

## تأثير برنامج للتمرينات الإيقاعية مدعوماً بالألعاب الشعبية على التوازن والطمأنينة النفسية للمعاقين سمعياً

د. جهاد أحمد محمد

مدرس بقسم التمرينات والجمباز والتعبير  
الحركى بكلية التربية الرياضية  
جامعة المنيا

د. سمر أحمد التيجانى

مدرس بقسم الترويح الرياضى بكلية التربية  
الرياضية جامعة المنيا

### المقدمة ومشكلة البحث :

لقد إهتمت الدول فى الآونة الأخيرة برعاية المعاقين وتأهيلهم باختلاف إعاقاتهم وإتاحة الفرصة لهم للتفاعل مع المجتمع والبيئة الخارجية لأنهم جزء من نسيج المجتمع وتعليمهم مطلب تربوى وذلك من خلال إيجاد أفضل الوسائل الحديثة للإستفادة من الطاقات والقدرات المتبقية لديهم. ولقد أوصى التربويون بضرورة تربية وتعليم ذوى الإحتياجات الخاصة وعلى وجه التحديد التلاميذ الصم وتفعيل البرامج التعليمية فى مجال الفئات الخاصة والإفادة من البرامج المتعددة لخدمة تلك الفئة ( ٣ : ٢٣ ، ٢٤ ).

تعد حاسة السمع وسيلة الإنسان للتعرف على بيئته الاجتماعية لذلك ينمو التلاميذ المعاقين سمعياً وهم محرومون من التمتع بالاتصال مع البيئة ومع المحيطين بهم على أساس سمعى (٩ : ٤٢). تعتبر الإعاقة السمعية أحد الإعاقات التى يجب أن تهتم بها التربية الرياضية من خلال وضع البرامج الخاصة بهم فقد أصبح لهم الحق كما لغيرهم فى أن يتطوروا ويتعلموا ويتدربوا ويبدعوا .

يشير "محمد عفيفي" (٢٠١٢) أن التربية الرياضية تعتبر من الميادين الهامة فى تطوير وتنمية المعاقين وغرس المفاهيم والقيم والسلوكيات وتأهيلهم بدنياً ونفسياً ومهنياً ومعاونتهم لإعادة الاتصال بالمجتمع والعالم من جديد حتى لا يصبح المعاق طاقة غير كاملة وغير مستفاد منها (٢٥ : ٢٥) .

تعتبر التمرينات الإيقاعية أحد أنواع الأنشطة الحركية التى تحتل مكانه لائقة نظراً لأهميتها الكبرى لقطاعات الشعب المختلفة ، وتسعى التمرينات فى مجال المعاقين على وجه الخصوص إلى إلى تغيير دور المعاق وجعله فرداً مقبولاً إجتماعياً من خلال الممارسة الإيجابية والمشاركة الفعالة مع

أقرانه الأسوياء فهي تزودة بالعديد من الحركات الأساسية التي تساعده في حياته والتي تكسبه الثقة بالنفس والإعتماد على نفسه دون الغير (٢٠: ٥٥) (٢٩: ٢٥) .

تشير كل من " **عنايات فرج وفاتن البطل** " (٢٠٠٤) إلى أن التمرينات الإيقاعية من الأنشطة الحركية التي تنمي التلميذة بدنيا ونفسيا وإجتماعيا وتعمل على اكساب القوام الجيد وتنمية الإحساس بالتناسق وقوة الحركات وزيادة الشعور بالعلاقة بين الزمان والمكان والإحساس بالحركة وديناميكيته ، كما أنها تتميز بالتنوع والشمول يجعل التلميذة متحكمة في سرعة الإستجابة للعمل العضلي والإستمرار في هذا العمل في إطار متوافق وهذا ما يحتاج إليه الأوصم (٢١: ٧) .

ويؤكد علماء التربية علي أهمية اللعب بوصفه وسيلة للتعلم وتنمية مهارات التربية الثقافية، على اعتبار أن اللعب نشاط ينطوي على خبرات تعمل علي نمو التلميذ نمواً طبيعياً، كما يهيئ اللعب للتلميذ فرصاً لاكتشاف البيئة من حوله (٤٨:٥).

ولقد ارتبطت الألعاب بالثقافة وتعد أهم عناصرها كما اعتبرت وسيطا مهماً من وسائط نقلها من جيل إلى آخر. وقد اعتبرها التربويون أحد عوامل نمو الطفل، حيث يشمل اهتمامه بها جميع حواسه وعقله كما أنه يمكن إيصال المفاهيم والمعلومات وتطوير المهارات ونقل الثقافة عن طريق اللعب (٢٦: ٧٢) . وتعد الألعاب الشعبية جزءاً لا يتجزأ من الموروث الثقافي والشعبي وجزء مهم من الذاكرة والوجدان لأي مجتمع فهي نتاج للتكوين الثقافي والحضارى ، وإنعكاس للبيئة الطبيعية والجو الإجتماعى السائد ، وتسهم الألعاب الشعبية إسهاماً فعالاً في بناء الشخصية نفسياً وجسدياً وإجتماعياً (٧: ١٠).

ولقد أشارت أغلب الدراسات المرتبطة بالأداء الحركى إلى أن حاستى السمع والإبصار من الحواس المهمة التي تؤثر على توازن الجسم ، وأن سائل الأذن الداخلية بما فيه من خلايا حسية يؤثر على وظيفة السمع وقدرة الجسم على الإحتفاظ بتوازنه ، وبالتالي فإن أى خلل فى حاسة السمع سواء بضعفها أو فقدانها يؤثر على توازن الفرد (٦ : ٩٨) .

ويشير كل من " **أمين الخولى وأسامة راتب** " (٢٠٠٩) إلى أن الأطفال المصابون بإنهيار كامل فى القنوات الهلالية فى الأذن لديهم إتران ضعيف وكثير ما يصابون بالدوار ويمكن تدريبهم بشكل فعال نحو حفظ توازنهم عن طريق إستخدام تمرينات التوازن التي تهدف إلى رفع التوافق العضلى العصبى وتدريب الأجهزة الخاصة بحفظ التوازن فى القنوات الهلالية بالأذن الداخلية وهذا ما يعانى منه ذوى الإعاقة السمعية (٤ : ١٣٥) .

إن الإحساس بالطمأنينة النفسية مرتبط بالحالة المزاجية والعلاقات الإجتماعية للفرد وقد صنفت الطمأنينة النفسية فى مكونين أحدهما داخلى : ويتمثل فى عملية التوافق النفسى مع الذات والمكون الآخر خارجى : ويظهر فى عملية التكيف الإجتماعى مع الآخرين والتفاعل معهم بعيدا عن العزلة والوحدة ، التى تخل بالتوازن النفسى للأفراد وتؤثر على توافقهم الإجتماعى (٢٣ : ٣٥).

وترى الباحثتان أن الإصابة بالإعاقة السمعية تؤدى إلى عدم الشعور بالطمأنينة النفسية وشعور شديد بالوحدة نتيجة العزلة التى يعيش فيها الأصم وعدم قدرته على التواصل مع من حوله. وفى هذا الصدد تذكر " زينب شقير " (٢٠٠٥) أن الأصم يعانى العديد من المشاكل سواء النفسية أو الإجتماعية ، حيث يجد صعوبة بالغة فى التعبير عن نفسه وفهم الآخرين له فضلا عن وقوفه عاجزا عن فهم ما يدور حوله وكل ذلك يؤدى شعوره باليأس والإحباط ويتولد لديه ميل طبيعى إلى العزلة بعيدا عن أفراد المجتمع (١٥ : ١٢٥) .

