"أثر برنامج تربية نفس حركية على بعض القدرات الإدراكية الحركية لدى المعاقين عقليا "

(بحث تجريبي اجري على الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم (09-11سنة) بمدينة وهران)

قدور باي بلخير
طالب دكتوراه نظام جديد ل.م.د
مخبر تقويم علوم و تقنيات الأنشطة البدنية والرياضية
معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة مستغانم – الجزائر

الملخص

يهدف البحث الى اقتراح برنامج تربية نفس حركية يطور بعض القدرات الإدراكية الحركية (التوازن والقوام ،صورة الجسم و تمييزه) لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم ، وافترض الباحث أن برنامج التربية النفس حركية المقترح يؤثر ايجابا عى القدرات الإدراكية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم(9–11 سنة). حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته مشكلة البحث لاختبار الفروض و التأكد من صحتها او نفيها،لذا تم تطبيق طريقة الإختبار القبلي و الإختبار البعدي على عينة قوامها (20) طفل معاق عقلي قابل للتعلم تتراوح اعمارهم بين 09-11 سنة موزعين على مجموعتين متساويتين و متكافئتين من حيث نسبة الذكاء و العمر الزمني احداهما ضابطة وأخرى تجريبية. و استخدم الباحث اختبارات "بوردو" لقياس القدرات الإدراكية الحركية.وقد استخدمنا المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و اختبار (t)و العلاقات الارتباطية.

وأسفرت النتائج أن برنامج التربية النفس حركية المقترح اثر ايجابا على تنمية بعض القدرات

الإدراكية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم ، ويوصي الباحث في الأخير على الإستعانة بالبرنامج المقترح في اعداد مقرر التربية البدنية المكيفة بالمراكز المتخصصة للمعاقين عقليا .

الكلمات المفتاحية: برنامج التربية النفس حركية ،القدرات الإدراكية الحركية ، المعاقين عقليا القابلون للتعلم.

Titre de la these : L'impact d'un Programme psychomotricité sur quelques capacités perceptives moteur chez les handicapés mentaux

recherche expérimentale faite sur des les enfants handicapés mentaux apprenables (9-11 ans) a oran

Préparé par l' étudiant-chercheur : KADDOUR BEY Belkheyr
doctorant pour un nouveau système L.M. D
LABORATOIRE :Optimisation des programmes d'activité physique et sportive (LABOPAPS)
Institut des sciences et techniques des activités physiques et sportives
l'Université de ABD ELHAMID IBN BADIS Mostaganem – Algérie

Résumé

Cette recherche à pour but de proposer un Programme psychomotricité qui développe quelques capacités perceptives moteur (equilibre , taille ,image du corps et sa distinetion) chez les enfants handicapés mentaux apprenables (9-11 ans).

Tout en mettant l'hypothése qu'un tel programme affecte positivement leurs capacités perceptives moteur

Le chercheur a utilisé la méthode exprimentale qui convient a la problématique de recherche pour vérifier les hypothèses et pourvoir les confirmer ou bien les nier .

Donc , nous avons appliqué une methode de recherche antérieure et posterieure sur un échantillon de 20 enfants prouvant des handicapés mentaux apprenables ayant l'age 09 et 11 ans divisés en deux groupes , modéle 10 et expérimentale 10 . et nous avons utilisé le teste(bordou) pour vérifier les capacités perceptives moteur.nous avons utilisé les moyennes et les écarts-types et test (t) et des liens relationnels

La plus importante conclusion à laquelle nous somme arrivés est que : Programme psychomotricité proposé a affecte positivement le développement

des capacités perceptives moteur (équilibre , taille , image du corps et sa distinction) chez les enfants handicapés mentaux apprenables. le chercheur recommande l'usage de ce programme dans la préparation des programmes psychomotricité adaptée dans les centres des handicapés mentaux
Mots clés : Programme psychomotricité , capacités perceptives moteur, les enfants handicapés mentaux apprenables

The Effect Of The Psychomotricity Programme On Some Perceptual Motor Abilities Capacities Among The Mentally Handicapped Children

An experimental research done on mentally handicapped children that are predisposed to learning between(9-11 years) old in the town of Oran

Summary

-The research aims to suggest a psychomotricity programme that develops some Perceptual Motor Abilities capacities(the balance- stature- the body image and its distinction) among the learnable mentally handicapped children . The searcher supposed that the suggested programme influences positively the cognitive and motor capacities of this category of children.

-The searcher used the experimental method because it is suitable to the question of testing the assumptions and be sure of its correctness or negate it .This is why The pre-testing and the post -testing methods were applied on a sample of 20 learnable mentally handicapped child, aged between 9 and 11,divided into two groups discipliner 10 children and experimental 10 children .He used Bordo tests to measure the cognitive and motor capacities.

-The most important conclusion we arrived at is :The suggested psychomotricity programme has positively influenced the improvement of the Perceptual Motor Abilities capacities (balance- stature –body image and its distinction) among the learnable mentally handicapped children .The searcher recommends to use the suggested programme in preparing the syllabus of the adapted physical education in centers specialized for mentally handicapped children.

Key Words: Psychomotricity Programme, Perceptual Motor Abilities ,The learnable Mentally Handicapped

1-مقدمة البحث:

تقرمواثيق حقوق الإنسان بالمساواة وتكافؤ الفرص وحق كل إنسان في أن ينال نصيبه من التربية والتعليم ؛ في حدود ما تسمح به قدراته واستعداداته (مراد، 2014، صفحة 96) ؛ ولهذا يحظى المعاقون بصفة عامة والمعاقون عقلياً على وجه التخصيص بالرعاية والاهتمام في كثير من دول العالم، حيث تبذل لهم الجهود التربوية ، وتسخر لهم الإمكانات المختلفة؛ بهدف مساعدتهم على التكيف مع مطالب الحياة ، وشق طريقهم فيها و لعل منح شرف افتتاح كأس العالم لكرة القدم جوان 2014 بالبرازيل لفرد معاق دليل على اهتمام العالم بهذه الشريحة.

