

اثر تعلم سباحة الظهر في اكتساب بعض القدرات الحس - حركية لدى المصابين بمرض داون

م.د. بحري حسن خوشناو

الملخص

يهدف البحث إلى :

- إعداد منهج لتعلم سباحة الظهر للخواص من حملة اعراض داون بأعمار (10-12) سنة.
- معرفة أثر تعلم سباحة الظهر للخواص من حملة اعراض داون بأعمار (10-12) سنة.
- معرفة أثر تعلم سباحة الظهر في اكتساب بعض القدرات الحس - حركية للخواص من حملة اعراض داون بأعمار (10-12) سنة.

واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من خواص حملة اعراض داون، إذ بلغ عددهم (4) أطفال تتراوح أعمارهم (10-12) سنة من الذكور في مركز محمد باجلان - قسم تأهيل المعاقين في محافظة أربيل بأقليم كردستان العراق، وبنسبة (11.42%) من مجتمع البحث، ويرجع قلة عدد أفراد العينة لعدم موافقة أولياء الأمور على ممارسة أبنائهم السباحة، وتحديد الأعمار ما بين (10-12) سنة، ومراعاة المنطقة الجغرافية، تتراوح أعمارهم بين (10-12) سنة للعمر الزمني، و(5-6) سنوات للعمر العقلي، ومن فئة التخلف العقلي (البسيط)، وتراوحت نسبة ذكائهم ما بين (50-70) درجة التي تم الحصول عليها من خلال السجلات الرسمية للمعهد.

وبعد تحليل النتائج ومناقشتها توصل الباحث إلى عدة الاستنتاجات أهمها:

- أظهرت النتائج أن للمنهج تأثيراً إيجابياً في تعلم سباحة الظهر للخواص من حملة اعراض داون بأعمار (10-12) سنة.
- أظهرت النتائج أن للمنهج التعليمي تأثيراً إيجابياً في اكتساب القدرات الحس الحركية للخواص من حملة اعراض داون بأعمار (10-12) سنة.

Abstract

After learning backstroke to gain some sense of capacity - mobility in people with Down's

Bahry. H. Khoshnaw
Physical Education University of Koya

The research aims to:

- Develop curriculum for learning swimming back-to-drive characteristics of Down syndrome ages (10-12) years.
- know the impact of learning backstroke properties of a campaign for Down syndrome ages (10-12) years.
- know the impact of learning back in the pool to gain some sense of capacity - the dynamic properties of a campaign Down syndrome ages (10-12) years.

The researcher used the experimental method, the sample was selected in the manner of intentional properties of a campaign Down syndrome, as numbered (4) children aged (10-12) in males at the Mohammed Baghlan - Department of Rehabilitation of the Disabled in Erbil Kurdistan Region of Iraq, and by (11.42%) of the research community, due the small number of respondents to the disapproval of parents to exercise their children swimming, and to identify between the ages of (10-12) years, and taking into account the geographical area, aged between (10-12) year age interval, and (5-6) years of age, mental, and the category of mental retardation (simple), and IQ ranged between (50-70) the degree of which was obtained through the official records of the Institute.

After analyzing the results and discussion, the researcher to several conclusions including:

- The results showed that the curriculum had a positive impact in learning backstroke properties of a campaign for Down syndrome ages (10-12) years.
- The results showed that the curriculum had a positive impact in the acquisition of the sense of kinetic properties of a campaign Down syndrome ages (10-12) years.

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

تزايدت عناية المجتمعات في العصر الحاضر بذوي الاحتياجات الخاصة انطلاقاً من مبدأ تكافؤ الفرص التربوية للجميع، وبما تسمح به قدراتهم واستعداداتهم، وفي الوقت الحاضر لم تعد التربية

والتعليم تقتصر على الأسوياء فقط، وإنما أصبحت الجهود التربوية والتعليمية تستهدف الجميع بغض النظر عن مستوياتهم العقلية وقدراتهم الاستيعابية، ولذلك يمكن لكل الأطفال سواء أكانوا أسوياء أم غير أسوياء أن يتعلموا ولكن بطرق مختلفة ولديهم القابلية على النضج والنمو، وذلك بمعدلات ومستويات مختلفة.

وتعد رياضة السباحة إحدى الرياضات المائية، والتي يكون فيها المحيط المائي وسيلة للتحرك، وذلك عن طريق حركات الذراعين والرجلين والجذع بهدف ارتقاء كفاءة الفرد بدنياً ومهارياً وعقلياً ونفسياً واجتماعياً. (راتب، 1999، 22)، وتمارس السباحة بوصفها رياضة من قبل الجنسين، وبمختلف الأعمار حسب قدراتهم، وهي تختلف عن سائر النشاطات الرياضية الأخرى إذ إن الوسط المائي فيها يعدّ أساساً للتقدم عن طريق الاستعانة بالذراعين والرجلين والجذع، ومن ناحية أخرى فهي تمثل قدرة الفرد على التفاعل مع الوسط المائي الذي يختلف تماماً عن الوسط اليابس الذي يعيش عليه.

وفئة المتخلفين عقلياً من فئات التربية الخاصة التي أصبحت ظاهرة إنسانية طبيعية تتطلب التعامل معها بإيجابية كبيرة، وإنهم أفراد إنسانيون يستحقون بذل المزيد من العناية والأهتمام في تربيتهم وتعليمهم وتأهيلهم وتحويلهم إلى قوة منتجة بدلاً من كونهم طاقة معطلة مستهلكة حتى يتسنى لهم امتلاك القدرة على التكيف مع مطالب الحياة، والاعتماد على الذات وممارسة الحياة اليومية والحصول على مهنة مناسبة في حدود إمكانياتهم وقدراتهم العقلية، لأنهم أفراد في المجتمع، ولهم الحق في العيش مثل أقرانهم الأسوياء. (يحيى وعبيد، 2005، 14)

وللتربية الرياضية أثر مهم في تطوير حياة المتخلفين عقلياً، وإن العناية بتنمية القدرات البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية للخواص المصابين من حملة اعراض داون أمر ضروري إذا وفرنا لهم النشاطات التي يوظفون فيها حواسهم وعضلاتهم وأطرافهم في المشي والجري والقفز، وتزداد ثقتهم بأنفسهم ودرجة اعتمادهم عليها، مما يساعد على تقليل آثار الإعاقة، ويزيد من فرص اندماجهم وتكيفهم مع المجتمع. (ابراهيم، 2005، 253)

وبهذا فإن العمل مع المتخلفين عقلياً وخاصة من حملة اعراض داون أصبح قضية انسانية واجتماعية وواجباً وطنياً، ومن خلال ما تقدم سعى الباحث إلى وضع منهج تعليمي لهذه الشريحة لتعليم السباحة، ومحاولة للتقريب في مساواتهم مع الأسوياء وبما يلائم قدراتهم العقلية وقابلياتهم البدنية.

وإن أهمية هذا البحث تكمن في تعلم هؤلاء الخواص من حملة اعراض داون لسباحة الظهر وتأثيرها في قدراتهم الحس - حركية.

ومن هنا ارتأى الباحث ضرورة إجراء هذه الدراسة آملياً أن تسهم نتائج هذه الدراسة في سد جزءٍ، ولو كان صغيراً في استكمال وتطوير عمل المعاهد والمراكز التي تعنى بالخواص من حملة اعراض داون ، بوصفها المستفيد الأول من هذه الدراسة في إقليم كردستان والمحافظات الأخرى في العراق.

1-2 مشكلة البحث:

تزايدت عناية دول العالم بتوفير فرص النمو والتعليم للخواص ذوي القدرات العقلية المحدودة أو المتخلفين عقلياً، فالتربية حق من الحقوق الأساسية لجميع فئات المجتمع سواء، كانوا أسوياء أو معاقين، وهؤلاء الاطفال المتخلفون عقلياً يعدّون طاقة بشرية معطلة إن لم يتلقوا العناية والرعاية المناسبة.

