة بعينها.
- 3- أن اللعب يتناسب مع مستوى النمو والعمر، فسيدنا يوسف عليه السلام (يرتع ويلعب) أي يستمتع بأكل الفاكهة والطعام ويستمتع بمراقبة اخوانه أثناء لعبهم، وهذا ما يستطيعه من المشاركة في لعبهم، فهو صغير لا يقوى على المشاركة في لعب اخوانه الذين يكبرونه أما لعب اخوانه فهو التسابق (انا ذهبنا نستبق....) وهذا ما يتناسب معهم.
- 4- أن اللعب مظهر عام ومن هذا المظهر ما يؤدي إلى القوة والمسابقة أو التسابق وهو مظهر خاص برياضة البدن.
- 5- تشير الآيات إلى نوع من ألعاب المشاركة الانفعالية في موقف سيدنا يوسف عليه السلام من ذلك اللعب.
- كما تبين أن لعب سيدنا يوسف عليه السلام لعب فردي حيث تركه إخوته عند متاعهم (أغراضهم وملابسهم).
- 6- تسوق الآيات كما في الاستنتاجات السابقة حكماً بمشروعية اللعب غير أنه من غير المقصود الدراسة عن مشروعية اللعب ضمن أحكام هذه الآيات الكريمة بقدر ما يحمل هذه الآيات بما لم ترم إليه.

3-2-3 اللعب في السنة المطهرة:

فقد قال رسول الله عليه وسلم من كان له صبي فليتصابى له (ابن عساكر عن معاوية وقال غريب جدا) قال المناوي (209/6) ، والحسيني في البيان والتعريف (228/2) : فيه محمد بن عاصم قال الذهبي في الضعفاء مجهول بيض له أبو حاتم. الكتاب : جمع الجوامع أو الجامع الكبير للسيوطي

وهو أرشاد للوالد بالتعامل مع ابنه بما يسره ويبدو له، لا بما يضيق عليه ويضره، إذ ليس في وسع الصبي الطفل يرتفع ويرتقي بسلوكه إلى سلوك الأب. أما الأب فيقدر على أن يتصابى لولده ولم تسمح طبيعة العقيدة الإسلامية بعزل اللعب عن الجد بل جعلتهما صنوان يكمل أحدهما الآخر ليثبتا في

شخصية النشء المسلم، فأكبر الناس فهماً للوحي من أوحى به إليه هو صلى الله عليه وسلم، فلم يورد خطبةً أو توجيهاً مباشراً مفصلاً عن شكل اللعب ولكنه لم يترك حدثاً أو مناسبةً أو فعلاً له علاقة باللعب إلا وسن فيه سنته الحسنة.

(فقد مر عليه الصلاة والسلام في يوم عيد بصبية يلعبون ووجد بجانبهم طفلاً لا يشاركهم في لعبهم وعليه أثر الحزن، فدنا منه وسأله عن أمره فأجابته بأنه يتيم وأن أمه انشغلت عنه بزواج آخر، وليس له ما يعوله وهذا سبب عزلته وحزنه، فسرى عنه عليه الصلاة والسلام وقال له (ألا ترضى ان يكون محمداً لك أباً وعائشة لك أمّاً، وفاطمة الزهراء لك أختاً، وكساه فمضى الولد فرحاً مسروراً وتربى بين سيد آباء وأجل الأمهات وخير الأخوان). وإن كان سلوكه عليه الصلاة والسلام نبوياً في كفالة اليتيم إلا أنها كانت استجابة لموقف هذا الصبي الحزين وعدم قدرته على مشاركة أترابه في لعبهم فكان علاجه عليه الصلاة والسلام للموقف علاجاً كلياً لأسباب المشكلة ذاتها والتي تتمثل في إيجاد الجوء النفسي التربوي الذي يحتاجه الطفل. وقد أحل رسول الله صلى الله عليه وسلم اللعب وكل لهو مالم يكن يخالطه حرام، وكل ما اعتاد عليه الناس في غير معصية.

3-2-4 سمات اللعب:

- 1- اللعب حر لا إجبار فيه.
- 2- يمتاز اللعب بالسرعة والخفة.
- 3- من يمارسه لا يتعب.
- 4- اللعب استغلال للطاقة الذهنية.
- 5- اللعب استغلال للطاقة الحركية.
- 6- اللعب مستقل.
- 7- يشتمل اللعب على الثقة والتسلية.
- 8- اللعب عملية تمثيل.
- 9- اللعب نشاط فردي أو زوجي.
- 10- اللعب حياة.
- 11- دافع اللعب الاستمتاع. (محمد متولي، رمضان مسعد بدوي، 2003م، ص20)

3-2-5 أهمية اللعب:

- 1- اللعب نشاط طبيعي يدفع الأفراد إلى الميل لمزاولته.
- 2- اللعب نشاط طبيعي يدفع الفرد إلى أن يحقق لنفسه لذة اللعب والمرح والسرور.
- 3- اللعب نشاط طبيعي عن طريقه يعبر الفرد عن ذاته.
- 4- اللعب نشاط طبيعي من خلاله يدفع الأفراد إلى ممارسة الأنشطة الحركية.
- 5- يخلق اللعب لدى الأفراد الشعور بالسرور ويصاحب ذلك الاهتمام بالعمل المكلف له والتفاني فيه.
- 6- اللعب الطبيعي يشبع الحاجات الأولية للأفراد وذلك من خلال اكتسابهم للخبرات المختلفة والمواقف المتشابهة.
- 7- اللعب نشاط طبيعي عن طريقه يمكن الأفراد الاستفادة من الطاقة الزائدة.
- 8- اللعب نشاط طبيعي عن طريقه يكتسب الفرد خصائص الشخصية المشاركة.
- 9- يساعد اللعب ذو التنظيم الجيد على تنمية الجسم تنمية سليمة بالإضافة إلى تحسين الصحة.
- 10- يساعد اللعب المنظم على النمو العقلي وإتاحة الفرصة لبناء العلاقات الاجتماعية. (مصطفى السائح محمد، 2007م، ص22).

3-2-6 وظائف اللعب:

إن طبيعية اللعب أن يكون له وظائف هذه الوظائف ترتبط ارتباطاً كلياً ببناء الشخصية والحاجات التي تكمل بفعالية، نذكر منها الوظائف التالية:

- 1- اللعب يشبع حاجات وميول الطفل من الحركة.
- 2- اللعب يعمل على تطوير حواس الأطفال مما يساعدهم على استخدامها في المواقف المختلفة.
- 3- اللعب يساعد الأطفال على الانتباه والتركيز.
- 4- اللعب يساعد الأطفال على استثمار أوقات الفراغ.
- 5- اللعب يضيء على نفوس الأطفال الشعور بالسرور.
- 6- اللعب يكسب الأطفال الثقة بالنفس.
- 7- اللعب يكسب الأطفال السلوك الإيجابي في العمل الجماعي.

8- اللعب يكسب الأطفال الاحترام المتبادل.

9- اللعب ينمي داخل الأطفال الحرص على ممتلكاتهم الخاصة.

10- اللعب يساعد في معالجة بعض الاضطرابات النفسية للأطفال الانطوائيين. (المرجع السابق . ص22-23).

3-2-7 أنواع الألعاب:

وقد قام (جوتس موتث) بتقسيم الألعاب عامةً طبقاً لنوع النشاط الذي يقوم به الفرد إلى

1- ألعاب هادئة (غير حركية).

2- ألعاب حركية.

فالألعاب الهادئة هي تلك الألعاب التي تتميز بقلّة المتطلبات الحركية أو عدمها ، ومن أمثلتها ألعاب الانتباه والملاحظة والتصوير و التفكير وحل الألغاز، وكذلك مختلف ألعاب الطاولة والورق وما إلى ذلك.

أما الألعاب الحركية فهي تشمل الأنشطة الرياضية كما يلي:

1- الألعاب الصغيرة (ألعاب الغناء - الجري - الكرات - القوة والرشاقة -تدريب الحواس - الخلاء -في الماء).

2- الألعاب الرياضية الكبيرة. (محمد حسن علاوي 1967م، ص22_23).

3-2-8 اللعب ومراحل نمو الطفل:

يمر اللعب بمراحل تطور تتفق مع مراحل نمو الطفل ونضجه الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي حيث يرى (بياجيه) أن الألعاب تتغير شيئاً فشيئاً بحكم تطورها من الداخل لتصبح بناءً مكيفاً يستلزم البناء العقلي باستمرار (الحيلة 2003م). وبناءً على ذلك يمكن تصنيف اللعب إلى:

- 1- اللعب الحسي حركي.
- 2- اللعب بالرمي.
- 3- اللعب الإبهامي.
- 4- اللعب النشائي.
- 5- اللعب الاجتماعي.

1- اللعب الحسي حركي:

أورده (التركي 2003 م) يظهر هذا اللعب في مرحلة المهد ويعتمد علي الحركات العضلية من خلال تكرار الجسدية واكتشاف الحواس ويذكر "ميلر 1994م" أن هذا النوع من اللعب يبدأ في الشهر الثالث من العمر حيث يقوم الطفل بالنظر إلى الأشياء ويبتسم لها وذلك إذا أحسن الوالدان اختيار أدوات اللعب التي يتم تعليقها علي سرير الطفل ووضعها في مكان يتيسر عليه رؤيتها وسماع الأصوات التي تصدر عنها ويستمر هذا النوع من اللعب حتى السنين وفيه يتدرب الطفل من خلال اللعب على استخدام جسمه والأدوات المحيطة به ويكتشف البيئة من حوله باستخدام الحواس والمحاولة والخطأ وهذا النوع من اللعب له دور كبير في تطوير الخيال والإبداع حيث أن الطفل تترك حرية تفسير المعلومة اليه كما يشاء وبأنه يتم بهذا النوع من اللعب (العناني 2002 م) وبأنه الشكل الأولي للعب حيث تعني القواعد المنظمة للعب فيه كما أنه ذو علاقة بميل الطفل ورغبته، فالطفل يلعب كلما رغب في اللعب ويتوقف عنه حينما يفقد اهتمامه به.

2- اللعب بالرمي:

وهي الألعاب التي تسود الفترة العمرية من السنة الأولى وحتى سن ما قبل المدرسة وهذا النمو من اللعب يعتبر مكملاً للعب الاستكشاف فيتابع الطفل عمليات الاستكشاف الفردي لكل مايقع عليه بصره وتصل إليه يده من رمي الألعاب حيث يتعرف الطفل على الرمي والألعاب وكأنها أشياء قادرة على الكلام والأحاسيس والحركة حتى يبلغ سنتين أو ثلاث سنوات ثم يبدأ اهتمام الطفل بالرمي والألعاب الجامدة الفردية يقل تدريجياً مع التقدم في السن (1999م) وهذا النوع من اللعب يشكل دراماً يستخدم الطفل فيه عقله لكن دون أن يستخدم جسمه بنفس الدرجة والطفل أثناء هذا النوع من اللعب يميل نحو الهدوء مع ثبات الجسم حيث تربو الحياة في الأشياء التي يلعب بها أكثرها في الطفل ذاته ومن

الأمثلة عليه: اللعب بالعرائس ومحادثتها وتقبيلها وضربها ويظهر هذا اللعب غالباً لدى الأطفال في عمر أقل من ثلاث سنوات (الخولدة 2003م).

3- اللعب الإلهامي:

وهي المرحلة الثالثة في نمو اللعب ويُظهر الطفل في هذا النوع من اللعب قدراته العضلية الابتكارية والاجتماعية فيلعب بعالم الكبار ويستعرض الواقع بموقف خيالي تتسع فيه رغباته الشخصية وأمنيته (Takhvar Smith 1990م) وفي هذا النوع من اللعب يتعامل الطفل مع المواد أو المواقف كما لو أنها تحمل خصائص أكثر مما تتصف به في الواقع "الحيلة 2004م" وقد ذكر بياجيه أن اللعب الإلهامي عبارة عن وسيلة مواصلات رمزية تخضع الأشياء لنشاط الأطفال بدون قواعد أو حدود فهو عملية تمثيل (Singer & Singer 1990) وهو يرى أن الطفل يكرر الأفعال التي تتبع بعضها بعضاً بأسلوب يكاد يكون موحداً إلا أن هذا التكرار ربما تسبب في حدوث نتائج غير متوقعة عن طريق الصدفة وتصبح نتائج هذا التكرار تقديرية بصورة متزايدة (ميالر 1994م) ويرى بياجيه أن طفل ما قبل المدرسة يمر في مرحلة ما قبل العمليات وهي مرحلة تتسم بالتفكير الرمزي والطفل في لعبه يستخدم شيئاً ليمثل آخر أو يرمز إليه ومن الأمثلة على ذلك قيام الطفل بتحريك مجموعة من اللبؤ وكائها قطار أو استخدام عصا وكائها بندقية ويعتمد اللعب الإلهامي بشكل كبير على فعل المحاكاة وتشتمل العديد من أنواع السلوك بما في ذلك الإبداع الفني "العنانى 2002م" وهنا ينزع الأطفال إلى تمثيل أدوار عديدة مستمدة من واقعهم مثل: لعبة رجال الشرطة وبناء بيوت وهم في تمثيلهم هذا يظهرون الكثير من الدقة في التمثيل ولكنهم في الوقت ذاته يصبغون أبعاداً عليها من خلقهم وإبداعهم ويظهر بوضوح في ألعابهم ويصبحون بالتدرج بجانب ذلك أكثر اهتماماً بالتفصيل وأكثر ارتباطاً بالواقع أثناء التمثيل وتتضح الألعاب الدرامية الواقعية في النشاط المنظم للتمثيل في المدارس وفيما يقوم به الأطفال من مسرحيات "العنانى 2002م".

4- اللعب الإنشائي:

وهذا النوع من اللعب يهيء الطفل للانشطة الابتكارية فهو قادر في هذه المرحلة على الاستمرار لمدة أطول في اللعب والتركيز لمدته أطول كذلك ويستطيع أن يخطط للعبة، ويتطور اللعب الإنشائي من مجرد تناول الأشياء وتفحصها فقط إلى تشكيلها ويدرك الطفل نفسه من خلال عمليات التشكيل هذه كمبتكر، وقد عرف "جونسون 1987 م" اللعب الإنشائي بأنه باستخدام الخامات مثل المكعبات لبناء شيء ما وعرفه (روجرز سأوبريز 19920 م) انه استخدام خامات اللعب (مكعبات) صلصال، أوراق، لابتكار شيء ما ويظل موجوداً حتى بعد انتهاء الطفل من اللعب وتصنف صادق (1989م) اللعب الإنشائي بناءً على الخامات التي يستخدمها فهي في غياب التعليمات التي توجه للطفل إما خامات تقاربية لاتسمح للطفل لإبانتاج واحد كما في القطع المجزأة، وإما خامات تباعدية تسمح للطفل بقدر أكبر من الحرية في العمل (ورق، قطع قماش، اساوير، صمغ)

5- اللعب الاجتماعي:

ويظهر هذا النمط من اللعب بعد سن السادسة من عمر الطفل كما ويتخذ شكل الألعاب الجماعية التي يشارك فيها الطفل أقرانه في الألعاب الرياضية والمباريات والتمثيل والهوايات ويستمر هذا النمط من اللعب حتى نهاية مرحلة الطفولة وقبل مرحلة البلوغ (القوشتي 2002م) وكلما تقدم الطفل في العمر يكن أكثر قدرة على التعاون مع غيره من الأطفال، كما ويزداد حجم الجماعة مع حجم التقدم ومن الجدير بالذكر ان اللعب الاجتماعي يتأثر كماً وكيفاً بالعادات والتقاليد والمكان الذي يعيش فيه الطفل (الحيلة 2003م).

3-2-9 شروط الألعاب:

- 1- اختيار ألعاب لها أهداف تربوية محددة وفي نفس الوقت مثيرة وممتعة.
- 2- أن تكون قواعد اللعبة سهلةً وواضحةً وغير معقدة.
- 3- أن تكون اللعبة مناسبةً لخبرات وقدرات وميول التلامي.
- 4- أن يكون دور التلميذ واضحاً ومحدداً في اللعبة.
- 5- أن تكون اللعبة من بيئته.
- 6- أن يشعر التلميذ بالحرية والاستقلالية في اللعب. (ربيع هادي مثنان 2008م، ص42).

3-2-10 أهمية اللعب في نمو الطفل:

تكمن أهمية اللعب من الناحيتين النفسية والتربوية، فالأهمية النفسية تنبع من تفريغ الانفعالات لدى الطفل في حين تنبع الأهمية التربوية من تزايد مستوى معارفه وخبراته وتشكل شخصية الطفل في التفاعل النشط من خلال ما يقوم به من ألوان النشاط المختلفة في نطاق التفاعل مع البيئة المحيطة حيث يكشف عن أهدافه ودوافعه. وتتكون لدى الطفل ميول وقدرات وخصال جديدة تعزز وتدعم معارفه وخبراته السابقة من خلال أدائه وأفعاله، حيث يشكل اللعب نشاطاً أساسياً لمراحل نمو الطفل فهو من الجهة النفسية التربوية. الأداة الرئيسة لدراسة الطفل ومعرفة شخصيته، وما يواجهه من مشكلات وتنظيم تعلم الطفل وترويضه والتعبير عن ذاته وعمّا يقاسيه من حرمان وكبت (الخولدة 2003م). ويمكن القول أن اللعب يسهم في النمو المعرفي والاجتماعي والانفعالي والحس الحركي والنمو الجمالي للطفل من خلال الأنشطة والممارسات والألعاب المختلفة التي يتضمنها، كما أنه يؤثر في الناحية النفسية والتربوية لطفل ما قبل المدرسة بشكل خاص، وفيما يلي عرض لتأثير اللعب على مظاهر النمو المختلفة:

1- اللعب والنمو العقلي:

للعلم دور بارز في النمو العقلي للأطفال، حيث يسهم في تخفيف العبء عن الأهل بشرح النقاط المهمة والصعبة في الحياة، وبتدخل بسيط من الأهل، وفي الوقت المناسب قد ينمو لديه مفهوم معين يعينه على الاندماج في المجتمع بطريقة أفضل وأسهل، كما يسهم في إعطاء الطفل الفرصة في تجربة واختيار عدد من الاحتمالات والمواقف ويسهم اللعب من خلال الصور المنقطة والمتاهات والمكعبات في النمو العقلي للطفل وإكسابه المعلومات الجديدة ويمكنه من تصنيف الأشياء وفقاً لخاصية معينة مثل: الشكل، اللون، الحجم، الطول، والوزن. واستخدام المتاهات والالغاز للوصول إلى النتيجة المطلوبة كما يسهم في تطوير مهارات التفكير المنطقي، حيث تنمو قدرة الطفل على تنظيم الأشياء في تتابع وتسلسل يعتمد على التذكر أو استرجاع الصورة الأصلية في المخيلة. ويستفيد الطفل من اللعب بالألعاب العقلية من خلال تكوينه لعدة مفاهيم ضرورية لحياته العملية المستقبلية، منها مفاهيم الأشكال والأحجام والعدد والترتيب والمكان والتسلسل ومفاهيم التشابه والعلاقات المكانية (قناوي 1993 (العناتي 2002).

