

تأثير العروض الرياضية علي بعض الصفات البدنية لدهي التلاميذ والتلميذات الصم والبكم

د. ناهد محمد علي

المقدمة :

لقد أخطأ الناس في فهم طبيعة فئة الصم والبكم واعتبروها فئة غير قابلة للحياة الاجتماعية بالرغم من أنهم أحوج الفئات إلي البحث والدراسة والتأثير عليها بالأساليب المختلفة التي تؤدي الي تكييفهم مع المجتمع ، من هذه الأساليب ممارسة النشاط الرياضي بأنواعه المتعددة حتي يعطيهم القدرة علي الاحساس بالأمن والاستقرار بين المجتمع . وبما أن فئة الصم والبكم تحتاج إلي شئ من الرعاية من جميع النواحي سواء الاجتماعية ، النفسية ، البدنية ، الجسمية والعقلية . لذا يجب علي كثير من الدارسين مساعدة هذه الفئة المحتاجة إلي كل ما يجعلها تتساوي مع باقي أفراد المجتمع .

والنشاط الرياضي متنوع ومتعدد ولكل نشاط خصائصه البدنية والنفسية التي ينفرد ويتميز بها عن غيره من أنواع الأنشطة الرياضية الأخرى من ناحية مكوناته وطبيعة مهاراته الحركية والقدرات الخططية والعمليات العقلية التي يتميز بها عن باقي الأنشطة الأخرى .

أ.م.د. قسم التمرينات والجمباز - كلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق

وتعتبر العروض الرياضية من الأنشطة الرياضية التي تتميز بالشمول لعناصر الحركة الأساسية المختلفة مثل المشي ، الجري ، الدوران والحجل وغيره ، كما تتيح للمشاركين اظهار مدي توافقهم في الحركة ومدي مرونتهم بجانب التوافق التام بين الحركة وعمل أعضاء الجسم الداخلية . (٦ : ٢٧٦) .

وكذلك تعمل العروض علي اكتساب المشتركين مختلف السمات والصفات الخلقية الجيدة والروح الاجتماعية الناتجة عن الطابع الاساسي للتدريب الجماعي والتعاون بين جميع المشتركين أثناء اداء التدريب بشكل واضح ، كما ان لها دورا فعلا في خلق المواطن الصالح والتربية الشاملة والارتقاء بالمستوي الفني للفرد وتطوير العمل والوصول الي المستويات الرياضية العليا . (٦ : ٢٧٧) .

كما تساعد العروض علي اكساب التقدم في الأداء والارتفاع بمستوي اللياقة البدنية والارتقاء بالمستوي المهاري والحركي للمشاركين في هذه العروض . وتؤدي العروض الرياضية علي عدة مستويات مختلفة فهي تؤدي في المدرسة ، في النادي ، في المصنع ، في مراكز الشباب وايضا علي المستوي القومي والمستوي العالمي .

ولما كانت فئة الصم والبكم من الفئات الخاصة التي تختلف برامج الأنشطة الرياضية التي تعطي لها عن برامج الأسوياء الا في طريقة التعليم والتدريب والتدريس وكذلك في الزمن المحدد لكل برنامج ، ذلك لأن فقد السمع الذي يمنع الاتصال بالآخرين يمثل عاملا مؤثرا في التعليم بالاضافة الي ان الاطفال الصم عندهم ضعف في ميكانيكا الجسم ، لذلك يجب الاهتمام ببرامج الأنشطة في المراحل الأولى من المدرسة وأن تكون هذه البرامج من النوع الذي يساعد علي نمو المهارات الأساسية الحركية ونمو المهارات الاجتماعية (١٦ : ٢٢٩) .

ولهذا يجب العمل علي اعداد المدرسين العاملين مع فئة الصم والبكم اعدادا شاملاً بما يكفل تفهمهم الكامل لطبيعة هذه الفئة والطرق المختلفة في التعامل معهم وأفضل الطرق التي تستخدم في تعليمهم .

ويوضح " أدامز Adams " أن تعليم المهارات الحركية الأساسية للطفل الأصم له قدرة علي اعطائه فرصة أو طريقة للتعبير عن نفسه وتنمية قدراته (١٣ : ٢٧) .

والمحتمل جدا ان يصاب الأطفال المعاقين سمعيا بضعف في مكونات الاداء الحركي والمهارات الحركية بالمقارنة بأقرانهم الاسوياء ، وذلك يكون نتيجة لعدم انسجامهم وتجنبهم الاشتراك في اللعب من ناحية ومن ناحية أخرى ضعفهم في التوازن ، والتوافق الحركي والدقة لافتقادهم العنصر الصوتي في معاملات التوجيه ، وقد لوحظ أن الطفل الضعيف السمع وخاصة اصحاب الإصابة في أذن واحدة غالباً ما يصابون بالعيوب القوامية الجانبية نتيجة الميل الدائم لجهة معينة

، لهذا يجب الاعتماد علي البرامج الحركية في سبيل مزيد من سيطرة المعوق علي أعضاء جسمه والتحكم فيه وادارته بكفاءة (١٢ : ٢٨) .

