

الفصل الثالث

خطة وإجراءات البحث

- منهج البحث

- عينة البحث

- أدوات جمع البيانات

- خطوات إجراء الدراسة

إجراءات البحث :

منهج البحث :-

استخدم الباحث المنهج التجريبي نظراً لمناسبته لطبيعة البحث وقد تم ذلك من خلال تنفيذ البرنامج المقترح على مجموعة تجريبية واحدة والتعرف على مدى تأثير البرنامج من خلال استخدام القياس القبلي والبينى والبعدي لمجموعة البحث .

مجتمع وعينة البحث :-

يمثل مجتمع هذه الدراسة الأطفال ذوى الإحتياجات الخاصة القابلين للتعلم (٥٠ - ٧٠) ونسبة ذكاء تتراوح ما بين (٥٠ - ٦٦) درجة بمتوسط ٥٥,٢٦ درجة ويعمر عقلى يتراوح ما بين ٣ : ٨,٤٠ ويعمر زمنى يتراوح ما بين (٦ : ١٣) سنة بمتوسط ٩ سنوات و٧ أشهر ، وهم يمثلون فصلين للتربية الفكرية بمدرسة مؤسسة قطور الابتدائية (مركز قطور - محافظة الغربية) .

- وقد بلغ حجم المجتمع الأصلي (٣٠) طفل من ذوى الإحتياجات الخاصة القابلين للتعلم على

النحو التالى :-

أ - تم إختيار ١٠ تلاميذ للدراسة الإستطلاعية والمعاملات العلمية للدراسة .

ب - تم إختيار ١١ تلميذاً لتطبيق البرنامج على إعتبارهم مجموعة واحدة [٧ بنين و ٤ بنات (ويتم تطبيق القياسات القبليّة والبينيّة والبعديّة لمجموعة البحث) .

ج - تم إستبعاد ٩ تلاميذ للأسباب الأتية :-

١ - للظروف الصحية التى كانت حائلاً دون إستمرارهم فى البرنامج .

٢ - نسبة غيابهم كبيرة مما يعوق إنتظامهم وإنتفاعهم بالبرنامج .

جدول (١)

حجم العينة ونسبتها للمجتمع الأصلي

م	البيان	عدد الأفراد ذوي الإحتياجات الخاصة	النسبة المئوية للمجتمع الأصلي
١	العينة الأساسية	١١	% ٣٦,٦٧
٢	عينة الدراسة الإستطلاعية	١٠	% ٣٣,٣٣
٣	أفراد لا ينطبق عليهم شروط إختيار العينة	٩	% ٣٠
	الإجمالي	٣٠	% ١٠٠

شروط إختيار العينة :

١ - أن يكون الطفل من المعاقين ذهنياً القابلين للتعلّم وبنسبة ذكاء (٥٠ - ٧٠)
درجة

٢ - أن تكون نسبة حضوره تتعدى ٨٠ % من نسبة حضور العام الماضي .

٣ - أن تكون حالته الصحية تسمح بممارسة برنامج الألعاب المقترح وتأخذ موافقة الطبيب .

مجالات البحث :-

١- المجال البشري :-

أجرى البحث على عينة قوامها (١١) تلميذاً من ذوي الإحتياجات الخاصة وهم من فصلى
التربية الفكرية بمدرسة مؤسسة قطور الابتدائية إضافة إلى الباحث و٤ مساعدين (٣ مدرسين
القائمين بالتدريس للعينة - الأخصائي الإجتماعي) .

٢- المجال المكاني :-

أجريت الدراسات الإستطلاعية والقياسات القبلية والبيئية والبعدية بفناء مدرسة مؤسسة قطور
الابتدائية .

٣- المجال الزمني :-

تم تطبيق برنامج الألعاب الصغيرة فى الفترة من ٢٠٠٥ / ٢ / ١٥ إلى ٢٠٠٥ / ٥ / ١٥ .

أدوات جمع البيانات :-

١ - مقياس ستانفورد بنيه لتحديد نسبة الذكاء .

٢- إستمارات البحث .

أ - إستمارة إستطلاع رأى الخبراء حول تقسيمات الحركات الأساسية وإختيار أهمها للحياة اليومية (مرفق رقم ٣) .