وإن الأطفال من حملة اعراض داون لديهم القدرة على التعلم، ولكن بشكل بطيء، لذلك يحتاجون إلى وقت أطول للتعلم والتطور، وتنمية المهارات الأساسية قياساً بالأطفال الأسوياء، لذلك يحتاجون إلى مناهج تعليمية خاصة في مجال التربية الرياضية تتناسب مع قدراتهم العقلية.

ومن خلال زيارات الباحث ولقاءاته العديدة إلى المعاهد والمراكز التي تعنى بتعليم الخواص من حملة اعراض داون في إقليم كردستان العراق لاحظ غياب مناهج علمية للتربية الرياضية تعنى بتعليم هذه الفئة، فضلاً عن غياب متخصصين في مجال التربية الرياضية الخاصة بالمتخلفين عقلياً، وكذلك لاحظ الباحث قلة الدراسات الرياضية التي تعنى بالخواص من حملة اعراض داون ، وهذا ما يعزز الحاجة للقيام بهذه الدراسة.

1-3 أهداف البحث:

يهدف البحث الى :

- 1- إعداد منهج لتعلم سباحة الظهر للخواص من حملة اعراض داون بأعمار (10-12) سنة.
- 2- معرفة أثر تعلم سباحة الظهر للخواص من حملة اعراض داون بأعمار (10-12) سنة.
- 3- معرفة أثر تعلم سباحة الظهر في اكتساب بعض القدرات الحس - حركية للخواص من حملة اعراض داون بأعمار (10-12) سنة.

1-4 فرضيتا البحث:

- 1- إن المنهج التعليمي المعد يؤثر ايجابياً في تعلم السباحة الظهر للخواص من حملة اعراض داون بأعمار (10-12) سنة.
- 2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لبعض القدرات الحس - حركية للخواص من حملة اعراض داون بأعمار (10-12) سنة.

1-5 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: عينة من الخواص لحملة اعراض داون بأعمار (10-12) سنة في مركز محمد باجلان، قسم تأهيل المعاقين في محافظة أربيل بأقليم كردستان العراق.
- 1-5-2 المجال الزمني: المدة من 2009/7/2 لغاية 2009/9/5.
- 1-5-3 المجال المكاني: مسبح وقاعة سنتر بلو في محافظة أربيل.

2- الدراسات النظرية والمثابرة:

2-1 الدراسات النظرية:

2-1-1 رياضة السباحة وأهميتها:

تعد السباحة إحدى الرياضات المائية التي تستعمل الوسط المائي وسيلة للتحرك عن طريق الذراعين والجذع والرجلين للارتقاء بكفاءة الانسان بدنياً ومهارياً وعقلياً واجتماعياً ونفسياً. (راتب، 1999، 22) وهي الحجر الاساسي في الرياضات المائية، فبدون تعلمها وإتقانها لا يستطيع الفرد ممارسة الرياضات المائية الاخرى.

وتختلف رياضة السباحة في طبيعتها عن سائر النشاطات الرياضية الأخرى من حيث الوسط المائي.

2-1-1-2 سباحة الظهر:

وتسمى بسباحة الزحف على الظهر، ويشبه الأداء الحركي لهذه السباحة الأداء الحركي للسباحة الحرة، ولكن تؤدّى هذه السباحة على الظهر، وفيما يلي وصف الأداء الحركي لها:

أ- وضع الجسم: يكون وضع الجسم أفقياً مع ميلان قليلاً نحو الأسفل بحيث تكون المقعدة والرجلان داخل الماء، والرأس والأذنان في الماء، ويكون الوجه فقط خارج الماء مع بقاء الذقن قرب الصدر، والنظر يكون إلى الأمام باتجاه أمشاط القدمين. (القط، 1999، 118)

ب- ضربات الرجلين: تؤدّى ضربات الرجلين بالتبادل نحو الأسفل والأعلى، وتكون أعمق من حركة الرجلين في السباحة الحرة، وعدم خروج الركبة خارج الماء، ويكون أساس الحركة من مفصل الفخذ مع زيادة انثناء في مفصل الركبة في حركة الرجل نحو الأعلى، وأكثر امتداداً في حركتها نحو الأسفل. (Thomas, 2005, 94)

ج- ضربات الذراعين: تكون حركتهما تبادلية، إذ تبدأ ضربات الذراعين بدخول كف اليد إلى الماء أمام الرأس، والكف مواجه للخارج لدفع الماء إلى الجانب تجاه القدمين، وتعتمد ضربات الذراعين على مرحلتين أساسيتين وهما:

1- المرحلة الأساسية : تدخل الذراع إلى الماء منفردة بجانب الرأس، وإلى الخارج قليلاً، ويكون الدخول في الماء بالأصبع الصغير أمام الكتف مباشرة، وتبدأ مرحلة المسك بعد دخول الذراع إلى الماء ، ثم تبدأ مرحلة الشد (السحب) بثني مفصل المرفق ليقترّب الكف من الجسم. ثم تبدأ مرحلة الدفع بدفع الذراع الماء للأمام والأسفل وتتم حركة الدفع بعضلات الذراع مع مفصل الكتف والعضلة الصدرية، وتستمر حركة الدفع حتى يصل الكف إلى خصر السباح بحيث يفرد المرفق تماماً أسفل الفخذ.

2- المرحلة الرجوعية : تبدأ هذه المرحلة بخروج كف اليد من الماء بالأصبع الكبير، ثم تأخذ الذراع مسارها إلى الأعلى والأمام في حركة دائرية حتى نقطة الدخول.

د- التنفس: يتم التنفس بدون لف الرأس أو دورانه، ويؤخذ الشهيق في أثناء الحركة الرجوعية لأحد الذراعين، ويؤدى الزفير في أثناء حركة الدخول والمسك للذراع نفسها عن طريق الفم والأنف.

د- التوافق: تتصف حركات الذراعين والرجلين بصفة الاستمرارية، ويتوقف الربط السليم بين الحركات المتنوعة التي تقوم بها الأطراف وبين الجذع على درجة الاحتفاظ بالوضع الانسيابي للجسم . والتوقيت بين ضربات الرجلين والذراعين. وتؤدي ست ضربات للرجلين مع كل دورة كاملة بالذراعين، أما التنفس فيكون كل دورة ذراعين وعلى وفق القابلية.

2-1-2 القدرات الحس- حركية:

عرف (النيل ودويدار، 2006) القدرة بأنها " الكفاءة أو استطاعة الأداء عمل من الأعمال الذهنية أو الجسمية سواء كان هذا العمل فطرياً أو مكتسباً بالتعلم والممارسة"، وعرفت القدرة بأنها " إمكانية الفرد الحالية التي وصل إليها بالفعل سواء عن طريق نضجه أم نموه أم خبرته أم تعليمه أم تدريبه على مزاوله نشاط ذهني أو حسي أو حركي في مجال معين كالسباحة أو الجري ".(النيل ودويدار، 2006، 68)

ولو لاحظنا الاشخاص الذين يعانون من مشكلات في الجهاز العصبي المركزي و المحيطي (المتخلفون عقليا Mentally Retarded) لوجدنا انهم يتمتعون بالقدرات البدنية مثل الاسوياء، ولكن قدراتهم الحركية تعاني من ضعف، والمثال على ذلك نظرة واحدة إلى طريقة مشي المتخلفين عقليا وركضهم يوضح الحالة.

2-1-3 حملة أعراض داون المفهوم والتعريف:

منذ القدم عرف الانسان مجموعة من الأطفال المختلفين قليلاً عن الأطفال الأسوياء، وهؤلاء الأطفال هم متلازمة (داون) والمعروفة سابقا (بالمغولية)، وتعامل المجتمع معهم بوصفهم أشخاصاً متخلفين عقلياً، وعانوا كثيراً من الإهمال والأمراض مما كان يؤدي إلى الوفيات المبكرة بينهم، أما في الوقت الحاضر ومع التطور العلمي وتطور المفاهيم والمعلومات ازدادت معرفة الانسان بقدرات هذه الفئة

وامكاناتها، وتبذل حالياً وعلى نطاق العالم جهود محسوسة في سبيل تعليم ذوي متلازمة داون وتأهيلهم حتى يعتمدوا إلى حد ما على أنفسهم والإسهام بقدر المستطاع في الحياة العامة.