وقد ذكر كثير من العلماء ان هذه الفئة تعاني من سوء التوافق الاجتماعي وأن الأطفال الصم يبتعدون عن اللعب وخاصة بعد سن الخامسة مع أقرانهم الأسوياء ، لهذا يجب الاهتمام بهذه الفئة وممارسة أنواع مختلفة من التمرينات تساعدهم علي ان يمارسوا حياتهم العامة والخاصة بطريقة سليمة .

من هنا رأأت الباحثة ان تتعرف علي تأثير إشراك التلاميذ الصم والبكم في العروض الرياضية ومدى التحسن الذي سيطرأ علي بعض الصفات البدنية نتيجة اشتراكهم في العروض الرياضية .

الدراسات السابقة :

أولا : الدراسات العربية :

١- دراسات أجريت علي العروض الرياضية :

أجري يحيي محمد صالح ١٩٨٤ (١٢) دراسة تهدف الي محاولة التعرف علي تأثير العروض الرياضية علي مستوي التحصيل الحركي لطلبة كلية التربية الرياضية وقد أجريت الدراسة علي ٦٢ طالبا تراوحت اعمارهم من (١٩ الي ٢١ عام) تم تقسيمهم الي مجموعتين احدهما تجريبية وهي التي اشتركت في التدريب علي برنامج العرض الرياضي الذي أعده الباحث والأخري ضابطة لم تشترك في التدريب ، وقد استمر التدريب لمدة عشرة أسابيع بواقع أربع مرات تدريب أسبوعيا .

وقد اسفرت نتائج البحث علي ان الاشتراك في العروض الرياضية يؤثر تأثيرا ايجابيا علي التحصيل الحركي في مادة التمرينات والجمباز وكرة السلة والعب القوي .

أجري منير سامي ١٩٨٤ (١١) دراسة بهدف التعرف علي أثر العروض الرياضية والقدرة الحركية علي مستوي الأداء في التمرينات وقد شملت العينة ١٢٠ طالبا ولقد تم تقسيم العينة الي ثلاثة مجموعات الأولي : تجريبية واشتركت في العرض الرياضي ، والثانية : استخدم معها القدرة الحركية ، والثالثة : (الضابطة) وقد استخدم فيها طريقة التدريس التقليدي أسفرت نتائج الدراسة علي فاعلية العروض في رفع مستوي الأداء الحركي في التمرينات .

أجرت كوثر رواش ١٩٨٧ (٨) دراسة هدفها التعرف علي أثر الاشتراك في

بطولات العروض الرياضية للتمرينات علي بعض التغيرات الوجدانية لتلميذات المرحلة الاعدادية وقد اشتملت عينة البحث علي ١٠٠ تلميذة تتراوح أعمارهن من (١٢:١٥ عاما) حيث طبقت عليهن اختبارات الاضطرابات الوجدانية . وقد أظهرت نتائج البحث أن الاشتراك في العروض الرياضية للتمرينات لها تأثير إيجابي علي الانفعالات لدي التلميذات مما يؤثر علي التوافق العضلي العصبي كما أن لها تأثيرا علي ميول التلاميذ و اظهار مدي مهاراتهم وقدراتهم البدنية .

ب- دراسات أجريت علي الصم والبكم :

أجرت فضيلة سري ١٩٨٢ (٧) دراسة هدفها المقارنة بين التوازن الثابت عند الاسوياء والصم والمكفوفين من سن ٩ إلي ١٢ سنة وقد تكونت عينة البحث من ثلاثة مجموعات المجموعة الأولى تكونت من ٤١ تلميذا أصم وأبكم ، المجموعة الثانية من ٤٨ تلميذا من المكفوفين ، المجموعة الثالثة ٨٤ تلميذا من الأسوياء ، واستخدمت الباحثة اختبار فليشمان للتوازن الثابت ، وقد أظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين البنين والبنات الأسوياء والصم والبكم وكذلك وجود فروق دالة احصائيا بين الاسوياء والمكفوفين وبالتالي وجود فروق بين المكفوفين والصم والبكم .

أجري جمال الجمسي ١٩٨٣ (٤) دراسة هدفها التعرف علي تأثير برنامج مقترح لرفع مستوي اللياقة البدنية لدي الصم والبكم ، ولقد تكونت عينة الدراسة من ٤٠ تلميذا تتراوح أعمارهم ما بين (١٢ : ١٥ عاما) قسمهم الي مجموعتين احدهما تجريبية طبق عليها البرنامج والثانية ضابطة لم يطبق عليها البرنامج ، واستخدم لجمع بياناته مجموعة من اختبارات اللياقة البدنية ، وقد أظهرت نتائج البحث أن للبرنامج تأثير إيجابي علي عناصر اللياقة البدنية قيد البحث .

