

الفصل الثالث

خطة وإجراءات البحث

- أولا : منهج البحث .**
- ثانيا : مجتمع و عينة البحث .**
- ثالثا : الأدوات المستخدمة فى البحث .**
- رابعا : الدراسة الاستطلاعية .**
- خامسا : الدراسة الأساسية .**
- سادسا : المعالجات الإحصائية .**

إجراءات البحث :

أولا : منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بطريقة القياسات القبلية البعدية علي مجموعتين إحداهما تجريبية و الأخرى ضابطة و المنهج المسحي لمقياس السلوك الصحي .

ثانيا : مجتمع وعينة البحث :

يشتمل مجتمع البحث علي تلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الاساسي بمركز زفتي للصم و البكم محافظة (الغربية) ، مركز ميت غمر محافظة (الدقهلية) و البالغ قوامها (٧٩) تلميذ وقد تم اختيار عينة عمدية قوامها (٦٠) تلميذا و تتراوح أعمارهم من (٩ : ١٢) سنة من مجتمع البحث وتم استبعاد (١٩) تلميذ ، ومنهم (٥) تلاميذ بسبب عدم الحضور ، (٧) تلاميذ بسبب عامل السن ، (٣) تلاميذ مريضوا بالصرع ، (٤) تلاميذ غير متعاونين حيث يفصل بين المدرستين نهر النيل و هو الفاصل بين المحافظتين ، أي موقع جغرافي و بيئي واحد .

و الجدول رقم (١) يوضح المدارس التي تم اختيار العينة منها . ثم تقسيمهم الي مجموعتين المجموعة التجريبية : يطبق عليها البرنامج السلوك الصحي الرياضي و عددهم (٣٠) من الصم و البكم .

المجموعة الضابطة : و هي المجموعة الثانية و التي تخضع للبرنامج التقليدي للمدرسة و عددهم (٣٠) من الصم و البكم .

أ- أسباب اختيار عينة البحث :

أن يكون تلاميذ المدارس التي اختيرت منها عينة البحث متكافئة من حيث المستوى الاجتماعي والاقتصادي (لذلك اختيرت هذه العينة من المدارس الحكومية) .
- اختيرت عينة البحث من الذكور لعدم تدخل عامل الجنس في النتائج .
تتراوح أعمار العينة البحث من (٩ : ١٢ سنة) .

جدول (١)

يوضح المدارس التي تم اختيار العينة منها

عينة البحث				مجتمع البحث				عدد تلاميذ الصف الدراسي
الصف الدراسي				الصف الدراسي				
السابع	السادس	الخامس	الرابع	السابع	السادس	الخامس	الرابع	اسم المدرسة
٩	٦٠	١٢	٣	١٢	٧	١٣	٤	الفكرية والأمل بزفتي
٨	٥	١٣	٤	١٣	١٠	١٤	٦	الأمل للصم بميت غمر
١٧	١١	٢٥	٧	٢٥	١٧	٢٧	١٠	إجمالي المجتمع
٦٠				٧٩				

ب- تكافؤ مجموعتي البحث :-

قامت الباحثة بضبط المتغيرات التي تؤثر في السلوك الصحي و ذلك بالرجوع لبعض الدراسات السابقة و المراجع العلمية (٦٩) (٧٦) (٣٣) (٦) (٣٠) (٢٩) (٤١) (٦٦) (٧٨) (٨٠) (٧٩) (٨٦) (١٠٢) (١٠٣) (٤٠) (٧١) (١١٣) .
لإجراء (التكافؤ) بين مجموعتي البحث في متغيرات :

(السن ، الطول ، الوزن ، الذكاء ، درجة الإعاقة)

وقد استعانت الباحثة بهذه البيانات والمدونة في ملفات التلاميذ الخاصة كما يوضحها جدول رقم (٢)

جدول (٢)

تكافؤ مجموعتي البحث في متغيرات السن - الطول - الوزن - الذكاء ن = ٦٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		م ت	ت
		م	ع±	م	ع±		
السن	السنة	١١,٠٦	١,٩٨	١١,٥٤	٢,٠٦	٠,٤٨	٠,٦٨
الطول	سم	١٣٦,٥٦	٤,٥٦	١٣٢,١١	٧,٥٨	٤,٤٥	١,٠٩
الوزن	كجم	٣٢,٦٤	٣,٠٩	٣١,١٧	٤,٥٦	١,٤٧	٠,٩٨
نسبة الذكاء	درجة	٢٤,٢٥	١١,٦٥	٢٤,١٠	١٢,٦٧	٣,٤	١,٠٨

قيمة ت الجدولية عند مستوي ٠,٠٥ = ١,٦٧١

يتضح من جدول (٢) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي معنوي ٠,٠٥ و بين القياس القبلي و البعدي للمتغيرات الأساسية قيد البحث لدي مجموعة البحث التجريبية و الضابطة مما يدل علي تكافؤ مجموعة البحث في هذه المتغيرات .