إن كلمة (متلازمة) تعني مجموعة من الأعراض أو العلامات، وهي مأخوذة من جملة (لزم الشيء) أي إذا وجد ارتقاء في العضلات وتدوير في الوجه مع عيوب خلقية في القلب فانه يلزم أن يوجد صغر في الأذنان، وخط وحيد في كف اليد وصغر في اليدين وغيرها، وهذه الأوصاف كلها مجتمعة إذا تكررت في أكثر من طفل بهذه الأعراض أنفسهم أو قريباً منها عرفت بأنها متلازمة، وأعطى لها اسم مخصص كمتلازمة داون أو متلازمة أدورد وغيرها، والمتلازمة هي في الحقيقة كلمة رديفة لكلمة مرض أو حالة، فنستطيع أن نقول تجاوزاً مرض داون أو حالة داون. أما كلمة داون فتعني اسم الطبيب البريطاني جون لنجدون داو (John Langdon Down) الذي يعد أول طبيب وصف هذا المرض في عام (1866)، وكان هذا عندما لاحظ أن أغلب الأطفال في مركز الإعاقة الذي كان يقوم فيه بالإشراف على مجموعة من الأطفال يشبهون بعضهم بعضاً في ملامح الوجه وخصوصاً في العين التي تمتد إلى أعلى، والتي تشبه خصائص العرق المنغولي - الآسيوي، فأطلق عليهم اسم المنغوليين نسبة إلى جمهورية منغوليا، وظل هذا الاسم شائعاً إلى عام (1967) عندما كانت أسباب المرض معروفة، واتضح انه ناتج عن زيادة في الصبغيات (الكروموسومات)، ولا علاقة له بالعرق الأصفر، وتقدمت دولة منغوليا بالشكوى لدى الأمم المتحدة ضد هذه التسمية، فتم بعدها اصدار قرار بمنع استعمال هذا الاسم لوصف المرض، وعرف منذ ذلك الوقت بمتلازمة داون في جميع أنحاء العالم. (القيوتي وآخرون، 1995، 80)

2-1-4 أسباب حدوث متلازمة داون:

هناك بعض الدراسات التي أوضحت بعض الأسباب، ومن أهمها:
(مركز الرياض التخصصي للتأهيل، 2008)

- 1- اضطراب في توزيع الكروموسومات (الاضطرابات الصبغية): بحيث يوجد كروموسوم جنسي زائد من نوع (y) نتيجة لاضطرابات تكوين في البويضة في أثناء مدة الحمل بحيث يكون لديه (47) كروموسوماً بدلاً من الطبيعي (46) كروموسوماً.
- 2- عمر الأم: من أهم العوامل المؤدية لحدوث متلازمة داون هو عمر الأم عند الإنجاب ، فغالباً ما تزداد احتمالية حدوث متلازمة داون كل ما زاد عمر الأم فوق سن 35 عاماً .
- 3- العوامل الوراثية: تحدث نتيجة وجود صبغة منقولة واحدة من الزوج رقم (21) لدى أحد الوالدين، مما ينتج عن التصاقها بصبغة أخرى متلازمة داون .

2-2 الدراسات المشابهة أو السابقة:

2-2-1 دراسة (نشوان، 2003)

" تأثير منهج مقترح للتربية الحركية في تطوير بعض القدرات البدنية والحس - حركية للخواص من (حملة أعراض داون)"

وهدفت الدراسة إلى :

- 1- إعداد منهج مقترح للتربية الحركية في تطوير بعض القدرات البدنية والحس - حركية للخواص بأعراض داون.
 - 2- معرفة تأثير منهج مقترح للتربية الحركية في تطوير بعض القدرات البدنية والحس - حركية للخواص بأعراض داون .
- واتبع الباحث المنهج التجريبي (بتصميم المجموعة الواحدة) للاختبار القبلي والبعدي، وتكونت عينة البحث من (29) طفلاً المصابين بأعراض داون وبأعمار تتراوح بين (9-12) سنة في مدينة بغداد. وأظهرت النتائج أن للمنهج المقترح تأثيراً واضحاً في تطوير بعض القدرات البدنية المتمثلة بالقوة والمرونة، وأنه أقل تطوراً في القدرات الحس حركية مثل التوازن والرشاقة.

2-2-2 دراسة (الكبيسي، 2007)

" منهج تعليمي بالألعاب الصغيرة و تأثيرها في تعلم واحتفاظ بعض القدرات الحركية وتطوير

التكيف الاجتماعي للخواص من حملة أعراض داون"

وهدفت الدراسة إلى :

- 1- تصميم منهج تعليمي بالألعاب الصغيرة للخواص من حملة أعراض داون.
 - 2- معرفة تأثير منهج تعليمي في تعلم واحتفاظ بعض القدرات الحركية للخواص من حملة أعراض داون.
 - 3- معرفة تأثير منهج تعليمي في تطوير التكيف الاجتماعي للخواص من حملة أعراض داون.
 - 4- معرفة الفروق بين الجنسين في تأثير متغيرات الدراسة في الاختبارات البعدية.
- واتبع الباحث المنهج التجريبي (ذي الضبط المحكم) باستعمال مجموعتين متكافئتين، وتكونت عينة البحث من (31) طفلاً من الذكور والإناث المصابين بأعراض داون، وبأعمار تتراوح بين (8-12) سنة في مدينة دمشق.

وتوصل الباحث إلى عدد من الاستنتاجات، أهمها:

- 1- إن للمنهج التعليمي تأثيراً إيجابياً في تطور بعض القدرات الحركية في التكيف الاجتماعي للخواص من حملة أعراض داون.
- 2- إن للمنهج التعليمي تأثيراً إيجابياً في تعلم بعض القدرات الحركية والاحتفاظ بها لأفراد المجموعتين من حملة أعراض داون.
- 3- تفوق الذكور على الإناث في القدرات الحركية للركض والوثب، بينما لم يظهر تفوق في الاستلام والرمي.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث:

إن طبيعة المشكلة المراد دراستها تحدد منهجية البحث، لذلك اتبع الباحث المنهج التجريبي

لملائمته طبيبعة البحث.

3-2 مجتمع البحث وعينته:

يتألف مجتمع البحث من الخواص لحملة اعراض داون المسجلين في معهد هيلينا لتأهيل المعاقين في محافظة أربيل لعام (2008-2009)، والبالغ عددهم (35) طفلاً من الذكور حسب السجلات الرسمية للمعهد.

أما عينة البحث فقد تم اختيارها بالطريقة العمدية من الاطفال حملة اعراض داون، إذ بلغ عددهم (4) اطفال مسجلين في مركز محمد باجلان الصحي قسم تأهيل المعاقين في محافظة أربيل بأقليم كردستان العراق، وبنسبة (11.42%) من مجتمع البحث، ويرجع قلة عدد أفراد العينة لعدم موافقة أولياء الأمور على ممارسة أبنائهم السباحة، وتحديد الأعمار ما بين (10-12) سنة، ومراعاة المنطقة الجغرافية، تتراوح أعمارهم بين (10-12) سنة للعمر الزمني، و(5-6) سنوات للعمر العقلي، ومن فئة التخلف العقلي (البسيط)، وتراوحت نسبة ذكائهم ما بين (55-70) درجة التي تم الحصول عليها من خلال السجلات الرسمية للمعهد ، حسب التصنيف المقر من قبل وزارة العمل والشؤون الاجتماعية اعتماداً على تصنيف الجمعية الأمريكية، ولم يمارسوا السباحة من قبل.