ومن خلال اطلاع الباحثتان على الدراسات السابقة والبحوث كدراسة "حيدر كاظم" (٢٠١٥)(١٠) والتى استهدفت التعرف على "تأثير بعض الألعاب الصغيرة على التوازن الحركى وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى تلامذة معهد الأمل للصم والبكم" وكانت أهم النتائج أن الألعاب الصغيرة لها تأثير إيجابى على تنمية التوازن الحركى وتعلم بعض مهارات كرة القدم ودراسة "هبة سعد" (٢٠١٥)(٣١) والتى إستهدفت التعرف على "تأثير إستخدام المنثرات البصرية الإلكترونية المدعومة بلغة الإشارة على تعلم بعض مهارات الحركات الأرضية للمعاقين سمعيا" وكانت أهم النتائج أن المنثرات البصرية الإلكترونية ذو فاعلية كبيرة فى تعلم بعض مهارات الجهاز الأرضى للمعاقين سمعيا ودراسة "جيهان أحمد" (٢٠١٢)(٨) والتى إستهدفت التعرف على "أثر مدخل الألعاب الشعبية فى تنمية بعض المهارات الحركية والوعى التراثى لدى طفل الروضة" وكانت أهم النتائج أن الألعاب الشعبية أثرت إيجابيا فى تنمية المهارات الحركية والوعى التراثى لطفل الروضة ودراسة "خالد سليمان" (٢٠١٢)(١١) والتى إستهدفت التعرف على "تأثير برنامج تدريبي مقترح على تنمية التوازن الحركى لذوى الإعاقة السمعية لتلاميذ المرحلة الابتدائية فى معهد الأمل للصم والبكم بالمدينة المنورة" وكانت أهم النتائج أن البرنامج التدريبى قيد دراسته كان له أثر إيجابى فى تنمية التوازن الحركى للمعاقين سمعيا ودراسة "بيهن بول Behen Paul" (١٩٩٢)(٣٢) والتى إستهدفت التعرف على "العلاقة بين الإتران وأداء المهارات الأساسية للأطفال الصم" وكانت أهم النتائج وجود علاقة إيجابية بين التوازن وأداء المهارات الأساسية للصم والبكم .

ومن خلال الزيارة الميدانية التي قامتا بها الباحثتان لمدرسة الأمل للصحم والبكم بمحافظة المنيا والإطلاع على منهاج التربية الرياضية الخاص بالمعاقين سمعياً وخاصة منهاج التمرينات الإيقاعية وجدتا أنه نفس منهاج التلاميذ الأسوياء لتلك المرحلة ومن هنا تبرز أهمية مشكلة البحث الحالي وهي أن طريقة تدريس منهاج المعاقين سمعياً والأسوياء تعد واحدة فيما عدا استخدام لغة الإشارة اليدوية والشفهية مع المعاقين سمعياً وذلك نظراً لعدم وجود برامج تعليمية خاصة تناسب نوع الإعاقة الأمر الذي يؤثر سلبياً على ناتج العملية التعليمية لفئة المعاقين سمعياً حيث يحتاج التلاميذ المعاقين سمعياً إلى رعاية تربوية خاصة وأساليب متعددة للتفاعل معهم حيث يصعب عليهم أن يتقدموا في تعليمهم مثل الأسوياء هذا بالإضافة إلى الروتينية التي يشعر بها الأصم في تنفيذ هذا الجزء من الدرس والذي من المفروض أن يكون وقت مرح وسعادة للتلميذات لأنه يناسب ميولهن ورغباتهن في الحركة والنشاط. كما ترى الباحثتان أن نصيب المعاقين سمعياً من البرامج والأنشطة الرياضية قليلاً جداً بالنسبة للإعاقات الأخرى ومن هنا جاءت فكرة البحث وهي التعرف على تأثير برنامج للتمرينات الإيقاعية مدعوماً بالألعاب الشعبية على التوازن الحركي والطمأنينة النفسية للمعاقين سمعياً.

**أهمية البحث والحاجة إليه :**

- ١- يعتبر البحث محاولة للإهتمام بفئة المعاقات سمعياً ودمجهم في المجتمع .
- ٢- يمكن تطبيق برنامج التمرينات الإيقاعية المدعوم بالألعاب الشعبية داخل مدارس الصم والبكم بدلا من الطريقة التقليدية المتبعة .

#### هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير برنامج للتمرينات الإيقاعية مدعوماً بالألعاب الشعبية على :

١ . تنمية التوازن ( الثابت والمتحرك ) للتلميذات المعاقات سمعياً.

٢ . تحسن الطمأنينة النفسية للتلميذات المعاقات سمعياً.

#### فرضى البحث :

في ضوء هدف البحث الحالي تفترض الباحثتان ما يلي :

- ١ . توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث في تحسن التوازن الثابت والمتحرك قيد البحث وفى إتجاه القياس البعدى .
- ٢ . توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث في الشعور بالطمأنينة النفسية قيد البحث وفى إتجاه القياس البعدى .

## المصطلحات الواردة فى البحث :

### الألعاب الشعبية :

بأنها " كل لعبة يمارسها العامة تلقائياً من المهد إلى اللحد ، ويتوارثونها جيلاً بعد جيل يضيفون إليها أو يحذفون منها ، متمشية مع العادات والتقاليد بغرض الترويح يستوي فى ممارستها الجنسين منذ الطفولة (١ : ٧٤)

### الطمأنينة النفسية :

يعرفها "محمد جبر" (٢٠٠٦) بأنها شعور الفرد بتقبل الذات والآخرين والتحرر من الخوف والتردد ووضوح الأهداف وعكس ذلك يؤدي إلى عدم الشعور بالطمأنينة النفسية (٢٣ : ٤١) .

### المعاق سمعياً :

هو الشخص الذى فقد حاسة السمع إما وراثياً أو مكتسباً منذ الولادة أو بعدها والأصم يعاني من خلل فى جهازه السمعى قد يكون جزئياً فيسمى صمم جزئى أو خلل كلى فيسمى بالصمم الكامل ويحتاج إلى أساليب تعليمية خاصة دون مخاطبة كلامية ، تعتمد اعتماداً كلياً على حاسة البصر " تعريف اجرائى" (الباحثان).

### خطة وإجراءات البحث :

تحقيقاً لأهداف البحث واختباراً لفروضه اتبعت الباحثتان الخطوات الآتية :

### منهج البحث :

استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة هذا البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة بإتباع القياسات القبليّة والبعدية لعينة البحث.

### مجتمع وعينة البحث :

تمثل مجتمع البحث فى تلميذات الصف الأول الإعدادى المعاقات سمعياً بمدرسة الأمل المشتركة للصم والبكم بمحافظة المنيا للعام الدراسى (٢٠٢١/٢٠٢٢) الفصل الدراسى الأول والبالغ قوامه (٢٥) خمسة عشرون تلميذة تم اختيار عينة عمدية منهن بلغ قوامهن (١٠) عشرة تلميذات تتراوح أعمارهن من (١٣ - ١٥) عاماً جميعهن ضعف سمعى شديد تتراوح نسبته من (٧٥ % : ٩٠ %) ديسييل .

