

## **الفصل الخامس**

### **الاستنتاجات والتوصيات**

**أولاً : الاستنتاجات**

**ثانياً : التوصيات**

## أولاً : الاستنتاجات

في ضوء هدف البحث ونتائجه وفي حدود عينة البحث وخصائصها واستناداً إلى المعالجات الإحصائية والبرنامج الترويحي العلاجي المقترح، وبعد عرض النتائج وتفسيرها أمكن للباحثة التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

- ١- يؤثر البرنامج الترويحي العلاجي المقترح إيجابياً على تحسين درجة اضطكاك الركبتين لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم.
- ٢- يؤثر البرنامج الترويحي العلاجي المقترح إيجابياً على تحسين درجة فلتحة القدمين لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم.

## ثانياً : التوصيات

في ضوء ما توصلت إليه الباحثة من نتائج توصي بما يلي:

- ١- تطبيق البرنامج الترويحي العلاجي المقترح وضرورة استمرارية تطبيقه لتحقيق فاعلية أكبر.
- ٢- إجراء المزيد من الأبحاث في مجال الترويح العلاجي والاهتمام بتضمين برامج ترويحية لعلاج انحرافات قوامية أخرى لذوي الاحتياجات الخاصة.

## **المراجع**

- **أولاً : المراجع العربية**
- **ثانياً : المراجع الأجنبية**

## أولاً : المراجع العربية

- ١- إبراهيم إبراهيم مبروك عمر (٢٠١٢) تأثير برنامج تمرينات غرضية بالأدوات على مستوى القدرات التوافقية للأطفال المعاقين ذهنياً (القابلين للتعلم).
- ٢- أحمد ماهر أحمد آدم (٢٠٠٥): التربية الرياضية للمعوقين، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- ٣- أسامة مصطفى رياض (٢٠٠٥): رياضة المعاقين الأسس الطبية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٤- أماني متولي البطراوي، محمد عبد العزيز سلامة (٢٠١٣): مقدمة في الترويح وأوقات الفراغ، ماهي للنشر والتوزيع، الإسكندرية.
- ٥- أمين أنور الخولى ، أسامة كامل راتب (٢٠٠٧): نظريات وبرامج التربية الحركية ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٦- آمنة مصطفى الشبكشي (٢٠٠١) الإمكانيات الرياضية والترويحية، الزعم للخدمات المكتبية، القاهرة.
- ٧- إيمان محمد السيد هدهودة، انشراح إبراهيم المشرفى (٢٠٠٦): تأثير برنامج ترويحى مقترح لتنمية بعض المهارات الاجتماعية للأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم"، كلية التربية الرياضية ، بور سعيد .
- ٨- بلال عبد الحميد محمد رزق (٢٠٠٢): دراسة مكونات الجسم لبعض التشوهات القوامية والتشوهات المصاحبة لها لتلاميذ المرحلة الإعدادية بالريف ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية .
- ٩- تهاني عبد السلام ، طه عبد الرحيم (١٩٩١): دراسات في الترويح، دار المعارف، القاهرة.
- ١٠- تهاني عبد السلام (١٩٩٣): أسس الترويح والتربية الترويحية ، دار المعارف، القاهرة.

١١- تهاى عبد السلام (١٩٩٥): الشباب والتروىء والحياة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة

١٢- تهاى عبد السلام (٢٠٠١): التروىء والتربية التروىءية ، ط١ ، دار الفكر العربى، القاهرة

١٣- تسيىر مفلح كوافحة، عمر فواز عبد العزيز (٢٠٠٣): مقدمة فى التربية الخاصة، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان

١٤- حسن حسين أبو الرز (١٩٨٩) : تأثير برنامج مقترح للتمرينات البدنية على بعض القدرات الحركية والانحرافات القوامية للمعوقين بدنياً

١٥- حسن محمد النواصرة (٢٠١٢) ذوي الاحتياجات الخاصة - مدخل فى التأهيل البدنى، دار الوفاء لندىا الطباعة والنشر، الإسكندرية

١٦- حلمى محمد إبراهيم، لىلى السيد فرحات (١٩٩٨): التربية الرياضية والتروىء للمعاقين، دار الفكر العربى، القاهرة

١٧- حياة عىاد روفائىل ، صفاء صفاء الدين الخربوطلى (١٩٩٥): اللياقة القوامية والتدليك الرياضى ، منشاة المعارف، الإسكندرية

١٨- دان كورىن (١٩٩٤) التروىء فن وريادة، ترجمة سعيد حشمت وحلمى إبراهيم، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة

١٩- داوود على عبد الرحمن (٢٠٠٤) : الحالة القوامية للمعاقين ذهنياً بالمراكز الحكومية بدولة الإمارات العربية المتحدة، رسالة ماجستير غير منشورة، طلىة التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية

٢٠- رمضان محمد القذافى (١٩٩٤): سيكولوجية الإعاقة، الجامعة المفتوحة، طرابلس، ليبيا

٢١- زكرىا أحمد السيد متولى (٢٠٠٦) : عنوان الدراسة: برنامج تأهلى مقترح لتحسين التحكم القوامى للتلاميذ ذوي التغير الزاوى

المصاحب لاصطكاك الركبتين ، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.

٢٢- سعيد عبد العزيز سيد (٢٠٠٨): إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة، الطبعة الأولى الإصدار الثاني، دار الثقافة للنشر، المملكة الأردنية الهاشمية.

٢٣- سمية طه جميل (١٩٩٨): التخلف العقلي (استراتيجيات مواجهة الضغوط الأسرية، ط ١، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.

٢٤- سهير كامل أحمد (١٩٩٨): سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية.

٢٥- صفاء صفاء الدين الخربوطلي (٢٠٠١): التغير الزاوي للركبتين والقدمين المصاحب لتشوه اصطكاك الركبتين للتلاميذ بالمرحلة السنية ( ١٢ - ١٥ ) بحث منشور، المجلة العملية (نظريات وتطبيقات ) كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، العدد ٤٠.

٢٦- صفاء صفاء الدين الخربوطلي (٢٠٠٣): اللياقة القوامية والتدليك، دار الحرية للطباعة والنشر الإسكندرية.

٢٧- طارق عبد الرؤوف عامر ، ربيع عبد الرؤوف محمد (٢٠٠٨) ذوي الاحتياجات الخاصة ، الطبعة الأولى ، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع ، القاهرة .

٢٨- طه عبد الرحيم طه (٢٠٠٧): مدخل إلى الترويح، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر والتوزيع الإسكندرية.

٢٩- عايدة عبد العزيز (١٩٩١): الرياضة للجميع (الترويح الرياضي) دراسة علمية مقدمة إلى ندوة الرياضة للجميع ، دار النشر الثقافي ، لبنان .

- ٣٠- عابدة علي قاسم (١٩٩٧): مدى فاعلية برنامج إرشادي في تنمية المهارات الاجتماعية لدجى عينة من الأطفال المعاقين، رسالة غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- ٣١- عبد الباسط صديق عبد الجواد (١٩٩١): تأثير برنامج تأهيلي على درجات فطحة القدمين، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، الإسكندرية.
- ٣٢- عبد الرحمن سليمان (١٩٩٨): سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة، ط ١، مكتبة زهراء الشرق.
- ٣٣- عبد المطلب أمين القريطي (٢٠٠٣): سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم، ط ٣، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٣٤- عبد المطلب أمين القريطي (٢٠٠٥): مقياس الاتجاهات نحو المعوقين، مكتبة الأجلو المصرية، القاهرة.
- ٣٥- فاطمة فوزي عبد الرحمن (د.ت): مدخل إلى أوقات الفراغ والترويح، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الإسكندرية.
- ٣٦- فريق كمونة (٢٠٠٢): مبادئ وطرق التربية الرياضية للمعاقين، اليمن.
- ٣٧- قحطان أحمد الظاهر (٢٠٠٥): مدخل إلى التربية الخاصة، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.
- ٣٨- كرستين ماكنتاير (٢٠٠٤): أهمية اللعب للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، ترجمة خالد العامري، دار الفاروق، الطبعة العربية الأولى، القاهرة.
- ٣٩- كمال درويش ، أمين الخولى (١٩٩٠): أصول الترويح وأوقات الفراغ ، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٤٠- كمال درويش، محمد الحماحمي (١٩٩٧): رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

٤١- مارتن هنلي : خصائص التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة واستراتيجيات تدريسهم،  
تعريب جابر عبد الحميد جابر، دار الفكر العربي،  
القاهرة.

٤٢- محمد توفيق حامد عوض (٢٠٠٨) : برنامج تروحي رياضي وأثره على المهارات  
الحياتية لتلاميذ مدارس التربية الفكرية بمحافظة  
الإسكندرية رسالة ماجستير غير منشورة كلية  
التربية الرياضية بنين جامعة الإسكندرية .