ب - إستمارة إستطلاع رأى الخبراء فى البرنامج المقترح للألعاب الصغيرة (مرفق رقم ٤)

ج - البرنامج فى وضعه النهائى بعد تعديلات الخبراء (مرفق ٥)

وقد تم عرض هذه الإستمارات على مجموعة من الخبراء بلغ عددهم (٩) خبراء من الحاصلين على درجة الدكتوراة فى مجال الترويح وطرق ومناهج التدريس والإعاقة الذهنية من جامعات حلوان والإسكندرية والمنيا وطنطا على ألا تقل خبرة كل منهم عن (١٠) سنوات خبرة .

٢- إختبارات لقياس الحركات الأساسية الطبيعية :-

أ - إختبار سرعة الجرى لمسافة (٢٠ متر / ث)

يرسم خطى بداية ونهاية بمسافة ٢٠ م ومع صافرة البدء يجرى التلاميذ إلى خط النهاية ويحسب الوقت المستغرق لكل تلميذ بالثانية .

ب - المشى ٣٠ م على العلامات / ث .

يرسم خطى بداية ونهاية بمسافة ٣٠ م ومع صافرة البدء يمشى التلاميذ على العلامات المرسومة على الأرض إلى خط النهاية ويحسب الوقت المستغرق لكل تلميذ بالثانية

ج - الوثب الطويل من الثبات / سم .

يرسم خط طويل بالجير ويقوم كل تلميذ بمرجحة الذراعين للأمام وللخلف ثم يثبت للأمام مع وجود متر مثبت على الأرض ويحسب لكل تلميذ المسافة التي وثبها على المتر المثبت بالسنتيمتر

د - الحجل ١٠ م / ث (بالقدم اليمنى - بالقدم اليسرى) .

ترسم حارات بين خطى بداية ونهاية وعلى بعد ١٠ م وتحدد قدم الحجل ومع إشارة البدء يبدأ التلاميذ بالحجل داخل الحارات ويحسب لهم زمن الحجل بالثانية .

هـ - رمى كرة تنس باليد اليمنى لأبعد مسافة ، رمى كرة تنس باليد اليسرى لأبعد مسافة (

يرسم خط بداية يقف عليه التلاميذ ويرسم ثلاث مقاطع للرمى على بعد ١٠ م من بعضهما ويرمى كل تلميذ كرة تنس أرضى لأبعد مسافة باليد اليمنى ، اليد اليسرى (ثلاث محاولات لكل يد ويحسب للتلميذ أفضل محاولة) وتحسب المسافة بالمتر .

و - اختبار الرمى واللقف (الرمى على دوائر متداخلة على الحائط من مسافات مختلفة واللقف بالذراعين معاً) .

ترسم ثلاث دوائر على الحائط على إرتفاع ١,٥ م عن الأرض من المنحنى الخارجى للدائرة الكبرى والدوائر الثلاث متداخلة كبيرة وبوسطها دائرة أصغر منها قطعاً وبداخلها دائرة أصغر قطعاً ، ولكل لاعب ثلاث محاولات يرمى الكرة على الحائط عن بعد ٢ م فإذا كانت فى الدائرة الصغيرة وتمكن من لقفها بيديه تحسب له ٣ نقاط وإذا أصاب الدائرة الأكبر تحسب له نقطتين وإذا أصاب الخارجية الكبيرة تحسب له نقطة واحدة .

ز - قيام / جلوس ١٠ ث .

يقف كل تلميذ فى مكانه على حدى ويطلب من كل تلميذ القيام والجلوس فى مكانه فى مدة زمنية قدرها ١٠ ثوانى ويحسب له عدد القيام والجلوس الصحيح فى ١٠ ثوانى .

ح - رقود على الظهر ثنى ومد الجذع ١٠ ث .

يرقد التلميذ على ظهره على مرتبة ويثنى الجذع ليصل لوضع الجلوس الطويل ثم يعود لوضع الرقود على الظهر فى ١٠ ثوانى ، ويحسب له المحاولات الصحيحة فى العشر ثوانى

فقط

ط - صعود وهبوط ١٥ درجة سلم / ث .

