

## الفصل الخامس

### الاستخلاصات و التوصيات

أولا : الاستخلاصات ( الاستنتاجات )

ثانيا : التوصيات

## الاستخلاصات و التوصيات

### أولا : الاستخلاصات ( الاستنتاجات )

- فى ضوء أهداف البحث و استنادا على نتائج البحث و مناقشتها ، وفى حدود عينة البحث أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية :
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدى للمجموعة الضابطة فى مقياس السلوك الصحى للأطفال المعاقين عقليا.
  - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدى للمجموعة التجريبية فى مقياس السلوك الصحى للأطفال المعاقين عقليا لصالح القياس البعدى.
  - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى مقياس السلوك الصحى للأطفال المعاقين عقليا لصالح المجموعة التجريبية.
  - أن البرنامج الترويحي الرياضى المطبق له تأثير إيجابى فى تخفيف حدة الانعزالية عند الأطفال المعاقين عقليا عن طريق زيادة التفاعل الاجتماعى والشعور بالقيمة الذاتية والشعور بالانتماء.
  - أن الأسلوب المتبع فى ممارسة النشاط الترويحي الرياضى بمدرسة التربية الفكرية غير علمى حيث يغفل إتاحة الفرص أمام كل طفل للاختيار والتجريب والاكتشاف.
  - أن البرامج الترويحية الرياضية تهيء الفرص لملاحظة أنماط مختلفة من السلوك وإقامة علاقات مع أفراد ذوى اهتمامات وميول مشتركة وذلك لتنمية الخصائص والقيم المرغوب فيها للشخصية الإنسانية وذلك للنهوض بمستوى آداب اللياقة والرقى بالسلوك العام للأفراد.
  - البرنامج الترويحي الرياضى المستخدم فى الدراسة أحرز نجاحا ملحوظا وله فعاليته فى ترشيد السلوكيات الصحية لدى هؤلاء الأطفال المعاقين عقليا.
  - كانت النتائج ايجابية إذ حقق الأطفال مستوى سلوكى جيد فى التقدم أجاب على تساؤلات الباحث.

## ثانيا : التوصيات

- انطلاقا من الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث ، وفى حدود عينة البحث والظروف المحيطة بإجراء تجربة البحث . يوصى الباحث بما يلي :
- ضرورة الاهتمام بإدراج برنامج الترويح الرياضى المقترح ضمن البرامج التربوية لإعداد الأطفال المعاقين عقليا والبدء به مع هؤلاء الأطفال في سن مبكرة مما يكسبهم سلوكيات صحية مرغوب فيها.
  - ضرورة وجود البرامج المقننة والمدروسة والموضوعة على أسس علمية والتي يباشرها المتخصصون التربويون فى المؤسسات التعليمية المختلفة لما لها من تأثير ايجابي وفعالية فى ترشيد السلوكيات الصحية للأطفال المعاقين عقليا.
  - تفهم الدور الهام لكل من يحيط بالطفل المعاق عقليا أو المسئول عنه فى تشكيل وترشيد السلوك الذى يسلكه هذا الطفل مع البيئة المحيطة به.
  - التأهيل المهني Occupational Therapy : أى تدريب ذوى التخلف العقلي البسيط على شتى الأعمال المهنية المناسبة في مراكز وأقسام التشغيل Workshops والموجودة في المدارس والمستشفيات أو بصورة مستقلة.
  - تفعيل وتعزيز دور الأسر وإشراكهم في إعداد وتخطيط وتنفيذ البرامج التربوية والتعليمية عند اتخاذ القرارات التي تخص أبنائهم من ذوي الاحتياجات الخاصة.
  - تأكيد الدولة على أهمية وضرورة استخدام المستشفيات والعيادات الطبية الأهلية لبرامج الترويح الرياضى والعلاجي والتوسع فى استخدامها ، لما لتلك البرامج من نتائج إيجابية فى معالجة العديد من الأمراض وتحسين حالة المعاقين.
  - يجب استعمال النموذج والمثيرات السمعية والبصرية مثل الملصقات والصور فى تعليم الأطفال المعاقين عقليا بخاصة الأطفال شديدي التخلف.
  - يراعي اعتبار كل فرد في المجموعة قائما بذاته ، وعلى ذلك يجب اختيار مجموعة كبيرة من الألعاب لتدريسها في كل وحدة تدريسية.
  - اختيار أنشطة تتناسب مع حاجات المعاقين عقليا وقدراتهم البدنية والنفسية والصحية ومراعاة ذلك أثناء الممارسة.