أجرت سهير المهندس ١٩٩٠ (٥) دراسة بهدف وضع برنامج تربوية حركية ومعرفة تأثيره علي الرضا الحركي وبعض مكونات الأداء الحركي للتلاميذ والتلميذات ضعاف السمع وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين احدهما تجريبية عددها (٢٨ تلميذاً وتلميذة) طبق عليها البرنامج والثانية ضابطة عددها (٢٧ تلميذاً وتلميذة) ، والتي لم يطبق عليها البرنامج . وقد تم التجانس بين مجموعتي البحث وقد استخدمت مقياس تينر للرضا الحركي ، ومجموعة من اختبارات اللياقة الحركية ، وكذلك برنامج للتربية الحركية من تصميم الباحثة ، وقد أسفرت نتائج البحث علي أن لبرنامج التربية الحركية تأثيراً إيجابياً علي كل من الرضا الحركي وصفات اللياقة البدنية للتلاميذ والتلميذات الصم والبكم .

أجرت أمال محمد فوزي ١٩٩٠ (٢) دراسة بهدف وضع برنامج تروحي رياضي ومعرفة تأثيره علي بعض النواحي البدنية والنفسية لتلميذات الصم والبكم ،

وقد شملت عينة الدراسة (١٤٢) تلميذة من تلميذات الصم والبكم بمعاهد القاهرة والجيزة قسمتهن الي مجموعتين ، مجموعة تجريبية طبق عليها البرنامج ومجموعة ضابطة لم يطبق عليهم البرنامج ، واستخدمت الباحثة اختبارات لقياس الصفات البدنية وقائمة فرايبورج الشخصية ، والبرنامج الترويحي المعد من قبل الباحثة وأسفرت النتائج أن البرنامج الترويحي له تأثير إيجابي علي تحسين اللياقة البدنية والسمات النفسية للتلميذات الصم والبكم .

ثانيا : الدراسات الأجنبية :

أجرت دوناك Dohatk ١٩٧٧ (١٥) دراسة تجريبية لمعرفة تأثير برنامج للتربية الحركية علي بعض مكونات اللياقة البدنية وقد شملت عينة البحث تلاميذ الصف الرابع ، ولقد استمرت التجربة ٩ أسابيع ، وقد أظهرت النتائج تفوق تلاميذ مجموعة التربية الحركية عن التلاميذ بالمجموعة التي مارست البرنامج التقليدي للتربية الرياضية في اختبارات (الرشاقة والقوة العضلية) وتفوق المجموعة التقليدية في المرونة والتحمل والقدرة .

أجري بيتر فيلد ستيفين Buther Fild Staphan ١٩٨٥ (١٤) دراسة هدفها المقارنة بين المهارات الاساسية الحركية ومهارات التوازن للأطفال الذين يعانون من الصم أو صعوبة في السمع من سن ٢ : ١٤ سنة . وقد شملت العينة ٢١٢٥ طفلا تم اختيارهم بالطريقة العمدية وقد استخدم المنهج التجريبي لهذه الدراسة واستخدمت مجموعة م اختبارات الكفاءة الحركية منها (التوازن ، التوافق) وقد اظهرت النتائج تحسن الأداء في المهارات الاساسية واختبارات التوازن والتفوق بتقدم السن لهذه العينة .

أهداف البحث :

يهدف البحث الي التعرف علي تأثير تمرينات العروض الرياضية علي بعض الصفات البدنية (الرشاقة ، التوافق ، التوازن) لكل من التلاميذ والتلميذات الصم والبكم .

فروض البحث :

- ١- تؤثر العروض الرياضية تأثيراً إيجابياً علي الصفات البدنية (الرشاقة ، التوافق ، المرونة) لعينة البحث ككل (تلاميذ وتلميذات) الصم والبكم .
- ٢- تؤثر العروض الرياضية تأثيراً إيجابياً علي الصفات البدنية (الرشاقة ، التوافق ، المرونة) لتلاميذ الصم والبكم .

٣- تؤثر العروض الرياضية تأثيراً إيجابياً علي الصفات البدنية (الرشاقة ، التوافق ، المرونة) للتلميذات الصم والبكم .

٤- توجد نسبة تحسن في الصفات البدنية (الرشاقة ، التوافق ، المرونة) بين التلاميذ والتلميذات الصم والبكم في القياس البعدي لصالح التلميذات .

إجراءات البحث :

المنهج المستخدم :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي نظام المجموعة الواحدة ذات القياس البعدي والتي تم تدريبها علي العرض الرياضي .

العينة :

اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية من تلاميذ وتلميذات معهد الصم والبكم بمدينة الزقازيق للعام الدراسي ١٩٨٩/١٩٩٠ والتي تراوحت أعمارهم ما بين (١٢ : ١٥ عاما) وقد بلغ عددهم (٤٠) أربعين تلميذا وتلميذة بواقع ٢٠ تلميذا ، ٢٠ تلميذة وذلك بعد استبعاد الحالات الآتية :

١- التلاميذ والتلميذات غير المنتظمين في الدراسة .

٢- التلاميذ والتلميذات الذين لا يمارسون التربية الرياضية .

٣- التلاميذ والتلميذات الذين تقل أو تزيد سنهم عن السن الذي حددته الباحثة .

وقد قامت الباحثة بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث في المتغيرات الآتية:

السن ، الطول ، الوزن ، مستوي الذكاء ، والجدول الآتي يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لهذه المتغيرات .

