# أثر الألعاب الحركية الصغيرة على الأطفال ذ

## دراسة حالة على الأطفال ذوي الشلل الد

أ. دعلوش عقبة. أستاذ مساعد (أ)جامعة العقيد الحا

الألعاب الحركية الم
صغيرة كأداة مق
تقدمة على جوانب
جوانب الأخرى
مع الأطفال
this has
توفير
لى

**ملخص الدراسة**

مما لاشك فيه أن قدرة الأطفال ذوي الشلل الدماغي على ممارسة الرياضة أصبحت ، ـ
به و هذا ما نحاول إثباته من خلال هذا البحث ,إضافة الى قدرتهم على التحسن و التطور في مختلف المهارات الحركية الأساسية الأمر الذي نلهر جليا من خلال هذه الدراسة ,حيث أحرز الأطفال ذوي الشلل الدماغي الذين طبق عليهم البرنامج التعليمي المقترح تقدما واضحا و تحسنا ملموسا في المهارات الحركية الأساسية و هو أمر يمكن تعميمه على الأطفال ذوي التخلف النفسي الحركي عامة و الأنشطة الرياضية المختلفة، و لذا فإن موضوع قدرة
الأطفال ذوي الشلل الدماغي على الممارسة الرياضية و قابليته للتعلم اضحى أمرا مسلما به لا ينكره إلا جاهل بحقيقة المعاق أو منكر لحقيقة معلومة، و بهذا يبقى علينا أن نبحث في الكيفية التي من خلالها نستطيع الارتقاء بالطفل ذوي الشلل الدماغي في مختلف الأنشطة الرياضية بتوفير الوسائل ألازمة و الاهتمام الكافي و البحوث المركزة.

فمن خلال دراستي الميدانية التي قمنا بها مع مجموعة من الأطفال ذوي الشلل الدماغي و التي كانت حول تنمية المهارات الحركية الأساسية بالألعاب الحركية الصغيرة,و الدافع وراء إجراء هذا البحث هو كشف مستوى التدريب لدى هذه الفئة و لهذا افترضنا أن الألعاب الحركية الصغيرة تؤثر إيجابا اكبر من التدريب العشوائي.

و قد استنتجنا في بحثنا هذا إلى أن عامل التدريب بالألعاب الحركية الصغيرة وتنمية المهارات الحركية الأساسية يعتبر أساسيا لأي طفل ذوي الشلل الدماغي لأنها تساعد على عدم تشوه القوام.

**الكلمات الدالة**

**الشلل الدماغي** هو الاعاقة الحركية المرتبطة بالعقل ، بدرجات متفاوتة ، بحيث يحدث عاهات قوامية و حركية للطفل.

**الألعاب الحركية الصغيرة** وهي تشتمل على عنصر المنافسة والمفاجأة وروح الإبداع، وتكون الألعاب الصغيرة كثيرة الأنواع وتؤدى في أي زمان ومكان.


***Abstract***

There is no doubt that the ability of children with cerebral palsy exercise has become taken for granted and this is what we are trying to prove through this research, in addition to their ability to improvement and development in various motor skills core which was clearly evident through this study, where he scored children with cerebral palsy who applied to the proposed educational program clear progress and marked improvement in basic motor skills and is can be generalized to children with psychomotor retardation in general and various sports activities, and therefore, the issue of the ability ofChildren with cerebral palsy to practice sports and its ability to learn has become taken for granted not denied, but ignorant of the fact disabled or denier of the fact information, and this remains for us to look at how that which we can raise children with cerebral palsy in various sports activities by providing the means crisis and adequate attention and focused research.It is through my field, which we did with a group of children with cerebral palsy, which was on the development of motor skills basic games motor small, and the motive behind conducting this research is to detect the level of training in this group and for this we assume that the games kinetic small positive impact is greater than Random training.And may conclude in our research that worker training games and small motor development of basic motor skills is essential for any child with cerebral palsy because it helps not to distort textures.KeywordCerebral palsy is a motor disabilities associated with reason, to varying degrees, so that impairments Qguamah occurs and kinetics of the child.A small kinetic games include competition and the surprise element and the spirit of creativity, and many are small toys species and performed in anytime, anywhere.

**مقدمة**

يعتمد تطور المجتمعات وتقدمها على مدى التطور الذي شمل المجتمعات المتقدمة على جوانب اقتصادية واجتماعية وثقافية وعلمية والطبية ولم يقتصر عليها فقط بل شمل الجوانب الأخرى منها مجال التربية البدنية والرياضية والاهتمام بفئة ذوي الاحتياجات الخاصة ومنهم الأطفال ذلك باعتبارها من مجالات الحياة العصرية المتقدمة، ولا يتحقق هذا التطور الا إذا كان توفير الرعاية البدنية للأطفال ذوي الشلل الدماغي يعد واجبا من واجبات الدولة والمجتمع على مجموعة من أبنائهم.

