

تأثير برنامج للتمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى لتنمية السرعة الانتقالية للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية

أ.م.د/ وسام شوقي زكي أحمد

أستاذ مساعد دكتور بقسم تدريب الرياضات الأساسية

كلية علوم الرياضة للبنين - جامعة حلوان

د/ محمد رمضان صديق

مدرس مادة بقسم التربية الرياضية المعدلة

كلية علوم الرياضة للبنين - جامعة حلوان

الباحث/ وليد محمد عبدربه محمد

Doi: 10.21608/jsbsh.2025.345823.2907

المقدمة :-

إن التمرينات البدنية تعد أصلاً لكل الحركات و أساساً لكل النواحي الرياضية ، لأنها تحقق أغراضاً خاصة بجانب تحقيقها للأغراض العامة للتربية الرياضية وهي أساس لأي برنامج تدريبي في مختلف المجالات الرياضية ، والتمرينات البدنية من أكثر الأنشطة أماناً وبعداً للفرد عما قد تسببه ألعاب أخرى ، كما أنها لا تحتاج إلي إمكانات وأدوات خاصة لتأديتها . (١٠ : ٢٢)

وللتمرينات البدنية أشكالاً عديدة أكثر تطوراً وتخصصاً ، فالتمرينات الفنية الإيقاعية يتعامل فيها الجسم البشري مع القوانين الطبيعية و الميكانيكية و الفسيولوجية و النفسية و التربوية في أعلى صورها وهذا يعنى ارتباط التمرينات الفنية الإيقاعية بالعلوم التطبيقية المختلفة من جانب ، أما الجانب الجوهري الآخر فهو الترابط والتناغم بين الإبداع الحركي والإبداع الموسيقي حيث تعتبر الموسيقى أحد المثيرات التي تكسب دوراً هاماً في فاعلية الأداء الحركي كما تعمل على نمو القدرات الإبداعية والأحاسيس الذاتية داخل الفرد . (١٥)

وأكدت "سامية الهجرسي" (٢٠٠٤) علي أن الترابط و التناغم بين الإبداع الحركي و الإبداع الموسيقي ، إذا تعتبر الموسيقي أحد المثيرات التي تكسب دوراً هاماً في فاعلية الأداء الحركي ، وقد أشار "صلاح سليمان" (٢٠١٧) نقلاً عن "بتهوفن" ، فللموسيقى تأثير كبير على الحركة وتحسين الأداء وتأخير ظهور التعب كما تساعد على إنسيابية الحركة ، علي أهمية الموسيقي إذا تؤثر تأثير كبير علي الحركة وتحسين الأداء وتأخير ظهور التعب . (٣ : ٦) ، (٤ : ١٠٢)

ويشير محمد بني ملحم (٢٠٠٦) الى أن الموسيقي عامل محفز لذوي الإعاقة الذهنية في اداء التمرين وتنظيمه وقد لوحظ ان الاستماع للموسيقى يساعدهم في تنسيق مهارتهم وقدرتهم الحركية ، كما يعمل على تحسين التخيل والتناسق الحركي ، و أن تعليم الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية المهارات الحركية

على أنغام الموسيقى تعتبر عملية مهمة لأجسامهم لأنها تسهم في زيادة التوافق والتأزر بين حركة القدمين والذراعين والعينين. (١٣)

وقد اتفقت عليه وأكدت " عطيات خطاب " (٢٠٠٦) وآخرون (٢٠٠٢) بأن هناك صلة وثيقة بين الموسيقى والحركة منذ قديم الزمان ، إذ يعد الإيقاع الموسيقي إحدى الوسائل الهامة لتعلم الإيقاع الحركي وتنميته كما أنه يعمل على إظهار الإيقاع الحركي بصورة واضحة ، ويتأسس ذلك كله على المعرفة التامة بخصائص إيقاع كل حركة وما يناسبها من الوسائل المصاحبة مع ضرورة مراعاة الفروق الفردية . (٧ : ٩٩ - ١٠١)

كما أشار " عمر شرعب " (٢٠١٢) إلى أن السرعة تعتبر قدرة فطرية يُمكن تنميتها عن طريق التدريب في حدود ما يتوافر لدي الفرد من هذه القدرة ، أما الجانب الأكبر في تنمية السرعة فيتوقف على مقدار ما يمتلكه اللاعب من الألياف سريعة الانقباض من جراء العامل الوراثي . (٨)

كما يذكر " عادل عبد البصير " (١٩٩٩) يخطئون الذين يظنون أن هناك فاصل بين تنمية المكونات البدنية الضرورية وتنمية المهارات الحركية ، حيث أن هناك ارتباطاً وثيقاً بين تنمية المكونات البدنية والمهارات الحركية وعليه فإنه ينصح باعطاء تمارين السرعة الانتقالية مصاحبة للمهارات الحركية والتمارين البدنية للوصول لأفضل النتائج الخاصة بتطوير هذه الصفة . (٥)

ويقصد بالسرعة الانتقالية محاولة الانتقال أو التحرك من مكان لآخر بأقصى سرعة ممكنه، ويعني ذلك محاولة التغلب على مسافة معينة في اقصر زمن ممكن، وغالبا ما يستعمل اصطلاح سرعة الانتقال Sprint كما سبق القول في كل أنواع الأنشطة التي نشتمل على الحركات المتكررة. (١١ : ٨٠)

كما يذكر "أسامة كامل راتب" (١٩٩٤) ان الطفل المعاق ذهنيا لا يستطيع اكتساب المهارة الحركية بدرجة عالية مثل الأطفال الأسوياء، لذا ينبغي التأكيد على تعلم المهارات الحركية الأساسية ، كالوقوف الصحيح، المشي، الجري، القفز، والتعلق فهي تعد حركات أساسية هامة وضرورية لكي يستطيع الطفل التكيف مع البيئة الخارجية مع محاولة تعليمه المهارات الحركية الارضية التي تناسبه وتعمل على رفع مستوى اللياقة البدنية لديه وتحسين النغمة العضلية وايضا بهدف إصلاح القوام . (١ : ١٢٢)

و أشار "عبد المطلب القرطبي" (٢٠٠١) ان الأنشطة الحركية لها قيمتها وفوائدها الإيجابية على كل من الجوانب الانفعالية كالتخلص من العزلة والانسحاب والطاقة العدوانية والتنفيس الانفعالي ، والجوانب الحركية كالتغلب على الإعاقة بعض المهارات التي تمكنه من إستغلال وقت فراغه والاندماج مع الآخرين وتنمي لديه الثقة بالنفس مما يسهم في تحسن صحته النفسية والبدنية كالمرونة والمهارات الحركية المختلفة . (٦ : ٢٦٢)

كما توصلت زينب المتعان ٢٠١٨ إلى بعض النتائج التي تؤثر على الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية عند أداء التمرينات بمصاحبة الموسيقى منها: (تحسين الحالة المزاجية والنفسية لذوي الإعاقة - خلق روح إجتماعية كما تنمي العلاقات بين الأطفال وتجعلهم أكثر تماسكاً و تحسن من تركيزهم وانتباههم عند إداء التمرين - تساعد على تحسين الحالة الانفعالية وتخفف من الاكتئاب والقلق والغضب والتوتر) (٢) ووفقاً لنظرية جاردر للذكاءات المتعددة ، فإنه لزيادة التشويق لدي الطفل يجب التركيز علي أحد أنواع الذكاءات المميزة لدي في مواقف التعلم ، وفي هذا من الضروري التركيز علي الذكاء الحركي لدي الأطفال الذين يحبون الحركة ويتميزون بها ، فالحركة هي وسيلة الطفل للتعبير والتعرف علي البيئة والتعامل معها ، وهذا ما يؤكد (Patricia & Howling) (٢٠٠٨ م أن نظرية العقل تعد إحدى النظريات الحديثة التي لاقت تأثيراً واهتماماً كبيراً في الآونة الأخيرة . (١٦ : ٧٤)

اي ان الأطفال ذوي الإعاقة الذين فقدوا قدرتهم المعرفية ما زالت لديهم قدرات أخرى يمكن توظيفها وتوظيفها في التعلم كالذكاء الجسدي الحركي وفي ذلك يقول جاردر ان عندما يصاب الفرد في أحد أجزاء مخه فإن قدره التابعه لهذا الجزء تفقد لكن هذا لا يعني انه فقط باقي قدراته وذلك لأنه ليس لديه نوع واحد من الذكاء بل ما زال لديه العديد من الذكاءات الأخرى . (١٤)

مشكلة البحث :-

من خلال عمل الباحث كمدرّب للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية وجد قصور في بعض القدرات الحركية نظراً لتدرج الذكاء ومن بينها السرعة الانتقالية حيث يصعب علي الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية التنقل من مكان إلي الآخر نتيجة متغيرات متعددة فأخذ الباحث علي عائق بحث تلك المشكلة محاولة إعداد برنامج للتمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى لتنمية السرعة الانتقالية لتلك الفئة من الأطفال .

وقد وجد الباحث ندرة في البحوث المحلية والدولية التي تبحث في تلك المشكلة ومع هذه الفئة فحاول قدر استطاعته لإيجاد أفضل الحلول لمعالجة تلك المشكلة .

أهمية البحث :-

- الأهمية العلمية للبحث:

ترجع الأهمية العلمية للبحث الي انه محاولة لطرق هذا السبيل في البحوث العلمية لجذب إنتباه الباحثين للخوض في هذا المجال الرياضي للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية . وهذا بالإضافة لتسليط الضوء علي تلك الفئة التي كانت مهمشة في المجتمع ولا تتال نصيبها في البحوث تبحث مشكلاتها الرياضية وتوجد الحلول .