ويشير (السيد 2003م) إلى أن اللعب كثيراً ما يكون مزيجاً من الواقع والخيال، يتخيل فيه الطفل ويستحدث أفكاراً أو موضوعات وخبرات وأسئلة وافتراضات وأشياء جديدة وغير مألوفة، وهنا يكون اللعب هو الابتكار. وهكذا نجد أن اللعب نشاط رئيسي تنمو من خلاله الجوانب العقلية المختلفة

ويكتسب من خلاله الطفل العديد من الخبرات بطريقة تلقائية ذات قيمة تربوية عظيمة، فهي تنمي الاستطلاع والشغف والفاعلية والتزود بانطباعات عديدة عن العالم المحيط به.

2- اللعب والنمو الحركي:

تكثر الألعاب الحركية التي يستمتع بها الأطفال، وتقدم لهم الكثير من الفائدة للعضلات الكبيرة والدقيقة والتي تسهم في نموهم من حيث شكل أجسامهم وأحجامهم في وقت تننمى فيه عضلاتهم بسرعة كما أن لعب الأطفال الذي يحتاج إلى استخدام عضلات الجسم يكشف للطفل قدراته الكامنة في الحركات المختلفة، ويجرب نفسه في البيئة المحيطة به التي تغريه بالحركة والاندفاع والإحساس بوجوده والمقدرة على مسايرة الآخرين (الخولدة 2003 م). وقد أظهرت الدراسات التي أجريت حول نمو الأطفال أن نمو العضلات ومهارات الجسم الحركية والحواس المختلفة تلعب دوراً مهماً في عملية تطوير الطفل ونموه وأثبتت الدراسات أيضاً أن اللعب بأشكاله المختلفة يعتبر عنصراً مهماً لنمو العضلات وتطويرها وتؤدي الألعاب الوظيفية (الحس حركية) نتائج أفضل بكثير من الدروس الرياضية التقليدية، فالجري والقفز والحركات الإيقاعية كلها تروض جسم الإنسان وتشكل عاملاً تطورياً ضرورياً لأعضاء الجسم المكتملة النضوح، أو تلك غير المكتملة (عبدالهادي، 2004م). ومما لا شك فيه أنه إذا ما تم اللعب تحت إشراف الكبار أو إذا طبق بطريقة صحيحة في مناهج رياض الأطفال فإنه يسهم في تشجيع الأطفال على اكتشاف قدراتهم ويسمح باكتشاف البيئة الخارجية المحيطة بهم وسيكون له أكبر الأثر في تطوير عضلاتهم وقدراتهم الجسمية التي ستعطي الدافع الكبير للنمو السليم (التركيت 2003م). ويمكن ان نلخص أهمية اللعب الحركي في عملية نمو الطفل بأنه ينمي الجسم ويطوره ويزيد الثقة بأداء الجسم، وزيادة التوازن والسيطرة على الجسم بحركاته واختبار بعض العضلات عند القيام بالحركات الصعبة ويزيد القدرة على الاعتماد على النفس في أداء العمل.

3- اللعب والنمو الاجتماعي:

للعب دور كبير في دمج الطفل مع الآخرين وتكوين حس اجتماعي ضروري للأفراد الذين يحبون الحياة الاجتماعية الطبيعية والاختلاط بالجماعة. فمن خلال اللعب الاجتماعي نستطيع تعريف الطفل بمشاعر الآخرين وانفعالاتهم وعواطفهم والطفل الذي يندمج في الألعاب الاجتماعية يراقب ويتعلم ممن حوله. فيراقب أصواتهم وملامحهم، وحركاتهم فيدرك متى يكون أداؤه مقبولاً أو غير مقبول (التركيت 2003م). وتكمن أهمية اللعب في تحديد الطفل من التركيز حول ذاته والابتعاد عن الأنانية حتى يكون أكثر ليونة في التفاعل مع الآخرين، وتقبل أفكارهم وآرائهم وانفعالاتهم التي تدور حوله. واللعب الاجتماعي له فوائد التي لا يمكن إغفالها لما لها من تأثير كبير في تنمية الشخصية السوية لدى

الأطفال. فباللعب الاجتماعي نستطيع ان نؤكد على الكثير من العادات المهمة والمطلوبة للتعايش مع الآخرين. والتنافس مع الآخرين والميول ومعرفة اهتمام كل طفل على حدة ومحاولة تلبية رغباته بقدر المستطاع والقيم التي يتميز بها كل المجتمع، وكيف يتم تدريب الطفل على المحافظة عليها من خلال اللعب واستخدام التعليم والنصح غير المباشر لتطبيع الطفل اجتماعياً وتعليمه مهارات التعامل السليم والتعاطف والمشاركة الاجتماعية (نيومان 2003م ص 30). ويرى العيسوي (1998م) ان للعب دوراً كبيراً في صيانة العادات والتقاليد الاجتماعية وتخليدها بنقلها عبر الأجيال كما الألعاب القصصية والأغاني، فإن لكل شعب مجموعة من الأساطير والقصص والأغاني التي تتمثل وتتجسد فيها عاداته وتقاليدته ونظمه الاجتماعية فيرددتها الأطفال في ألعابهم وترسخ لديهم. وهناك الكثير من الألعاب الاجتماعية التي تسهم في بناء شخصية الطفل الذي يندمج مع أفراد المجموعة بدون ضغوط خارجية، ومنها:

- اللعب الإبهامي أو تقليد الأدوار.
- الرسم والتلوين والتصوير الفوتوغرافي.
- الرحلات والنزهات وعمليات الاستكشاف القصيرة.
- الجري والمطاردة والغميضة.
- لعبه شد الحبل ولعبة خروف مسلسل (الخلودة 2003م).

4-اللعب والنمو الحسي:

غالباً ما يكون هو الطريق الأمثل لتوصيل المعلومات للأطفال، يبدأ الطفل الصغير في مراحل حياته الأولى باستكشاف العالم المحيط به عن طريق النظر والشم والتذوق وقد قسمت (ميلر 1994م) لعب الأطفال إلى:

- اللعب به حركات غير هادفة.
- أنشطة فجائية غير هادفة أو ذات أهداف غير واضحة.
- أنشطة متكررة إجبارية تشمل ممارسات غير تلقائية وحركات هادفة كالمشي والتسلق والحركة.

وكلما زاد عمر الطفل يبدأ باللعب باستخدام حواسه أكثر. فهو يستكشف أجزاء جسمه، ويبدأ بوضع أصابع رجليه في فمه أو يلعب بالتمايل على جنبه والنقاط الأشياء. ويبدأ الطفل بالتقليل من استخدام الحواس عندما يصل الى سن السادسة تقريباً. فهو يكتفي بالنظر الى الأشياء للتعرف على إذا ما كان

هذا الشيء جديداً تماماً عليه أم لا. ويحتاج إلى تمعن وإمساك وتفحص حتى يستوعب الطفل المعلومات المرتبطة به.

ومن الألعاب التي تنمي الجانب الحسي لدى الطفل:

- اللعب بالماء والرمل.
- لعبة الساعة.
- اللعب بالآلات الموسيقية.
- لعبة التميز باللمس والتذوق والشم.
- الرسم والتلوين (عبد الهادي 2004م).

5- اللعب والنمو الجمالي:

من الأشياء المهمة التي ينميها اللعب هو الناحية الجمالية لدى الطفل وتذوقه الجمالي. فمن خلال اللعب التربوي والترفيهي الهادف والمدرّس ينمو الطفل على التذوق الجمالي ومعرفة نواحي الجمال ومكانه في أي لعبة يلعبها. ومن النواحي الجمالية التي يسهم اللعب في تطويرها السماح للآخرين بالمشاركة في ألعابهم الخاصة. وانتظار الدور دون الإحساس بالملل، والتعاون، ووقت الاستماع بالإضافة إلى العديد من المهارات منها العزف على آلة موسيقية وتعلم نشيدة شعبية، وتعلم لعبة جديدة، والرسم والتلوين (التركيت 2003م).

6- اللعب والنمو الانفعالي:

يبدأ تطور البناء النفسي لشخصية الطفل من خلال الاحتكاك المباشر بينه وبين بيئته الخارجية، ومن خلال اللعب يحتك الطفل بالبيئة الخارجية مما يساعده على التعبير عن انفعالاته وإشباع العديد من الحاجات النفسية لديه، وبالتالي تقل الإحباطات التي يعيشها في المواقف المختلفة (عثمان 1998م). فاللعب بالنسبة للطفل صمام الأمان لعواطفه وانفعالاته وهو أفضل وسيلة للتعبير الواضح يشعر به (عدس ومصالح 1999 م) حيث إن هناك علاقة بين اللعب والتفريغ الانفعالي، فاللعب هو الآلية التي يلجأ إليها الطفل للتخلص من التوترات والقلق (عبد الهادي 2004م). ومما سبق يتضح ما للعب من أهمية لتحقيق متطلبات النمو في المرحل العمرية المختلفة فهو يلعب دوراً إيجابياً فاعلاً ومؤثراً في

بناء الشخصية المتوازنة للطفل، فنجده يسهم في بناء الجانب الجسمي والعقلي والاجتماعي والنفسي للطفل (نهاد صالح الهذيلي 2005م. ص 32).

3-2-11 اللعب والنمو التطوري للطفل:

أورد (أبو خالد 2009م، ص 1) تعتبر اللعبة جزءاً مهماً من عالم الأطفال والطفل ذو الاحتياجات الخاصة هو الأكثر احتياجاً إلى لعبة تنمي قدراته الذهنية والبدنية فهذا الطفل قد تحرمه ظروفه من ممارسة الأعمال البدنية التي يمارسها أقرانه لذلك علينا أن نختار له اللعبة التي تناسبه حتى لا يشعر بأي نقص عن أقرانه وهو الطريق الأمثل للتفكير الصحيح وسلامة البدن والعقل والثقة بالنفس ومواجهة مصاعب الحياة في المستقبل. وهو أيضاً من المتع الأساسية، فالأطفال المحرومون من اللعب هم في الحقيقة أطفال بلا طفولة، وهذا ما يؤكد علماء النفس والتربية.

3-2-12 اللعب والإبداع:

اللعب فيه إعلاء لوسائل إشباع الدوافع النفسية ففيه تخرج الرغبات اللاشعورية في نشاطات مقبولة اجتماعياً وهو السبيل لبناء شخصية متكاملة للإنسان لذا يعتبر كأسلوب تربوي تعليمي يهدف لاستثمار بعيد المدى لطاقة الإنسان، لذا يذهب بعض العلماء المهتمين بدراسة الطفولة إلى أنه من المقيد للفرد أن يكون عمله هو هوايته وأن تكون هوايته هي عمله. بمعنى أن الهواية التي هي صورة مطورة للعب ينبغي أن تكون مصدراً للكسب والعائد المادي فهذا يؤدي إلى تطوير هذه الهواية، وتعتبر السنوات الأولى من حياة الطفل وخاصة أثناء وجوده في المدرسة الابتدائية والتي أصبحت جزءاً من تنظيم بنية التربية في بعض دول العالم، وأصبحت أيضاً تمثل جزءاً من برنامج التعليم المستمر. فاللعب هو النشاط النفسي للأطفال وهو وسيلتهم الأصلية في الحصول على المعرفة سواء كانت هذه المعرفة متعلقةً بالعالم الخارجي وبيئتهم التي يعيشون فيها طريقة يكتشفون بها أشياء جديدة غير مألوفاً من قبل وينمون فيهم دافع حب الاستطلاع أو غير متعلقةً بالعالم الخارجي (شواهين خير 2007م ، ص17).

3-2-13 نظريات اللعب:

سعت الكثير من النظريات إلى تفسير اللعب والنشاطات المرتبطة به، وسيقدم الباحث باختصار هذه النظريات:

1-النظرية المعرفية:

يظهر الاهتمام بدراسة اللعب وتفسيره من خلال رواد هذه المدرسة من أمثال بياجيه، وبروير وعلى النحو الآتي:

-تفسير بياجيه للعب: اهتم بدراسة العقل ومراحل نموه وارتبطت نظريته في اللعب بتعريفه للذكاء إذ يعرفه بأنه تنظيم الواقع على مستوى الفعل أو الفكر بلا مجرد نسخة ولكي تتم عملية تكييف الطفل مع المحيط الطبيعي والاجتماعي والتي تتم بطريقة تدريجية يسلم بياجيه بوجود بعلمتين أساسيتين هما: الاستيعاب (التمثل) والتلاؤم، واللعب من وجهة نظره يساعد على عملية النمو العقلي للطفل.

-تفسير برونر: يؤكد برونر أن اللعب يمثل العمل الجاد الذي يقوم به الإنسان لتحقيق نمو متكامل ومتوازن وهو العمل الأهم للطفل لتطوير معارفه ومفاهيمه وهو أيضاً أداة النمو لدى الطفل وبناء شخصيته الاجتماعية المتكاملة في مختلف مراحل نموه.

2-نظرية التحليل النفسي:

تشير إلى مجموعة من الفرضيات وضعها كل من (فرويد، واديكسون، وهورني). وتؤكد فرضيات فرويد القوى البايولوجية التي هي مستقبل الكائن الإنساني، ومن بين هذه القوى الغريزة ويؤكد فرويد أهمية اللعب وعلاقته بالنشاط الخيالي للطفل، حيث يفترض أن السلوك الإنساني يقدره مدى السرور أو الألم الذي يرافقه أو يؤدي إليه، وعليه فإن الطفل يميل إلى خلق عالم من الوهم والخيال يمارس فيه خبراته الباعثة على السرور والمتعة دون خوف من تدخل الآخرين، ويعبر عن أمنياته وطموحاته من خلال اللعب.

3-نظرية الطاقة الزائدة:

تنسب هذه النظرية إلى سينسر الذي يرى أن اللعب يستثار لدى الطفل من خلال احتياجه إلى التخلص من الطاقة الزائدة لديه، ويرى أيضاً أن لعب الصغار هو تمثيل لحياة الكبار، والدافع وراءه يكمن في صرف الطاقة الزائدة للحفاظ على البقاء.

4-نظرية الإعداد للحياة:

يؤكد أنصار هذه النظرية ومنهم (Kari Gross) أن فترة الطفولة الطويلة للإنسان تساعد الطفل على التدريب من خلال اللعب على المهارات التي تلزمه في مرحلة الرشد وذلك من أجل تحقيق تكثيفه والمحافظة على بقاءه.

5-النظرية التلخيصية:

يعد (ستانلي) رائد هذه النظرية وملخصها إذ يرى أن اللعب هو تلخيصٌ لضرورة النشاطات المختلفة التي يمر بها الجنس البشري عبر القرون...، وعليه فإن الطفل يلخص في لعبه أدوار المدنية لتي مرت عليه بالرغم من ان هذه النظرية واجهت اعتراضات من قبل علماء الوراثة (138) محمد محمود الحيلة.

6-نظرية النمو الجسمي:

يرى (Cart) صاحب هذه النظرية أن اللعب يساعد في نمو الأعضاء لا سيما المخ والجهاز العصبي وبما أن اللعب يشتمل على حركات يسيطر على تنفيذها كثير من المراكز المخية إلا أن إثارة تلك المراكز المخية يتكون بفضلها تدريجياً ما يحتاج إليه من الألياف العصبية من الأغشية المخية. (محمد محمود الحيلة 2005 م، ص 72-74).

3-2-14 الفوائد الاجتماعية من ممارسة الرياضة والألعاب:

إن التطور الاجتماعي هدف كبير من أهداف التربية الرياضية للمعاقين. وإن تحسين المهارات الاجتماعية يحسن الفرص للتفاعل والقبول من قبل الزملاء. وفيما يلي ندرج بعض الفوائد الاجتماعية التي نحصل عليها من ممارسة الرياضة والألعاب:

- 1/ تساعد في النمو الاجتماعي والظهور كشخصية مقبولة.
- 2/ تساعد في نمو الخبرات الاجتماعية والتفاعل مع الآخرين.
- 3/ تسمح للأطفال المعاقين وزملائهم من معرفة قدراتهم.
- 4/ تتيح لهم الفرصة بالانضمام الإيجابي للفرق والتجمعات الرياضية.
- 5/ تساعد الأطفال المعاقين ليصبحوا أذكاء في الألعاب التي يمارسونها. (فريق كمونة 2002 م، ص 179).

3-2-15 مفهوم الألعاب الصغيرة:

هي عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم، ولا تحتاج إلى تعقيدات مهارية كبيرة حيث يمكن للقاء على تنفيذها تحديد بعض القوانين الخاصة لها وفقاً للهدف المراد تحقيقه. وقد تنمي لديه مهارة الاستكشاف وحل المشكلات الحركية. وتعتبر الألعاب الصغيرة وسيلة من الوسائل التي تساعد في قدرة الجسم بدنياً ومهارياً كما تساعد الفرد على أن يعمل عملاً مثمراً لصالح الجماعة كما تمتاز الألعاب الصغيرة بأنها تحتوي على عنصر المنافسة وهو عامل من عوامل إتقان الأداء المهاري والارتقاء بالمستوى البدني (أنور الخولي، 1994، ص 171).

ماهية الألعاب الصغيرة وتعريفها:

الألعاب الصغيرة هي مجموعة من الألعاب المتعددة الجوانب التي يؤديها فرد أو أكثر وتنقسم إلى مجموعات متجانسة تختلف كل مجموعة عن غيرها بالنسبة إلى تأثيرها التربوي والتعليمي وكذلك إلى طبيعة نشاطها. وسميت كذلك لأنها بسيطة من حيث القواعد والقوانين والشروط الموضوعية لها ومن حيث الأدوات المستخدمة وكذلك اعتمادها على مساحات صغيرة وملاعب محدودة ضيقة، ويقبل عليها الأفراد من الجنسين بمختلف أعمارهم ومراحلهم الدراسية بكل رغبة وحماس وتشويق. إذ أنها تتميز

بطابع المرح والسرور والتسلية والتنافس الموجه الشريف. وتهتم الألعاب الصغيرة بتطوير الفرد خلال مراحل نموه وتتيح له جميع الفرص المناسبة لتنمية استعداده وإمكانياته وقدراته وكذلك إشباع حاجاته الأساسية (البدنية والعقلية والنفسية) فضلاً عن تكوين شخصية ناضجة متكاملة حتى تصبح عنصراً إيجابياً ومنتجاً.

3-2-16 خصائص الألعاب الصغيرة:

- 1- تظهر الفائز والمهزوم بصورة قاطعة حيث إنها تتصف بالمنافسة العادلة لتحديد المستوى.
- 2- تتطلب جهوداً بدنية و نفسية وعقلية ومهارية وتحتاج إلى تدريب وتركيز كبيرين.
- 3- تعتبر أنشطة رياضة اختبارية محببة يمارسها الأفراد دون ضغوط أو إجبار (فريق كمونة 2002م، ص 29-30).