إن هذا البحث يمثل خطوة في هذا الاتجاه ،باعتبار الالعاب الحركية الصغيرة تمثل فضاء واسعا في العناية بهذه الفئة من المعاقين , خصوصا وان هذه الفئة يشكون من معوقات في الإدراك الحسي مثل : ضعف البصر والسمع ، وإدراك معاني المؤثرات الحسية والتمييز بينهما من ناحية الشكل والحجم واللون والطول والبعد والصوت والنطق ..... الخ, مما يعوق الطفل على اكتساب الحركات الأساسية إذ تعتبر الحواس أبواب

المعرفة الأولية عند الطفل ذوي الشلل الدماغي ،ولذلك كان تدريب الإدراك الحسي ومن أهم الأسس التي قامت عليها تربية هؤلاء الأطفال ، كما يشكون من معوقات عضلية وحركية من حيث تخلف في نمو العضلات وعدم مرونة الحركة وفقدان الاتزان الحركي أثناء المشي والجلوس ،مما يعوق الطفل عن القيام ببعض الأعمال الضرورية في الحياة مثل القبض على اللعبة أثناء اللعب أو الجلوس لمدة طويلة.

كما يتميزون بعدم الاستقرار والحركة المستمرة بدون هدف معين، في حين أن البعض منهم يعرفون بالخمول وعدم النشاط وعدم القدرة على التركيز لمدة طويلة وعدم الاعتماد على النفس والتعاون مع الغير،وعلى غير ذلك من الصفات التي يجب توافرها للطفل حتى يستطيع القيام بأعماله الضرورية اليومية (م،خطاب, ك، زكي.1965 .117- 116.).

وان كان الطفل ذوي الشلل الدماغي لا يستطيع اكتساب المهارة الحركية بدرجة عالية مثل الأطفال الأسوياء, لكن ينبغي التأكيد على تعلم المهارات الحركية الأساسية, كالوقوف الصحيح,والمشي

والجلوس والتعلق ... الخ, باعتبارها حركات أساسية هامة لتكيفه البيئي مع محاولة تعليمه المهارات الحركية الخاصةو الرياضية التي تتناسب وحالته التي تتطلب توافقا عاليا بين أجزاء

جسمه وفي نفس الوقت تعمل على زيادة مستوى اللياقة البدنيه وتحسين النغمة العضلية بهدف إصلاح القوام(راتب،ا.وأمين،ا.1994.355)

**1- مشكلة الدراسة:**

وبالرغم من إن الأطفال ذوي الشلل الدماغي في الجزائر في أمس الحاجة إلى مثل هذه الألعاب الحركية الصغيرة التي تقوم على الأسس العلمية والمنهجية التى تلائم قدراتهم واستعداداتهم وخصائصهم , إلا أن التاهيل الذي يتم في المراكز الطبية ما زال يقوم على أساس الاجتهادات الشخصية للقائمين على هذه الفئة من الأطفال لأن المربين معظمهم ذو مستوى تقني سامي في الصحة الرياضية الذين يفتقرون إلى أنجع الطرق والوسائل المتبعة في هذا المجال.

وانطلاقا مما سبق فان دراستنا تبحث في الإجابة عن التساؤلات الآتية:

-هل أن الألعاب الحركية الصغيرة لها اثر في تحسين الاتزان العضلي الناتجة عن الشلل الدماغي؟

-هل أن اقتراح برنامج في الألعاب الحركية الصغيرة يؤثر على نمو المهارات الحركية الأساسية (الحركات الأساسية الانتقالية ، الحركات الأساسية غير الانتقالية ، مهارات حركات التعامل مع الأداة ) لدى الأطفال ذوي الشلل الدماغي ؟

هل توجد فروق بين الأطفال العينة التجريبية و الأطفال العينة الظابطة من حيث النمو في المجال الحسي الحركي؟

كما تبحث دراستي في الإجابة على التساؤلات الجزئية الآتية:

-ما هو مستوى القدرات الحركية للأطفال ذوي الشلل الدماغي لعينة الدراسة ؟

-ما مدى تأثير الألعاب الحركية الصغيرة على التطور الحركي عند الأطفال ذوي الشلل الدماغي من حيث المهارات الحركية الأساسية ؟

ما مدى تأثير الألعاب الحركية الصغيرة على التطور الحركي عند الأطفال ذوي الشلل الدماغي من ليونة المفاصل و قوة العضلات ؟

-ما مدى تأثير الألعاب الحركية الصغيرة على التطور الحركي عند الأطفال ذوي الشلل الدماغي من حيث سرعة الأداء للمهارات الحركية الأساسية ؟

-ما مدى تأثير الألعاب الحركية الصغيرة على التطور الحركي عند الأطفال الشلل الدماغي من حيث القدرة الحركية ؟

## 2- مصطلحات البحث

### الشلل الدماغي

تعريف الدكتور فيرونيك لوروا وابف ابرابو وأورساي : وهو طبيب تعلق على الخدمة الوظيفية للأمراض العصبية ، وإعادة تأهيل الأطفال

عرف الشلل الدماغي على انه مؤشر كتله الجسم الناتج في وقت مبكر من ضرر في خلايا الدماغ الغير وراثية و هي مسؤولة عن عاهة السيارات الخالصة أو الغالبة ,العجز التفسحركي مرتبط بدرجات مختلفة من اضطراب نفسي وحركي ,ويرتبط حدوثه نتيجة تلف في المخ في فترة ما قبل الولادة أو فترة ما حول الولادة أو أفة على نضج الدماغ ,الإعاقة الحركية المرتبطة بالعقل ، بدرجات متفاوتة ، ومشاكل نفسية وحركية(البوالين م.82.2000)،كما تسبب عجز جسدي أثناء نمو الإنسان، وذلك في أجزاء مختلفة من الجسم مرتبطة بأداء الوظائف الحركية(.Mirenda, Pat 1999.246).

