

تأثير استخدام الألعاب الصغيرة على تقدير الذات وتعلم بعض مهارات الريشة الطائرة لدى المعاقين حركياً

د. صفية جزر العجمي

مدرس مادة أول (أ) مهارات حركية - قسم تعليم اساسي - كلية التربية - جامعة بنها

المقدمة ومشكلة البحث Introduction and research problem

تمثل الألعاب الصغيرة في الرياضة أهمية خاصة وفي رياضة المعاقين أهمية استثنائية ومدخلاً جديداً للإرتقاء بمستوى المعاقين حركياً، وتكوين قاعدة متينة راسخة البنیان وتوفير كافة الظروف التي تأخذ بهم نحو الأحسن لتطوير مستواهم، وتتيح لهم الفرص المناسبة للتعبير عن رغباتهم وميولهم وحاجتهم الطبيعة فضلاً عن المتعة التي يكتسبونها من خلال مزاولتهم لها، سواء كانت هذه المتعة معرفية (فكرية) أو بدنية ومهارية أو نفسية على أن يكون بشكل مخطط له يضمن استمراريته خلال الوحدات التدريبية والتي يؤثر نجاحها بشكل إيجابي في مستوى الأداء.

ويشير كل من بهاء سيد وأمني الصفتي (٢٠٢٠) أن الألعاب الصغيرة هي ألعاب بسيطة ذات قوانين غير معقدة يمكن التعديل فيها وفقاً لمستوى قدرات المشتركين، فهي مجموعة متعددة من ألعاب الجري والكرات والأدوات وألعاب اللياقة البدنية والمهارات الحركية، حيث تُبتكر هذه الألعاب من أجل تحقيق الأغراض التي وضعت من أجلها للإرتقاء بالقدرات الوظيفية والبدنية والذهنية مع إضفاء جو من المرح والمنافسة بين الأفراد المتنافسين (١٢: ١٢).

فهي عبارة عن ألعاب مختارة لا تحتاج إلى ملاعب كبيرة، ويمكن تنفيذها بأدوات بسيطة يسهل استخدامها، وتدخل الشوق والحماس بالتدريب. كما أنها سهلة وسريعة وغير معقدة، ولا يشترط فيها زمن أو عدد أفراد أو مساحة أو حجم لمكان اللعب ويمكن أن يمارسها الأطفال والشباب والكبار لأنها تجلب لمن يمارسها السرور وعدم التوتر وهي ليست الطريق الممهد للألعاب الكبيرة فحسب بل انه لا يمكن الاستغناء عنها في أي مجال سواء في الدراسة أو في التدريب (١٢: ١٣).

وتضيف الزهراء رشاد (٢٠١٤) أن الألعاب الصغيرة تهتم أيضاً بتطوير الفرد المعاق حركياً خلال مراحل نموه، وتسمح له باستثمار الفرص المناسبة لتنمية استعدادته وإمكانياته وقدراته، فضلاً عن إشباع حاجاته الأساسية من القدرات البدنية والحركية والعقلية والنفسية (٣: ٢٥).

وتشكل الألعاب الصغيرة جزء هام من النشاط التعليمي والتدريبي للمعاقين حركياً. حيث تمثل مكانة مرموقة بين مختلف الألعاب والأنشطة المتعددة، وتشكل حيزاً مهماً في التدريب على المهارات الحركية والبدنية والوظيفية وغيرها، وأصبحت من المقومات التي يحتاج إليها أي برنامج

تدريبي للفئات العمرية المختلفة. حيث يمكن وضع برامج تدريبية مناسبة مستندة على الألعاب الصغيرة وبشكل مبرمج للوصول الى أفضل النتائج في التطور وتحقيق مستوى أداء متقدم. ويذكر أسامه رياض (٢٠٠٥) أن المعاق من الفئات الخاصة في المجتمع ولديه اهتمام خاص سواء من الناحية النفسية أو البدنية، ويحس في نفسه أحياناً انه بعيد عن مجتمعه فيصل إلى حد أن يعتبر نفسه غريباً عنه ولهذا يسعى إلى محاولة التقرب منه وجعله يعترف به ويثبت لنفسه أن له دور داخل أسرته ورفاقه من الأسوياء، وبهذا يشعر بالثقة بنفسه ليحيا حياة طبيعية خالية من العُقد النفسية التي تجعله يتفوق على نفسه ويعيش في عزلة فتؤدي إلى مشاكل نفسية هو في غنى عنها، فيلجأ المعاق إلى رسائل لتقرير نفسه منها النشاط البدني الرياضي الذي يجد فيه غايته لأنه يساعده من كافة النواحي النفسية والاجتماعية والبدنية. (٢: ١٢)

ومصطلح الإعاقة في حد ذاته يعبر عن حالة نقص جسمي وبدني في جسم الإنسان سواء كان بترًا أو شللاً أو قصور في الجهاز الوظيفي مما يؤدي بالفرد إلى عدم التناسق في الأداءات البسيطة والعادية وكذلك عدم القدرة على تأدية المهام المنوطة له حتى لو كانت عادية. (٦: ٥١) ونظراً لما تسببه الإعاقة من تغير ظاهر في شكل الجسم فإن ذلك يؤدي إلى إيجاد شعور سلبي لدى المعاق تجاه جسمه، حيث يشعر بقصور قدراته البدنية، الأمر الذي يؤدي إلى تكوين مفهوم سلبي عن ذاته ككل، حيث أن التقدير الإيجابي للجسم من جانب الفرد أو من جانب الآخرين يؤدي إلى تقدير إيجابي لمفهوم الذات، وبالعكس فإن التقدير السلبي تجاه الجسم يتولد عنه مفهوم سلبي للذات. (٢٠ : ٨٩)

ويُعرف "روزنبرج" (Rosenberg) تقدير الذات بأنه الشعور بالقيمة (Self - worth) حيث يرى أن تقدير الذات يمثل اتجاهاً نحو الذات، إما أن يكون ايجابياً أو سلبياً والذي يتمثل بشعور الفرد بأنه ذو قيمة ويحترم ذاته لما هي عليه، كما يلعب تقدير الذات دوراً مهماً في زيادة دافعية الفرد للإنجاز والتعلم وفي تطور شخصيته وجعلها أقل عرضة للاضطرابات النفسية المختلفة فقد تبين أن تقدير الذات العالي يرتبط بالصحة النفسية والشعور بالسعادة في حين أن تقدير الذات المنخفض يرتبط بالاكتئاب والقلق والتوتر والمشكلات النفسية (١٤ : ٦٩)

ويشير السيد فرحات (٢٠٠٤)(٥) أن نتائج العديد من البحوث والدراسات إلى انخفاض مستوى تقدير الذات لدى الأفراد المعوقين مقارنةً بالأفراد العاديين، منها دراسة تيري Teri (٢٠٠٠)(٣٤) التي بينت أن المعوقين جسماً يظهرون تقييم ذات أقل من مستوى العاديين، ووجود تقدير ذات منخفض لدى المعوقين جسماً، وهذا راجع إلى رفض المعوق

لإعاقته (٥ : ٤٦)

وترى الباحثة أن لعبة الريشة الطائرة تعتبر واحدة من أكثر الألعاب الرياضية انتشاراً في شرق آسيا ودول العالم ومنها العالم العربي، حيث تتمتع بمهارات وخطط واحداث غير متوقعة خلال المباريات وتعمل على اثارة وتشويق ممارسيها ومتابعيها.

والريشة الطائرة كما يذكر أمين الخولي (٢٠٠١) هي رياضة تلعب بالمضرب حيث يشارك بها لاعبان متقابلان، وقد تلعب فردي او زوجي ب ٤ لاعبين، يقف اللاعبين علي نصفين متقابلين من ملعب مستطيل، يضرب احد اللاعبين الريشة بالمضرب لتصل فوق الشبكة وتوضع في النصف المخصص للاعب الاخر وبذلك يسجل نقطة إذا لمست الريشة أرضية الملعب، مع العلم ان الريشة من الممكن ان تلمس الأرضية مره واحده فقط قبل ان تتجاوز الشبكة. (٧ : ١٥)

والريشة هي جسم مغطي بالريش فهي تطير بشكل مختلف عن اي كره أخرى مستخدمه في رياضات المضرب، لانها تتميز بمواصفات ديناميكية خاصة، فيعمل الريش علي ارتفاعها بقوه عالية وبحركة افقيه أكثر بطناً من الكرات الأخرى، فهي تتمتع بالسرعه الفائقة التي تجعلها مميزه، وتلعب مباريات رياضة الريشة الطائرة او ما يسمى بالبادمنتون الرسمية داخل صالات لأن الريشة تتأثر بالرياح الشديده، وهناك مباريات ترفيهيه تلعب في الحدائق وعلى الشواطئ.

وتدخل رياضة الريشة الطائرة ضمن الرياضات الأولمبية، حيث اعتمدت سنة ١٩٩٢ في برشلونه علي خمس انواع هما: فردي السيدات والرجال، زوجي السيدات والرجال، الزوجي المختلط يتكون فيه الفريق من لاعبه ولاعب.