ومن دواعي الاهتمام بالمعاقين عقلياً ما أشارت إليه نتائج بعض الدراسات من أن نسبة كبيرة منهم قد يصل عددها إلى الثلثين تقريباً قابلون للتعليم ، ويمكنهم التكيف النفسي والاجتماعي والمهني إذا ما أحسن توجيههم وتعليمهم (عاقل، 2011، صفحة 36) . وإلى جانب ذلك فإنه إذا لم يجد المعاقون عقلياً الرعاية اللازمة في مجتمع معين، فإن هذا المجتمع قد يخسر مرتين : الأولى عندما يصبح هؤلاء الأفراد غير متوافقين وعالة عليه ، والثانية عندما يدفع ثمن أهماله لهم من حالات بؤس وشقاء في حياة أسرهم ، أو عندما يتحمل نتائج انحراف بعضهم لعدم توجيههم التوجيه الصحيح في الوقت المناسب. (محمود، 2013، صفحة 13)

كما تعد التربية الرياضية ميدان من ميادين التربية إذ تستمد فلسفتها من التربية العامة التي تعنى بإعداد الفرد من جميع الجوانب الحياتية ، وتعد جزء مهم من برامج الإعداد التي تهدف الى بناء مجتمع افضل ، و يعتبر النشاط الحركي للطفل مدخل اساسي ليس فقط لتعلم المهارات الرياضية الخاصة بل يتعدى ذلك للمساعدة في نموه العقلي و المعرفي و الإجتماعي و الإنفعالي و النفس حركي فالحركة هي النشاط و الشكل الأساسي للحياة . (النبيل، 2012، صفحة 78) .

ولما كانت الممارسة الرياضية واللعب أمرا محببا لدى الأطفال ومن خلاله يكتسبون معارف وخبرات وتجارب، فقد اتخذته التربية الحديثة أسلوبا لتربية الأطفال المعاقين عقليا وتعليمهم، وذلك لأن اللعب والنشاط الحركي يشعر الطفل بالسعادة والرغبة والاستمرار في العطاء، فهو يعد من أهم الوسائل والأساليب في تربية الجسم، وتدريب الإدراك الحركي من خلال تدريب الحواس (محمد، 2004، صفحة 277) ، لذا أصبح بمقدور المعاقين عقليا أن يمارسوا الأنشطة

الرياضية المختلفة المشروطة بتناسب الأهداف مع قدراتهم الحركية والعقلية والبدنية، وهذا ما يساعدهم على تحقيق النمو النفسي والإجتماعي حتى يتقبلوا إعاقتهم ويتعايشوا معها وتمكنهم من الاعتماد على أنفسهم في قضاء بعض متطلباتهم حتى لا يكونوا عبئا على المجتمع بل ليشاركه في تقدمه. (السيد، 2007، صفحة 144)

تتعدى التربية الحركية مفهوم إكساب الأطفال المهارات الحركية أو تنمية الأنماط الحركية، إذ أن الإطار المعرفي للنشاط الحركي ثري بمختلف الخبرات الإدراكية والمعرفية, فمن خلال الحركة ينمي الطفل ملاحظاته ومفاهيمه، وقدرته الإبداعية، وإدراكه للأبعاد والاتجاهات كالإحساس بالتوازن, والمكان، والزمان،ويكتسب المعرفة بكل مستوياتها فيتعود على السلوك المنطقي وحل المشكلات وإصدار أحكام تقويميه(napoli, 2001, p. 57) ،التربية النفس حركية تعمل على تنمية القدرات الإدراكية الحركية وهذه القدرات هي التي تمكننا من تحديد وضع اجزاء الجسم وحالتها وامتدادها واتجاهها في الحركة ، فضلاً عن الوضع الكلي للجسم ومواصفات حركة الجسم .(Joseph,1980,p82)

2- مشكلة البحث:

تمثل القدرات الإدراكية– الحركية جانبا هاما من جوانب نمو الطفل وتمثل أهمية خاصة للمربي الرياضي (المدرس–المدرب–الإداري) لارتباطها وعلاقتها بالجوانب المختلفة للتعلم والأداء الحركي وأيضا تعتبر احد أهم الخصائص التي يعتمد عليها في انتقاء توجيه الأطفال نحو النشاط البدني والرياضي الذي يتناسب مع كل طفل وفقا لاستعداداته وقدراته الإدراكية الحركية. (نورالدين، 2013، صفحة 31)

وان كان الطفل المعاق عقليا لا يستطيع اكتساب المهارة الحركية بدرجة عالية مثل الأطفال الأسوياء ,لكن ينبغي التأكيد على تعلم المهارات الحركية الأساسية ,كالوقوف الصحيح ,والمشي والجري والقفز والتعلق ... الخ باعتبارها حركات أساسية هامة لتكيفه البيئي مع محاولة تعليمه المهارات الحركية (لخاصة) 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. (راتب، 1994، صفحة 122).

وأشار الروسان (2010) إلى أن الأطفال المعاقين ذهنيا لديهم قصور واضح في النمو الحركي وما يتضمنه من مهارات مثل المشي والتوازن وغيرها من المهارات الحركية التي تتطلب التحكم والتوافق العضلي العصبي، ويؤدي هذا القصور للمعاقين ذهنيا إلى ضعف واضح في الإدراك، فلا يتمكن من ترتيب المثيرات الموجودة في بيئته بالشكل الملائم أو حتى على تصنيفها وتحليلها بالشكل الذي يتبادر إلى ذهن الفرد غير المعاق مما يجعله غير مدرك لمفردات عديدة في بيئته، وكيفية التعامل معها. (الروسان، 2010، صفحة 77) .وقد أوضحت الدراسات الحديثة وجود مشكلات في الجانب الإدراكي الحركي لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية ،وتتمثل في مشكلات التوازن العام، وتظهر على شكل مشكلات في المشي والحجل والرمي واللقف والقفز ومشي التوازن، كالارتطام بالأشياء بسهولة، والتعثر أثناء المشي، وصعوبة في الممارسة التي تتطلب استخدام العضلات .(bohain, 2014, p. 29)

إن التعلم في المراحل المبكرة يعتمد على الأنشطة الإدراكية الحركية ، وان العجز في نمو و تطور الجانب الحركي يسبب صعوبة في تعلم المهام التي تتطلب مهارات حركية دقيقة كالتوازن . (مهنا، 2013، صفحة 46) كما اشارت الكثير من الدراسات الى ان الأطفال المعاقين عقليا يحققون نتائج منخفضة في مقاييس :الرشاقة ، المرونة ،الإتزان ،و سرعة الإستجابة مقارنة مع اقرانهم من الأطفال الغير معاقين (الخولي، 2011، صفحة 18).ومن خلال خبرات الباحث السابقة في التعامل مع هذه الفئة سواءا في المراكز الخاصة بتمدرسهم او من خلال الإشراف عل تدريبهم في النادي الرياضي التحدي للمعاقين بوهران لاحظ الباحث بعض المميزات وهي تتعلق بصعوبات في التوازن و حركات الجذع و الذراع و الساقين و أجزاء الرأس و كذا صعوبات في التنسيق بين عمل الذراعين و الرجلين و باقي الجسم أثناء المشي و الجري ،و عدم وجود برنامج يساهم في التقليل و الحد من هذه الصعوبات عند هذه الفئة ،لهذا يحاول الباحث المساهمة في تطوير هذا المجال عند هذه الفئة من خلال معرفة اثر برنامج تربية نفس حركية على بعض القدرات الإدراكية الحركية لدى فئة المعاقين عقليا القابلون للتعلم 09-11 سنة. وعليه تم طرح التساؤلات الآتية بقصد الإجابة عليها:

- **السؤال الرئيسي:** هل برنامج التربية النفس حركية المقترح يؤثر إيجابا على تطوير بعض القدرات الإدراكية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم ؟

– التساؤلات الفرعية :

– هل هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الإختبار القبلي و الإختبار البعدي للعينة التجريبية ؟

– هل هناك فروق ذات دلالة احصائية بين العينة الضابطة و العينة التجريبية في الإختبار البعدي ؟

3- أهداف البحث:

3–1– الهدف الرئيسي: اقتراح برنامج تربية نفس حركية يعمل على تطوير بعض القدرات الإدراكية الحركية للأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم .

3– 2– الأهداف الفرعية:

3-2-1- معرفة أثر التربية النفس حركية على بعض القدرات الإدراكية الحركية للأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم

3-2-2- كشف الفروق الحاصلة بين العينة التجريبية و العينة الضابطة في بعض القدرات الإدراكية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم

4- فرضيات البحث:

4–1– الفرضية الرئيسية: برنامج التربية النفس حركية المقترح يؤثر إيجابا على تطوير بعض القدرات الإدراكية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم.

4–2– الفرضيات الفرعية:

4–2–1– هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي و البعدي للعينة التجريبية في بعض القدرات الإدراكية الحركية لصالح الاختبار البعدي .

4–2–2– هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبار البعدي للعينة الضابطة و الإختبار البعدي للعينة التجريبية في بعض القدرات الإدراكية الحركية لصالح العينة التجريبية.

5- **التعريف الاجرائي المصطلحات الأساسية للبحث:**

5-1- **القدرات الإدراكية – الحركية** : العمليات العقلية المتمثلة في التكامل الحركي، والتمييز الحركي، والتمييز الحسي، التي يستخدمها الطفل في معالجة المعلومات الصادرة عن البيئة، وتعديل السلوك، والتي تتأسس عليها بدايات نمو الأنماط الحركية التي تمكن الطفل من أداء حركة ما، أو سلسلة من الحركات لتحقيق هدف معين، وتشمل هذه العمليات عددا من القدرات الإدراكية – الحركية تتمثل في(التوافقات القوامية، الجانبية، الاتجاهية، صورة الجسم، تمييز الفراغ، التحكم الحركي . (نورالدين، 2004، صفحة 31)

5-2- **برنامج التربية النفس حركية** :: هو مجموعة من الوحدات التعليمية (12 وحدة) زمن كل وحدة 45 دقيقة تتألف من ثلاث مراحل : المرحلة التمهيدية و فيها الإحماء العام و الخاص ، المرحلة الرئيسية و فيها تمارين تحقق هدف الحصة ، المرحلة الختامية .

5-3- **المعاق عقليا القابل للتعلم:**

المعاق عقليا: يعرف "دول" الإعاقة العقلية "فيقول : ان الفرد المتخلف عقليا هو الشخص الذي تتوفر فيه الشروط التالية (6) شروط:

1. عدم الكفاءة الاجتماعية بشكل يجعل الفرد غير قادر على التكيف الاجتماعي بالإضافة إلى عدم الكفاءة المهنية وعدم القدرة على تدبير أموره الشخصية.
2. انه دون مستوى الفرد العادي من الناحية العقلية.
3. إن تخلفه قد بدا من الولادة أو في سنوات عمره المبكرة.
4. انه سيكون معاقا عقلياً عند بلوغه مرحلة النضج.
5. تعود إعاقته العقلية الى عوامل تكوينيه اما وراثية او نتيجة مرض ما. و الشرط الأخير إن حالته غير قابلة للشفاء. (العيسوي، 2010، صفحة 122)

القابلون للتعليم: تتراوح معاملات ذكاء أفراد هذه الفئة ما بين 55-70 وتقابل هذه الفئة وفق هذا التصنيف حالات الإعاقة العقلية البسيطة. (يونس، 2010، صفحة 88)

5-4-التربية النفس حركية : هي تربية الطفل عن طريق الحركة حيث تنطلق من ملاحظة سلوك الطفل لمساعدته على استكشاف قدراته الذاتية بشكل تدريجي و استغلالها في تحقيق

الاستقلالية الجسدية و حل مشاكله الخاصة ، هذا مايستدعي ممارسة نشاطات تقوم على أسس نفسية حركية .يؤكد "بال" معنى نفس حركي و يوضح إن الأعمال النفسية الحركية تتضمن استخدام كل من الجهازين العصبي المركزي و الجهاز العصبي الطرفي و كذلك العضلات. (بوعلاق، 1999، صفحة 27)

6- الدراسات المشابهة:

6-1- دراسات تناولت التربية نفس حركية :

6-1-1- دراسة "بحري حسن خوشناو": (2009) بعنوان " أثر تعلم سباحة الظهر في اكتساب بعض القدرات الحس حركية لدى المصابيين بمرض داون " استخدم الباحث المنهج التجريبي و تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من خواص حملة اعراض داون اذ بلغ عددهم 04 تتراوح اعمارهم بين 10-12 سنة من الذكور في مركز محمد باجلان – قسم تأهيل المعاقين في محافظة اربيل بإقليم كردستان العراق من فئة تخلف عقلي بسيط نسبة (55-70) و قد استخدم الباحث اختبارات بوردو كأداة قياس و خلص البحث الى أن المنهج اثر ايجابيا في تطوير القدرات الإدراكية الحركية . (خوشناو، 2010، صفحة 54)

