

أثر النشاط البدني الرياضي المكيف من خلال برنامج مقترح في تطوير القوة المضلية لذوي الإحتياجات الخاصة فئة الإعاقات السمعية

دراسة ميدانية بمدرسة الصم والبكم أحمد زكرياء بمدينة الأغواط



من إعداد:

بن عبد الرحمن سيد علي

معاش حسن

مقنين عبد الحق

جامعة عمار تليجي بالاغواط

المخلص:

هدفت هذه الدراسة الى معرفة أثر ممارسة النشاط البدني والرياضي المكيف في تطوير القوة العضلية لذوي الاحتياجات الخاصة من فئة الإعاقة السمعية وذلك من خلال برنامج رياضي مقترح، ويعتبر النشاط البدني والرياضي المكيف وسيلة هامة وعامل رئيسي لإعادة تأهيل هذه الفئة سواء من الناحية البدنية أو النفسية، كونه يساهم ويسمح لهم بإعادة الثقة في أنفسهم واستعمال ذكائهم والرفع من روحهم التنافسية والتعاونية، كما أن لهذا النشاط دورا بارزا في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارية لذوي الاحتياجات الخاصة، وقد استخدمنا في هذه الدراسة المنهج التجريبي لملائمته طبيعة الدراسة، وطبقنا هذا البرنامج الرياضي على عينة مكونة من 18 تلميذ من ذوي الإعاقة السمعية بمركز الصم والبكم أحمد زكرياء بمدينة الأغواط، حيث قسمت عينة البحث إلى مجموعتين متساويتين مجموعة ضابطة مكونة من 9 أفراد ومجموعة تجريبية لها نفس العدد.

الكلمات الدالة:

النشاط البدني الرياضي المكيف، القوة العضلية، ذوي الاحتياجات الخاصة، الإعاقة السمعية.

Summary:

This study aimed to investigate the impact of physical and sports conditioner in the development of muscle strength for people with special needs of the hearing impaired class through a proposed sport program.

The physical and sport activity adjuster is an important means and the key factor for the rehabilitation of this category both in terms of physical and psychological, it contributes to and allows them to re confidence in themselves and use their intelligence and increase the competitive and cooperative spirit. This

activity is a prominent role in the development of some of the physical and skill attributes for people with special needs.

In this study, we have used the experimental approach to suitability nature of the study, and applied this athletic program made up of a sample of 18 pupils with hearing disability of deaf and dumb Center Ahmad Zakaria in Laghouat where the sample was divided into two equal groups : a control group made up of nine members and an experimental group which had the same number.

Key Word :

Physical sport activity air-condition, muscle strength, those with special needs, hearing disabilities.

مقدمة:

لم يعد النشاط البدني والرياضي في عصرنا الحاضر مقتصر على الأفراد العاديين والأسوياء من بني جلدتنا، ولم تعد الرياضة موجهة فقط لذوي القدرات والامكانيات البدنية الجيدة والعالية، بل أصبحت الجهود الرياضية والتربوية تستهدف جميع الناشئة بغض النظر عن قدراتهم وامكانياتهم البدنية ومستوياتهم العقلية والاستيعابية، وبعد وجود هذه الفئة ذوي الاحتياجات الخاصة في أي مجتمع من المجتمعات الحديثة ظاهرة طبيعية تفرض نفسها بقوة مهما كان تطور هذه المجتمعات ومهما كانت ثقافتهم وتوجهاتهم، بل أصبحت هذه المجتمعات الحديثة المتطورة تسعى جاهدة لإدماج هذه الفئة في مجتمعاتهم وتهيئ لهم كل الظروف المناسبة والملائمة من أجل مشاركتهم وتفاعلهم في بيئات اجتماعية وتعليمية طبيعية يسودها العدل والحب والمساواة.