3-2-17 أغراض الألعاب الصغيرة:

1-النمو البدني:

يهتم هذا الغرض بالبرامج الحركية التي تعمل على بناء القوة الجسمية للفرد من خلال تقوية الأجهزة العضوية المختلفة للجسم ويتدرج تحتها تكيف الجسم على الجهد البدني والمقدرة على الشقاء ومقاومة التعب.

2-النمو الحركي:

ممارسة الألعاب الصغيرة تساعد على جعل الحركات نافعة مع بذل قدر ممكن من الطاقة وأن يكون الشخص ماهراً ورشيقاً في حركاته وهو غرض تحققه الألعاب الصغيرة من خلال ممارستها إضافة إلى أن كل حركة فعالة تعتمد على العمل المنسق بين الجهازين العضلي والعصبي الذي ينتج الحركة التوافقية، وهذه الحركة تشترك في أوجه النشاط التي تتضمن مهارات الجري والمرونة والتصويب ودورات الجسم والانتباه والرمي التي تمارس ضمن الألعاب الصغيرة.

3-النمو العقلي:

إن التنمية العقلية عن طريق المعارف والعناية بالقدرة على التفكير وتفسير المعرفة غرض تحققه الألعاب الصغيرة حيث أن التكيف في أداء الحركات المختلفة يجب أن يتقن ويعدل بما يناسب البيئة التي يعيش فيها الفرد

سواءً كان هذا التكيف في المشي أو الجري أو في استعمال بعض الأدوات والأجهزة الرياضية. كل هذه المهارات يجب على الفرد أن يفكر ويربط فيهما بين الجهازين العضلي والعصبي لأداء مهارة ما، هذا بالإضافة إلى هذا النوع من المعرفة إنما يكتسب عن طريق المحاولة والخطأ ومن ثم كان لابد أن يكون هناك تغيير لمعنى الموقف نتيجة لهذه الخبرة فالتكيف يتعلمه الفرد بدليل أن العمل يكون صعباً في أدائه في أول الأمر ويصبح سهلاً فيما بعد إلا أن الألعاب الصغيرة لا تنمي التكيف فقط إنما تكسب المعرفة وتجعل الفرد ملماً ببعض القواعد الخاصة باللعبة وفنون الأداء إضافة إلى الفوائد والقيم المستمدة من ممارسة هذه الألعاب والمعرفة الفنية التي يتعلمها الفرد بالخبرة وينتج عنها معارف يجب على الفرد أن يكتسبها فمثلاً الفرد يعرف أن الكرة تسير أسرع وبدقة أكبر إذا أديت التمريزة من نفس الوضع الذي تسلم فيه الفرد الكرة كما يمكن للفرد اكتساب بعض المعارف التي تعتبر غايةً في الأهمية مثل القيادة والتبعية والشجاعة والاعتماد على النفس ومساعدة الغير والسلامة والتكيف مع الآخرين. إن المعلومات التي يستمدّها الفرد من الألعاب الصغيرة تمدّه بالخبرات التي تساعد على تفسير المواقف الجديدة التي تقابله من يوم إلى آخر. كذلك اتخاذ القرارات التي يمكن عن طريقها الوصول إلى معرفة الفهم وهذه يعني أنه يملك قدرة أكبر للوصول إلى قرارات حكيمة وأنه يستطيع أن يفرق بين الصواب والخطأ وبين المنطقي وغير المنطقي عن طريق خبراته في الألعاب مختلفة ويستطيع الإنسان أن ينمي إحساسه بالقيم ويستطيع تنمية اليقظة والمقدرة على تشخيص الموقف المشحون بالانفعال والمقدرة على اتخاذ قرار بسرعة تتناسب مع مثل هذا الموقف ومع تفسير سلوك البشر.

4- نمو العلاقات الإنسانية:

إن عملية التكيف الشخصي والجماعي ومساعدة الفرد على أن يكون نافعاً في المجتمع من ضمن الأغراض التي تحقّقها الألعاب الصغيرة حيث يتحقّق هذا التكيف بوجود القيادة الملائمة، وتحتوي الألعاب الصغيرة على احتياجات أساسية اجتماعية للفرد مثل الشعور بالانتماء والشهرة والاحترام للذات فإذا ما تحققت هذه الاحتياجات أصبح الفرد يتكيف مع المجتمع.

5- نمو الصحة الجسمية والنفسية والعقلية:

تعتبر ممارسة النشاط الرياضي سواءً كانت ممارسة منظمة أو غير منظمة عنصراً هاماً من العناصر المختصة ضد الوقاية من الإصابة لبعض الأمراض إذ تعتبر أحد الأساليب لمنع الإصابة كوسيلة وفائئة نتيجة كفاءة الأجهزة الحيوية في الجسم وذلك من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية. وكذلك أصبحت الألعاب الصغيرة والتمريزات البدنية إحدى الوسائل الهامة والفعالة للوقاية والعلاج لبعض التشوهات القوامية وأمراض الشلل بالنسبة للأطفال أو ما يحدث من إصابات الحوادث في الحياة العامة وتستخدم الألعاب الصغيرة في بعض الأحيان لعلاج أمراض

الصحة النفسية التي تلتصق بالطفل مثل الانطواء والأناية والخمول والكسل. (مصطفى السائح محمد، 2007م، ص 31-35).

3-2-18 مميزات الألعاب الصغيرة:

تتميز الألعاب الصغيرة بقيمتها التربوية إذ أنها تمهد السبيل نحو التربية الخلقية والإرادية، وفي المجالات الكثيرة للألعاب تسهم في تنمية سمات التعاون والولاء والنظام والطاعة والأمانة والاعتماد على النفس والكفاح في سبيل الفوز والشجاعة والجرأة وغير ذلك من مختلف السمات الإرادية والخلقية الحميدة. كما تعتبر الألعاب الصغيرة من الوسائل الهامة التي تسهم في تنمية مختلف القدرات العقلية لأنها تتيح للفرد فرصاً متعددة لتنمية سرعة التفكير والتصرف والإدراك والتصور والتذكر وما إلى ذلك من مختلف العمليات العقلية، ومميزات الألعاب الصغيرة كثيرة ومتنوعة وسوف نلخصها في النقاط التالية:

- 1- ارتباطها بعناصر المرح والسرور والإثارة المحببة إلى النفس.
- 2- تحمل في طياتها الطابع التنافسي الذي يتمثل في الكفاح الدائم والمباشر وجهاً لوجه مع المنافس ولا تتحدد نتيجة هذا الكفاح إلا في نهاية المنافسة.
- 3- تتعدد إمكانياتها الجسمانية ومتطلباتها الذهنية مما يسمح بتعدد السلوك الحسي والتفكير الخلاق داخل إطار قانون اللعبة.
- 4- إمكانية ممارسة عدد كبير منها تحت ظروف مبسطة دون الحاجة لكثير من المتطلبات المادية كالأدوات والأجهزة بل يمكن الاعتماد على الأدوات البديلة.
- 5- سهولة تعلم وإتقان عدد كبير من الألعاب الصغيرة في وقت قصير نسبياً مما يمنح الفرد خبرات النجاح التي تؤثر بصورة إيجابية على ثقته بنفسه وقدراته.
- 6- تسهم الألعاب الصغيرة بقدر كبير في استثمار وقت الفراغ لجميع الأفراد.
- 7- يمكن أن تمارس بجهد متوسط أو عالي تبعاً لدرجة التحمل والسن والقدرات البدنية والحركية.
- 8- تعد الألعاب الصغيرة من أمتع ما يؤديه كل من الجنسين في شتى الأعمار وأثناء كل المواسم والمناسبات.
- 9- لا تتطلب تكاليف مادية كبيرة من حيث الأدوات والملابس والملاعب.
- 10- تعد طريقاً لتجديد النشاط والشعور بالسعادة.
- 11- تشتمل على مجموعات من الألعاب التي تتدرج صعوبتها من السهل إلى الصعب. (فريق كمونة 2002م، ص 36-38).

3-2-19 صفات البرنامج المثالي للألعاب الصغيرة:

أولاً: يفسح المجال للممارسة للجميع:

- 1- يوفر البرنامج أنواع مختلفة من الألعاب بحيث توجد أنشطة تتناسب مع مختلف الميول ومستويات القدرات الحركية ومراحل النمو والمهارات الحركية.
- 2- يوفر البرنامج الأدوات والإمكانيات اللازمة المساعدة في الأداء.
- 3- يوفر البرنامج القيادة المسؤولة والكافية التي تغطي جميع الأفراد الموضوع لهم البرنامج وليس لمجموعة مختارة من التلاميذ ذوي المهارات المميزة.
- 4- لا تستغل المجموعة المختارة المميزة من التلاميذ بصورة تحجب الميل نحو التلاميذ محدودي القدرات.

ثانيا: تنمية الجانب الصحي:

يمارس الفرد كل إجراءات عوامل الأمن والسلامة للوقاية من الإصابات البدنية ولا يسمح للمنافس أن يعرض نفسه أو زميله للخطر أثناء أداء الألعاب.

ثالثا: مراعاة تحقيق الأهداف التربوية:

يراعي أن يغرس وينمي فكرة الرغبة الجادة والمنصفة في الفوز النظيف أكثر من أهمية الفوز نفسه ولا يضحى بالقيم الروحية كما يغرس الاحترام للميول العملية وغيرها من الميول الفنية الأخرى.

رابعا: التأكيد على العلاقات الاجتماعية وتطويرها:

- 1- مساعدة الفرد ليجد الرضا والارتياح في السلوك الإجتماعي المقبول.
- 2- يغرس في النفس الاحترام والصدقة من قبل المنافس.
- 3- يوفر القيادة التي تعطي المثال الطيب في الإدارة والاتجاهات والسلوك.
- 4- يساعد الفرد على إدراك مواطن التشابه بين مواقف الحياة ومواقف اللعب (المصدر السابق 68-69).

3-2-20 القيم التي تحققها الألعاب الصغيرة:

اللعبة مظهر من مظاهر النشاط الإنساني وظاهرة طبيعية وحاجة أساسية تدفع إلى العمل والحركة والنشاط مما يحقق المتعة والراحة والاستقرار. فاللعبة تمرين طبيعي لقوى الإنسان المختلفة وسبيل لتنمية هذه القوى تنمية شاملة متزنة لا تقتصر على الأطفال والشباب بل تشمل أيضاً الكبار من كلا الجنسين، ولقد أصبح اللعب من العوامل الأساسية الملحة في الحياة العصرية قيمته الأساسية تكمن فيما تضيفه على حياة الإنسان من

حيوية وخصوبة ومتعة. وإن اللعب ظاهرة طبيعية يمارسها الإنسان وجميع الكائنات الحية نتيجة الحاجة البدنية والنفسية وهو أحد أركان الحياة الأساسية وهو ما نطلق عليه بالرياضة لما يمتاز به من فعاليات وأنشطة متنوعة أخذت في وقتنا الراهن أشكالاً وأنماطاً لا حصر لها.

1/ القيمة البدنية:

تعد ممارسة الألعاب الصغيرة وسيلةً لتحقيق اللياقة البدنية لدى الأفراد واكتسابهم القوة والرشاقة والسرعة والمرونة والتحمل والتناسق في الجسم وتحقيق المناعة الصحية إذ تمكن من زيادة مقدرته على الإنتاج. كما تؤثر ممارسة الألعاب على الحواس والأعصاب والعضلات تأثيراً فعالاً وتعمل على تنميتها وتوثيق الرباط فيما بينها كما تسهم في تنمية الكفاءة البدنية وتجعل الفرد معتدلاً رشيقاً سريع التلبية والحركة والنشاط.

ويمكن حصر أثر اللعب في تحقيق الصحة البدنية فيما يلي:

1/يساعد على نمو الجسم نمواً طبيعياً في الأعمار المختلفة.

2/ينمي التوافق العضلي العصبي.

3/يساعد على تقوية العضلات وأجهزة الجسم المختلفة.

4/ينمي الطاقة الحيوية.

5/يكسب الفرد قدرات حركية فائقة ومهارات عالية.

6/ينمي قدرة الفرد على الدفاع عن النفس.

2/القيمة الترويحية:

إن ممارسة الألعاب الصغيرة تبعد عن الإنسان السأم والملل، وتخلصه من التوتر الإنفعالي وتدخل إلى نفسه البهجة والمرح والسرور، كذلك تنمي حاجته الماسة للترويح، تلك الحاجة الأساسية اللازمة للنمو والتطور وإكسابه صحة عقلية ونفسية تمكنه من القيام برسالته في الحياة على أفضل وجه.

3/القيمة الخلقية:

ويمكن حصر أثر الممارسة للألعاب الصغيرة لتحقيق القيم الخلقية فيما يلي:

1/يخلق اللعب الروح الرياضية العالية في احترام القانون والأمانة والشجاعة والإقدام.

2/تثبيت القيم والصفات الخُقية الحميدة عن طرق الإعادة والتكرار حتى تصبح عادةً ملازمةً له وجزءاً من سلوكه وتصرفاته في حياته الخاصة والعامة.

3/تنمية القدرة على السيطرة على روح الأنانية في الفرد وتحويلها لمصلحة المجموع.

4/تنمية الاتجاهات الاجتماعية، وذلك أن كثيراً من الألعاب الصغيرة تتطلب التعاون الجماعي والولاء والشعور بالجماعة.

4/ القيمة الاجتماعية:

يساهم اللعب مساهمةً فعالةً في توطيد العلاقات الاجتماعية للأفراد و يساعدهم على تنمية الصفات والميزات الاجتماعية ويعلمهم النظام والتمسك به ويكسبهم الروح الرياضية العالية ويقوي الروابط التي تدعو إلى التعاون والتضحية في سبيل رفاهية المجتمع والدفاع عن الوطن، والألعاب الصغيرة تدعو إلى توثيق العلاقات الاجتماعية مثل اللقاء والتعارف والأخذ والعطاء بغرض النضج الاجتماعي وإشاعة روح الجماعة بين الطلاب كما تساعد الفرد على التحكم في الانفعالات في مواقف مشحونة بالإثارة. كما أن الألعاب الصغيرة لم تهمل النواحي الذاتية للفرد بل إنها تعمل على إعداده فردياً واجتماعياً في آنٍ واحدٍ فقد قسمت ميادين الألعاب إلى ألعاب فردية تنمي فيه الإقدام والشجاعة والاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية، وألعاب جماعية يتدرب خلالها على التخطيط التعاوني وتنفيذ الخطة معاً.

5/القيمة العقلية:

تعد الألعاب الصغيرة مسلكاً صحيحاً للنشاط البدني والعقلي والكفاية العقلية، وتلك الميزة التي يمكن أن تستمر في الحياة المستقبلية أمر عام في مجتمعنا الحديث فالتطور الحديث للحياة الراهنة سواءً في السلم أو الحرب يتطلب وجود أفراد يتصفون باليقظة العقلية عند وجودهم في الطرقات الواسعة، وفي أثناء خدمتهم لبلادهم كما أن رفاهية الوطن يجب أن تعتمد على مقدرة الفرد أو الجماعة على التفكير والعمل. ويواجه الفرد (الطالب) خلال ممارسته للألعاب الصغيرة مواقف كثيرة ومتباينة تلزمه استعمال عقله لتقويمها والتصرف نحوها بما يقتضيه الموقف. ذلك أن كل موقف من مواقف اللعب يتطلب مجهوداً فكرياً يؤدي إلى النمو العقلي.

6/القيمة الصحية:

تعد مزاولة الألعاب الصغيرة من الوسائل المهمة التي تحقق غايات البرامج الوقائية لأنها تعمل على تنمية المعارف والمعلومات الصحية السليمة وتساعد على تنمية الميول والدوافع والحوافز الصحية لأنها تدفع الفرد إلى أن يكون في صحة متكاملة إذ لا يمكن للفرد أن يدرك أهدافه في الحياة وأن ينهض بالواجب المناط به إذا كان خائر القوى ضعيف البنية معتل الصحة. (وديع ياسين التكريتي 2012م. ص60-64).

4-2 البرنامج:

البرنامج هو أحد عناصر التخطيط وهو أحد عناصر العملية الإدارية والتي يعبر عنها أحياناً بالوظائف الإدارية أو مهامها، فالإدارة نوع من أنواع النشاط التي تدخل في جميع جوانب الحياة الإنسانية وهي وسيلة وليست غاية لتحقيق الأهداف الموجودة، ويهتم علماء التربية الرياضية بالإدارة ووظائفها ومهامها التي لها علاقة مباشرة بالعمل التربوي الرياضي لتسهيل مهامهم وما يعترضهم من مشكلات أثناء تنفيذ هذه المهام الإدارية مع طبيعة هذا العصر التي تتسم بسرعة الإيقاع والإنفجار المعرفي والتكنولوجي التي تحتم علينا الاهتمام ببرمجة أسلوب حياتنا على الأسس العملية السلمية وصولاً إلى تحقيق العمليات التنفيذية للعمليات التخطيطية. فهي هامة على مستوى الأفراد والجماعة في جميع العلوم النظرية بتخصصاتها المختلفة. (عبد المجيد شرفه 200م، ص9).

مفهوم البرنامج:

يعرّف على أنه مجموعة من التعليمات والأوامر التي توضح للحاسب تسلسل الخطوات التي يعنى بالقيام بها لأداء مهام معينة لحل المشكلة المطروحة واستخراج النتائج ويخترن البرنامج في الذاكرة الرئيسية للحاسب لتوجيهه لإنجاز العمليات المطلوبة وتمكنه أيضاً من إدارة ومراقبة وتنظيم مكوناته المادية لتخفيف المهمة

المطلوبة وتتوفر هذه البرامج عادةً علي أسطوانات مبرمجة (CDS) أو أقراص (DVDs) أو حتى أحياناً علي أقراص لينة، كما أن هناك تشابه ملحوظ بين كثير من البرامج. فعلي سبيل المثال يوجد عشرات البرمجيات التي يمكن الاختيار فيما بينها والمتخصصة في تحرير الصور ومعالجة الأفلام المتحركة. كذلك البرامج الخاصة بتصفح الشبكة العنكبونية (الويب) وكل تلك البرمجيات متشابهة الي حد كبير في الوظائف والمهام التي يستطيع القيام بها.

تعريف البرنامج:

(هو مجموعة من الموضوعات أو التعليمات التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمجالٍ ما وترتب مسبقاً وفقاً لهيكلٍ معينٍ تتبع فيه القواعد التعليمية بهدف التدريس سواءً من خلال مدرس أو مدرب أو بالتعلم الذاتي)، ويتم الحديث عن البرنامج الدراسي بماينبغي أن يتعلمه التلميذ ضمن مستوى من مستويات المنظومة المدرسية وفي مدة زمنية محددة وقد لاحظ بيرنو بهذا الخصوص بأن البرنامج (هو عبارة عن لمحة تتطلب من المدرس استثمار ثقافته وانتقاء ما هو ضروري خصوصاً ضمن البرامج المشحونة بكثافة مشيراً إلى أن البرنامج الحقيقي يتجسد في الكتب المدرسية ودفاتر التمارين المستعملة.