جدول (١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء لعينة البحث

في كل من السن ، الطول ، الوزن ، مستوي الذكاء (ن = ٤٠)

القياسات	م	ع	معامل الالتواء
السن / بالشهر	١٥٩	١١,٧٥٧	٢٥٥,
الطول / بالسـم	١٤٦	٧,٥٣٩	٧٩٥,
الوزن / كجم	٤٣	٩,٩٦١	٦٠٢,
الذكاء / درجة	٧٠,١	١٠,٤٥٤	٨٨٩,

يتضح من الجدول أن معاملات الالتواء لعينة البحث في السن والطول ، والوزن والذكاء قد تراوحت بين (٢٥٥ ، ٨٨٩) أي انحصرت بين +٣ ، -٣ مما يدل علي أن عينة البحث تمثل مجتمعا اعتداليا طبيعيا متجانسا في هذه القياسات .

وقد تم إجراء تجانس بين مجموعة البحث في مجموعة الصفات البدنية الآتية:

الرشاقة ، التوافق ، التوازن ، وذلك كما هو موضح بالجدول (٢) .

جدول (٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء

لعينة البحث في كل من الرشاقة ، التوافق ، التوازن

القياسات	م	ع	معامل الالتواء
الرشاقة	١١,٩٥	١,٠٧٨	١,١١٢
التوافق	١,٤٥	١,١١٦	١,٤٧٨
التوازن	١,٢١٢	١,٠٧٧	-١,٠٥٠

يتضح من الجدول أن معاملات الالتواء لعينة البحث في الرشاقة والتوازن

والتوافق قد تراوحت بين (-1.0، .، 1.478) أي انحصرت بين + 3، - 3 مما يدل على أن عينة البحث تمثل مجتمعا اعتداليا طبيعيا متجانسا في هذه القياسات .

أدوات جمع البيانات :

استخدمت الباحثة الأدوات الآتية في جمع بياناتها :

- ١- جهاز الريستاميتير لقياس الطول (بالسـم) .
- ٢- اختبار " رسم الرجل " لجودنيف وهاريس Goodenough, Haris أي اختبار " رسم الرجل " لجودنيف "Good enough" بعد تعديله من هاريس Haris وذلك نظرا لان هذا الاختبار المعدل كما ذكرت انستازي Anestazi " مرتفع من حيث كفاءته التقويمية للأطفال الذين لا يسمعون ولا يتكلمون نظرا لسهولة تطبيقه لأنه لا يتطلب مهارة لغوية في الشرح أو في التطبيق الي جانب أنه تم تطبيقه علي أفراد نفس المعهد في رسالتي الماجستير والدكتوراه للباحثة ليلى حامد صوان (١٩٩٠) كذلك تم تطبيقه علي عينات مماثلة في دراسة كل من " سهير المهندس (١٩٩٠) وبلانش سلامه متياس " (١٩٨٠) مما يدل علي صدق وثبات الاختبار في قياس السمة التي صمم من أجلها الذكاء .

٣- اختبار الجري الزجاجي لقياس " صفة الرشاقة " مرفق رقم (١)

٤- اختبار نط الحبل لقياس " صفة التوافق " مرفق رقم (١).

٥- اختبار الوقوف علي مشط القدم لقياس " صفة التوازن " (مرفق (١) .

٦- الميزان الطهي لقياس الوزن (بالكجم)

وقد توصلت الباحثة الي اختبار الاختبارات الثلاثة لقياس الصفات البدنية بعد أخذ آراء الخبراء ومراجعة المراجع العلمية المتخصصة في ذلك إلي جانب ان هذه الاختبارات تتمتع بمعاملات صدق مرتفعة كما تم تطبيقها في البيئة المصرية والعربية حيث ثبت مناسبتها للعمر الزمني لعينة البحث كما أنها لا تتطلب أدوات لتطبيقها ، وقد قامت الباحثة بإيجاد الثبات لهذه الاختبارات علي عينة من مجتمع البحث .

٧- تـمـريـنـات العـرض الـريـاضـي " المـصـمـم من قـبل الـبـاحـثـة " مرفق رقم (٢)

الدراسة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بعمل هذه الدراسة الاستطلاعية وذلك بهدف الآتي :

١- إجراء المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة للتأكد من مناسبتها لعينة البحث .

٢- مناسبة مكان التدريب لتمرينات العرض .

٣- رغبة العينة في أداء هذه التمرينات

٤- تدريب المساعدات علي كيفية تنفيذ الاختبارات وكيفية تعليم تمرينات العرض بأسلوب تعليم الصم والبكم " الاشارات والنماذج " .

٥- مدى ملاءمة التمرينات المختارة للعرض الرياضي لهذه الفئة .

٦- تحديد زمن التدريب علي العرض .

وقد أجرت الباحثة هذه الدراسة علي عينة عددها (١٠) تلاميذ وتلميذات من مجتمع الصم والبكم وذلك لحساب الثبات بواسطة اعادة الاختبار Test rerest علي أن يتم اعادة نفس الاختبارات المختارة بناء علي رأي الخبراء في هذا المجال بعد خمسة أيام من التطبيق الأول بايجاد معامل الارتباط بين القياسين .