3-3 الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات:

من أجل الشروع بإجراءات البحث استعمل الباحث الأجهزة، والأدوات، والوسائل المساعدة الاتية:

3-3-1 الأجهزة:

- 1- جهاز كاميرا فيديو، لتصوير الوحدات التعليمية (Sony, Digital8).
- 2- جهاز كومبيوتر نوع (Samsung).
- 3- ساعة توقيت الكترونية نوع (Casio) عدد (1).
- 4- حاسبة يدوية الكترونية نوع (Casio fx-82MS) عدد (1).

3-3-2 الأدوات:

(شريط قياس، أشرطة ملونة لاصقة لتحديد المسافات، كرات بأحجام واللوان متنوعة، سترة النجاة عدد (4)، أطواق النجاة عدد (4)، صافرة، حوض سباحة مغلق طول (50)م وعرض (21)م وبعمق من

(1-2)م تدريجياً، الواح فلين مضغوط عدد (4)، عوامات تلبس بالذراعين (لكل طفل عدد(2))، احضار (مايوه، منشفة، شامبو) لكل طفل عدد (4)،، مقاعد سويدية، أطواق الجمناستيك الإيقاعي عدد (4)).

3-3-3 وسائل جمع المعلومات:

- 1- المصادر والمراجع العربية والاجنبية.
- 2- الاختبارات والقياس.
- 3- استمارة استطلاع آراء الخبراء والمختصين.
- 4- مقياس جامعة اوهايو للقدرات الحس- حركية.
- 5- أسماء السادة المقومين الذين قاموا بتقويم أداء الأطفال في الاختبارات القبلية والبعدية للقدرات الحركية.
- 6- فريق العمل المساعد. (*)

3-4-4 الاختبارات والقياسات المستعملة في البحث:

3-4-1 تحديد الاختبارات للمهارات الاساسية بسباحة الظهر:

من خلال اطلاع الباحث على المصادر والمراجع العلمية التي تناولت المهارات الاساسية للسباحة، والتي تهدف إلى قياس مستوى تعلم المهارات الأساسية بالسباحة، اختار الباحث (3) اختبارات على شكل بطارية الاختبار لقياس مستوى تعلم المهارات الأساسية بسباحة الظهر لعينة البحث.

ومن اجل التأكد من صلاحية مفردات بطارية الاختبار لعينة البحث عرضت مفردات الاختبار على مجموعة من المختصين في مجال رياضة السباحة والاختبارات والقياس لبيان صلاحيتها وعلى النحو المبين في الجدول (1):

الجدول (1)

يبين الاختبارات للمهارات الأساسية بالسباحة الظهر والهدف ووحدة القياس لكل مهارة

(*) فريق العمل المساعد:

- الدكتور شريف قادر حسين - كلية التربية الرياضية - جامعة كويه.
- الطفل (عبدالله حتم صابر) استخدم بوصفه نموذجاً وهو طالب في الصف السادس الابتدائي.

ت	الاختبارات	الهدف من الاختبار	وحدة القياس
1	الطفو الأفقي على الظهر	قياس القدرة على الطفو الأفقي الخلفي	ثانية
2	الانسياب الخلفي مع حركة الرجلين لمسافة (10)م	الموازنة بالانسيابية	ثانية
3	سباحة الظهر لمسافة (10)م	قياس سرعة الأداء	ثانية

3-1-4-1 التجربة الاستطلاعية لاختبارات المهارات الأساسية للسباحة:

أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية بمساعدة فريق العمل بتاريخ (2009/7/2) على (4) أطفال، وفي مسبح سنتر بلو الرياضي في محافظة اربيل، وطبقت اختبارات المهارات الأساسية بالسباحة عليهم، وكان الهدف منها:

- تلافي الأخطاء والمعوقات التي قد تظهر عند اجراء الاختبارات.
- التعرف على مدى كفاءة فريق العمل المساعد في إجراء الاختبارات .

3-1-4-2 مواصفات مفردات اختبارات المهارات الأساسية بسباحة الظهر:

من اجل إعطاء الوصف الدقيق والشامل لبطارية الاختبار من حيث غرض الاختبار وطريقة أداء التسجيل ، وهي على النحو الآتي :

1- اختبار الطفو الأفقي على الظهر: (راتب، 1999، 272)

هدف الاختبار : قياس القدرة على الطفو الأفقي الخلفي .

أدوات الاختبار : حوض سباحة ، ساعة توقيت ، صافرة ، ورقة تسجيل ، قلم.

وصف الاختبار : بعد إشارة البدء يبدأ المختبر من وضع الوقوف في الماء الطفو الأفقي الخلفي بحيث يكون جسمه على استقامة كاملة .

تسجيل الاختبار : يبدأ قياس الاختبار منذ أن يصبح المختبر في الوضع الأفقي الخلفي حتى يصبح في وضع مائل، ويقاس الوقت بالثانية وأجزائها.

حساب الدرجات : لكل طفل ثلاث محاولات متتالية تحتسب له أطول زمن لهذه المحاولات.

2- اختبار الانسياب الخلفي مع حركة الرجلين لمسافة (10) م : (زكي وراتب، 1980، 217)

هدف الاختبار : الموازنة والانسياب بخط مستقيم.

أدوات الاختبار : حوض سباحة، ساعة توقيت، صافرة، ورقة التسجيل، قلم.

وصف الاختبار : يقف المختبر داخل الماء، وهو مواجه الحوض وفي المنطقة الضحلة، ويمسك المختبر حافة الحوض باليدين، وواضعاً القدمين على جدار الحوض، وعند الإشارة يترك المختبر الحافة، ويدع الجسم ينساب ببطء نحو الخلف حتى تصبح الكتفان أسفل سطح الماء. عندها يدفع الحائط بالقدمين، ويترك الطفل حتى يشكل جسمه وضعا طافياً بصورة أفقية على سطح الماء مع توجيه النظر نحو الأعلى والأمام قليلاً، واليدان بجوار الجسم مع استعمال ضربات الرجلين المتبادلة لمسافة (10) م .

تسجيل الاختبار : يتم التسجيل منذ سماع المختبر إشارة البدء إلى ملامسته نهاية الحوض، ويقاس الوقت بالثانية وأجزائها.

حساب الدرجات : لكل طفل ثلاث محاولات متتالية تحتسب له أقل زمن لهذه المحاولات.

3- سباحة الظهر لمسافة (10)م: (راتب، 1999، 285)

هدف الاختبار : قياس سرعة الأداء .

أدوات الاختبار : حوض سباحة، ساعة توقيت، صافرة، ورقة التسجيل، قلم.

وصف الاختبار : يقف المختبر داخل الحوض في منطقة الضحل بالاتجاه العرضي للحوض ، وفي لحظة سماع الإشارة يدفع المختبر جدار الحوض برجله، مع أداء حركة السباحة على الظهر لمسافة (10) م .

تسجيل الاختبار : يتم التسجيل منذ سماع المختبر إشارة البدء إلى لحظة وصول أو لمس المختبر نهاية الحوض بإحدى الذراعين، ويقاس الوقت بالثانية وأجزائها.

حساب الدرجات : لكل طفل ثلاث محاولات متتالية تحتسب له أقل زمن لهذه المحاولات.

3-4-2 مقياس جامعة أوهايو لتقييم القدرات الحس- حركية:

استعان الباحث بأسلوب الملاحظة لقياس المهارات الحس- حركية الأساسية وتقييمها، واستعمل مقياس جامعة أوهايو لتقييم القدرات الحس- حركية، وقام بتنظيم هذا المقياس (Loovis & Ersing, 1979) وعربه (يعرب خيون) ووضع مدى لكل مستوى أداء، واخضعه لمعاملات الصدق والثبات والموضوعية، ويشتمل على مهارات (الرمي، والممسك، والركض، والوثب). والملحق (4) يوضح ذلك. واستعمل المقياس كل من (الكعبي، 2001) و(نشوان، 2003) و(الكبيسي، 2007) وطبق في البيئة العراقية، والذي يقيس التطور الحركي للطفل خلال المراحل الثلاث بالتطور الحركي للمهارات الحركية الأساسية وهي (المرحلة الأولى، المرحلة الابتدائية، ومرحلة النضج)، ويتميز هذا المقياس بسهولة استعماله وتطبيقه لاختبارات التطور الحركي، وهو مصمم لقياس مستوى أداء الأطفال لهذه المهارات

خلال وقت قياسها ثم تعرف التغيرات التي تطرأ على هذا المستوى بعد مدة من الزمن، ويحاول هذا المقياس فحص ورؤية نوعية حركة الطفل من خلال تقييم التغيرات التطورية على مدى الوقت باستعمال التقييم المعتمد على الملاحظة الدقيقة بطريقة لها مستوى عالٍ من الصدق والثبات ويمكن استخدامه من قبل الاسوياء والمعاقين.