### الألعاب الحركيه الصغيرة

هي نشاط رياضي يساعد في تطوير الأداء الحركي للألعاب الرياضية، وتُمارس وفق قواعد لعب سهلة وغير ثابتة، ويمكن تغيير ها وتصعيبها تدريجياً، وهي لا تحتاج إلى تحضير كبير أو أدوات كثيرة أو مكان خاص، ومن هنا جاءت تسميتها بالصغيرة، كما أنها تؤدى فردياً أو زوجياً أو جماعياً، وهي تشتمل على عنصر المنافسة والمفاجأة وروح الإبداع، وتكون الألعاب الصغيرة كثيرة الأنواع وتؤدى في أي زمان ومكان، وليس هدفها تحقيق النشاط البدني والمحافظة على الصحة العامة والقوام السليم فحسب، بل هو أيضاً تطوير مستويات اللاعبين الموهوبين والمتفوقين في مختلف الألعاب الرياضية. و قد زاد انتشار الألعاب الصغيرة في العالم مع النصف الثاني من القرن العشرين لما تحققه من فوائد، ولأهميتها التربوية والصحية ولسهولة تعلمها وتنظيمها وتنفيذها ،وكثيراً ما ينظر إلى الألعاب الصغيرة على أنها صورة المجتمع الذي تسود فيه، ذلك أنها تتأثر تأثراً بالغاً بالأوضاع الاجتماعية السائدة، فهناك ألعاب تطور حب المنافسة والتغلب على الآخرين مثل ألعاب احتلال الأراضي والبلدان أو الاستيلاء على كنز، أو لعبة «العسكر والحرامية» أو غيرها، وهناك ألعاب تغذى حب العمل وبعض المهن المختلفة، وقد يرافقها الغناء، وألعاب متفرعة عنها كنقل البريد، وصيد السمك، وألعاب الحقول والأنهار والبحار،وكذلك الرقص الشعبي المتوارث مع الموسيقى والغناء وثمة ألعاب صغيرة تؤدى في

الأماكن العامة والساحات والممرات بين البيوت تنمي لدى المشاركين حب الخير والتعاون.(م،علاوي 1976. 156.)

ويراعى عند اختيار الألعاب الحركية الصغيرة المرحلة العمرية للمشاركين وجنسهم وحالتهم النفسية، ومستواهم الحركي، وكذلك الانتقال المتدرج إلى المستوى المكافئ أي من الصعب إلى الأصعب، وتحديد المدة الزمنية للعبة وفواصل الراحة، بالطريقة التي تحقق الأهداف الحركية والتربوية من تلك الألعاب.(جوبس ،ن.1990. 124 )

وتصنف الألعاب الصغيرة في مجموعات بحسب الصفات الغالبة على كل منها، وقد تكون هذه الصفات واردة في اسم اللعبة فيدل اسم المجموعة عليها، ومنها:-

**1- ألعاب الركض الصغيرة:-** وتشمل السباقات والتتابعات وألعاب البحث عن أداة أو مكان وألعاب المطاردة واللمس أو المسك.

**2- ألعاب صغيرة بالكرات:-** وتهدف إلى تطوير الحركات الأساسية كلها في ألعاب الكرات واللعب الجماعي ضمن الفرق مثل تمرير الكرة واستقبالها والتصويب والمراوغة وما يشبه ذلك.

**3- ألعاب صغيرة لتنمية القوة والتحمل:-** وتشمل المنافسات الفردية أو الزوجية أو الجماعية في الدفع أو السحب أو الشد أو التوازن وبأنماط مختلفة مثل شد الحبل، أو تتابع المجموعات.

**4- ألعاب صغيرة لتنمية الحواس:-** وتشمل ألعاباً تحتاج إلى مراقبة جيدة وتصرف سريع وانتباه شديد عن طريق البصر أو السمع أو اللمس وما يشبه ذلك، مثل التوجه بالصوت للوصول إلى الهدف أو لعبة التصفيق.(بطرس،ر.1970. 89)

**تعريف التربية البدنية**

**تعريف بارلوبا** إن هدف التربية البدنية ليس الحركة في حد ذاتها وإنما الطفل الذي يتحرك ، فليست التقنية هي التي تثير الانتباه بل ما ورائها ذلك الفعل الحركي ، من دوافع وإدراك وتفاعلات حركية مع الآخرين ، فالمحتوى الأساسي لحصة التربية البدنية والرياضية هو التركيز على شخصية الفرد الذي يقوم بالعملية التربوية ، وما يعبر عنه خلال حركته ، وليس بشكل الحركة

ونطبيق النموذج المعروض عليه من طرف الأستاذ والاتجاهات والتيارات الحديثة للتربية البدنية والرياضية التي تضع الطفل في مركز اهتمامها.( Parlebas، 1976. 13 )

**3- أهداف البحث:**

تهدف هذه الدراسة أساسا إلى معرفة اثر التربية البدنية على نمو المهارات الحركية الأساسية من خلال تطبيق برنامج مقترح في التربية البدنية للأطفال ذوي الشلل الدماغي في المراكز الطبية يتناسب مع استعداداتهم واحتياجاتهم وقدراتهم البدنية والعقلية لرفع من أداء المهارات الحركية الأساسية والإدراك الحسي الحركي والسلوك التوافقي, وذلك من خلال الوصول بالطفل إلى مايلي:

-الوعي بالجسم وأطرافه والسيطرة عليه أثناء أداء الحركة.