- الأهمية التطبيقية للبحث:

ترجع الأهمية التطبيقية لهذا البحث في أنه يسلط الضوء للجهات التنفيذية في الدولة للأخذ بنواتج

البحوث العلمية وترجمتها في المجتمع في صورة برنامج للتمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى لتنمية السرعة الانتقالية للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية .

هدف البحث :-

يهدف البحث إلى تنمية السرعة الانتقالية للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية عن طريق برنامج للتمرينات المصاحبة للموسيقى .

فرض البحث :-

- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعدية لصالح القياسات البعدية في السرعة الانتقالية قيد البحث .

مصطلحات البحث :-

التمرينات المصاحبة للموسيقى:-

عبارة عن مصاحبة الموسيقى للتمرينات والتي تتميز بالألحان والمثيرات الصوتية المختلفة ومن بينها (الصوت القوي fort - الصوت الضعيف piano) والاستماع الى الألحان ذات السرعات المختلفة (سريع Allegro - بطئ Andante) وكذلك الصوت المتضمن (الصوت الحاد High - الصوت الغليظ Low) وغيرها من المثيرات السمعية المختلفة ، والتي يمكن أن تجعل الطفل منتبه لها . (١٢) .

الإعاقة الذهنية :-

هي حالة توقف او عدم اكتمال النمو الذهني وتتسم بخلل في المهارات التي تظهر خلال مرحلة النمو والتطور والتي تساهم في مستوي ذكاء الطفل بما في ذلك القدرات الادراكية والمهارات الحركية والمهارات الاجتماعية . (٩ : ٨)

إجراءات البحث

أولاً: خطة البحث :

- منهج البحث :

تحقيقاً لأهداف البحث وفروضة استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم شبه التجريبي لمجموعة واحدة تجريبية باستخدام القياس القبلي والقياس البعدي وذلك لملائمته لطبيعة البحث .

- مجتمع البحث :

يتمثل مجتمع البحث في الاطفال الممارسين للرياضة ذوي الإعاقة الذهنية من سن ٩ - ١٢ سنة بنادى الطالبية الرياضى بمحافظة الجيزة والبالغ عددهم (٢٠) وذلك خلال العام ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤ م .

- عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع البحث من الاطفال الممارسين للرياضة الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية من سن ٩ - ١٢ سنة بنادى الطالبة الرياضى بمحافظة الجيزة ، حيث بلغ عددها (١٢) ممارسا حيث طبق على المجموعة التجريبية البرنامج المقترح والمعد من قبل الباحث للتمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقي ، هذا بالاضافة إلى (٧) أطفال كعينة استطلاعية من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية .

جدول (١) التوصيف الاحصائي لعينة البحث

عينة البحث الأساسية		العينة الاستطلاعية		نسبة عينة البحث من المجتمع		مجتمع البحث	
مجموعة لم تخضع للتجربة	المجموعة التجريبية	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة
١	١٢	٧	٣٥%	١٢	٦٠%	٢٠	١٠٠%

يتضح من جدول (١) بلغ عدد العينة الأساسية للبحث (١٢) متعلمين بنسبة مئوية (٦٠ %) ، وقد تم استبعاد (١) من افراد عينة البحث لعدم التزامهم أثناء اجراء القياسات ، وكانت نسبتهم (٥ %) ، كم تم اختيار (٧) ممارسين كعينة استطلاعية ونسبتهم (٣٥ %) وذلك لإجراء المعاملات العلمية للاختبارات البدنية والمهارية واختبار الذكاء المستخدمة فى البحث.

جدول (٢) توزيع عينة البحث وفقا للعمر الزمنى

م	العمر	العدد	النسبة المئوية
١	٩ سنوات	٤	٣٣.٣٣%
٢	١٠ سنوات	٣	٢٥%
٣	١١ سنة	٣	٢٥%
٤	١٢ سنة	٢	١٦.٦٧%

وقد تم اختيار عينة البحث وفقا للشروط الآتية :

- ١- أن يكون أفراد العينة من ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة .
- ٢- أن يكون أفراد العينة في المرحلة العمرية من ٩ ل ١٢ سنة .
- ٣- ألا يخضعوا أفراد العينة إلي أي برامج أخرى أثناء تطبيق البرنامج .
- ٤- إلا يكون أفراد العينة لديهم إعاقات مصاحبة للإعاقة الذهنية .

- مجالات البحث :

أولا : المجال الجغرافى : تم اختيار نادى الطالبة الرياضى للأسباب الآتية :

- الباحث يعمل في النادي كمدرب .
- تشابة الظروف المعيشية والاجتماعية والاقتصادية لعينة البحث المختارة .
- توافر الامكانيات والمنشآت المطلوبة لتنفيذ البرنامج المقترح .
- سهولة توافر وتجميع عينة البحث لتقارب المواقع الجغرافي بين العدد الكبير منهم .
- توافر عدد من المساعدين المتمثلين في بعض المدربين الموجودين بالنادي لمساعدة الباحث خلال فترات تطبيق البحث .

ثانيا : المجال الزمني :

- تم إجراء البحث والتطبيق الميداني للبحث خلال الفترة من الاحد ١٨ / ٢ / ٢٠٢٤ إلى الخميس الموافق ١٦ / ٥ / ٢٠٢٤م .
- تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى خلال الفترة من الاحد ١٤ / ١ / إلى الخميس ١٨ / ١ / ٢٠٢٤م .
- تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية خلال الفترة من الاحد ٢١ / ١ / إلى الخميس ٢٥ / ١ / ٢٠٢٤م .
- تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الثالثة خلال الفترة من الاحد ٢٨ / ١ / إلى الخميس ٣١ / ١ / ٢٠٢٤م .
- تم إجراء القياسات القبليّة خلال الفترة من الاحد ١١ / ٢ / ٢٠٢٤ إلى الاربعاء الموافق ١٤ / ٢ / ٢٠٢٤م .
- تم إجراء القياسات البينيّة خلال الفترة من الاحد ٧ / ٤ / ٢٠٢٤ إلى الاربعاء الموافق ١٠ / ٤ / ٢٠٢٤م .
- تم إجراء القياسات البعديّة خلال الفترة من الاحد ١٩ / ٥ / ٢٠٢٤ إلى الثلاثاء الموافق ٢١ / ٥ / ٢٠٢٤م .

- تجانس عينة البحث :

وقد قام الباحث بإيجاد التجانس بين مجموعة البحث في بعض المتغيرات التي لها علاقة بنتائج البحث وهي بعض معدلات النمو (السن - الطول - الوزن) ، والقدرات البدنية واختبار الذكاء لعينة البحث المختارة وجدول (٢) يوضح تجانس عينة البحث في معدلات النمو والقدرات البدنية .

جدول (٣) التوصيف الإحصائي لعينة البحث واعتمادية العينة في معدلات النمو والقدرات البدنية واختبار الذكاء ن = ١٢

م	المتغير	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	أقل قيمة	أكبر قيمة	المدى	الالتواء	التقلطح
متغيرات النمو	السن	سنة	١١.١٨٠	١١.٣٠٠	٠.٩٤٦	١٠.٠٨	١٢.٠٣	٤.٥٠	٠.٥٤٨-	٠.١٣٣-
	الطول	سم	١٤٧.٠٠	١٤٧.٠٠	٦.٤٢٣	١٤١.٠٠	١٤٩.٠٠	١٠.٠٠	٠.١٥٠-	٠.٦٣٠-
	الوزن	كجم	٥٦.١٠٠	٥٦.٠٠٠	٥.٠٦١	٥٤.٠٠	٥٩.٠٠	٢١.٠٠	٠.١٦٨-	٠.٩٤٣-

يوضح جدول (٣) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري وأقل وأكبر قيمة والمدى والالتواء والتقلطح للمتغيرات الأساسية (معدلات النمو) ويتضح من جدول (٣) أن معامل الالتواء لمعدلات النمو تراوح بين (٠.١٥٠- : ٠.٥٤٨-)

ومعامل التفلطح (-١,١٣٣ : -٠,٩٤٣) .

جدول (٤) التوصيف الإحصائي لعينة البحث واعتدالية العينة في القدرات البدنية واختبار الذكاء $n = 12$

م	المتغير	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	اقل قيمة	اكبر قيمة	المدى	الالتواء	التفلطح
القدرات البدنية	التوافق	عدد	١.٨٠٠	٢.٠٠	٠.٦١٥	١.٠٠	٣.٠٠	٢.٠٠	١.٢٠	-٠.٢٠٧
	السرعة الانتقالية	ثانية	٨.٨٥	٩.٠٠	٠.٩٨٨	٨.٠٠	١٠.٠٠	٣.٠٠	-٠.٣٩٩	-٠.٧٧٠
	الرشاقة	عدد	٨.٩٥٠	٨.٥٠٠	١.٧٦١	٦.٠٠	١٣.٠٠	٧.٠٠	٠.٧٢٦	٠.٢٤١
	المرونة	سم	٥.٥٠٠	٥.٥٠٠	١.٣١٧	٤.٠٠	٨.٠٠	٤.٠٠	٠.٤٦٠	-٠.٦٨٤
	الذكاء	درجة	٧٦.٣٥٠	٧٥.٠٠	٤.٨٢٦	٧٠.٠٠	٨٧.٠٠	١٧.٠٠	٠.٨٠٧	-٠.٢١٣

يتضح من جدول (٤) أن معامل الالتواء للقدرات البدنية تراوحت ما بين (٠,١٢٠ : ٠,٧٢٦) ومعامل التفلطح تراوح ما بين (-٠,٢٠٧ : -٠,٧٧٠) ، كما جاءت قيمة معامل الالتواء لاختبار الذكاء (٠,٧٠٨) وقيمة معامل التفلطح (-٠,٢١٣) ويقع الالتواء والتفلطح بين ± 3 مما يشير إلى أن إعتدالية العينة في المتغيرات الأساسية .

