

برنامج مقترح لتنمية بعض المهارات الحركية لدى الاطفال ذوي الاعاقة الذهنية

د/ لبيب محمد امبية ابوخطوة^{1*} / أ/ احمد سعيد حماد مولود حماد²

¹ قسم التربية البدنية/ كلية التربية/ جامعة الزيتونة

² قسم التدريب الرياضي كلية التربية البدنية/ جامعة الزيتونة

* labeb.lnbaya@uoz.edu.ly

A proposed program to develop some motor skills in children with mental disabilities

Dr. Iabeb Mohamed Ambia^{1*}

Mr. Ahmed Saeed Hamma²

تاريخ الاستلام: 2025-04-01 ، تاريخ القبول : 2025-05-17 ، تاريخ النشر : 2025-06-01 .

الملخص :

هدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير برنامج مقترح لتنمية بعض المهارات الحركية لدى الاطفال ذوي الاعاقة الذهنية، استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو التصميم القبلي والبعدى لمجموعة تجريبية واحدة لملائمته لطبيعة البحث، تكون مجتمع البحث من جميع الاطفال ذوي الإعاقة الذهنية بأعمار من (8- 10) سنوات والبالغ عددهم (55) طفلاً من مركز تنمية القدرات الذهنية جنزور، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من أطفال ذوي الإعاقة الذهنية والبالغ عددهم (15) طفلاً، وكانت أهم النتائج أن المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل من القياسين القبلي والبعدى وكذلك نسبة التحسن وأن المتوسط الحسابي للقياس البعدى أفضل من القياس القبلي وتراوحت قيم نسبة التحسن للمتغيرات الحركية ما بين (70.7% - 92.68%) مما يؤكد وجود فروق في القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى في مستوى المهارات الحركية، ويتضح من خلال هذه النتائج أن جميع قيم مستويات الدلالة (Sig) أقل من مستوى (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والقياسات البعدية ولصالح متوسطات القياسات البعدية في مستوى المهارات الحركية.

الكلمات المفتاحية : برنامج مقترح – المهارات الحركية – الاعاقة الذهنية .

Abstract:

This research aimed to identify the effect of a proposed program to develop some motor skills in children with mental disabilities. The researchers used the experimental method with a pre- and post-test design for one experimental group to suit the nature of the research. The research community consisted of all students with mental disabilities aged (8-10) years, numbering (55) students from the Center for the Development of Mental Abilities in Janzour. The research sample was randomly selected from children with mental disabilities, numbering (15) students. The most important results were that the arithmetic mean and standard deviation for both the pre- and post-measurements, as well as the percentage of improvement, and that the arithmetic mean for the post-measurement was better than the pre-measurement. The values of the percentage of improvement for the motor variables ranged between (70.7% - 92.68%). This confirms the existence of differences in the pre- and post-measurements in favor of the post-measurement in the level of motor skills. It is clear from these results that all values of the significance levels

(Sig) are less than the level (0.05), which indicates the existence of statistically significant differences between the averages of the pre-measurements and the post-measurements in favor of the averages of the post-measurements in the level of motor skills.

Keywords: Suggested Program - Motor Skills - Intellectual Disability .

1-1 مقدمة البحث:

اصبحت تقاس حضارة الامم والمجتمعات بما تقدمه من رعاية واهتمام للفئات الخاصة، ولعل من أبرزها فئة المعاقين ذهنيا، حيث اكدت وزارة الصحة على ضرورة فتح اقسام خاصة لهذه الفئة ودمجهم في المدارس، والطفل المعاق ذهنيا لا يستطيع اكتساب المهارة الحركية بدرجة عالية مثل الاطفال الاسوياء، لكن ينبغي التأكيد على تعلم المهارات الحركية الاساسية المعتادة في الحياة اليومية، كالوقوف الصحيح، المشي والجري والقفز والتعلق وغيرها من الامور الحياتية المعتادة، باعتبارها حركات اساسية هامة لتكيفه البيئي مع محاولة تعليمه الحركات الرياضية التي تتناسب وحالته التي تتطلب ابعادا معرفية كثيرة، او توافقا عاليا من جسمه و في نفس الوقت تعمل على زيادة مستوى اللياقة البدنية و تحسين حركة المفاصل والعضلات بهدف لصالح القوام. (ابراهيم، وآخرون، 1998) تعد من المهارات الحركية والتنفيس الانفعالي، والتخلص من العزلة واكتساب المتخلفين ذهنيا بعض المهارات التي تمكنهم من استغلال اوقات فراغهم والاندماج مع الآخرين، وتنمية اعتبارهم لذواتهم و ثقتهم بأنفسهم مما يؤدي الى تحسين مستوى المهارات الحركية لأعضاء الجسم ككل، ونظرا لأهمية النشاط الرياضي عند الأطفال المعاقين ذهنيا واهتمام العلماء والباحثين به واعتباره وسيلة لتعليم الأطفال في جميع الاعمار، يقوم الباحث بإجراء هذا البحث والذي تطرق فيه الى "وضع برنامج مقترح لتنمية بعض المهارات الحركية لدى الاطفال ذوي الاعاقة الذهنية"

2-1 مشكلة البحث:

من خلال اطلاع الباحثان على المناهج والبرامج المتخصصة في تأهيل الاطفال المعاقين ذهنيا وجد أنها فيها شيء من القصور وعدم التركيز على المتطلبات الاساسية التي يحتاجها الافراد لكي يتوافقوا مع أنفسهم ومجتمعهم الذي يعيشون فيه، مما يساعدهم على حل مشاكلهم اليومية والتفاعل مع مواقف الحياة المختلفة، حيث تعتبر ممارسة الرياضة لذوي الاحتياجات الخاصة وسيلة طبيعية للعلاج على هيئة تمارين علاجية تأهيلية وتأخذ المكونات الهامة للعلاج الطبيعي بدرجة كبيرة في استعادة اللياقة البدنية لذوي الاحتياجات الخاصة مثل، استعادة القوة العضلية والمهارة والتوافق

العصبي العضلي والتحمل والسرعة وبالتالي استعادة كفاءته وتطوير مهاراته الحركية، ولطفل الاحتياجات الخاصة عملية يكتسبها تدريجياً من خلال اتباع أنشطة مختلفة للتنسيق بين الحركة وعضلات الجسم بتحقيق اعتماد الطفل الحركي ومساعدته في تطوير مهاراته الحركية والعقلية يسمح له بنموه بطريقة طبيعية وتحقيق مهارات أكثر.

حيث تكمن مشكلة هذا البحث في محدودية البرامج التدريبية الفردية التي تركز على تنمية المهارات الحركية الأساسية لهذه الفئة، أيضاً الاعتماد على أساليب تقليدية غير جاذبة للأطفال، كذلك ندرة الدراسات التي تقيس فعالية هذه البرامج في البيئة الليبية.

3-1 أهمية البحث:

- 1- إبراز الدور المهم الذي يؤديه البرنامج المقترح لذوي الإعاقة الذهنية في تنمية المهارات الحركية.
- 2- معرفة التغيرات أو الآثار الإيجابية التي تتميها المهارات الحركية على الجوانب النفسية والعقلية والاجتماعية لهذه الفئة.