### أسباب اختيار العينة :

. لا يعانون من أى إعاقة أخرى سوى الإعاقة السمعية .

. الخلو من الأمراض التي قد تؤثر على الأداء .

. الالتزام فى الحضور .

. غير باقيين للإعادة .

اعتدالية توزيع أفراد العينة :

قامت الباحثتان بالتأكد من مدي اعتدالية التوزيع التكرارى لعينة البحث في معدلات النمو (السن - الطول - الوزن ) والذكاء والتوازن (الثابت - المتحرك) ومقياس الطمأنينة النفسية قيد البحث وجدول (١) يوضح ذلك.

### جدول (١)

المتوسط الحسابى والوسيط والانحراف المعيارى ومعامل الالتواء لمعدلات النمو والذكاء

ومتغيرات التوازن والطمأنينة قيد البحث لعينة البحث ككل (ن = ١٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
معدلات النمو	السن	١٤.٢٠	١٤.٠٠	٠.٧٩	٠.٤١-
	الطول	١٥٢.٥٠	١٥٢.٥٠	٠.٥٣	٠.٠٠
	الوزن	٤٦.٤٠	٤٦.٠٠	٠.٥٢	٠.٤٨
إختبار الذكاء					
التوازن الثابت	الوقوف على مشط القدم	٩.٢٦	٩.١٩	٠.١٨	٠.٤٠
	المشى على مقعد سويدي مقلوب	١٣.٣٤	١٣.٠٠	٠.٤٥	٠.٦٨
مقياس الطمأنينة النفسية					
	درجة	٢٣.٦٠	٢٣.٥٠	٠.٧٠	٠.٧٨

يتضح من جدول (١) أن قيم معاملات الالتواء لمعدلات النمو والذكاء ومتغيرات التوازن ومقياس الطمأنينة النفسية قيد البحث للعينة ككل قد تراوحت ما بين (٠.٧٨ : -٠.٤١) وجميعها تتحصر ما بين (+٣، -٣) مما يشير إلى إعتدالية توزيع عينة البحث فى تلك المتغيرات .

وسائل جمع البيانات :

استعانت الباحثتان لجمع البيانات بالوسائل الآتية :

أولاً : مجموعة الأجهزة والأدوات :

ثانياً : الاختبارات وتشمل :

١ . اختبار الذكاء المصور مرفق (٢).

٢ . اختبارات التوازن مرفق (٥).

٣ . مقياس الطمأنينة النفسية مرفق (٩).

ثالثاً : البرنامج التعليمي قيد البحث مرفق (٧).

أولاً : الأجهزة والأدوات :

جهاز ريستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر والوزن بالكيلوجرام ، شريط قياس ، مراتب ، مقعد سويدي ، خطوط مرسومة على الأرض ، ساعة إيقاف ، شريط قياس ، كور ، مناديل ملونة.

ثانياً : الاختبارات

اختبار الذكاء المصور : مرفق (٢)

قامتا الباحثتان باختيار اختبار الذكاء المصور إعداد " ذكي صالح " (١٩٧٨) ويهدف هذا الاختبار إلى تحديد نسبة الذكاء من خلال إدراك التشابه والاختلاف بين الموضوعات والأشياء وبعد هذا الإختبار من الاختبارات غير اللفظية لأنه لا يعتمد على اللغة ، حيث أن أسئلة الاختبار عبارة عن مجموعة من الصور ويطلب من المفحوصين إدراك العلاقة بينهما والفكرة الرئيسية التي يقوم عليها الاختبار هي فكرة التصنيف ، حيث ينظر الفرد إلى الأشكال الخمسة الموجودة في كل سطر ثم يحدد علاقة التشابه بينهما ويبقى أحد الأشكال يختلف عند باقي الأشكال .

المعاملات العلمية للاختبار :

قامت الباحثتان بحساب المعاملات العلمية من صدق وثبات في الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠٢١/١٠/١٠م إلى يوم الأربعاء الموافق ٢٠٢١/١٠/٢٠م وذلك على النحو التالي :

أ- الصدق :

تم حساب صدق إختبار الذكاء عن طريق صدق المقارنة الطرفية وذلك على عينة إستطلاعية مماثلة لمجتمع البحث ومن خارج عينه البحث الأساسية وعددهن (١٢) إثني عشر تلميذة ، وتم ترتيب درجات التلميذات تصاعدياً لتحديد التلميذات ذو المستوى المتميز وعددهن (٣) ثلاثة تلميذات والتلميذات ذو المستوى الأقل تميزاً وعددهن (٣) ثلاثة تلميذات وتم حساب دلالة الفروق بينهن في إختبار الذكاء قيد البحث وجدول (٢) ويوضح النتيجة.

جدول (٢)

دلالة الفروق بين الإرباعي الأعلى والأدنى في إختبار الذكاء قيد البحث (ن = ٦)

إحتمالية الخطأ	قيمة z	W	U	الإرباعي الأعلى (ن = ٣)			الإرباعي الأدنى (ن = ٣)		
				متوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتب	متوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتب

٠.٠٠٥	١.٩٦	٦.٠٠	٠.٠٠	٥.٠٠	٠.١٥	٩٦.١٧	٢.٠٠	٠.٣٢	٩٣.٨٧
-------	------	------	------	------	------	-------	------	------	-------

يتضح من جدول (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الإرباعي الأعلى والأدنى في إختبار الذكاء قيد البحث ولصالح مجموعة الإرباعي الأعلى حيث أن قيمة إحصائية الخطأ دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى صدق الإختبار وقدرته على التمييز بين المجموعات المختلفة .

#### ب - الثبات :

لحساب ثبات الإختبار إستخدمت الباحثتان طريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه على عينه قوامها (١٢) إثنى عشر تلميذة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية بفارق زمنى مدته (١٠) عشرة أيام بين التطبيقين ثم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى وجدول (٣) يوضح النتيجة

#### جدول (٣)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى فى إختبار الذكاء قيد البحث (ن = ١٢)

معامل الارتباط	التطبيق الثانى		التطبيق الأول	
	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط
٠.٩٦	١.٢٩	٩٤.٩٧	١.٢٢	٩٥.٠٢

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (١٠) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤٩٧

يتضح من جدول (٣) أن معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى لإختبار الذكاء قيد البحث بلغ (٠.٩٦) وهو معامل ارتباط دال إحصائياً حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى ثبات الإختبار.

#### اختبارات التوازن قيد البحث : مرفق (٤)

قامتا الباحثتان باختيار عنصر التوازن (الثابت - المتحرك) والاختبارات البدنية المقيسة له قيد البحث بناء على المراجع العلمية "مصطفى باهى وصبرى عمران وهشام إسماعيل" (٢٠١٢)(٢٨) "كمال عبد الحميد وصبحى حسانين" (٢٠١١)(٢٢) ، "حسن علاوى ونصر الدين رضوان" (٢٠٠١)(٢٤) والدراسات السابقة كدراسة "حيدر كاظم" (٢٠١٥)(١٠) ودراسة "خالد سليمان" (٢٠١٢)(١١) ودراسة "Behen Gregor" (١٩٩٢)(٣٢) . وتم العرض على مجموعة من الخبراء وعددهم (٩) تسعة من أعضاء هيئة التدريس ومتخصصين فى مجال رياضة التمرينات ولديهم خبرة لا تقل عن (١٥) خمسة عشر عاماً مرفق (٨) ، وقد اتفقوا على الاختبارات التى تقيس التوازن وهى :

١- إختبار " الوقوف على مشط القدم " لقياس التوازن الثابت ووحدة القياس الثانية .