وقد تعرض بعض العلماء لتعريف البرنامج، نذكر منها مايلي:

عرّفه ويليمز بأنه:

(البرنامج بصفة عامة عبارة عن عملية التخطيط للمقررات والأنشطة والعمليات التعليمية المقترحة لتغطية فترة زمنية محددة).

وعرّفه الدمرداش سرحان بأنه:

(مجموعة خبرات منظمة في ناحية من نواحي المواد الدراسية وضع لها هدف معين تعمل على تحقيقه مرتبطة في ذلك بموقف محدد وإمكانات خاصة).

وعرّفه حورية موسى وحلمي إبراهيم بأنه:

(هو مجموعة من أوجه نشاط معين ذات صيغة معينة تسعى لتحقيق هدف واحد).

وعرّفه سيد العوادي بأنه:

(عبارة عن كشف يوضح العمليات المطلوب تنفيذها مبيناً بصفة خاصة ميعاد الابتداء وميعاد الانتهاء لكل عملية تقرر تنفيذها).

ويمكن القول بأن البرنامج من وجهة نظر الكاتب:

(هو عبارة عن الخطوات التنفيذية العملية لخطّة صُمِّمَتْ سلفاً وما يتطلبه ذلك التنفيذ من توزيع زمني وطرق تنفيذ إمكانات تحقيق هذه الخطّة).

(عبد الحميد شرق 2002م، ص17).

4-2-1 أهمية البرامج:

1- إكساب عنصر التخطيط فاعلية: حيث أن البرامج عنصر حيوي وأساسي من عناصر التخطيط ففي غياب البرنامج تصبح عملية التخطيط ناقصة ونقصانها يجعلها عديمة الفاعلية.

2- تكتسب العملية الإدارية بأكملها النجاح والتوفيق: إذ أن التخطيط لعنصر الإدارة وبغياب البرامج من التخطيط تسقط فاعليته وتجعله غير ذي قيمة وبالتالي تكون العملية الإدارية غير مكتملة فتصبح لاجدوى منها وتكون كمن يحرث في الماء.

3- ضياع الأهداف: إن عدم اكتمال العملية الإدارية لفقدتها عنصر التخطيط الكامل يجعلها غير قادرة على تحقيق الأهداف فتصبح الأهداف سراباً والأمانى أوهاماً.

4- الإقتصاد في الوقت: حيث تعطى البرامج للزمن قيمة وتقلل من الوقت الضائع وتساعد على إنجاز الأعمال في أقصر وقت ممكن بحيث تستغل المتيسر أحسن استغلال.

5- تساعد على نجاح الخطط التدريبية والتعليمية: إذا اكتملت العملية الإدارية بكل عناصرها تصبح قادرة على تحقيق وتنفيذ أهداف الخطط الموضوعية لتصبح خطط ناجحة.

6- البعد عن العشوائية في التنفيذ: في غياب البرامج تتسلل العشوائية إلى عمليات التنفيذ ويكون نتيجة ذلك تعثر العملية الإدارية بأكملها وتفشل لعدم وجود تحديد واضح للمراحل وكيفية تنفيذ الواجبات.

7- إن العلم المسبق بأسلوب التنفيذ المناسب وطريقة التعليم الأفضل وكمية الوقت المتيسر لإنجاز كل هذا يساعد على الدقة في التنفيذ. (عبد المجيد شرق 2002 م، ص45-46)

4-2-2 اهداف البرنامج:

يمثل الهدف العام للبرنامج المقترح في الهدف العلاجي والذي يتم تحقيقه من خلال تحقيق عدة أهداف فرعية هي:

1-الهدف البدني.

2-الهدف الاجتماعي.

3-الهدف النفسي.

4-الهدف العقلي.

(فاطمة عبد الرحمن 2001 م، ص95).

4-2-3 خصائص البرنامج الرياضي الناجح:

1-يعتبر جزءاً متكاملاً من عملية المجهود الكلي للمنشأة الرياضية والتعليمية بمعنى أن يكون البرامج مكملاً للمجهود الكلي للمنشأة الرياضية التي صمم فيها والافسيبدو منعزلاً مستقلاً عن بقية برامج الخطط الأخرى فإذا كان الهدف العام داخل المنشأة الرياضية هو تطوير قدرات الفرد وسماته فيجب أن يكون هدف أي برنامج لأي نشاط هو تحقيق جزء من هذا الهدف وأن تعمل هذه البرامج كلها في اتساق وتكامل للوصول بالمنشأة إلى أهدافها المنشودة وهذا لا يمنع أن يكون لكل برنامج سماته الخاصة ولكن لا يخرج عن السمات العامة للمنشأة ولايستقل عنها، فهذا البرنامج يعمل في اتجاهه لتحقيق أهدافه المقررة، وذلك البرنامج يعمل في تحقيق أهدافه الخاصة به ولكل نتيجة نحو المحصلة الرئيسة التي تسعى لتحقيق الهدف العام للمنشأة على أن تتم هذه العملية في انسجام وتكامل وترابط وإيقاع سليم دون تضاد أو تنافر.

2- أن يمدنا بخبرات متشابهة متوازنة في النمو والتطور، ويقصد بها أن يتعامل البرنامج مع الفرد كوحدة واحدة يعمل على تنمية النواحي البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية فيه ولا يسعى لتنمية دون الأخرى لأن عدم الاتزان في نمو حالات الفرد شيء غير مرغوب فيه له آثاره السلبية في عملية النمو الشاملة ولذلك يجب أن يكون البرنامج متزاناً في تأثيره فيحتوي على أنواع مختلفة من التقسيمات للأنشطة المتعددة الأغراض لتوفير خبرات تربوية متعددة للممارس بحيث تصل في النهاية إلى النمو الشامل المتزن.

3- أن يقوم على اهتمامات واحتياجات وقدرات الأفراد الذين يعمل لخدمتهم ويجب أن يقابل محتوى البرنامج اهتمامات واحتياجات وقدرات ورغبات الأفراد الممارسين مع ملاحظة أن شخصية الفرد هي نتاج تفاعل العوامل البيولوجية الوراثية مع العوامل الثقافية أي أن حاجات الأفراد أو رغبتهم في تحقيق غرض معين ينتج من تفاعل العوامل الوراثية والعوامل الثقافية فهناك حاجات فطرية أولية كالحاجات إلى الطعام أو إلى النوم وغيره.

وتعتمد في إشباع هذه الحاجات على البيئة التي يعيشون فيها أو الثقافة التي يتفاعلون معها وإلى جانب الحاجات الأولية هناك حاجات ثانوية مثل الحاجة إلى الحب والانتماء وإلى التقدير وغيره ولهذه الحاجات الأولية أو الثانوية أهمية كبرى في تحقيق سلوك الأفراد، وعدم إشباعها قد يؤدي إلى انحراف سلوكي أو اضطراب نفسي ولذا يجب أن يهتم البرنامج بهذه الحاجات لأن عدم الاهتمام بها يؤدي بالفرد إلى مشكلات لا يمكن تفاديها وتكون النتيجة أفراداً لا يتمتعون بالاتزان النفسي. والبرنامج يحتوي على أنشطة لا تراعي استعدادات وقدرات الممارسين ولا يقبلون عليها وينصرفون عنها وإن مارسوها تكون الممارسة ليست جادة وفي هذه الحالة يكون تحقيق الأهداف التي يسعى إليها البرنامج عملية معينة نادراً ما تتم، ويجب مراعاة كل ما سبق في جميع أنواع البرامج التعليمية سواء كان للأسوياء أو المعاقين ومراعاة ظروف كل إعاقة.

إن ميول الأفراد واتجاهاتهم تعد دليلاً على أنواع الحاجات التي يسعون إلى إشباعها ولذلك يجب على البرنامج مراعاة هذه الميول والاتجاهات لكي يكون النجاح حليفه.

4- أن يعمل على إمدادنا بالخبرات المرتبطة بالبيئة المحلية وتصل إلى مستوى نضج الممارسين: فيجب أن يسعى مصمم البرنامج على أن تكون الأنشطة المصاحبة له أنشطة تنبثق من البيئة المحلية ومعروفة لدى الممارسين ويمكن تطبيقها في هذه البيئة، فمن غير المقبول أن يضع تمارين لرفع مستوى اللياقة البدنية على جهاز متعدد الأغراض والبرنامج سوف يتم تنفيذه في إحدى القرى، وهذه الامثلة كثيرة. إن ميول ورغبات واتجاهات الممارسين تعد دليلاً على نوع الحاجات التي يسعون إلى إشباعها وإن هذه الميول والاتجاهات ترتبط بالبيئة ارتباطاً وثيقاً فإذا شعر المصمم أن أهل هذه البيئة في حاجة إلى نشاط معين يُفضّل أن يشتمل عليها البرنامج وتكون ضمن محتواه.

ومن الأهمية أن نعرف أن الميول والاتجاهات تتغير كلما تقدم الفرد من مستوى نضجٍ إلى آخر وأن الاتجاه إلى شيءٍ ما معناه الرضا به وأن البيئة بما تحويه من مظاهر ثقافية وما يعتنقه الناس من قيم ومثل وتقاليد تعتبر مصادر للإمداد بهذه الاتجاهات وأن الاتجاه عندما يقوى لدى الفرد يصبح ميلاً أو اهتماماً وهذا الميل قد يتطور إلى عقيدة يعتنقها الفرد ويندفع إليها بكل أحاسيسه لممارستها. فكلما كانت الخبرة التي يمدنا بها البرنامج مرتبطةً بالبيئة كانت أجدى وكلما كانت تقابل ميولاً واتجاهاتٍ واحتياجاتِ الأفراد كانت أفضل في مستوى نضجهم كان لها تأثيرها القوي المؤثر.

5- أن يمكن تنفيذه من خلال التسهيلات المتاحة والوقت المتيسر والأدوات والقيادات المتوفرة: إن عملية حصر الإمكانيات لما هو موجود وما يمكن تدبيره وما هي حالته الفنية قبل البدء بتصميم أي برنامج عملية مهمة للغاية حتى يمكن أن يصمم البرنامج على أسس سليمة واقعية فيجب أن يكون هناك معلومات كافية عن كم وكيف الأدوات والملاعب والمنشآت والقيادات المتوفرة وفي نفس الوقت الإلمام بحجم الوقت المتيسر إذ أنه بدون الدارس العلمي الذي يحدد العلاقات بين الظواهر الاجتماعية والاقتصادية وغيرها لا يمكن عمل تقدير للمستقبل ويمكن عن طريق تحقيق الأهداف المرجوة وكم من برامج صممت دون حساب الإمكانيات حساباً دقيقاً فإذا خرجت إلى الوجود واصطدمت بالواقع كان الفشل حليفها.

فإن توفرت الإمكانيات المتاحة والوقت المتيسر قبل تصميم البرنامج كان البرنامج ناجحاً، فلا بد أن يكون هناك اتساق بين عناصر البرنامج والواقع حتى لا يكون ضرباً من الخيال ويتعامل مع نفسه بدلاً من أن يتعامل مع الممارسين لتحقيق أهدافه.

6- أن يسمح بالنمو المهني والحرفي للمربين ويدعم شئونهم: البرنامج الناجح لا يمكن أن يتجاهل المربي الذي يعمل فيه لتحقيق أهدافه فهناك العديد من الواجبات التعليمية والتربوية والنفسية التي تقع على كاهل هذا المربي لإمكانية التأثير في شخصية الممارسين وتربيتهم تربيةً شاملةً بغرض تعديل سلوكهم إلى الأفضل سواء كان هذا المربي يعمل مع الأسوياء أو مع ذوي الإعاقة.

4-2-4 مبادئ تصميم البرامج:

1/ ضرورة الاعتماد على المربين المتخصصين:

يفضل لنجاح البرامج المتعلقة بالتربية عموماً أن يعتمد في تنفيذه على نوعية المربين المتخصصين من الناحية العلمية والعملية في مجال تخصصهم التربوي، أي الخبرة الكاملة أو الخبرة التربوية خاصة في مجال التربية الرياضية وتربية الخواص على سبيل المثال نجد أن ظاهرة اتجاه بعض اللاعبين القدامى إلى اقتحام ميدان العمل التربوي اعتماداً منهم على سابق خبرتهم العملية كلاعبين فقط دون صقلهم من الناحية العلمية

النظرية يعتبر من الأمور التي تؤدي إلى عدم تحقيق هدف البرنامج ولذلك يفضل ان يكون منفذ البرنامج على درجة عالية من الخبرة العملية والعلمية في نفس الوقت لأن الخبرة العملية فقط لا تعتبر كافية للمربي الطبيعي المنتج لممارسة العمليات المتعلقة بتنفيذ أي برنامج، فالبرامج تقوم على أسس ومبادئ علمية يتم تطبيقها على الأفراد، والتعامل مع الأفراد يحتاج إلى قدرات فنية وتطبيقية عالية بدليل أن تطبيق برنامج واحد على نوعية معين من الممارسين لا يؤدي إلى نفس النتائج حيث تختلف نتائج التطبيق من مشرف إلى آخر تبعاً لاختلاف قدرته على حسن التطبيق ومن هذا المنطلق يمكن القول بان المربي المتخصص ذا الخبرة التربوية العالية يساعد البرنامج على تحقيق هدفه المنشود.

2/ملاءمة البرنامج للمجتمع الذي صمم من أجله:

من الأمور المهم أن يحقق البرنامج أهدافه ويكون عاكساً لطبيعة المجتمع الذي صمم من أجله حتي يمكنه من أن يحقق حاجاته فيجب أن تكون أنشطته هي نفس الأنشطة السائدة في هذا المجتمع التي تعكس اهتماماته إن ظهر أن المجتمع يهتم بمناشط ترويحية وهو في نفس الوقت يفتقر إليها لذا يجب الاهتمام بهذه البرامج والأنشطة وإن كان مجتمعاً ساحلياً ويهتم بالأنشطة المائية لا يضير إطلاقاً أن يهتم البرنامج بهذه الأنشطة و محتوياتها وهكذا يجب أن يراعى البرنامج طبيعة المجتمعات التي صمم فيها ومن أجلها وأن يساهم في حل مشكلاتها قدر المستطاع.

3/التنوع:

البرنامج يتعامل مع مجموعة من الأفراد كل له ميوله ورغباته وفي نفس الوقت له استعدادته وقدراته ولذلك يجب أن يشتمل هذا البرنامج على العديد من الأنشطة في المجال الواحد بل يفضل أن تكون هذه الأنشطة متعددة في مستواها فمثلاً تنفيذ نشاط اللياقة البدنية بأسلوب التدريب الدائري يعطي الفرصة لكل فرد بالممارسة طبقاً لمستواه ووجود عدد من محطات التدريب المتنوعة المحتوى يعطي فرصة لإشباع الرغبات والميول والقدرات فالتنوع مبدأ مهم يجب مراعاته أثناء تصميم البرامج الرياضية المختلفة أو أي مادة تعليمية أخرى للأسوياء أو المعاقين حتى تتسم هذه البرامج بأنها برامج شيقة بعيدة عن الملل يسعى إليها الأفراد الممارسون ولا يسعى إليها البرنامج.

4/ أن يراعى نوعية وعدد المشتركين:

هناك فروق فردية بين الأفراد والجماعات فلا بد أن تكون جدوى البرامج عالية في حالة مراعاة هذه الفروق على أن يراعى فارق السن لأن لكل مرحلة سنوية خصائصها المميزة لها ولكل سن متطلباتها واحتياجاتها واهتماماتها في نفس الوقت، هنالك فروق في الجنس وبالتالي تختلف أنشطة البنين عن أنشطة البنات فهناك

اختلاف في القدرات الحركية والسمات النفسية والتقاليد والعادات الاجتماعية والأنشطة في التربية الرياضية وهي عديدة ومتنوعة يمكن للمربي أن يختار منها ما يشاء وما يناسب كل جنس ليس هذا فحسب ولكن قد توجد اختلافات بين أفراد الجنس الواحد والسن الواحد في القدرات والميول والرغبات والاستعدادات نتيجة البيئة والتربية وعوامل كثيرة يجب على مصمم البرنامج إذا أراد له النجاح أن يضع في اعتباره أنه يتعامل مع مجموعة من الأفراد لكل منهم صفاته وسماته وقدراته، وتعدد الأنشطة في التربية الرياضية قادراً على مجابهة هذه الفرق الفردية.

5/ مراعاة الأهداف العامة المطلوب تحقيقها:

لكل مجتمع هدف عام في أحد الجوانب وهذا الهدف العام تتبثق منه أهداف إجرائية يمكن قياسها وتحقيق هذه الأهداف يمكن تحقيق الهدف العام، وهدف البرنامج يجب ألا يخرج عن هذه الخطة التي يعمل على تنفيذها سواء كان عن الأسوياء أو المعاقين أو مادة التربية الرياضية أو أي مادة تعليمية وأخرى وألا يكون قد انحرف عن المسار الصحيح ويعمل في نفس الاتجاه المرغوب وبالتالي يحقق هدف الخطة التي صمم لتنفيذها.

6/ يخدم نوع الخبرات المطلوبة وينميتها:

يقصد بهذا المبدأ أن يتواكب نوع النشاط مع نوع الخبرة التي يعمل من أجلها البرنامج بمعنى انه إذا كان ضمن محتوى البرنامج رفع مستوى الأداء المعماري لمهارة التصويب من الحركة في كرة السلة، ويلزم في هذه الحالة أن تكون الأنشطة الموجودة تعمل على تحقيق هذا الغرض برفع وتطوير مستوى مهارة التصويب من الحركة فلا يجوز أن يكون النشاط المصاحب بعيداً عن أحد أغراض البرنامج وإلا أصبحنا كمن يحرث في الماء.

7/ أن يتماشى مع الإمكانيات المتيسرة:

من العيب أن يحتوي البرنامج على أنشطة لا تتناسب مع الإمكانيات المتيسرة كما وكيفاً ثم قيمة برنامج جيد دون مربي كفؤ يعمل على تنفيذه بالأسلوب السليم والمناسب وما قيمة أنشطة تربوية تعمل على تحقيق هذا البرنامج وتحتاج إلى أدوات خاصة وهذه الأدوات ليس في الإمكان تدبيرها خاصة في مجال متحدي الإعاقة وأيضاً ما قيمة الأدوات الموجودة حالتها الفنية لا تسمح بالاستخدام ولذلك يجب ان يراعى مصمم البرنامج مناسبة الإمكانيات لأنشطة البرامج، وان يكن قد جانبه الصواب فالطموح مطلوب ولكن الخيال مرفوض لذلك يجب أن يتواءم البرنامج مع الواقع ويلزم أن تكون طموحاتنا في حدود إمكانياتنا.