- اختيار المساعدين :

حيث قام الباحث بالاعتماد على اثنان من المساعدين وهما اثنان من مدربي الافراد ذوى الاعاقة الذهنية بنادى الطالبة الرياضية حيث قام الباحث بعقد اجتماع مع المساعدين لتعريفهم بأهداف البحث وجوانب ومتطلبات وطرق القياس وكيفية أداء الاختبارات .

- وسائل وأدوات جمع البيانات :

قام الباحث بالإطلاع على المراجع والدراسات السابقة بغرض الاستفادة منها في كيفية تصميم استمارة استطلاع الرأى ، وكذلك تحديد وإجراء الاختبارات البدنية والذكاء والبرنامج التعليمى المقترح وهى كالاتى :

أ- الأجهزة والأدوات المستخدمة فى البحث :

اعتمد الباحث فى جمع البيانات والمعلومات الخاصة بالبحث على عدد من الأدوات والتي منها :

- ١- ملعب كرة القدم بالنادى .
 - ٢- جهاز رستاميتز لقياس الطول لاقرب سنيمتر .
 - ٣- ميزان طبى لقياس الوزن لاقرب جرام .
 - ٤- اقماع .
 - ٥- استمارة استطلاع راي الخبراء فى التمرينات المختارة للجمله الحركية .
 - ٦- استمارة استطلاع راي الخبراء فى برنامج التمرينات الحركية بمصاحبة الموسيقى .
- حيث تم استخدام هذه الاستمارة لتحديد الآتى :

- ١- إستطلاع آراء الخبراء فى التمرينات المختارة للجملة الحركية .
 ٢- إستطلاع رأى الخبراء فى برنامج التمرينات الحركية بمصاحبة الموسيقى .
 ٣- استطلاع آراء الخبراء حول عناصر اللياقة البدنية فى المختارة .
 جدول (٥) استجابة الخبراء فى فى برنامج التمرينات الحركية بمصاحبة الموسيقى ن = ٩

م	المحتوى	رأى الخبير		النسبة المئوية للآراء
		مناسب	غير مناسب	النسبة
١	وضوح الهدف العام من البرنامج .	٨	١	% ٨٨,٨٩
٢	وضوح اغراض البرنامج .	٨	١	% ٨٨,٨٩
٣	وضوح كل تمرين من التمرينات المختارة أمام عينة البحث المختارة .	٩	-	% ١٠٠
٤	وضوح وعرض مراحل الاداء الخاصة بكل تمرين مختار .	٨	١	% ٨٨,٨٩
٥	وضوح وسيلة عرض التمرينات أمام عينة البحث .	٨	١	% ٨٨,٨٩
٦	وضوح المحتوى المختار من التمرينات ومناسبة لعينة البحث .	٨	١	% ٨٨,٨٩
٧	التمرينات المختارة مناسبة لعينة البحث من حيث السن والجنس والمرحلة السنية ومستوى الاعاقة .	٨	١	% ٨٨,٨٩
٨	الموسيقى المختارة متوافقة مع التمرينات ومناسبة لها	٨	١	% ٨٨,٨٩
٩	مناسبة عرض كل مرحلة من مراحل التمرين أو الجملة الحركية من حيث (شكل الأداء الحركى - سهولة الانتقال بين اجزاء الجملة بسهولة - عرض محتوى الجملة بشكل متتابع) .	٨	١	% ٨٨,٨٩
١٠	وضوح الموسيقى المختارة ومتوافقة مع عينة البحث من حيث السن والجنس والمرحلة السنية ومستوى الاعاقة .	٨	١	% ٨٨,٨٩
١١	وضوح ومناسبة أساليب التقويم المستخدم من قبل الباحث .	٨	١	% ٨٨,٨٩

يوضح من جدول (٥) أن نسبة موافقة الخبراء على البرنامج المقترح والمعد من قبل الباحث تراوحت هذه النسبة ما بين إلى (٨٨,٨٩ % : ١٠٠ %) وقد ارتضى الباحث نسبة موافق (٨٠ %) .

ج- استمارة تسجيل البيانات (تصميم الباحث) :

قام الباحث بتصميم استمارة لتسجيل البيانات الخاصة بقياسات الدراسة وقد احتوت على ثلاثة أجزاء رئيسية كما يلى :

- ١- الجزء الأول : وهو خاص بتسجيل البيانات بهدف استخدامها فى إجراء القياسات لعينة البحث الأساسية (قبل إجراء التجربة الأساسية) وتضمنت تلك الاستمارة البيانات الآتية :
- بيانات تعريفية ومنها (اسم الطفل - درجة الاعاقة) .
 - بيانات خاصة بمتغيرات النمو (السن - الطول - الوزن) والقدرات البدنية وبالقياسات الموضوعية الخاصة بالدراسة .
- ٢- الجزء الثانى : وهو خاص بتسجيل البيانات بهدف استخدامها فى إجراء المعاملات العلمية للاختبار والمقاييس المستخدمة (الصدق والثبات) .

٣- الجزء الثالث : وهو خاص بتسجيل البيانات بعد الانتهاء من التجربة الأساسية بهدف التعرف على تأثير برنامج التمرينات الحركية بمصاحبة الموسيقى على عينة البحث المختارة .

- الدراسة الاستطلاعية :

- الدراسة الاستطلاعية الأولى :

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية بهدف التعرف على مستوى الأطفال عينة البحث المختارة ، وكذلك للتعرف على مناسبة التمرينات المختارة والبرنامج المعد من قبل الباحث باستخدام التمرينات الإيقاعية لعينة البحث المختارة ، وقد تم إجراء هذه الدراسة على عينة استطلاعية من نفس مجتمع البحث وخارج عين البحث الأساسية وبلغ عددهم (٧) أطفال خلال الفترة من الاحد ١٤ / ١ / ٢٠٢٤ إلى الخميس ١٨ / ١ / ٢٠٢٤م ، وتم ملاحظة انخفاض كبير في مستوى عينة البحث في عناصر اللياقة البدنية والقدرة على أداء التمرينات والبرنامج المقترح من الباحث .

- الدراسة الاستطلاعية الثانية :

تم إجراء هذه الدراسة خلال الفترة من الاحد ٢١ / ١ / ٢٠٢٤ إلى الخميس ٢٥ / ١ / ٢٠٢٤م ، كانت بهدف التعرف على أهم الاختبارات البدنية المختارة والمناسبة لعينة البحث ، وذلك بقيام الباحث بعرض استمارة بها الاختبارات البدنية على السادة الخبراء ، وكانت النتائج التعرف على أفضل التمرينات المناسبة لعينة البحث المختارة والتي سوف يتم توضيحها من العرض التالي :

- تحديد عناصر اللياقة البدنية :

قام الباحث بعرض قائمة بعناصر اللياقة البدنية التي يفضل استخدامها لعينة البحث المختارة على قائمة من الخبراء في مجال التمرينات والعروض الرياضية ومجال التربية الرياضية المعدلة (ذوى الاعاقة الذهنية) وبلغ عددهم (٩) خبراء بهدف التوصل إلى أفضل عناصر اللياقة البدنية التي يمكن استخدامها ومناسبتها لتعليم برنامج العروض الرياضية المقترح لعينة البحث المختارة والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (٦) النسبة المئوية لموافقة الخبراء على عناصر اللياقة البدنية ن = ٩

م	المكونات	التكرار	النسبة المئوية
١	التحمل	التحمل الدورى التنفسى	٢٢,٢٢ %
		تحمل القوة	٤٤,٤٤ %
		تحمل الأداء	٣٣,٣٣ %
٢	السرعة	السرعة الانتقالية	٧٧,٧٨ %
		السرعة الحركية	١١,١١ %
		سرعة الاستجابة	١١,١١ %
٣	القوة العضلية	٢	٢٢,٢٢ %

٢٢.٢٢ %	٢	القوة المميزة بالسرعة	
١٠٠ %	٩	الرشاقة	٤
٥٥.٥٥ %	٥	التوازن	٥
٨٨.٨٩ %	٨	التوافق	٦
٨٨.٨٩ %	٨	المرونة	٧
٣٣.٣٣ %	٣	الدقة	٨

يتضح من الجدول السابق أن نسب موافقة الخبراء لتحديد عناصر اللياقة البدنية الخاصة بعينة البحث المختارة قد جاءت ما بين (١١,١١٪ : ١٠٠٪) وقد ارتضى الباحث بنسبة (٧٥٪) كحد أدنى لآراء الخبراء وبالتالي قد تم الموافقة على الاختبارات التي حصلت على ٧٥٪ فأكثر واستبعاد الاختبارات التي حصلت على أقل من ذلك .

وبذلك يتضح من آراء الخبراء أن عناصر اللياقة البدنية المختارة ببرنامج التمرينات الإيقاعية المعد من قبل الباحث وهي :

١- السرعة الانتقالية .

٢- الرشاقة .

٣- التوافق .

٤- المرونة .