- درجة الإعاقة :

تم اختيار مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة بحيث تكون درجة الإعاقة أكثر من ٩٠ دسبل " صمم كلي " .

ج- اعتدالية توزيع البيانات :

للتأكد من خلو العينة من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية قامت الباحثة بحساب المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط معامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث و جدول رقم (٣) يوضح اعتدالية توزيع البيانات .

جدول (٣)

يوضح اعتدالية توزيع البيانات

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
السن	السنة	١١,٤٥	١١,٣٢	٢,١٣	٠,١٨
الطول	سم	١٣٧,٤٠	٣٦,٩٠	١,٩٧	٠,٧٦
الوزن	كجم	٣٢,٢١	٣٢,٠٢	٢,٣٥	٠,٢٤
نسبة الذكاء	درجة	٢٤,٢٥	٢٤,١٠	١,٥٢	٠,٢٩

يتضح من جدول (٤) أن المتوسط الحسابي و الوسيط و الانحراف المعياري و معامل الالتواء ، حيث يتراوح معامل الالتواء ما بين ($3 \pm$) وهذا يعطي دلالة مباشرة علي أن العينة تمثل مجتمعاً اعتدالياً متجانساً وهذا يدل علي خلو عينة البحث من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية .

ثالثاً : وسائل جمع البيانات :

قامت الباحثة باستخدام عدة وسائل لجمع البيانات و هي كالتالي :

- ١- قياس السن .
- ٢- اختبار رسم الرجل لجودإنف Goodemough هاريس للذكاء ملحق (١) .
- ٣- مقياس السلوك الصحي الرياضي للأطفال الصم البكم . (اعداد الباحثة) ملحق (٢) .
- ٤- البرنامج الصحي الرياضي (اعداد الباحثة) ملحق رقم (٨) .

١ - قياس السن :

- العمر الزمني : عن طريق السجلات المدرسية لمعرفة تاريخ الميلاد .
- قياس الطول : يتم استخدام جهاز الرستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر .
- قياس الوزن : يستخدم الميزان الطبي معاير لقياس الوزن بالكيلو جرام .

٢ - اختبار رسم الرجل لجودانف Goodenough هاريس للذكاء ملحق (١) :

في عام ١٩٦٣م ، أحدث هاريس بتعديلات لقياس الذكاء جودانف القديم وبعد دراسة المفردات للتحليل ، وأصبح المقياس مكون من ٧٣ مفردة ، وهو يصلح للأجراء على الأطفال في سن ما قبل المدرسة إلى سن ١٥ سنة ويتميز هذا المقياس عن المقياس جودانف بزيادة عدد المفردات المقياس من ٥١ : ٧٣ مفردة ، وزيادة المدى العمري المستخدم إلى ١٥ سنة وقياس مستوى أعلى من مستويات جودانف وهو ذكاء الراشدين وإدخال أسلوب إحصائي أدق في حساب المعايير عن جودانف ، والذي يتمثل في صورة نسب الذكاء الانحرافية .

المعاملات العلمية لاختبار الذكاء :-

- صدق الاختبار :

تم ايجاد صدق عن طريق (صدق التمايز) وذلك من خلال تطبيق اختبار الذكاء علي عينة قوامها (٢٠) تلميذا وقد تم تقسيمهم الي مجموعتين متساويتين و هي مجموعة ذات مستوي عالي و مجموعة ذات مستوي منخفض و الجدول رقم (٤) يوضح صدق التمايز للاختبار .

جدول (٤)

دلالة الفروق بين تلاميذ الصم و البكم ذوي المستوي العالي
و المستوي المنخفض في اختبار الذكاء

ن = ٢٠

قيمة ت	مستوي مرتفع		مستوي منخفض	
	س	ع	س	ع
١٥,٢٠ *	١٠٣,٩٤	٣,٦٨	٧٧,١٧	٤,٠٨

قيمة ت الجدولية عند ٠,٠٥ = ٢,١٠

وهذا يدل علي إن الاختبار صادق في التميز بين المجموعتين في الذكاء .