4-1 هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على:

- 1_ تأثير برنامج مقترح لتنمية بعض المهارات الحركية لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

5-1 فرض البحث:

- 1_ توجد فروق دالة إحصائية في المهارات الحركية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

6-1 مصطلحات البحث:

- 1_ **البرنامج الحركي المقترح:** "هو نشاط بدني عقلي مقنن ومنظم يهدف الى تحسين الاداء الحركي العام للجسم ويقوي العضلات وينمي المرونة والرشاقة ويعالج التشوهات القوامية ويزيد من عملية الاتزان والتركيز والانتباه ويدخل المرح والسرور على ممارسيه. (المغربي، وآخرون، 2020)
- 2_ **المهارات الحركية:** "هي سلسلة محدودة من الحركات تؤدي بدرجات عالية من التصميم لإنجاز غاية محددة الشكل تتسم بالدقة والاقتصاد فيما يبذله الفرد من جهد". (بيومي، 2002)
- 3_ **المعاق ذهنياً:** "هو حالة توقف النمو أو عدم اكتمال النمو العقلي يولد مع الطفل، وقد يحدث في سن مبكرة نتيجة لعوامل وراثية أو جينية أو بيئية أو مرضية بحيث يرتبط عدم اكتمال هذا النمو مع مستوى الاداء في المجالات التي لها عاقلة بالنضج والتعلم والتكيف. (مرسي، 1992)

2_ الدراسات السابقة:

1_ دراسة ريم احمد المالكي (2018) هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج تروحي مائي على تنمية القدرات الحركية الاساسية لأطفال متلازمة داون، تم استخدام المنهج التجريبي بتصميم القياس القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة هذا البحث، حيث تكونت العينة من (18) طفل وطفلة اختيروا بالطريقة العمدية، تتراوح اعمارهم ما بين (6-8) سنوات، واسفرت النتائج بأن أثر البرنامج التروحي تأثراً ايجابياً على لياقتهم البدنية وايضاً تحسين كفاءتهم الصحية. (المالكي، 2018)

2_ دراسة يسري محمد عبدالغني (2001) هدفت الدراسة الى معرفة تأثير البرنامج الحركي على تطوير بعض القدرات الحركية (التوافق الحركي، التوازن، الدقة) للتلاميذ المعاقين ذهنياً، استخدم الدارس المنهج التجريبي على عينة قوامها (24) تلميذاً، حيث كانت اهم النتائج الى تحسين القدرات الحركية التوافق الحركي، التوازن، الدقة لدى عينة الدراسة التجريبية. (عبدالغني، 2001)

1-2 الاستفادة من الدراسات السابقة:

1. صياغة مشكلة البحث وإجراءاته المنهجية.

2. تقنين البرنامج التدريبي المقترح.

3. تحديد الوحدات التدريبية.

4. تدريب المساعدين على العمل المطلوب منهم.

5. مساعدة الباحثان في التعرف على الوسائل الإحصائية المتبعة لتحليل البيانات.

3- منهج وإجراءات البحث:

1-3 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو التصميم القبلي والبعدي لمجموعة تجريبية واحدة لملائمته لطبيعة البحث.

2-3 مجتمع البحث:

تكون مجتمع البحث من جميع أطفال ذوي الإعاقة الذهنية بمركز تنمية القدرات الذهنية جنزور والبالغ عددهم (55) تلميذاً والذين تراوحت اعمارهم من (8-10) سنوات.

3-3 عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية، من أطفال ذوي الإعاقة الذهنية بأعمار من (8-10) سنوات البالغ عددهم (15) طفلاً وبنسبة (27%).

4-3 خصائص عينة البحث:

اقتصر هذا البحث على تناول بعض الخصائص لعينة البحث وتتمثل في الوزن والطول والعمر ويمكن توضيح هذه الخصائص فيما يلي:

جدول (1) المتوسط الحسابي والانحراف ومعامل الالتواء لمتغيرات العمر والطول والوزن

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء	التفطح
العمر	سنة	9,43	.728	-902,0	-474.0
الطول	متر	1,30	.044	-232,0	-963
الوزن	كجم	40.77	6.135	-248	-520.1

يتبين من الجدول (1) أن معاملات الالتواء في المتغيرات قيد البحث ككل تتراوح بين (-0.232، -0.902) ومعامل التفطح بين (-0.474، -1.520) أي إنها انحصرت ما بين (± 3) مما يدل على تجانس العينة ككل في هذه المتغيرات على الرغم من ذلك سيستخدم الدارس الإحصاء اللامعلمية (لا بارامترية) **Nonparametric Tests** لصغر حجم العينة.