-تنمية التوافق العصبي العضلي :التوافق بين العين واليد والقدم

-تنمية المهارات الحركية الانتقالية, كالدوران ,الجلوس,الوقوف, الحبو....., الخ.

-تنمية المهارات الحركية غير الانتقالية , كالتوازن, الامتداد, الانثناء....., الخ.

-تنمية حركات التعامل مع الاداة , كالمسك, الرمي, اللقف.

-تنمية الإدراك الحسي الحركي وبعض الصفات البدنية والمهارات الاجتماعي

**4- أدوات المستعملة**

يعتبر **المنهج التجريبي** من اكثر المناهج التي تتمثل فيها معالم الطريقة العلمية بصورة واضحة(عبد اليمين ،ب احمد ،ع 136 ,2009 ) كما تلعب الأدوات البحث دورا مهما في الدراسة التجريبية من أجل كشف الحقيقة التي نسعى للوصول إليها وقد استعملت جملة من الوسائل التي ساعدتنا على كشف جوانب هذا البحث وهي كالتالي:

**المصادر و المراجع :** كتب.... اعتمدنا عليها في توضيح الموضوع وكشف جوانبه .

**الوسائل البداغوجية :** صفارة ، ميقاتي، بساط لين ،كرات طبية.

**الوسائل الإحصائية:** آلة الحاسبة .

**العينة وشروط اختيارها**

أجريت التجربة على الأطفال ذوي الشلل الدماغي لعيادة شيوخ نوردين للتأهيل الحركي حيث تضمنت العينة 6 أطفال وهي العينة التجريبية ،كما احتوت العينة الضابطة على 6 أطفال ذوي الشلل الدماغي بعيادة فروف الصالح بنفس الولاية ، حيث احتوت عينة البحث على 12 طفل ذوي الشلل الدماغي.

**الظبط الاجرائي لمتغيرات البحث**

السن: تراوح أعمارهم ما بين 02 – 06 سنة

**الجنس** ذكور.

- الذكاء إن عامل الذكاء من الأسس التي يعتمد عليها في تصنيف الأطفال ذوي الشلل الدماغي وهو الأسلوب المعتمد في تصنيف الأطفال ذوي الشلل الدماغي في عيادة شيوخ

| المعالجة الاحصائية / الاختبارات | حجم العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | معامل ارتباط بارسون | معامل ثبات الاختبار | معامل صدق الاختبار |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | |
| للأطراف القوة / الوثب العريض :السفلي من الثبات | 6 | 5 | 0.05 | 0.87 | 0.98 | 0.98 |
| سرعة 10م | | | | | 0.99 | 0.99 |
| الحجل | | | | | 0.99 | 0.99 |
| التوافق الحركي بين العينين والرجلين م2لمسافة | | | | | 0.94 | 0.94 |
| المرونة/من جلوس طويل | | | | | 0.99 | 0.99 |
| القوة للأطراف العليا، رمي كرة التنس لأبعد مسافة ممكنة | | | | | 0.89 | 0.89 |
| تمرير الكرة على الحائط باليدين | | | | | 0.91 | 0.91 |
| تمرير كرة القدم على الحائط | | | | | 0.87 | 0.87 |
| دقة التصويب | | | | | 0.88 | 0.88 |

نوردين للتأهيل الحركي بولاية باتنة ، لذلك فقد اختار الباحث الأطفال ذوي ذوي الشلل الدماغي البسيط ( القابلين للتعليم ) والذين تتراوح نسبة ذكائهم ما بين 86-88درجة حسب اختبار ستانفورد بينيه.

**الحالة الصحية لعينة البحث**

لقد ركز الباحث أثناء اختيار العينة على الأطفال ذوي الشلل الدماغي البسيط والذين لا يعانون من أي اضطرابات نفسية أو اجتماعية أو متعددو الإعاقة وذالك من خلال الإطلاع على الملف الطبي ومقابلة الأطباء ،وتبعا لأراء المختصين في هذا المجال ،حينما اكدو على انه يجب على المختصين التربية البدنية لفئة الأطفال ذوي الشلل الدماغي أن يأخذو بعين الاعتبار تقسيم مايندر 1956 عند إعداد الأنشطة المناسبة وفقا لشدة الإعاقة التي تتراوح من البسيطة إلى الشديدة نظرا لوجود انواع مختلفة وكثيرة من الإعاقات التي يتضمنها الشلل الدماغي مما يترتب عليه صعوبة تصنيفهم تبعا لأطراف الجسم المصابة ووفقا لأعراض

العصبية الحركية ،الأمر الذي يجعل تقسيمهم وفقا لشدة الإعاقة هو التصنيف الهام والمرضي ،وهذا ماعتمده الباحث في تصنيف عينة البحث فكانت كما يلي

-عينة البحث التجريبية والضابطة للأطفال ذوي الشلل الدماغي البسيط **c8 :**

والتي تضم المصابين يمارسون من وضع الوقوف .

-إعاقة بسيطة (شلل نصفي طولي ،او رباعي ) يستطيعون الجري بشكل جيد .