جدول (٦)

محاور السلوك الصحي في صورته الأولية

م	المحاور	الأهمية النسبية %
١.	السلوك الصحي الشخصي	٧٠
٢.	السلوك الصحي الغذائي	٨٠
٣.	السلوك الصحي الوقائي	٨٠
٤.	السلوك الصحي الرياضي	٦٠
٥.	السلوك الصحي القوامي	٧٠
٦.	السلوك الصحي البيئي	٦٠
٧.	السلوك الصحي النفسي	٤٠
٨.	السلوك الصحي الاجتماعي	٣٠
٩.	السلوك الصحي الثقافي	٣٠

يوضح الجدول رقم (٦) الأهمية النسبية لتكرار المحاور التي انحصرت ما بين ٣٠% ، ٨٠% ، الأمر الذي دعا الباحثة إلى ترتيب أهميتها النسبية طبقاً لورودها بالمسح المرجعي ترتيباً تنازلياً حيث أظهر تلك الترتيب حصول ستة محاور على نسب تتراوح بين ٦٠% ، ٨٠% وثلاثة محاور بين ٣٠% ، ٤٠% ، وقد أخذت الباحثة بترتيب المسح المرجعي ونتائجه للمحاور التي حازت على النسب من ٦٠% على ٨٠% والتي جاء عددها ستة محاور واعتبارها المحاور الأساسية للسلوك الصحي الرياضي وبهذا تعدد النسبة التكرارية ٦٠% نسبة فاصلة في اختبار المحاور .

- محاور مقياس السلوك الصحي في صورته النهائية :

- ١- السلوك الصحي الشخصي .
- ٢- السلوك الصحي الغذائي .
- ٣- السلوك الصحي الوقائي .
- ٤- السلوك الصحي الرياضي .
- ٥- السلوك الصحي القوامي .
- ٦- السلوك الصحي البيئي .

وبذلك يتم تحديد الدرجة الكلية للمقياس من خلال هذه المحاور وأيضاً يمكن تحديد درجة كل محور من محاور الاستبيان على حدة .

- صياغة عبارات المقياس :

تم صياغة عبارات الاستبيان في ضوء التعريف الاجرائي للابعد .

١- السلوك الصحي الشخصي :

عبارة عن مجموعة من السلوكيات الصحية الشخصية التي يتبعها الفرد وذلك من خلال الاهتمام بنظافته الشخصية ، من خلال العناية بنظافة البدن ، والملابس وطريقة النوم الصحيحة والاستحمام بعد كل ممارسة مجهود بدني .

٢- السلوك الصحي الغذائي :

هو عبارته عن مجموعة من العادات الغذائية التي يتبعها الفرد و المرتبطة بالطعام الذي يتناوله الإنسان وكيف يتم هضمه وامتصاصه وتمثيله في الجسم ، نظراً لأن الطعام هو أساس النمو والبناء واستمرارية الحياة للإنسان ، وكذلك قيامه بمختلف أنواع الأنشطة التي يقوم بها في الحياة ، ولتحافظ على بقاءه واستمراره .

٣- السلوك الصحي الوقائي :

هي عبارة عن مجموعة من العادات والأنماط السلوكية التي تساعد الإنسان كوسيلة وقائية لبعض الأمراض لبعض الأمراض وذلك من خلال إتخاذ السلوكيات الصحية للوقاية من مسببات هذه الأمراض للإنسان .

٤- السلوك الصحي الرياضي :

هي معرفة الطفل أهمية ممارسة الرياضة من خلال الاشتراك في حصص التربية الرياضية لتنمية وتطوير النواحي النفسية والعقلية والاجتماعية من خلال وسائلها المختلفة وفوائدها الصحية للإنسان

٥- السلوك الصحي القوامي :

هي إلمام الطفل بالمعلومات الصحية عن تشوه القوام والعوامل المؤثرة عليه نتيجة إتخاذ الفرد الأوضاع الخاطئة في وقفته وجلسته والمشي وحمل الأوزان المختلفة و ارتداء الملابس الغير مناسبة ، وعدم ملائمة وزن الجسم .