تحديد الاختبارات البدنية :

قام الباحث بإجراء مسح للدراسات والمراجع العلمية المتخصصة في مجال الافراد ذوى الاعاق وخاصة الاعاقة الذهنية ، ومجال الاختبارات والمقاييس ، ومجال التمرينات والعروض الرياضية ، وذلك بهدف التعرف واختيار وتحديد الاختبارات التي تقيس مكونات اللياقة البدنية الخاصة بعينة البحث المختارة ، فقد قام الباحث بوضع الاختبارات المناسبة في استمارة وتم عرضها على الخبراء لاستطلاع رأيهم في أفضل الاختبارات المناسبة ومدى مناسبتها ، والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (٧) آراء الخبراء حول أنسب الاختبارات التي تقيس مكونات اللياقة البدنية ن = ٩

م	المكونات	الاختبارات المرشحة	التكرار	النسبة
١	السرعة الانتقالية	اختبار عدو ٥٠ متر	١	١١,١١٪
		اختبار عدو ٣٠ متر	٨	٨٨,٨٨٪
٤	الرشاقة	اختبار الجرى المكوكى	١	١١,١١٪
		اختبار الانبطاح المائل من الوقوف	٧	٧٧,٧٧٪
		اختبار الوثب المثلى	١	١١,١١٪
٥	المرونة	اختبار تقوس الجذع خلفا من الانبطاح	-	-
		اختبار ثنى الجذع من الجلوس	١	١١,١١٪

٨	٨٨,٨٨%	اختبار ثنى الجذع من الوقوف		
٨	٨٨,٨٨%	نط الحبل	التوافق	٧
١	١١,١١%	اختبار الدوائر المرقمة		

يتضح من جدول (٧) أن نسب موافقة الخبراء لتحديد أفضل الاختبارات التي تقيس عناصر اللياقة البدنية لعينة البحث المختارة تراوحت ما بين (١١,١١ : ٨٨,٨٨ %) وقد ارتضى الباحث نسبة موافق (٧٥ %) كحد أدنى للموافق على الاختبار وبالتالي الموافقة على الاختبارات التي حصلت على (٧٥ %) فأكثر.

- صدق الاختبارات البدنية واختبار الذكاء :

قام الباحث بحساب صدق الاختبارات البدنية واختبار الذكاء من خلال استخدام الباحث لصدق التمايز من خلال تطبيق الاختبارات السابقة على مجموعة مميزة ومجموعة اخرى غير مميزة ، وذلك بهدف التأكد من قدرة هذه الاختبارات على إيجاد دلالة الفروق بين المجموعتين وكانت كالاتي :

جدول (٨) حساب معامل صدق الاختبارات البدنية واختبار الذكاء المختارة $n = 2 = 6$

م	الاختبار	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة الغير مميزة		قيمة "ت"
			ع	م	ع	م	
١	اختبار عدو ٣٠ متر	الثانية	١.١١٢	٨.٤٢٨	٠.٧٨٦	٠.٥٥٥	
٢	اختبار الانبطاح المائل من الوقوف	عدد	٢.٠٥٨	٩.٥٧١	٢.٥٧٢	٠.٥٧٤	
٣	اختبار ثنى الجذع من الوقوف	سم	١.١١٢	٦.٠٠	١.١٥٤	١.١٧٩	
٤	نط الحبل	عدد	٠.٧٨٦	٢.٠٠	٠.٥٧٧	١.٦٢	
٥	الذكاء	درجة	٣.٢٨	٧٨.٥٧١	٤.١٠	٠.٥٠٣	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة $0,05 = 1,868$

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة احصائية بين المجموعتين المميزة والغير مميزة حيث جاءت جميع قيم (ت) المحسوبة أقل من قيم (ت) الجدولية مما يدل على قوة هذه الاختبارات في التفرقة بين المجموعتين وصدقها لما وضعت لقياسة .

- ثبات الاختبارات البدنية :

قام الباحث بحساب معامل ثبات الاختبارات البدنية من خلال تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (٧) أطفال من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية وذلك من خلال وجود فارق زمني قدرة ثلاثة ايام بين التطبيق الأول والثاني للاختبار والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (٩) حساب معامل ثبات الاختبارات البدنية $V = ٧$

م	الاختبار	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثانى		قيمة "ر"
			ع	م	ع	م	
١	اختبار عدو ٣٠ متر	ثانية	٠.٩٧٥	٨.٤٢٨	٧.٨٥٧	١.٠٦٩	٠.٨٦٧
٢	اختبار الانبطاح المائل من الوقوف	العدد	١.٨٦٤	٩.١٤٢	٩.٨٥٧	١.٦٥٥	٠.٩٦٦
٣	اختبار ثنى الجذع من الوقوف	سم	١.٣٤٥	٦.١٤	٧.١٤	١.٢١٤	٠.٩٠٣
٤	نط الحبل	عدد	٠.٦٩٠	٢.١٤٢	٢.٥٧١	٠.٥٣٤	٠.٧٤٥
٥	الذكاء	درجة	٤.٨٣٠	٨١.٠٠٠	٨٢.٧١٤	٤.٣٠٩	٠.٦٨٨

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى دلالة $٠,٠٥ = ٠,٤١٣$

يتضح من الجدول السابقة أن جميع قيم "ر" المحسوبة جاءت أكبر من قيمة "ر" الجدولية مما يدل على ثبات الاختبارات المختارة لقياس ما وضعت لقياسه .

- شروط اختيار الخبير :

قام الباحث باختيار الخبراء البالغ عددهم (٩) خبير الموضح بالمرفق رقم (١) وقد تم اختيار الخبراء وفقا للشروط الآتية :

- أ- أن يكون عضو هيئة تدريس واحد العاملين فى مجال العروض الرياضية لذوى الإعاقة الذهنية .
- أن يكون قد حصل على الدكتوراة منذ ١٥ سنة على الأقل .
- أن يكون احد العاملين فى مجال تدريب الافراد ذوى الإعاقة .
- ب- لا تقل خبرة عضو هيئة التدريس (الخبير) عن ١٥ سنوات .
- خطوات إجراء الدراسة :

تم الحصول على موافقة نادى الطليبية الرياضى على استخدام الملعب والأدوات الموجودة بالنادى وما غير ذلك لاتمام البحث .

ثانيا : الإجراءات التنظيمية :

- الدراسة الاستطلاعية الثالثة :

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الثالثة خلال الفترة من الاحد ١ / ٢٨ إلى ٣١ / ١ / ٢٠٢٤م بهدف التعرف على :

- مدى مناسبة وحدات البرنامج لعينة البحث .
- مدى مناسبة التمرينات المختارة لأداء الجملة الحركية لعينة البحث .
- مدى مناسبة الفترة الزمنية للبرنامج
- تحديد الزمن المناسب لتطبيق البرنامج المقترح .
- التعرف على الغرض من كل تمرين من التمرينات المختارة .

- أداء وعرض نموذج من التمرينات المختارة أمام الأطفال (عينة البحث) .
 - تحديد عدد الوحدات المختارة وزمن كل وحدة .
 - تحديد عدد أسابيع التطبيق وعدد الوحدات في كل أسبوع .
 - تحديد واختيار الموسيقى المناسبة لتطبيق التمرينات .
 - البرنامج المقترح باستخدام التمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى :
- قام الباحث بالإطلاع على العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة ، والاسترشاد برأى السادة الخبراء فى المجال تم وضع برنامج التمرينات الإيقاعية مصحوبا بالموسيقى ويقوم بتنفيذ عينة البحث المختارة من الاطفال ذوى الإعاقة الذهنية بنادى الطالبة الرياضية ، وذلك بهدف تحسين وتنمية بعض القدرات الحركية للأطفال ذوى الإعاقة الذهنية ، ثم قام الباحث بعرض البرنامج المقترح على السادة الخبراء المتخصصين فى مجال الإعاقة ومجال التمرينات والعروض الرياضية ، وقد راعى الباحث أن تتسم هذه التمرينات بالآتى :
- سهولة التعليم والتعلم .
 - تنوع تلك التمرينات لإثارة التشويق .
 - قدرتها على تنمية العديد من الصفات فى عينة البحث المختارة كالثقة بالنفس ، والعمل الجماعى .
 - قدرتها تلك التمرينات على تحسين سرعة الاستجابة الحركية والاندماج مع الاخرين .
- وتم وضع البرنامج على القواعد والأسس الآتية :
- أ- **هدف البرنامج المقترح :** يهدف البرنامج المعد من قبل الباحث إلى التعرف على قدرة البرنامج المقترح باستخدام التمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى على تحسن بعض القدرات الحركية للأطفال ذوى الإعاقة الذهنية ، وذلك من خلال :
- ١- قيام الباحث بإعداد البرنامج المقترح .
 - ٢- التعرف على تأثير تأثير البرنامج المقترح على تحسن بعض القدرات الحركية ومستوى الذكاء للأطفال ذوى الإعاقة الذهنية .
- وقد اعتمد الباحث فى بناء وتصميم البرنامج المقترح على المصادر التالية :
- البحوث والدراسات السابقة .
 - الخصائص العامة لعينة البحث المختارة .
 - مستوى الإعاقة .
 - التعرف على نوع التمرينات المختارة .
 - مناسبة تلك التمرينات مع عينة البحث .

ب- أغراض البرنامج :

- رفع قدرة الطفل على تركيز انتباه لرؤية المثير بطريقة صحيحة .
- تنمية القدرات الحركية للأطفال ذوي الاعاقة الذهنية .
- اكساب الطفل الطاعة فى تنفيذ التعليمات والتحرك فى الإتجاه المطلوب .
- رفع قدرة الطفل فى السيطرة على تحركاته خلال مراحل الأداء .
- شعور الطفل بالنجاح عند أداءه للتمارين بشكل صحيح .
- شعور الطفل بالفرح والسرور نتيجة قيادة تلك التمرينات .
- تعود الطفل على التجريب وكثرة تكرار الأداء .
- رفع قدرة الأطفال على التفكير وتنظيم العمل .
- زيادة تركيز الانتباه لدى الأطفال عينة البحث المختارة .