وتعد القدرة العضلية مكون مركب، فهي مزيج من القوة العضلية و السرعة، وقد يتبادر إلى الذهن ان الفرد الذي يتمتع بالقوة العضلية و السرعة يستطيع في كل الأحوال أن يحقق أرقاما مرتفعة في اختبارات القدرة العضلية، هذا قول قد لا يواكب

الصواب في كل الأحوال، و قد يكون صحيحا في بعض الأحوال، و المقصود هو أن توافر مكوني القوة والسرعة ضرورة حتمية لإخراج القدرة العضلية، ولكن وجودهما فقط لا يعني بالضرورة نتاجا عاليا في القدرة العضلية، إذ يتوقف ذلك على قدرة الفرد على إدماج هذين المكونين و إدراجهما في قالب واحد، فكثير من الأحيان ما نرى أفرادا يتمتعون بقوة عضلية كبيرة وسرعة عالية ولكنهم لا يحققون أرقاما مرتفعة في اختبارات القدرة العضلية، فلاعب العدو مثلا لديه قوة كبيرة في عضلات الرجلين، كما أن سرعته تعبر عنها أرقامه الرائعة في السباقات التي يخوضها، ولكنه رغم ذلك قد يحقق أرقاما تقل بكثير في القدرة العضلية إذا قورن بلاعب الوثب، و أشار سارجنت ان القدرة العضلية تتأثر بالوزن والطول (صبحي حسنين، 1995، 391).

ويرى كل من حسن علاوي ومحمد صبحي على أن القدرة العضلية تلعب دورا كبيرا في تحديد مستوى الأداء في كثير من المهارات لذا فقد اهتم العديد من الباحثين بتمية هذه الصفة البدنية الهامة، ولقد اتفقت العديد من المراجع على أن القدرة العضلية عبارة عن صفة مركبة من القوة والسرعة، وبما أن القدرة العضلية هي مزيج من القوة العضلية والسرعة فسنحاول في هذه الدراسة معرفة أثر النشاط البدني الرياضي المكيف من خلال برنامج مقترح في تطوير القوة العضلية لذوي الاحتياجات الخاصة من فئة الإعاقة السمعية.

1. إشكالية البحث:

لقد أصبح النشاط البدني الرياضي يشكل محورا جوهريا وعنصرا هاما من حياة بني الانسان، على اختلاف أعراقهم وأجناسهم، فإن كان وكذلك فإنه أجدد أن يكون مجالا هاما أيضا في تربية ورعاية الأفراد من ذوي الاحتياجات الخاصة، وعلى هذا الأساس نجد في الآونة الأخيرة أن الرعاية الاجتماعية والنفسية لهذه الفئة في تزايد مستمر، وذلك من أجل رفع الرعاية الاجتماعية والتربوية، وذلك لا يكون الا من خلال اهتمام الدول والمجتمعات العربية بفئة ذوي الاحتياجات الخاصة على اختلاف فئاتهم، وذلك من اجل رفع مستوى الكفاءة البدنية والنفسية والاجتماعية لهم، والعمل على الاستفادة من طاقاتهم الكامنة، واعدادهم للحياة في مجتمع يستطيعون فيه ان يقدموا كل ما لديهم من إمكانيات وقدرات.

وتعد فئة الإعاقة السمعية من الإعاقات التي تحظى ببعض الاهتمام من الجهات المختصة، ولهذا نجدهم يسعون الى توفير كل الإمكانيات من اجل ممارسة هذه الفئة للنشاط البدني الرياضي، وإذا كان توفير الأنشطة البدنية للمعاقين سمعيا يعد واجبا من واجبات الدولة والمجتمع على شريحة من شرائح المجتمع، فإن هذا البحث يعد خطوة في هذا الاتجاه وباعتبار النشاط البدني الرياضي المكيف يمثل فضاءا خصبا للعناية بهذه الفئة، وإن كان الطفل المعاق سمعيا لا يستطيع اكتساب المهارة الحركية بدرجة عالية كمثله من الأطفال الاسوياء، لهذا ينبغي التأكيد على تعلم المهارات الحركية الأساسية باعتبارها حركات أساسية هامة لتكيفة البيئي مع محاولة تعليمه المهارات الحركية الرياضية التي تتناسب مع حالته التي لا تتطلب أبعاد معرفية كثيرة، أو توافقا عاليا بين أجزاء جسمه وفي نفس الوقت تعمل على زيادة مستوى اللياقة البدنية وتحسين النغمة العضلية بهدف إصلاح القوام.