٦- السلوك الصحي البيئي :

هي تصرفات الفرد في حالة توافر الموطن البيئي الصحي السليم والمستقر للإنسان حتى يستطيع أن يعيش حياته بشكل صحيح وأن يحافظ على بيئته بشكل سليم والحد من إنتشار الأمراض بإتخاذ الوسائل العلمية للوقاية من التلوث عن طريق إتباع السلوكيات الصحية . ومن خلال المسح المشار إليه سابقاً و الدراسات السابقة ملحق (٣) و الاطار النظري و الاضطلاع علي بعض القوائم و الاسترشادات بأراء الخبراء المتخصصين ، توصلت الباحثة علي المؤشرات السلوكية التي ترتبط بكل من الابعاد في ضوء تعريفه الاجرائي ، ثم قامت الباحثة بصياغة عبارات الاستبيان في صورتها المبدئية ملحق رقم (٦) و التي بلغت عدد

(١٣٦) عبارة تتناول أعراض بعض الخصائص السلوكية لمحاول السلوك الصحي الرياضي حيث إشتل محور السلوك الصحي الشخصي علي (٢١) عبارة ، السلوك الصحي الغذائي علي عدد (١٦) عبارة السلوك الصحي الوقائي علي عدد (٢١) عبارة ، السلوك الصحي الرياضي علي عدد (٢٢) عبارة ، السلوك الصحي القوامي علي عدد (٢٧) عبارة ، و السلوك الصحي البيئي علي عدد (٢٦) عبارة ، و صيغت كل عبارة في صورة جمل تقريرية لأحد الخصائص السلوكية للسلوك الصحي الرياضي بين تنطبق أو لا تنطبق ، وقد راعت الباحثة في صياغة العبارات أن تتلائم مع درس التربية الرياضية حيث يكون الطفل في حرية و انطلاق أكثر لسلوكه الصحي ، وبذلك يتمكن مدرس التربية الرياضية مع ملاحظة بعض الخصائص السلوكية للتلاميذ الصم و البكم .

كما راعت الباحثة أن يكون المعنى واضحاً ، والتعبير بدقة وبساطة عن المقصود من وراء العبارة على أن تتلائم كل عبارة من عبارات الاستبيان مع ما يحتويه درس التربية الرياضية ابتداء من نزول التلاميذ من حجرة الدراسة لقضاء درس التربية الرياضية والعودة مرة أخرى إلى الفصل ، لملاحظة السلوك الصحي الرياضي .

تم عرض المقياس في صورته الأولى التي بلغ عدد (١٣٦) عبارة ملحق رقم (٦) على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال الصحة العامة وعلوم الصحة الرياضية ملحق (٢) .

للتعرف على ما يلي :

- الصياغة (من حيث سهولة العبارات ووضوحها وملائمتها لطبيعة عينة البحث)
- مدى ملائمة العبارات لقياس الهدف من المقياس .

ومن ثم قامت الباحثة بتعديل صياغة وحذف العبارات التي إتفق المحكمون عليها بالتعديل أو الحذف .

جدول (٧) عبارات المقياس التي تم حذفها

م	المحاور	أرقام العبارات التي تم حذفها
١-	السلوك الصحي الشخصي	٩ - ١٤ - ١٧ - ٢١
٢-	السلوك الصحي الغذائي	٢٣ - ٢٤ - ٢٥ - ٢٩ - ٣٤
٣-	السلوك الصحي الوقائي	٤٣ - ٤٥ - ٤٦ - ٥٠ - ٥١ - ٥٢ - ٥٣ - ٥٥ - ٥٧ - ٥٨
٤-	السلوك الصحي الرياضي	٦٠ - ٦٤ - ٦٧ - ٦٩ - ٧١ - ٧٢ - ٧٤ - ٧٦
٥-	السلوك الصحي القوامي	٨٢ - ٨٤ - ٨٥ - ٨٦ - ٨٧ - ٩٠ - ٩٢ - ٩٤ - ٩٦ - ٩٧
		٩٨ - ١٠١ - ١٠٢ - ١٠٣ - ١٠٤ - ١٠٥ - ١٠٧
٦-	السلوك الصحي البيئي	١١٠ - ١١٦ - ١١٨ - ١١٩ - ١٢٢ - ١٢٣ - ١٢٦ - ١٢٧
		١٢٩ - ١٢١ - ١٢٣ - ١٣٤ - ١٣٥ - ١٣٦

يوضح جدول (٧) أرقام العبارات التي تم حذفها من قبل الخبراء تم حذف عدد (٦٥) عبارة وهي التي نالت درجة موافقة أقل من (٧٠ %) والتي أشار إليها المحكمون أنها مكررة وتقيس عبارات أخرى أو انها غير مناسبة أو تعديل صياغتها .