8/ مراعاة الوقت المتيسر:

يتقدم العالم تقدماً مسهباً في كل الجوانب وأحد الأسباب الرئيسة لهذا التقدم هو التقدير الصحيح للزمن وقيمته وأصبح يوجد في العالم الان دراسات منهجية لاقتصاديات الوقت، والمطلوب أن نستفيد من تجارب الآخرين خاصةً التجارب الإيجابية، ومن هنا يجب على مصمم البرنامج أن يكون على دراية كافية بكمية الوقت المتيسر على مستوى البرامج ككل وعلى مستوى المرحلة بل وعلى مستوى الوحدة التدريبية الواحدة حتى يمكنه أن يقوم بتوزيع الوقت المتيسر بدقة وموضوعية على كل أوجه النشاط حتى لا يكون هناك وقت ضائع فالوقت فعلاً كالسيف ان لم تقطعه قطعك.

9/ وضوح التعليمات التي يتم من خلالها العمل:

يلزم أن تكون التعليمات والإرشادات التي تصاحب البرنامج للتنفيذ واضحةً وخالية من العبارات الغامضة والمعقدة حتى لا يكون هنالك فهم خاطيء لمقصود واضح مع تجنب الجمل التي تتضمن التعقيد وتتجنب الجمل الطويلة ذات المعنى الواسع وتكون التعليمات مرتبةً ترتيباً منطقياً مسلسلاً ويلزم تجنب العبارات التي تحمل أكثر من معنى حتى لا يكون هناك توجيه في الفهم وبالتالي يكون هناك وضوح في المعنى وسلامة في التنفيذ كما يتمناها المصمم، فكثير من عمليات التخطيط والبرامج لم يحالفها النجاح نتيجة وجود تعليمات غير واضحة يتم من خلالها العمل فالتعليمات غير الواضحة تؤدي إلى فهم مبتور يؤدي إلى تنفيذ ناقص و يؤدي إلى ضياع الأهداف.

4-2-5 الاحتياطات التي يجب مراعاتها عند تنفيذ البرامج:

1/ ضرورة إجراء عمليات فحص طبي شامل للمشاركين في البرنامج.

2/ الاهتمام بعمليات الإحماء قبل البدء في أي تمرين.

3/ مراعاة التدرج في تحمل التدريب.

4/ مراعاة التغذية المناسبة والراحة الكافية للممارسين أثناء عملية التنفيذ.

5/ تطبيق مبدأ الاستمرارية في التدريب.

6/ تجنب الإسراع غير المدروس في عملية التنفيذ.

4-2-6 تصميم البرامج:

إن عملية تصميم البرامج الرياضية ليست بالأمر السهل فهي عملية صعبة تتطلب وجود فرد على مستوى عالٍ من الناحية العلمية والعملية ملما بالعديد من الجوانب التي لها علاقة بالبرامج في التربية الرياضية في نفس الوقت الإلمام التام بالعلوم التي لها اتصال مباشر بعملية تصميم البرامج مثل علم الإدارة، حيث أن البرامج جزء من العملية الإدارية وكذا علم التدريب الرياضي فهو قوام العملية الفنية في تصميم البرامج والعلاقة بين علم التدريب والبرامج علاقة مباشرة وكان ذلك في المحتوى أو التنظيم أو التنفيذ أو التقييم ونفس الأهمية علم الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية (المرجع السابق ، ص 49).

4-2-7 خطوات تصميم برنامج رياضي:

1_ الأسس التي يقوم عليها البرنامج.

2_ الهدف والأهداف الإجرائية.

3_ محتوى البرنامج.

4_ تنظيم الأنشطة داخل البرنامج.

5_ تنفيذ البرنامج.

6_ الأدوات المستخدمة في البرنامج.

7_ تقويم البرنامج.

2-5 الدراسات السابقة

تستعرض الباحثة في هذا الفصل الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة.

1-5-2 دراسة أوزاتال Ozatal 2014 بعنوان: (التأثيرات النفسية والاجتماعية لخدمات الرعاية المنزلية على الأفراد المعوقين وعائلاتهم ودرجة الرضا واليأس عن الحياة). حيث استخدم المنهج الوصفي والتحليلي لإتمام هذه الدراسة وكون مجتمع الدراسة من عائلات أفراد المعاقين واستخدمت الإستبانة والمقابلة كأداتين لجمع البيانات وكان من نتائج الدراسة أن المعاقين وأسرهم يحتاجون لدعم نفسي وإجتماعي وأوصى الباحث على ضرورة إنشاء فريق داعم محترف ومتخصص للمعاقين وأسرهم لتقديم الدعم النفسي والاجتماعي لهم وضرورة ترتيب نظام تعليمي داعم على المستوى الاجتماعي لتقوية الأمهات والنساء وتمكينهن وتدريب العائلات وخاصة النساء لرفع درجة الإدراك لديهن بخصوص تنظيم الحياة الأسرية على أن يقوم أعضاء لجنة الدعم الأسري بزيارة العائلات على فترات لتقييم دور الرعاية وقياس مدى التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي والتطور الاقتصادي.

2-5-2 دراسة بوراس فاطمة الزهراء أجريت هذه الدراسة سنة 2006م بعنوان: (أهمية الألعاب الصغيرة في تحسين المستوى البدنية ومستوى الذكاء للأطفال المتخلفين عقلياً). حيث استخدم في هذه الدراسة المنهج التجريبي بالإضافة إلى المنهج المسحي وذلك لمعرفة واقع الأطفال المتأخرين عقلياً بالمراكز الخاصة وتم اختيار عينة الدراسة بطريقة مقصودة تتراوح أعمارهم من (12-15) سنة، 10 يمثلون عينة تجريبية و10 يمثلون العينة الضابطة، ولقد استند الباحث إلى معيار العمر العقلي بوصفه المحك السيكولوجي الذي يقوم عليه تصنيف التأخر العقلي الذي يتراوح في الدراسة من (5-9) سنوات مع تحديد نسبة الذكاء وهم من 50-70% القابلين للتعلم بعد معالجة نتائج الدراسة إحصائياً وبعد المقارنة بين الاختبارات القبلية والبعديّة للفئتين الضابطة والتجريبية وأن النتائج جاءت لصالح العينة التجريبية في الاختبارات البدنية واختبارات الذكاء، أي أن المثيرات الحسية الحركية (الألعاب الصغيرة) أثرت على الأطفال المتأخرين عقلياً في التعلم بعد أن استفدنا من قابليتهم البدنية لتحسين قدراتهم العقلية (الذكاء)، أي أن الفرضية الرئيسية محققة.

3-5-2 دراسة صالح عبد الله هارون 2001م بعنوان (استراتيجية مقترحة لتدريس وتدريب التلاميذ المتخلفين ذهنياً). هدفت الدراسة إلى وضع نموذج إستراتيجية مقترحة وتدريب التلاميذ المتخلفين ذهنياً عليها. ذلك لمساعدة معلمي ومعلمات التربية الفكرية على وضع تصوراتهم الخاصة أثناء تخطيطهم لعملية تعليم تلاميذهم المختلفين ذهنياً، وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي في

إيراز الملامح الأساسية لنموذج التدريس المقترح، حيث قَدِّم معتمداً على التطبيقات التربوية المستخلصة من مبادئ التعلم اللاشرطي وصفاً وافياً للإجراءات التعليمية التي يجب أن يتخذها معلم التربية الفكرية لمساعدة تلاميذ المتخلفين ذهنياً في مواجهة الصعوبات والمشكلات التي تقابلهم أثناء تعرضهم للمثيرات المختلفة خلال مراحل التعلم الثلاث (الاكتساب - الاحتفاظ - النقل) وقد اتضح من هذا الوصف إمكانية تخطيط وتنظيم عملية تعليم التلاميذ المتخلفين ذهنياً باستخدام فتيات تعديل السلوك التطبيقي المتمثل في تحديد الهدف السلوكي إجرائياً وتحليله بغيو الوصول إلى السلسلة التعليمية واستخدام الفتيات المناسبة لتوصيل مكونات تلك السلسلة التعليمية إلى التلاميذ المتخلفين ذهنياً حتى يتمكنوا من اكتسابها وإتقان مختلف أنماط السلوك المرغوبة فيها

4-5-2 دراسة نايف الحميدي حمد، 2004، بعنوان (فاعلية الخطة التربوية الفردية في تدريس المهارات الرياضية والحركية للمعاقين عقلياً في منطقة تبوك بالسعودية). هدفت هذه الدراسة إلى استقصاء فاعلية الخطة التربوية الفردية في تدريس المهارات الرياضية والحركية للمعاقين عقلياً في منطقة تبوك بالسعودية، استخدم المنهج التجريبي على عينة قوامها 60 طالباً ذوي إعاقة عقلية بسيطة ومتوسطة ثم اختارهم بالطريقة العشوائية مقسمة إلى مجموعتين تتراوح أعمارهم من 6 - 15 سنة، أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,5 بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة وفقاً للخطة التربوية الفردية في التدريب على المهارات الحركية والرياضية لحالات الإعاقة التي هي قيد الدراسة.

5-5-2 دراسة حمادة محمد حسني محمد، 2003م بعنوان: (تأثير برنامج تروحي رياضي على التكيف العام للمعاقين عقلياً). هدفت الدراسة إلى تصميم برنامج تروحي رياضي لمعرفة مدى تأثيره على التكيف العام للمعاقين ذهنياً والذين تتراوح أعمارهم من 9-12 ونسبة ذكائهم من 50-70%، استخدم المنهج التجريبي وأجريت الدراسة وقوامها 32 تلميذاً وتلميذة تم اختيارهم بالطريقة العمرية، وأهم النتائج ممارسة البرنامج الرياضي التروحي الذي له تأثير إيجابي لتنمية التكيف العام للأطفال المعاقين ذهنياً.

6-5-2 دراسة أحمد بوسكر، 2002 بعنوان: (النشاط الرياضي التروحي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً بالمراكز النفسية التربوية). استخدم المنهج الوصفي ثم اختيرت العينة التي بلغ عددها 40 طفلاً تتراوح أعمارهم من 9-12 سنة وكانت النتائج لكل المراكز النفسية التربوية لا تعتمد على تعليم

أطفالها على برامج علمية من طرف أخصائيين اجتماعيين ونفسيين، يستمد المنهج مبادئه وأساسه من العلوم المتصلة بالتربية الخاصة كعلم النفس الإكلينيكي والسيكولوجي لأطفال غير عادين، أجمع التربويون على أن الأطفال المتخلفين عقلياً يفضلون الاستماع إلى الموسيقى والأنشطة الرياضية الخ.

7-5-2 دراسة ميساء عزمي الدسوقي، 1995 بعنوان: (أثر برنامج تدريبي مقترح للتمرينات الإيقاعية على بعض المتغيرات الحركية عند المعاقين عقلياً). هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى تأثير التمرينات الإيقاعية على التطور الحركي عند المعاقين عقلياً من حيث المتغيرات التي هي قيد الدراسة، استخدمت الباحثة المنهج التدريبي على دراسة قوامها 6 أطفال ذوي إعاقة بسيطة تم اختيارهم بطريقة عشوائية تتراوح أعمارهم الزمنية من 10-12 والعمر العقلي من 7-9، أهم النتائج أن مستوى الأداء قد تطور في المتغيرات التالية: سرعة الأداء، القدرة العضلية، التوازن، ولم يتحسن في المستوى التوافق العضلي العصبي والميزان الخلفي من خلال التحليل الحركي. توصلت الباحثة إلى أن هناك خلل في التوافق العضلي العصبي بين الذراعين والرجلين ومقدار تحسنه غير ملحوظ.

8-5-2 دراسة قاسم صلاح عيسوي 1992م بعنوان: (تأثير برنامج مقترح للحركات الأساسية لألعاب القوى للأطفال المتخلفين عقلياً على بعض القدرات الحركية). واستخدم الباحث المنهج التجريبي ثم اختار عينة الدراسة وقد بلغ عددهم 26 تلميذاً من معهد التربية الفكرية بطنطا تراوحت أعمارهم بين (6-12) بنسبة ذكاء (50-70) درجة وكانت أهم نتائج البرنامج المستخدم أنه أسهم في تنمية اللياقة البدنية وخاصة القدرة والجلد والسرعة والرشاقة. تأثير برنامج حركي على مفهوم الذات والإدراك الحركي لدى التلاميذ المعاقين ذهنياً (2000)، فهي تهدف للتعرف على تأثير البرنامج على تنمية الإدراك الحركي ومفهوم الذات للمعاقين ذهنياً، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لعدد 24 تلميذاً وتلميذة، وكانت أهم نتائج البرنامج الحركي أنه له تأثير إيجابي على كل من الإدراك الحركي ومفهوم الذات للمعاقين ذهنياً.

9-5-2 دراسة هاني الريف وحسن الحباري، 1990 بعنوان: (أثر برنامج تدريبي مقترح لتحسين التوافق على تطوير الأداء المهاري في كرة السلة لدى المعاقين عقلياً ذوي الإعاقة المنخفضة)، استخدم المنهج التدريبي وأجريت الدراسة على عينة قوامها 15 طفلاً، أهم النتائج وجود فروق ذات

دلائل إحصائية عند مستوى 0,1 بين القياس الأول والقياس الثاني في اختيار التوافق مما يؤكد صدق البرنامج المقترح.

10-5-2 دراسة كمال ابراهيم موسى (1970) بعنوان (أثر الرعاية الخاصة على القدرات العقلية والنفس حركية والاجتماعية والتحصيل عند الأحداث المتخلفين عقلياً). هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر الرعاية الخاصة على القدرات العقلية والنفس حركية والاجتماعية. تضمنت العينة 25 حدثاً تتراوح أعمارهم بين (8-20 سنة) وحاصل ذكائهم من (30-60) ومجموعة تجريبية تتكون من (42) حدثاً أعمارهم بين (8-19 سنة) وحاصل ذكائهم من (30-65) وقدم برنامجاً خاصاً لأفراد المجموعة التجريبية لمدة 18 شهراً يتضمن التدريب التالي: العادات الأساسية والسلوك الاجتماعي واكتساب الخبرات المدرسية كالقراءة والكتابة والحساب والقدرات على النطق والكلام أو زيادة المعلومات العامة عن الحياة الاجتماعية والوطنية والدينية وشغل وقت الفراغ. واستخدم المنهج التجريبي ودراسة الحالة واستخدم (مقياس الذكاء عند استا تفورد بينيه ورسم الرجل - مقياس السلوك التوافقي الجزء الثاني) كأدوات لجمع البيانات. وأهم النتائج التي تم الوصول إليها: زاد متوسط حاصل ذكاء المجموعة التجريبية حوالي 7 درجات بدلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,01)، وتقص مستوى حاصل ذكاء المجموعة الضابطة درجة ونصف بدون دلالة. زاد تكيف المجموعة التجريبية داخل المؤسسة وخارجها وزادت كفاءتهم الاجتماعية، واعتمادهم على أنفسهم كلياً أو جزئياً في تحمل المسؤولية الشخصية الاجتماعية وإنجازهم في القيام بالكثير من الأعمال المفيدة واتجاه سلوكهم وجهة السلوك المرغوب فيه.

6-2 ملخص الدراسات السابقة:

- انحصرت الدراسات السابقة في الفترة الزمنية من (1970-2014).
- اختلفت بعض الدراسات مع الدراسة الحالية في هدف الدراسة.
- اتفقت أغلبية الدراسات في مجتمع الدراسة عن الأطفال المعاقين ذهنياً.
- اتفقت أغلبية الدراسات في استخدام المنهج التجريبي.
- استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في اختيار الاختبارات والمقاييس (قياس إستافورد).

الفصل الثالث

3- إجراءات الدراسة

3-0 تمهيد:

تتأول هذا الفصل إجراءات الدراسة والمنهج الذي استخدم ومجتمع الدراسة وكيفية اختيار العينة ووسائل جمع البيانات والخطوات الإجرائية لتقنين البرنامج والمعالجات الإحصائية اللازمة.

3-1 منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي والذي يعرف بأنه: (هو تلك الدراسة التي تستخدم التجربة في فحص واختبار فرض معين، يقرر إنطلاقه بين متغيرين أو عاملين، وذلك عن طريق الدراسة للمواقف المتقابلة التي ضبطت كل المتغيرات ماعدا المتغير الذي تهتم الباحثة بدراسة تأثيره) (cte.univ-setif.dz)

كما عرّفه (أحمد ابراهيم خضر، 2013م www.alukah.net) بأنه تغيير عمدي مضبوط للشروط المحددة لحدثٍ ما مع ملاحظة التغييرات الواقعة ذات الحدث وتفسيرها.

3-2 مجتمع الدراسة:

يتمثل مجتمع الدراسة من الطلاب المعاقين ذهنياً بمركز النيل الأزرق محلية شرق النيل بولاية الخرطوم وقد انحصرت أعمارهم من (12-30) وقد بلغ عددهم (30) طالباً. تم اختيار هذا المركز دون غيره لتوفر جميع الفئات العمرية للطلاب حيث يقبل في هذا المركز الطلاب من عمر (4-50) سنة. كما يتوفر في المركز بعض الخدمات الضرورية للطلاب من ترحيل وزر موحد وتهيئة البيئة الجيدة للدراسة. مع تنوع المستوى الاجتماعي والاقتصادي لأسر الطلاب.

3-3 عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من الطلاب المعاقين ذهنياً. الذين ينحصر عمرهم العقلي بين (4-6) سنوات ويقابل العمر الزمني من (12-30) سنة، وتم استبعاد بعض الطلاب لعدم التجانس بين المجموعتين وخاصة التجانس في العمر العقلي والذكاء وفقاً لتطبيق مقياس الذكاء (1951) بالمركز والمسجلة نتائجه في الملفات فقد كان حاصل ذكاء أفراد المجموعتين بين (35-75)، وتم تقسيم العينة إلى قسمين، مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة وذلك لضبط التعلم الذي يحدث نتيجة للنضج الطبيعي من فئة الإعاقة الذهنية البسيطة والمتوسطة وفق تصنيف كيرك (1951). قامت الباحثة بضبط وتنشيط المتغيرات من حيث المستوى الاقتصادي والاجتماعي والمستوى التعليمي.

3-4 وسائل جمع البيانات:

استخدمت الباحثة الاختبارات والمقاييس لجمع البيانات، وقد اشتملت على الاختبارات التالية:

1- اختبار الانتباه.

أ- اختبار التركيز.

ب- اختبار الدقة.

ج- اختبار التوازن.

1- اختبار الانتباه: هو (جمع الكرات): يقسم المعلم التلاميذ إلى أربعة مجاميع تقف بشكل قاطرة خلف خط البداية وعلى خط النهاية، وأمام كل مجموعة يقف أحد أعضاء فريق العمل المساعد وبجانبه إحدى علب الكرتون، يعطي المعلم التلميذ الأول من كل مجموعة خمس كرات صغيرة وعند سماع صافرة المعلم يقوم كل تلميذ برمي الكرات بالتتابع إلى الصندوق ثم يقوم فريق العمل المساعد بحساب الكرات التي يجمعها كل تلميذ، بعدها يقف في نهاية القاطرة ويأتي دور التلميذ الثاني يمارس اللعبة وهكذا حتى نهاية الوقت المخصص لها.