فممارسة النشاط البدني بصفة منتظمة تُسهم في تحسين واستعادة أو المحافظة على صحة الشخص المعوق، حيث يؤكد أسامه رياض (٢٠٠٠)(١) الأثر الإيجابي للنشاط البدني على عدد من الآثار الجانبية المتعلقة بالإعاقة منها: الشلل التشنجي للعضلات، مشاكل الجهاز التنفسي، اضطرابات النوم، القلق، العزلة الاجتماعية، فضلاً عن كون النشاط البدني يثمر بشكل إيجابي على نوعية الحياة لدى الأشخاص المعوقين بما في ذلك الأطفال، كما يساهم النشاط الرياضي في الحصول على القوة العضلية أو المرونة المناسبة لتسهيل عملية التنقل وبالتالي زيادة الاستقلالية والقدرة على العمل، أن ممارسة المعاقين حركياً للنشاط الرياضي بصفة منتظمة له الأثر الإيجابي في زيادة قدراتهم الوظيفية وتحسين توعية الحياة لديهم. (٢٣-٢٥)

وبفضل الممارسات الرياضية لما تتيحه من مواقف التفاعل مع الذات ومع الجماعة فقد اهتمت الأمم المتحضرة بالأنشطة الرياضية للأسوياء والمعاقين علي حد سواء وذلك للإفادة

منها في النهوض بالشباب جسماً وعقلياً وروحياً وتنشيط الوعي الاجتماعي وخاصة أن أنواع الأنشطة التي يمارسها المعاقون تشعرهم بالحاجة إلى الجماعة وقيمة التعاون معها كما تعودهم بالالتزام بالقوانين والخضوع لهم. (١٥ : ٤٣)

وباعتبار النشاط البدني والرياضي أحد مقومات الشخصية السوية للأفراد سواء من الناحية النفسية أو الاجتماعية، هذا يؤدي بنا إلى التفكير في تجسيد دوره بشكل جذري ليصبح نشاطاً معترفاً به في كل مؤسساتنا الاجتماعية ليحقق انزان الأفراد وسلوكياتهم.

فأهداف ممارسة النشاط الرياضي للمعاق تفوق أهميتها بالنسبة للأصحاء فبالإضافة لكونها ذات أهداف علاجية وبدنية ونفسية واجتماعية وتأهيله للمعاقين فإنها أيضاً وسيلة مثلي لسرعة عودة المعاق إلى مجتمعه وتآلفه مرة أخرى ونجاحه كفرد منتج من أفراد هذا المجتمع مندمجا فيه متفاعلا معه. (١ : ٢٠)

ومما سبق يتضح أهمية الرياضة لفئة المعاقين حركياً وذلك من خلال قدرتها على تفريغ طاقاتهم الكامنة في اتجاهات مشروعة كما أنها تسهم اسهاماً بارزاً في تنمية الفرد المعاق في مختلف النواحي البدنية والصحية والنفسية والاجتماعية حيث أنها تعمل على تحسين لياقته البدنية والصحة العامة، بالإضافة إلى تنمية التوافق العضلي العصبي مما يمكن الفرد المعاق من تفهمه لقدرته وحدوده البدنية واكسابه المهارات الحركية التي تؤهله لقضاء حياته اليومية بكفاءة والاستمتاع بوقت فراغه وذلك من خلال ممارستهم لكافة أشكال النشاط البدني.

هدف البحث: Aim of research

يهدف هذا البحث إلى معرفة تأثير برنامج ألعاب صغيرة على تقدير الذات وتعلم بعض مهارات الريشة الطائرة (الإرسال من أعلى - الضربة الأمامية - الضربة الخلفية) لدى المعاقين حركياً بمركز الإعاقة بمدينة بنها

فروض البحث: Research hypotheses

في ضوء أهداف البحث تفترض الباحثة الفروض التالية:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد العينة في مستوى تقدير الذات لديهم ولصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد العينة في تعلم بعض مهارات الريشة الطائرة (قيد البحث) ولصالح القياس البعدي.

مصطلحات الدراسة Terminology of study

- تقدير الذات: Self-esteem

يعرفه كوبر سميث (Cooper Smith) بأنه الحكم الشخصي للفرد عن قيمته الذاتية والتي يتم التعبير عنها من خلال اتجاهات الفرد عن نفسه، ويوضح إلى أي مدى يعتقد الفرد أن لديه القدرة والإمكانيات وكذلك الإحساس بالنجاح والقيمة في الحياة، وهو خبرة موضوعية يقدمها الفرد للآخرين من خلال التعليق اللفظي والسلوكيات الأخرى (١٠: ٦٠)

وتعرف الباحثه تقدير الذات إجرائيا بأنه تقييم ذاتي في ضوء مدى تقبل الفرد المعاق حركياً لذاته أو رفضه لها من خلال الدرجة التي يحصل عليها على مقياس روزنبرج المستخدم في الدراسة الحالية.

• الإعاقة الحركية: Physically disabled

يشير مصطلح الإعاقة الحركية إلى حالة الأطفال الذين يتصف مدى الحركة لديهم بالمحدودية، أو تتميز قدرتهم على التحمل الجسمي بكونها ضعيفة إلى حد كبير، وتؤثر سلباً على الأداء التربوي لهم، مما يجعل توفير برامج تربية خاصة لهم أمراً ضرورياً، ومن الجانب التشخيصي والعلاجي فإن الأطفال الذين يعانون من الإعاقة الحركية لا يحصلون إلا على الحد الأدنى من التدخل التربوي الخاص (١٨ : ٢٣)

• المعاقون حركياً: The physically disabled

المعاقون حركياً هم من لديهم عجز في الجهاز الحركي أو البدني بصفة عامة كالكسور والبتير وكذلك أصحاب الأمراض المزمنة كشلل الأطفال وغيرها. (٢١ : ٢٢)

المعاقون حركياً في هذه الدراسة أولئك الذين لديهم عائق جسدي يمنعهم من القيام بوظائفهم الحركية بشكل طبيعي، سواء أكان هذا العائق لأسباب وراثية أو مكتسبة نتيجة مرض أو إصابة أدت إلى ضمور في العضلات، أو فقدان في القدرة على الحركة في الأطراف السفلية فأصبح لديهم نقص من حيث إقامة العلاقات الاجتماعية فيجدون صعوبات في القيام بنشاطاتهم اليومية ومنها ممارسة الرياضة، وهم يحتاجون إلى برامج طبية ونفسية واجتماعية وتربوية ورياضية ومهنية لمساعدتهم على استعادة قدراتهم، أو تعويضهم باستثمار القدرات المتبقية، أو التكيف مع الوضع الحالي لتحقيق أهدافهم الحياتية والعيش بأكبر قدر من الاستقلالية. "تعريف اجرائي"

• المراكز الرياضية للمعاقين حركياً: Sports centers for the physically disabled

أحد مشروعات وزارة الشباب (قطاع الرياضة للجميع) ، ذات البرامج والأنشطة المعدة

وفق الدراسات وبحوث علمية متخصصة . لجذب المعاقين حركياً لممارسة الأنشطة الرياضية والترويحية التي تتوافق مع رغبات وفئات الإعاقة وبإشراف طبي ورعاية متكاملة للاندماج في المجتمع بصورة فاعلة. (٢٣ : ٥)

• النشاط الرياضي للمعاقين حركياً: Sports activity for the physically disabled

تعرفه الجمعية الأمريكية للتربية الصحية والتربية البدنية والترويح والرقص (AAHPERD) بأنه مجموعة من البرامج المتطورة المتنوعة من الأنشطة والألعاب الرياضية التي تتناسب مع قدرات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة بحيث يتمكنون من إشباع رغباتهم في ممارسة أنشطة رياضية تعود عليهم بالنفع وتسهم في استغلال قدراتهم (٢ : ٩)

والنشاط الرياضي للمعاقين يعني الرياضات والألعاب التي يتم التغيير فيها لدرجة يستطيع المعاق حركياً غير القادر الممارسة على ممارستها، بحيث تلائم حالات الإعاقة وفقاً لنوعها وشدتها، ويمارس أفراد عينة الدراسة الحالية رياضة الريشة الطائرة على الكراسي المتحركة. " تعريف اجرائي".

الدراسات السابقة: -

١- عرض الدراسات السابقة

أ- قام كل من عادل خوجة ، بن عمر مراد، زحاف محمد (٢٠١٨) (٢٠) بدراسة بعنوان مستوى تقدير الذات لدى المعاقين حركياً الممارسين للنشاط الرياضي واستهدفت التعرف على مستوى تقدير الذات لدى الرياضيين المعاقين حركياً وتم استخدام المنهج الوصفي، على عينة تكونت من (٢١) معاقاً حركياً يمارسون كرة السلة على الكراسي المتحركة وألعاب القوى من الجنسين والذين يبلغون (١٤ - ١٩ سنة) وقد تم اختيارهم بالطريقة العمدية عن طريق الرابطة الولائية لرياضة المعاقين لولاية المسيلة، واستخدم الباحثون مقياس تقدير الذات لروزنبرج (Rosenberg, 1965) كأداة للقياس، وقد أشارت نتائج البحث إلى: مستوى تقدير الذات مرتفع لدى المعاقين حركياً الممارسين للنشاط الرياضي، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى المعاقين حركياً الممارسين للنشاط الرياضي تعزى إلى متغيرة (السن، الجنس، نوع الإعاقة، المستوى التعليمي، ونوع الرياضة)، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى المعاقين حركياً الممارسين للنشاط الرياضي وتعزى إلى متغيرة (طبيعة الإعاقة، الخبرة في اللعب).