جدول (2) اختبار شابيرو لدلالة التوزيع الطبيعي لنتائج الاختبارات في القياس القبلي

م	الاختبارات	شابيرو	درجة الحرية	مستوى الدلالة
1	اختبار 50 م عدو	22.0	15	0.05
2	اختبار تعلق ثني الذراعين (ث)	.071	15	0.05
3	اختبار الجلوس من الرقود	.673	15	0.05
4	اختبار الوثب العريض من الثبات	.238	15	0.05
5	اختبار رمي كرة ناعمة	.297	15	0.05
6	اختبار الجلوس الطويل (مرونة)	.056	15	0.05
7	اختبار التصويب على الهدف (درجة)	.895	15	0.05
8	اختبار الدرجة الجانبية (رشاقة)	.000	15	0.05
9	اختبار الدرجة الأمامية (رشاقة)	.001	15	0.05
10	اختبار الدرجة الخلفية (رشاقة)	.000	15	0.05
11	الوثب على القدم اليمنى	.168	15	0.05
12	الوثب على القدم اليسرى	.048	15	0.05

يتبين من الجدول (2) توجد دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) وأن معظم قيم اختبارات شابيرو (Shapiro) أقل من مستوى الدلالة (Sig) (0.05) مما يعني أن البيانات لا تخضع للتوزيع الاعتدالي مما استوجب استخدام اختبار لا معلمي .

5-3 الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحثان بإجراء الدراسة الاستطلاعية يوم 22-27 / 03 / 2025 بغرض التحقق من:

1- تقنين البرنامج التدريبي.

2- تحديد الوحدات التدريبية.

3- سلامة الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.

4- معرفة الزمن المخصص للتنفيذ الاختبارات.

5- تدريب المساعدين على العمل المطلوب منهم.

3-6 الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث:

بعد جمع البيانات من افراد العينة الأساسية تم ترميزها وبعد ذلك تم إدخالها إلى الحاسب الآلي وباستخدام برنامج (SPSS) الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ثم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.

- الانحراف المعياري.

- الالتواء.

- التفلطح.

- اختبار شابيرو لحساب دلالة التوزيع الطبيعي.

- اختبار ويلكوكسون لحساب الفروق بين القياسين القبلي والبعدى.

- نسبة التحسن.

4- عرض ومناقشة النتائج:

1. توجد فروق دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدى على تحسين المهارات الحركية لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية بأعمار (8-10) سنوات ولصالح القياس البعدى.

جدول (3) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدى) في اختبار 50 متر عدو

م	المتغير	وحدة القياس	الفروق		متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسن Z	مستوى الدلالة
			الاتجاه	العدد				
1	50 متر عدو	ثانية	سالب	15	8.00	120.00	-409,3	010.0
			موجب	0	.00	.00		
			تساوي	0				

يتبين من جدول (3) أن قيمة اختبار ولوكوكسن لمتغير 50 متر عدو كانت (-3.409) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي — البعدى) ولصالح القياس البعدى في متغير 50 متر عدو.

جدول (4) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) في أختبار تعلق ثني الذراعين

م	المتغير	وحدة القياس	الفروق		متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسن Z	مستوى الدلالة
			الاتجاه	العدد				
2	تعلق ثني الذراعين	ثانية	سالب	0	.00	.00	-408.3	100.0
			موجب	15	8.00	120.00		
			تساوي	0				

يتبين من جدول (4) أن قيمة إختبار ولكوكسن لمتغير تعلق ثني الذراعين كانت (-3.408) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي — البعدي) ولصالح القياس البعدي في متغير تعلق ثني الذراعي

جدول (5) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) في متغير الجلوس من الرقود