6-1-2- دراسة "حمودي عائدة": (2012) بعنوان " اثر استخدام الألعاب الحركية في تحسين الإدراك الحسي حركي لدى فئة المتخلفين عقليا (تخلف متوسط) ذكور 09-11 سنة ، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، اما عن عينة البحث فقد اختارت 20 طفل بطريقة عشوائية من متوسطي التخلف العقلي ثم قسمتها الى مجموعتين ضابطة 10 اطفال و تجريبية 10 أطفال استخدمت الباحثة اختبارات الإدراك الحس حركي و خلصت هذه الدراسة على ان للبرنامج المطبق اثر ايجابي على القدرات الإدراكية الحسية للمتخلفين عقليا (عائدة، 2013، صفحة 158)

6-2- دراسات تناولت القدرات الإدراكية الحركية:

6-2-1- دراسة "صالح نعمة": (2007)بعنوان "تأثير منهج للنشاط الحركي المتنوع في تطوير بعض القدرات الإدراكية الحركية للأطفال بعمر 9 سنوات " استخدم المنهج التجريبي ، شملت عينة البحث 50 طفل من الصف الثالث 25 من مدرسة كربلاء و 25 من مدرسة نابل ، استخدم الباحث اختبارات الوثب وعبور المانع و اختبار تعين الجسم في الأخير استخلص الباحث على ان

المنهج المعد من قبله اثر تأثير ايجابي في تطوير بعض القدرات الإدراكية الحركية . (نعمة، 2007، صفحة 78)

6-2-2- دراسة "المفتي أحمد":(2000) بعنوان "اثر استخدام برنامج مقترح للتربية الحركية في تنمية القدرات الإدراكية (الحس حركية) لأطفال ما قبل المدرسة ، استخدم المنهج التجريبي ذات التصميم القبلي و البعدي ، تكونت عينة البحث من 36 طفل و طفلة تم تقسيمهم الى عينتين متساويتين تجريبية التي طبق عليها البرنامج و ضابطة التي تركت لبرامجها العادي ، استخدم هايود للإدراك الحس حركي كأداة قياس توصلت الدراسة للإستنتاج التالي : البرنامج المقترح ذو تأثير ايجابي و فعال في تنمية القدرات الإدراكية (الحس حركية) لأطفال المجموعة التجريبية بشكل عام و حسب الجنس . (السعيد، 2000، صفحة 14)

6-2-3- **دراسة "نشوان عبد الله"**: (2003) تأثير منهج مقترح للتربية الحركية في تطوير بعض القدرات البدنية والحس – حركية للخواص من (حملة أعراض داون)" وهدفت الدراسة الى إعداد منهج مقترح للتربية الحركية في تطوير بعض القدرات البدنية والحس – حركية للخواص بأعراض داون.ومعرفة 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. (خوشناو، 2010، صفحة 77)

6-3- دراسات تناولت المعاقين عقليا:

6-3-1- دراسة " عبد الستار جبار الصمد " : 2008 بعنوان " تأثير برنامج حس حركي في تنمية بعض القدرات الإدراكية الحركية و الكتابية للمتخلفين عقليا القابليين للتعلم " استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعة واحدة بالقياس القبلي و البعدي ، حيث تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من تلاميذ مدرسة القدرات الذهنية البسيطة و البالغ عددهم 10 بعمر

11 سنة و نسبة ذكاء تتراوح بين (55 و 77) ، استخدم الباحث اختبارات القدرات الإدراكية الحركية من بينها (تعيين اجزاء الجسم ،لقف ،لقف كرة اليد ..) و أهم ما توصل اليه الباحث هو : تأثير البرنامج ايجابيا على تنمية القدرات الإدراكية الحركية و كذا تأثير تنمية القدرات الإدراكية الحركية على التحصيل بالكتابة لدى فئة المعاقين عقليا . (عبدالصمد، 2008، صفحة 122)

6-3-2- دراسة " ناجي قاسم " : 2004 عنوانها : فاعلية برنامج ترويحي على تنمية بعض المهارات الحياتية و النفسية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم " استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة (قبلي – بعدي) على عينة قوامها 30 طفل من مدرسة دار الحنان للتأهيل الفكري بمحافظة الإسكندرية بمصر حددت نسبة الذكاء (50-70) عمرهم بين 11-14 سنة و قد اشارت نتائج الدراسة على أن للبرنامج الترويحي المقترح تأثيرا ايجابيا على تحسين بعض المهارات الحياتية و النفسية الحركية . (ناجي، 2004، صفحة 133)

6-4- **التعليق على الدراسات المشابهة** : من خلال الدراسات السابقة و البحوث المشابهة توصل الباحث إلى معرفة جوانب أخرى من المواضيع المأخوذة في هذه الدراسات، و نظرا لقلة الدراسات التي تناولت التربيةنفس حركية و القدرات الإدراكية الحركية لدى فئة المعاقين عقليا وجد الباحث بعض الصعوبات في نقد النتائج المتوصل اليها، كما تم الاستفادة من الدراسات التي تناولت التربية نفس حركية بشكل مباشر أو غير مباشر، قام الباحث بتصنيف هذه الدراسات إلى ثلاثة أقسام،ولقد استفاد الباحث من هذه الدراسات في عدة جوانب منها بناء أدوات المعالجة الإحصائية المستعملة، المنهج المستخدم و أهم النتائج التي أسفرت عنها هذه الدراسات ، حيث تأكد جل الدراسات على اهمية النشاط الحركي و دوره الايجابي لدى افراد ذوي الإعاقة العقلية ، الا ان الدراسات التي تناولت التربية نفس حركية و القدرات الإدراكية الحركية عند فئة المعاقين عقليا القابلين للتعلم شبه منعدمة، مع العلم أن مرحلة (9-11سنة) مرحلة جد حساسة في بناء و تكوين شخصية المعاقين عقليا ، وقد لاحظ الباحث ان الدراسات السابقة قد تشابهت و تقاطعت مع بحثنا في متغير واحد على الأقل ، حيث اهتمت هذه الدراسات بالجانب الإدراكي الحركي بالنسبة للأطفال ، و حتى الدراسات التي اهتمت بهذا المجال اغلبها لدى الطفل ما قبل المدرسة و نحن نعرف ان الطفل ما قبل المدرسة عمره (5-6 سنوات) و هو ما

يعادل العمر العقلي للعينة المقصودة في بحثنا .و ان كل الدراسات السابقة اتبعت المنهج التجريبي . و لقد اكدت الدراسات السابقة على ان للنشاط الحركي دور فعال في تنمية الجوانب الإدراكية و الحركية و البدنية بالنسبة للأطفال سواءا الأسوياء او ذوي الإعاقة العقلية .

7- منهج البحث:لقد انتهج الباحث في دراسته المنهج التجريبي، وهذا لملائمته مشكلة البحث

7-1- مجتمع البحث:يتكون مجتمع البحث الأصلي من 34 طفلا معاق عقليا قابل للتعليم .