ان نظرتنا نحن كأساتذة للتربية البدنية والرياضية نرى بضرورة برمجة النشاط البدني الرياضي المكيف لفئة المعاقين سمعيا وذلك لما يعانونه من معوقات بدنية ونفسية واجتماعية ومعرفية، وهذا ما دفعنا لتسليط الضوء على هذه الفئة من خلال اقتراح برنامج يتلاءم مع قدراتهم وإمكانياتهم بهدف تنمية القدرات البدنية، ومن خلال ما سبق ذكره وما تم التوصل اليه من قبل الباحثين المختصين في مجال النشاط البدني المكيف حول أسلوب تنمية وتطوير القدرة العضلية أو القوة العضلية نرى ظهور مشكلة البحث وسنحاول من خلال هذه الدراسة إيجاد بعض الحلول لهذه المشكلة وعليه نطرح التساؤلات التالية:

1.1 التساؤل العام:

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في القوة العضلية لدى ذوي الاحتياجات الخاصة من فئة الإعاقة السمعية تعزى لاستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف؟

2.1 التساؤلات الجزئية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في تطوير القوة العضلية للذراعين تعزى لاستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في تطوير القوة العضلية للرجلين تعزى لاستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف؟

2. الفرضيات:

1.2 الفرضية العامة:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في القوة العضلية لدى ذوي الاحتياجات الخاصة من فئة الإعاقة السمعية تعزى لاستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف.

2.2 الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في تطوير القوة العضلية للذراعين تعزى لاستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في تطوير القوة العضلية للرجلين تعزى لاستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف.

3. أهمية الدراسة:

تبرز أهمية هذه الدراسة في نواحي كثيرة من بينها معرفة أهمية ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية المكيفة كوسيلة تربية وعلاجية ووقائية لذوي الاحتياجات الخاصة، وكذا تبرز أهميتها أيضا في محاولة الوقوف ومعرفة اهم التغيرات التي تحصل لفئة الإعاقة السمعية، وكذا افادة أصحاب التخصص في الاعتماد على الأسس السليمة في تطوير وتنمية القوة العضلية لفئة الإعاقة السمعية.

4. أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

معرفة أثر استخدام النشاط البدني الرياضي المكيف في تطوير القوة العضلية لفئة الإعاقة السمعية.

معرفة نواحي الضعف والقوة لهذه الفئة باستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف. الكشف على المدة الزمنية الكافية لتطوير القوة العضلية بالنسبة لفئة الإعاقة السمعية.

التعرف على مدى تأثير البرنامج الرياضي وذلك بمقارنة النتائج بين العينتين التجريبية والضابطة.

5. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1.5 تعريف النشاط البدني الرياضي المكيف:

يعرف كل من حلمي إبراهيم وليلى السيد فرحات النشاط البدني والرياضي المكيف على أنه يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدها، ويتم ذلك وفقا لاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود قدراتهم. (حلمي إبراهيم وليلى السيد فرحات، 1998، 223)، ومن خلال بحثنا هذا يمكن القول ان النشاط البدني والرياضي المكيف هو نشاط يتم تكييفه حسب قدرات ذوي الاحتياجات الخاصة التي هي في دراستنا فئة الإعاقة السمعية، وذلك من خلال برنامج رياضي مكيف يتناسب مع قدراتهم وامكانياتهم من أجل تطوير القوة العضلية لهم.

2.5 تعريف القوة العضلية:

تعتبر القوة العضلية أهم صفة بدنية وقدرة فسيولوجية وعنصر حركي بين الصفات البدنية الأخرى ليس فقط في المجال الرياضي بل للحياة عامة وبذلك ينظر إليها المدربون كمفتاح تقدم لكل الفعاليات الرياضية على حد سواء حيث يتوقف مستوى تلك الفعاليات على ما يتمتع به اللاعب من قوة عضلية وهذا ما يؤكد محمد صبحي حسنين. (محمد جابر بريقع، إيهاب فوزي البدوي، 2005، ص65).