م	المتغير	وحدة القياس	الفروق		متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسن Z	مستوى الدلالة
			الاتجاه	العدد				
3	الجلوس من الرقود	عداات	سالب	1	5.50	5.50	-2.949	0.003
			موجب	12	7.13	85.50		
			تساوي	2				

يتبين من جدول 5 أن قيمة إختبار ولكوكسن لمتغير الجلوس من الرقود كانت (-2.949) بمستوى دلالة (Sig) (0.003) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي — البعدي) ولصالح القياس البعدي لمتغير الجلوس من الرقود.

جدول (6) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) في متغير الوثب العريض من الثبات

م	المتغير	وحدة القياس	الفروق		متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسن Z	مستوى الدلالة
			الاتجاه	العدد				
4	الوثب العريض من الثبات	مسافة	سالب	0	.00	.00	-3.412	0.001
			موجب	15	8.00	120.00		
			تساوي	0				

يتبين من جدول (6) أن قيمة إختبار ولكوكسن لمتغير الوثب العريض من الثبات كانت (-3.412) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي — البعدي) ولصالح القياس البعدي لمتغير الوثب العريض من الثبات.

جدول (7) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) في متغير رمي الكرة الناعمة

م	المتغير	وحدة القياس	الفروق		متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسن Z	مستوى الدلالة
			الاتجاه	العدد				
5	رمي الكرة الناعمة	مسافة	سالب	1	11.00	11.00	-2.784	0.05
			موجب	14	7.79	109.00		
			تساوي	0				

يتبين من جدول (7) أن قيمة إختبار ولكوكسن لمتغير رمي الكرة الناعمة كانت (-2.784) بمستوى دلالة (Sig) (0.05) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي — البعدي) ولصالح القياس البعدي لمتغير رمي الكرة الناعمة.

جدول (8) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) في متغير المرونة

م	المتغير	وحدة القياس	الفروق		متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسن Z	مستوى الدلالة
			الاتجاه	العدد				
6	المرونة	عدة	سالب	0	.00	.00	-3.482	0.001
			موجب	15	8.00	120.00		
			تساوي	0				

يتبين من جدول (8) أن قيمة إختبار ولكوكسن لمتغير المرونة كانت (-3.482) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي — البعدي) ولصالح القياس البعدي لمتغير المرونة.

جدول (9) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) في متغير التصويب

م	المتغير	وحدة القياس	الفروق		متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسن Z	مستوى الدلالة
			الاتجاه	العدد				
7	التصويب	درجة	سالب	0	.00	.00	-3.442	0.001
			موجب	15	8.00	120.00		
			تساوي	0				

يتبين من جدول (9) أن قيمة إختبار ولكوكسن لمتغير التصويب كانت (-3.442) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي — البعدي) ولصالح القياس البعدي لمتغير التصويب.

جدول (10) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) في متغير (الرشاقة- الدرجة الجانبية)

م	المتغير	وحدة القياس	الفروق		متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسن Z	مستوى الدلالة
			الاتجاه	العدد				
8	الدرجة الجانبية	درجة	سالب	0	.00	.00	-3.358	0.001
			موجب	13	7.00	91.00		
			تساوي	2				

يتبين من جدول (10) أن قيمة إختبار ولكوكسن لمتغير الدرجة الجانبية كانت (-3.358) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي — البعدي) ولصالح القياس البعدي لمتغير الدرجة الجانبية.

جدول (11) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) في متغير (الرشاقة- الدرجة الأمامية)

م	المتغير	وحدة القياس	الفروق		متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسن Z	مستوى الدلالة
			الاتجاه	العدد				
9	الدرجة الأمامية	درجة	سالب	0	.00	.00	-3.127	0.002
			موجب	11	6.00	66.00		
			تساوي	4				

يتبين من جدول 11 أن قيمة إختبار ولكوكسن لمتغير الدرجة الأمامية كانت (-3.127) بمستوى دلالة (Sig) (0.002) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي — البعدي) ولصالح القياس الدرجة الأمامية.