كما قامت الباحثة بإعداد المقياس في صورته النهائية ملحق رقم (٧) بعد تعديل المحكمين والذي بلغ عددها ٧١ عبارة وتم تطبيق الاستبيان على عينة مكونة من ١٠ تلاميذ خلال الفترة من (٢٠٠٣/١١/٨ - ٢٠٠٣/١١/٢٠ م) من مجتمع البحث ومن غير أفراد عينة البحث المستخدمة في تطبيق البرنامج النهائي .

- تصحيح المقياس :

وقد استخدمت الباحثة ميزان التقدير الثنائي وذلك بوضع جميع العبارات في قائمة تدرج بين الإيجابية و السلبية و قد روعي عند صياغة العبارات أن تكون بعضها إيجابي و الآخر سلبي حتى لا يجيب التلميذ علي العبارات دون تركيز أو تفكير و بالتالي تضمن صدق التلميذ في الإجابة علي المقياس .

المعاملات العلمية للمقياس :

أولاً : الثبات :

طريقة الاختبار و إعادة الاختبار :-

لحساب معامل الثبات للقياس استخدمت الباحثة طريقة الاختبار و إعادة الاختبار ، حيث تم تطبيق المقياس علي عدد (١٠) عشرة تلميذاً أصم من التلاميذ المرحلة الابتدائية من خارج العينة الأساسية جدول رقم (١٢) ثم أعيد تطبيق نفس المقياس علي نفس المجموعة من التلاميذ وذلك بعد (١٥) خمسة عشر يوماً لإيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين القبلي و البعدي كماهم موضح بالجدول رقم (٨) .

جدول رقم (٨)

معامل الارتباط بين التطبيق و إعادة التطبيق لمقياس السلوك الصحي

م	المحاور	التطبيق		إعادة التطبيق		ر
		م	ع±	م	ع±	
١.	السلوك الصحي الشخصي	٠,١٧	٠,٠٢	٠,١٩	٠,٠٤	*٠,٨٦
٢.	السلوك الصحي الغذائي	٠,٥٦	٠,١٤	٠,٤٩	٠,١٣	*٠,٨١
٣.	السلوك الصحي الوقائي	٠,٧٦	٠,٢١	٠,٧٣	٠,١٨	*٠,٧٩
٤.	السلوك الصحي الرياضي	٠,٥٣	٠,١٣	٠,٤٩	٠,١٧	*٠,٧٤
٥.	السلوك الصحي القوامي	٠,٧٢	٠,٢٢	٠,٦٨	٠,١٩	*٠,٧٦
٦.	السلوك الصحي البيئي	٠,٥١	٠,٢٤	٠,٤٨	٠,١٧	*٠,٨٣

المعنوية عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (٨) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين التطبيق وإعادة تطبيق مقياس السلوك الصحي و هذا يدل علي ثبات المقياس .

ثانياً : صدق المقياس :

لحساب صدق المقياس استخدمت الباحثة الفروق الآتية :-

١- صدق المحتوي .

٢- طريقة الإنسان الداخلي .

وفيما يلي شرح ذلك:

١- صدق المحتوي :

قامت الباحثة بإيجاد صدق المحتوي للمقياس و ذلك بغرض المقياس علي عدد من الجراء المتخصصين في التربية الرياضية و علوم الصحة و الصحة العامة بكلية الطب . لتقرير مدي صلاحية المقياس و قد اتفق الخبراء علي أن المحاور و العبارات تمثل الهدف الذي صمم من أخله و هو قياس السلوك الصحي .

٢- طريقة الاتساق الداخلي :

تم حساب معاملات الارتباط بين المحاور والمجموع الكلي لمقياس السلوك الصحي .

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين المحاور والمجموع الكلي لمقياس السلوك الصحي

م	المحاور	معامل الارتباط
١.	السلوك الصحي الشخصي	٠,٨٧
٢.	السلوك الصحي الغذائي	٠,٨٢
٣.	السلوك الصحي الوقائي	٠,٧٩
٤.	السلوك الصحي الرياضي	٠,٨٣
٥.	السلوك الصحي القوامي	٠,٨٦
٦.	السلوك الصحي البيئي	٠,٧٤

المعنوية عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (٩) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى المعنوية ٠,٠٥ وبين كل المحاور والمجموع الكلى لمحاور استمارة المقياس السلوك الصحى ، مما يعطى دلالة مباشرة على وجود الإتساق الداخلى لمحاور تلك الاستمارة .