ويتفق شنلر مع مات فيف في تعريفهما للقوة العضلية حيث يعرفها شنلر " إمكانية العضلة أو مجموعة من العضلات في التغلب على مقاومة أو عدة مقاومات خارجية." (محمد إبراهيم شحاتة، 2004، ص55).

3.5 تعريف ذوي الاحتياجات الخاصة: هم أولئك الأفراد الذين ينحرفون عن المستوى العادي أو المتوسط في خصيصة ما من الخصائص، أو في جانب أو أكثر من جوانب الشخصية، إلى الدرجة التي تحتم احتياجاتهم إلى خدمات خاصة، تختلف عما يقدم إلى أقرانهم العاديين، وذلك لمساعدتهم على تحقيق أقصى ما يمكنهم بلوغه من النمو والتوافق. (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2002، ص)

4.5 تعريف الإعاقة السمعية:

تعرف الإعاقة السمعية على أنها هي حرمان الطفل من حاسة السمع إلى درجة تجعل الكلام المنطوق ثقيل السمع مع أو بدون استخدام المعينات، وتشمل الإعاقة السمعية الأطفال الصم وضعاف السمع، وتعرف الإعاقة السمعية أيضا على أنها العجز الحسي الذي يمنع الفرد من استقبال الأصوات المثارة في كل أو معظم أشكالها، والضعف السمعي هو حرماناً حسيّاً يؤدي إلى إعاقة تخاطبية أثناء التواصل. (خالد النجار وآخرون، دون سنة، ص46).

6. المنهج المتبع واجراءاته الميدانية:

1.6 منهج الدراسة:

نظرا لطبيعة الدراسة التي بين أيدينا ومشكلته المتعلقة بأثر استخدام النشاط البدني الرياضي المكيف في تطوير القوة العضلية لذوي الاحتياجات الخاصة من فئة الإعاقة السمعية، اعتمدت هذه الدراسة على المنهج التجريبي لملائمته موضوع الدراسة.

ويعرف المنهج التجريبي " بأنه المنهج الذي لا يقتصر فيه الباحث على مجرد وصف الظاهرة التي تتناولها دراسته، وإنما يدرس متغيرات هذه الظاهرة، ويحدث في بعضها تغييرا مقصودا ويتحكم في متغيراتها أخرى ليتوصل إلى العلاقات السببية بين هذه المتغيرات ومتغيرات ثالثة في الظاهرة. (برو محمد، 2014، ص69).

2.6 مجتمع الدراسة:

يعرف رحيم يونس كرو العزاوي المجتمع على أنه مجموعة من الوحدات الإحصائية المعرفة بصورة واضحة والتي يراد منها الحصول على بيانات. (رحيم يونس كرو العزاوي، 2007، ص161).

وتطلق كلمة مجتمع على جميع الحالات والأفراد والأشياء التي يتوجه الباحث لدراستها. (نفس المرجع، ص181).

ومجتمع البحث في دراستنا هذه هو كل تلاميذ مدرسة الصم والبكم أحمد زكرياء بمدينة الأغواط.

3.6 عينة الدراسة: لقد رأينا أن العينة القصدية هي العينة التي تصدق على هذه الدراسة، وذلك من أجل الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع لذلك قمنا باختيار هذا النوع من العينات، ويبلغ عدد عينة دراستنا هنا 18 تلميذ من تلاميذ مدرسة الصم والبكم أحمد زكرياء بمدينة الأغواط، وقد قسمت العينة إلى مجموعتين متساويتين:

المجموعة الضابطة: وتتكون من 8 تلاميذ تتدرب وفق البرنامج العادي المعتاد.
المجموعة التجريبية: وتتكون من 8 تلاميذ أيضا وهي المجموعة التي تتدرب وفق البرنامج المقترح وذلك لمدة 8 أسابيع وبواقع وحدتين تدريبيتين أسبوعيا.

4.6 أدوات جمع المعلومات:

استمارة استبيان لاستطلاع آراء حول مدى صلاحية الاختبارات لعينة البحث.
مقياس تطوير القوة العضلية.