٤٣- محمد سيد فهمي (١٩٩٨) : السلوك الاجتماعي للمعاقين، دار المعرفة الجامعية،  
الإسكندرية.

٤٤- محمد صالح شحادة العبسي (٢٠١٣) : أثر التمرينات بالمصاحبة الإيقاعية على  
سرعة اكتساب الحركات الأساسية والتوافق  
الاجتماعي للتلاميذ المعاقين ذهنياً بمدينة غزة ،  
رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية  
الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية .

٤٥- محمد صبحي حسانين ، محمد عبد السلام راغب (١٩٩٥) : القوام السليم للجميع ،  
دار الفكر العربي، القاهرة .

٤٦- محمد عادل رشدي (١٩٩٥) : إصابات الرياضيين، الطبعة الثانية، مؤسسة شباب  
الجامعة، الإسكندرية .

٤٧- محمد عبد الفتاح مغازي البياع (٢٠١٠) : أثر تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة  
على أداء بعض المهارات الحركية الأساسية  
للمعاقين ذهنياً من (٨ - ١٢) سنة ،رسالة ماجستير  
غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة  
الإسكندرية

٤٨- محمد عبد الله حسن فرج (٢٠٠١) : تأثير برنامج تعليمي رياضي على تنمية  
الكفاءة البدنية والمهنية للمعاقين ذهنياً، رسالة  
ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان،  
القاهرة.

- ٤٩- محمد فتحي سليمان (٢٠٠٤): تأثير برنامج تروحي حركي مقترح على تنمية المهارات الحركية الأساسية للأطفال المعاقين ذهنياً من ٦-١٢ سنة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- ٥٠- محمد فتحي هندي (١٩٩١): علم التشريح الطبي للرياضيين، دار الفكر العربي.
- ٥١- محمد كامل عفيفي (١٩٩٨): التربية البدنية للمعاقين بين النظرية والتطبيق، دار حراء.
- ٥٢- محمد محمد الحماحي ، عايدة عبد العزيز مصطفى(٢٠٠٦): الترويح بين النظرية والتطبيق، ط٢، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٥٣- محمود فتحي عكاشة، حمدي شحاتة عرقوب (٢٠٠٢): سيكولوجية ذوي الحاجات الخاصة، الإسكندرية.
- ٥٤- مروان عبد المجيد (٢٠٠٢) الموسوعة الرياضية لمتحدي الإعاقة، دار الثقافة للنشر والتوزيع والدر الدولية للنشر والتوزيع، عمان.
- ٥٥- ناجي محمد قاسم ، فاطمة فوزي عبد الرحمن (٢٠٠٣) : فعالية برنامج تروحي في تنمية بعض المهارات الحياتية وال نفسية والحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" . المؤتمر العربي الأول (الإعاقة الذهنية بين التجنب والرعاية – جامعة أسيوط – يناير ٢٠٠٤
- ٥٦- هدى حسن محمود محمد وماهر حسن محمود محمد (٢٠٠٠): الترويح وأهميته في التوافق والاجتماعي للمعاقين ، الإعاقة الذهنية ، ط١، دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية
- ٥٧- يسر محمد عبد الغنى " (١٩٩٧) : تقويم الحالة القوامية لتلاميذ مدارس التربية الخاصة من سن " ١٢ - ١٦ " سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا.

٥٨- يسر محمد عبد الغنى " (٢٠٠١) : " تأثير برنامج علاجي حركي على بعض القدرات الحركية والانحرافات القوامية للمتخلفين عقلياً القابلين للتعلم، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا

ثانياً : المراجع الأجنبية

- 59- American Therapeutic Recreation Association (ATRA),  
What is therapeutic recreation,  
[http://www.atra-online.com/associations/10488/files/TR\\_FAQ.pdf](http://www.atra-online.com/associations/10488/files/TR_FAQ.pdf), accessed on Aug 10, 2013
- 60- Daniel, D. A. (1993): Essentials of Athletic training, 3rd ed., Mosby, St. Louis
- 61- Danial, D. A. & Walter, A. (1997): Principles and Methods of adapted physical education, 3rd ed., St. Louis; Mosby Ausgewahler Koorsinaiteur Fahigkeiten im Handball, theorie und praxisdor, Heft 2, s 112-116
- 62- Daniel, D. A. & Wiliam, E P. Derek E F (2000): Principles of Athletic training, 10th ed., McGraw Hill, Boston.
- 63- David A., Jean, P., Carol, H (1993): Adapted physical education and recreation, 7th ed., Mosby.
- 64- David A., Jean, P., Carol, H (1997): Principles and Methods of adapted physical education, 8th ed., Mosby co., St. louis.
- 65- Fredde, H.F., David. A.S, (2001): Atlas of Human Anatomy, Anatomical Chary Co.