ب- قام شايب زيان (٢٠١٧) (١٦) بدراسة بعنوان اثر النشاط البدني المكيف في تحسين بعض

الصفات القوة ، التحمل ، السرعة لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس حركيا واستهدفت الدراسة التعرف على أثر النشاط البدني المكيف في تحسين بعض الصفات البدنية على المعاقين حركيا واستخدمت الدراسة المنهج التجريبي وتمثلت عينة الدراسة من (٢٥) لاعبا من لاعبي الطائرة جلوس وتمثلت اهم الأدوات فى الأختبارات البدنية والمهارية وأشارت اهم النتائج الى توجد فروق ذات دلالة إحصائية لتأثير النشاط البدني المكيف في تنمية صفة القوة لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس لصالح القياس البعدي

ج- قام محمد حسون (٢٠١٤)(٢٥) بدراسة بعنوان نسبة مساهمة بعض القدرات البدنية في مستوى دقة أداء بعض المهارات الدفاعية في لعبة الكرة الطائرة جلوس حركيا واستهدفت الدراسة التعرف على نسبة مساهمة بعض القدرات البدنية في مستوى دقة أداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة / جلوس للاعبين. واستخدمت الدراسة المنهج التجريبي وتمثلت عينة الدراسة من (١٨) لاعبا من لاعبي المنتخب العراقي وتمثلت اهم الأدوات فى القياسات والاختبارات وأشارت اهم النتائج الى انه هناك نسبة مساهمة متفاوتة للقدرات البدنية في المهارات الدفاعية، وكانت أعلى نسبة بين القدرات البدنية ومهارة الدفاع عن الملعب ويأتي بالمرتبة الثانية بين القدرات البدنية ومهارة استقبال الإرسال

د- قام عادل خوجة (٢٠٠٩)(١٩) بدراسة بعنوان أثر برنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم ومفهوم تقدير الذات و تطوير اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا واستهدفت الدراسة التعرف على اثر البرنامج التدريبي المقترح في تحسين صورة الجسم و مفهوم تقدير الذات و تطوير اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا و كذلك تحديد العلاقة بين صورة الجسم و مفهوم تقدير الذات لديهم. واستخدمت الدراسة المنهج التجريبي وتمثلت عينة الدراسة من (٢٠) فردا وتمثلت اهم الأدوات فى بطاريات الاختبارات وكذا برنامج تدريبي مقترح و استبيانات وأشارت اهم النتائج الى انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي لاثر البرنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم لدى فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا.

ه- أجرى كل من كازيناف وبولتيير ولوفورت, Cazenave & Peultier & Iefort (٢٠٠٦)(٢٩) دراسة بعنوان أثر ممارسة النشاط البدني والرياضي على تقدير الذات عند المراهقين المعاقين بإصابة القدم هدفت إلى معرفة أثر ممارسة النشاط البدني والرياضي على تقدير الذات عند المراهقين المعاقين بإصابة القدم ، أجريت الدراسة على عينة مكونة من (١٩) مراهق معاق بلغ متوسط أعمارهم (١٢,٣٦) سنة، تم اختيارهم من كشوفات

مستشفى " ميمورال " الأمريكي المتواجد بمقاطعة ريمس بفرنسا، قسّمت إلى مجموعتين : المجموعة الأولى عدد أفرادها (٩) أفراد مكونة من (٤ اناث و ٥ ذكور) لم لم يمارسوا الرياضة تماماً، أما المجموعة الثانية فعددها (١٠) أفراد منهم (٤ اناث و ٥ ذكور) يمارسون الرياضة بصفة منتظمة داخل النوادي الرياضية بلغ متوسط زمن ممارستهم في الأسبوع ، تمّ إشراك كلتا المجموعتين في ممارسة مجموعة متنوعة من الرياضات منها السباحة، كرة القدم، الجيدو، ألعاب القوى... الخ، استخدم الباحثون مقياس تقدير الذات لروزنبرج ومقياس تصور الذات البدنية، وأظهرت نتائج الدراسة أن الممارسة الرياضية مرتبطة مع الزيادة في نتائج مقياس روزنبرج لتقدير الذات

٢-التعليق على الدراسات السابقة

تناولت الباحثة الدراسات السابقة العربية والأجنبية حيث استفادت من تلك الدراسات في صياغة مشكلة البحث الحالي، وتحديد المنهج المستخدم ، كما تعرفت الباحثة على أنسب الوسائل لجمع البيانات، المتمثلة في الأدوات والأجهزة ، وفي ضوء ما أسفرت اليه الدراسات السابقة أمكن للباحثة مناقشة وتفسير نتائج البحث الحالي والوصول الى الاستخلاصات والتوصيات المناسبة.

خطة وإجراءات البحث:

تحقيقاً لأهداف البحث واختباراً لفروضه اتبعت الباحثة الخطوات التالية:

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة واتباع القياسات القبلية والبعديّة لهذه المجموعة.

مجتمع وعينة البحث:

يمثل مجتمع البحث المعاقين حركياً المستخدمين للكرسي المتحرك والمشاركين في المراكز الرياضية للمعاقين بمدينة بنها والبالغ عددهم ٢٣ معاق، قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والتي تكونت من (٨) ثمانية معاقين كرسي متحرك والمشاركين بمركز السلام للمعاقين، بالإضافة إلى (١٠) عشرة معاقين من أحد المراكز الرياضية الأخرى كعينة استطلاعية.

اعتدالية توزيع عينة البحث:

لضمان الاعتدالية في توزيع أفراد عينة البحث تم إجراء القياسات الاحصائية الخاصة بعينة البحث الكلية من المعاقين حركياً (٨ عينة أساسية + ١٠ عينة استطلاعية)، وذلك بإيجاد معاملات الإلتواء لمتغيرات النمو (السن، الطول من الجلوس، الوزن) وتقدير الذات والقياسات البدنية والاختبارات المهارية لمهارات الريشة الطائرة قيد البحث قبل البدء في تطبيق برنامج الألعاب الصغيرة

المقترح، والجدول رقم (١) يبين ذلك:

جدول (١) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري والإلتواء لعينة البحث في متغيرات النمو (السن والوزن) والقياسات البدنية ومستوى الأداء المهاري لمهارات الريشة الطائرة قيد البحث (ن=١٨)

المتغيرات	وحدة القياس	الدرجة القصوى	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الإلتواء
متغيرات النمو						
السن	عام	-	٢٠.50	٢١.00	1.57	0.953
الطول من الجلوس	سم	-	93.50	93.00	1.28	1.171
الوزن	كجم	-	٧8.80	٧7.00	3.29	1.638
تقدير الذات						
مقياس روزنبرج لتقدير الذات	درجة	٤٠	١٦,٠٠	١٥,٠٠	٣.0٧	0.٩٧٦
الاختبارات البدنية						
دفع كرة طبية (٢كجم) باليدين	متر	-	6.30	6.60	1.45	0.622
تدوير عصا خشبية خلف الرأس بكلتا اليدين	سم	-	128.00	130.00	4.76	1.260
جري المتعرج (١٠م) والعودة بخط مستقيم	ثانية	-	14.40	15.00	1.53	0.786
جري (٣٠م) بالكروسي المتحرك من الثبات	ثانية	-	9.40	9.60	0.65	0.923
جري (٦ق) حول ملعب مستطيل	متر	-	73.00	75.00	5.25	1.143
الاختبارات المهارية						
الارسال من أعلى	الدرجة	١٠	١.95	٢.00	0.89	0.398
الضربة الأمامية	الدرجة	١٠	١.85	٢.00	0.75	0.257
الضربة الخلفية	الدرجة	١٠	1.70	1.80	0.68	0.712

يتضح من جدول (١) أن معاملات الإلتواء للعينة قيد البحث في متغيرات النمو (السن والوزن) من الجلوس والوزن) وتقدير الذات وجميع القياسات البدنية واختبارات المستوى المهاري لمهارات الريشة الطائرة تراوحت ما بين (0.257، 1.638) أي أنها انحصرت ما بين (±٣) مما يدل على اعتدالية توزيع عينة البحث لوجود قيم الإلتواء داخل المنحنى الإعتدالي.

وسائل جمع البيانات:

لجمع بيانات البحث استخدمت الباحثة ما يلي:

أولاً: الأجهزة والإمكانات اللازمة:

١- ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلوجرام.

- ٢- ساعة إيقاف.
- ٣- شريط قياس.
- ٤- ملعب ريشه طائرة.
- ٥- مضارب ريشه طائرة.
- ٦- ريش طائرة.
- ٧- أجهزة مساعدة (أقماع . مقاعد سويدية . مراتب . كرات طبية).

ثانياً: الاستثمارات

استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري (إعداد الباحثة) ملحق (١)

تم تقييم الأداء المهاري بحساب الدرجات الاعتبارية من خلال لجنة مكونة من (٣) ثلاث محكمين متخصصين في رياضة الريشة الطائرة ملحق (٢)، وذلك لتقييم مستوى الأداء المهاري لمهارات (الإرسال من أعلى - الضربة الأمامية - الضربة الخلفية) في الريشة الطائرة وقد وُزعت الدرجات كما يلي:

فُدرت درجة الأداء المهاري لكل مهارة بعشرة درجات وتم حساب متوسط درجات الحكام الثلاثة لكل مهارة من الثلاثة لتصبح هي الدرجة النهائية لمستوى الأداء المهاري لتلك المهارة، وقد تم تسجيل درجات الحكام الثلاثة في استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري التي قامت الباحثة بإعدادها لهذا الغرض.

المعاملات العلمية لاستمارة قياس مستوى الأداء المهاري في الريشة الطائرة قيد البحث:

لحساب صدق وثبات استمارة قياس مستوى الأداء المهاري في الريشة الطائرة قامت الباحثة بتقنينها على عينة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية بلغ قوامها (١٠) عشرة معاقين حركياً وذلك في الفترة من الأحد والإثنين الموافق ٢٠١٩/١٢/٢١، أ- الصدق:

لحساب صدق الاختبارات استخدم الباحث صدق التمايز وذلك بتطبيق الاختبارات على مجموعتين من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية إحداها مجموعة مميزة تمارس رياضة الريشة الطائرة في أحد مراكز الإعاقة الأخرى ومجموعة غير مميزة قوام كل منها (١٠) عشرة معاقين والجدول التالي رقم (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) دلالة الفروق بين المجموعتين المميّزة والغير مميّزة في مستوى الأداء المهاري في الريشة الطائرة (ن = ٢ = ١٠)

قيمة (ت)	المجموعة المميّزة		الغير مميّزة		وحدة القياس	المهارات
	ع	م	ع	م		
8.347	0.69	1.9٠	0,76	٤.75	الدرجة	الإرسال من أعلى
5.554	1.19	1.92	0.97	4.77	الدرجة	الضربة الأمامية
9.003	0.67	1.65	0.39	4.00	الدرجة	الضربة الخلفية

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يتضح من الجدول السابق رقم (٢) ما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة المميّزة والمجموعة الغير مميّزة في مستوى الأداء المهاري لمهارات الريشة الطائرة (قيد البحث) ولصالح المستوى المرتفع حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ مما يدل على قدرة الاختبارات على التمييز بين المجموعات المختلفة وهذا يؤكد صدقها.