ج- أسس بناء البرنامج :

- مراعاة خصائص النمو والفروق الفردية لهذه المرحلة .
- مراعاة اشباع الاطفال من الحركة والنشاط .
- أن يحقق البرنامج الاهداف التى وضعت من اجلة .
- أن يراعى البرنامج الفروق الفردية بين الأطفال عينة البحث المختارة .
- مراعاة توفير المكان المناسب والامكانيات المناسبة لتنفيذ البرنامج مع الأهتمام بعوامل الامن والسلامة حرصا على الأطفال .
- أن يكون البرنامج متكاملا خلال مرحلة المختلفة .
- أن يتمتع البرنامج بالمرونة والقدرة على التغيير والتعديل فى حالة ظهور أى مستجدات .
- مراعاة التوازن بين الأنشطة التى تتطلب مجهود عضلى والتى تمارس بشكل جماعى .
- اتاحة الفرصة لمشاركة جميع الاطفال فى وقت واحد ومكان واحد .
- مراعاة شكل الأداء لكل طفل وتنفيذ التمرينات الموضوعه بالشكل السليم .
- مراعاة مبدأ التدرج فى تقديم التمرينات من السهل إلى الصعب ومن البسيط للمركب ومع التميز بالبساطة والتنوع .
- توفير عدد من الاسعافات الأولية التى قد يلجا لها الباحث فى حالة حدوث أى اصابة لأى طفل من العينة المختارة .
- توفر عدد كافي من الأدوات التى سوف تستخدم فى تطبيق البرنامج المقترح .
- يجب أن تتناسب الأدوات المستخدمة مع العمر الزمنى للأطفال ، ومع قدراتهم العقلية والبدنية ، وأن تكون ذات الوان جذابة للأطفال .

- أن يحقق البرنامج قدرة الاطفال على الاعتماد على النفس والثقة بالنفس .
- أن يكون البرنامج قادراً على تحدى قدرات الأطفال مما يؤدي إلى استثارة دافعيتهم .
- د- محتوى البرنامج :

- ١- مجموعة من التمرينات المستخدم للتهيئة والاحماء.
- ٢- تمرينات فنية حرة بمصاحبة الموسيقى .
- ٣- تمرينات فنية ايقاعية بأدوات وبدون أدوات .
- ٤- تمرينات فنية بأدوات بديلة من إعداد الباحث .
- ٥- تمرينات الإعداد البدنى المختارة .
- ٦- تمرينات الرشاقة والمرونة والتوازن و التوافق المختارة .
- ٥- الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج المقترح :

- صالة كبيرة داخل النادي .
- التمرينات البدنية المختارة .
- البرنامج المقترح بالتمرينات الإيقاعية .
- و- فترة تطبيق البرنامج :

قام الباحث بتنفيذ البرنامج المقترح خلا ثلاثة أشهر والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (١٠) محتوى البرنامج المقترح باستخدام التمرينات الإيقاعية المصاحبة للموسيقى

م	محتوى البرنامج	الفترة الزمنية
١	الفترة الزمنية للبرنامج	ثلاثة أشهر = ١٢ أسبوع
٢	عدد الوحدات فى الأسبوع	٢ وحدة أسبوعياً
٣	عدد الوحدات خلال البرنامج	$2 \times 12 = 24$ وحدة خلال البرنامج
٤	زمن الوحدة الواحد وقسم إلى :	٩٠ دقيقة
أ	زمن الاحماء	١٠ : ١٥ دقيقة
ب	زمن الأداء لمحتوى البرنامج	٦٥ : ٧٥ دقيقة
ج	زمن التهئة	٥ : ١٠ دقائق
	الزمن الكلى للبرنامج	٢٤ وحدة \times ٩٠ دقيقة = ٢١٦٠ دقيقة = ٣٦ ساعة

يتضح من الجدول السابق أن عدد وحدات البرنامج المقترح (٢٤) وحدة وزمن الوحدة الواحدة (٩٠) دقيقة .

الإطار العام لتنفيذ البرنامج :

تم وضع البرنامج المقترح التمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى لتنمية بعض القدرات الحركية للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية ، وذلك لمدة ١٢ أسبوع بواقع (٢) وحدة اسبوعياً زمن الوحدة

والوحدة (٩٠) دقيقة ، تم توزيعها كالآتي :

التهيئة والاحماء ١٠ دقائق .

النشاط الرئيسي ٧٥ دقيقة .

التهديئة ٥ دقائق :

والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (١١) نموذج لسير وحدة من البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التمرينات الإيقاعية

الهدف	المحتوى	الزمن	اجزاء الوحدة
تهيئة الجسم للأداء	(وقوف الذراعين جانبا) المشط على الامشاط . (وقوف ثبات الوسط) الجرى فى المكان . (وقوف ثبات الوسط) تحريك الرقبة للأمام والخلف والجانب .	١٥ ق	الجزء التمهيدي
تحسين مستوى الأطفال تطبيق البرنامج المعد	عدو ٣٠ متر الانبطاح المائل من الوقوف ثنى الجذع من الوقوف نط الحبل (الوقوف) المشي أماما مع تحريك الذراعين أماماً خلفاً بالتبادل . (وقوف ثبات الوسط) الجري فى المكان مع تبادل الركبتين عالياً . (وقوف ثبات الوسط) الوثب فى المكان . (الوقوف) بالقفز فتح الرجلين جانبا ثم ضمها مع نشر الذراعين ثم خفضهما	٧٠ ق	الجزء الرئيسى
تهديئة الجسم	الوقوف فى قاطرة والمشي للأمام خمس خطوات ثم العودة مرة اخرى .	٥ ق	التهديئة

ثالثاً : القياسات :

أ- القياسات القبلية عن طريق درجات التكافؤ :

تم إجراء القياسات القبلية بهدف التعرف على مستوى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية أطفال المجموعة التجريبية قبل البدء فى تنفيذ البرنامج (التجربة الأساسية) تم إجراء القياسات القبلية على عينة البحث يوم الاحد الموافق ١١ / ٢ / ٢٠٢٤ إلى يوم الثلاثاء ١٣ / ٢ / ٢٠٢٤ م .

ب- التجربة الاساسية :

وقد قام الباحث بتنفيذ التجربة الأساسية على عينة البحث الأساسية (برنامج للتمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى - القدرات البدنية المختارة) لمدة (١٢) أسبوع وكما أسبوع يحتوى على (٢) وحدة تعليمية بداخله خلال الفترة من الاحد الموافق ١٨ / ٢ / ٢٠٢٤ إلى يوم الخميس ١٦ / ٥ / ٢٠٢٤ ، وذلك خلال يومى (الاحد والأربعاء) من كل أسبوع .

د - القياسات البنئية :

قام الباحث بإجراء القياسات البنئية على عينة البحث المختارة يوم الاحد الموافق ١٠ / ٣ / ٢٠٢٤م ، بهدف استخدامها فى اجراء المعالجات الحصائية ، والتعرف على ما تم تحصيلية وتعلمة من التمرينات المختارة لعينة البحث من الأطفال ذوى الإعاقة الذهنية .

د - القياسات البعدية :

قام الباحث بأداء القياسات البعدية الخاصة برنامج للتمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى ومستوى الأداء البدنى وقد تم إجراء القياسات البعدية يوم الاحد الموافق ١٩ / ٥ / ٢٠٢٤ إلى يوم الثلاثاء الموافق ٢١ / ٥ / ٢٠٢٤م

المعالجات الإحصائية:

تم جمع جميع البيانات وتنظيمها وجدولتها تمهيدا لمعالجتها إحصائيا وقد استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية لمعالجة البيانات:

التوصيف الإحصائي (المتوسط الحسابي، الوسيط، الانحراف المعياري، أقل وأكبر قيمة، المدى، الالتواء، التفلطح)

اختبار (ت) لدلالة الفروق

اختبار ليفن للتجانس

النسب المئوية

معامل الارتباط

معامل ألفا كرونباخ

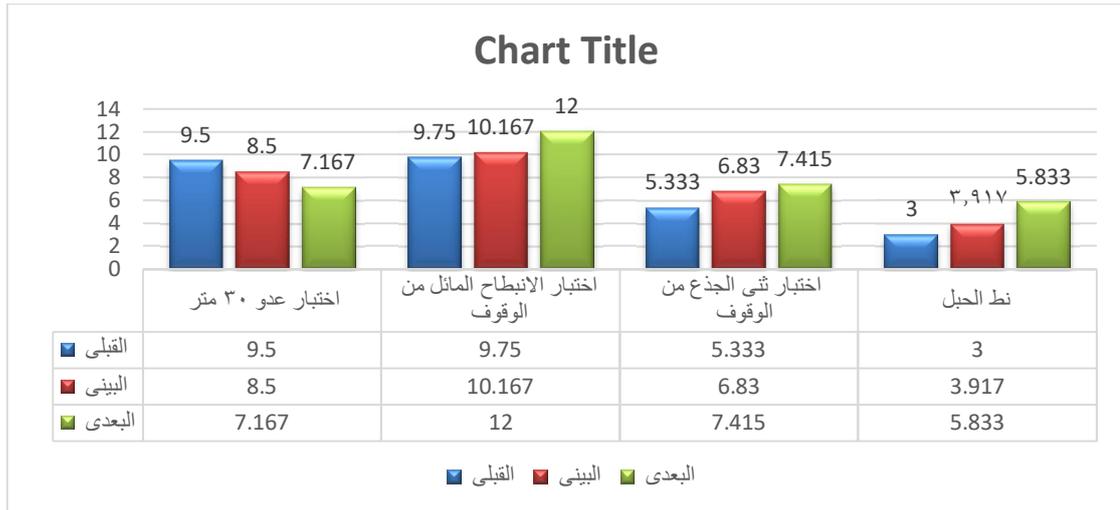
وذلك باستخدام حزمة البرامج الإحصائية SPSS. وبرنامج ميكروسوفت أكسل