والجدول رقم (٣) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط لهذه الاختبارات .

جدول (٣)

ثبات الاختبارات المقترحة

مستوي المعنوية	معامل الارتباط	القياس الثاني		القياس الاول		الاختبارات
		ع	م	ع	م	
٠,٠١	٠,٩٦	١,٩٦	١١,٣٧	٢,١٧	١١,٦٤	الجرى الزجاجي (الرشاقه)
٠,٠١	٠,٨٥	١,١٧	١,٦	١,٠٧	١,٤٠	نط الحبل (التوافق)
٠,٠١	٠,٩٥	١,٤٩	٢,٩٧	١,٥١	٢,٨٦	الوقوف علي مشط القدم (التوازن)

يوضح جدول (٣) معامل الارتباط بين القياس الأول والقياس الثاني للاختبارات المختارة ومنه يتضح ان جميع الاختبارات حققت معاملات ارتباط تتراوح بين ٠,٨٥ ، ٠,٩٦ ، وأنها جميعا ذالة احصائيا عند مستوي معنوي (٠,١). مما يؤكد ثبات الاختبارات .

كما قامت الباحثة بدراسة علي نفس عينة الدراسة الاستطلاعية وذلك للتأكد من مناسبة بعض ترمينات العروض علي مجتمع البحث حيث توصلت الباحثة الي النتائج التالية :

- ١- مناسبة ترمينات العروض لمجتمع البحث .
- ٢- مناسبة المكان لاقامة التدريب عليه .
- ٣- معرفة المساعدات بطريقة تعليم الصم والبكم عن طريق معرفة الاشارات.
- ٤- معالجة كل السلبيات لهذه العينة .
- ٥- تحديد الزمن المستغرق .
- ٦- تحديد المهارات التي يحتوي عليها ترمينات العرض .

الخطوات التنفيذية للبحث :

بعد اجراء الدراسات الاستطلاعية وتلاشي كل المعوقات التي يمكن ان تعترض الباحثة تم تنفيذ التجربة علي الوجه التالي :

أولا : القياس القبلي :

تم اجراء القياس علي عينة البحث في الفترة من ٢٧ يناير ١٩٩٠ حتي ٣٠ يناير ١٩٩٠ .

ثانيا : التدريب علي ترمينات العرض :

تم التدريب علي الترمينات في الفترة من ١ فبراير ١٩٩٠ حتي ٢١ مارس ١٩٩٠ بمعدل أربع مرات يوميا من الساعة الحادية عشر والنصف الي الواحدة ظهرا ، حيث امتدت كل فترة تدريب يومية الي ساعة ونصف يوميا .

وقد احتوت التمرينات علي :

- (١) تمرينات للاحماء حيث استغرقت ٥ دقائق يوميا .
- (٢) تمرينات العرض الاساسية استغرقت ٨٠ دقيقة يوميا .
- (٣) تمرينات استرخاء في نهاية كل فترة ، وقد استغرقت ٥ دقائق يوميا . وكذلك امتدت إلي ٧ اسابيع تدريب .

وقد روعيت بعض الأسس عند تنفيذ تمرينات العرض :

- ١- تمرينات تعمل علي تنمية الجسم بطريقة شاملة .
- ٢- مناسبة التمرينات لسن وقدرات العينة (الصم والبكم) .
- ٣- التدرج من السهل الي الصعب .
- ٤- الاهتمام بالتمرينات التي تخدم مجموعات عضلية كبيرة او صغيرة .

ثالثا : القياس البعدي :

تم اجراء القياسات البعدية لجميع متغيرات البحث في الفترة من ٢٢ مارس ١٩٩٠ الي ٢٥ مارس ١٩٩٠ .

عرض النتائج ومناقشتها :

الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية لعينة البحث منفردة ومجمعة في متغيرات البحث المختلفة (الرشاقة - التوافق - التوازن) .

جدول (٤)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعديّة في الصفات البدنيّة

(قيد البحث) لأفراد العينة الكلية (ن = ٤٠)

الدلالة	قيمة ت	الفروق	البعدي		القبلي		القياس
			ع	م	ع	م	
دال	٨,٤٠	٢,٣١-	١,٣٤	٩,٦٤	١,٠٧٨	١١,٩٥	الرشاقة
دال	٥,٢٠	١,٥٥	١,٥٠	٣,٠٠	١,١١	١,٤٥	التوافق
دال	٤,٥٩٥	١,٢٥	١,٣١	٢,٤٦	١,٠٧	١,٢١	التوازن

ت الجدوليّه = (٢,٠٠) عند مستوي دالة احصائية (٠,٠٥) .

يتضح من الجدول وجود فروق دالة احصائيا ، لصالح القياسات البعديه لعينة البحث في (الرشاقة ، والتوافق ، والتوازن) .