-إصابة في طرف واحد علوي او سفلي .

-يستطيعون القفز والجري بكل حرية.

- لايوجد لديهم توافق جيد.(لوح،ه.244.2008)

كما اخذ بعين الاعتبار تجانس أفراد العينة من حيث الطول والوزن.

كما حرص الباحث قدر الإمكان على توحيد جميع الظروف المرتبطة بالتجربة من حيث الوقت والقاعة والعتاد.

كما حرص الباحث قدر الإمكان على توحيد جميع الظروف المرتبطة بالتجربة من حيث الوقت والقاعة والعتاد .

**5- التجربة الاستطلاعية**

أنجزت هذه التجربة على أطفال جمعية الطفل ذوي الشلل الدماغي حيث كان العدد 6 أطفال ذوي التخلف النفسي الحركي بغرض التعرف على مدى صدق وثبات وموضوعية الاختبارات المستخدمة في هذا البحث.

وقد تبين أن الاختبارات تتمتع بدرجة صدق عالية وهذا ما تبينه النتائج في الجدول التالي

**جدول(1) يمثل معامل ثبات وصدق اختبارات الحركات الأساسية**

ونجد ذلك عند قيام مجموعة من المحكمين بقياس الأداء مجموعة من الأفراد وسجلوا نفس النتائج ، وبمعنى أخر الموضوعية هي اتفاق بين حكمين عند قياس فرد في النتائج وذلك باستخدام معاملا لارتباط بين النتائج(فرحات ،ل.169.2001) " ويتفق معها محمد صبحي حسانين إذ يقول " أي أن الفرد يحصل على نفس الدرجة على الاختبار ولو اختلف المحكمين " إن مجموعة الاختبارات المستخدمة في الدراسة سهلة ومفهومة واضحة للفاحص، وتتوفر على إجراءات ومواصفات تسمح بتسجيل النتائج وفقا لذلك ، كما أن الباحث نفسه اشرف على الاختبارات مما يجعلها تتميز بصفة الموضوعية.

ومن خلال هذه الدراسة الاستطلاعية يمكن استخلاص أن الاختبارات التي هي قيد التطبيق في هذه الدراسة تتوفر فيها الشروط العلمية للاختبار ، مما يجعلها مناسبة وصالحة لقياس ما وضعت لأجله.

**6- التجربة الأصلية**

تم تطبيق وإعداد الوحدات التدريبية للألعاب الحركية الصغيرة التي تطور الحركات الأساسية للأطفال ذوي الشلل الدماغي ومن أجل ضمان مصداقية البحث قام الباحث بإتباع أسلوب مبسط, مستعمل الأسلوب العلمي الحديث في تطوير الحركات الأساسية, حيث أعطيت 22 وحدة تدريبية, خصصت وحدة تدريبية لكل من الاختبارات القبلية ومثلها للبعدية, حيث تم أولا القيام بالاختبارات القبلية تلى ذلك تطبيق الوحدات التدريبية المعدة على المجموعة التجريبية وكانت العينة الضابطة تتدرب بالأسلوب التقليدي وبعد انتهاء الوحدات التدريبية المبرمجة المتعلقة بالبحث تم إجراء الاختبارات البعدية لكل من العينتين لتحديد نسبة التحصيل، ومعرفة مدى فعالية وجدوى هذه الإعداد.

**7- أسس تنظيم برامج التربية البدنية لأطفال ذوى الشلل الدماغي**

تحتاج هذه النوعية من البرامج إلى تنظيم وتصميم يتماشى مع الخصائص والمواصفات التي يتصف بها أطفال ما قبل المدرسة فهى تحتاج إلى مزيد من الصبر وكذلك العناية والرعاية حتى يتحقق العائد المرجو من البرنامج وهي:

1-أن تتوافر عوامل الأمن والسلامة للأطفال ذوي الشلل الدماغي .

2-أن يكون الأطفال ذوي الشلل الدماغي قادرين بدنيًا على أداءه.

3-أن يكون مناسبًا لنضج الأطفال ذوي الشلل الدماغي ودرجة فهمهم.

4-اختيار الأنشطة التي لا تعتمد على العمليات العقلية الصعبة.

5-الإقلال من الشرح اللفظي وأداء النموذج.

6-مراعاة الأسس الفسيولوجية للبرنامج.

**8- برنامج التربية البدنية المقترح**

تم إعداد البرنامج المقترح بعد الإطلاع والقراءة المستفيضة للبرامج العلمية المتخصصة, وكذلك الرجوع إلى بعض الدراسات والبحوث السابقة, وتم عرض البرنامج المقترح على مجموعة من خبراء التربية الرياضية و الطب الرياضي لاستطلاع آراءهم في الأسس الخاصة بالبرنامج المقترح ومناسبته لهذه الفئة، ومدة البرنامج، وعدد مرات الممارسة أسبوعيا، وزمن الوحدة الدراسية، وفي ضوء نتائج التجربة الاستطلاعية صمم البرنامج بحيث يكون مدته 72أسبوعا وذلك بمعدل وحدة تدريبية تعاد ثلاث مرات في الأسبوع لمدة 06 أشهر. وقد شملت كل وحدة تدريبية ثلاث أقسام يتفق محتواها ومضمونها وأهداف الوحدة وهي كالتالي:

**الإحماء**

يطلق على الإحماء في بعض الأحيان التسخين أو فترة التهيئة وكلها مصطلحات لمضمون واحد تستخدم في وحدة التدريب,حيث يتراوح زمنه من 05 إلى 25 دقائق طبقا لظروف عدة.