7-2-عينة البحث:تتألف عينة البحث من 20 طفلا معاق عقليا قابل للتعليم ، اختيرت بالطريقة العمدية وقدتم توزيع الأطفال على عينتين 10 عينة ضابطة و 10 عينة تجريبية بطريقة الأزواج المتناظرة وبنسبة سبر بلغت 58.82% من المجتمع الأصلي.

7-3- مجالات البحث :

7-3-1- ***المجال المكاني***: المركز الطبي البيداغوجي للأطفال المعاقين عقليا بإيسطوا بوهران.

7-3-2-***المجال الزمني***: استمرت فترة العمل من يوم 2013/11/14 حتى يوم 2013/11/28 وهو تاريخ إجراء التجربة الاستطلاعية، و تلتها الاختبارات الرئيسية تطبيق البرنامج على العينة التجريبية بتاريخ: من 2014/01/20 إلى 2014/02/27.ثم شرع الباحث في جدولة النتائج و جمعها و تبويبها و تحليلها و استخلاص النتائج النهائية.

*7-3-3-**المجال البشري***:اشتمل مجتمع عينة البحث على 20 طفل من ذوي الإعاقة العقلية البسيطة ذكور سنهم من 09الى 10 سنة المتمدرسون بالمركز الطبي البيداغوجي بايسطو.

7-4- متغيرات البحث:

7-4-1-**المتغير المستقل**:التربية النفس حركية

8-4-2- **المتغير التابع**: القدرات الإدراكية الحركية

7-4-3-**الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث** :. قام الباحث بضبط متغيرات الدراسة من حيث :

7-4-3-1-. **السن و الجنس**: اعتمد الباحث في اختيار العينة على الأطفال الذين تتراوح أعمارهم ما بين 09 – 11 سنوات كما اخترنا جنس الذكور لضبط المتغيرات أكثر

7-4-3-2-. **الذكاء** : فقد اختار الباحث الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة (القابلين للتعلم) والذين تتراوح نسبة ذكائهم ما بين 55-70 درجة (اختبار جودا نوف)

.7-4-3-3- **الحالة الجسمية** :ركز الباحث أثناء اختيار العينة على الأطفال ذوي العقلية البسيطة والذين لا يعانون من أي اضطرا بات نفسية أو اجتماعية أو متعددو الإعاقة (تم استبعاد الاطفال متعددي الاعاقة)وذلك من خلال الإطلاع على الملف الطبي ومقابلة الطبيب و المختص النفسي ، كما اخذ بعين الاعتبار تجانس افراد العينة من حيث الطول والوزن .

7-5-**أدوات البحث**:.استخدم الباحث اختبار بوردو للقدرات الإدراكية الحركية (جابر، متى نثق بانفسنا، 1996، صفحة 112)

8- **تصميم وتنفيذ البرنامج** : تم تصميم البرنامج بالإعتماد على الكتب و الأشرطة السمعية البصرية و الشبكة العنكبوتية و الخبرات السابقة للباحث ولقد استعنت بأراء الخبراء و الأخصائيين في مجال النشاط البدني المكيف و ذوي الإعاقة العقلية و اعتمد عليهم كذلك في تقنين البرنامج المقترح و اختبارات القياس ،و لقد اخذت بعين الاعتبار الوسائل و الامكانات المتاحة في مراكز ذوي الإعاقة العقلية بالجزائر لكي يتسنى تطبيقه، برنامج التربية النفس حركية مكون من 12 وحدة تعليمية بمعدل ثلاث وحدات في الاسبوع و يشتمل على مجموعة من التمارين قصد تطوير بعض القدرات الإدراكية الحركية للمجموعة التجريبية(التوازن و القوام ، تصور الجسم و تمييزه) و لقد اجريت الحصص التعليمية صباحا من 10الى 11سا في نفس توقيت إجراء الإختبارات وتحت نفس الظروف و باستخدام نفس الوسائل في كل من العينتين وفي كل من الإختبارين القبلي و البعدي

09- **المعاملات العلمية للاختبار**: لغرض التأكد من مصداقية اختبار بوردو للقدرات الإدراكية الحركية ، قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية كدراسة أولية على عينة مقدارها 8

أطفال، وبعد أسبوع أعيد تطبيق نفس الاختبار على نفس أفراد العينة الأولى، وكان هدف الدراسة الاستطلاعية ما يلي:

- معرفة مدى تناسب اختبار بوردو لعينة البحث.
- التدريب على طرق القياس و التسجيل و التصحيح و تفريغ البيانات.
- معرفة الصعوبات التي يمكن مواجهتها ميدانيا لتفاديها و تجنبها
- إبراز الأسس العلمية للاختيار و مدى صلاحيته (الصدق، الثبات، الموضوعية)

10- الأسس العلمية للاختبار :

10-1-الثبات: و قد قام الباحث بإجراء الاختبار الأول على عينة من مجتمع البحث و قوامها 08 أطفال بتاريخ 2014/01/20 وأعيد نفس الاختبار و تحت نفس الظروف يوم 2014/01/27، كما قام الباحث باستخدام معامل الارتباط " بيرسون " ، وقد دلت النتائج المدونة ادناه في الجدول رقم (01) أن الاختبار يتمتع بدرجات ثبات عالية من الأبعاد التي يحتويها الاختبار و تراوحت هذه المعاملات بين0.75 و 0.94 وجميعها اكبر من القيمة الجدولية التي قدرت ب 0.66 عند درجة الحرية 06 و بالتالي وجود دلالة احصائية في جميع الاختبارات

10-2. الصدق: يعد الصدق أهم شروط الاختبار الجيد، و يقصد بالصدق أن يقيس الاختبار فعلا القدرة أو السمة التي وضع الاختبار لقياسها، ولغرض التأكد من صدق اختبار المهارات النفسية استخدام الباحث طريقتين: صدق المحتوى – الصدق الذاتي.