استمارة تسجيل البيانات.

4.6 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

كرات طبية بوزن 3 كغ، شريط لقياس المسافة، شريط لاصق، كراسي، طباشير ملونة.

8.6 الوسائل والعمليات الإحصائية:

- تم حساب المتوسط الحسابي.
- وكذا تم حساب الانحراف المعياري من أجل معرفة مدى تشتت وتبعثر البيانات.

➤ كما تم حساب اختبار (ت) (T test)

وهذا كله تم باستخدام البرنامج الإحصائي (spss) لمعالجة البيانات وكذا حساب العمليات الإحصائية.

7. تحليل ومناقشة النتائج:

1.7 تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في تطوير القوة العضلية للذراعين تعزى لاستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف.

1.1.7 عرض وتحليل نتائج اختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الوقوف:
استخدم اختبار (ت) للعينات المستقلة للتعرف على معنوية الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الوقوف:

الجدول رقم 01: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية وقيمة (ت) لاختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الوقوف للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الاختبار	المجموعة	الاختبار القبلي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	القيمة الاحتمالية (sig)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
رمي الكرة الطبية 3كغ من وضعية الوقوف	التجريبية	4,37	0,520	2,153	0,05	0,043 دال
	الضابطة	3,67	0,700			

من خلال الجدول الموضح أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة بلغ 3,67 بانحراف معياري يقدر بـ 0,700، في حين نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية بلغ 4,37 وبانحراف معياري يقدر بـ 0,520، وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة 2,153 عند مستوى دلالة 0,05، مما يدل على وجود فروق ذات

دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الوقوف.

2.1.7 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الوقوف.

الجدول رقم 02: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات الأول والثاني وقيمة (ت) لاختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الوقوف للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الاختبار	المجموعة	الاختبار الأول والاختبار الثاني		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	القيمة الاحتمالية (sig)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
رمي الكرة الطبية	التجريبية	7,47	1,397	2,743	0,05	0,021 دال
3كغ من وضعية الوقوف	الضابطة	9,34	1,093			

من خلال الجدول الموضح أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة للاختبار الأول والاختبار الثاني بلغ 9,34 بانحراف معياري يقدر بـ 1,093، في حين نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية للاختبار الأول والاختبار الثاني بلغ 7,47 وبانحراف معياري يقدر بـ 1,397، وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة 2,743 عند مستوى دلالة 0,05، مما يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبار الأول والاختبار الثاني للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الوقوف.

3.1.7 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الوقوف: لمعرفة تأثير النشاط البدني الرياضي المكيف مقارنة ببرنامج التدريب العادي استخدم اختبار (ت) للعينات المستقلة للتعرف على معنوية الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الوقوف.

الجدول رقم 03: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات البعيدة وقيمة (ت) لاختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الوقوف للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الاختبار	المجموعة	الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدالة	القيمة الاحتمالية (sig)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
رمي الكرة الطبية	التجريبية	3,73	0,703	3,045	0,05	0,017
3كغ من وضعية الوقوف	الضابطة	4,69	0,703			دال

يوضح لنا الجدول رقم 03 أفضلية تأثير النشاط البدني الرياضي المكيف مقارنة بالبرنامج التدريبي العادي على النتائج البعيدة لاختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الوقوف، حيث بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة 4,69 بانحراف معياري بلغ 0,703، وبلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 3,73، بانحراف معياري قدر بـ 0,703، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة 3,045 وتحت مستوى دلالة 0,05.

مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعيدة للمجموعتين التجريبية والضابطة في رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الوقوف.

4.1.7 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار رمي الكرة الطبية وزن 3كغ من وضع الجلوس:

استخدم اختبار (ت) للعينات المستقلة للتعرف على معنوية الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار رمي الكرة الطبية وزن 3كغ من وضع الجلوس.