٢- اختبار " المشى على مقعد سويدي مقلوب " لقياس التوازن المتحرك ووحدة القياس الثانية

### المعاملات العلمية لاختبارات التوازن :

قامتا الباحثتان بحساب المعاملات العلمية من صدق وثبات فى الفترة من يوم الإثنين الموافق

١١/١٠/٢٠٢١م إلى يوم الأربعاء الموافق ١٣/١٠/٢٠٢١م وذلك على النحو التالى :

#### أ . الصدق :

تم حساب صدق إختبارات التوازن قيد البحث عن طريق صدق المقارنة الطرفية وذلك على عينة إستطلاعية مماثلة لمجتمع البحث ومن خارج عينه البحث الأساسية وعددهن (١٢) إثنى عشر تلميذة ، وتم ترتيب درجات التلميذات تصاعدياً لتحديد التلميذات ذو المستوى المتميز وعددهن (٣) ثلاثة تلميذات والتلميذات ذو المستوى الأقل تميزاً وعددهن (٣) ثلاثة تلميذات وتم حساب دلالة الفروق بينهن فى إختبارات التوازن قيد البحث وجدول (٤) ويوضح النتيجة.

#### جدول (٤)

دلالة الفروق بين الإرباعى الأعلى والأدنى فى إختبارات التوازن (ن = ٦)

احتمالية الخطأ	قيمة z	W	U	الإرباعى الأعلى (ن = ٣)			الإرباعى الأدنى (ن = ٣)			وحدة القياس	الإختبارات	
				متوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	الرتب	متوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	الرتب		الثانية	الثابت
				٩.٥٥	٠.١٠	٥.٠٠	٢.٠٠	٠.٠٨	٩.٠٩			
٠.٠٠٥	١.٩٦	٦.٠٠	٠.٠٠	٩.٥٥	٠.١٠	٥.٠٠	٢.٠٠	٠.٠٨	٩.٠٩	الثانية	الوقوف على مشط القدم	التوازن الثابت
٠.٠٠٥	١.٩٦	٦.٠٠	٠.٠٠	١٤.٤٣	٠.١٥	٥.٠٠	٢.٠٠	٠.١٠	١٣.٠٠	الثانية	المشى على مقعد سويدي مقلوب	التوازن المتحرك

يتضح من جدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتى الإرباعى الأعلى والأرباعى

الأدنى فى إختبارات التوازن قيد البحث ولصالح مجموعة الإرباعى الأعلى حيث أن قيمة إحتتمالية الخطأ دالة

عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى صدق الإختبارات وقدرتها على التمييز بين المجموعات .

#### ب . الثبات :

لحساب ثبات إختبارات التوازن قيد البحث إستخدمت الباحثتان طريقة تطبيق الإختبار وإعادة

تطبيقه على عينه قوامها (١٢) إثنى عشر تلميذة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية بفارق

زمنى مدته (٣) ثلاثة أيام بين التطبيقين ثم إيجاد معامل الإرتباط بين التطبيقين الأول والثانى ،

وجدول (٥) يوضح معاملات الإرتباط بين التطبيقين .

## جدول (٥)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في إختبارات التوازن قيد البحث (ن = ١٢)

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الإختبارات	
	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط		التوازن الثابت	التوازن المتحرك
٠.٨٩	٠.٢٥	٩.٢٨	٠.٢٥	٩.٣٢	الثانية	الوقوف على مشط القدم	التوازن الثابت
٠.٨٧	٠.٧٥	١٣.٨٢	٠.٧٦	١٣.٧٢	الثانية	المشى على مقعد سويدي مقلوب	التوازن المتحرك

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (١٠) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤٩٧

يتضح من جدول (٨) ما يلي :

- تراوحت معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لإختبارات التوازن قيد البحث ما بين (٠.٨٧) : (٠.٨٩) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائيا حيث أن قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى ثبات تلك الإختبارات .

## ٣- مقياس الطمأنينة النفسية : مرفق (٥)

قامتا الباحثتان باختيار مقياس "ماسلو للطمأنينة النفسية" والذي قام بإعداده "إبراهيم ماسلو Ebraham, maslo" (١٩٧٠م) وقام بتعريبه وتقنينه على البيئة المصرية "عبد الرحمن العيسوى" (١٩٨٥) (١٨) ويتكون المقياس من (٧٥) خمسة وسبعون عبارة وتبلغ الدرجة الكلية للمقياس من (صفر-٧٥) درجة ويتم تصحيح المقياس فى اتجاه درجة الطمأنينة النفسية أى الدرجات العالية تدل على عدم الطمأنينة النفسية لدى المفحوص والعكس صحيح تفسير الدرجة على المقياس من (٠ - ١١) إحساس عالى بالطمأنينة النفسية من (١٢ - ٢٤) إحساس متوسط بالطمأنينة النفسية من (٢٥ فما فوق) عدم الشعور بالطمأنينة النفسية .

المعاملات العملية للمقياس :

قامتا الباحثتان بحساب المعاملات العلمية من صدق وثبات فى الفترة من يوم الأحد الموافق ١٠/١٠/٢٠٢١م إلى يوم الأربعاء الموافق ٢٠/١٠/٢٠٢١م وذلك على النحو التالى :

أ . الصدق :

تم حساب صدق مقياس الطمأنينة النفسية قيد البحث عن طريق صدق المقارنة الطرفية وذلك على عينة إستطلاعية مماثلة لمجتمع البحث ومن خارج عينه البحث الأساسية وعددهن (١٢) إثنى عشر تلميذة ، وتم ترتيب درجات التلميذات تصاعديا لتحديد التلميذات ذو المستوى المتميز وعددهن

(٣) ثلاثة تلميذات والتلميذات ذو المستوى الأقل تميزاً وعددهن (٣) ثلاثة تلميذات وتم حساب دلالة الفروق بينهما في مقياس الطمأنينة النفسية قيد البحث كما هو موضح في جدول (٦) .

جدول (٦)

دلالة الفروق بين الإرباعي الأعلى والأدنى في

مقياس الطمأنينة النفسية قيد البحث (ن = ٦)

إحتمالية الخطأ	قيمة z	W	U	الإرباعي الأدنى (ن = ٣)			الإرباعي الأعلى (ن = ٣)			وحدة القياس	الاختبار
				متوسط الترتيب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	متوسط الترتيب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٠.٠٠٠ ٥	١.٩٦	٦.٠٠٠	٠.٠٠٠	٥.٠٠٠	٠.٥٠	٢٤.٥٠	٢.٠٠٠	٠.٥٠	٢٢.٥٠	درجة	الطمأنينة النفسية

يتضح من الجدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الإرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى في مقياس الطمأنينة النفسية قيد البحث ولصالح مجموعة الإرباعي الأعلى حيث أن قيمة إحصائية الخطأ دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى صدق المقياس وقدرتها على التمييز بين المجموعات .