جدول (12) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) في متغير (الرشاقة- الدرجة الخلفية)

م	المتغير	وحدة القياس	الفروق		متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسن Z	مستوى الدلالة
			الاتجاه	العدد				
10	الدرجة الخلفية	درجة	سالب	0	.00	.00	-3.494	0.001
			موجب	14	7.50	105.00		
			تساوي	1				

يتبين من جدول (12) أن قيمة إختبار ولكوكسن لمتغير الدرجة الخلفية كانت (-3.494) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي — البعدي) ولصالح القياس البعدي الدرجة الخلفية.

جدول (13) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) في متغير الوثب على القدم اليمنى

م	المتغير	وحدة القياس	الفروق		متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسن Z	مستوى الدلالة
			الاتجاه	العدد				
11	الوثب على القدم اليمنى	درجة	سالب	0	.00	.00	-3.205	0.001
			موجب	13	7.00	91.00		
			تساوي	2				

يتبين من جدول (13) أن قيمة إختبار ولكوكسن لمتغير الوثب على القدم اليمنى كانت (-3.205) بمستوى دلالة (Sig) (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي - البعدي) ولصالح القياس البعدي الوثب على القدم اليمنى.

جدول (14) دلالة الفروق بين القياسين (القبلي-البعدي) في متغير الوثب على القدم اليسرى

م	المتغير	وحدة القياس	الفروق		متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسن Z	مستوى الدلالة
			الاتجاه	العدد				
12	الوثب على القدم اليسرى	درجة	سالب	1	8.00	8.00	-2.983	0.003
			موجب	14	8.00	112.00		
			تساوي	0				

يتبين من جدول (14) أن قيمة إختبار ولكوكسن لمتغير الوثب على القدم اليسرى كانت (-2.983) بمستوى دلالة (Sig) (0.003) وهي أقل من (0.05) مما يبين وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) بين القياسين (القبلي-البعدي) ولصالح القياس البعدي الوثب على القدم اليسرى.

جدول (15) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسين (القبلي-البعدي) ونسبة التحسن للمهارات الحركية لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية

م	المهارات الحركية	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		نسبة التحسن
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
1	اختبار 50 م عدو	ثانية	3.088	.609	2.898	.868	% 7.70
2	اختبار تعلق ثني الذراعين (ث)	ثانية	3.955	18.52	3.667	20.18	% 8.96
3	اختبار الجلوس من الرقود	عدة	2.669	1013.	2.748	8514.	% 13.35
4	اختبار الوثب العريض من الثبات	متر	.087	.96	.125	1.17	% 21.88
5	اختبار رمي كرة ناعمة	متر	2.009	15.43	2.586	9016.	% 9.52
6	اختبار الجلوس الطويل (مرونة)	سم	1.033	5.73	1.407	7.53	% 33.15
7	إختبار التصويب على الهدف (درجة)	درجة	2.031	8.13	1.682	11.60	% 42.68
8	إختبار الدرجة الجانبية (رشاقة)	درجة	.414	551.	.594	102.	% 35.48
9	اختبار الدرجة الأمامية (رشاقة)	درجة	.640	1.53	.507	202.	% 46.67
10	اختبار الدرجة الخلفية (رشاقة)	درجة	.414	501.	.488	122.	% 41.33
11	الوثب على القدم اليمنى	درجة	1.502	3.40	2.696	5.53	% 62.65
12	الوثب على القدم اليسرى	درجة	1.320	2.80	2.314	4.73	% 68.92