ب- الثبات:

تم تطبيق استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري في الريشة الطائرة وإعادة تطبيقها على عينة قوامها (١٠) عشرة معاقين حركياً وهي عينة مماثلة لعينة البحث ومن غير العينة الأساسية بفارق زمني (٣) ثلاثة أيام وتم إيجاد معاملات الارتباط بين التطبيق الأول وإعادة تطبيقه كما هو موضح في جدول (٣).

جدول (٣) معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في الاختبارات المهارية قيد البحث (ن = 10)

معامل الارتباط	إعادة التطبيق		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات البدنية
	ع	م	ع	م		
٠,٧9٥	0.57	1.95	٠,٦٨	1.96	الدرجة	الإرسال من أعلى
0.847	0.68	2.00	60.40	2.02	الدرجة	الضربة الأمامية
0.879	0.62	1.69	٠,٥٩	1.70	الدرجة	الضربة الخلفية

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٨) ومستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

يتضح من الجدول السابق (٣) ما يلي:

- تراوحت معاملات الارتباط في الاختبارات المهارية لمهارات الريشة الطائرة قيد البحث بين (٠,٧٩٥ ، ٠,٨٧٩) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائية مما يدل على ثبات تلك الاختبارات .

ثالثاً: المقاييس

مقياس تقدير الذات

ملحق (٣)

من أجل قياس درجة تقدير الذات الكلية لدى المعاقين حركياً الممارسين للنشاط

الرياضي استخدمت الباحثة مقياس روزنبرج (Rosenberg ١٩٦٥) لقياس تقدير الذات، ويعطي هذا المقياس تقديراً لمدى تقييم الفرد لذاته بشكل عام، ويتكون من (١٠) عشرة عبارات يُحدد المستجيب مدى انطباق كل عبارة منها عليه وفقاً لأربعة مستويات تمثل الفئات التالية على الترتيب: (أوافق تماماً، أوافق، لا أوافق، لا أوافق تماماً)، وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين درجة وأربع درجات، ويتراوح المجموع الكلي للمقياس ما بين (١٠) درجات و(٤٠) درجة، وعبارات المقياس صيغت منها (٥) عبارات بشكل إيجابي وقد صيغت الخمس عبارات الأخرى بصيغة سلبية، حيث يحصل المفحوص في العبارات: ١، ٢، ٤، ٦، ٧، على أربع نقاط في أوافق تماماً، ثلاث نقاط في أوافق، نقطتين في لا أوافق، نقطة واحدة في لا أوافق تماماً، بينما يكون التقدير عكسي في العبارات: ٣، ٥، ٨، ٩، ١٠، حيث يُمنح المفحوص نقطة واحدة إذا أجاب بأوافق تماماً، نقطتين لأوافق، ثلاث نقاط لـ لا أوافق، أربع نقاط لـ لا أوافق تماماً، ويتم حساب الدرجة الكلية للمفحوص بجمع درجاته في الفئات الأربعة للمقياس، وتدل الدرجة المرتفعة على تقدير مرتفع للذات والعكس صحيح.

المعاملات العلمية لمقياس (روزنبرج) لتقدير الذات:

قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية لمقياس تقدير الذات وذلك على النحو التالي:

أ- الصدق المقياس:

للتحقق من صدق مقياس تقدير الذات اعتمدت الباحثة على نوعين من أنواع الصدق:

١. الصدق الظاهري:

من خلال عرض عبارات المقياس على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية والإرشاد النفسي والتربية الخاصة والقياس والتقويم والتربية الرياضية وعددهم (١١) أستاذ ملحق (٤)، وقد أجمعوا على ملائمة الأداة لأغراض الدراسة. لحساب صدق المقياس استخدمت الباحثة الآتي:

٢. صدق الاتساق الداخلي:

للتحقق من صدق المقياس قامت الباحثة كذلك بحساب صدق الاتساق الداخلي وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (١٠) عشرة معاقين حركياً من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث، وقامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وبين المجموع الكلي للمقياس، والجداول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تقدير الذات والمجموع الكلي للمقياس (ن = ١٠)

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
0.76	6	0.83	1
0.73	٧	0.79	2
0.79	٨	0.77	3
0.82	٩	0.81	4
0.73	١٠	0.71	5

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (8) ومستوى دلالة (0.05) = 0.632

يتضح من جدول (٤) ما يلي:

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والمجموع الكلي لدرجات المقياس ما بين (0.71 ، 0.83) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائية مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق.

ب- الثبات:

لحساب ثبات المقياس استخدمت الباحثة الآتي:

-معامل ألفا كرونباخ:

للتأكد من ثبات المقياس قامت الباحثة باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك على عينة قوامها (١٠) عشرة معاقين حركياً من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث، والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) معامل الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ لمقياس تقدير الذات (ن = ١٠)

معامل الارتباط	الأبعاد
0.88	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٥) ما يلي:

بلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس (0.88) وهو معامل دال إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات.

رابعاً: الاختبارات البدنية ملحق (٥)

لإختيار مجموعة الإختبارات البدنية التي تتناسب مع عينة البحث من المعاقين حركياً وتساهم في تحقيق أهدافه قامت الباحثة بالإطلاع على مجموعة كبيرة من المراجع العلمية المتخصصة في مجال الإختبارات والمقاييس كمرجع صبحي حسانين (٢٠٠٤) (٢٦)، محمد علاوي ونصر الدين

رضوان (٢٠٠١)(٢٤)، والمراجع العلمية في مجال الريشة الطائرة كمرجع أمين الخولي (٢٠٠١)(٧)، وبعض الدراسات والبحوث السابقة كدراسة حمزه وآخرون. HAMZA ET AL. (٢٠١٣)(٢٨)، بوفارت وآخرون. BUFFART ET AL. (٢٠٠٩)(٢٨)، إيمان الخزرجي (٢٠٠١)(٨).

وبعد الاطلاع على هذه المراجع العلمية المختلفة قامت الباحثة بإختيار مجموعة الإختبارات البدنية التي تتناسب مع طبيعة عينة البحث والتي تتمتع بقدر جيد من الصدق والثبات والموضوعية والتي تواترت في العديد من تلك المراجع العلمية، وتمثلت هذه الإختبارات في:

١. الإختبارات البدنية:

- ١- اختبار دفع كرة طبية (٢كجم) باليدين (لقياس القدرة العضلية للذراعين)
- ٢- اختبار تدوير عصا خشبية خلف الرأس بكلتا اليدين (لقياس مرونة الكتفين)
- ٣- اختبار الجري المتعرج (١٠م) والعودة بخط مستقيم (لقياس الرشاقة)
- ٤- اختبار الجري (٣٠م) بالكرسي المتحرك من الثبات (لقياس السرعة الانتقالية)
- ٥- اختبار الجري (٦ق) حول ملعب مستطيل (لقياس التحمل الدوري التنفسي)

المعاملات العلمية للإختبارات البدنية:

لحساب صدق وثبات إختبارات القدرات البدنية قامت الباحثة بتقنين تلك الاختبارات على عينة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية بلغ قوامها (١٠) عشرة أفراد معاقين حركياً من من أحد مراكز الإعاقة الأخرى بالمدينة.

أ- الصدق :

لحساب صدق الاختبارات استخدمت الباحثة صدق التمايز وذلك بتطبيق الاختبارات على مجموعتين من مجتمع البحث ومن خارج عينة الأصلية إحداهما مجموعة مميزة من ممارسي الأنشطة الرياضية والأخرى غير مميزة من المبتدئين قوام كل منها (٥) خمسة معاقين والجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦) دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير مميزة في الاختبارات البدنية قيد البحث (ن=١ ن=٢ = 5)

قيمة (ت)	الغير مميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	المتغيرات
	٢٤	٢م	١٤	١م		
4.831	0.28	6.00	0.17	6.80	متر	دفع كرة طبية (٢كجم) باليدين
7.421	2.71	130	3.69	115	سم	تدوير عصا خشبية خلف الرأس باليدين
3.288	0.34	17.00	1.79	14.00	ثانية	جري متعرج (١٠م) والعودة بخط مستقيم

6.757	0.34	10.00	0.23	8.60	ثانية	جري (٣٠م) بالكروسي المتحرك من الثبات
5.072	2.74	68.00	4.48	77.00	متر	جري (٦ق) حول ملعب مستطيل

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = 1.860

يتضح من الجدول السابق (٦) ما يلي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة المميزة والمجموعة الغير مميزة في الاختبارات البدنية (قيد البحث) ولصالح المجموعة المميزة حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ مما يدل على قدرة الاختبارات على التمييز بين المجموعات المختلفة وهذا يؤكد صدقها.

ب- الثبات:

تم تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقها على عينة قوامها (١٠) عشرة أفراد معاقين حركياً وهي عينة مماثلة لعينة البحث ومن غير العينة الأصلية بفارق زمني قدره (٣) ثلاثة أيام وتم إيجاد معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني كما هو موضح في جدول (٧).