أولاً: عرض النتائج

جدول (١٢) دلالة الفروق بين متوسط القياسات القبئية والبنئية والبعدية لعينة البحث المختارة فى الاختبارات البنئية ن = ١٢

م	المتغير	وحدة القياس	القبلى		البننى		البعدى		قيمة " ف "
			ع	م	ع	م	ع	م	
١	اختبار عدو ٣٠ متر	الثانية	٩.٥٠٠	٠.٦٠٣	٨.٥٠٠	٠.٥٢٢	٧.١٦٧	٠.٧١٨	٢١.٦٦
٢	اختبار الانبطاح المائل من الوقوف	عدد	٩.٧٥٠	٠.٩٦٥	١٠.١٦٧	٠.٨٣٥	١٢.٠٠٠	٠.٨٥٣	٧٨.٣٦
٣	اختبار ثنى الجذع من الوقوف	سم	٥.٣٣٣	٠.٤٩٢	٦.٨٣	٠.٥١٥	٧.٤١٥	٠.٥١٥	٥١.٢٤
٤	نظ الحبل	عدد	٣.٠٠٠	٠.٧١١	٣.٩١٧	٠.٦٦٨	٥.٨٣٣	٠.٥٧٧	٤٧.٣٣

قيمة " ف " الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ = ٣.٤٢



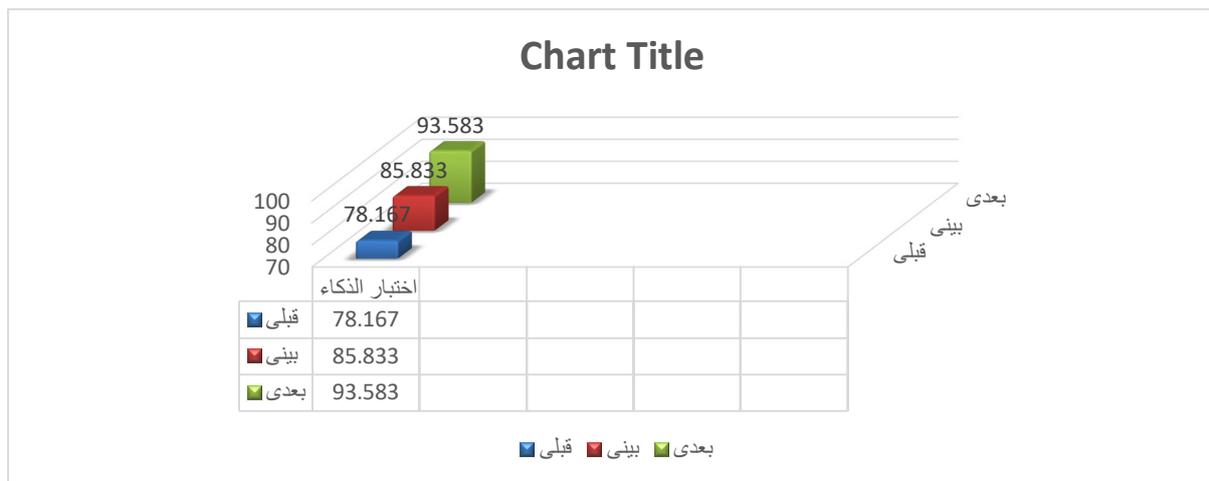
شكل (١)

دلالة الفروق بين متوسط القياسات القبلية والبينية والبعديّة للمجموعة البحث المختارة في الاختبارات البدنية يتضح من جدول السابق جدول (١٢) وشكل (١) أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط القياسات القبلية والبينية والبعديّة للمجموعة التجريبية في الاختبارات البدنية ، حيث جاءت قيمة " ف " المحسوبة ما بين (٢١.٦٦ : ٦.٧٨) وجميعها أكبر من قيمة " ف " الجدولية .

جدول (١٣) دلالة الفروق بين متوسط القياسات القبلية والبينية والبعديّة لعينة البحث المختارة في اختبار الذكاء ن = ١٢

م	المتغير	وحدة القياس	القبلي		البينى		البعدي		قيمة " ف "
			ع	م	ع	م	ع	م	
	اختبار الذكاء	درجة	٧٨.١٦٧	٤.٨٠٢	٨٥.٨٣٣	٥.٣٢٢	٩٣.٥٨٣	٤.٧١٨	١٢١.٣٧

قيمة " ف " الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ = ٣.٤٢



شكل (٢) دلالة الفروق بين متوسط القياسات القبلية والبينية والبعديّة لعينة البحث المختارة في اختبار الذكاء يتضح من جدول السابق جدول (١٣) وشكل (٢) أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط القياسات القبلية والبينية والبعديّة للمجموعة التجريبية في اختبار الذكاء ، حيث جاءت قيمة " ف "

ف " المحسوبة أكبر من قيمة " ف " الجدولية .

جدول (١٤) تحليل التباين للقياسات المتكررة (القبليّة والبينيّة و البعدية)

عينة البحث المختارة في اختبارات عناصر اللياقة البدنية ن = ١٢

حجم الأثر	الدلالة	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع مربعات القياسات الثلاثة	عناصر اللياقة البدنية	
						التأثير بين القياسات	الخطأ العامل بين القياسات
٠.٨٧	٠.٠٠٠	٤١.٦٣	٥٤.١٦	٢.٠٠٠	٢٢٧.٢١	التأثير بين القياسات	اختبار عدو ٣٠ متر
			١٢.٦٤	٢١.٠٠٠	٢٢١.٤٥	الخطأ العامل بين القياسات	
٠.٧٦	٠.٠٠٠	١٩.٢٦	١٤.٣٦	٣.٠٠٠	٢٣٧.٧٥	التأثير داخل القياسات	
			٨.٧١	٣٦.٠٠٠	٢٧٤.٩١	الخطأ العامل داخل القياسات	
٠.٩٢	٠.٠٠٠	٤٣.٧١	٤٦.٢١	٢.٠٠٠	٣٨٩.٠٠	التأثير بين القياسات	اختبار الإبطاح المائل من الوقوف
			٩.٩٨	٢١.٠٠٠	٢١١.٠٢٤	الخطأ العامل بين القياسات	
٠.٨٣	٠.٠٠٠	٤٩.٢٤	٢٦.٤٤	٣.٠٠٠	٣٥٥.٤٧	التأثير داخل القياسات	
			٧.٤٤	٣٦.٠٠٠	١٨٩.٣٦	الخطأ العامل داخل القياسات	
٠.٩٥	٠.٠٠٠	٥١.٤٩	٣٧٦.٥٠	٢.٠٠٠	٣٧٦.٥٠	التأثير بين القياسات	اختبار تشي الجذع من الوقوف
			٤١.٣٢	٢١.٠٠٠	٢٢٤.١٧	الخطأ العامل بين القياسات	
٠.٨٦	٠.٠٠٠	٥٥.٦٣	١٢٣.٢٢	٣.٠٠٠	٢٨٩.٥٨	التأثير داخل القياسات	
			٩.٨٣	٣٦.٠٠٠	٢١٧.٢١	الخطأ العامل داخل القياسات	
٠.٩١	٠.٠٠٠	٦٢.١٩	٣٩٥.١١	٢.٠٠٠	٣٩٥.١١	التأثير بين القياسات	نظ الحبل
			٣٩.٢١	٢٢١.٠٠٠	٢٧٦.٣٣	الخطأ العامل بين القياسات	
٠.٧٧	٠.٠٠٠	٤٩.٣٦	١١٧.٢١	٣.٠٠٠	٢٤١.٣٢	التأثير داخل القياسات	
			١١.٦٢	٣٦.٠٠٠	٢١٤.٢٩	الخطأ العامل داخل القياسات	

قيمة " ف " الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ بين القياسات = ٤.٢٨

قيمة " ف " الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ داخل القياسات = ٣.٢٠

يتضح من الجدول السابق جدول (١٤) وجود فروق دالة احصائية بين القياسات المتكررة (القبليّة والبينيّة و البعدية) في القدرات البدنية ، حيث جاءت جميع قيم " ف " المحسوبة أكبر من قيم " ف " الجدولية .

كما يوضح الجدول السابق أن قيم حجم التأثير جاءت جميعها أكبر من ٠.٠٥ مما يدل على أن حجم تأثير القدرات البدنية على عينة البحث تأثيراً كبيراً .

جدول (١٥) تحليل التباين للقياسات المتكررة (القبليّة والبينيّة و البعدية) عينة البحث المختارة في اختبار الذكاء ن = ١٢

حجم الأثر	الدلالة	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع مربعات القياسات الثلاثة	عناصر اللياقة البدنية	
						التأثير بين القياسات	الخطأ العامل بين القياسات
٠.٨٨	٠.٠٠٠	١٤٣.٦٥	٥٩٨٨.٦٦	٢.٠٠٠	٥٩٨٨.٦٦	التأثير بين القياسات	نظ الحبل
			١٣٦.٦٩	٢٢١.٠٠٠	١٣٢٢.٦٢.	الخطأ العامل بين القياسات	

٠.٩٣	٠.٠٠	٨٦.٦٣	٨٨.٧٦	٣.٠٠	٩٤٢.٣٦	التأثير داخل القياسات
			٢١.٣٦	٣٦.٠٠	٤٥٥.٦١	الخطأ العامل داخل القياسات

قيمة " ف " الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ بين القياسات = ٤.٢٨

قيمة " ف " الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ داخل القياسات = ٣.٢٠

يتضح من الجدول السابق جدول (١٥) وجود فروق دالة احصائية بين القياسات المتكررة (القبلية والبيئية و البعدية) في اختبار الذكاء ، حيث جاءت جميع قيم " ف " المحسوبة أكبر من قيم " ف " الجدولية .