يتبين من الجدول (15) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل من القياسين القبلي والبعدي وكذلك نسبة التحسن وأن المتوسط الحسابي للقياس البعدي أفضل من القياس القبلي وتراوحت قيم نسبة التحسن للمتغيرات الحركية ما بين (7.70% - 68.92%) مما يؤكد وجود فروق في القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في مستوى المهارات الحركية، ويتضح من خلال هذه النتائج أن جميع قيم مستويات الدلالة (Sig) أقل من مستوى (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والقياسات البعدية ولصالح متوسطات القياسات البعدية في مستوى المهارات الحركية، وبناءً على هذه النتائج نرفض الفرض الصفري (فرض العدم) وذلك لعدم وجود معلومات كافية لتحقيق هذا الفرض القائل "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في مستوى المهارات الحركية، ونقبل الفرض البديل القائل "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في مستوى المهارات الحركية".

من خلال النتائج التي تم التوصل إليها يوصي الباحث بما يلي:

1. البدء بأنشطة بسيطة وسهلة النجاح والانتقال تدريجياً إلى أنشطة أكثر تحدياً مع تقدم الطفل وتحسن مهاراته.
2. بتصميم الأنشطة وتعديلها لتناسب القدرات الفردية ومستوى الإعاقة الذهنية لكل طفل، مع توفير الدعم والتوجيه اللازمين.
3. جعل الأنشطة ممتعة وجذابة للأطفال من خلال استخدام الألعاب، والألوان الزاهية، وتقديم التشجيع والثناء لتعزيز مشاركتهم.
4. توفير فرص متكررة ومنتظمة لممارسة المهارات الحركية لضمان ترسيخها وتحسينها بمرور الوقت.
5. دمج الوسائل البصرية (مثل الصور والنماذج) واللمسية (مثل المواد المختلفة) لتوضيح التعليمات وتسهيل فهم المهام الحركية.
6. تفعيل دور الأسرة في البرنامج من خلال توعيتهم بأهمية المهارات الحركية وتشجيعهم على ممارسة الأنشطة مع أطفالهم في المنزل.
7. العمل بتنسيق وثيق مع أخصائي العلاج الطبيعي والوظيفي وغيرهم من المختصين لوضع خطط فردية فعالة ومتابعة تقدم الأطفال.
8. توفير بيئة آمنة ومجهزة بالأدوات والمواد اللازمة لتنفيذ الأنشطة الحركية بشكل فعال وآمن.
9. إجراء تقييم دوري ومنتظم لمستوى تقدم الأطفال في المهارات الحركية وتعديل البرنامج بناءً على نتائج التقييم لتلبية احتياجاتهم المتغيرة.

المراجع:

- امل محروس بيومي برنامج مقترح لتعليم المهارات الحركية الأساسية للسباحة للأطفال المعاقين عقلياً وأثره على بعض القدرات الحركية والجوانب النفسية والاجتماعية. - الاسكندرية : كلية التربية الرياضية للبنات ، 2002. - المجلد رسالة ماجستير غير منشورة.
- حلمي محمد ابراهيم و ليلي السيد فرحات التربية الرياضية والترويح للمعاقين - القاهرة : دار الفكر العربي، 1998.
- ريم احمد المالكي برنامج ترويح باستخدام الوسط المائي لتحسين القدرات الحركية الأساسية لدي اطفال متلازمة داون رسالة ماجستير غير منشورة . - بغداد : كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد، 2018.
- كمال مرسي القدرات مهارية و الاختبارات العلمية - القاهرة : دار الفكر العربي، 1992.
- محمد سليمان المغربي و غالية محمد الجبهي تأثير برنامج تأهيلي حركي لتحسين الحركات الأساسية لاطفال التوحد مركز درنة مؤتمر التربية الخاصة الاول. - المرج : جامعة بنغازي، 2020.
- يسرى محمد عبدالغني تأثير البرنامج الحركي على تطوير بعض القدرات الحركية (التوافق الحركي، التوازن، الدقة) للتلاميذ المعاقين ذهنياً، رسالة ماجستير غير منشورة. - كلية التربية الرياضية، 2001.