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في الاختبارات البدنية قيد البحث

معامل الارتباط	إعادة التطبيق		التطبيق		وحدة القياس	المتغيرات
	٢ع	٢م	١ع	١م		
0.883	0.28	6.00	0.17	6.80	متر	دفع كرة طبية (٢كجم) باليدين
0.759	2.71	130	3.69	115	سم	تدوير عصا خشبية خلف الرأس باليدين
0.8٥2	0.34	17.00	1.79	14.00	ثانية	جري متعرج (١٠م) والعودة بخط مستقيم
0.794	0.34	10.00	0.23	8.60	ثانية	جري (٣٠م) بالكروسي المتحرك من الثبات
0.931	2.74	68.00	4.48	77.00	متر	جري (٦ق) حول ملعب مستطيل

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٢٣

يتضح من الجدول السابق (٧) ما يلي:

- تراوحت معاملات الارتباط للاختبارات البدنية قيد البحث بين (0.٧٥٩ ، 0.٩٣١) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائية مما يدل على ثبات تلك الاختبارات.

ملحق (٦)

ثالثاً: الألعاب الصغيرة

١- الاعداد لوضع الألعاب الصغيرة:

استندت الباحثة في وضع مجموعة الألعاب الصغيرة على مجموعة من المراجع العلمية

المتخصصة في علم التدريب الرياضي عصام عبد الخالق (٢٠٠٣)(٢٢)، بسطويسي أحمد (١٩٩٩)(٩)، طلحة حسين (١٩٩٩) (١٦)، السيد عبد المقصود (١٩٩٧)(٤)، كما قامت الباحثة بالاطلاع على المراجع العلمية المتخصصة في الريشة الطائرة كمرجع أمين الخولي (٢٠٠١)(٧)، والمراجع المتعلقة بالمعاقين حركياً كمرجع أسامه رياض علي (٢٠٠٥، ٢٠٠٠) (٢، ١)، حلمي إبراهيم وليمي فرحات (١٩٩٨)(١٤)، والدراسات والبحوث العلمية المتعلقة بالألعاب الصغيرة والريشة الطائرة والمعاقين حركياً مثل بهاء سيد وأمانى الصفتي (٢٠٢٠)(١٢)، الزهراء رشاد (٢٠١٤)(٣)، بوتشيلو وآخرون BOTTICELLO ET AL. (٢٠١٤)(٢٧).

وبناءً على ما تقدم قامت الباحثة بعرض مجموعة الألعاب الصغيرة على مجموعة من الخبراء مرفق (٦) وذلك حتى يتسنى الوقوف على الشكل النهائي المناسب لها من حيث التصميم وصولاً إلى الصلاحية للتطبيق، وقد أشار الخبراء بإجراء بعض التعديلات والتي قامت الباحثة بإجرائها ثم عرضها مرة أخرى على الخبراء فوافقوا على مناسبة مجموعة الألعاب الصغيرة لطبيعة عينة البحث وهدفه.

٢- الهدف من الألعاب الصغيرة:

تهدف مجموعة الألعاب الصغيرة إلى تحسين مستوى تقدير الذات وتعلم بعض مهارات الريشة الطائرة (الإرسال من أعلى - الضربة الأمامية - الضربة الخلفية) لدى أفراد عينة البحث من المعاقين حركياً.

٣- أسس وضع مجموعة الألعاب الصغيرة:

راعت الباحثة عند وضع مجموعة الألعاب الصغيرة الأسس التالية:

- ١- أن تتناسب مجموعة الألعاب الصغيرة الأهداف والمجتمع التي وضعت من أجلها.
- ٢- أن تراعي مجموعة الألعاب الصغيرة خصائص المرحلة السنية قيد البحث.
- ٣- أن تراعي مجموعة الألعاب الصغيرة الطبيعة الخاصة لعينة البحث كمعاقين حركياً.
- ٤- أن يساير محتوى الألعاب الصغيرة قدرات أفراد العينة من المعاقين حركياً.
- ٥- أن تراعي مجموعة الألعاب الصغيرة الفروق الفردية بين أفراد العينة.
- ٦- أن يتصف البرنامج بالمرونة أثناء التطبيق العملي لإمكانية التعديل أثناء التطبيق.
- ٧- مراعاة أن تتدرج الألعاب الصغيرة من السهل إلى الصعب.
- ٨- مراعاة توفير المكان المناسب والإمكانات اللازمة للتنفيذ.
- ٩- أن يتضمن التنفيذ عوامل الأمن والسلامة.

٤- مكونات تدريبات الترامبولين:

تحتوي مجموعة الألعاب الصغيرة على مجموعة متنوعة من الألعاب الصغيرة الفردية والثنائية والجماعية، الألعاب الصغيرة بأدوات وبدون أدوات.

٥- الإطار العام لتنفيذ البرنامج:

قامت الباحثة بوضع مجموعة الألعاب الصغيرة في الوحدات بواقع وحدتين أسبوعياً نموذجاً للوحدة مرفق (٦)، وزمن كل وحدة (٦٠) ستون دقيقة بواقع (٨) ثمانية أسابيع بما يعادل (١٦) ستة عشر وحدة. وقد قامت الباحثة باستطلاع رأي الخبراء لتحديد زمن وشكل أجزاء الوحدة التدريبية مرفق (٨)، وقد اتفقوا على أن يكون شكل وتوزيع الوحدة كالاتي:

جدول (٦) توزيع أجزاء الوحدة

النشاط	الزمن المحدد
• الإحماء	(١٠) دقائق
• الاعداد البدني	(١٠) دقيقة
• الجزء الرئيسي (الألعاب الصغيرة + مهارات الريشة الطائرة)	(٣٠) دقيقة
• الختام	(١٠) دقائق

أسلوب التقويم:

استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري لمهارات الريشة الطائرة قيد البحث.

الخطوات التنفيذية للبحث:

القياس القبلي:

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي لمجموعة البحث في تقدير الذات مستوى الأداء المهاري لمهارات الريشة الطائرة قيد البحث يومي السبت والاحد الموافق ٣، ٢، ١/٢٠٢١م.

التجربة الأساسية:

قامت الباحثة عقب انتهاء القياس القبلي بتنفيذ برنامج الألعاب الصغيرة المقترح على العينة قيد البحث وذلك في الفترة من يوم الثلاثاء الموافق ٥/١/٢٠٢١ إلى يوم الخميس الموافق ٤/٣/٢٠٢١ بواقع وحدتين أسبوعياً ولمدة (٨) ثمانية أسابيع بواقع (١٦) ستة عشر وحدة، وقد إلتزمت الباحثة أثناء الوحدات بما يلي:

- العمل مع مجموعة المعاقين عينة البحث بنفسها وذلك حرصاً على ضبط هذا المتغير.
- التأكد من توفر وسلامة الأدوات والأجهزة المستخدمة قبل تنفيذ كل وحدة.

القياس البعدي:

قامت الباحثة بإجراء القياس البعدي بعد الانتهاء من تنفيذ التجربة لمجموعة البحث في تقدير الذات ومستوى الأداء المهاري لمهارات الريشة الطائرة قيد البحث وذلك يومي الأحد والإثنين الموافق ٨، ٧، ٣/٢٠٢١، وقد تمت جميع القياسات على نحو ما تم إجراؤه في القياس القبلي.

المعالجة الإحصائية:

قامت الباحثة بمعالجة البيانات الخاصة بنتائج البحث إحصائياً باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS v22 ومن خلال المعاملات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.
 - الانحراف المعياري.
 - معاملات الارتباط.
 - اختبار (ت) لدلالة الفروق.
 - نسبة التحسن.
- وقد ارتضت الباحثة بنسبة دلالة عند مستوى (٠,٠٥).

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

تستعرض الباحثة نتائج البحث وفقاً للترتيب التالي:

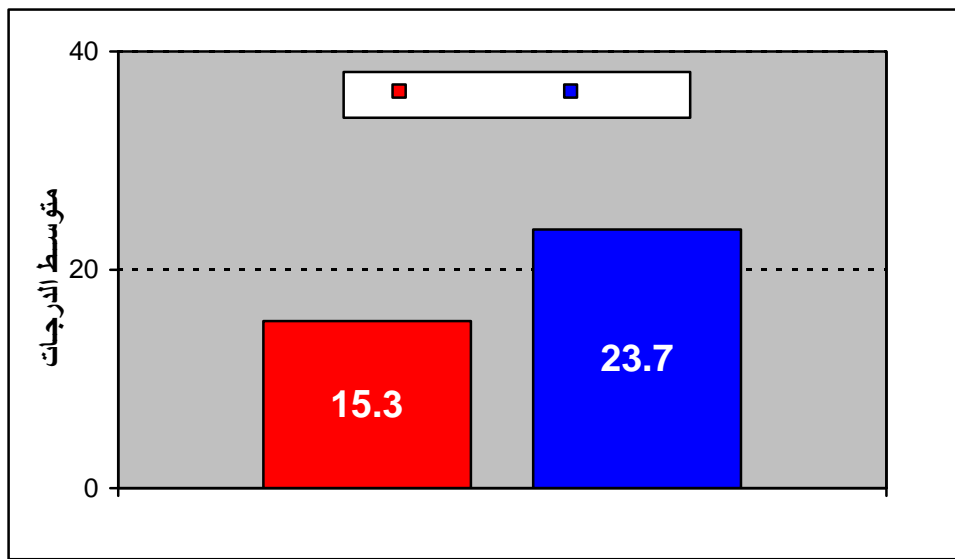
١. دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد العينة في تقدير الذات .
٢. دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد العينة في مستوى أداء مهارات الريشة الطائرة (قيد البحث).

٣. نسب تحسن أفراد العينة في تقدير الذات ومستوى أداء مهارات الريشة الطائرة (قيد البحث).
- جدول (٧) دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث من المعاقين حركياً في درجات مقياس روزنبرج لتقدير الذات (ن = ٨)

المقياس	وحدة القياس	الدرجة القصوى	القياس القبلي		القياس البعدي		الدالات الإحصائية
			١ م	١ ع	٢ م	٢ ع	
روزنبرج لتقدير الذات	الدرجة	٤٠	15.30	5.38	23.70	4.91	٩.462

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٨٩٥

يتضح من جدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد العينة في درجات مقياس روزنبرج لتقدير الذات ولصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥.