ب . الثبات :

لحساب ثبات مقياس الطمأنينة النفسية قيد البحث استخدمتا الباحثتان طريقة تطبيق المقياس وإعادة تطبيقه وذلك على عينة قوامها (١٢) إثني عشر تلميذة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وبفاصل زمني مدته (١٠) عشرة أيام بين التطبيقين الأول والثاني ، وجدول (٧) يوضح معاملات الارتباط بين التطبيقين .

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في

مقياس الطمأنينة النفسية قيد البحث (ن = ١٢)

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المقياس
	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط		
٠.٨٠	١.١٨	٢٣.٥٤	١.١٣	٢٣.٥٠	درجة	الطمأنينة النفسية

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (١٠) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤٩٧

يتضح من جدول (١٠) ما يلي :

- جاءت معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس الطمأنينة النفسية قيد البحث (٠.٨٠) وهو معامل ارتباط دالة إحصائيا حيث أن قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى ثبات تلك المقياس .

### ثالثاً : البرنامج التعليمي قيد البحث مرفق (٦)

#### ١ - الهدف العام للبرنامج :

تصميم برنامج تعليمي للتمرينات الإيقاعية مدعوما بالألعاب الشعبية ومعرفة تأثيره على :

١ . تنمية التوازن ( الثابت والمتحرك ) للتمييزات المعاقات سمعيا .

٢ . تحسن الطمأنينة النفسية للتمييزات المعاقات سمعيا .

#### ٢ - أغراض البرنامج :

- أ- أن يتم تنمية قدرة التلميذة المعاقة سمعيا على التوازن الثابت والمتحرك .
- ب - أن يتم تنمية تقبل التلميذة المعاقة سمعيا لذاتها و ثققتها بنفسها .
- ج- أن يتم تنمية قدرة التلميذة المعاقة سمعيا على التفكير السليم .
- د - أن يتم مساعدة التلميذة المعاقة سمعيا على التحكم في مستوى أدائها .
- هـ - أن يتم تنمية فهم التلميذة المعاقة سمعيا للحركة التي تقوم بها .
- و - أن يتم إتاحة الفرصة للتلميذة المعاقة سمعيا للإبتكار .
- ز - أن يتم تنمية قدرة التلميذة المعاقة سمعيا على التفكير في حل المشكلات .
- ح - أن يتم تنمية مفهوم الذات لدى التلميذة المعاقة سمعيا .
- ط - أن يتم مساعدة التلميذة المعاقة سمعيا على الإحساس الحركي و الانفعالي .

#### ٣ - أسس البرنامج :

- أ- أن يتناسب البرنامج مع خصائص المرحلة السنية قيد البحث .
- ب - أن يشبع البرنامج ميول وإحتياجات التلميذة المعاقة سمعيا .
- ج - أن يتميز بالشمول والبساطة والمرونة والسهولة في الفهم .
- د - أن يتسم ببساطة المجهود المطلوب للأداء .
- هـ - أن ينمى لدى التلميذة المعاقة سمعيا التوازن ( الثابت - المتحرك ) .
- و - أن ينمى قدرة التلميذة المعاقة سمعيا على التكيف الإجتماعى .
- ز - أن يراعى مبدأ التدرج من السهل إلي الصعب .

- ح - أن يتناسب البرنامج مع الإمكانيات المتاحة .  
ط - أن ينمي لدى التلميذة المعاقاة سمعيا الشعور بالسعادة والمرح.

#### ٤ - محتوى البرنامج :

يحتوى البرنامج التعليمي على ما يلي :

أ - عدد من الألعاب الشعبية .

ب - تمارين متدرجة لتعليم مهارات التمرينات الفنية الإيقاعية ( المشى الرياضى - الجرى الرياضى - الحبل - الميزان الأمامي ) ومرفق (٧) نموذج لبعض الوحدات التعليمية مستخدمة البرنامج التعليمي المقترح .

#### ٥ - الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج :

شرايط ملونة - حبال - عدد من المراتب - بالونات مختلفة - أقماع - أكياس رمل - كور - مكعبات - عصى - قباعات - مكعبات خشبية - خطوط مرسومة على الأرض - مقاعد سويدية.

#### ٦ - أسلوب التدريس المستخدم :

استخدمنا الباحثان أسلوب التعلم بالعرض التوضيحي وأسلوب التعلم باللعب .

#### ٧ - الإطار العام لتنفيذ البرنامج :

قامتا الباحثتان بالاطلاع على المراجع العلمية " حمدى وتوت ونهى الصواف " (٢٠١٣) (٩) و " محمد الخوالدة " (٢٠٠٧) (٢٦) والدراسات السابقة كدراسة "خالد سليمان" (٢٠١٢) (١١) ودراسة " زيدان حسين " (٢٠١٤) (١٤) ودراسة " Behen Pol gregor " (١٩٩٢) (٣٢) وقد تم إستطلاع رأى الخبراء مرفق (٨) لتحديد زمن وشكل وأجزاء الوحدة التعليمية وقد تم ذلك من خلال إستمارة معدة لذلك الغرض مرفق (٦) وقد اتفقت آراء الخبراء بنسبة ( ١٠٠ % ) على أن يكون شكل وتوزيع الوحدة كالاتى :

أ- الأعمال الإدارية : ٢ق .

ب- الإحماء والإعداد البدنى : ١٠ق .

ج- الجزء الرئيسى : ٣٠ق ويشمل :

( الألعاب الشعبية : ١٠ق ) .

( التمرينات الإيقاعية : ٢٠ق ) .

د - الختام : ٣ق .

وقد تم تنفيذ البرنامج التعليمي للتمرينات الإيقاعية المدعومة بالألعاب الشعبية من خلال حصص التربية الرياضية بواقع وحدتان تعليميتان إسبوعياً زمن الوحدة (٤٥) خمسة وأربعون دقيقة وقد إستغرق تنفيذ البرنامج (شهرين) لمدة (٨) ثمانية أسابيع وبذلك يكون عدد وحدات البرنامج (١٦) ستة عشر وحدة تعليمية .

#### ٨- قيادات تنفيذ البرنامج :

- قامتا الباحثتان بتنفيذ البرنامج التعليمي .
  - الإستعانة بمعلمة لغة الإشارة ومعلمة التربية الرياضية بمدرسة الأمل للصم والبكم بمحافظة المنيا .
- ٩- أسلوب التقويم:

من أجل تقويم مدى فاعلية البرنامج التعليمي قامتا الباحثتان باختيار ما يلي :

#### أ ) اختبارات التوازن :

- الوقوف على مشط القدم (القلق) لقياس التوازن الثابت
  - المشى على مقعد سويدي مقلوب لقياس التوازن المتحرك .
- ب ) مقياس الطمأنينة النفسية .

#### الدراسة الاستطلاعية :

قامتا الباحثتان بإجراء الدراسة الإستطلاعية في الفترة من يوم الأحد الموافق ١٠/١٠/٢٠٢١م إلى يوم الأربعاء الموافق ٢٠/١٠/٢٠٢١م وذلك على عينة بلغ قوامها (١٢) اثنا عشر تلميذة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وذلك بهدف التعرف على :

- مدى مناسبة البرنامج لقدرات التلميذات المعاقات سمعياً ومدى فهمهن واستيعابهن .
- حساب المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث .
- تدريب المساعدين على كيفية إجراء الاختبارات .
- وقد أسفرت نتائج الدراسة عن مناسبة البرنامج لعينة البحث وتفهم التلميذات للاختبارات قيد البحث .