جدول (٥)

دلالة الفروق للقياسات القبليّة بين التلميذات والتلاميذ

في الصفات البدنيّة (قيد البحث)

الدلالة	قيمة ت	الفروق	التلاميذ (٢٠)		التلميذات (٢٠)		القياس
			ع	م	ع	م	
غير دال	٠,١٦-	٠,٠٦-	٠,٩٦	١١,٩٨	١,٢٠	١١,٩٢	الرشاقة
غير دال	٠,٢٦	٠,١٠	١,٢٣	١,٤٠	١,٠٥	١,٥٠	التوافق
غير دال	٠,٣٥	٠,١٢	١,٢٦	١,١٥	٠,٩١	١,٢٧	التوازن

ت الجدوليّه = (٢,٠٣) عند مستوي (٠,٠٥) .

يتضح من الجدول عدم وجود فروق دالة احصائيا بين التلاميذ والتلميذات في القياسات القبليّة للصفات البدنيّة (قيد البحث) .

جدول (٦)

دلالة الفروق للقياسات البعدية بين التلميذات والتلاميذ
في الصفات البدنية (قيد البحث)

الدلالة	قيمة ت	الفروق	البعدي		القبلي		القياس
			ع	م	ع	م	
دال	٨,٤٠	٢,٣١-	١,٣٤	٩,٦٤	١,٠٧٨	١١,٩٥	الرشاقة
دال	٥,٢٠	١,٥٥	١,٥٠	٣,٠٠	١,١١	١,٤٥	التوافق
دال	٤,٥٩٥	١,٢٥	١,٣١	٢,٤٦	١,٠٧	١,٢١	التوازن

يتضح من الجدول عدم وجود فروق دالة احصائيا بين التلاميذ والتلميذات في القياسات البعدية للصفات البدنية (قيد البحث) .

جدول (٧)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعدية في الصفات
البدنية للتلميذات (ن = ٢٠)

الدلالة	قيمة ت	الفروق	التلاميذ (٢٠)		التلميذات (٢٠)		القياس
			ع	م	ع	م	
غير دال	٠,١٦-	٠,٠٦-	٠,٩٦	١١,٩٨	١,٢٠	١١,٩٢	الرشاقة
غير دال	٠,٢٦	٠,١٠	١,٢٣	١,٤٠	١,٠٥	١,٥٠	التوافق
غير دال	٠,٣٥	٠,١٢	١,٢٦	١,١٥	٠,٩١	١,٢٧	التوازن

ت الجدولية = (٢,٠٣) عند مستوي معنوية (٠,٠٥) .

يتضح من الجدول وجود فروق دالة احصائيا لصالح القياسات البعدية عن القبليّة للتلميذات في جميع الصفات البدنية (قيد البحث) .

جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعديّة في

الصفات البدنيّة للتلاميذ (ن = ٢٠)

الدلالة	قيمة ت	الفروق	البعدي		القبلي		القياسات
			ع	م	ع	م	
دال	٥,٩٣-	٢,٢٩-	١,٣٨	٩,٦٩	٠,٩٦	١١,٩٨	الرشاقة
دال	٣,١١	١,٤٥	١,٥٢	٢,٨٥	١,٢٣	١,٤٠	التوافق
دال	٣,١٦	١,٤٠	١,٤٥	٢,٥٥	١,٢٦	١,١٥	التوازن

ت الجدولية = (٢,٠٣) عند مستوي (٠,٠٥).

يتضح من الجدول وجود فروق دالة احصائيا لصالح القياسات البعديّة عن القبليّة للتلاميذ في جميع الصفات البعديّة (قيد البحث) .

جدول (٩)

النسب المئوية لمعدلات تغير القياسات البعديّة عن القبليّة

في الصفات البدنيّة (قيد البحث) لأفراد

العينة الكلية (ن = ٤٠)

القياسات	قبلي	بعدي	% معدل التغير
الرشاقة	١١,٩٥	٩,٦٤	١٩,٣٣-
التوافق	١,٤٥	٣,٠٠	١٠٦,٨٩
التوازن	١,٣١	٢,٤٦	١٠٣,٤٧

يتضح من الجدول النسب المئوية لمعدلات تغير القياسات البعديّة القبليّة لعينة البحث في الصفات البدنيّة (قيد البحث) ، والتي تشير الي تحسنها في قياسها البعدي عن القبلي في جميع الصفات وتراحت نسبة التحسن من (١٩,٣٣-) إلي (١٠٦,٨٩) .

جدول (١٠)

النسب المئوية لمعدلات تغير القياسات البعدية عن القبلية
في الصفات البدنية للتلاميذ والتلميذات

القياسات	التلميذات (٢٠)			التلاميذ (٢٠)		
	قبلي	بعدي	% التغير	قبلي	بعدي	% التغير
الرشاقة	١١,٩٢	٩,٥٩	-١٩,٥٤	١١,٩٨	٩,٦٩	-١٩,١١
التوافق	١,٥٠	٣,١٥	١١٠,٠٠	١,٤٠	٢,٨٥	١٠٣,٥٧
التوازن	١,٢٧	٢,٣٧	٨٦,٢٧	١,١٥	١,٤٥	٢٦,٨٦

يتضح من الجدول ان النسب المئوية لمعدلات تحسن القياسات البعدية عن القبلية لمجموعة التلميذات اكثر منها لمجموعة التلاميذ وتراوحت معدلات التحسن للتلميذات بين (-١٩,٥٤% ، ١١٠,٠٠%) بينما تراوحت معدلات التحسن للتلاميذ بين (-١٩,١١% ، ١٠٣,٥٧%) .