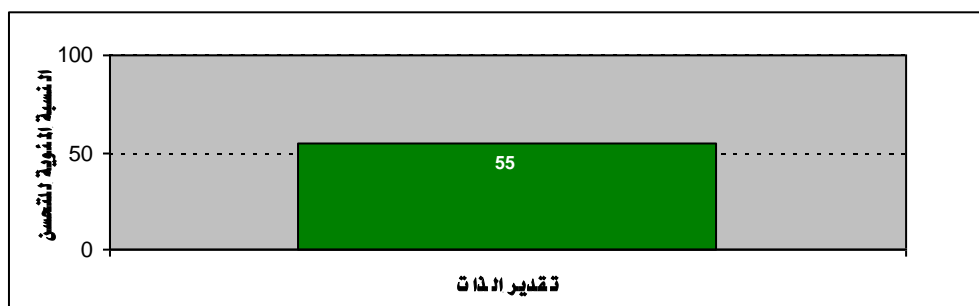


شكل (١) متوسط درجات مقياس روزنبرج لتقدير الذات قبل وبعد التجربة

تأكيداً لما جاء بجدول (٥) يظهر الرسم البياني بالشكل (١) تحسن درجات أفراد العينة من المعاقين حركياً في درجات مقياس روزنبرج لتقدير الذات في القياس البعدي.
جدول (٨) نسبة تحسن مستوى أداء مهارات الريشة الطائرة (قيد البحث)

مجموع الشقلبات على أجهزة	القياس البعدي	القياس القبلي	فرق المتوسطات	نسبة التحسن
الإرسال من أعلى	23.70	15.30	8.40	% 55

يتضح من جدول (٨) أن نسبة تحسن درجات مقياس روزنبرج لتقدير الذات لدى المعاقين حركياً عينة البحث قد بلغت بين (٥٥%)، وهذا ما يظهره أيضاً الشكل التالي.



شكل (٢) النسبة المئوية لتحسن درجات مقياس روزنبرج لتقدير الذات لأفراد عينة البحث

اتضح من جدول (٧، ٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث من المعاقين حركياً في مستوى تقديرهم لذواتهم ولصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥.
وقد تحسنت درجات أفراد العينة من المعاقين حركياً في مقياس روزنبرج لتقدير الذات بنسبة

(٥٥%) لتصبح (٢٣,٧) درجة في القياس البعدي، بعد أن كانت (١٥,٣) درجة في القياس القبلي. وتعزو الباحثة هذا التقدم إلى مجموعة الألعاب الصغيرة التي تم وضعها لتعلم بعض مهارات الريشة الطائرة مما ساهم في تعزيز تقدير أفراد العينة من المعاقين حركياً لذواتهم. حيث أن تعلم المهارات الرياضية يساعد على زيادة تقدير الفرد لذاته وخاصة الفرد المعاق حركياً.

ويذكر **جعفر العرجان (٢٠١٦)** (١٣) أن ممارسة النشاط الرياضي تؤثر على الفرد وتكسبه اتجاهات وقيماً وسلوكيات سليمة تجعله يتواءم مع نفسه ومع أفراد مجتمعه، حيث تلعب الأنشطة الرياضية دوراً هاماً في تنمية نواحي النقص لدى الأفراد، فإذا فقد الإنسان قدرته على التمتع بأي جانب من جوانب الحياة فإن هذه الأنشطة تعوضه من خلال شعوره بإمكانياته أثناء الممارسة، وهذا الأمر في غاية الأهمية بالنسبة للمعاقين حركياً، فقد تبين من دراسة رابيس وآخرون. Reis et al. (٢٠١٤) (٣٣) أن ممارسة النشاط الرياضي يؤثر إيجابياً على تقدير الذات، وعلى زيادة ثقة الفرد بقدراته، وعلى التقليل من مستويات القلق والتوتر والكآبة، مما يعني وجود تحسن كبير على صعيد الناحية النفسية والاجتماعية للفرد وبما يؤدي إلى تحسين جودة ونوعية الحياة.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة **بلال بوذينة (٢٠١٨)** (١١) التي كشفت عن فاعلية ممارسة النشاط الرياضي في إعطاء الفرص الكبيرة للارتقاء بتقدير الذات عند الأفراد المعوقين. وتتفق أيضاً مع نتائج دراسة **عادل خوجة (٢٠٠٩)** (١٩) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لأثر البرنامج الرياضي المقترح في تحسين تقدير الذات لدى فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركياً ولصالح القياس البعدي.

كما تتفق أيضاً مع نتائج دراسة **بشير العلوان (٢٠٠٦)** (١٠) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي في الأردن لصالح الحياة وتقدير الذات بين المعاقين حركياً المعاقين الممارسين للنشاط الرياضي. وتتفق أيضاً مع نتائج **إيمان الخزرجي (٢٠٠٠)** (٨) التي توصلت إلى أن التقدير الإيجابي للذات البدنية والمهارة للاعب المنتخب الوطني العراقي للمعاقين حركياً لألعاب القوى كان جيداً.

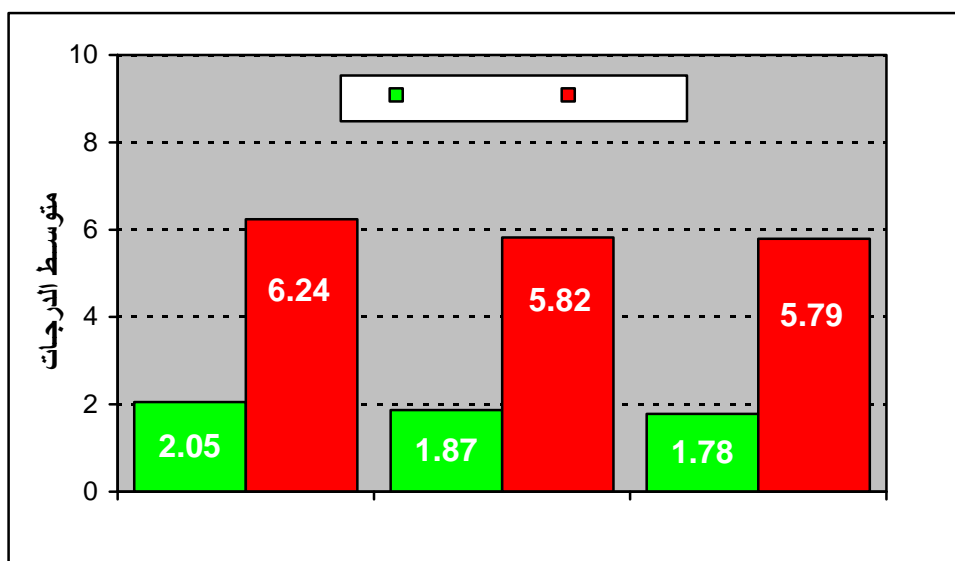
وهكذا يكون قد تحقق فرض الدراسة الأول والذي يفترض وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث من المعاقين حركياً في مستوى تقدير الذات ولصالح القياس البعدي.

جدول (٩) دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث في مستوى أداء مهارات الريشة الطائرة (ن = ٨)

المهارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الدلالات الإحصائية	
		١ م	١ ع	٢ م	٢ ع	قيمة (ت)	الدلالة
الإرسال من أعلى	الدرجة	٢,٠٥	٠,٥٩	٦,٢٤	٠,٦٢	٧,٢٨٦	دال
الضربة الأمامية	الدرجة	١,٨٧	٠,٨٨	٥,٨٢	٠,٩٤	٦,٣٦٥	دال
الضربة الخلفية	الدرجة	١,٧٨	٠,٦٩	٥,٧٩	0.82	٤,١٤٦	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٨٩٥

يتضح من جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمعاقين حركياً أفراد العينة في مستوى أداء (الإرسال من أعلى، الضربة الأمامية، الضربة الخلفية) في الريشة الطائرة ولصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥.



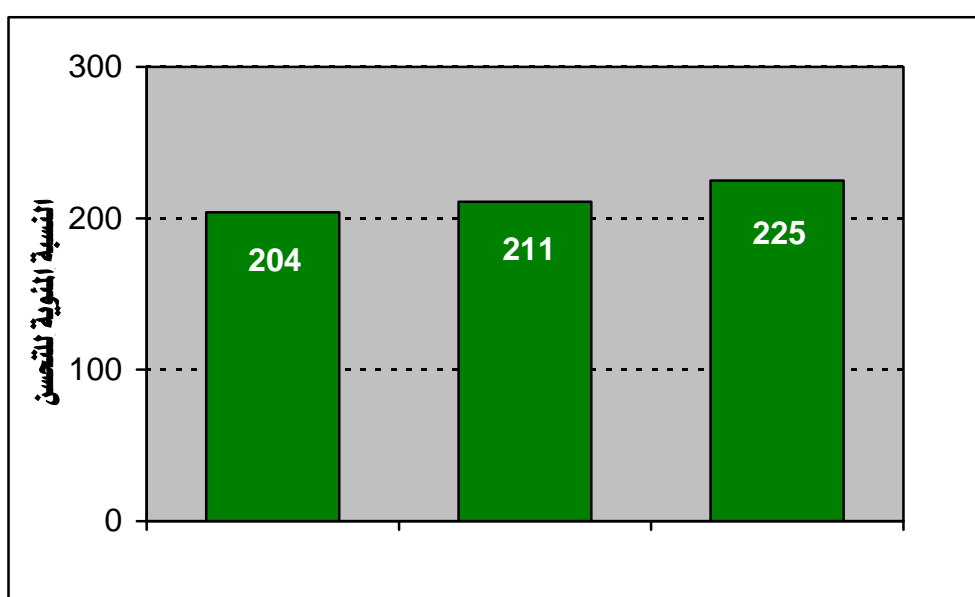
شكل (٣) متوسط درجات الأداء المهاري لمهارات الريشة الطائرة قيد البحث قبل وبعد التجربة

تأكيداً لما جاء بجدول (٩) يُظهر الرسم البياني بالشكل (٣) تحسن مستوى الأداء المهاري لأفراد عينة البحث في مهارات (الإرسال من أعلى، الضربة الأمامية، الضربة الخلفية) في الريشة الطائرة في القياس البعدي.