#### القياس القبلي :

قامتا الباحثتان بإجراء القياس القبلي لعينة البحث فى المتغيرات قيد البحث وذلك يوم الخميس

الموافق ٢١/١٠/٢٠٢١م .

#### الإطار العام لتنفيذ التجربة :

١- قامت الباحثتان بتوفير شاشة عرض وذلك لعرض نموذج للمهارة المتعلمة والخطوات التعليمية الخاصة بالمهارة والألعاب الشعبية قيد البحث.

٢- قامت الباحثتان بتطبيق البرنامج على عينة البحث يومي الأحد والثلاثاء من كل أسبوع بواقع وحدة تعليمية واحدة في اليوم وكان زمن الوحدة التعليمية (٤٥) خمسة وأربعون دقيقة لمدة (٨) ثمانية أسابيع بواقع (١٦) ستة عشر وحدة تعليمية في الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٤/١٠/٢٠٢١م إلى يوم الثلاثاء الموافق ١٤/١٢/٢٠٢١م .

#### القياس البعدي :

قامتا الباحثتان بعد الانتهاء من المدة المحددة لتنفيذ البرنامج بإجراء القياس البعدي للمتغيرات قيد البحث وذلك يوم الأربعاء الموافق ١٥/١٢/٢٠٢١م وقد تمت جميع القياسات على نحو ما تم إجرائه في القياس القبلي .

#### الأسلوب الإحصائي المستخدم :

لحساب نتائج البحث استخدمتا الباحثتان الأساليب الإحصائية الآتية :

" المتوسط الحسابي . الوسيط . الإنحراف المعياري . معامل الالتواء . معامل الارتباط . النسبة المئوية . اختبار مان ويتني The Man – Whitney Test اللابارومتري . اختبار T Test . نسبة التغير المئوية " ، وقد إرتضت الباحثة مستوى دلالة عند مستوى (٠.٠٥) كما استخدمت برنامج Spss لحساب بعض المعاملات الإحصائية .

#### عرض النتائج ومناقشتها :

سوف تقوما الباحثتان بعرض نتائج البحث وفقاً للترتيب التالي :

١- دلالة الفروق بين متوسطى درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث فى التوازن الثابت والمتحرك قيد البحث ولصالح القياس البعدي.

٢- دلالة الفروق بين متوسطى درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث فى الطمأنينة النفسية قيد البحث ولصالح القياس البعدي .

#### جدول (٨)

دلالة الفروق بين متوسطى درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث

فى متغيرات التوازن قيد البحث (ن = ١٠)

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي	القياس البعدي	الفرق بين	الخطأ المعياري	قيمة ت	نسبة التغير %
-----------	-------------	---------------	---------------	-----------	----------------	--------	---------------

		المتوسط ين	ى	ع	م	ع	م		
٢٥.٤٩	٢٨.٨١	٠.٠٨	٢.٣٦	٠.١٩	١١.٦٢	٠.١٨	٩.٢٦	الثانية	التوازن الثابت
١٩.٢٧	١٣.٦٧	٠.١٩	٢.٥٧	٠.٣٩	١٠.٧٧	٠.٤٥	١٣.٣٤	الثانية	التوازن المتحرك
١١٩.٠٧	٧٥.٤٠	٠.٣٧	٢٨.١٠	٠.٩٥	٥١.٧٠	٠.٧٠	٢٣.٦٠	درجة	الطمأنينة النفسية

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٩) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ١.٨٣٣

يتضح من نتائج جدول (٨) ما يلي :

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى متغيرات التوازن والطمأنينة النفسية قيد البحث ولصالح القياس البعدى حيث أن جميع احتمالية الخطأ أصغر من مستوى الدلالة (٠.٠٥).

وتعزو الباحثان هذا التقدم إلى التأثير الإيجابي للبرنامج التعليمى وما يحتويه من تمارين فردية وزوجية متنوعة وتركيز البرنامج على تمارين التوازن الحركى من خلال مهارات التمارين الإيقاعية ( المشى الرياضى - الجرى الرياضى - الوثب - الميزان الأمامى ) فمن خلال أداء التدريبات المتدرجة لهذه المهارات التى تهدف لرفع التوافق العضلى العصبى لدى التلميذات المعاقات سمعياً ساعدت على تحسن وتنمية عنصر التوازن بنمطيه (الثابت والمتحرك) قيد البحث . ويتفق ذلك مع ما ذكره كل من " أمين الخولى وأسامة راتب " (٢٠٠٩) حيث ذكروا أن الأطفال المصابون بإنهيار كامل فى القنوت الهلالية فى الأذن لديهم إتران ضعيف وكثير ما يصابون بالدوار ويمكن تدريبهم بشكل فعال نحو حفظ توازنهم عن طريق إستخدام تمارين التوازن التى تهدف إلى رفع التوافق العضلى العصبى وتدريب الأجهزة الخاصة بحفظ التوازن فى القنوت الهلالية بالأذن الداخلية (٤ : ٨٧) كما تعزو الباحثان هذا التقدم إلى أن برنامج التمارين الإيقاعية المدعومة بالألعاب الشعبية يزيد من دافعية التلميذات نحو الأداء ويعمل على استثارة دوافعهن مما يؤدي إلى زيادة إقبالهن على الأداء وبأعلى كفاءة طوال فترة التمرين الأمر الذى أدى إلى ارتفاع مستوى نمو وتطور عنصر التوازن لدى التلميذات المعاقات سمعياً ، ويتفق ذلك مع ما ذكرته " عطيات خطاب " (٢٠٠٣) أن التمارين الإيقاعية تهدف إلى تنمية القدرات الحركية وتحقيق مبدأ اللياقة (٢٠ : ٣٨).

كما ترجع الباحثان هذا التحسن فى مستوى عنصر التوازن إلى إحتواء البرنامج على مجموعة كبيرة من الأدوات ذات الألوان الزاهية وبعض العلامات البصرية حيث عملت على جذب إنتباه

التلميذات المعاقات سمعياً هذا بالإضافة إلى تعزيز الإثارة والتشويق والاستمرار في الأداء دون الشعور بالملل .

كما ترى الباحثتان أن إحتواء البرنامج التعليمي على مجموعة مناسبة من الألعاب الشعبية تتضمن بداخلها العديد من المهارات الحركية التي ساهمت بشكل كبير في تحسن عنصر التوازن بنمطيه (الثابت والمتحرك) هذا بالإضافة إلى أن الألعاب الشعبية أطفت جو من السعادة والمرح على نفوس التلميذات المعاقات سمعياً مما زاد من دافعيتهن وإثارة الحماس داخلهن على مواصلة الأداء بكل جد وإنتظام وفي هذا الصدد يشير " Wadman & Durkin " (٢٠٠٨) إلى أن ممارسة الأنشطة البدنية للسم والبكم تقلل من الإفراط في التوترات العصبية كما تعمل على تحسين عمل الأجهزة الحيوية الداخلية (٣٣ : ٣٤٢) .