وقد سعى الباحث الوصول بالأطفال ذوي الشلل الدماغي في الإحماء إلى جهد التعرق وإلى غاية ليونة واسترخاء المفاصل والعضلات في جميع الضر وف والمتغيرات.

**الجزء الرئيسي:**

يحتوي الجزء الرئيسي على الألعاب الحركية الصغيرة التى تعمل على تحقيق هدف أو الأهداف وحدة التدريب حيث تعطي التمرينات التي ترفع من مستوى اللياقة البدنية للأطفال ذوي الشلل

الدماغي والتمرينات التي تحسن من أدائه واكتسابه المهارة الحركية الأساسية حيث يتراوح زمنه 30 دقيقة.

**الجزء الختامي:** يحتوي الجزء الختامي على تمرينات الاسترخاء والتهدئة حيث اخترنا في هذه المرحلة تمرينات تساعد على التخلص من التعب وتهدئة عمل الأجهزة الحيوية, والتي توفر لطفل الراحة الجسدية (سي صفار ا.1987 .65 )حيث يتراوح زمنه 05 دقائق.

**9-تحليل نتائج الاختبارات و مناقشتها :**

**9-1-عرض نتائج الاختبار:** الاختبارين القبليين للعينة الضابطة و التجريبية.

| المعالجة الاحصائية / الاختبارات | العينة التجريبية | | العينة الضابطة | | قيمة T محسوبة | قيمة T الجدولية | العينة | نوع الفرق |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | س | ع | س | ع | | | | |
| /للأطراف القوة الوثب العمودي المربعات من الثبات | 23,33 | 11.68 | 21 | 8,15 | 0.36 | | | غير دال إحصائيا |
| سرعة 10م | 31,66 | 2,33 | 29,5 | 5,46 | 0,81 | | | غير دال إحصائيا |
| الحجل | 1,16 | 0,47 | 1,66 | 1,54 | 0,70 | | | غير دال إحصائيا |
| التوافق الحركي بين العينين والرجلين م2المسافة | 02 | 0,63 | 2,83 | 0,74 | 1,93 | | | غير دال إحصائيا |
| المرونةمن جلوس طويل | 2,66 | 0,55 | 2,83 | 1,46 | 0,24 | 2,02 | 06 | غير دال إحصائيا |
| الكرة الأمام ، العلياء رمي كرة التنس لأبعد مسافة ممكنة | 2,71 | 0,19 | 2,66 | 0,59 | 0,18 | | | غير دال إحصائيا |
| تمرير كرة السلة على الحائط باليدين | 02 | 0,57 | 3,16 | 2,31 | 1,02 | | | غير دال إحصائيا |
| تمرير كرة قدم على الحائط | 2,83 | 0,59 | 02 | 1,41 | 1,22 | | | غير دال إحصائيا |
| دقة التصويب | 03 | 0,57 | 03 | 1,41 | 00 | | | غير دال إحصائيا |

**جدول رقم(2)يبين مدى تجانس عينة البحث في اختبارات المهارات الحركية الأساسية القبلية.**

**تحليل الجدول :**

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول يتبين لنا مدى تجانس عيينة البحث في اختبارات المهار ات الحر كية الأساسية القبلية عند مستو ى الدلالة0,05 و در جة الحر ية 05,حيث تشير نتائج الجدول السابق الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية في الاختبار القبلي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في نمو المهارات الحركية الأساسية التي قيد الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في جميع الاختبارات التي هي قيد الدراسة لأن جميع القيم اصغر من قيمة T ألجدوليه التي تقدر ب2,02 و هذا ما يدل على أن الفرق بين المجموعة التجريبية و الضابطة للاختبارات المذكورة هو فرق غير دال إحصائيا أي فرق غير معنوي.

**تحليل نتائج الاختبارات و مناقشتها :**

**3-9عرض نتائج الاختبار:** الاختبار ين البعديين للعينة الضابطة و التجر يبية.

| المعالجة الاحصائية / الاختبارات | العينة التجريبية | | العينة الضابطة | | قيمة T محسوبة | قيمة T الجدولية | درجة الحرية | مستوى الدلالة | العينة | نوع الفرق |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | س | ع | س | ع | | | | | | |
| القوة / للأطراف السفلى .الوثب العريض من الثبات | 40 | 14.83 | 23 | 7.82 | 2.29 | | | | | دال إحصائيا |
| السرعة 10م | 27.33 | 6.40 | 28 | 2.60 | 0.21 | | | | | غير دال إحصائيا |
| الحمل | 2.83 | 0.50 | 1.5 | 0.54 | 4.15 | | | | | دال إحصائيا |
| التوافق الحركي بين الذراعين والرجلين لمسافة2م | 06 | 1.67 | 04 | 1.09 | 2.27 | 2,02 | 5 | 0,05 | 06 | دال إحصائيا |
| المرونةمن جلوس طويل | 08 | 2.52 | 04 | 1.46 | 3.07 | | | | | دال إحصائيا |
| القوة للأطراف العليا، رمي كرة التنس لأبعد مسافة ممكنة | 04 | 0.89 | 2.85 | 0.55 | 2.50 | | | | | دال إحصائيا |
| تمرير كرة السلة حتى الحائط باليدين | 05 | 0.89 | 04 | 2.09 | 0.99 | | | | | غير دال إحصائيا |
| تمرير كرة قدم على الحائط | 06 | 1.67 | 03 | 1.41 | 3.09 | | | | | دال إحصائيا |
| دقة التسريب | 05 | 1.67 | 04 | 1.41 | 0 | | | | | غير دال إحصائيا |