يقف التلميذ على بداية السلم ويحسب لهم خط نصف النهاية عند ١٥ درجة سلم بمعنى
أن التلميذ سيصعد ١٥ درجة سلم وعند الدرجة ١٥ يلف التلميذ ليهبط ١٥ درجة مرة أخرى
ويحسب للتلميذ الوقت المستغرق بالثانية .

ي - التسلق على عارضة والتعلق بها/ ث .

يتسلق التلميذ قائم المرمى بمفرده أو بمساعدة المعلم ومع وصوله للعارضة يبدأ المعلم
بحساب المدة التي يتعلقها التلميذ بالثانية .

وقد إختار الباحث هذه الإختبارات للأسباب الآتية :-

١ - عدم إحتياجها لأدوات كثيرة في ظل قلة الأدوات في مجتمع العينة (مدرسة مؤسسة قطور)

٢ - وضعها في شكل تنافسي يجعلها أكثر جاذبية لبرنامج الألعاب الصغيرة وبذلك تصبح إختبار
دون أن يشعر أفراد العينة ذلك .

٣ - سهله ومبسطه في الشرح والتطبيق .

٤ - لا توجد بها نسبة خطورة وتتوفر بها عاملى الأمن والسلامة .

٥ - تقيس ما وضعت من أجله بكفاءة وبدقة .

٤ - الأدوات والأجهزة المستخدمة لأداء الإختبار :-

- | | |
|-------------------------|---------------------------------|
| - أطواق بأحجام مختلفة . | - كرات يد متوسطة الحجم . |
| - قوائم الكرة الطائرة . | - حبال بلاستيك مختلفة الأطوال . |
| - مقاعد سويدية . | - صناديق خشبية . |
| - مرمى كرة يد . | - مراتب إسفنجية . |
| - شريط للقياس بالمتر . | - ساعة إيقاف . |
| - صافرة . | - كرات تنس أرضى . |
| - أطباق . | - فاكهة بلاستيك . |
| - أجولة قفز . | |

الدراسات الإستطلاعية :-

قام الباحث بإجراء دراستين استطلاعيتين فى الفترة الزمنية من ٦ / ٢ / ٢٠٠٥ إلى ١٢ / ٢ / ٢٠٠٥ على عينة من ذوى الإحتياجات الخاصة القابلين للتعلم بلغ قوامهم (١٠) تلاميذ وهم عينة ممثلة من المجتمع الأصلي ومن خارج عينة البحث .

- الدراسة الإستطلاعية الأولى :-

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى بتاريخ : ٦ / ٢ / ٢٠٠٥ م وإستهدفت :-

- ١ - التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة فى إجراءات البحث .
- ٢ - معرفة الطرق الصحيحة لإجراء القياسات عملياً .
- ٣ - إكتشاف نواحى القصور والضعف فى الأجهزة والأدوات ومحاولة تلافيها .
- ٤ - التأكد من صلاحية الإختبارات للتطبيق على عينة البحث .
- ٥ - تحديد الزمن الذى تستغرقه كل حركة .
- ٦ - مدى مناسبة محتوى البرنامج المقترح لمستوى الأطفال المعاقين ذهنياً .
- ٧ - إختيار المساعدين .

وقد أسفرت نتائج الدراسة الإستطلاعية الأولى عن :-

- ١ - تحديد مدى صلاحية أدوات وأجهزة القياس .
- ٢ - تحديد الوقت المناسب لكل حركة فى التدريس .
- ٣ - تحديد الترتيب الصحيح والتدرج للحركات الأساسية .
- ٤ - إستبعاد الألعاب الصغيرة والقصص الصعبة والمعقدة والتى لا تناسب أفراد العينة .
- ٥ - إختيار الحصتين (٢ ، ٣) لمناسبتها لحالة التلاميذ والتى تكون درجة الحرارة فيها معتدلة .
- ٦ - إختيار الثلاث مدرسين القائمين بالعملية التعليمية بالفصل إلى جانب الأخصائى الإجتماعى .