(خيون وفاضل، 2007، 106)

اسم المقياس : مقياس جامعة أوهايو لتقييم القدرات الحس - حركية الاساسية.

الهدف : تحديد مستوى أداء الاشكال الحس - حركية الاساسية.

طريقة التقييم: يتم ملاحظة الطفل عن طريق التصوير الفيديوي، ويتم عرض الفيلم على (4) خبراء في مجال التربية الحركية للأطفال أو (4) حكام بالجمناستك، ويقوم كل واحد منهم بتحديد مستوى الأداء بالاعتماد على توصيف المقياس ودرجته، وبعد ذلك يقوم الباحث بشطب أعلى وأقل درجة للحكام واستخراج متوسط الدرجتين الوسطيتين.

3-4-2-1 التجربة الاستطلاعية لاختبارات القدرات الحس - حركية:

أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية بمساعدة فريق العمل بتاريخ (2009/7/2) على (4) أطفال، وفي قاعة سنتر بلو الرياضي في محافظة اربيل، وطبقت اختبارات القدرات الحس - حركية عليهم.

- التعرف على مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث من حيث أعمارهم الزمنية والعقلية.

- التعرف على مدى إقبال عينة البحث واستيعابهم للاختبارات القدرات الحس - حركية.

3-4-2-2 مواصفات مفردات اختبارات القدرات الحس - حركية:

1- اختبار مهارة الوثب العريض من الثبات:

هدف الاختبار : قياس الأداء المهاري لمهارة الوثب العريض من الثبات.

أدوات الاختبار : ساحة، شريط ملون.

وصف الاختبار : بعد أن يلاحظ الطفل طريقة أداء الوثب العريض من الثبات من قبل أحد أعضاء فريق العمل المساعد، يقف الطفل خلف خط البداية مباشرة، وعند إعطاء الإشارة يقوم الطفل بالوثب، وبالكيفية التي يراها مناسبة.

تقييم الاختبار : يعطى الطفل (3) محاولات لأداء المهارة، ويتم التصوير من الجانب منذ عملية البدء بالوثب حتى نهايتها وعرضها على محكمين لغرض تقييمها.

2- اختبار مهارة الاستلام:

هدف الاختبار : قياس الأداء المهاري لمهارة الاستلام.

أدوات الاختبار : ساحة، كرات متوسطة الحجم عددها (3) .

وصف الاختبار : بعد أن يلاحظ الطفل طريقة استلام الكرة من قبل أحد أعضاء فريق العمل المساعد، يقف الطفل خلف خط البداية مباشرة، ويقف أحد أعضاء فريق العمل المساعد على بعد (3) أمتار من خط البداية، وعند إعطاء الإشارة يقوم أحد أعضاء فريق العمل المساعد برمي الكرة إلى الطفل الذي يقوم بعملية استلام الكرة، وبالطريقة التي يراها مناسبة.

تقييم الاختبار : يعطى الطفل (3) محاولات لأداء المهارة، ويتم التصوير من الجانب منذ عملية البدء بالاستلام حتى نهايتها وعرضها على محكمين لغرض تقييمها.

3- اختبار مهارة الرمي من الأعلى بيد واحدة:

هدف الاختبار : قياس الأداء المهاري لمهارة الرمي من الأعلى.

أدوات الاختبار : ساحة، كرات التنس عددها (3).

وصف الاختبار : بعد أن يلاحظ الطفل طريقة رمي الكرة من قبل أحد أعضاء فريق العمل المساعد، يقف الطفل خلف خط البداية مباشرة، وعند إعطاء الإشارة يقوم الطفل برمي الكرة من الأعلى بيد واحدة وبالطريقة التي يراها مناسبة.

تقييم الاختبار : يعطى الطفل (3) محاولات لأداء المهارة، ويتم التصوير من الجانب من وضع الاستعداد للرمي ثم عملية الرمي حتى نهايتها وعرضها على محكمين لغرض تقييمها.

4- اختبار مهارة الركض:

هدف الاختبار : قياس الأداء المهاري لمهارة الركض.

أدوات الاختبار : ساحة، شريط ملون، خطان الأول للبداية، والثاني للنهاية. المسافة بينهما (10) أمتار.

وصف الاختبار : بعد أن يلاحظ الطفل طريقة الركض من قبل أحد أعضاء فريق العمل المساعد، يقف خلف خط البداية مباشرة، وعند إعطاء الإشارة يبدأ الطفل بالركض حتى وصوله إلى خط النهاية.

تقييم الاختبار : يعطى الطفل (3) محاولات لأداء المهارة، ويتم التصوير من الجانب والخلف منذ بدايتها حتى نهايتها، وعرضها على محكمين لغرض تقييمها.

3-5 إجراءات التجربة الميدانية:

بعد أخذ الموافقات الرسمية إلى الجهات المسؤولة، وأخذ الموافقة من مسبح وقاعة سنتر بلو الرياضي في محافظة اربيل لتطبيق المنهج على عينة البحث، قام الباحث بالآتي:

3-5-1 الاختبارات القبلية:

3-5-1-1 الاختبارات القبلية للمهارات الأساسية بالسباحة :

أجريت الاختبارات القبلية للمهارات الأساسية للسباحة لعينة البحث في يوم الاحد الموافق (2009/7/12) وفي الساعة (9) صباحاً من قبل فريق العمل المساعد وبإشراف الباحث، وذلك بعد مرور (3) وحدات تعريفية من خارج المنهج في مسبح سنتر بلو الرياضي في محافظة اربيل بأقليم كردستان العراق.

3-5-1-2 الاختبارات القبلية للقدرات الحس - حركية :

أجريت الاختبارات القبلية لبعض القدرات الحس - الحركية (الرمي، والمسك، والركض، والوثب العريض من الثبات) لعينة البحث في يوم الاثنين الموافق (2009/7/13) وفي الساعة (9) صباحاً، وفي قاعة سنتر بلو الرياضي، وقد تم تصوير هذه الاختبارات، وأنجز العمل فريق العمل المساعد بإشراف الباحث.

3-5-2 المنهج التعليمي:

بالرجوع إلى المراجع العلمية أعدّ الباحث المنهج التعليمي الملحق (1) وتم عرضه على المختصين في مجال السباحة والتعلم الحركي وطرق التدريس، وقد روعيت الأسس الآتية عند وضع المنهج التعليمي:

- أن يتناسب المنهج التعليمي مع العمر العقلي والزمني لأفراد العينة .
- أن يعمل المنهج التعليمي قدر الإمكان على تحقيق الأهداف التي وضع من أجلها.
- مراعاة مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب في تعليم المهارات.
- مراعاة مبدأ التكرار في الشرح في أثناء عملية التعلم مع كثرة المراجعة للمهارات السابقة.
- تجنب أي نوع من أنواع العقاب البدني أو التهديد مع تكرار المديح والثناء في أثناء الاداء .
- واشتمل المنهج التعليمي على (12) وحدة تعليمية، بواقع (3) وحدات تعليمية في الاسبوع في أيام (الاثنين، الاربعاء، الجمعة) ويبدأ الوقت ما بين (8-9.30) صباحاً، وكان زمن الوحدة الواحدة (90) دقيقة، ومجمل وقتها (1080) دقيقة وتحتوي كل وحدة تعليمية على الأقسام الآتية
- القسم التحضيري ويشمل (الحضور - الاحماء - تمارين عامة وألعاباً صغيرة - أخذ الدوش والنزول إلى حوض السباحة) .
- القسم الرئيسي ويشمل (النشاط التعليمي - النشاط التطبيقي) .