تفسير النتائج :

يتضح من الجدول رقم (٤) وجود فروق دالة احصائيا لصالح القياس البعدي في المتغيرات البدنية (رشاقة ، توافق ، توازن) لعينة البحث ككل (تلاميذ وتلميذات معا) وذلك نتيجة لتأثير تمرينات العرض الرياضي المقدمة من قبل الباحثة ، وتتفق مع دراسة يحيى صالح (١٩٨٤) ان الاشتراك في العروض الرياضية يؤثر تأثيرا ايجابيا علي المستوي البدني للطلبة وكذلك دراسة منير سامي أدت الي ان تمرينات العروض تعمل علي رفع مستوي الاداء الحركي في التمرينات حيث شملت جميع عناصر اللياقة البدنية .

وفي الجدولين (٦.٥) دلت النتائج علي عدم وجود فروق دالة احصائيا بين التلاميذ والتلميذات في القياسات القبلية للصفات البدنية قيد البحث (الرشاقة والتوافق ، والتوازن) وكذلك عدم وجود فروق في القياسات البعدية بين التلاميذ والتلميذات ، ويوضح الجدولان (٨.٧) وجود فروق دالة احصائيا لمجموعة التلاميذ بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي وكذلك لمجموعة التلميذات وجود فروق لصالح القياس البعدي عن القبلي وهذا يوضح تأثير التمرينات المقترحة علي مستوي التلاميذ والتلميذات الصم والبكم ، وقد اتفقت في هذا دراسة أمل محمد فوزي (١٩٩٠) لمدي تأثير البرنامج التدريبي علي تحسين اللياقة البدنية ، وكذلك دراسة سهير المهندس (١٩٩٠) حيث اثبتت النتائج علي مدى

أهمية البرامج المختلفة ومنها التمرينات علي ارتفاع مستوي اللياقة البدنية لهؤلاء التلاميذ والتلميذات الصم والبكم .

وفي دراسة جمال الجمسي (١٩٨٣) اتضح ان استخدام برامج اللياقة البدنية وما تشمله من تمرينات مختلفة تحتوي علي جميع عناصر الصفات البدنية (رشاقة ، توازن ، مرونة ، توافق) تؤدي إلي ارتفاع مستوي عناصر اللياقة البدنية لعينة الصم والبكم وهذا يعطي مؤشرا علي مدي اهتمام الباحثين بهذه الفئة حيث التدريب علي تمرينات العروض في هذه الدراسة يؤدي الي تحسين الناحية البدنية وذلك يتمثل في مستوي اللياقة والتوافق العضلي العصبي والتوازن الثابت وبهذا يتحقق هدف البحث بالنسبة لتأثير تمرينات العرض علي بعض الصفات البدنية المختارة .

ومن نتائج البحث ايضا اتضح وجود فروق دالة احصائيا في الصفات البدنية المختارة نتيجة لممارسة تمرينات العرض الرياضي ، وهذا يتفق مع دوناك (١٩٧٧) حيث أثبت بالتجربة ان التدريب الحركي يؤثر تأثيرا إيجابيا علي مكونات الصفات البدنية .

وكما اتفقت هذه الدراسة مع خيلو ستيفن (١٩٨٥) ان التدريب علي المهارات الاساسية الحركية تؤثر تأثيرا ايجابيا علي بعض عناصر اللياقة البدنية وخاصة (التوازن ، التوافق) .

وكما يوضح الجداول رقم (٩ ، ١٠) ان هناك نسبة تغير للقياسات البعدية عن القبلي لعينة البحث ككل في الصفات البدنية (رشاقة ، توافق ، توازن) والتلاميذ والتلميذات معا وهذا يشير إلي تحسن العينة في القياس البعدي عن القبلي في جميع الصفات البدنية .

وكما تشير النتائج ايضا الي ان معدلات التحسن في القياسات البعدية بين التلاميذ والتلميذات كما في الجدول (١٠) كانت لصالح التلميذات أكثر من التلاميذ .

وتعزو الباحثة وجود الفروق الاحصائية نتيجة للاشتراك في العروض الرياضية الموضوعه مما يؤدي الي إيجاد التناسق بين الحركات المختلفة وكذلك زيادة التوافق العضلي .

وكما تشير النتائج ايضا أن الاشتراك في العروض الرياضية له أهمية في زيادة عامل التشويق والاحساس بالبهجة والسرور وتحقيق الذات وخاصة لهذه العينة التي تحتاج الي المزيد من الرعاية في جميع مجالات الحياة وخاصة ممارسة

الانشطة الرياضية والترويحية فهي الاساس لايجاد نوع من التعاون والالفة واشباع رغباتهم والبعد عن العدوانية والانفعالات وذلك بناء علي الابحاث والمراجع السابقة .