2- اختبار التركيز: (تمرير الكرة بين الساقين) تقسيم الفريق إلى قاطرتين عن كل قاطرة كرة يجب تمريرها بين الساقين حتى نهاية آخر لاعب وإرجاعها بنفس الطريقة إلى أول لاعب ويقوم بعد ذلك بتوصيلها إلى المعلم.

3- اختبار الدقة: (التهديف بكرة صغيرة) يقسم المعلم التلاميذ إلى مجموعتين مجموعة بشكل قاطرة خلف خط البداية وعند إشارة المعلم يبدأ التلميذ الأول من كل قاطرة برمي الكرة إلى أعلى وإعادة مسكها وعند وصوله إلى الدائرة يقف ويقوم بعملية التهديف إلى السلة ويعود مسرعاً إلى اللاعب الثاني وهكذا.

4- اختبار التوازن: (بريد التوازن) تقسيم التلاميذ إلى أربع مجموعات تقف خلف خط البداية على شكل قاطرة وأمام كل مجموعة علم على خط النهاية ويعطي المعلم التلميذ الأول من كل مجموعة قرصاً وعند إشارة البدء باللعب يحمل التلميذ القرص ويضعه فوق رأسه ويمد الذراعين إلى الجانب ويمشي بالقرص على خط مستقيم حتى وصوله العلم عندها ينزل القرص ويمسكه بيده ثم يعود ليناوله إلى التلميذ الثاني إلى آخر تلميذ.

3-5 البرنامج المقترح بصورته الأولية:

قامت الباحثة بتصميم البرنامج متبعةً فلسفة (البس سيدرس) لأنها تعتبر من فلاسفة التربية الحديثة في التربية حيث قامت فلسفتها على عدة مبادئ تربوية هي:

- من الضروري تنمية معارف الطفل عن طريق تنمية الإدراك وتدريب الخواص.
- أن تستغل التربية من أجل الأطفال المعاقين ذهنياً بالنشاط الطبيعي للطفل وهي بذلك تتفق مع فلسفة (جون دبوي) التي تنادي بالتعلم عن طريق العمل.
- مبدأ الربط والتركيز وهو يعني أن مختلف الموضوعات تتجمع حول عنصر ومحور رئيس وتشكل المجموعة موضوعات طبيعية يجمع بينها رابط قوي ويعتبر الرابط بينهما أكثر أهمية للأطفال المعاقين ذهنياً حيث أن رابط الموضوعات في مجموعات طبيعية يجعل مضمونها أسهل فهماً على الأطفال.
- تأكيد الصفة النفسية أو الوظيفية للتعلم فهي تعتقد اعتقاداً جازماً بضرورة استخدام النشاط المتعلم في الحياة الواقعية إذ أردنا للتعلم أن يحدث ويصبح ذا فاعلية وظيفية في حياة هؤلاء الأطفال.

- ينبغي مراعاة الفروق الفردية في تعليم هذه الفئة من الأطفال وملحق رقم (1) يوضح ذلك.

1-3-5 خطوات تقنين البرنامج: المعاملات العلمية (الصدق والثبات والموضوعية):

الخطوات الإجرائية الأولى: قامت الباحثة باتتباع الخطوات التالية:

- تلافى الأخطاء والمعوقات التي قد تظهر عند إجراء الاختبارات.

-مدى صلاحية المكان المخصص لإجراء الاختبارات.

-التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في الدراسة.

-التعرف على مدى كفاءة فريق العمل المساعد في إجراء الاختبارات.

2-3-5 الدراسة الاستطلاعية الأولى:

قامت الباحثة بجمع الاختبارات المقترحة التي تقيس بعض المهارات العقلية (الانتباه والتركيز والدقة والتوازن). من الخبراء المتخصصين في مجال التربية الرياضية والذين يبلغ عددهم (10) ،وبعد تفرغ هذه الاستمارات وبعد الاطلاع على النتيجة توصلت الباحثة إلى تحديد الاختبارات المناسبة لهذه الدراسة من حيث وجهة نظر الخبراء.

3-3-5 الدراسة الاستطلاعية الثانية:

الهدف من هذه الدراسة هو تجربة الاختبارات قيد الدراسة على عينة قوامها(15) طالباً مصابين بالإعاقة الذهنية في مركز النيل الأزرق وذلك خلال فترة 2019/9/1م وذلك للتأكد من مدى موضوعية الاختبارات ومدى فهم الطلاب لها وكيفية أدائها. لتطبيق الاختبارات والمقاييس قامت الباحثة بالاستعانة ببعض الزملاء والخريجين وتحديد وتوفير الأدوات اللازمة، وشرحت للمساعدين كيفية إجراء القياسات ورصدت الدرجات. وهذا بمثابة موضوعية البرنامج.

الموضوعية: هو أن تعطي أسئلة الاختبار نفس المعنى عند مختلف أفراد العينة الذين يطبق عليهم الاختبار.

المعاملات العلمية (الثبات والصدق):

لإيجاد الثبات والصدق قامت الباحثة باستخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط لعينة (15) من مجتمع الدراسة، والجدول رقم (1) أدناه يوضح ذلك.

جدول رقم (1)

يوضح صدق وثبات الاختبار

إسم الاختبار	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري	معامل الارتباط (الثبات)	الصدق
1. اختبار الإنتباه	2.44	0.66	0.87	0.93
2. اختبار التركيز	2.92	0.62	0,93	0.96
3. اختبار الدقة	2.80	0.69	0.89	0.94
4. اختبار التوازن	3.40	0,74	0.95	0.97

يلاحظ من الجدول رقم (1) أعلاه أن معامل الثبات لاختبار الانتباه بلغ (87) والصدق (93)، ولاختبار التركيز بلغ (93) والصدق بلغ (96)، ولاختبار الدقة بلغ (89) والصدق بلغ (94) ، ولاختبار التوازن بلغ (0.74) والصدق بلغ (95.) وهي نسب عالية تؤكد مدى صدق وثبات مقاييس الاختبارات عينة الدراسة.

بعد إجراء الدراسات الاستطلاعية اتفق المحكمين على البرنامج المقترح مع إجراء بعض التعديلات البسيطة وإضافة التكرارات. كما تم التأكد من ثبات وصدق الاختبارات وعليه تم التوصل إلى البرنامج بصورتها النهائية كما يلي:

3-6 البرنامج بصورته النهائية:

أسم البرنامج: برنامج مقترح باستخدام النشاط الحركي والألعاب الصغيرة لتحسين بعض القدرات العقلية لدى الطلاب المعاقين ذهنياً.

محتوى البرنامج:

يحتوي البرنامج المقترح للمعاقين ذهنياً على الإحماء والتمارين والإطالة ولعبتين صغيرتين واثنين من النشاط الحركي على أن يختار منها الأفضل ويطبق منها والجزء الختامي.

يحتوي البرنامج على الآتي:

هدف البرنامج: تحسين بعض القدرات العقلية للمعاقين ذهنياً (الانتباه - التركيز - الدقة والتوازن) .

وحدات البرنامج: تم تقسيم البرنامج إلى أربع وحدات أسبوعياً.

زمن البرنامج: (40) دقيقة.

مكونات وحدات البرنامج: تكون وحدات البرنامج من المقدمة والجزء الرئيس والجزء الختامي.

المقدمة: هو الجزء التمهيدي والذي يتم فيه: الإحماء (تهيئة الجهازين الدوريين التنفسي والجهاز العضلي) باستخدام الجري وتمارين الإطالة والمرونة.

الجزء الرئيس: يحتوي على الألعاب الصغيرة والأنشطة الرياضية مع مراعاة التدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب مع مراعاة الزمن والتكرار.

الجزء الختامي: يستخدم فيه تمارين التهدئة لرجوع الجسم إلى حالته الطبيعية. وملحق رقم (3) يوضح ذلك.

3-7 تطبيق البرنامج:

بعد وضع البرنامج في صورته النهائية قامت الباحثة بتجهيز الملعب والأدوات والأجهزة وبعد ذلك تم تنفيذ البرنامج على العينة المقصودة في مركز النيل الأزرق وتنفيذه حسب الخطة الموضوعية لمدة 4 أسابيع وقد تم تنفيذ البرنامج في الفترة (9/1-10/1/2019م) في الفترة الصباحية من الساعة (8-10).

3-8 الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

قامت الباحثة باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة وهي:

- معادلة سييرمان براون.
- معامل برسون.
- النسب المئوية.
- الانحراف المعياري.
- المتوسط الحسابي.

الفصل الرابع

4- عرض النتائج ومناقشتها وتحليلها وتفسيرها

4-0 تمهيد: يحتوي هذا الفصل على عرض النتائج وتحليل وتفسير ومناقشة النتائج.

4-1 عرض نتائج الفرض الأول ومناقشتها وتحليلها وتفسيرها: للإجابة على فرض الدراسة الأول والذي ينص على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في صفة الانتباه لذوي الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم؟ قامت الباحثة باستخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لإجابات العينة عن اختبارات وقياسات الانتباه، والجدول التالي يوضح ذلك

جدول رقم (2) يوضح

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لإجابات العينة عن قياسات متغير الانتباه

م	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
-1	2.00	0.71	2.40	0.92	1.03	غير دال
-2	1.20	0.48	1.40	0.45	2.40	دال
-3	1.60	0.58	2.20	1.30	2.07	غير دال
-4	3.00	0.89	3.80	0.89	2.42	دال
-5	2.40	0.89	3.00	0.71	9.7	دال

غير دال	1.9	0.55	1.40	0.01	1.00	-6
غير دال	1.8	0.89	1.40	0.45	1.20	-7
دال	4.93	0.89	1.80	0.59	1.40	-8
دال	2.50	0.84	4.00	0.84	3.20	-9
دال	2.11	0.55	1.20	0.45	1.20	-10
غير دال	1.7	0.55	1.50	0.45	1.20	-11
دال	2.50	0.89	3.00	0.84	2.40	-12
دال	3.21	0.89	2.40	0.55	1.40	-13
دال	2.42	0.84	3.20	0.89	2.40	-14
غير دال	1.7	1.7	3.00	0.96	2.52	-15

* (ت) الجدولية (2.10)

يتضح من الجدول (2) أن قيمة الدرجة (ت) المحسوبة جاءت دالة إحصائية في (9) قياسات بنسبة (60%) ولم تكن دالة في (6) قياسات بنسبة (40%) حيث جاء في المرتبة الأولى القياس (5) بمتوسط حسابي (2.40) وانحراف معياري بلغ (0.89) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.00) وانحراف معياري بلغ (0.71) في القياس البعدي وبلغت (ت) (9.7) وفي المرتبة الثانية القياس (8) بمتوسط حسابي (1.40) وانحراف معياري بلغ (0.59) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (1.80) وانحراف معياري بلغ (0.89) في القياس البعدي وبلغت (ت) (4.93) ، وفي المرتبة الثالثة القياس (13) بمتوسط حسابي (1.40) وانحراف معياري بلغ (0.55) في القياس

القبلي وبمتوسط حسابي (2.40) وانحراف معباري بلغ (0.89) في القياس البعدي وبلغت (ت) (3.21) ، وفي المرتبة الرابعة القياس (9) بمتوسط حسابي (3.20) وانحراف معباري بلغ (0.84) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (4.00) وانحراف معباري بلغ (0.84) في القياس البعدي وبلغت (ت) (2.50) ، وفي المرتبة الخامسة القياس (12) بمتوسط حسابي (2.40) وانحراف معباري بلغ (0.84) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.00) وانحراف معباري بلغ (0.89) في القياس البعدي وبلغت (ت) (2.50) ، وفي المرتبة السادسة القياس (14) بمتوسط حسابي (2.40) وانحراف معباري بلغ (0.89) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.20) وانحراف معباري بلغ (0.84) في القياس البعدي وبلغت (ت) (2.42) ، وفي المرتبة السابعة القياس (4) بمتوسط حسابي (3.80) وانحراف معباري بلغ (0.89) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.00) وانحراف معباري بلغ (0.89) في القياس البعدي وبلغت (ت) (2.42) ، وفي المرتبة الثامنة القياس (2) بمتوسط حسابي (1.40) وانحراف معباري بلغ (0.55) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (2.40) وانحراف معباري بلغ (0.89) في القياس البعدي وبلغت (ت) (2.40) ، وفي المرتبة التاسعة القياس (10) بمتوسط حسابي (1.20) وانحراف معباري بلغ (0.41) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (1.20) وانحراف معباري بلغ (0.55) في القياس البعدي وبلغت (ت) (2.11) . وهذه النتيجة تجيب على فرض الدراسة الأول والذي يشير إلى: **توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في صفة الانتباه لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم، وذلك بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في صفة الانتباه لدى بعض ذوى الإعاقة**

الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم وبنسبة (60%) ، وهذا يؤكد ان البرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة والنشاط الحركي لذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم أثراً إيجابياً في تنمية صفة الانتباه.

ويؤكد هذه النتيجة كل من (عادل نصيف جبر 2007 م) و (كمال درويش وأمين الخولي 1995 م) أن الانتباه والتذكر لدى المعاقين عقلياً يواجه قصوراً كبيراً، فإن عملية التمييز بين الأشياء بدورها ستكون دون المستوى مقارنة بالعاديين لذلك لا بد من ممارسة الرياضة ليستفيد المعاق من تأثير الرياضة. وتشير الدراسات والبحوث إلى أن ممارسة الطفل المعاق للنشاطات الرياضية ستزيد من الانتباه والثقة بالنفس والاطمئنان. و الذي يشير إلى أن اللعب ضروري للمعاقين ذهنياً فهو يحقق الكثير من حاجات النمو وتأثيره في التعلم.

2-4 عرض نتائج الفرض الثاني ومناقشتها وتحليلها وتفسيرها: للإجابة على فرض الدراسة الثاني والذي ينص على الآتي: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في صفة التركيز لدى نوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم) قامت الباحثة باستخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لإجابات العينة عن اختبارات وقياسات التركيز، والجدول رقم (3) التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (3) يوضح

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لإجابات العينة عن قياسات متغير التركيز

الدلالة	قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		م
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دال	2.14	0.55	3.60	0.89	3.00	-1
غير دال	2.10	0.54	2.80	0.45	2.50	-2
دال	3.15	0.55	3.40	0.45	2.80	-3
غير دال	1.51	0.45	3.80	0.45	3.80	-4
غير دال	1.60	0.55	2.60	0.71	3.00	-5
غير دال	1.81	0.45	2.20	0.01	2.00	-6
دال	6.3	0.55	2.40	0.84	2.20	-7
دال	8.8	0.45	3.40	0.84	1.20	-8
دال	2.10	0.45	2.00	0.55	1.60	-9

دال	2.50	0.71	2.00	0.55	1.40	-10
غير دال	1.11	0.71	4.00	0.71	2.00	-11
دال	8.6	0.55	3.40	0.55	1.60	-12
دال	4.3	0.55	3.60	0.89	2.40	-13
غير دال	1.50	0.45	3.20	0.45	1.80	-14
دال	4.8	0.55	3.40	1.09	1.80	-15

* (ت) الجدولية (2.01)

يتضح من الجدول (3) أن قيمة الدرجة (ت) المحسوبة جاءت دالة احصائية في (9) قياسات بنسبة (60%) ولم تكن دالة في (6) قياسات بنسبة (40%) حيث جاء في المرتبة الأولى القياس (8) بمتوسط حسابي (1.20) وانحراف معباري بلغ (0.84) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.40) وانحراف معباري بلغ (0.45) في القياس البعدي وبلغت (ت) (8.8) وفي المرتبة الثانية القياس (12) بمتوسط حسابي (1.60) وانحراف معباري بلغ (0.55) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.40) وانحراف معباري بلغ (0.55) في القياس البعدي وبلغت (ت) (8.6) ، وفي المرتبة الثالثة القياس (7) بمتوسط حسابي (2.20) وانحراف معباري بلغ (0.84) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (2.40) وانحراف معباري بلغ (0.55) في القياس البعدي وبلغت (ت) (6.3) ، وفي المرتبة الرابعة القياس (15) بمتوسط حسابي (1.80) وانحراف معباري بلغ (1.09) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.40) وانحراف معباري بلغ (0.55) في القياس البعدي وبلغت (ت) (4.8) ، وفي المرتبة الخامسة القياس (13) بمتوسط حسابي (2.40) وانحراف معباري بلغ (0.89) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.60) وانحراف معباري بلغ (0.55) في القياس البعدي وبلغت (ت) (4.3) ، وفي المرتبة السادسة القياس (3) بمتوسط حسابي (2.80) وانحراف معباري بلغ (0.45) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.40) وانحراف معباري بلغ (0.55) في القياس البعدي وبلغت (ت) (3.15) ، وفي المرتبة السابعة القياس (10) بمتوسط حسابي (1.40) وانحراف معباري بلغ (0.55) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (2.00) وانحراف معباري بلغ

(0.71) فى القياس البعدى وبلغت (ت) (2.50) ، وفى المرتبة الثامنة القياس (1) بمتوسط حسابى (3.00) وانحراف معبارى بلغ (0.89) فى القياس القبلى وبمتوسط حسابى (3.60) وانحراف معبارى بلغ (0.55) فى القياس البعدى وبلغت (ت) (2.14) ، وفى المرتبة التاسعة القياس (2) بمتوسط حسابى (2.50) وانحراف معبارى بلغ (0.45) فى القياس القبلى وبمتوسط حسابى (2.80) وانحراف معبارى بلغ (0.54) فى القياس البعدى وبلغت (ت) (2.10) ،

وهذه النتيجة تجيب على فرض الدراسة الثانى والذي يشير إلى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى فى صفة التركيز لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم.

بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى ولصالح القياس البعدى فى صفة التركيز لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم وبنسبة (60%)، وهذا يؤكد أن البرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة والنشاط الحركى لذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم أثر إيجابياً فى تنمية صفة التركيز. ويؤكد هذه النتيجة كل من (وديع ياسين التكديني 2012م) و(نيومان 2003 م) اللذين يشيران إلى أهمية اللعب لدى المعاقين ذهنياً وأنه يساعد على تقوية التركيز.