كما يوضح الجدول السابق أن قيم حجم التأثير جاءت جميعها أكبر من ٠.٠٥ مما يدل على أن حجم وتأثير اختبار الذكاء على عينة البحث تأثيراً كبيراً .

جدول (١٦) أقل فرق معنوي (L.S.D) للفرق بين متوسطات عناصر اللياقة البدنية عينة البحث المختارة

للقياسات (القبلية والبيئية و البعدية) ن = ١٢

قيمة " L.S.D "	معنوية الفروق بين المتوسطات		المتوسط الحسابي	القياسات	وحدة القياس	الدلالة الاحصائية عناصر اللياقة البدنية
	البيئي	البعدى				
٠.٨٧٧	٢.٢٣٥ -	٥.٦٤٥ -	٩.٥٠٠	القبلي	ثانية	اختبار عدو ٣٠ متر
		٣.١٢٥ -	٨.٥٠٠	البيئي		
			٧.١٦٧	البعدى		
٠.٩١٤	٢.٨٩٧ -	٥.٨٦٦ -	٩.٧٥٠	القبلي	عدد	اختبار الانبطاح المائل من الوقوف
		٣.٧٠٢ -	١٠.١٦٧	البيئي		
			١٢.٠٠٠	البعدى		
٠.٨٦٤	٢.٠١١ -	٥.١٢٢ -	٥.٣٣٣	القبلي	سم	اختبار ثنى الجذع من الوقوف
		٣.٠٧١ -	٦.٨٣٠	البيئي		
			٧.٤١٥	البعدى		
٠.٧٩٣	١.٩٣٣	٤.١١٢	٣.٠٠	القبلي	عدد	نط الحبل
		٢.٣٦٣	٣.٩١٧	البيئي		
			٥.٨٣٣	البعدى		
٠.٨٩١	٨.٧٥٤ -	٢٩.٣٦٤ -	٧٨.١٦٧	القبلي	درجة	اختبار الذكاء
		٧.٩٦٤ -	٨٥.٨٣٣	البيئي		
			٩٣.٥٨٣	البعدى		

جدول (١٧) أقل فرق معنوي (L.S.D) للفرق بين متوسطات اختبار الذكاء عينة البحث المختارة للقياسات
(القبلية والبيئية و البعدية) ن = ١٢

قيمة " L.S.D "	معنوية الفروق بين المتوسطات		المتوسط الحسابي	القياسات	وحدة القياس	الدلالة الاحصائية عناصر اللياقة البدنية
	البيئي	البعدى				
٠.٨٩٩	٥.٦٤٥ -	٢.٢٣٥ -	٩.٥٠٠	القبلى		اختبار عدو ٣٠ متر
	٣.١٢٥ -		٨.٥٠٠	البيئي		
			٧.١٦٧	البعدى		
٠.٩١٤	٥.٨٦٦ -	٢.٨٩٧ -	٩.٧٥٠	القبلى		اختبار الانبطاح المائل من الوقوف
	٣.٧٠٢ -		١٠.١٦٧	البيئي		
			١٢.٠٠٠	البعدى		
٠.٨٦٤	٥.١٢٢ -	٢.٠١١ -	٥.٣٣٣	القبلى		اختبار ثنى الجذع من الوقوف
	٣.٠٧١ -		٦.٨٣٠	البيئي		
			٧.٤١٥	البعدى		
٠.٧٩٣	٤.١١٢	١.٩٣٣	٣.٠٠	القبلى		نط الحبل
	٢.٣٦٣		٣.٩١٧	البيئي		
			٥.٨٣٣	البعدى		

ثانيا: تفسير النتائج :

بناء على ما أظهرته وأسفرت عنه النتائج الإحصائية وفى حدود القياسات التي تم إجراؤها، وفى الإطار المحدد لعينة البحث سوف يتم مناقشة مدى تحقق الأهداف وصدق الفروض ومن واقع البيانات وفى ضوء المعالجات الإحصائية السابق عرض نتائجها وانطلاقاً من فروض البحث توصل الباحث إلى مناقشة نتائجه على النحو التالي :

الفرض القائل : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلية والبعدية لصالح القياسات البعدية في بعض القدرات الحركية قيد البحث .

يتضح من جدول (١٢) وشكل (١) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية عينة البحث المختارة فى القياسات القبلية والبيئية والبعدية فى عناصر اللياقة البدنية المختارة حيث تراوحت قيمة " ف " ما بين (٢١.٦٦ : ٧٦.٣٦) وكانت لصالح اختبار عدو ٣٠ متر ، واختبار الانبطاح المائل من الوقوف .

ويعزو الباحث هذه الفروق بين القياس القبلى والقياس البيئى والقياس البعدى للمجموع التجريبية إلى (البرنامج المقترح باستخدام التمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى لتنمية بعض القدرات الحركية للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية) حيث ساعد استخدام تلك البرنامج والمعد من قبل

الباحث في رفع كفاءة تلك الفئة وما وفرة البرنامج من مساعدات التعليم والعديد من الأنشطة المتنوعة ، والتي يعد استخدامها مع تلك الفئة من الأطفال من عوامل الهامة والتي بدورها وفرت العديد من الأنشطة الرياضية المختلفة من خلال اعتماد الباحث على العديد من التمرينات مثل نط الحبل والانبطاح المائل من الوقوف وغيرها ، كما ساهم هذا البرنامج في توفير جوانب المرح والسرور وهذا بدوره ما يحبه متعلمين تلك الفئة من إتاحة الحركة المستمرة وما يتبعها من عنصر المرح والسرور ، وهي ما ساهمت في جذب انتباه المتعلمين للبرنامج والارتقاء بمستواهم البدني .

ويعزو الباحث هذه الفروق إلى المتغير التجريبي وحدة والتمثل في استخدام (برنامج للتمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى لتنمية بعض القدرات الحركية للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية) في التعليم والذي استخدم كوسيلة تعليمية ، وساهم هذا البرنامج في خلق بيئة تعليمية تشجع على الممارسة النشطة وسهولة الانخراط داخل البرنامج النشاط الرياضي المختار .

ويعلل الباحث هذه الفروق الإحصائية بين القياسات الثلاثة السابقة للمجموعة التجريبية المختارة والتي جاءت جميعها لصالح القياس البعدي إلى البرنامج التعليمي المقترح من الباحث والتي خضعت لها المجموعة التجريبية وما ساهم به هذا البرنامج في الارتقاء بالمستوى البدني لمجموعة البحث المختارة حيث ساهم البرنامج المقترح في تكوين صورة شبة واضحة أمام المتعلمين عن كل تمرين ، وساعد البرنامج المتعلمين وما تميز به من سرعة الانتقال من تمرين إلى الآخر مع الأخذ في الاعتبار خصائص عينة البحث المختارة ، وبذلك يتضح لنا أن البرنامج المقترح ساهم بشكل بارز في تنمية الصفات البدنية كما تم ذكره سابقا .

وكما يتضح من جدول (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبينيّة والبعديّة للمجموعة التجريبية المختارة في اختبار الذكاء حيث جاءت قيمة " ف " لاختبار الذكاء (١٢١.٣٧) يرجع الباحث هذه الفروق إلى التأثير الواضح للبرنامج التعليمي المقترح (باستخدام التمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى لتنمية بعض القدرات الحركية للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية) حيث ساهم هذا البرنامج وما قدمته من تمرينات مختلة وبالتالي ساهم في زيادة الحركة والنشاط وهو ما أثر بدوره على زيادة نسبة الذكاء لعينة البحث المختارة ، كما ساهم تنوع التمرينات البدنية المختارة إلى زيادة حماس عين البحث نحو ممارسة النشاط الرياضي وهو بدوره هو الآخر ساهم في الارتقاء بنسبة الذكاء وهو ما اظهرته نتائج الجدول السابق .

كما نلاحظ من جدول (١٤) والذي اعتم الباحث فيه على تحليل التباين بين الثلاث قياسات السابقة (القبليّة - البينيّة - البعديّة) حيث جاءت قيمة " ف " ما بين (٢٩.٢٦ : ٦٢.١٩) وجاءت لصالح اختبار عدو ٣٠ متر ، نط الحبل ، كما يتضح من الجدول السابق أن حجم الأثر جاء ما بين (٠.٧٦ : ٠.٩٥) وجاءت لصالح اختبار عدو ٣٠ متر واختبار ثني الجذع من الوقوف ، ويعزو الباحث هذه

الفروق إلى البرنامج التعليمي المقترح (البرنامج المقترح باستخدام التمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى لتنمية بعض القدرات الحركية للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية) إلى استخدام الباحث للعديد من التمرينات البدنية وما صاحب تلك التمرينات من الاعتماد على الموسيقى أثناء عرضها مما جعل المتعلمين أكثر اندماجا داخ البرنامج ، ما ساعد على زيادة التشويق والمرح والسرور ، وزيادة الشعور لدى عينة البحث المختارة العينة التجريبية بحب ممارسة تلك التمرينات وسرعى الاندماج فيها ، كما ساهم البرنامج بشكل كبير في تحسن مستوى الصفات البدنية وهو ما ظهر من خلال العرض السابق ومن خلال الاعتماد على البرنامج المقترح ودورة في زيادة حماس ونشاط المتعلمين .