جدول (١٠) نسبة تحسن مستوى أداء مهارات الريشة الطائرة (فيد البحث)

المهارات	القياس البعدي	القياس القبلي	فرق المتوسطات	نسبة التحسن
الإرسال من أعلى	٦,٢٤	٢,٠٥	4.19	% 204
الضربة الأمامية	٥,٨٢	١,٨٧	3.95	% 211
الضربة الخلفية	٥,٧٩	١,٧٨	4.01	% 225

يتضح من جدول (١٠) أن نسبة تحسن مستوى الأداء المهاري لمهارات (الإرسال من أعلى، الضربة الأمامية، الضربة الخلفية) في الريشة الطائرة لدى أفراد عينة البحث قد تراوحت بين (٢٠٤%، ٢٢٥%)، وهذا ما يظهره أيضاً الشكل التالي.



شكل (٤) النسبة المئوية لتحسن مستوى الأداء المهاري لمهارات الريشة الطائرة (فيد البحث)

اتضح من جدولي (٩، ١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد العينة من المعاقين حركياً في مستوى الأداء المهاري لمجموعة الشقلبات (الإرسال من أعلى، الضربة الأمامية، الضربة الخلفية) في الريشة الطائرة ولصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥. وقد تحسن مستوى أداء مهارة الإرسال من أعلى لدى أفراد العينة من المعاقين حركياً من (٢,٠٥) درجة في القياس القبلي إلى (٦,٢٤) درجة في القياس البعدي بنسبة تحسن (٢٠٤%) في حين تحسن مستوى أداء مهارة الضربة الأمامية في الريشة الطائرة لدى أفراد العينة من (١,٨٧) درجة إلى (٥,٨٢) درجات بنسبة تحسن (٢١١%)، بينما حققت مهارة الضربة الخلفية أفضل نسبة تحسن في مستوى الأداء حيث تحسن متوسط درجات أفراد العينة من (١,٧٨) في القياس القبلي إلى (٥,٧٩)

في القياس البعدي بنسبة تحسن قدرها (٢٢٥%).

وتعزو الباحثة هذا التقدم إلى مجموعة الألعاب الصغيرة التي تم وضعها كعامل تدريبي مساعد من أجل تنمية مستوى أداء أفراد العينة من المعاقين حركياً في مهارات الريشة الطائرة (قيد البحث). حيث تشكل الألعاب الصغيرة جزء هام من النشاط التعليمي والتدريبي للمعاقين حركياً. حيث تمثل مكانة مرموقة بين مختلف الألعاب والأنشطة المتعددة، وتشكل حيزاً مهماً في التدريب على المهارات الحركية والبدنية والوظيفية وغيرها، وأصبحت من مقومات النجاح التي يحتاج إليها أي برنامج تدريبي للفئات العمرية المختلفة. حيث يمكن وضع برامج تدريبية مناسبة مستندة على الألعاب الصغيرة وبشكل مبرمج للوصول إلى أفضل النتائج في التطور وتحقيق مستوى أداء متقدم.

حيث يشير **جعفر العرجان (٢٠١٦) (١٣)** إلى أهمية ممارسة النشاط الرياضي لدى جميع الأفراد ولدى المعاقين حركياً بشكل خاص، وذلك لأن غالبيتهم أكثر عرضة للإصابة بالعديد من الأمراض المرتبطة بقلة الحركة، والإختلالات الصحية وذلك يعود إلى طبيعة النمط الحياتي لهم والذي يتميز بقلة الحركة نتيجة الجلوس الطويل، إضافة إلى بعض التأثير النفسي نتيجة لطبيعة إعاقتهم

كما بينت الدراسات **رحمن وآخرون. Rahman et al. (٢٠١٣) (٣٢)** وجود تأثير ايجابي لممارسة النشاط الرياضي للوقاية من الإصابة بتلك الأمراض إضافة إلى الدور الهام في التقليل من مضاعفاتها، كما أوضحت دراسة **هاوكينيس وآخرون. Haukenes et al. (٢٠١٤) (٣١)** فاعلية استخدام النشاط الرياضي في إعادة تأهيل المعاقين حركياً وإعادة دمجه بالمجتمع من خلال العمل على تطوير قدراتهم البدنية للأطراف أو الأعضاء غير المصابة، بما يؤدي إلى تحقيق مبدأ التعويض في القدرات البدنية والحركية فأمكن ذلك من تحسين حالات العجز للكثيرين منهم بفضل التقدم الطبي وبرامج التأهيل.

وهذا ما يتفق أيضاً مع ما توصل إليه كل من **بهاء سيد وأمانى الصفتي (٢٠٢٠) (١٢)** من أن الألعاب الصغيرة لها تأثير ايجابي على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية للتلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة.

وهكذا يكون قد تحقق فرض الدراسة الثاني والذي يفترض وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد العينة من المعاقين حركياً في تعلم مهارات (الإرسال من أعلى - الضربة الأمامية - الضربة الخلفية) في الريشة الطائرة ولصالح القياس البعدي.

ومن خلال تلك النتائج تؤكد الباحثة نجاح مجموعة الألعاب الصغيرة المقترحة والتي استخدمت كعامل تدريبي مساعد في الارتقاء بمستوى تقدير الذات ومستوى تعلم مهارات (الإرسال

من أعلى - الضربة الأمامية - الضربة الخلفية) في الريشة الطائرة لدى مجموعة المعاقين حركياً المشتركين بمركز رعاية المعاقين (قيد البحث).

وبالتالي فإن الممارسة الرياضية للأفراد المعاقين لا يقتصر تأثيرها الإيجابي على صحة الجسد العضوية، وتقليل معدلات الإصابة بالأمراض المرتبطة بقلّة الحركة، وفي تقليل معدلات الإصابة بالبدانة وما قد يرافقها من أمراض ومضاعفات صحية، بل يتعدى ذلك التأثير الإيجابي ليشمل مكونات النفس البشرية الأخرى، خاصة ما يتعلق نفسياً بمظاهر الصحة النفسية والعقلية، واجتماعياً لمساعدة الأفراد المعاقين على زيادة عمليات الدمج والتكيف البيئي والاجتماعي.

الاستخلاصات:

في حدود عينة البحث وإجراءاته ونتائجه أمكن التوصل إلى الاستخلاصات التالية:

١. أثرت مجموعة الألعاب الصغيرة تأثيراً إيجابياً على مستوى تقدير الذات لدى أفراد عينة البحث من المعاقين حركياً حيث تحسنت درجاتهن على مقياس روزنبرج لقياس تقدير الذات بنسبة (٥٥%).

٢. أثرت مجموعة الألعاب الصغيرة تأثيراً إيجابياً على مستوى تعلم مهارات (الإرسال من أعلى - الضربة الأمامية - الضربة الخلفية) في الريشة الطائرة لدى أفراد عينة البحث من المعاقين حركياً حيث ساهمت في تحسن تعلم تلك المهارات لديهم بنسب تراوحت بين (٢٠٤%، ٢٢٥%).

التوصيات:

في ضوء ما تم التوصل إليه من نتائج في هذه الدراسة توصي الباحثة كل من:

- ضرورة سن مجموعة من القوانين المنظمة لتأسيس بنية تحتية رياضية خاصة بالممارسة الرياضية لذوي الاحتياجات الحركية الخاصة، من أجل توفير سبل الممارسة الرياضية الآمنة لهم في ضوء امكانياتهم البدنية والحركية.
- ضرورة التوسع في انشاء مراكز رعاية المعاقين.
- ضرورة تقديم برامج تدريبية مختلفة لدمج هؤلاء المعاقين.
- ضرورة الاهتمام بالمشاركة في المنافسات الرياضية المحلية والدولية الخاصة بالمعاقين،
- ضرورة الاهتمام بلعبة الريشة الطائرة كواحدة من الحلول السهلة لممارسة المعاقين للرياضة
- ضرورة اهتمام الدارسين والباحثين بإجراء المزيد من الدراسات حول رياضة المعاقين.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أسامة رياض علي (٢٠٠٠): رياضة المعاقين، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢- أسامة رياض علي (٢٠٠٥): رياضة المعاقين "الأسس الطبية والرياضية"، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٣- ألزهراء رشاد محمد (٢٠١٤): تأثير برنامج للألعاب الصغيرة على بعض التفاعلات الاجتماعية والسلوك العدواني لدى المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، ع٣٨، ج٣، كلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط.
- ٤- السيد عبد المقصود (١٩٩٧): نظريات التدريب الرياضي - تدريب وفسولوجيا القوة، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٥- السيد محمد فرحات (٢٠٠٤): سيكولوجية مبتوري الأطراف "فقدان أحد أعضاء الجسم وعلاقته ببعض سمات الشخصية"، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة
- ٦- أميمة صقر، محمد صبحي جاد الحق (٢٠٠٨): بعض المتغيرات النفسية المرتبطة بالميول المهنية لعينات من المراهقين المعوقين -جسيميا، بحث منشور ، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق
- ٧- أمين أنور الخولي (٢٠٠١): الريشة الطائرة، التاريخ، المهارات والخطط، قواعد اللعب، ط٣، دار الفكر العربي، القاهرة
- ٨- إيمان عبد الأمير الخزرجي (٢٠٠١): تأثير التدريب الرياضي اليومي على تقبل الذات لدى المعوقين بألعاب الساحة والميدان، مجلة التربية الرياضية، المجلد العاشر، العدد الثاني، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، العراق.
- ٩- بسطويسي أحمد (١٩٩٩): أسس ونظريات التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٠- بشير أحمد العلوان (٢٠٠٦): الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات: دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي للمعاقين حركياً في الأردن، رسالة دكتوراه ، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، الأردن.
- ١١- بلال بوذينة (٢٠١٩): تأثير الأنشطة البدنية والرياضية المكيفة على مستوي تقدير الذات لدى المعاقين حركياً، مجلة العلوم الإنسانية، مج٦، ع٢٤، جامعة العربي