الجدول رقم 04: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية وقيمة (ت) لاختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الجلوس للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الاختبار	المجموعة	الاختبار القبلي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	القيمة الاحتمالية (sig)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
رمي الكرة الطبية 3كغ من وضعية الجلوس	التجريبية	2,53	0,520	2,789	0,05	0,006 دال
	الضابطة	2,53	0,700			

من خلال الجدول نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار رمي الكرة الطبية وزن 3كغ من وضع الجلوس.

5.1.7 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الجلوس.
الجدول رقم 05: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات الأول والثاني وقيمة (ت) لاختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الجلوس للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الاختبار	المجموعة	الاختبار الأول والاختبار الثاني		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	القيمة الاحتمالية (sig)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
رمي الكرة الطبية 3كغ من وضعية الجلوس	التجريبية	5,15	0,543	2,451	0,05	0,006 دال
	الضابطة	6,14	0,989			

من خلال الجدول الموضح أعلاه نلاحظ وجود فرق معنوي بين الاختبار الأول والاختبار الثاني للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الجلوس.

6.1.7 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الجلوس:
الجدول رقم 06: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات البعدي وقيمة (ت) لاختبار رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الجلوس للمجموعتين التجريبية والضابطة.

القيمة الاحتمالية (sig)	مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		المجموعة	الاختبار
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0,014 دال	0,05	1,465	0,517	2,60	التجريبية	رمي الكرة
			0,427	3,61	الضابطة	الطبية 3كغ من وضعية الجلوس

يوضح لنا الجدول رقم 06 وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الجلوس.

2.7 تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في تطوير القوة العضلية للرجلين تعزى لاستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف.

1.2.7 عرض وتحليل نتائج اختبار الوثب العمودي من الثبات:

استخدم اختبار (ت) للعينات المستقلة للتعرف على معنوية الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار الوثب العمودي من الثبات.

الجدول رقم 07: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية وقيمة (ت) لاختبار الوثب العمودي من الثبات للمجموعتين التجريبية والضابطة.

القيمة الاحتمالية (sig)	مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار القبلي		المجموعة	الاختبار
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0,019 دال	0,05	1,556	0,350	1,134	التجريبية	الوثب العمودي
			0,451	2,22	الضابطة	من الثبات

يوضح لنا الجدول رقم 07 وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الوثب العمودي من الثبات.

2.2.7 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الوثب العمودي من الثبات.

الجدول رقم 08: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات الأول والثاني وقيمة (ت) لاختبار الوثب العمودي من الثبات للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الاختبار	المجموعة	الاختبار الأول والاختبار الثاني		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	القيمة الاحتمالية (sig)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الوثب العمودي من الثبات	التجريبية	2,31	0,521	1,530	0,05	0,049 دال
	الضابطة	2,61	0,923			

من خلال الجدول رقم 08 نلاحظ وجود فرق معنوي بين الاختبار الأول والثاني.

3.2.7 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الوثب العمودي من الثبات:

جدول رقم 09: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات البعدي وقيمة (ت) لاختبار الوثب العمودي من الثبات للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الاختبار	المجموعة	الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	القيمة الاحتمالية (sig)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الوثب العمودي من الثبات	التجريبية	1,23	0,453	1,501	0,05	0,037 دال
	الضابطة	1,31	0,520			

نلاحظ من خلال الجدول الموضح أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الوثب العمودي من الثبات.

4.2.7 عرض وتحليل نتائج اختبار الوثب العريض من الثبات: استخدم اختبار (ت) للعينات المستقلة للتعرف على معنوية الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار الوثب العريض من الثبات.

الجدول رقم 10: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية وقيمة (ت) لاختبار الوثب العريض من الثبات للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الاختبار	المجموعة	الاختبار القبلي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	القيمة الاحتمالية (sig)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الوثب العريض من الثبات	التجريبية	1,378	0,521	2,051	0,05	0,048 دال
	الضابطة	1,22	0,657			

يوضح لنا الجدول رقم 10 وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الوثب العريض من الثبات.

5.2.7 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعيدة للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الوثب العريض من الثبات.