كما يتضح من خلال (١٦) ومن خلا قيام الباحث بحساب أقل فرق معنوى حيث جاءت قيمة (L.S.D) والتي جاءت ما بين (٠.٧٩٣ : ٠.٩١٤) وجاءت لصالح اختبار نط الحبل واختبار الانبطاح المائل من الوقوف ، كما جاءت قيمة (L.S.D) لاختبار الذكاء (٠.٨٩١) وهو ماتم توضيحه من خلال العرض في الجدول السابق ، ويعزو الباحث التقدم في مستوى الأداء البدنى لمجموعة البحث التجريبية الت تم توضيحها من خلال نتائج الجدول السابق جدول (١٦) إلى البرنامج المقترح (باستخدام التمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى لتنمية بعض القدرات الحركية للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية) للتمرينات المختارة ومستوى الأداء الحركى المطلوب إلى استخدام البرنامج المقترح من الباحث والذي بدوره اتاح فاعلية أكثر للأداء العملي والإستيعاب لمحتوي التمرينات المختارة والتي التعرف على أفضل طرق أدائها ، كما اتاح البرنامج فرص أكبر للممارسة الفعلية في تلك التمرينات لجميع المتعلمين عينة البحث المختارة على حاً سواءً مما زاد من إستفادة المتعلمين من التطبيق والنماذج والأمثلة التطبيقية لمجموعة التمرينات المختارة قيد الدراسة ، كما ساهم البرنامج المقترح فى أن يتفاعل المتعلمين مع البرنامج وزيادة حماسهم وتشجيعهم أكثر على التعلم ، كما ساهم هذا البرنامج فى مراعاة الفروق الفردية بين متعلمين عينة البحث المختارة ، كما وسمح لهم بالسير وفق سرعتهم الذاتية فى التعلم ، وذلك بسبب اتاحة الفرص للمتعلم للتعلم وفقاً لقدراته الذاتية والعلمية.

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة " **خلود خالد أحمد** " (٢٠٢٣) والتي هدفت إلى تصميم برنامج تمرينات بمصاحبة الموسيقى على تنمية الذكاء الجسدي الحركي لدي الأطفال ذوي الإعاقة القابلين للتعلم .

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة " **محمد عصام محمد** " (٢٠٢٣) والتي هدفت إلى التعرف على تأثير التمرينات بمصاحبة الموسيقى على تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية لدى تال ميذ متالزمة داون بمدرسة التربية الفكرية بمحافظة بنى سويف.

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة دراسة Saneii ، Matin Sadr N، Khalafbeigi M ،Lotfi S (٢٠١٨) والتي هدفت إلى معرفة مدى فاعلية التمرينات الإيقاعية الإيقاعية في المهارات الحركية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة

- الاستنتاجات :

في ضوء هدف و فروض وإجراءات البحث و نتائجه توصل الباحث الي الإستنتاجات الآتية:

١- ظهور فروق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح البعدى للمجموعة التجريبية في اختبارات (السرعة الانتقالية).

١- ان تطوير السرعة الانتقالية كانت لها تأثير ايجابي في تطوير الحركة لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية .

٢- برنامج التمرينات الإيقاعية المصاحبة للموسيقى المختار له تأثير ايجابي علي تحسين مستوى الأداء الفني والمهاري لذوي الإعاقة الذهنية .

- التوصيات :

١- التأكيد على استخدام مبدأ التدرج في استخدام التمرينات بالشكل الذي يتناسب مع المستوى الحركي والذهني للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية .

٢- التأكيد على تمرينات السرعة الانتقالية لما لها من تأثير على الحركة لدي الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية .

- ضرورة الاهتمام بتطوير السرعة الإنتقالية من اجل تطوير الحركات والمهارات المختلفة .

٣- التأكيد على استخدام الأسس العلمية عند وضع التمرينات التي يتم استخدامها مع الاطفال ذوي الإعاقة الذهنية .

المراجع :-

أولاً: المراجع باللغة العربية :

- ١- أسامه كامل راتب ، أمين أنور الخولي : التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربي ، القاهرة ١٩٩٤ .
- ٢- زينب ندي المتعان : تأثير برنامج للتربية الحركية بمصاحب الموسيقى على القدرات الإدراكية (الحس حركية) للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة اليرموك ، الأردن ٢٠١٨ .
- ٣- ساميه كامل الهجرسي : التمرينات الإيقاعية والجمباز الإيقاعي . المفاهيم العلمية والفنية ، مكتبة ومطبعة الغد ، القاهرة ٢٠٠٩ .
- ٤- صلاح الدين محمد سليمان : التمرينات والتمرينات المصورة ، دار الكتب ، القاهرة ، ٢٠١٧ م .
- ٥- عادل عبد البصير : التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق ط ١ - القاهرة - مركز الكتاب والنشر ، ١٩٩٩ م .
- ٦- عبد المطلب أمين الغريطي : سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ١٩٩٦ .
- ٧- عطيات محمد خطاب ، مها محمد فكري ، شهيرة عبدالوهاب : أساسيات التمرينات والتمرينات الإيقاعية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ٢٠٠٦ .
- ٨- عمر شرعب : بناء مستويات معيارية لبعض المتغيرات البدنية لدى ناشئي اندية المحترفين لكرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين - الضفة الغربية: جامعة النجاح الوطنية ٢٠١٢م .
- ٩- فاروق الروسان :- مقدمة في الإعاقة ، دار الفكر للنشر والتوزيع، سوريا ، ٢٠١٠ م .
- ١٠- فتحي أحمد إبراهيم : المبادئ والأسس العلمية للتمرينات البدنية والعروض الرياضية ، الفرقة الأولى - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٧ .
- ١١- قاسم المنذلاوي ، احمد سعيد : التدريب بين النظرية والتطبيق ، بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ١٩٧٩م .
- ١٢- علابه إبراهيم، مسعودي طاهر : "اقتراح برنامج حركي لتنمية الذكاء الحركي لدي الأطفال ٥-٤ سنوات لرياض الأطفال"، رسالة دكتوراة ، جامعة زيان عاشور بالجلفة ، ٢٠٢٠ م .
- ١٣- محمد بديوي بن ملحم: تأثير برنامج هوائي و أسترخائي بمصاحبة الموسيقى على القدرات الحركية و بعض المتغيرات الأنفعالية و الفسيولوجية لذو التحديات الذهنية ، رسالة دكتوراة ، كلية

الدراسات العليا ، جامعة الأردن ، الأردن ، ٢٠٠٦ .

ثانياً : الدراسات الأجنبية :

14 – Checkley. K .(2007) .The First ... and the Eight A conversation with Howard Gardner). Educational Leadership.

Alexandria .Virginia. 1(55) . Sep. 9 –13

15– Koc , H , Curtseit , T.A–G (2009) : influence of music on wingate anaerobic test performance , ovidius university annals , series physical education and sport / science , movment and health , vol 9 , issue2.

16– Particia Howling (2008): Can Children with Autism Spectrum Disorders Be Helped to Acquire A "Theory of mind"? Revisal Delogopedia foniatiray Audiology, . 28, 2, 74–89

ملخص البحث

تأثير برنامج للتمرينات الإيقاعية بمصاحبة الموسيقى لتنمية
السرعة الانتقالية للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية

أ.م.د/ وسام شوقي زكي أحمد

د/ محمد رمضان صديق

الباحث/ وليد محمد عبدربه محمد

تهدف الدراسة إلي تنمية السرعة الانتقالية للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية عن طريق برنامج للتمرينات المصاحبة للموسيقى وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع البحث من الأطفال الممارسين للرياضة.

الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية من سن ٩ - ١٢ سنة بنادى الطلبة الرياضى بمحافظة الجيزة ، حيث بلغ عددهم (١٥) ممارساً حيث طبق على المجموعة التجريبية البرنامج المقترح والمعد من قبل الباحث للتمرينات بمصاحبة الموسيقى ، هذا بالاضافة إلى (٧) أطفال كعينة استطلاعية من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية . و استخدم الباحث المنهج التجريبي و كان من اهم النتائج برنامج التمرينات المصاحبة للموسيقى المختار له تأثير إيجابي علي تحسين القدرات الحركية و مستوي الأداء الفني والمهاري و السرعة الانتقالية لذوي الإعاقة الذهنية و في ضوء النتائج يوصي الباحث بالاهتمام باستخدام التمرينات المصاحبة للموسيقى في تنمية القدرات الحركية و المتغيرات البدنية المختلفة و ضرورة الاهتمام بالتوافق السرعة الانتقالية عند رفع مستوي الأداء الفني و المهاري لذوي الإعاقة الذهنية.

Abstract

The effect of a program of rhythmic exercises accompanied by music to develop transitional speed for children with mental disabilities

Dr. Wissam Shawky Zaki Ahmed

Dr. Mohamed Ramadan Siddiq

Researcher. Walid Mohamed Abdel Rabbo Mohamed

The study aimed to develop the locomotor speed of children with intellectual disabilities through a program of exercises accompanied by music. The research sample was deliberately selected from the population of children with intellectual disabilities who practice sports, aged 9-12 years, at Talbia Sports Club in Giza Governorate. The sample consisted of 15 participants, with the proposed exercise program accompanied by music applied to the experimental group. Additionally, a pilot sample of 7 children from the same research population, but outside the main study sample, was included.

The researcher used the experimental method, and one of the most significant findings was that the selected exercise program accompanied by music had a positive impact on improving motor abilities, technical and skill performance, and locomotor speed for children with intellectual disabilities. Based on these results, the researcher recommends emphasizing the use of exercises accompanied by music to develop motor abilities and various physical variables. Furthermore, it is essential to focus on improving locomotor speed coordination when enhancing the technical and skill performance of children with intellectual disabilities .