- بن مهدي، أم البواقي، الجزائر.
- ١٢- بهاء سيد محمد، أماني محمد الصفتي (٢٠٢٠): تأثير برنامج باستخدام الألعاب الترويحية لتنمية بعض المهارات الحركية للتلاميذ ذوي الإحتياجات الخاصة، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، عدد خاص، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.
- ١٣- جعفر فارس العرجان (٢٠١٦): مستوى الوعي الصحي والتركيب الجسمي وممارسة النشاط الرياضي وصورة الجسد لدى الأفراد المعاقين حركيا بحث منشور مجلة العلوم التربوية، مج ٣٤، ٣٤، الجامعة الأردنية ، الأردن.
- ١٤- حلمي إبراهيم، وليلي السيد فرحات (١٩٩٨): التربية الرياضية والترويح للمعاقين، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ١٥- رشا رجب متولي (٢٠٠٠): الممارسة الرياضية وأثرها على بعض عناصر اللياقة البدنية ووجهة الضبط ومستوى الطموح لدى المعاقين جسمانياً، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان.
- ١٦- شايبى زيان (٢٠١٧) اثر النشاط البدني المكيف في تحسين بعض الصفات القوة ، التحمل ، السرعة لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس ، رسالة ماجستير ، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، الجزائر
- ١٧- طلحة حسين حسام الدين (١٩٩٩): الأسس الحركية والوظيفية للتدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٨- عادل محمد خوجة (٢٠٠١): تأثير ممارسة النشاط البدني والرياضي في تحقيق التكيف النفسي الاجتماعي لفئة المراهقين المعاقين حركياً، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، الجزائر.
- ١٩- عادل محمد خوجة (٢٠٠٩): أثر البرنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم ومفهوم تقدير الذات واللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، رسالة دكتوراه ، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر.
- ٢٠- عادل خوجة ، بن عمر مراد، زحاف محمد (٢٠١٨) مستوى تقدير الذات لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي ،بحث منشور ، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، الجزائر

- ٢١- عاصم محمد مرسي (٢٠٠٨): إستراتيجية مقترحة للترويج الرياضي لفئة المعاقين حركياً بمراكز المعاقين التابعة لوزارة الشباب بجمهورية مصر العربية، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
- ٢٢- عصام الدين عبد الخالق (٢٠٠٣): التدريب الرياضي، نظريات - تطبيقات، ط٩، دار المعارف، القاهرة.
- ٢٣- عمرو أحمد محمد عبد السلام (٢٠١٢): إستراتيجية لمواجهة المشكلات الفنية والإدارية لدى الرياضيين المعاقين بدنياً في جمهورية مصر العربية، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية، جامعة بورسعيد.
- ٢٤- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠١): اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٥- محمد حسون (٢٠١٤) نسبة مساهمة بعض القدرات البدنية في مستوى دقة أداء بعض المهارات الدفاعية في لعبة الكرة الطائرة جلوس حركيا ، رسالة ماجستير ، بغداد ، العراق
- ٢٦- محمد صبحي حسانين (٢٠٠٤): القياس والتقييم في التربية البدنية والرياضية ، الجزء الأول ، ط٦، دار الفكر العربي ، القاهرة.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 27- BOTTICELLO. A., ROHRBACH. T AND COBBOLD. N (2014): DISABILITY AND THE BUILT ENVIRONMENT: AN INVESTIGATION OF COMMUNITY AND NEIGHBORHOOD LAND USES AND PARTICIPATION FOR PHYSICALLY IMPAIRED ADULTS, ANNALS OF EPIDEMIOLOGY. 24 (7): 545-550.
- 28- BUFFART.M., TESSA. W., VAN DEN. R., STAM. J AND MARIJ. R (2009): PERCEIVED BARRIERS TO AND FACILITATORS OF PHYSICAL ACTIVITY IN YOUNG ADULTS WITH CHILDHOOD-ONSET PHYSICAL DISABILITIES, JOURNAL OF REHABILITATION MEDICINE, 41, (11): 881-885.
- 29- CAZENAVE. N, PEULTIER. A. S, LEFORT. G. (2006). L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE ET L'ESTIME DE SOI CHEZ LES ADOLESCENTS HANDICAPÉS : LE CAS DE LA PATHOLOGIE DU PIED BOT, SCIENCE

- DIRECT, ANNALES MÉDICO PSYCHOLOGIQUES, 166, (2008) 789–793, <http://france.elsevier.com/direct/AMEPSY/>.
- 30– HAMZA. S., SELMI. W AND HERMASSI. S (2013): RELATIONSHIP BETWEEN ANTHROPOMETRIC PARAMETERS AND PHYSICAL SELFESTEEM INOVERALL MOTOR DISABILITY AMONG PRACTITIONERS A PHYSICAL ACTIVITY, INTERNATIONAL JOURNAL OF SCIENTIFIC AND RESEARCH PUBLICATIONS, 3 (8):. 1–5.
- 31– HAUKENES. I., ERLEND. H., TROND. R AND GRETHE. S (2014): PHYSICAL HEALTH–RELATED QUALITY OF LIFE PREDICTS DISABILITY PENSION DUE TO MUSCULOSKELETAL DISORDERS: SEVEN YEARS FOLLOW–UP OF THE HORDALAND HEALTH STUDY COHORT, BMC PUBLIC HEALTH, 167 (14): 1–9.
- 32– RAHMAN. S., SVETLANA. S., KIRSTI. H., RISTO. T., XIAOLIN .Y., JORMA. V., OLLI. T AND EIRA V (2013): THE ROLE OF OBESITY AND PHYSICAL ACTIVITY IN NON–SPECIFIC AND RADIATING LOW BACK PAIN: THE YOUNG FINNS STUDY, SEMINARS IN ARTHRITIS AND RHEUMATISM, 42 (6): 640–650.
- 33– REIS, R. S.; HINO, A. AKIRA.; CRUZ, DANIELLE. K.; ESPIRIDÃO. DA . LOURIVAL.; CARVALHO. MALTA.; DOMINGUES. MARLOS. R.; HALLAL, PEDRO (2014): PROMOTING PHYSICAL ACTIVITY AND QUALITY OF LIFE IN VITORIA, BRAZIL: EVALUATION OF THE EXERCISE ORIENTATION SERVICE (EOS) PROGRAM, JOURNAL OF PHYSICAL ACTIVITY & HEALTH, 11 (1): 38–44.
- 34– TERI, R. BLAKE, JAMES, O. RUST. (2000). SELF– ESTEEM AND SELF – EFFICACY OF COLLEGE STUDENTS WITH DISABILITIES, BRITISH JOURNAL OF PSYCHIATRY, VOL, 15, PP 476 – 488.

ملخص البحث

تأثير استخدام الألعاب الصغيرة على تقدير الذات وتعلم بعض مهارات الريشة الطائرة لدى المعاقين حركياً

د. صفية جزر العجمي

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على تأثير استخدام برنامج ألعاب صغيرة على تقدير الذات وتعلم بعض مهارات الريشة الطائرة (الإرسال من أعلى - الضربة الأمامية - الضربة الخلفية) لدى المعاقين حركياً وتكونت عينة البحث من (٨) ثمانية معاق حركياً كمجموعة تجريبية واحدة. تم تحليل البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS (الإصدار ٢٢). استخدمت الباحثة المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة واتباع القياسات القبليّة والبعديّة لهذه المجموعة. وأشارت أهم النتائج إلى أن مجموعة الألعاب الصغيرة أثرت تأثيراً إيجابياً على مستوى تقدير الذات لدى أفراد عينة البحث من المعاقين حركياً حيث تحسنت درجاتهن على مقياس روزنبرج لقياس تقدير الذات بنسبة (٥٥%). كما أثرت مجموعة الألعاب الصغيرة تأثيراً إيجابياً على مستوى تعلم مهارات (الإرسال من أعلى - الضربة الأمامية - الضربة الخلفية) في الريشة الطائرة لدى أفراد عينة البحث من المعاقين حركياً حيث ساهمت في تحسن تعلم تلك المهارات لديهم بنسب تراوحت بين (٢٠٤%، ٢٢٥%).

Abstract

The effect of using small games program on self-esteem and learning some badminton skills among the physically disabled

Dr Safieh juzur Alagamy

The current research aims to identify the effect of using a small game program on self-esteem and learning some badminton skills (serving from the top – the front kick – the back kick) among the physically disabled, and the research sample consisted of (8) eight physically disabled as one experimental group. Data were analyzed using the SPSS statistical software (version 22). The researcher used the experimental method due to its relevance to the nature of the research by using the experimental design for one experimental group and by following the pre and post measurements for this group. The most important results indicated that the group of small games had a positive impact on the level of self-esteem of the physically challenged members of the research sample, as their scores on the Rosenberg scale for self-esteem improved by (55%). The group of small games had a positive impact on the level of learning the skills (transmission from the top – the forehand strike – the backhand) in badminton among the physically challenged members of the research sample, as it contributed to the improvement of their learning of those skills at rates ranging between (204%, 225%).