■ القسم الختامي، ويشمل (العاباً صغيرة، الاسترخاء، الخروج من الحوض واخذ الدوش).
أما تقسيم الوقت على اقسام الوحدات فقد كان زمن القسم التحضيري في أثناء مدة تنفيذ الوحدات (216) دقيقة وزمن القسم الرئيسي (720) دقيقة تتضمن تعلم المهارات الاساسية للسباحة الظهر، أما زمن القسم الختامي فهو (144) دقيقة، وأستمر إجراء تطبيق المنهج التعليمي مدة (4) أسابيع، وبُدى بتنفيذ المنهج التعليمي يوم الخميس الموافق (2009/7/13) وانتهى يوم الجمعة الموافق (2009/8/7)، وطبق التجربة الرئيسة فريق العمل المساعد وبإشراف من الباحث في المسبح المغلق لسنتر بلو الرياضي في محافظة اربيل باقليم كردستان العراق.

3-5-3 الاختبارات البعدية:

3-5-3-1 الاختبارات البعدية للمهارات الأساسية بالسباحة :

بعد الانتهاء من تطبيق التجربة، أجريت الاختبارات البعدية للمهارات الأساسية للسباحة لعينة البحث في يوم السبت الموافق (2009/8/8) وفي الساعة (9) صباحاً من قبل فريق العمل المساعد، وبإشراف الباحث ، في مسبح سنتر بلو الرياضي في محافظة اربيل بأقليم كردستان العراق، وقد أجريت الاختبارات في الظروف المكانية والزمانية نفسها.

3-5-3-2 الاختبارات البعدية للقدرات الحس - حركية :

أجريت الاختبارات البعدية لبعض القدرات الحس - حركية (الرمي، والمسك، والركض، والوثب العريض من الثبات) لعينة البحث في يوم الأحد الموافق (2009/8/9) وفي الساعة (9) صباحاً ، وفي قاعة سنتر بلو الرياضي من قبل فريق العمل المساعد وبإشراف الباحث، وقد أجريت الاختبارات في الظروف المكانية والزمانية نفسها وقد تم تصويرها أيضاً.

3-6 الوسائل الإحصائية:

اتبع الباحث برنامج الحقيبة الإحصائية المعروفة بـ (SPSS Verion12) لغرض معالجة البيانات.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمهارات الاساسية لسباحة الظهر وتحليلها ومناقشتها:

لغرض معرفة حقيقة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمهارات الاساسية لسباحة الظهر

استعمل الباحث اختبار (T.Test) على النحو المبين في الجدول (2).

الجدول (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي وقيم (t) المحسوبة والجدولية والدلالة الاحصائية للمهارات الاساسية لسباحة الظهر

الدلالة	قيمة (t)		الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعاليم الإحصائية المهارة
	الجدولية	المحسوبة	±ع	س-	±ع	س-	
معنوي	3.18	5.099	1.020	3.427	0.590	2.265	الطفو الأفقي على الظهر (ث)
معنوي	3.18	7.715	5.843	25.562	0.757	45.652	الانسياب الخلفي مع حركة الرجلين لمسافة (10)م (ث)
معنوي	3.18	3.82	4.280	22.835	2.842	40.212	سباحة الظهر لمسافة (10)م (ث)

*تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3).

تظهر في الجدول (2) نتائج اختبارات الطفو الأفقي على الظهر، إذ كان الوسط الحسابي (2.265)، والانحراف المعياري (0.590) للاختبار القبلي، أما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (3.427)، والانحراف المعياري (1.020)، أما قيمة (t) المحسوبة فبلغت (5.099)، وهي أكبر من القيمة الجدولية (3.18) تحت مستوى دلالة (0.05)، وبدرجة حرية (3)، مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي.

عادة ما يكون مركز ثقل الجسم أسفل مركز الطفو لأغلب الأشخاص بحيث يكون مركز الثقل في منطقة الحوض تقريباً بينما يكون مركز الطفو في منطقة الصدر فيؤدي إلى الدوران، وإن العلاقة بين مركز الطفو ومركز الثقل هي التي تحدد وضع طفو الجسم على الظهر، ويحدث الطفو على الظهر عندما يكون المركزان في نقطة واحدة. (راتب، 1999، 93)

ويعزو الباحث سبب ذلك إلى فاعلية التمرينات في المنهج التعليمي التي تناولت فقرة الطفو الأفقي على الظهر إذ أكد وقوف الطفل في الماء في المنطقة الضحلة، ويكون الماء بمستوى الكتف، على أن يكون الرأس مستقيماً على الماء، والذراعان ممدودتين جانباً، مع أخذ شهيق عميق قبل البدء بعملية الطفو الأفقي على الظهر.

كما تظهر في الجدول (2) نتائج اختبارات الانسياب الخلفي مع حركة الرجلين لمسافة (10)م، إذ كان الوسط الحسابي (45.652)، والانحراف المعياري (0.757) للاختبار القبلي، أما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (25.562)، والانحراف المعياري (5.843)، أما قيمة (t) المحسوبة فبلغت (7.715)، وهي أكبر من القيمة الجدولية (3.18) تحت مستوى دلالة (0.05)، وبدرجة حرية

(3)، مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي.

يقف الطفل في منطقة الضحل وهو مواجه الحوض، ويكون الماء بمستوى الكتف، ويمسك الطفل حافة الحوض ثم يترك الحافة، ويدع الجسم ينساب ببطء للخلف حتى تصبح الكتفان أسفل سطح الماء. عندها يدفع الحائط بالقدمين، ويترك حتى يشكل الجسم وضعا طافياً بصورة أفقية على سطح الماء مع توجيه النظر نحو الأعلى والأمام قليلاً، وتكون اليدين بجوار الجسم، ويبدأ بحركة الرجلين بالتعاقب ودون تصلب أعضاء الجسم. (حسن وحسن، 2006، 38).

ويعزو الباحث سبب ذلك إلى فاعلية التمرينات في المنهج التعليمي التي تناولت فقرة الانسياب الخلفي مع حركة الرجلين لمسافة (10م)، إذ أكد وقوف الطفل داخل الحوض، وهو مواجه حافة الحوض في المنطقة الضحلة، ويمسك الطفل حافة الحوض باليدين ويضع القدمين على جدار الحوض، ثم يترك الطفل الحافة ويدع الجسم ينساب ببطء للخلف حتى تصبح الكتفان أسفل سطح الماء، عندها يدفع الحائط بالقدمين فيتركه حتى يشكل الجسم وضعا طافياً بصورة أفقية على سطح الماء مع توجيه النظر نحو الأعلى والأمام قليلاً، وتكون اليدين بجوار الجسم مع استعمال ضربات الرجلين المتبادلة لمسافة (10م)، وعدم غطس الرأس في الماء، وأن يكون الماء بمستوى الأذنين.

كما تظهر في الجدول (2) نتائج اختبارات سباحة الظهر لمسافة (10م)، إذ كان الوسط الحسابي (40.212)، والانحراف المعياري (2.842) للاختبار القبلي، أما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (22.835)، والانحراف المعياري (4.280)، أما قيمة (t) المحسوبة فبلغت (19.039)، وهي أكبر من القيمة الجدولية (3.18) تحت مستوى دلالة (0.05)، وبدرجة حرية (3)، مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي.

ويعزو الباحث سبب ذلك إلى فاعلية التمرينات في المنهج التعليمي التي تناولت فقرة سباحة الظهر، إذ أكد أن يكون وضع الجسم أفقياً بقدر الامكان، والظهر مواجهاً للماء والوجه متجهاً نحو الأعلى، بحيث تكون الكتفان مرتفعتين قليلاً عن الورك وفوق سطح الماء، وأن تكون حركة الرجلين والذراعين بصورة صحيحة.