ا- صدق المحتوى:و ذلك بعرضه على عدة أساتذة و دكاترة متخصصين في التدريس، والبحث العلمي و في علم النفس

ب- الصدق الذاتي: والذي يقاس بحساب الجذر ألتربيعي لمعامل الثبات (بوحوش، 1955، صفحة 45)،وتبين أن اختبار بوردو للقدرات الإدراكية الحركية بعد النتائج المتحصل عليها في جدول رقم (01) حيث تراوحت القيم بين 0.86 كأدنى قيمة و 0.96 كأعلى قيمة ، و هذه القيم أكبر من القيمة الجدولية التي قدرت ب 0.66 ومستوى الدلالة 0.05 و بالتالي جميع الاختبارات تتمتع بدرجة صدق عالية (جابر، 1996، صفحة 112)

3-10 الموضوعية: عدم التأثر بالأحكام الذاتية للمصححين (أحمد، 2009، صفحة 107) يتمتع اختبار بوردو للقدرات الإدراكية الحركية بالسهولة و الوضوح، كما انه غير قابل للتخمين أو التقويم الذاتي، كما استخدم هذا الاختبار في العديد من الدول العربية على عينات متعددة من الأطفال المتخلفين عقليا في سن يتراوح مابين 09-11 وفي أنشطة متعددة.

جدول رقم (01) يوضح صدق و ثبات الإختبارات

القدرات		الإختبار الأول		الإختبار الثاني		ثبات الإختبار	صدق الإختبار
		س1	ع1	س2	ع2		
إختبار المشي على لوح التوازن	المشي أماما	2.125	0.35	2	0.53	0.75	**0.86**
	المشي خلفا	1.87	0.64	1.75	0.46	0.84	**0.91**
	المشي جانبا	2	0.53	1.87	0.35	0.76	**0.87**
الوثب		1.75	0.70	1.87	0.64	0.76	**0.87**
عبور المانع		1.87	0.64	1.87	0.64	0.87	**0.93**
كروس وبير		1.5	0.53	1.63	0.52	0.77	**0.88**
تقليد الحركة		1.75	0.71	1.87	0.64	0.87	**0.88**
تعيين اعضاء الجسم		1.5	0.53	1.37	0.52	0.94	**0.96**

11- المعالجات الإحصائية المستعملة: (رضوان، 2002، صفحة 225)تتضمن خطة المعالجات الإحصائية مايلي : *المتوسط الحسابي*: $\overline{س}$ (السيد ف.، 1979، صفحة 68)، *الانحراف المعياري*: ع (عدس، 1999، صفحة 145) ،*معامل الارتباط بيرسون* (حلمي، 1993، صفحة 108)*اختبار الدلالة الاحصائية "ت" ستيودنت "T.test de student* "

الجدول رقم (2) يوضح مدى التجانس بين العينة الضابطة و العينة التجريبية في نتائج الإختبارات القبلية باستخدام إختبار دلالة الفروق "ت"

القدرات		العينة الضابطة		العينة التجريبية		درجة الحرية	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	الدلالة عند 0.05
		س	ع	س	ع				
اختبار المشي	المشي أماما	2.6	0.69	2.5	0.70	18	0.45	2.10	غير دال
	المشي خلفا	1.9	0.73	1.8	0.42		0.42		غير دال
	المشي جانبا	1.7	0.51	1.7	0.48		00		غير دال
الوثب		1.6	0.69	1.7	0.67		0.45		غير دال
كروس وبير		1.3	0.48	1.4	0.51		0.67		غير دال
عبور المانع		1.5	0.52	1.6	0.51		0.59		غير دال
تقليد الحركة		2	0.47	2.1	0.31		0.77		غير دال
تعيين اجزا الجسم		1.8	0.42	1.7	0.48		0.67		غير دال

من خلال الجدول رقم (2) جميع قيم "ت" المحسوبة أصغر من القيمة الجدولية التي بلغت 2.10 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 18 و هذا يعني عدم وجود فروق

معنوية بين المتوسطات و الفروق الحاصلة بين المتوسطات ليس لها دلالة إحصائية ، وبالتالي هناك تجانس بين عينتي البحث في الإختبارات القبلية من حيث القدرات الإدراكية الحركية .

الجدول رقم (3) يبين نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث.

	التجربة الأساسية									
العينة	العينة الضابطة					العينة التجريبية				
الوسائل الإحصائية الإختبارات	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		ت ستيودنت	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		ت ستيودنت
	س1	س2	ع1	ع2		س1	س2	ع1	ع2	
المشي أماما	2.6	2.7	0.69	0.82	0.58	2.5	3.5	0.70	0.70	**04.00**
المشي خلفا	1.9	1.8	0.73	0.63	0.55	1.8	3.4	0.42	0.69	**10.00**
المشي جانبا	1.7	1.6	0.51	0.48	0.43	1.7	2.9	0.48	0.87	**04.80**
الوثب	1.6	1.7	0.69	0.67	0.43	1.7	3	0.67	0.66	**08.66**
كروس ويبر	1.3	1.4	0.48	0.51	1.00	1.4	2.7	0.51	0.67	**05.76**
عبور المانع	1.5	1.4	0.52	0.51	0.58	1.6	2.4	0.51	0.69	**04.00**
تقليد الحركة	2	1.9	0.47	0.45	1.00	2.1	3.1	0.31	0.73	**4.76**
تعيين اجزاء الجسم	1.8	1.7	0.42	0.67	0.43	1.7	2.6	0.48	0.51	**5.29**

من خلال الجدول رقم (3) نلاحظ عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الإختبار القبلي و الإختبار البعدي للعينة الضابطة ، حيث قدرت اعلى قيمة ل "ت" المحسوبة ب 1.00 و بالتالي جميع قيم "ت " المحسوبة اقل من "ت"الجدولية و التي قدرت ب 2.26 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 09 . و نلاحظ من خلال نفس الجدول ان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الإختبار القبلي و الإختبار البعدي للعينة التجريبية حيث قدرت ادنى قيمة ل "ت" المحسوبة ب 4.00 و بالتالي كل قيم "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية و التي قدرت ب 2.26 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 9 و يعزو الباحث سبب ذلك الى فاعلية برنامج التربية النفس حركية المقترح و هو ما يؤكد صحة الفرضية الفرعية الأولى **اي** هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي و البعدي للعينة التجريبية في بعض القدرات الإدراكية الحركية لصالح الاختبار البعدي .