- 66- Gerard, J.T., Sandra, R.G. (2003): Principles of Anatomy and Physiology, 100th ed., John Willey and Sons Inc., New York.
- 67- Gordon (1998): Attitudes of children without disabilities toward peers with disabilities, the effects of contact in comp program, Dissertation abstract, internet mail, vol. 59, no 6.
- 68- Haslett, C., Chlvers, E.R., Hunter, J.A., Boon, N.A. (1999): Principles and Practice of Medicine, CHU Rchill Livingstone, London.
- 69- James, M.B. Gary A.T. (2000): athletic Injury assessment, 4th ed., McGraw Gill, Boston,
- 70- John, F.P., David, a. R., ahita, O.G. (1992): The kinesiology work book, F.A. Davis Co, Philadelphia
- 71- Kapustin, P. (1992): Leben mit sport: Prespektiven sportwissenschaftlicher projectarbeit, WürzburgL Fränkische Gesellschaftsdruckerei und Verlag
- 72- Kraus Richard (1993): Therapeutic Recreation Service. Philadelphia , London , Toronto , W.B. Saunders.
- 73- McLathcie, G.R.m Lennoy, C.M., Percy, E.C., Davis, J. (1993): The soft tissues trauma and sports injuries, Butterworth Heinemann, USA.
- 74- Miller, D.K. (1998): Measurement by the physicaleducator, 3rd ed., WCB McGraw Hill, Boston.

- 75- Nigel, P.M., Derek. F.F., Roger, S.B. (1998)'' Anatomy and human movement structure and function, 3rd ed., Butterworth Heinemann co., Oxford.
- 76- Race, A., Amis, A. (1994): The mechanical properties of the two bundles of the human posterior Cruciate Ligament, J. Biomech.
- 77- Ronald, L. (1996): Clinical biomechanics of the lower extremities, Mosby, St. Louis.
- 78- Van der Schoot, Geist, Baur, A. (1990): lern und Geisige Behinderungen, in for schungsbericht bewegung, spiel und sport mit behinderten und von behind erug bedrohten indikationskatalog
- 79- Wegner, M. (2001): Sport und Beginderung: zur psychologie der belstungsverarbeitung im spiegel von einzelfallanalysen. Beiträge zur Lehr und Forschung im Sport Band 129. 1. AufltSchorndorf: Hofmann.
- 80- Williams, Gladys , A ; and Asher, Steven , R (1992): Assessment of loneliness of School among children with mild mental retardation, American Journal on Mental Retardation, Vol.96, No.4.1

## مستخلص البحث

### تأثير برنامج تروحي علاجي على تحسين بعض انحرافات الطرف السفلي لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم

الباحثة : نرمين محمود عبد الله شرارة

يهدف هذا البحث إلى تحديد تأثير برنامج تروحي علاجي على تحسين بعض انحرافات الطرف السفلي لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم، و يتطلب ذلك تحقيق التعرف على مدى تأثير البرنامج التروحي العلاجي على تحسين درجة اصطكاك الركبتين، وعلى تحسين درجة فلتحة القدمين، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي. تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بين ( ٩ - ١٢ ) سنة ممن لديهم انحرافات قوامية بالطرف السفلي (اصطكاك الركبتين و فلتحة القدمين ) وبلغت عينة البحث (٣٠) طفل، قسمت العينة عشوائياً إلى مجموعتين مجموعة تجريبية (١٤) طفل ومجموعة ضابطة (١٢) طفل وذلك بعد استبعاد (٤) أطفال لتطبيق الدراسة الاستطلاعية، في ضوء هدف البحث ونتائجه وفي حدود عينة البحث وخصائصها واستناداً إلى المعالجات الإحصائية والبرنامج التروحي العلاجي المقترح، وبعد عرض النتائج وتفسيرها أمكن للباحثة التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

١- يؤثر البرنامج التروحي العلاجي المقترح إيجابياً على تحسين درجة اصطكاك الركبتين لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم.

٢- يؤثر البرنامج التروحي العلاجي المقترح إيجابياً على تحسين درجة فلتحة القدمين لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم.

وتوصي الباحثة تطبيق البرنامج التروحي العلاجي المقترح وضرورة استمرارية تطبيقه لتحقيق فاعلية أكبر.