الجدول رقم 11: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات الأول والثاني وقيمة (ت) لاختبار الوثب العريض من الثبات للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الاختبار	المجموعة	الاختبار الأول والاختبار الثاني		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	القيمة الاحتمالية (sig)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الوثب العريض من الثبات	التجريبية	2,249	0,458	421,1	0,05	0,047 دال
	الضابطة	1,82	0,348			

من خلال الجدول الموضح أعلاه نلاحظ أنه يوجد فرق معنوي بين الاختبار الأول والثاني.

6.2.7 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعيدة للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الوثب العريض من الثبات:

جدول رقم 12: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات البعدية وقيمة (ت) لاختبار الوثب العريض من الثبات للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الاختبار	المجموعة	الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	القيمة الاحتمالية (sig)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الوثب العريض من الثبات	التجريبية	1,247	0,466	1,560	0,05	0,041 دال
	الضابطة	1,129	0,346			

نلاحظ من خلال الجدول الموضح أعلاه وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الوثب العريض من الثبات.

8. تحليل النتائج:

1.8 تحليل نتائج الفرضية الأولى: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في تطوير القوة العضلية للذراعين تعزى لاستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف".

بخصوص فرضية البحث الأولى التي تقول بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القوة العضلية للذراعين والتي تعزى لاستخدام البرنامج الرياضي المقترح، وعلى ضوء نتائج اختباري رمي الكرة الطبية 03 كغ من وضع الوقوف والجلوس المعروضة في الجداول (1-2-3-4-5-6) والتي أسفرت عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة، وبينت النتائج كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح الاختبار البعدي، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الأولى.

2.8 تحليل نتائج الفرضية الثانية:

أما بخصوص فرضية البحث الثانية التي تقر بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في تطوير القوة العضلية للرجلين تعزى لاستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف، وعلى ضوء نتائج اختباري الوثب العمودي من الثبات والوثب العريض من الثبات المعروضة في الجداول (7-8-9-10-11-12)، والتي أسفرت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة، وبينت النتائج كذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح الاختبار البعدي، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثانية.

9. الاستنتاج العام:

من خلال ما تم التوصل اليه في عرض وتحليل ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات نستنتج ان الاختبارات التي أجريت على فئة الإعاقة السمعية قد تكلفت بالنجاح، وعليه نقول ان اختبار رمي الكرة الطبية من وضعيتي الوقوف والجلوس تؤكد عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح الاختبار البعدي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية وهو ما يؤكد صحة الفرضية الأولى القائلة توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في تطوير القوة العضلية للذراعين تعزى لاستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف.

كما قد بينت نتائج الاختبارات خاصة اختباري الوثب العمودي من الثبات والوثب العريض من الثبات وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح الاختبار البعدي، وكذا وجود

فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية، وذلك ما يؤكد صحة الفرضية الثانية التي تقول "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في تطوير القوة العضلية للرجلين تعزى لاستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف"، ومنه نستنتج أن فرضية البحث العامة والتي مفادها بأن " هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في القوة العضلية لدى ذوي الاحتياجات الخاصة من فئة الإعاقة السمعية تعزى لاستخدام النشاط البدني الرياضي المكيف" قد تحققت بنسبة كبيرة.

خاتمة الدراسة:

وخاتمة لهذه الدراسة نقول ان أثر النشاط البدني الرياضي المكيف من خلال برنامج مقترح في تطوير القوة العضلية لذوي الاحتياجات الخاصة من فئة الإعاقة السمعية، قد ظهر بصفة جلية وذلك من خلال ما توصلنا اليه في تحليل نتائج الفرضيات التي تم التوصل الى صحتها كما وقد سبق ذكره، وهذا وان دل فإنما يدل على اسهام النشاط البدني الرياضي المكيف في تطوير وتنمية الصفات البدنية لذوي الاحتياجات الخاصة على اختلاف إعاقاتهم، كما لا يسعنا ونحن في خاتمة هذه الدراسة إلا ان نذكر أصحاب التخصص في هذا المجال بأن يولوا اهتمامات كبيرة بهذه الفئات وأن يقدموا كل ما لديهم من أجل اسعاد هذه الفئة التي نرى أنها تعاني كثيرا خاصة في مجتمعاتنا العربية.