3-4 عرض نتائج الفرض الثالث ومناقشتها وتحليلها وتفسيرها: للإجابة على فرض الدراسة الثالث والذي ينص على: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى فى صفة الدقة لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم؟) وقد قامت الباحثة باستخراج المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) لإجابات العينة عن اختبارات وقياسات الدقة، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (4) يوضح

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) لقياسات العينة فى صفة الدقة

م	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة (ت)	الدلالة
	المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري		
-1	2.60	0.55	3.00	0.45	3.16	دال

دال	3.8	0.89	2.60	0.55	1.60	-2
دال	2.50	0.55	2.60	0.71	2.00	-3
غير دال	1.3	0.89	3.00	0.55	3.40	-4
دال	3	0.55	4.00	0.55	3.40	-5
دال	2.3	0.45	3.00	0.45	1.80	-6
غير دال	2.10	0.55	1.40	0.45	1.80	-7
دال	4.64	0.55	2.90	0.89	1.60	-8
دال	6.7	0.84	3.20	0.55	1.40	-9
دال	3.6	0.45	1.80	0.71	1.00	-10
دال	4.7	0.45	2.80	0.45	1.00	-11
دال	2.50	0.45	2.80	0.84	2.20	-12
دال	8.6	0.55	3.40	0.55	1.60	-13
دال	5.9	0.45	3.20	0.89	1.60	-14
دال	3.7	1.09	2.80	0.89	1.40	-15

* (ت) الجدولية (2.10)

يتضح من الجدول (4) أن قيمة الدرجة (ت) المحسوبة جاءت دالة إحصائية في (13) قياسات بنسبة (86.7%) ولم تكن دالة في (2) قياسات بنسبة (13.3%) حيث جاء في المرتبة الأولى القياس (13) بمتوسط حسابي (1.60) وانحراف معياري بلغ (0.55) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.40) وانحراف معياري بلغ (0.55) في القياس البعدي وبلغت (ت) (8.6) وفي المرتبة الثانية القياس (9) بمتوسط حسابي (1.40) وانحراف معياري بلغ (0.55) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.20) وانحراف معياري بلغ (0.84) في القياس البعدي وبلغت (ت) (6.7) ، وفي المرتبة الثالثة القياس (14) بمتوسط حسابي (1.60) وانحراف معياري بلغ (0.89) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.20) وانحراف معياري بلغ (0.45) في القياس البعدي وبلغت (ت) (5.9) ، وفي المرتبة الرابعة القياس (11) بمتوسط حسابي (1.00) وانحراف معياري بلغ (0.45) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (2.80) وانحراف معياري بلغ (0.45) في القياس البعدي وبلغت (ت) (4.7) ، وفي المرتبة الخامسة القياس (8) بمتوسط حسابي (1.60) وانحراف معياري بلغ (0.89) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (2.90) وانحراف معياري بلغ (0.55) في القياس البعدي وبلغت (ت) (4.64) ، وفي المرتبة السادسة القياس (2) بمتوسط حسابي (1.60) وانحراف معياري بلغ (0.55) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (2.60) وانحراف معياري بلغ (0.89) في القياس البعدي وبلغت (ت) (3.8) ، وفي المرتبة السابعة القياس (15) بمتوسط حسابي (1.40) وانحراف معياري بلغ (0.89) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (2.80) وانحراف معياري بلغ (1.09) في القياس البعدي وبلغت (ت) (3.7) ، وفي المرتبة الثامنة القياس (10) بمتوسط حسابي (1.00) وانحراف معياري بلغ (0.71) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (1.80) وانحراف معياري بلغ (0.45) في القياس البعدي وبلغت (ت) (3.60) ، وفي المرتبة التاسعة القياس (1) بمتوسط حسابي (2.60) وانحراف معياري بلغ (0.55) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.00) وانحراف معياري بلغ (0.45) في القياس البعدي وبلغت (ت) (3.10) ، وفي المرتبة العاشرة القياس (5) بمتوسط حسابي (3.40) وانحراف معياري بلغ (0.55) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (4.00) وانحراف معياري بلغ (0.55) في القياس البعدي وبلغت (ت) (3.00) ، وفي المرتبة الحادية عشر القياس (12) بمتوسط حسابي (2.20) وانحراف معياري بلغ (0.84) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (2.80) وانحراف معياري بلغ (0.45) في القياس البعدي وبلغت (ت) (2.50) ، وفي المرتبة الثانية عشر القياس (3) بمتوسط حسابي (2.00) وانحراف معياري بلغ (0.55) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (2.60) وانحراف معياري بلغ (0.55) في القياس البعدي وبلغت (ت) (2.50) ، وفي المرتبة الثالثة عشر القياس (6) بمتوسط حسابي (1.80) وانحراف معياري بلغ (0.45) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.00) وانحراف معياري بلغ (0.45) في القياس البعدي وبلغت (ت) (2.3) .

وهذه النتيجة تجيب على فرض الدراسة الثالث والذي يشير إلى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في صفة الدقة لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم؟

بانه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في صفة الدقة لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم وبنسبة (86.7%) وهذا يؤكد أن البرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة والنشاط الحركي لذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم أثر إيجابياً في تنمية صفة الدقة. وتؤكد هذه النتيجة كل من (مصطفى السايح محمد 2007 م)، و(محمد حسن علاوي 1967م)، و(ربيع هادي لمعثان 1991م) والذين يشيرون إلى أن الأنشطة الرياضية للمعاقين تعمل على تحسين مهاراتهم وقدراتهم العقلية.

4-4 عرض نتائج الفرض الرابع ومناقشتها وتحليلها وتفسيرها: للإجابة على فرض الدراسة الرابع والذي ينص على: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في صفة التوازن لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم؟) قامت الباحثة باستخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لإجابات العينة عن اختبارات وقياسات الدقة، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (5) يوضح

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لقياسات العينة في صفة التوازن

م	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
-1	4.00	0.50	3.60	0.55	2.00	غير دال
-2	2.00	0.89	3.20	0.45	4.44	دال
-3	3.60	0.89	2.80	0.45	2.90	دال
-4	4.00	0.89	3.60	0.55	1.4	غير دال

دال	3.1	0.45	3.40	0.55	2.80	-5
غير دال	1.90	0.55	2.60	0.55	2.20	-6
غير دال	1.70	0.55	2.80	0.43	2.50	-7
دال	5.80	0.55	2.60	0.84	1.20	-8
دال	2.6	0.55	3.60	1.30	2.80	-9
دال	5.5	0.45	2.20	0.71	1.00	-10
دال	6.7	0.55	2.40	0.55	1.00	-11
دال	3.17	0.55	3.60	1.58	2.00	-12
دال	4.4	0.55	3.40	0.84	2.20	-13
دال	9.4	0.55	3.40	0.58	1.50	-14
دال	5.7	0.71	3.00	0.52	1.70	-15

* (ت) الجدولية (2.10)

يتضح من الجدول (5) أن قيمة الدرجة (ت) المحسوبة جاءت دالة إحصائية في (11) قياسات بنسبة (73.3 %) ولم تكن دالة في (4) قياسات بنسبة (26.7 %) حيث جاء في المرتبة الأولى القياس (14) بمتوسط حسابي (1.50) وانحراف معياري بلغ (0.58) في القياس القبلي وبمتوسط حسابي (3.40) وانحراف معياري بلغ (0.55) في القياس البعدي وبلغت (ت) (9.4) وفي المرتبة الثانية القياس (11) بمتوسط حسابي (1.00) وانحراف معياري بلغ (0.55) في القياس القبلي وبمتوسط

حسابى (2.40) وانحراف معيارى بلغ (0.55) فى القياس البعدى وبلغت (ت) (6.7) ، وفى المرتبة الثالثة القياس (8) بمتوسط حسابى (1.20) وانحراف معيارى بلغ (0.84) فى القياس القبلى و بمتوسط حسابى (2.60) وانحراف معيارى بلغ (0.55) فى القياس البعدى وبلغت (ت) (5.8) ، وفى المرتبة الرابعة القياس (15) بمتوسط حسابى (1.70) وانحراف معيارى بلغ (0.52) فى القياس القبلى و بمتوسط حسابى (3.00) وانحراف معيارى بلغ (0.71) فى القياس البعدى وبلغت (ت) (5.7) ، وفى المرتبة الخامسة القياس (10) بمتوسط حسابى (1.00) وانحراف معيارى بلغ (0.71) فى القياس القبلى و بمتوسط حسابى (2.20) وانحراف معيارى بلغ (0.45) فى القياس البعدى وبلغت (ت) (5.5) ، وفى المرتبة السادسة القياس (2) بمتوسط حسابى (2.00) وانحراف معيارى بلغ (0.89) فى القياس القبلى و بمتوسط حسابى (3.20) وانحراف معيارى بلغ (0.45) فى القياس البعدى وبلغت (ت) (4.4) ، وفى المرتبة السابعة القياس (13) بمتوسط حسابى (2.20) وانحراف معيارى بلغ (0.89) فى القياس القبلى و بمتوسط حسابى (3.40) وانحراف معيارى بلغ (0.55) فى القياس البعدى وبلغت (ت) (4.4) ، وفى المرتبة الثامنة القياس (12) بمتوسط حسابى (2.00) وانحراف معيارى بلغ (1.85) فى القياس القبلى و بمتوسط حسابى (3.60) وانحراف معيارى بلغ (0.55) فى القياس البعدى وبلغت (ت) (3.17) ، وفى المرتبة التاسعة القياس (5) بمتوسط حسابى (2.80) وانحراف معيارى بلغ (0.55) فى القياس القبلى و بمتوسط حسابى (3.40) وانحراف معيارى بلغ (0.45) فى القياس البعدى وبلغت (ت) (3.1) ، وفى المرتبة العاشرة القياس (3) بمتوسط حسابى (3.60) وانحراف معيارى بلغ (0.89) فى القياس القبلى و بمتوسط حسابى (2.80) وانحراف معيارى بلغ (0.45) فى القياس البعدى وبلغت (ت) (2.90) ، وفى المرتبة الحادى عشر القياس (9) بمتوسط حسابى (2.80) وانحراف معيارى بلغ (1.30) فى القياس القبلى و بمتوسط حسابى (3.60) وانحراف معيارى بلغ (0.55) فى القياس البعدى وبلغت (ت) (2.60).

وهذه النتيجة تجيب على فرض الدراسة الرابع و الذى يشير إلى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى فى صفة التوازن لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم؟ وبأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى ولصالح القياس البعدى فى صفة التوازن لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم وبنسبة (73.3%) مما يؤكد أن البرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة والنشاط الحركى أثر إيجابياً فى تنمية صفة التوازن. يؤكد (عبد الحميد شرف 1996 م) و (التركيت 2003 م) أن ممارسة النشاط الرياضى له تأثير كبير فى أجهزة الجسم المختلفة، وأنه يساعد على تحسين الإحساس الحركى الممتاز وتحسين التوافق بين الأعصاب والعضلات واكتساب عمليات التوازن بين الكف والآثار العصبية (والمقصود بالكف ان تؤدي الحركة بواسطة العضلات المنوط بها دون تدخل من عضلات أخرى ليس لها علاقة بهذه

الحركة) وهذا يؤدي إلى خروج الحركة سهلاً دون مجهود كبير. ويساعد على النمو الجمالي للطفل ويلعب دوراً مهماً في عملية تطوير الطفل والثقة بأداء الجسم وزيادة التوازن والسيطرة على الجسم بحركاته واختيار بعض العضلات عند القيام بالحركات الصعبة وزيادة القدرة على الاعتماد على النفس عند أداء العمل.

الفصل الخامس

أهم النتائج والاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

5-1 أهم النتائج:

1-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في صفة الانتباه لدى بعض ذوي الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم وبنسبة (60%) لصالح المجموعة التجريبية.

2-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في صفة التركيز لدى ذوي الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم وبنسبة (60%) لصالح المجموعة التجريبية.

3-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي فى صفة الدقة لدى ذوي الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم وبنسبة (86.7%) لصالح المجموعة التجريبية.

4-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي فى صفة التوازن لدى ذوي الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم وبنسبة (73.3%) لصالح المجموعة التجريبية.

5-2 التوصيات:

- توفير الوسائل التعليمية المرئية والمسموعة والمقروءة والأدوات والأجهزة المساعدة والرسومات التوضيحية.

- ضرورة تصنيف الأطفال على حسب الفئات العمرية لمعرفة البرنامج المناسبة لكل مرحلة.

- دمج الأطفال ذوي الإعاقات الذهنية مع الأطفال الأسوياء.

-استخدام وسائل التواصل الاجتماعي المرئية والمسموعة والمقروءة في توعية الأسر لمشكلة الإعاقة الذهنية.

5-3 المقترحات:

من خلال هذا البرنامج أوصي بتطبيقه على الشرائح الأخرى.

-برنامج تدريبي قائم على الانتباه لتحسين التواصل اللفظي وغير اللفظي لدى الأطفال ذوي اضطراب التوحد.

-تأثير برنامج ترويجي مقترح لتحسين بعض سلوكيات التفاعل الاجتماعي لدى أطفال متلازمة الداون

5-4 ملخص الدراسة:

جاءت هذا الدراسة بعنوان: برنامج مقترح بالألعاب الصغيرة والنشاط الحركي فى تنمية بعض القدرات العقلية لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم، وتكوّنت من خمسة فصول تناولت الباحثة فى الفصل الأول خطة الدراسة والتي اشتملت على المقدمة ومشكلة الدراسة، وتم فيها بيان أهمية المشكلة وأهداف الدراسة التي تمثلت فى: التعرف على أثر برنامج مقترح بالألعاب الصغيرة والنشاط الحركي فى تنمية بعض القدرات العقلية لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم وتناول الفصل الأول أيضاً إجراءات الدراسة والتي تضمنت مجتمعه وعينته التي تم اختيارها بطريقة عشوائية من ذوى الإعاقة الذهنية، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وأداة الجمع التي استخدمتها الباحثة هي الاختبارات والمقاييس وتضمنت أيضاً المعالجات الإحصائية، وختمت الباحثة الفصل الأول بمصطلحات الدراسة. واشتمل الفصل الثاني على الإطار النظري والدراسات السابقة على مباحث هي: الإعاقة الذهنية، الألعاب الصغيرة، البرامج، والدراسات السابقة.

فى الفصل الثالث تم تناول " إجراءات الدراسة " وبيان المنهج المتبع وكيفية اختيار العينة، وأداة جمع البيانات وتقنيها لتحديد صدقها وثباتها واختتم الفصل بتطبيق الدراسة وطريقة المعالجة الإحصائية للبيانات.

واشتمل الفصل الرابع على عرض ومناقشة نتائج الدراسة واشتمل الفصل الخامس على النتائج التي تم التوصل لها:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى فى صفة الانتباه لدى بعض ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم وبنسبة (60%)، وهذا يؤكد أن البرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة والنشاط الحركي لذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم أثر إيجابياً فى تنمية صفة الانتباه.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى ولصالح القياس البعدى فى صفة التركيز لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم وبنسبة (60%)، وهذا يؤكد أن البرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة والنشاط الحركي لذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم أثر إيجابياً فى تنمية صفة التركيز.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى ولصالح القياس البعدى فى صفة الدقة لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم وبنسبة (86.7%)، وهذا يؤكد أن

البرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة والنشاط الحركى لذوي الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم أثر إيجابياً فى تنمية صفة الدقة.

4-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى ولصالح القياس البعدى فى صفة التوازن لدى ذوى الإعاقة الذهنية بمركز النيل الأزرق بولاية الخرطوم وبنسبة (73.3%) مما يؤكد أن البرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة والنشاط الحركى أثر إيجابياً فى تنمية صفة التوازن.

المصادر والمراجع

المصادر:

1/ القرآن الكريم

2/ السنة النبوية

المراجع:

- 1/أسامة رياض 2001م، رياضة المعاقين الأسس الطبية والرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة .
- 2/أمين أنور الخولي 1996م، أصول التربية البدنية والرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 3/ آمال محمد ابراهيم بابكر 2007م، رياضة المعاقين العلاجية، ط1، دار النشر، الناشر أقطاب للإعلام، السودان.
- 4/ حلمي محمد ابراهيم وليلى السيد فرحان 1998م، التربية الرياضية والترويح للمعاقين، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 5/ ربيع هادي مثنان 2008م، اللعب والطفولة، مكتبة المجمع العربي.
- 6/ سميرة عبد اللطيف مصطفى محمد 2016 م، الترويح للأطفال المعاقين ذهنياً، ط1، مؤسسة عالم الرياضة للنشر والطباعة ودار الوفاء لندنيا للطباعة، الإسكندرية.
- 7/ سهام عفت 1983م، التدريب الميداني في التربية الرياضية، الطبعة الاولى، مطبعة دار المعارف.
- 8/شواهين خير، ألعاب تربوية مثيرة للتفكير الطبيعي، الطبعة الاولى، عالم للكتب الحديث للنشر والتوزيع.
- 9/عبد الحميد شرف 2002م، البرامج في التربية، الطبعة الثانية، القاهرة، مصر الجديدة، مركز الكتاب للنشر.
- 10/عصام الدين متولي عبد الله 2012م، النشاط الرياضي بين النظرية والتطبيق العملي، ط 1، دار الوفاء، الإسكندرية.
- 11/عبدالمجيد شرف 2000م، التخطيط في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 12/علي جلال الدين 2006م، الأسس الفسيولوجية للأنشطة الحركية، دار الكتب، مصر العربية.
- 13/كمال درويش وأمين الخولي 1995م، أصول الترويح وأوقات الفراغ، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 14/فاروق الروسان 1999م، التربية الخاصة، الطبعة الثانية، دار الفكر العربي، عمان.
- 15/ فريق كمونة 2002م، مبادئ وطرق التربية الرياضية للمعاقين، الطبعة الأولى، الإصدار الأول، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع، الاردن.
- 16/محمد متولي ورمضان ومسعد بدوي 2003م، أساسيات المنهج في الطفولة المبكرة، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
- 17/ محمد حسن علاوي 1967م، موسوعة الألعاب الرياضية، الطبعة الأولى، دار المعارف بمصر.

- 18/ محمد حسين محمد عبد المنعم 2009م، مناهج التربية البدنية والرياضية للمعاقين بصرياً وذهنياً، الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية.
- 19/ مروان عبد المجيد 1998م، التربية الخاصة للأطفال المعاقين، مطبعة الاتحاد، دمشق.
- 20/ مروان عبد المجيد ابراهيم 2015م، الموسوعة الكاملة لقوانين الألعاب الرياضية للمعاقين، الطبعة الأولى، المملكة الأردنية الهاشمية.
- 21/ مصطفى السايح محمد 2007م، موسوعة الألعاب الصغيرة، الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية.
- 23/ محمد محمود الحيلة 2005م، الألعاب التربوية والتقنيات الابتكارية، ط3، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
- 24/ وديع ياسين التكديني 2012م، المرشد في الألعاب الصغيرة لكافة المراحل الدراسية، الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية.

الدراسات السابقة:

1/ إيمان أحمد محمد زهري، 2015م، بعنوان: الأنشطة الترويحية لترشيد السلوك الصحي للمعاقين ذهنيًا، السودان.

2/ مبارك آدم، 2002م، بعنوان: برامج التربية البدنية في مدارس مرحلة التعليم الأساسي بالسودان، الخرطوم.