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من "حيدر كاظم" (٢٠١٥)(١٠) ودراسة "خالد سليمان" (٢٠١٢) (١١) حيث أشارت أهم نتائج دراستهم إلى أن البرامج التدريبية والتعليمية الموجه والألعاب الصغيرة تؤثر تأثيراً إيجابياً على تحسن عنصر التوازن . وبذلك يتحقق الفرض الأول للبحث والذي ينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى تحسن التوازن الثابت والمتحرك قيد البحث و فى اتجاه القياس البعدى "

#### جدول (٩)

دلالة الفروق بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث

فى مقياس الطمأنينة النفسية قيد البحث (ن = ١٠)

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		الفرق بين المتوسطين ن	الخطأ المعيارى	قيمة ت	نسبة التغير %
		ع	م	ع	م				
الطمأنينة النفسية	درجة	٠.٧٠	٢٣.٦٠	٠.٩٥	٥١.٧٠	٢٨.١٠	٠.٣٧	٧٥.٤٠	١١٩.٠٧

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٩) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ١.٨٣٣

وتعزو الباحثتان هذه النتيجة إلى التأثير الإيجابي لبرنامج التمرينات الإيقاعية المدعوم بالألعاب الشعبية حيث أثر إيجابياً على توافق التلميذات المعاقات سمعياً مع أنفسهن ومع الآخرين مما ساعد على تحسن الشعور بالطمأنينة النفسية .

كما تعزو الباحثتان هذه النتيجة إلى تنوع التمرينات المستخدمة داخل البرنامج التعليمي قيد البحث ساعد ذلك على زيادة تفاعل التلميذات المعاقات سمعياً مع بعضهن البعض والتقارب فيما بينهن الأمر الذي أثر إيجابياً على الشعور بالطمأنينة النفسية .

وترجع الباحثتان هذه النتيجة إلى البرنامج التعليمي قيد البحث وما يحتويه من تمرينات ومهارات متنوعة ومصاحبة ذلك بالعرض التوضيحي من خلال شاشة العرض ساعدت التلميذات على التحرر من الخوف والقلق وإخراج كل ما بداخلهن من إنفعالات ومشاعر ومساعدتهن على إدراك قدراتهن وجعلهن أكثر تكيفاً مع ذاتهن ومع الآخرين والخروج من العزلة التي يعيشونها داخل أنفسهن والإحساس بالإنطواء والحرمان ويتفق ذلك مع ما أشار إليه كل من " أمين الخولى وأسامة راتب " (١٩٩٤) حيث أشارا إلى أنه من خلال ممارسة الفرد المعاق للنشاط الحركي ينخفض لديه الشعور السلبي وينمو الشعور الإيجابي نحو ذاته ونحو الآخرين (٥ : ١٥٦) .

كما ترى الباحثتان أن التمرينات الإيقاعية داخل البرنامج قيد البحث ساهمت بشكل كبير في تنمية التحكم وضبط النفس وتنمية الشخصية القوية المستقلة والتحرر من التوتر العصبي والنفسية وتنمية قوة الإرادة للتغلب على المشكلات والصعاب التي تعاني منها التلميذات المعاقات سمعياً ساهمت بشكل كبير في تحسين الشعور بالطمأنينة النفسية ويتفق ذلك مع ما ذكرته " نائرة العبد " (١٩٩٥) أن من أهداف التمرينات الإيقاعية إكساب الطالبات الصحة النفسية والتعبير عن النفس ومعرفة جوانبها (٢٩ : ٩٥) .

كما تعزو الباحثتان هذا التحسن في الشعور بالطمأنينة النفسية لدى التلميذات المعاقات إلى إحتواء البرنامج التعليمي قيد البحث على مجموعة من الألعاب الشعبية وما تتضمنه هذه الألعاب من الشعور بالسعادة والمرح خلال تنفيذها مما ساعد التلميذات على التخلص من التوترات العصبية التي يعانون منها وفي هذا الصدد تذكر " زينب شقير " (٢٠٠٥) أن شعور الفرد بالاستقرار والسعادة وإدراك قدراته وتقبل الآخرين له يؤدي ذلك إلى الطمأنينة النفسية (١٥ : ١٢٥) .

كما ترى الباحثتان أن الألعاب الشعبية ساهمت بشكل كبير في زيادة دافعية التلميذات على على الإستمرار في العمل والأداء في جو من العمل الجماعي والمنافسة وإثبات الذات لتحقيق الفوز داخل اللعبة هذا بالإضافة إلى التلقائية التي يؤدون بها أثناء اللعب والتحرر من القيود والضغط النفسية هذا بالإضافة إلى تنمية القيادة والتبعية والتدريب عليها داخل الألعاب الشعبية التي يتضمنها البرنامج التعليمي وتنمية روح الفريق والتكيف مع الآخرين كل ذلك ساهم بشكل كبير في تحقيق

الشعور بالطمأنينة النفسية وفى هذا الصدد يذكر " عبد الحميد شرف " (٢٠٠١) أن ممارسة المعاق للنشاط الحركى لها تأثيرات عديدة منها زيادة التفاعل الإجتماعى والتكيف مع أفراد المجتمع ، وتنمية الميول الإيجابية للعمل الجماعى وتنمية الوجدان ، كما أنها تزيد من إكتساب مهارات حركية جديدة تولد الثقة بالنفس والتكيف مع الآخرين للمعاق (١٨ : ٥٧) .

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من " حيدر كاظم " (٢٠١٥) (١٠) ودراسة " رمضان محمود " (٢٠١٣) (١٣) ودراسة " جيهان أحمد " (٢٠١٢) (٨) ودراسة " نجلاء فتحي " (٢٠٠٧) (٣٠) حيث أشارت أهم نتائج دراستهم إلى التأثير الإيجابى للتمرينات والألعاب الصغيرة والشعبية فى تحسن بعض المتغيرات النفسية قيد دراستهم وبذلك يتحقق الفرض الثانى للبحث والذى ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى الشعور بالطمأنينة النفسية وفى اتجاه القياس البعدي " .

#### الاستخلاصات والتوصيات :

##### أولاً : الاستخلاصات

فى ضوء نتائج البحث تستخلص الباحثان ما يلى :

- ١ . برنامج التمرينات الإيقاعية المدعوم بالألعاب الشعبية له تأثير ايجابى على تنمية التوازن ( الثابت والمتحرك ) قيد البحث للمعاقات سمعياً .
- ٢ . برنامج التمرينات الإيقاعية المدعوم بالألعاب الشعبية له تأثير ايجابى على تحسن الشعور بالطمأنينة النفسية قيد البحث لدى العاقات سمعياً .

##### ثانياً : التوصيات

فى ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث توصى الباحثان بما يلى :

- ١ . استخدام برنامج التمرينات الإيقاعية المدعوم بالألعاب الشعبية بمدارس المعاقين سمعياً (الصم والبكم) .
- ٢ . الإهتمام بتخريج معلمى تربية رياضية للفئات الخاصة .
- ٣ . إنشاء قسم لتعليم الفئات الخاصة بكليات التربية الرياضية .
- ٤ . إجراء أبحاث مشابهة على عينات مختلفة من الأسوياء والإعاقات الأخرى .