- الدراسة الإستطلاعية الثانية : -

تهدف إلى إيجاد معاملات الثبات والصدق للإختبارات المستخدمة فى البحث وذلك فى الفترة من ٩-١٢/٢/٢٠٠٥ .

أولاً : ثبات الإختبار :

لقد قام الباحث بقياس معامل الثبات للإختبارات من خلال تطبيقها وإعادة تطبيقها test - retest وذلك على عينة مماثلة لمجتمع البحث ومن خارج عينة البحث وكان قوامها (١٠) تلاميذ وقد تم حساب معامل الثبات من خلال معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين نتائج الإختبارات فى القياس الأول والقياس الثانى ، وكلما إقتربت قيمة الثبات من (١,٠٠) كلما زاد إستقرار وثبات الإختبار .

جدول رقم (٢)

معامل الثبات للقياسات المستخدمة

م	الحركات الأساسية	التطبيق الأول		التطبيق الثانى		معامل الثبات
		١م	١ع	٢م	٢ع	
١	المشى على العلامات ٣٠ متر / ث	٣٤,١٨٩	٢,٢٠٠	٣٣,٣٨٦	٢,٠٣٠	٠,٩٨٥
٢	الجرى ٣٠ متر / ث	١٣,٥٨٥	١,٩٩٦	١٢,٢٣٩	١,٦٥٦	٠,٩٢١
٣	الحجل بالقدم اليمنى ١٠ / ث	١٥,٠٦٤	٢,١٨١	١٣,٨٣١	٢,٣٣٩	٠,٩١٧
٤	الحجل بالقدم اليسرى ١٠ / ث	١٨,٥٧٣	٢,٩٦٩	١٧,٢٤٣	٣,٠٠٤	٠,٨٩٦
٥	الوثب الطويل من الثبات / سم	٣٢,٩٠٩	١٤,٨٩٦	٣٦,٠٠٠	١٥,١٥٣	٠,٨٧٥
٦	رمى كرة تنس باليد اليمنى لأبعد مسافة / متر	٧,٦٦٨	٣,٩٠٧	٨,٢٧٣	٣,٦١٠	٠,٩٢٥
٧	رمى كرة تنس باليد اليسرى لأبعد مسافة / متر	٤,٥٥٩	٢,٥١٢	٤,٩٥٥	٢,٥٧٣	٠,٨٤٤
٨	رمى الكرة بيد واحدة على الدوائر المتداخلة على الحائط ولقنها باليدين	٠,٣٦٤	٠,٥٠٥	٠,٦٣٦	٠,٦٧٤	٠,٧٢٨
٩	قيام جلوس بالمحل ١٠ / ث	١,٩٠٩	١,٠٤٤	٢,٦٣٦	١,٠٢٧	٠,٨٧٨
١٠	رقود على الظهر ثنى ومد الجذع ١٠ / ث	١,٢٧٣	١,١٠٤	١,٩٠٩	٠,٩٤٤	٠,٨٩٠
١١	صعود وهبوط ١٥ درجة سلم / ث	١١,٨٩٥	٠,٧٩٣	١٠,٦٢٩	٠,٧١٨	٠,٧٥٤
١٢	التسلق على عارضة والتعلق بها / ث	٣,٦٥٥	١,٠٥٦	٤,٣٨٢	١,٥٤٣	٠,٩٣٥

ثانياً :الصدق :

أ-الصدق المنطقي :

الصدق المنطقي هو الحكم على مدى تمثيل الإختبار لما وضع من أجله ولقد قام الباحث بوضع وصياغة الإختبارات بعد الإطلاع على العديد من المراجع العلمية التي تناولت دراسة الحركات الأساسية وطرق قياسها .