اختيار أنشطة تتناسب ومستوى ذكاء الأطفال المعاقين عقليا ولا تحتاج إلى عمليات عقلية عليا بحيث يتحقق من خلالها فرص النجاح. مساهمة المجتمع المحلي والذي يتكون من الأسر والجمعيات الأهلية والاستفادة من موارده لتوفير فرص وصول ذوي الاحتياجات الخاصة إلى المدارس والأماكن العامة المخصصة لهم.

اهتمام وسائل الإعلام بعرض برامج الترويج الرياضية والعلاجية والتأكيد على دورها في ترشيد السلوكيات الصحية ، وذلك من خلال البرامج الصحية في الإذاعة والتلفزيون والصحافة وعرض احتفالات ومهرجانات المعاقين عقليا. الاهتمام بإرسال المتخصصين في مجال الترويج للمعاقين في بعثات إلى الدول المتقدمة في هذا المجال للترؤد بالخبرات والتجارب الحديثة والإطلاع على كل ما هو حديث ومتطور في هذا المجال.

اعتبار هذه الدراسة نواة للارتكاز عليها لدراسات مشابهة مستقبلا.

## المراجع

أولاً : المراجع العربية.

ثانيا : المنشورات.

ثالثا : المراجع الأجنبية.

رابعا : شبكة المعلومات الدولية ( إنترنت ).

## المراجع

### أولاً : المراجع العربية

- ١- أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، محمد صبحي حسانين : فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضة وطرق القياس والتقويم ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٧م .
- ٢- أبو النجا عز العرب، عمرو بدران : ذوو الاحتياجات الخاصة الإعاقات الذهنية والحركية والبصرية والسمعية ، مكتبة الإيمان ، المنصورة ، ٢٠٠٣م .
- ٣- أيمن أحمد المارية : فعالية طريقة المواضع المكانية فى رفع كفاءة التذكر لدى الأطفال المعاقين ذهنيا القابلين للتعلم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة طنطا ، ١٩٩٩م .
- ٤- السيد عبدا لنبي البصارة : دراسة تقويمية لطرق تعليم أطفال الروضة من ذوى الاحتياجات الخاصة بمدارس التربية الفكرية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٢م .
- ٥- المجلس الأعلى للشباب و الرياضة ، قطاع البحوث : التطبيقات العملية لنتائج وتوصيات الرسائل العلمية وبحوث التربية الرياضية، مركز التوثيق والمعلومات إدارة النشر ، ١٩٩٨م .
- ٦- إبراهيم عبد المقصود : السياحة والرياضة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٦م .
- ٧- إيلين وديع فرج : خبرات فى الألعاب للصغار والكبار ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٢م .
- ٨- بطرس رزق الله : المسابقات والألعاب الصغيرة ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٤م .
- ٩- تهاني عبد السلام محمد : الترويح والتربية الترويحية ، دار الفكر العربى ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، ٢٠٠١م .
- ١٠- تهاني عبد السلام ، طه عبد الرحيم : دراسات فى الترويح ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٣م .
- ١١- حسين محمد صادق : أثر برنامج علاج حركي مقترح لتحسين بعض القدرات الحركية للمعوقين بدنيا(شلل الأطفال المخي) ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، ١٩٩٦م .
- ١٢- حلمى إبراهيم، ليلي فرحات التربية الرياضية والترويح للمعوقين ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٨م .

- ١٣- سامر جميل رضوان : الصحة النفسية ، دار السيرة ، عمان ، الأردن ، ٢٠٠٣م .
- ١٤- صبحي محمد سراج : تأثير برنامج ترويح رياضي فى بعض المتغيرات النفسية والفسولوجية والبيوكيميائية لمدمني المخدرات ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠١م .
- ١٥- عبد الحكيم جواد المطر : التربية البدنية الخاصة للمعوقين ، السلسلة الثقافية لاتحاد التربية البدنية والرياضة ، العدد الخامس ، رئاسة رعاية الشباب ، الرياض ، ١٩٩٥م .
- ١٦- \_\_\_\_\_ : التربية البدنية التأهيلية والشلل الدماغي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٦م .
- ١٧- \_\_\_\_\_ : دمج الأطفال ذوي التخلف العقلي وأثره في أدائهم الحركي ، بحث منشور ، كلية التربية ، جامعة الملك سعود ، الرياض ، ٢٠٠٣م .
- ١٨- عبد الله جاسم أبو رغيف : أثر برنامج للتدريب على بعض القدرات العقلية والتكيف لدى المتخلفين عقليا فى العراق ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة طنطا ، ١٩٩٠م .
- ١٩- عبير عبد الرحمن شديد : تأثير برنامج الألعاب المائية الترويحية على الشعور بالوحدة والقلق والإكتئاب وبعض الصفات البدنية لدى مكفوفي البصر ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، المجلد ١٢ ، جامعة حلوان ، ١٩٩٩م .
- ٢٠- عبير محمد محمد قنبر : تأثير برنامج ألعاب صغيرة على بعض مظاهر السلوك الصحى والتعايش مع الإعاقة للمعاقين عقليا ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٤م .
- ٢١- عزة إبراهيم خليل : برنامج مقترح لكرة اليد لتنمية الأداء الحركى ومفهوم الذات لتلاميذ التربية الفكرية بمحافظة الإسكندرية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ١٩٩٤م .
- ٢٢- علية حسين خير الله : مدخل الترويح ، قسم الترويح الرياضى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٤م .
- ٢٣- فاتن زكريا النمر : تأثير برنامج ترويحى رياضى مقترح على إنقاص الوزن وعلاقته بالنشاط الكهربى للعضلات ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٩٤م .