جدول رقم "4" يبين نتائج الإختبارات البعدية لعينتي البحث

القدرات		العينة الضابطة		العينة التجريبية		درجة الحرية	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	الدلالة عند 0.05
		س	ع	س	ع				
اختبار المشي	المشي أماما	2.7	0.82	3.5	0.70	18	3.33	2.14	دال
	المشي خلفا	1.8	0.63	3.4	0.69		7.61		دال
	المشي جانبا	1.6	0.48	2.9	0.87		6.19		دال
الوثب		1.7	0.67	3	0.66		5.91		دال
كروس وبير		1.4	0.51	2.7	0.67		6.84		دال
عبور المانع		1.4	0.51	2.4	0.69		5		دال
تقليد الحركة		1.9	0.45	3.1	0.73		6		دال
تعيين اجزا الجسم		1.7	0.67	2.6	0.51		4.5		دال

من خلال الجدول رقم (4) نلاحظ انه جميع قيم "ت" المحسوبة و التي تراوحت ما بين 3.31 و 7.61 و بالتالي جميع قيم "ت" المحسوبة اكبر من قيم "ت" الجدولية التي قدرت ب 2.14 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 18 اي وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الإختبار البعدي للعينة الضابطة و الإختبار البعدي للعينة التجريبية في جميع الاختبارات و يرى الباحث سبب ذلك الى برنامج التربية النفس حركية المقترح و هو ما يؤكد صحة الفرضية الفرعية الثانية أي ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبار البعدي للعينة الضابطة و الإختبار البعدي للعينة التجريبية في بعض القدرات الإدراكية الحركية لصالح العينة التجريبية.

12-الاستنتاجات:

في حدود ما أمكن التوصل إليه من نتائج أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

-برنامج التربية النفس حركية المقترح له تأثير ايجابي في تطوير بعض القدرات الإدراكية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم بعمر 9-11سنة

-وجود فروق ذات دلالة احصائية في جميع الإختبارات البعدية للعينتين الضابطة و التجريبية لصالح العينة التجريبية في القدرات الإدراكية الحركية .

-عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الإختبارين القبلي و البعدي للعينة الضابطة في القدرات الإدراكية الحركية .

13- مناقشة الفرضيات:

يتضح من الجدول رقم (3) عدم وجود فروق معنوية بين القياسات القبلية و البعدية للعينة الضابطة في جميع الاختبارات،و هذا يؤكد عدم فاعلية البرنامج التقليدي المتبع بالمركز للأطفال المعاقين عقليا القابليين للتعلم 9-11 سنة في تطوير القدرات الإدراكية الحركية و نلاحظ كذلك في نفس الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في جميع الاختبارات و **منه نؤكد صحة الفرضية الفرعية الاولى و التي تنص :على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي و البعدي للعينة التجريبية في بعض القدرات الإدراكية الحركية لصالح الاختبار البعدي.** ومن خلال الجدول رقم (4)

يتضح وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي للعينة التجريبية و القياس البعدي للعينة الضابطة في جميع الإختبارات و هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الإختبار البعدي للعينة الضابطة و الإختبار البعدي للعينة التجريبية في جميع الاختبارات لصالح العينة التجريبية وهذه النتائج **تؤكد صحة الفرضية الفرعية الثانية و التي تنص : على ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبار البعدي للعينة الضابطة و الإختبار البعدي للعينة التجريبية في بعض القدرات الإدراكية الحركية لصالح العينة التجريبية** ، ان وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية للعينتين الضابطة و التجريبية لصالح هذه الإخيرة في اختبارات :المشي أماما ، خلفا ،جانبا و اختبار الوثب يعني تطور العينة التجريبية في قدرات التحكم بالجسم و تصور الجسم و الإيقاع الحركي ومنه **تطور العينة التجريبية في مجال التوازن و القوام** مقارنة بالعينة الضابطة و التي لم يطرأ عليها أي تطور ملحوظ و هذا راجع لأثر برنامج التربية النفس حركية المقترح من طرف الباحث و الذي كان يهدف على تعلم الاطفال المشي الصحيح بمختلف الاتجاهات و الوثب بقدم واحدة و بقدمين و كذللك احتواء البرنامج على التمرينات و الالعاب النفس حركية التي تساعد الطفل المعاق على التوازن من خلال المشي بمختلف الاتجاهات فوق مقعد سويدي و هو ما يؤكده فزازي عبد السلام (السلام، 2002) الذي اكد انه من خلال الحركة ينمي الطفل ملاحظاته و مفاهيمه و ادراكه للأبعاد و الإتجاهات كالتوازن و المكان و الزمان ، و يتفق معه (جوالده،2010)وان العجز في نمو و تطور الجانب الحركي يسبب صعوبة في تعلم المهام التي تتطلب مهارات حركية دقيقة كالتوازن (الجوالده، 2010، صفحة 242)، ومن خلال نفس الجدول نجد فروق ذات دلالة احصائية في اختبارات كروس ويبر و عبور المانع و تقليد الحركية و تعيين اعضاء الجسم في الاختبارات البعدية بين العينة التجريبية و العينة الضابطة لصالح العينة التجريبية و هذا يعني تطور افراد العينة التجريبية في زيادة قدرة الوعي بأجزاء جسمهم ، و تطور قدرة التحكم الحركي في الأطراف العليا من جسمهم و ترجمة الأنماط البصرية الى انماط حركية ، زيادة وعي الطفل لشغل جسمه حيز الفراغ ووعيه بالأشياء التي لا توجد مباشرة في مجاله البصري ، تطور الوضع العام للقوام و التوافق اي تطور العينة التجريبية في **مجال تصور الجسم و تمييزه** مقارنة بالعينة الضابطة وهذا راجع الى برنامج التربية النفس حركية

المقترح المبني على اسس علمية تتناسب مع القدرات العقلية و العمرية و البدنية لهذه الفئة من خلال نوعية وحدات التربية النفس حركية و اهدافها و التمارين و الالعاب التي تم تبسيطها و تجزيئها كتمارين تخطي الموانع و الالعاب و الحركات التي تهدف الى زيادة الشعور بالجسم و الفراغات وجميع النتائج التي سبق التطرق اليها تحقق **صحة الفرضية الرئيسية التي تنص على ان "برنامج التربية النفس حركية المقترح يؤثر إيجابا على تطوير بعض القدرات الإدراكية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم 9-11سنة** " ،هذه النتائج تتفق مع دراسة المفتي (2002) التي اشارت الى ان البرامج التعليمية للمهارات الحركية تعمل على تنمية عناصر القدرات الادراكية الحركية للمعاقين عقليا من سن (9-12سنة) ، وهذا ما تؤكده دراسة " عبد الستار جبار الصمد " سنة 2008 والذي توصل الى ان برنامجه المقترح اثر ايجابيا على تطوير القدرات الإدراكية الحركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم ، وكذلك دراسة ".صالح نعمة سنة (2007) و الذي استنتج ان البرنامج الحركي الذي اقترحه اثر ايجابيا على تطوير القدرات الإدراكية الحركية و كذلك دراسة حمودي عائدة سنة (2012) حيث توصلت الى ان استخدام الألعاب الحركية يحسن الإدراك الحسي حركي لدى فئة المتخلفين عقليا (تخلف متوسط) ذكور 09-11 سنة.