ولا يسعنا في هذا الصدد إلا ان نقول ما اقترحه وما قاله الدكتور أحمد بوسكرة في أطروحته حيث قال: "لقد حددت الشريعة الإسلامية أنواع الإعاقة منذ أربعة عشر قرنا من الزمان بقوله تعالى (ليس على الأعمى حرج ولا على الأعرج حرج ولا على المريض حرج)، فجاءت كلمة الأعمى إشارة إلى الإعاقة الحسية والأعرج للإعاقة الحركية والمريض للإعاقة العقلية وبقيّة الإعاقات الأخرى، ولم يصل لذلك التصنيف العلماء والمختصون في مجال الإعاقة إلا في نهاية العقدین الماضيين.

وعليه فنحن أولى من غيرنا بإيجاد الحلول العملية في الآفاق المستقبلية، وذلك من خلال تحديد أهم أسباب الإعاقة (الحوادث وهي تشمل حوادث المرور والعمل والحريق والفيضانات والكوارث، الحروب وقد لعبت دورا كبيرا في الفترة الأخيرة في زيادة نسبة الإعاقة، الأمراض المزمنة والمعدية وأمراض الطفولة، الأسباب البيئية، الأسباب الوراثية ضعف الرعاية الصحية والتوعية للمجتمع، الألغام...)، لذلك من أهم الأهداف الاستراتيجية التي يجب أن نعمل على تحقيقها من خلال المحاور الكبرى التالية:

-توفير الخدمات التعليمية و التربوية و التأهيلية و الصحية لرعاية المعاقين و العناية بهم.

-تعزيز دور الأسرة والمجتمع، في رعاية وتربية هذه الفئة.

-التركيز على أهمية التعاون الإقليمي والدولي في مجال المعاقين كأداة لتعزيز خطط وبرامج العمل مع هذه الفئة

-إحصاء المعوقين ضمن برنامج الإحصاء السكاني القادم وذلك للمساعدة في وضع الخطط والبرامج في مجال الرعاية والتأهيل.

-تشكيل لجان من ذوي الاختصاص تحت إشراف الوزارة الوصية لإعداد المنهاج الدراسية وتكيفها حسب نوع ودرجة الإعاقة.

-إدراج برنامج خاص بالتربية البدنية والرياضية في المقررات الدراسية في المراكز المتخصصة ولجبارية تدريسه

-الاستعانة بالبرنامج التدريبي المقترح في إعداد مقرر التربية البدنية والرياضية بالمراكز المتخصصة. (أحمد بوسكرة، 2008، ص250).

المراجع:

1. برو محمد، **الموجه في منهجية العلوم الاجتماعية**، دار الامل للنشر والتوزيع، الجزائر، 2014.
2. حلمي إبراهيم، ليلي السيد فرحات، **التربية الرياضية والترويح للمعاقين**، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1998.

3. خالد النجار وآخرون، مقدمة في التربية الخاصة، مركز التعليم المفتوح جامعة القاهرة، مصر، دون سنة.
 4. رديم يونس كرو العزاوي، مقدمة في منهج البحث العلمي، دار دجلة للنشر، ط1، عمان، 2007.
 5. محمد جابر بريقع، إيهاب فوزي البدوي، المنظومة المتكاملة في تدريب القوة والتحمل العضلي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 2005.
 6. محمد ابراهيم شحاتة، التحليل الحركي لرياضة الجمباز، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية، 2004.
 7. محمد صبحي حسنين، التحليل العاملي للقدرات البدنية في مجالات التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1995.
 8. محمد صبحي حسنين، أحمد كسري معاني، موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة، 1998.
 9. مروان عبد المجيد إبراهيم، الرعاية الاجتماعية للفئات الخاصة، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، ط1، عمان، 2002.
- المذكرات:
10. أحمد بوسكرة، النشاط البدني الرياضي المكيف لدى الأطفال المتخلفين عقليا في المراكز الطبية البيداغوجية، أطروحة دكتوراه، جامعة الجزائر، 2008.