## قائمة المراجع

## أولاً : المراجع العربية

- ١- أحمد تيسير عويضة : الألعاب الشعبية العربية ، مركز الأمل للنشر ، فلسطين ، ٢٠١٧م.
- ٢- أحمد زكى صالح : إختبار الذكاء المصور ، دار النهضة المصرية للنشر ، القاهرة ، ١٩٧٨م.
- ٣- أمل سويدان محمد ومنى الجزائر : تكنولوجيا التعليم لذوى الإحتياجات الخاصة ، دار الفكر للنشر ، الأردن ، ٢٠٠٧م.
- ٤- أمين أنور الخولى وأسامة كامل راتب : نظريات وبرامج التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربى للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٩م.
- ٥- أمين أنور الخولى وأسامة كامل راتب : التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربى للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٤م.
- ٦- إبراهيم الزريقات : الإعاقة السمعية ، دار يافا للنشر ، الأردن ، ٢٠٠٩م.
- ٧- المجلس الأعلى للشباب والرياضة : منهاج الألعاب الشعبية من التراث ، قطاع الطلائع ، مركز المعلومات والتوثيق ، القاهرة ، ١٩٩٩م.
- ٨- جيهان أحمد محمود : أثر إستخدام مدخل الألعاب الشعبية فى تنمية بعض المهارات الحركية والوعى التراثى لدى طفل الروضة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة سوهاج ، ٢٠١٢م.
- ٩- حمدى أحمد وتوت ونهى محمود الصواف : الصم والدمج مع الأسوياء فى التربية البدنية والرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠١٣م.
- ١٠- حيدر كاظم عيسى : تأثير بعض الألعاب الصغيرة على التوازن الحركى وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى تلامذة معهد الأمل للصم والبكم ، بحث منشور ، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة القادسية ، ٢٠١٥م.
- ١١- خالد سليمان منحى : تأثير برنامج تدريبي مقترح على تنمية التوازن الحركى لذوى الإعاقة السمعية لتلاميذ المرحلة الإبتدائية فى معهد الأمل للصم والبكم بالمدينة المنورة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طيبة ، المدينة

- المنورة ، السعودية ، ٢٠١٢م.
- ١٢- **رضوان محمد رضوان ويحي زكريا** : تأثير برنامج تمارينات مقترح على بعض متغيرات الإدراك الحس حركى والمتغيرات الوظيفية البدنية لدى الصم والبكم ، بحث منشور ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٠م.
- ١٣- **رمضان محمود عبد العال** : تأثير برنامج مقترح بإستخدام الألعاب الشعبية الترويحية على بعض المهارات الحركية الأساسية ومفهوم الإنتماء لدى طفل الروضة ، بحث منشور ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠١٣م.
- ١٤- **زيدان حسين عام** : مقارنة صفة التوازن بين التلاميذ الأسوياء والمعاقين سمعيا (٩ - ١٢) سنة ، بحث منشور ، المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية ، جامعة الملك سعود ، السعودية ، ٢٠١٠م.
- ١٥- **زينب محمود شقير** :سلسلة ذوى الإحتياجات الخاصة ، الإكتشاف المبكر والتشخيص ، مكتبة النهضة العربية للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٥م.
- ١٦- **عبد التواب يوسف** : الطفل العربى والفن الشعبى : الدار المصرية اللبنانية ، القاهرة ، ١٩٩٦م.
- ١٧- **عبد الحميد شرف** : التربية الرياضية الحركية للأطفال الأسوياء ومتحدى الإعاقة ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١م.
- ١٨- **عبد الرحمن محمد عيسوى** : اختبار الصحة النفسية التعريف والأساس النظرى ،دار النهضة العربية للنشر ، القاهرة ، ١٩٨٥م .
- ١٩- **عبد الله الصيفى** : تحقيق الأمن النفسى لليتيم فى ضوء المقاصد الشرعية ، بحث منشور ، مجلة جامعة النجاح لأبحاث العلوم الإنسانية ، فلسطين ، ٢٠١٠م.
- ٢٠- **عطايات محمد خطاب** : التمارينات للبنات ، دار المعارف للنشر ، ط٨ ، القاهرة ، ٢٠٠٣م.
- ٢١- **عنايات فرج وفاتن البطل** : التمارينات الإيقاعية (الجمباز الإيقاعى) ، دار الفكر العربى للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٤م.
- ٢٢- **كمال عبد الحميد ومحمد صبحى حسانين** : رباعية كرة اليد الحديثة ( الماهية والأبعاد

- التربوية وأسس القياس والتقويم ) مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠١١م.
- ٢٣- محمد جبر إبراهيم : بعض المتغيرات الديمقراطية المرتبطة بالأمن النفسى ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة ، ٢٠٠٦م.
- ٢٤- محمد حسن علاوى ونصر الدين رضوان : إختبارات الأداء الحركى ، دار الفكر العربى للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١م.
- ٢٥- محمد كامل عفيفى : التربية البدنية للمعاقين بين النظرية والتطبيق ، دار حراء للنشر ، القاهرة ، ٢٠١٢م.
- ٢٦- محمد محمود الخوالدة : اللعب الشعبى عند الأطفال دلالاته التربوية فى إنماء شخصياتهم ، دار المسيرة للنشر ، الأردن ، ٢٠٠٧م.
- ٢٧- محمد نسيم خان : تأثير إستخدام التمرينات البدنية التنافسية على بعض القدرات الوظيفية والبدنية للطلاب المعاقين سمعيا من سن (١٢ - ١٥) سنة ، بحث منشور ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٨م.
- ٢٨- مصطفى حسين باهى وصبرى عمران وهشام إسماعيل : الإختبارات والمقاييس فى التربية البدنية والرياضية ( النظرية - التطبيق ) ، مكتبة الأنجلو المصرية للنشر ، القاهرة ، ٢٠١٢م.
- ٢٩- نائرة عبد الرحمن العبد : التمرينات الحديثة صعوباتها وأسلوب تقييمها ، دار المعارف للنشر ، الإسكندرية ، ط٣ ، ١٩٩٥م.
- ٣٠- نجلاء فتحى مهدى : تأثير برنامج تعليمى بإستخدام الحاسب الآلى على خفض الشعور بالوحدة النفسية ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية فى التمرينات للصم والبكم ، بحث منشور ، مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية ، ٢٠٠٧م.
- ٣١- هبة سعد عبد الحافظ : تأثير إستخدام المثيرات البصرية الإلكترونية المدعومة بلغة الإشارة على تعلم بعض مهارات الحركات الأرضية للمعاقين سمعيا ، بحث منشور ، مجلة أسبوط لعلوم وفنون الرياضة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسبوط ، ٢٠١٥م

ثانياً : المراجع الأجنبية

- 32 **Behean , Paul ,G** : The Relation ship between balance and fundamental motor skills performance of children who are deaf M .A. Michigan state university 1992.
- 33 **Kinsella , M**, the Effect of Stimulation – games Environment on Students Achievements in and Attitudes to Math in Second a school Osun – state secondary stools in Nigeria ,2007 .
- 34 **Wadman , R ,Durkin , K, Ramsden , G** : Self – Esteem , Shyness , and Sociability in Adolescents with Specific Language Impairment (SLI) , Journal of Speech , Language , and Hearing Research , 2008.