رابعاً : البرنامج الصحى الرياضى المقترح :

قامت الباحثة بوضع البرنامج المقترح لتعديل السلوك الصحى للطفل الأصم قيد البحث باستخدام الأنشطة الرياضية المختلفة والتمارين والألعاب الصغيرة ، وذلك فى ضوء خصائص النمو لهذه المرحلة السنية وقد وضع البرنامج على الأسس والخطوات التالية :

- هدف البرنامج :

يهدف هذا البرنامج إلى تعديل السلوك الصحى الرياضى لدى التلاميذ الصم والبكم من خلال برنامج أنشطة التربية الرياضية المقترح باستخدام بعض الأنشطة الحركية والتمارين والألعاب الصغيرة ، والإرشاد والتوجيه نحو السلوك الصحى .

- أغراض البرنامج :

تتمثل أغراض البرنامج فيما يلى :-

- يكسب التلميذ العادات السلوكية الصحية السليمة .
- يتعود التلميذ على تعديل السلوكيات الخاطئة .
- تساعد التلميذ على كيفية المحافظة على صحته .
- يشعر التلميذ من خلال العمل الجماعى بقدرته على أداء السلوك الصحى .
- يمارس ويتعرف التلميذ على بعض أساليب السلوك الصحى الرياضى السليم .
- يتعرف التلميذ السلوك الصحى فى بناء الفرد .
- يعمل البرنامج على تعديل السلوكيات الآتية :

- السلوك الصحى الشخصى .
- السلوك الصحى الرياضى .
- السلوك الصحى الغذائى .
- السلوك الصحى القوامى .
- السلوك الصحى الوقائى .
- السلوك الصحى البيئى .

- أسس البرنامج :

تم مراعاة الأسس التالية عند وضع البرنامج :

- مراعاة خصائص النمو والفروق الفردية لهذه المرحلة .
- أن يكون البرنامج المقترح فى مستوى قدرات الطفل .
- مراعاة إشباع حاجة التلاميذ من الحركة والنشاط .
- إتاحة الفرصة للإشتراك والممارسة لكل تلميذ فى وقت آخر .

- أن يتميز البرنامج بالبساطة والتتويع ليدخل السعادة والسرور للتلاميذ .
- مراعاة توفير المكان والامكانيات المناسبة لتنفيذ البرنامج .
- أن يحقق محتوى البرنامج (الصحي - الرياضي) على تنمية السلوك الصحي (الشخص - الغذائي - الوقائي - الرياضي - القوامي - البيئي)
- أن يتميز بإكساب التلميذ المعلومات والنصائح والإرشادات السلوكية نحو صحتهم .
- الاهتمام بتوفير عوامل الأمن والسلامة حرصاً على صحة التلاميذ .

- محتوى البرنامج :

لبناء محتوى البرنامج إتبعته الباحثة الخطوات الآتية :

١- اختبار تمرينات التهيئة و الاعداد البدني و الالعاب الصغيرة .

٢- تحديد محتوى البرنامج و تنظيمه

بناء الي ما أظهرته النتائج السابقة في ضوء الدراسات السابقة (٨٨) (٨٧) (٥٥) (٧) (٨٥) (١١٠) (٢٥) (٩٨) (١٠٧) (٤٩) (١٠٠) (١٤) (١٠) (١٠٩) (١٣) و بالرجوع الي المراجع العلمية (٧٦) (٦٩) (١١) (١٦) (٩) . قامت الباحثة بتحديد محتوى البرنامج و تنظيمه .

٣- ضبط المحتوى :

في ضوء ما سبق قامت الباحثة ببناء محتوى البرنامج ثم قامت بوضعه في استمارة استطلاع رأي و عرضها علي مجموعة من الخبراء في مجال التربية الرياضية و علوم الصحة الرياضية و الصحة العامة و ذلك لإبداء الرأي فيه ملحق رقم (٢) بهدف التعرف علي :

- مدي ملائمة البرنامج للأهداف المرجوة .
- مدي ملائمة البرنامج لخصائص و متطلبات التلميذ المعاق .
- مدي ملائمة التسلسل المنطقي للأنشطة الرياضية .
- مدي ملائمة الصياغة اللغوية .