**جدول رقم(03)يبين مدى تجانس عينة البحث في اختبارات المهارات الحركية الأساسية**

**تحليل الجدول :**

تشير نتائج الجدول السابق الخاص بمستوى دلالة الفروق الإحصائية في الاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في نمو المهارات الحركية الأساسية التي قيد الدراسة ( الحركات الانتقالية الحركات غير الانتقالية، حركات التعامل مع الأداة ) إلى وجود فروق دالة إحصائية في معظم الاختبارات حيث بلغت قيمة (T) المحسوبة على التوالي ( 2.29)( 4.15)( 2.27)( 3.15)( 3.07)( 2.50)( 3.09)،ما عدا فياختبار السرعة 10م، تمرير كرة السلة على الحائط باليدين, اختبار دقة التصويب فهم يشيرون إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا حيث بلغت قيمة (T) المحسوبة على التوالي ( 0.21)،( 0.99)،( 0) وهي أقل من قيمة (T) الجدولية (2.02) عند مستوى الدلالة0,05 و درجة الحرية05 مما يدل على أن نتائج الاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لا يوجد بينهما فرق معنوي أي غير دال إحصائيا .

وفي نفس السياق أكد كل من أسامة كمال راتب , أمين أنور الخولي "ينبغي التأكيد على تعلم المهارات الحركية الأساسية ,كالوقوف الصحيح ,والمشي, والجري والقفز والتعلق ... الخ ,باعتبارها حركات أساسية هامة لتكيفه البيني مع محاولة تعليمه المهارات الحركية (الخاصة) الرياضية التي تتناسب وحالته التي لا تتطلب أبعادا معرفية كثيرة ,أو توافقا عاليا بين أجزاء جسمه وفي نفس الوقت تعمل على زيادة مستوى اللياقة البدنية وتحسين النغمة العضلية بهدف إصلاح القوام (أ مراتب. أ،الخولي. 355.1994)

بينما يرجع الباحث التقدم الحاصل في نمو المهارات الحركية الأساسية والفروق الإحصائية المتوصل إليها في القياسين القبلي والبعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة إلى احتواء البرنامج الأعلى، الحركية الصغيرة المقترح على للأنشطة حركية والعاب رياضية أتاحت لافراد العينة قيد الدراسة تحقيق تقدم ملموظ في اكتساب مهارات حركية أساسية مثل الجري والمشي والتوازن والتعامل مع الأداة...، وبالتالي فان هذا البرنامج يعتبر مؤشر ذو دلالة إحصائية في إمكانية تحسين المهارات الحركية الأساسية للأطفال ذوي الشلل الدماغي البسيط.

هذه النتائج أكدت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في نمو معظم المهارات الحركية الأساسية لصالح المجموعة التجريبية ،مما يعني أن البرنامج التدريبي المقترح اثر ايجابيا على نمو المهارات الحركية الأساسية ( الحركات الانتقالية ، الحركات غير الانتقالية ، حركات التعامل مع الأداة ) وهذا ما يثبت صحة الفرضية الثالثة .

و قد استنتجنا في بحثنا هذا إلى أن عامل التدريب بالالعاب الحركية الصغيرة و تنمية المهارات الحركية الأساسية يعتبر أساسيا لأى طفل ذوى الشلل الدماغي لأنها تساعد على عدم تشوه القوام.

**10- مقارنة فرضيات البحث بالنتائج المستخلصة**

**1 -مقارنة الفرضية الأولى بالنتائج المستخلصة:**

-الألعاب الحركية الصغيرة تؤثر بشكل ايجابي على تنمية مؤشرات الاتزان العضلي(تحمل القوة العضلية، الإطالة للمجاميع العضلية الرئيسية ، ) للأطفال ذوي الشلل الدماغي ,و هذا يظهر جليا من خلال مقارنة الاختبار القبلي و ألبعدي للعينة التجريبية في اختبار توازن الوقوف على قدم واحدة .

**2 -مقارنة الفرضية الثانية بالنتائج المستخلصة:**

-الوحدات التدريبية المقترحة تؤثر ايجابيا على نمو المهارات الحركية الأساسية (الحركات الأساسية الانتقالية ، الحركات الأساسية غير الانتقالية ، مهارات حركات التعامل مع الأداة ) لدى الأطفال ذوي الشلل الدماغي و هذا يظهر جليا من خلال مقارنة الاختبار القبلي و ألبعدي للعينة التجريبية في معظم المهارات الحركية الأساسية.

و التي تنص على ان الألعاب الحركية الصغيرة المقترحة لها تاثير ايجابي في على نمو المهارات الحركية الأساسية للأطفال ذوي الشلل الدماغي .