مما سبق يتبين ان الاشتراك في العروض الرياضية له تأثير ايجابي علي الصفات البدنية المختلفة (الرشاقة ، التوافق ، المرونه) وهذا التأثير يختلف من التلاميذ عن التلميذات .

استخلاصات البحث :

- ١- توجد فروق دالة احصائيا بين التلاميذ والتلميذات (عينة البحث) في الصفات البدنية (رشاقة ، توافق ، توازن) لصالح التلميذات .
- ٢- توجد فروق بين القياسات القبليه والبعديه للتلاميذ والتلميذات الصم والبكم في الصفات البدنية (رشاقة ، توافق ، توازن) .
- ٣- اشارت النتائج الي مدي تحسن مجموعة البحث في القياس البعدي عن القبلي في الصفات البدنية نتيجة للتمرينات المستخدمة في العرض الرياضي .
- ٤- يؤدي الاشتراك في العروض الرياضية الي تأثير ايجابي علي النواحي البدنية من رشاقة ، توافق ، توازن .

التوصيات :

- ١- استخدام تمارينات العروض الرياضية الموضوعه يعمل علي رفع مستوي اللياقة البدنية لهذه الفئة من الصم والبكم وخاصة (الرشاقة ، التوافق ، التوازن) .
- ٢- ادخال تمارينات الادوات علي هذه العينة يعطي نوعاً من اللياقة والترويح لجميع مراحل السن المختلفة .
- ٣- اجراء بحوث مشابهة لمعرفة اثر الاشتراك في العروض الرياضية علي مختلف عناصر اللياقة البدنية الاخرى وعلاقتها من الناحية النفسية والصحية لمراحل السن المختلفة .

المراجع العربية :

- (١) أحمد أمين فوزي : سيكولوجية التعليم للمهارات الحركية الرياضية ، دار المعارف ، ١٩٨٠ .
- (٢) أمال محمد فوزي : تأثير برنامج تروحي رياضي علي بعض النواحي البدنية والنفسية للصم والبكم ، انتاج علمي .
- (٣) بلانش سلامة متياس : مقارنة بين أثر التغذية المرتدة البصرية عند الاسوياء وعند الصم والبكم في تعليم بعض المهارات الحركية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٠ .
- (٤) جمال السيد الجمسي : أثر برنامج مقترح لرفع مستوي اللياقة البدنية لدي الصم والبكم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين القاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٢ .
- (٥) سهير مصطفى المهندس : تأثير برنامج تربية حركية مقترح علي الرضا الحركي وبعض مكونات الاداء الحركي لدي التلاميذ والتلميذات ضعاف السمع ، انتاج علمي منشور بالجلد الثاني ، المؤتمر العلمي الأول بكلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٠ .
- (٦) عطيات محمد خطاب : التمرينات للبنات ، الطبعة الرابعة ، دار المعارف القاهرة ، ١٩٧٨ .
- (٧) فضيلة سري : مقارنة بين التوازن الثابت عند الاسوياء والصم والمكفوفين من (٩ - ١٣ سنه) انتاج علمي ، منشور بالعدد السادس ، مجلة كلية التربية بجامعة عين شمس القاهرة ، ١٩٨٢ .
- (٨) كوثر رواش : أثر الاشتراك في بطولات العروض الرياضية للتمرينات علي بعض التغيرات الوجدانية لتلاميذ المرحلة الاعدادية ، انتاج علمي ، منشور بالجلد الرابع ، مؤتمر كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨٩ .

(٩) ليلي حامد صوان : أثر استخدام بعض الوسائل البصرية علي تحسين حصيلة الجزء التعليمي والتطبيقي لكرة الطائرة في المنهاج المطور لدي التلاميذ الصم والبكم ، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ١٩٨٦ ،

(١٠) _____ : تأثير برنامج العاب صغيرة علي بعض الاضطرابات السلوكية للتلاميذ الصم والبكم . رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٠ .

(١١) منير سامي رجائي : أثر العروض الرياضية والقدرة الحركية علي مستوي الاداء في التمرينات ، انتاج علمي ، منشور بالجلد الرابع ، مؤتمر كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨٤ .

(١٢) يحيي محمد صالح : تأثير العروض الرياضية علي التحصيل الحركي لطلبة كلية التربية الرياضية للبنين ، انتاج علمي منشور بالجلد الرابع مؤتمر كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨٤ .

المراجع الاجنبيه :

13- Adams, RF.and others: Games sports and Exercices of the physically Handicapped2nd, lea Febiger, philadelphia,1946.

14- Butter Field, S.A.A Comparison of fundamente! Motor and Balance skills of Deaf and Hard of Hearing children Ages three through fourteen D.A International Vol,45, N.,07 Junwary.1985.

15- Donath, D.W, A. Comparison of commond Melhood and movement Education developing the physical Fitness of elementary children. D.A.I Vol,8.1977.

16- Meryhelen V. Physical Activities for the Handicapped prentice Hall: INC. Engle woode cliff, New Jersey.