ب-صدق المحكمين :

قام الباحث بعرض الإختبارات فى صورتها المبدئية على أساتذة الترويح وطرق ومناهج التدريس ، وقد قام الباحث بالتعديلات المطلوبة حسب آراء الخبراء إلى أن وصلت الإختبارات إلى الوضع التهنائى

معامل الصدق (لعدد ٩ محكمين)

م	الحركات الأساسية	عدد الآراء المتفقة	معامل الصدق
١	المشى على العلامات ٢٠ متر / ث	٧	%٧٧,٧
٢	الجري ٢٠ متر / ث	٩	%١٠٠
٣	الحجل بالقدم اليمنى ١٠ / ث	٩	%١٠٠
٤	الحجل بالقدم اليسرى ١٠ / ث	٩	%١٠٠
٥	الوثب الطويل من الثبات / سم	٨	%٨٨,٨
٦	رمى كرة تنس باليد اليمنى لأبعد مسافة / متر	٩	%١٠٠
٧	رمى كرة تنس باليد اليسرى لأبعد مسافة / متر	٩	%١٠٠
٨	رمى الكرة بيد واحدة على الدوائر المتداخلة على الحائط ولقفها باليدين	٧	%٧٧,٧
٩	قيام جلوس بالمحل / ١٠ ث	٧	%٧٧,٧
١٠	رقود على الظهر ثنى ومد الجذع / ١٠ ث	٦	%٦٦,٦
١١	صعود وهبوط ١٥ درجة سلم / ث	٨	%٨٨,٨
١٢	التسلق على عارضة والتعلق بها / ث	٨	%٨٨,٨

البرنامج المقترح :-

خطوات وضع البرنامج :-

بعد الإطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة وأراء الخبراء لتحديد أهم الحركات الطبيعية الأساسية لذوى الإحتياجات الخاصة توصل الباحث لمجموعة من الحركات الهامة مثل (الجرى - المشى - الرمى - اللقف - الوثب والقفز - الحبل - التسلق والتعلق - القيام والجلوس - الرقود على الظهر - الصعود والهبوط) .

وقد توصل الباحث إلى تصميم برنامج ألعاب صغيرة من شأنه تحسين هذه الحركات الأساسية الطبيعية (قيد البحث) .

وقد تم عرض البرنامج على مجموعة من الخبراء وقد تم حذف وإستبعاد كل ما هو صعباً بالنسبة للعينة أو أكثر من قدراتهم البدنية والعقلية إلى أن وصل البرنامج لصورته الحالية . (مرفق رقم ٤)

الهدف من البرنامج :-

تحسين الحركات الأساسية الطبيعية قيد البحث عن طريق إستثارة ما لدى الطفل من مقدرة وحب للنشاط والحركة لإشباع حاجته وتحقيق السعادة والمتعة والسرور وذلك من خلال المشاركة الإيجابية لكل الأفراد المشتركين فى البرنامج .

أسس بناء البرنامج :-

١ - أن تتناسب الحركات والأنشطة مع طبيعة الأفراد من حيث إستعداداتهم وقدراتهم ومستوى مهاراتهم .

٢ - تنوع أوجه الأنشطة الرياضية وذلك حتى يتمكن الأفراد من النجاح فى أوجه النشاط المختلفة

٣ - أن يتيح فرصة إكتساب خبرات النجاح .

٤ - أن يراعى الفروق الفردية بين الممارسين للبرنامج .

٥ - أن يستثير دافعية الأطفال للعمل ويضمن المشاركة الإيجابية .

- ٦ - أن يراعى توفر عاملى الأمن والسلامة .
- ٧ - أن يتناسب مع الإمكانيات والأدوات المتوفرة .
- ٨ - أن يتناسب مع الجدول الزمنى لفترة الدراسة بالمدرسة .

تنظيم البرنامج :

تم تطبيق البرنامج المقترح على الأطفال ذوى الإحتياجات الخاصة عقلياً القابلين للتعليم من (٦ - ١٣) سنة وبدرجة ذكاء (٥٠ - ٧٠) درجة لمدة (٣) شهور مستمرة بما يعادل (١.٢) أسبوع بواقع (٤) وحدات تدريسية فى الأسبوع وذلك من خلال إدراج حصة للتربية الرياضية ضمن جدولهم والذى لم يشملها مطلقاً من قبل ، وبذلك يصبح العدد الكلى للوحدات (٤٨) وحدة تدريسية ، زمن كل وحدة (٤٥) دقيقة .