4-2 عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لقدرات الحس - حركية وتحليلها ومناقشتها :

لغرض معرفة حقيقة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لقدرات الحس - حركية استعمل الباحث اختبار (T.Test) على النحو المبين في الجدول (3).

الجدول (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدى وقيم (t) المحسوبة والجدولية والدلالة الاحصائية لقدرات الحس - حركية

الدلالة	قيمة (t)		الاختبار البعدى		الاختبار القبلي		المعاليم الإحصائية القدرات
	الجدولية	المحسوبة	±ع	-س	±ع	-س	
معنوي	3.18	6.789	0.478	3.875	0.866	2.250	مهارة الركض (درجة)
معنوي	3.18	6.734	0.946	4.625	0.500	1.750	مهارة الوثب العريض من الثبات (درجة)
معنوي	3.18	19.053	0.912	4.500	0.866	1.750	مهارة الاستلام (القف) (درجة)
معنوي	3.18	23.00	0.957	4.750	1.181	1.875	مهارة الرمي من الاعلى (درجة)

*تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (3).

تظهر في الجدول (3) نتائج اختبارات مهارة الركض، إذ كان الوسط الحسابي (2.25)، والانحراف المعياري (0.86) للاختبار القبلي، أما في الاختبار البعدى فكان الوسط الحسابي (3.875)، والانحراف المعياري (0.478)، أما قيمة (t) المحسوبة فبلغت (6.789)، وهي أكبر من القيمة الجدولية (3.18) تحت مستوى دلالة (0.05)، وبدرجة حرية (3)، مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح الاختبار البعدى.

إن الطفل السوي يتمكن من الركض بعد (18) شهراً لأنه في هذا العمر لديه القوة الكافية لدفع الأرض والتغلب على الجاذبية لأخذ مدة طيران قصيرة وتزداد هذه المدة كلما زادت قوة الطفل، وأما الأطفال ذوي متلازمة داون فإنهم لا يتمكنون من الركض إلا بعد السنة الرابعة من عمرهم، أي بعد (48) شهراً. (Gunning, 2000, 88)، وذلك بسبب ارتخاء العضلات لديهم، لذا يتأخر الطفل المصاب بمتلازمة داون سنتين عن الأسوياء في الركض، لأن الركض لا يعتمد دائماً على القوة بل يعتمد على التوازن أيضاً، والقدرة على نقل مركز ثقل الجسم وتردد الخطوة.

وإن صعوبة الركض لدى الأطفال المصابين بمتلازمة داون يرجع إلى بطء تطور السيطرة الحركية لديهم، وإن ترك هذه الفئة دون التركيز على تطويرهم من ناحية الأشكال الحركية الأساسية مثل الركض والقفز والمسك والرمي وغيرها يزيد من عملية تباطؤ تطورهم الحركي (Jerry, 1984, 64).

وبعد تنفيذ المنهج التعليمي، وتعرض العينة إلى مفرداته حصل تحسن وتطور للأطفال المصابين بمتلازمة داون في مهارة الركض، ويعزو الباحث سبب هذا التطور إلى التأثير الإيجابي للمنهج التعليمي على عينة البحث في تنمية مهارة الركض وتطويرها لأن مفردات المنهج كانت تحتوي على المشي والهرولة في القسم التحضيري على اليابسة والالعاب الصغيرة مثل الركض بعكس اتجاه اليد

داخل الماء وخارجه، وكذلك إجراء السباق للركض داخل الماء بين الأطفال بعرض المسبح، وأدت الموسيقى وظيفة مهمة في بث روح البهجة والسرور، ثم زيادة الحماسة والمشاركة الفعالة في الألعاب، ومن أهم المهارات التي أدت إلى تطوير الركض لدى الأطفال هي تعلم مهارة الركض ثم القفز إلى الماء، فبعد تعلمها تنافسوا بينهم على القفز لأبعد مسافة. وهذا ما أدى إلى بذل قصارى جهودهم للفوز والركض بأقصى سرعة، ثم القفز لأبعد مسافة، وهذا يتفق مع ما ذكره (نشوان، 2003) من تحسن شكل الركض لأطفال ذوي متلازمة داون وهذا يؤكد فاعلية الاشكال الحس- الحركية عن طريق الممارسة من خلال تعرضهم للمنهج التعليمي.

(نشوان، 2003، 78)

تظهر في الجدول (3) نتائج اختبارات مهارة الوثب العريض من الثبات، إذ كان الوسط الحسابي (1.750)، والانحراف المعياري (0.500) للاختبار القبلي، أما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (4.625)، والانحراف المعياري (0.946)، أما قيمة (t) المحسوبة فبلغت (6.734)، وهي أكبر من القيمة الجدولية (3.18) تحت مستوى دلالة (0.05)، وبدرجة حرية (3) مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي.

ويذكر (Robertson, 1984) و(خيون وفاضل، 2007) أن هذا الشكل الحركي الأساسي يظهر بملاحظة حركة أجزاء الجسم لحظة ترك الأرض من جهة حركة الرجلين، وأول مراحل تنفيذ هذا الشكل عند الطفل تبدأ بدفع الرجلين بالتعاقب وليس القدمين معاً، أما شكل الجذع لحظة ترك الأرض فيكون مائلاً إلى الامام بشكل قليل في بداية تعلم تنفيذ هذا المهارة، ويبدأ الطفل بالميلان أماماً لحظة التهيؤ للقفز، وتحرك الذراعان باتجاه معاكس لحركة الرجلين في بداية الأمر أو توضع إلى الجانب ولا تستثمر، ويشكل المرفق زاوية كبيرة، وأما في المراحل المتقدمة فتكون الذراعان منبثقتين ومتجهتين إلى الامام والاعلى، وتصل إلى المد الكامل لحظة ترك الأرض، وهذا يعني استثمار مرجحة الذراعين، وأما في مدة الارتفاع والهبوط فان الرجلين تكونان متباعدتين، والجذع يكون ذا ميلان قليل جداً إلى الامام، أما الذراعان فتتحركان باتجاه معاكس لحركة الرجلين، ولكن في مراحل متقدمة من تنفيذ هذا الاختبار فان الرجلين خلال الطيران تكونان معاً، وبانثناء كبير مع مفصلي الركبة والورك في حين يكون ميلان الجذع كبيراً إلى الامام، وأما الذراعان فحركتهما محدودة في أثناء الطيران لتكون بجانب الجسم. (Robertson, 1984, 69)، (خيون وفاضل، 2007، 100)

ولهذا فان أداء الأطفال المصابين بمتلازمة داون في الاختبار القبلي يقع ضمن المستوى الاول من قياس الاشكال الحركية الأساسية والمكونة، من ثلاثة مستويات أو مراحل وبعد تعرض الأطفال إلى المنهج التعليمي حصل تطور في هذا الشكل الحركي للأطفال، فبعد ان كان أغلب أفراد العينة لا يتمكنون من الوثب العريض من الثبات بالقدمين معاً تمكنوا في الاختبار البعدي من القفز بالقدمين

معاً مع تطور في طريقة التنفيذ.

ويعزو الباحث سبب هذا التطور إلى التأثير الإيجابي للمنهج التعليمي لأن مفردات المنهج كانت تحتوي على تعلم مهارة الوثب إلى الماء، وهي من أهم المهارات التي أدت إلى تطوير الوثب العريض من الثبات للأطفال هي تعلم مهارة الوثب إلى الماء، ففي البدء كان الأطفال يترددون من الوثب إلى الماء، ولكن بمساعدة فريق العمل المساعد وتشجيعهم تمكنوا من الوثب إلى الماء في المنطقة الضحلة مما كان يشعرهم بالثقة والأمان، فعن طريق تكرار الوثب إلى الماء، وبمرور الوقت تمكنوا من الوثب إلى الماء دون تردد، وكانت تؤدي على شكل منافسات فيما بينهم على الوثب لأبعد مسافة، وهذا يتفق مع ما ذكره (كامل، 2002) من أن التدريب والإعادة والتكرار مفيد في تعلم وأداء الأطفال، كما أن عملية التكرار مهمة جداً في تدريب الطفل المعاق عقلياً وتعليمه لاكتساب مهارات ومفاهيم جديدة. (كامل، 2002، 88).