14- الاقتراحات :

1- الإستعانة بالبرنامج المقترح في اعداد مقرر التربية البدنية المكيفة بالمراكز المتخصصة للمعاقين عقليا القابلين للتعلم.

2- ضرورة التركيز على التربية النفس حركية في اعداد دروس التربية البدنية و الرياضة المكيفة لاطفال ذوي الاعاقة العقلية لما لها من اثر ايجابي في تطوير القدرات الادراكية الحركية.

3- توفير ممارسة الانشطة الحركية المنظمة و الممنهجة في مراكز ذوي الاعاقة .

4- إجراء دراسة مشابهة على الأطفال الإناث المعاقات عقليا القابلات للتعلم .

5- إجراء دراسات مشابهة على الاطفال المعاقين عقليا القابليين للتدريب .

قائمة المراجع باللغة العربية

1. الخولي, محمد الحمامي و امين .(2011) .*أسس بناء برامج التربية الرياضية* .القاهرة : دار الفكر العربي.
2. الجوالده ,م .ص .(2010) .الإعاقة العقلية ومهارات الحياة في ضوء نظرية العقل . الأردن :دار الثقافة .
3. الروسان, فاروق .(2010) .*مقدمة في الإعاقة العقلية* .عمان :دار الفكر للنشر والتوزيع.
4. السعيد, سعد .(2000) .*اثر استخدام برنامج مقترح للتربية الحركية في تنمية القدرات الإدراكية)الحس حركية (لأطفال ما قبل المدرسة كلية التربية الرياضية* .جامعة الموصل : كلية التربية الرياضية.
5. السيد, عبيد ماجدة .(2007) .*الإعاقة العقلية* .عمان :دار صفاء للنشر.
6. السيد, فؤاد البهي .(1979) .*علم النفس الإحصائي و قياس العقل البشري* .القاهرة : دار الفكر العربي.
7. العيسوي, عبد القادر .(2010) .*التخلف العقلي* .بيروت :دار النهضة العربية للطباعة و النشر.
8. النبيل, محمود السيد .(2012) .*الاحصاء النفسي و الاجتماعي و التربوي* .بيروت : دار النهضة العربية.
9. بوحوش, محمد محمود الذنياب عمار .(1955) .*مناهج البحث العلمي و طرق إعداد البحوث* .الجزائر :ديوان المطبوعات الجامعية.
10. بوعلاق, محمد .(1999) .*الهدف الإجرائي تمييزه و صياغته لدى المعاق عقليا* . البليدة :قصر الكتاب.
11. بوداود عبد اليمين ، عطاء الله أحمد. (2009). المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية و الرياضية . الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية .

12. جابر(, كاريسيا لوفينيش) ترجمة احمد عبد العزيز سلامة و د.جابر عبد الحميد . (1996)*متى نثق بانفسنا* .القاهرة :دار النهضة العربية.

13. حلمي, عبد القادر .(1993) .*مدخل إلى الإحصاء* .الجزائر :ديوان المطبوعات الجامعية.

14. خوشناو, بحري حسن .(2010) .*أثر تعلم سباحة الظهر في اكتساب بعض القدرات الحس حركية لدى المصابيين بمرض داون* .اربيل :مجلة علوم التربية الرياضية العدد الثالث المجلد الثالث.

15. راتب, أسامة كمال .(1994) .*التربية الحركية للطفل ط* . *3*القاهرة :دار الفكر العربي.

16. رضوان, حمد نصر الدين .(2002) .*الإحصاء الوصفي في التربية البدنية و الرياضة* . القاهرة :دار الفكر العربي.

17. صدقي نورالدين. (2004). *علم النفس الرياضة المفاهيم النطرية –التوجيه و الارشاد – المقياس*. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث. ط1

18. صدقي نورالدين. (2013). *علم النفس الرياضة المفاهيم النطرية –التوجيه و الارشاد – المقياس*. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.ط3

19. عاقل, فاخر .(2011) .*علم النفس التربوي* . بيروت :دار العلم.

20. عائدة, حمودي .(2013) .*اثر استخدام الألعاب الحركية في تحسين الإدراك الحسي حركي لدى فئة المتخلفين عقليا)تخلف متوسط* .بغداد :المجلة العلمية للثقافة البدنية و الرياضيةالعدد العاشر.

21. عبدالصمدعبد الستار جبار .(2008) .*تأثير برنامج حس حركي في تنمية بعض القدرات الإدراكية الحركية و الكتابية للمتخلفين عقليا القابلين للتعلم* .القاهرة :مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية.

22. عبدالمجيد محمد. (2004). *سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي*. بغداد: دار الفكر العربي.

23. عدس ,عبد الرحمن .(1999) .*مبادئ الإحصاء في التربية و علم النفس* .تونس :دار الهدى للنشر و التوزيع.

24. محمود ,نبيلة أحمد .(2013) .*المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة و علاقتها بالسمات الدافعية الرياضية* .القاهرة :المجلة العلمية للتربية البدنية.

25. مهنا ,فايز .(2013) .*التربية الرياضية الحديثة* .دمشق سوريا :دار طلاس للدراسات و الترجمة و النشر.

26. ناجي ,قاسم .(2004) .*فعالية برنامج ترويحى فى تنمية بعض المهارات الحياتية والنفسية والحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا "القابلين للتعلم .المؤتمر العربى الأول)الإعاقة الذهنية بين التجنب والرعاية* .اسيوط :جامعة أسيوط.

27. نعمة ,صالح .(2007) .*تأثير منهج للنشاط الحركي المتنوع في تطوير بعض القدرات الإدراكية الحركية للأطفال بعمر 9 سنوات* .جامعة بابل :مجلة علوم التربية الرياضية.

28. يوسف مراد. (2014). *مبادئ علم النفس العام*. القاهرة: دار المعارف.

قائمة المراجع باللغة الأجنبية

27.bohain, y. v. (2014). *Initiation à la course du 100 m au 100 km.* paris: edition vigot.

28. napoli, S. (2001). *The young child and the environment, Issues related to health, nutrition, safety, and physical education activity. :.* Boston: Allyn and Bacon.

29. Joseph ,B.(1980): Psychology of motor Learning ,prentic – Hall,Inc, New York.