وقد جاءت موافقتهم علي محتوى البرنامج بنسبة مئوية (١٠٠ %) كحد أقصى و (٨,٣ %) كحد أدني الجدول رقم (١٠) وذلك بعد إجراء التعديلات وفقاً لآرائهم في بعض التمرينات ، و بذلك قامت الباحثة بوضع البرنامج المقترح المكون من (٣٦) وحدة كما يوضحها ملحق رقم (٨) . كما اتفق الخبراء علي أن الفترة الزمنية الكلية لتنفيذ البرنامج (١١) أسبوع بواقع ثلاث وحدات في الاسبوع و الجدول رقم (١٢) يوضح مواعيد تطبيق كل وحدة من وحدات البرنامج الذي يبدأ من ٧ / ٢ / ٢٠٠٤ م و ينتهي ٢٨ / ٤ / ٢٠٠٤ م .

الأدوات اللازمة لتنفيذ البرنامج :

- فناء المدرسة . - مقاعد سويدية . - شواحض . - أطواق .
- عصا توازن . - أحبال . - مجموعة كرات (سلة - طائرة - يد)
- كرات بديلة - طبية . - أعلام مختلفة الألوان . - دوائر مرسومة ومرفقة .
- جير لرسم الدوائر وتخطيط الملعب .

الإطار الزمني لتنفيذ البرنامج :

قامت الباحثة بوضع الوحدات المقترحة الخاصة بتعديل السلوك الصحي قيد البحث بالبرنامج وقسمت إلى (٣٦) وحدة بواقع ثلاث وحدات أسبوعياً علماً بأن الزمن المخصص لحصة التربية الرياضية بمدارس الصم والبكم ٤٥ ق وبناءً على ذلك فقد استغرق تنفيذ وحدات البرنامج ١٢ أسبوعاً .

وتفصيل وحدات البرنامج ملحق رقم (٨)

- الجزء التمهيدي (١٠ ق) .
- الإعداد البدني (١٥ ق) .
- الجزء الرئيسي (١٥ ق) .
- الجزء الختامي (٥ ق) .

جدول (١٠)

الأهمية النسبية للآراء الخبراء في مدة البرنامج وعدد وحدات وزمن وحدة البرنامج السلوك الصحي الرياضي

البيانات	مجموعة الآراء الموافقة	الأهمية النسبية
مدة البرنامج	٢ شهرين	١٦,٦ %
	٣ شهور	٨٣,٣٣ %
	٤ شهور	٢٥ %
عدد الوحدات في البرنامج	٢٤ وحدة	٢٥ %
	٣٦ وحدة	٩١,٦٦ %
	٤٨ وحدة	٨,٣ %
عدد مرات الممارسة في الأسبوع	٢ مرة	٣٣,٣٣ %
	٣ مرات	٧٥ %
	٤ مرات	١٦,٦ %
مدة الوحدة	٤٥ ق	١٠٠ %
	٦٠ ق	١٦,٦ %
	٩٠ ق	-

يتضح من جدول (١٠) الأهمية النسبية لآراء الخبراء في وحدة البرنامج و عدد وحدات البرنامج حيث تتراوح نسبة اتفاق الخبراء علي مدة البرنامج ٨٣,٣ % في ثلاث شهور ، وكذلك عدد وحدات البرنامج حوال ٩١,٦٦ % في ٣٦ سنة و ثلاثون وحدة في البرنامج - وعدد مرات الممارسة في الأسبوع حوالي ٣ مرات و كان نسبة اتفاق الآراء ٧٥ % ، وكذلك مدة البرنامج نسبة اتفاق الخبراء علي مدة الوحدة ٤٥ ق حوالي ١٠٠ % .

جدول (١١)