ونظراً لحالة الملل التى تصاحب أفراد العينة من التكرار والإستمرار فى لعبة واحدة لفترات طويلة فلقد رأى الباحث أن يشتمل كل درس على ثلاث حركات أساسية لضمان التعدد والتنوع والبعد عن الملل والتكرار ولضمان توفير عنصر الشعور بالنجاح .

محتوى البرنامج :

- ألعاب صغيرة تتضمن قصص حركية لتحسين الحركات الطبيعية الأساسية فى جميع أجزاء الدرس.

ولقد تم تقسيم محتوى كل وحدة تدريسية على النحو التالى :

١ - الجزء التمهيدى : والذى يهدف إلى :

أ - إعداد وتهيئة الجسم بدنياً وفسولوجياً ونفسياً لتقبل العمل فى المرحلة التالية .

ب - محاولة الوصول إلى أحسن الطرق للإنتقال للجزء التالى مع إدخال روح المرح والسرور

ج - الإعداد الجيد لتلافي الإصابات التي قد يتعرض إليها الفرد أثناء الأداء .

٢ - الجزء الرئيسى ويحتوى على ألعاب صغيرة وقصص حركية تعمل على تحسين الحركات الطبيعية الأساسية لذوى الاحتياجات الخاصة عقلياً القابلين للتعلم ، على أن يحتوى هذا الجزء على ثلاث حركات أساسية للبعد عن الملل والرتابة فى الأداء وذلك نظراً لطبيعة عينة البحث .

٣ - الجزء الختامى : -

وذلك بإستخدام المرجحات والمشى والجري الخفيف .

نموذج لتنظيم وحدة تدريسية .

الأسبوع الأول : -

أجزاء الدرس	المدة الزمنية	محتوى الدرس
الإحماء	١٠ ق	تكوين الدوائر : المشى الحر فى المكان وعند سماع الصفارة يقوم اللاعبون بتكوين دائرة
الجزء الرئيسى	٣٠ ق	- ألعاب المشى (١٣ ، ٥ [١ / ٤]) - ألعاب الصعود والهبوط (٦ ، ٢ [٨ / ٤]) - ألعاب الرقود على الظهر (٧ ، ٣ [٩ / ٤])
الختام	٥ ق	المشى الخفيف حول الملعب - أداء التحية والإنصراف

أساليب تنفيذ البرنامج :-

- شرح الألعاب الصغيرة والقصص الحركية مع أداء نموذج للأداء المطلوب من خلال الباحث .
- تشجيع جميع أفراد العينة بكلمات الثناء والإعجاب والتشجيع والتحية والتصفيق لرفع الروح المعنوية وإكسابهم روح المنافسة وخبرات النجاح .
- استخدام الحافز من خلال الجوائز العينية والمعنوية والتي تزيد من إثارة روح المنافسة وحب النجاح .

خطوات البحث :

- وضع برنامج زمني لتنفيذ خطوات البحث بداية من ٢٠٠٥ / ٢ / ١٥ إلى ٢٠٠٥ / ٥ / ١٥
- ١ - الحصول على الموافقات الإدارية اللازمة لإجراء البحث (مرفق رقم ١)
- ٢ - إعداد أدوات جمع البيانات .
- ٣ - الدراسات الاستطلاعية (حساب المعاملات الإحصائية - تجريب وحدات البرنامج)
- ٤ - القياس القبلي تم تطبيق القياسات القبلي لعينة البحث في الفترة من ٢٠٠٥ / ٢ / ١٥ - ٢٠٠٥ / ٢ / ٢٠ .
- ٥ - تنفيذ البرنامج على مدار (١٢) أسبوع بواقع (٤) وحدات تدريسية أسبوعياً ولمد (٤٥) دقيقة في اليوم وهي زمن الحصة في اليوم الدراسي .
- ٦ - إجراء القياس البيني في الفترة من ٢٠٠٥ / ٤ / ١ - ٢٠٠٥ / ٤ / ٤ .
- ٧ - إجراء القياس البعدي في الفترة من ٢٠٠٥ / ٥ / ١١ - ٢٠٠٥ / ٥ / ١٥ .
- ٨ - المعالجة الإحصائية لنتائج القياسات باستخدام برامج الحزم الإحصائية (سيجما بلوت وسيجما ستات واكسل) .