3/ عادل نصيف جبر 2007م، بعنوان: منهج تعليمي بالألعاب الصغيرة وتأثيره في تعلم واحتفاظ بعض الحركية وتطوير التكيف الاجتماعي للخوادم من حملة أعراض الداون، جامعة بغداد، بغداد.

4/ نهاد صالح الهذيلي 2005م، بعنوان: فاعلية برنامج تدريبي ميداني إلى اللعب في تنمية التفكير الابتكاري لدى الأطفال المعاقين سمعيًا في مرحلة ما قبل المدرسة، الأردن.

5/ فاطمة عبد الرحمن محمد 2001م، بعنوان: تصميم برامج تربية رياضية مقترح للأحداث الجانحين في ولاية الخرطوم، دار النشر، الخرطوم.

شبكة الأنترنت:

1/ أبو خالد (السعودية)، المصدر شبكة الخليج

WWW.werathah.com special school play2htw

الملاح

ق

ملحق رقم (1)

يوضح البرنامج بصورته الأولية للتحكيم

بسم الله الرحمن الرحيم

السيد:

الموضوع / تحكيم برنامج

بالإشارة للموضوع أعلاه تقوم الدارسة هند النعيم بدراسة بعنوان (برنامج مقترح باستخدام النشاط الحركي والألعاب الصغيرة لتحسين بعض القدرات العقلية للطلاب المعاقين ذهنياً بولاية الخرطوم). نرجو من سيادتكم التكرم بتحكيم البرنامج المقترح لما لكم من دراية وخبرة في هذا المجال واختيار التمرينات والأنشطة الحركية والألعاب الصغيرة التي تتناسب مع العنوان أعلاه واقتراح ما ترونه مناسباً في هذا المجال.

مكان العمل:

الدرجة الوظيفية:

عدد سنوات الخبرة:

ملحق رقم (2)

أسماء السادة المحكمين للبرنامج

الاسم	الدرجة العلمية	الجهة
1/ عبدالحفيظ عبد الكريم	أستاذ مساعد	جامعة السودان والتكنولوجيا للعلوم
2/ حاكم يوسف الضوء	أستاذ مساعد	جامعة السودان والتكنولوجيا للعلوم
3/ حامد السيد دفع الله	أستاذ مساعد	جامعة السودان والتكنولوجيا للعلوم
4/ صلاح جابر فرين	أستاذ مساعد	جامعة السودان والتكنولوجيا للعلوم
5/ مصطفى كرم الله محمد	أستاذ مساعد	جامعة السودان والتكنولوجيا للعلوم
6/ الطيب حاج ابراهيم	أستاذ مساعد	جامعة السودان والتكنولوجيا للعلوم
7/ مكي فضل المولى	أستاذ مساعد	جامعة السودان والتكنولوجيا للعلوم

برنامج الأسبوع الأول:

أجزاء البرنامج	الشرح	الزمن	الغرض	الأدوات	مناسب	واضح	مهم
الإحماء	(وقوف وجهاً لظهر وتشبيك اليدين حول خصر الزميل) المشي للأمام مع تقليد صافرة القطار	5 ق	تهيئة الجسم وتنشيط الدورة الدموية	لا يوجد			

			لا يوجد	تقوية الرقبة تقوية عضلات الجذع تقوية عضلات الرجلين	15 ق	العنق: (وقوف) لف العنق للجانبين لمشاهدة العصافير (من الجانبين). الذراعين: (وقوف وثبات الوسط) ثني الجذع للجانبين مع ميل الجذع أماماً وخلفاً مع الجلوس على أربعة، تقليد ابريق الشاي مع ترديد الأغنية. الرجلين: (الجلوس على أربعة) القفز للأمام وتقليد حركة الضفدع وصوتها.	التمرينات
--	--	--	---------	--	------	--	-----------

الاقتراح:

.....

التعديل: :

برنامج الأسبوع الثاني:

أجزاء البرامج	الشرح	الزمن	الغرض	الأدوات	مناسب	واضح	مهم
الإحماء	السير السريع مع ثني الذراعين أمام الصدر لتقليد حركة السائق و صوت السيارة.	5 ق	تنشيط الدورة				

				الدموية			
				تقوية الجذع	10 ق	(الوقوف وفتح الذراعين عالياً) ميل الجذع أمام وأسفل مع رفع الذراعين عالياً، تقليد حركة الحفر.	تمرينات الجذع
				تقوية الذاعين		(الوقوف وثني الذراعين عالياً) رفع الذراعين عالياً مع الوثب، تقليد قطف الفاكهة من الشجرة المرتفعة.	تمرينات الذاعين
				تقوية الرجلين		(وقوف فتحاً) ثني كامل للركبة والرجوع لوضع الوقوف مع تكرار التمرين.	تمرينات الرجلين
				الملاحظة الانتباه التركيز التوافق العضلي والعصبي السرعة	10 ق	(جمع الكرات): يقسم المعلم التلاميذ إلى أربع مجموعات تقف بشكل قاطرة خلف خط البداية وعلى خط النهاية وأمام كل مجموعة يقف أحد أعضاء فريق العمل المساعد وبجانبه إحدى علب الكرتون يعطي المعلم التلميذ الأول من كل مجموعة خمس كرات صغيرة وعند سماع صفارة المعلم يقوم كل تلميذ برمي الكرات بالتتابع إلى الصندوق ثم يقوم فريق العمل المساعد بحساب الكرات التي يجمعها كل تلميذ بعدها يقف التلاميذ في نهاية القاطرة ويأتي دور التلميذ الثاني يمارس اللعبة وهكذا تستمر حتى نهاية الوقت المخصص لها.	النشاط الحركي جمع الكرات
				الانتباه	15 ق	(تمرير الأطواق) تكوين مجموعة في شكل دائرة وعند البداية باللعب يقوم التلميذ الأول	لعبة صغيرة

				سرعة رد الفعل		بتمرير الطوق بين التلاميذ وعند سماع الصافرة من يحمل الكرة يخرج من اللعبة حتى نصل إلى الفائز.	
				الانتباه التركيز سرعة رد الفعل	10 ق	(تمرير الكرة بين الساقين): تقسيم التلاميذ إلى فاطرتين عند كل قاطرة كرة يجب تمريرها بين الساقين حتى نهاية آخر لاعب وارجاعها بنفس الطريقة إلى أول لاعب ويقوم بعد ذلك بتوصيلها إلى المعلم.	لعبة صغيرة

البرنامج:

في

رأيك

.....

والتعديل:

الاقتراح

.....

برنامج الأسبوع الثالث:

أجزاء البرنامج	الشرح	الزمن	الغرض	الأدوات	مناسب	واضح	مهم
الإحماء	الهروب من الوحش مع صيحة النجدة.	5 ق	تنشيط الدورة الدموية	لا يوجد			
تمرينات الذراعين تمرينات الجذع	(الوقوف وثني الذراعين عالياً) رفع الذراعين عالياً مع الوثب لتقليد قطف الفاكهة من الشجرة المرتفعة. (وقوف فتحاً) ثني الجذع للجانبين مع وضع الذراعين جانباً لتقليد حفيف الأشجار.	10 ق	تقوية الذراعين تقوية الجذع	لا يوجد			
النشاط الحركي: السير في خط مستقيم	(السير على أطراف الأصابع): يقسم المعلم التلاميذ إلى مجموعتين تقف المجموعة الأولى بشكل يتسق على خط البداية الذي يبعد 4 أمتار من خط النهاية وخلفها تقف المجموعة الثانية وعند إشارة المعلم بالبداية باللعب يبدأ تلاميذ المجموعة الأولى بمسك الكرات ورفع الذراعين إلى الجانب والسير على رؤوس الأصابع إلى خط النهاية بعدها تعود المجموعة الأولى لتبدأ المجموعة الثانية وهكذا تستمر اللعبة حتى نهاية الوقت المخصص لها.	15 ق	التوافق والتوازن	كرات صافرة			
لعبة صغيرة ترتيب الصور	(ترتيب الصورة) يقسم المعلم التلاميذ إلى أربع مجموعات تقف بشكل طابور على خط البداية الذي يبعد 3 أمتار عن خط النهاية الذي يوضع على المناضد مع الكراسي وتوجد على كل منضدة ألعاب خشبية، وعند إشارة المعلم للبداية باللعب يقوم التلميذ الأول في كل مجموعة بالسير والجلوس على الكراسي ومواجهة المنضدة بعدها يقوم بترتيب القطع المبعثرة لإعادة الوجهة وبإشراف مع أحد أعضاء فريق العمل المساعدة، وبعد التنفيذ يعود التلميذ الأول ليقف في نهاية الطابور ليبدأ التلميذ الثاني الخ.	15 ق	التركيز والانتباه تنمية الذكاء	صافرة كراسي صور			
لعبة صغيرة	(الجلوس عند الإشارة): وقوف التلاميذ في شكل صفوف وعند سماع الصافرة يقوم التلميذ بالجلوس الصحيح وهكذا حتى معرفة من هو	10 ق	الانتباه وسرعة رد	صافرة كراسي			

				الفعل		الفائز .	
				التميز السمعي			

..... رأيك في البرنامج:

..... الاقتراحات والتعديلات:

أجزاء البرنامج	الشرح	الزمن	التكرار	الغرض	الأدوات	مناسب	واضح	مهم
الإجماع	(الوقوف وجهاً لظهر وتشبيك اليدين حول خصر الزميل) المشي للأمام مع تقليد صافرة القطار.	5 ق	3×1	تهيئة الجسم وتنشيط الدورة الدموية	لا يوجد			
التمرينات	التمرينات	15 ق	5×3	تقوية الرقبة تقوية عضلات الجذع تقوية عضلات الرجلين	لا يوجد			
التمرينات	العنق: (وقوف) ولف الرقبة للجانبين لمشاهدة العصافير (من الجانبين). الذراعين: (وقوف مع ثبات الوسط) ثني الجذع للجانبين مع ميل الجذع أماماً وخلفاً مع الجلوس على أربعة لتقليد ابريق الشاي ،مع ترديد الأغنية. الرجلين: (جلوس على أربعة) القفز للأمام لتقليد حركة الضفدع وصوتها.							
النشاط الحركي	(المشي لقطع مسافة): يقف التلاميذ على هيئة قطارات أمام خطين بالجير المسافة بينهما 10 أمتار وعند سماع الإشارة من المعلم يتحرك الطفل الأول من كل قاطرة ليقطع المسافة بين الخطين في أقل وقت ممكن وهكذا حتى النهاية.	10 ق	2×1	الانتباه والتركيز	جير، صافرة، ساعة إيقاف			
لعبة صغيرة (رمي ولقف وتهدف في السلة)	(التهدف بكرة صغيرة): يقسم المعلم التلاميذ إلى مجموعتين تقف كل مجموعة بشكل قاطرة خلف خط البداية وعند إشارة المعلم يبدأ التلميذ الأول من كل مجموعة باستلام الكرة ويبدأ اللعب برمي الكرة إلى أعلى وإعادة مسكها وعند وصولها إلى الدائرة يقف ويقوم بعملية التهدف إلى السلة ويعود مسرعاً حاملاً الكرة لتسليمها إلى اللاعب الثاني وهكذا الخ.	10 ق	5×1	التركيز والدقة	سلة كرات صغيرة صافرة			
لعبة صغيرة: المشي على الأمشاط في خط مستقيم	(بريد التوازن): تقسيم التلاميذ إلى أربع مجموعات تقف خلف خط البداية على شكل قاطرة وأمام كل مجموعة علم على خط النهاية يعطى المعلم التلميذ الأول من كل مجموعة قرصاً وعند إشارة البدء باللعب يحمل التلميذ القرص ويضعه فوق رأسه ويمد الذراعين إلى الجانب	10 ق	4×1	الانتباه الدقة التوازن	اقراص اعلام صافرة			

						ويمشي بالقرص على خط مستقيم حتى وصوله إلى العلم عندها ينزل القرص ويمسكه بيده ثم يعود مسرعاً ليناوله إلى التلميذ الثاني...الخ.		
			كرات صافرة	المرونة والانتباه وسرعة الاستجابة	2×1	10 ق	<p>(تسليم الكرة من الجانب): تقسيم التلاميذ إلى مجموعات تجلس على شكل قاطرات على أحد الخطوط الجلوس الطويل مع فتح الساقين فتحة مناسبة يعطي المعلم كرة كبيرة الحجم للتلميذ الأول من كل مجموعة وعند الإشارة يقوم التلميذ الأول بمناولة الكرة إلى التلميذ الذي خلفه عن طريق فتل الجذع إلى الجانب اليمين وتسليمها ثم يقوم التلميذ الثاني بتسليم الكرة إلى التلميذ الذي يليه وهكذا حتى نهاية القاطرة بعدها يتم تسليم الكرة عن طريق فتل الجذع إلى اليسار بنفس الطريقة.</p> <p>(وقوف فتحاً) ميل الجذع أماماً ومرجحة الذراعين</p> <p>(وقوف فتحاً) فتح الذراعين جانباً وميل الجذع أماماً وأسفل ومرجحة الذراعين.</p>	نشاط حركي (التسليم والتسلم في كرة اليد)
			لايوجد	تهديئة	3×1	5ق	وقوف وميل الجذع للأمام مع مرجحة الذراعين للجانب	الخاتمة

ملحق رقم (3)

البرنامج بصورته النهائية:

برنامج

لأسبوع الأول :

جزء البرامج	الشرح	الزمن	التكرار	الغرض	الأدوات	مناسب	واضح	مهم
الإحماء	السير السريع مع ثني الذراعين أمام الصدر لتقليد حركة السائق وصوت السيارة.	5 ق	3×1	تنشيط الدورة الدموية				
تمارين الجذع	(الوقوف وفتح الذراعين عالياً) ميل الجذع أمام وأسفل مع رفع الذراعين عالياً لتقليد حركة الحفر.	10 ق	5×3	تقوية الجذع				
تمارين الذراعين	(الوقوف وثني الذراعين عالياً) رفع الذراعين عالياً مع الوثب وتقليد قطف الفاكهة من الشجرة المرتفعة. (وقوف فتحاً) ثني كامل للركبة والرجوع لوضع الوقوف مع تكرار التمرين.			تقوية الذراعين تقوية الرجلين				
تمارين الرجلين								
النشاط الحركي	(جمع الكرات): يقسم المعلم التلاميذ إلى أربع مجموعات تقف بشكل قاطرة خلف خط البداية وعلى خط النهاية وأمام كل مجموعة يقف أحد أعضاء فريق العمل المساعد وبجانبه إحدى علب الكرتون ويعطي المعلم التلميذ الأول من كل مجموعة خمس كرات صغيرة وعند سماع صافرة المعلم يقوم كل تلميذ برمي الكرات بالتتابع إلى الصندوق ثم يقوم فريق العمل المساعد بحساب الكرات التي يجمعها كل تلميذ بعدها يقف التلميذ في نهاية القاطرة ويأتي دور التلميذ الثاني ليمارس اللعبة وهكذا تستمر حتى نهاية الوقت المخصص لها.	10 ق		الملاحظة الانتباه التركيز التوافق العضلي والعصبي السرعة				
لعبة صغيرة	(تمرير الأطواق) تكوين مجموعة في شكل دائرة وعند البداية باللعب يقوم التلميذ الأول بتمرير الطوق بين التلاميذ وعند سماع الصافرة من يحمل الكرة	15 ق		الانتباه سرعة رد الفعل				

							يخرج من اللعبة حتى نصل إلى الفائز.	
				الانتباه التركيز، سرعة رد الفعل		10 ق	(تمرير الكرة بين الساقين): تقسيم التلاميذ إلى قاطرتين عند كل قاطرة كرة يجب تمريرها بين الساقين حتى نهاية آخر لاعب وإرجاعها بنفس الطريقة إلى أول لاعب ويقوم بعد ذلك بتوصيلها إلى المعلم.	لعبة صغيرة
				تهديئة الجسم	3×1	5 ق	الوقوف بإمالة الجذع للأمام ومرجحة الذراعين	

البرنامج الأسبوع الثاني:

مكونات	الشرح	الزمن	التكرار	الغرض	الأدوات	مناسب	واضح	مهم
--------	-------	-------	---------	-------	---------	-------	------	-----

البرنامج للأسبوع الثالث:

							البرنامج	
			لا يوجد	تنشيط الدورة الدموية	5×1	5 ق	الهروب من الوحش مع صيحة النجدة.	الإحماء
			لا يوجد	تقوية الذراعين تقوية الجذع	10×2	10 ق	(الوقوف مع ثني الذراعين عالياً): رفع الذراعين عالياً مع الوثب لتقليد قطف الفاكهة من الشجرة المرتفعة. (الوقوف فتحاً): ثني الجذع للجانبين مع وضع الذراعين جانباً لتقليد حفيف الأشجار.	تمرينات الذراعين تمرينات الجذع
			كرات صافرة	التوافق والتوازن	1×1	15 ق	(السير على أطراف الأصابع): يقسم المعلم التلاميذ إلى مجموعتين تقف المجموعة الأولى بشكل يتسق على خط البداية الذي يبعد 4 أمتار عن خط النهاية وخلفها تقف المجموعة الثانية وعند إشارة المعلم بالبدء باللعب يبدأ تلاميذ المجموعة الأولى بمسك الكرات ورفع الذراعين إلى الجانب والسير على رؤوس الأصابع إلى خط النهاية بعدها تعود المجموعة الأولى لتبدأ المجموعة الثانية وهكذا تستمر اللعبة حتى النهاية الوقت المخصص لها.	النشاط الحركي: السير في خط مستقيم
			صافرة كراسي صور	التركيز والانتباه تنمية الذكاء	4×1	15 ق	(ترتيب الصورة) يقسم المعلم التلاميذ إلى أربع مجموعات تقف بشكل طاوور على خط البداية الذي يبعد 3 أمتار عن خط النهاية الذي يوضع على المناضد مع الكراسي وتوجد على كل منضدة ألعاب خشبية وعند إشارة المعلم بالبداية باللعب يقوم التلميذ الأول في كل مجموعة بالسير والجلوس على الكراسي ومواجهة المنضدة بعدها يقوم بترتيب القطع المبعثرة لإعادة الوجهة وبإشراف مع أحد أعضاء فريق العمل المساعد وبعد التنفيذ يعود التلميذ الثاني ليقف في نهاية الطاوور ليبدأ التلميذ الثاني... الخ.	لعبة صغيرة ترتيب الصور
			صافرة كراسي	الانتباه وسرعة رد الفعل التميز السمعي		10 ق	(الجلوس عند الإشارة): ووقوف التلاميذ في شكل صفوف وعند سماع الصافرة يقوم التلاميذ بالجلوس الصحيح، وهكذا حتى معرفة من هو الفائز.	لعبة صغيرة
			لا توجد	تهدئة الجسم	3×1	5 ق	وقوف مع ميل الجذع للأمام ومرجحة الذراعين	الخاتمة