مواعيد تطبيق برنامج السلوك الصحي المقترح

م	الأعراض	الأسبوع	تاريخ التطبيق
١.	الوحدة الأولى - الثانية - الثالثة	الأسبوع الأول	٢٠٠٤/٢/١١ ، ٩ ، ٧ م
٢.	الوحدة الرابعة - الخامسة - السادسة	الأسبوع الثاني	٢٠٠٤/٢/١٨ ، ١٦ ، ١٤ م .
٣.	الوحدة السابعة - الثامنة - التاسعة	الأسبوع الثالث	٢٠٠٤/٢/٢٥ ، ٢٣ ، ٢١ م
٤.	الوحدة العاشرة - الحادية عشر - الثانية عشر	الأسبوع الرابع	٢٠٠٤/٢/٢٨ م - ٢٠٠٤/٣/٣ م
٥.	الوحدة الثالثة عشر - الرابعة عشر - الخامسة عشر	الأسبوع الخامس	٢٠٠٤/٣/١٠ ، ٨ ، ٦ م
٦.	الوحدة السادسة عشر - السابعة عشر - الثامنة عشر .	الأسبوع السادس	٢٠٠٤/٣/١٧ ، ١٥ ، ١٣ م
٧.	الوحدة التاسعة عشر - العشرون - الواحدة وعشرون	الأسبوع السابع	٢٠٠٤/٣/٢٤ ، ٢٢ ، ٢٠ م
٨.	الوحدة الثانية والعشرين - الثالثة والعشرين - الرابعة وعشرين	الأسبوع الثامن	٢٠٠٤/٣/٣١ ، ٢٩ ، ٢٧ م
٩.	الوحدة الخامسة وعشرين - السادسة وعشرين - السابعة وعشرين	الأسبوع التاسع	٢٠٠٤/٤/٧ ، ٥ ، ٣ م
١٠.	الوحدة الثامنة وعشرين - التاسعة وعشرين - الثلاثون	الأسبوع العاشر	٢٠٠٤/٤/١٤ ، ١٢ ، ١٠ م
١١.	الوحدة الواحدة وثلاثون - الثانية وثلاثون - الثالثة وثلاثون .	الأسبوع الحادي عشر	٢٠٠٤/٤/٢١ ، ١٩ ، ١٧ م
١٢.	الوحدة الرابعة وثلاثون - الخامسة وثلاثون - السادسة وثلاثون	الأسبوع الثاني عشر	٢٠٠٤/٤/٢٨ ، ٢٦ ، ٢٤ م .

يوضح جدول (١١) تاريخ تطبيق كل وحدة من وحدات البرنامج .

الدراسة الاستطلاعية :

تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية و كان الهدف منها ما يلي :

- تدريب المساعدين علي كيفية تطبيق الاختبارات و إجراء القياس .
- إكتشاف درجة الصعوبة التي يمكن أن تحدث أثناء عملية التطبيق .
- التأكد من سهولة ووضوح محتويات الاستمارة .

وقد قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية بعد مرحلة الإعداد السابقة ، وقد تم تطبيق المقياس علي عينة مكونة من (١٠) تلاميذ من خارج العينة الاساسية خلال الفترة من ٨ / ١١ / ٢٠٠٣ م الي ٢٠ / ١١ / ٢٠٠٣ م للتأكد من ثبات وصدق المقياس الخاص بالسلوك الصحي الرياضي ، كما يوضحها جدول (١٢)

جدول (١٢)

يوضح أسماء المدارس التي اختيرت منها عينة تقنين المقياس

إجمالي عينة البحث				اسم المدرسة
الصف الدراسي				
السابع	السادس	الخامس	الرابع	مدرسة الأمل للصم و ضعاف السمع بطنطا
٢٧	٨	٥	٨	
٢٨				المجموع
١٠				الإجمالي العدد

خامسا : خطوات إجراء التجربة الأساسية :

- القياس القبلي :

بناء علي النتائج التي استخلصتها الباحثة من الدراسة الاستطلاعية و الاجراء النهائي للاستبيان ، فقد قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي لمجموعة البحث التجريبية ، بتطبيق الاستبيان علي (٦٠) تلميذاً من الصم و البكم بالمرحلة الابتدائية و تم توزيع الاستمارات الخاصة بالسلوك الصحي علي التلاميذ المعاقين الصم و البكم و ذلك في الفترة من ٦ / ١٢ / ٢٠٠٣ م الي ١٨ / ١٢ / ٢٠٠٣ م .

- تطبيق وتنفيذ البرنامج :

حيث تم تطبيق البرنامج الصحي الرياضي المقترح لتعديل السلوك الصحي علي مجموعة البحث التجريبية (للصم و البكم) ، خلال العام الدراسي ٢٠٠٣ / ٢٠٠٤ م في الفترة من ٧ / ٢ / ٢٠٠٤ م - وينتهي في ٢٨ / ٤ / ٢٠٠٤ م .

- القياس البعدي :

تم إجراء القياس البعدي لمجموعة البحث التجريبية في الفترة من ١ / ٥ / ٢٠٠٤ م الي ٨ / ٥ / ٢٠٠٤ م حيث يؤدي الأطفال القياسات البعدية و قد تم هذا القياس علي جميع أفراد العينة في المجموعة التجريبية و الضابطة و جمع البيانات و تنظيمها و جدولتها لمعالجتها إحصائياً .

- المعالجات الإحصائية :

استخدمت لباحثة الأساليب الإحصائية التالية لمعالجة البيانات .

- المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية .
- معامل الالتواء .
- معاملات الارتباط .
- اختيار دلالة الفروق بين القياسات القبلية و البعدية .
- النسب المئوية .