تظهر في الجدول (3) نتائج اختبارات مهارة الاستلام (القف)، إذ كان الوسط الحسابي (1.750)، والانحراف المعياري (0.866) للاختبار القبلي، أما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (4.500)، والانحراف المعياري (0.912)، أما قيمة (t) المحسوبة فبلغت (19.053)، وهي أكبر من القيمة الجدولية (3.18) تحت مستوى دلالة (0.05)، وبدرجة حرية (3)، مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي.

إن مهارة الاستلام من أصعب المهارات الأساسية، لأنها تحتاج إلى التوقع أو التوقيت، وتعتمد على النظر وملاحظة العين للكرة المطلوب مسكها، وكما يذكر (Wickstrom, 1977) فإن أغلب الأطفال يلجأون إلى إغماض العينين في أثناء رمي الكرة اليهم، وبعضهم يبعد رأسه عن مسار الكرة تفادياً وخوفاً من ضربها أو صدها بوجهه. (Wickstrom, 1977, 109)

وبعد تعرض الأطفال إلى المنهج التعليمي حصل تطور في هذا الشكل الحركي للأطفال المصابين بمتلازمة داون. ويعزو الباحث سبب هذا التطور إلى التأثير الإيجابي للألعاب الصغيرة في أثناء تنفيذ المنهج، فبعد تغلب الأطفال على عامل الخوف من الماء وبمساعدة فريق العمل المساعد رميت كرات صغيرة وخفيفة من حافة المسبح إلى الأطفال وهم داخل الماء حتى تغلبوا على الخوف من رمي الكرة اليهم أيضاً، وأصبح الطفل يركز على الكرة قبل وصولها لحين استلامها. وهذا تتفق مع ما ذكره (نشوان، 2003) من فاعلية استخدام طريقة تدريجية لتعليم مهارة الاستلام للأطفال ذوي متلازمة داون من خلال تهيئة الأطفال عند الاستلام والنظر على الكرة قبل وصولها حتى يتمكن من استلامها بشكل جيد. (نشوان، 2003، 85)

تظهر في الجدول (3) نتائج اختبارات مهارة الرمي من الأعلى، إذ كان الوسط الحسابي (1.875)، والانحراف المعياري (1.181) للاختبار القبلي، أما في الاختبار البعدي فكان الوسط

الحسابي (4.750)، والانحراف المعياري (0.957)، أما قيمة (t) المحسوبة فبلغت (23) وهي أكبر من القيمة الجدولية (3.18) تحت مستوى دلالة (0.05)، وبدرجة حرية (3)، مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي.

لاحظ الباحث أن الأطفال لا يستطيعون أداء مهارة الرمي بالشكل الصحيح، فيستعملون الذراع فقط في رمي الكرة. ويعزو الباحث السبب في ذلك إلى الوالدين والقائمين بعملية التعليم في المعاهد والمدارس خوفاً من استعمال الأطفال لهذه المهارة بشكل سيء، وعدم أدراكهم خطورة الرمي، مثل رمي الحجارة التي قد تسبب إحراجاً للأهل والمعهد والمدرسة، ولكن وبعد تعرض الأطفال إلى المنهج التعليمي حصل تطور في مهارة الرمي للأطفال المصابين بمتلازمة داون. ويعزو الباحث سبب هذا التطور إلى التأثير الإيجابي للألعاب الصغيرة مثل الرمية الحرة وتجميع الكرات وغيرها، وهيئاً الباحث مجموعة من الكرات الصغيرة، ورمي الأطفال كرات وهم داخل المسبح إلى فريق العمل المساعد، وهذا تتفق مع ما ذكره (الكبيسي، 2007) من تحسن مهارة الرمي للأطفال ذوي متلازمة داون وأن التنويع يعطي للطفل فرصة لتطوير القدرات الحس-حركية ومنها مهارة الرمي عند الأطفال. (الكبيسي، 2007، 123).

في ضوء النتائج التي تم عرضها وتحليلها ومناقشتها استطاع الباحث أن يحقق أهدافه للبحث.

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات :

بعد أن عرض الباحث النتائج التي توصل إليها وحلّلها وناقشها، استنتج ما يأتي:

- 1- أظهرت النتائج أن للمنهج تأثيراً إيجابياً في تعلم سباحة الظهر لخواص من حملة اعراض داون بأعمار (10-12) سنة.

2- أظهرت النتائج أن للمنهج التعليمي تأثيراً إيجابياً في اكتساب القدرات الحس - حركية لخواص من حملة اعراض داون بأعمار (10-12) سنة.

5-2 التوصيات :

بناءً على النتائج التي توصل إليها الباحث، يوصي بما يأتي:

- 1- تأكيد الاعتماد على المنهج التعليمي المعدّ لخواص من حملة اعراض داون لما له من أثر فعال في تعليم سباحة الظهر، واكتساب بعض القدرات الحس الحركية في مركز هيلينا وفروعه ومعهد الرجاء في محافظة أربيل.
- 2- إعداد مناهج للتربية الرياضية متخصصة للخواص بصورة خاصة ولاسيما للخواص المصابين بحملة اعراض داون، وإدراج رياضة السباحة ضمن هذه المناهج وتوفير الإمكانيات لها.
- 3- إجراء دراسة مشابهة على الأطفال الإناث المصابات بحملة اعراض داون.
- 4- إجراء دراسة مقارنة بين (الذكور - والإناث) للخواص بحملة اعراض داون.

المصادر:

- إبراهيم، مروان عبد المجيد (2005) رياضة الاولمبياد الخاص للقدرات الذهنية ، ط1، عمان، مؤسسة الوراق.
- حسن، مقداد السيد جعفر وحسن، حسن السيد جعفر (2006) السباحة الاولمبية الحديثة ، بغداد، مكتبة زاكي للطباعة.

- خيون، يعرب وفاضل، عادل (2007) التطور الحركي واختبارات الأطفال، مكتب عادل للطباعة الفنية، بغداد.
- راتب، اسامة كامل (1999) تعليم السباحة ، ط3 ، القاهرة ، دار الفكر العربي.
- زكي، علي محمد وراتب، إسامة كامل (1980) تدريب السباحة ، ط1 ، دار المعارف.
- القريوتي، يوسف وآخرون (1995) المدخل إلى التربية الخاصة، ط1، دبي، دار القلم للتوزيع والنشر.
- القط، محمد علي (1999) المبادئ العلمية للسباحة ، جامعة الزقازيق.
- يحيى، خولة احمد وعبيد، ماجدة السيد (2005) الإعاقة العقلية ، ط1، عمان، دار وائل للنشر.
- الكبسي، عادل نصيف جبر (2007) منهج تعليمي بالالعاب الصغيرة وتأثيره في تعلم وأحتفاظ بعض القدرات الحركية وتطوير التكيف الاجتماعي للخواص من حملة أعراض داون، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية.
- نشوان، عبدالله نشوان (2003) تأثير منهج مقترح للتربية الحركية في تطوير بعض القدرات البدنية والحس-حركية للخواص (حملة أعراض داون)، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية.
- النيال، مایسة أحمد ودويدار، عبدالفتاح (2006) علم النفس المعلمي والذكاء والقدرات العقلية ، بيروت، دار النهضة العربية
- مركز الرياض التخصصي للتأهيل، 2008 www.riyadhrehab.com.sa
- Thomas, David G. (2005) Swimming Steps to Success , United States of America, Human Kineetics.
- Gunning ham (2000) Down s syndrome souvenir, Press LTD. Human horizon series.
- Jerry A. Thomas (1984) Motor Development Burgess, Publishing. U.S.A.
- Robertson M.A (1984) Changing Motor Patterns, Minnesota.
- Wickstrom, R.L (1977) Fundamental Motor Patterns. 2nd, Philadelphia, U.S.A.