و عليه يمكننا القول أن أفراد العينة التجريبية قد تقدموا و تحسنوا تحسنا واضحا في المهارات الحركية الأساسية ، هذا ما ارجعه الباحث الى تاثير المتغير المستقل المتمثل في البرنامج المقترح الذي كان له دور إيجابي و فعال في تعليم المهارات الحركية الأساسية المعبرة عن المتغير التابع، و عليه يمكن القول أن الفرضية الثانية التي تنص على أن الألعاب الحركية الصغيرة تؤثر إيجابا في نمو وتطوير الاطفال ذوي الشلل الدماغي للمهارات الحركية الأساسية قد تحققت.

**3 -مقارنة الفرضية الثالثة بالنتائج المستخلصة:**

-هناك فروق جوهرية بين الأطفال العينة النجريبية و الأطفال العينة الضابطة من حيث النمو في المجال الحسي الحركي,فبالمقارنة مع البرنامج المعمول به مع العينة الضابطة, و التي تنص علي انه توجد فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين العينة الضابطة و النجريبية في المهارات الحركية الأساسية لصالح التجريبية.

وهذا راجع إلى البرنامج التدريبي المقترح على العينة الضابطة و المتمثل في وضع الطفل ذوي الشلل الدماغي فوق الطاولة الطبية المحاطة بالجهاز ألعنكبوتي وربط أعضاء الطفل للقيام بحركات بيوميكانيكية وأمر الوالدين بتحريك الأعضاء حيث تساعد هذه التمارين على تقوية العضلات إذا كان الطفل هو من يقوم بتحريك أعضائه, مما يدل أن هناك تأثيرا ايجابيا للوحدات التدريبية المقترحة على هذه الفئة من الأطفال ذوي الشلل الدماغي في تحقيق تنمية المهارات الحركية الأساسية لكلا العينتين,أي إن الفرق بين العينتين الضابطة والتجريبية لا يرجع إلى الصدفة بل إلى عامل محدد هو المتغير المستقل المتمثل في البرنامج المقترح، وعليه يمكننا القول أن الفرضية

الثالثة التي تنص على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والضابطة في المهارات الحركية الأساسية لصالح التجريبية قد تحققت في معظم الاختبارات وهذا ما يثبت صحة الفرضية الثالثة .

**4-مقارنة الفرضيات الجزئية بالنتائج المستخلصة** : مستوى القدرات الحركية للأطفال ذوي الشلل الدماغي العينة الدراسة ايجابي.

تأثير الألعاب الحركية الصغيرة على التطور الحركي عند الأطفال ذوي الشلل الدماغي من حيث المهارات الحركية الاساسية أفضل من العينة الضابطه نتيجة استخدام الكثير من الأنشطة والتمرينات الحركية التي ساعدت في نمو المهارات الحركية الأساسية لدى أفراد العينة قيد الدراسة.

تأثير الألعاب الحركية الصغيرة على التطور الحركي عند الأطفال ذوي الشلل الدماغي من حيث ليونة المفاصل وقوة العضلات حيث أصبح الطفل ذوي الشلل الدماغي يقوم بالاختبارات بكل سهولة وليونة وهذا ما تأكده نتائج الاختبارات البعدية للعينة التجريبية .

الألعاب الحركية الصغيرة تساعد على التطور الحركي عند الأطفال ذوي الشلل الدماغي من حيث سرعة الأداء للمهارات الحركية الأساسية وهذا بفضل الكثير من الأنشطة والتمرينات الحركية أثناء تنفيذ البرنامج التدريبي المقترح ساعدت في نمو المهارات الحركية الأساسية لدى أفراد العينة قيد الدراسة.

## قائمة المصادر و المراجع

### -قائمة المصادر و المراجع باللغة العربية


1- أسامة كمال راتب . أمين أنور الخولي : 1994 التربية الحركية للطفل .ط3.دار الفكر العربي . القاهرة .

2- بوداود عبد اليمين ،عطاء الله احمد: 2009،المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية ،ديوان المطبوعات الجمعية ،الجزائر.

3- بطرس رزق الله.1970 المسابقات والألعاب الصغيرة،:دار المعارف. القاهرة.

4- جويس، نيكول سون:1990 حفلات و ألعاب الأطفال، (ترجمة )موفق كريشات، دار الجليل ، دمشق.

5- ليلى السيد فرحات: 2001 القياس والاختبار في التربية الرياضية ،ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

6- لوح هشام: 2008 المجلة العلمية –للتربية البدنية والرياضية –العدد (55) اغسطس.جامعة حلوان .

7- سي صفار و اخرون: 1987,كرة القدم,كتاب منهجي لطلاب التربية البدنية,ج.1 بغداد .

8- محمد عادل خطاب, كمال الدين زكي: 1965 ،التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية ط1, دار النهضة العربية , القاهرة . 9- محمد عبد السلام البواليز: 2000 الإعاقة الحركية و الشلل الدماغي،ط1 دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ،عمان

10- محمد حسن علاوي. 1976 موسوعة الألعاب الرياضية ،:دار المعارف، القاهرة.


### قائمة المصادر و المراجع باللغات الأجنبية


11-Parlebas (p.) : 1976les activités physique et éducation motrice ، paris ، Ed ، Revue . ، E p s .

12- Mirenda, Pat (1999). Augmentative and Alternative Communication: Management of severe communication disorders in children and adults