- ٢٤- كمال إبراهيم مرسى : مرجع فى علم التخلف العقلى ، الطبعة الثانية ، دار النشر للجامعات ، القاهرة ، ٢٠٠٠م.
- ٢٥- كمال درويش، محمد الحماحى : رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٧م.
- ٢٦- لويس كامل مليكة : العلاج السلوكي وتعديل السلوك ، دار القلم ، الكويت ، ١٩٩٠م.
- ٢٧- ماجدة السيد عبيد : تعليم الأطفال المتخلفين عقليا ، دار الصفا للنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى ، عجمان ، ٢٠٠٠م.
- ٢٨- محمد حسن علاوى : علم التدريب الرياضى ، الطبعة الثانية عشر ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٤م.
- ٢٩- محمد رضا البغدادي : الأنشطة الإبداعية للأطفال ، دار الفكر العربي ، ط١ ، القاهرة ، ٢٠٠١م.
- ٣٠- محمد عادل رشدي : الطب الرياضى فى الصحة والمرض ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٧م.
- ٣١- محمد كامل عفيفي : التربية البدنية للمعوقين بين النظرية والتطبيق ، دار حراء ، القاهرة ، ١٩٩٨م.
- ٣٢- محمد محروس الشناوي : التخلف العقلى ، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة ، ١٩٩٧م.
- ٣٣- محمد الحماحى ، عايدة عبد العزيز : الترويج بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، ط٢ ، القاهرة ، ١٩٩٨م.
- ٣٤- محمد محمد إبراهيم : العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة وتنمية التوافق النفسى والاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقليا ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٦م.
- ٣٥- مسعود غرابية، طه عبد الرحيم : أثر برنامج ترويحى (رياضى - ثقافى صحى) على السلوك الصحى والتعايش مع الإعاقة للمعاقين حركيا فى المملكة العربية السعودية ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق ، ٢٠٠٠م.
- ٣٦- مصطفى حسين باهى : الإحصاء التطبيقي فى مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٩م.
- ٣٧- ميرفت محمود صادق : برنامج مقترح لتعليم السباحة للأطفال المعوقين عقليا فى متلازمة داون ( Down Syndrome ) ، المجلة العلمية ، جامعة الكويت ، ١٩٩٩م.

٣٨- يسر محمد عبد الغنى : تأثير برنامج علاجي حركي على بعض القدرات الحركية والانحرافات القوامية للمتخلفين عقليا القابلين للتعلم، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠١م.

#### ثانيا : المنشورات

٣٩- جريدة الأهرام المصرية : السنة ١٢٧- العدد ٤٢٤٤٥ ، مولود معاق خطر أصبح محتملا فى كل بيت مصري ، القاهرة ، ٢٠٠٣/٢/٢١م.

٤٠- جريدة الأهرام المصرية : السنة ١٢٩- العدد ٤٣٢٧٧ ، سياحة نوى الاحتياجات الخاصة .. حقائق وأرقام ، القاهرة ، ٢٠٠٥/٦/٢م.

٤١- منظمة الصحة العالمية : التخلف العقلى - مواجهة التحدي ، المكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية لشرق البحر المتوسط ، الإسكندرية ، ١٩٩٩م.

#### ثالثاً : المراجع الأجنبية

- 42- Katherine, Rigyn. J : Sport program effect on participants with mental Retardation ( Special Olympics ) dissertation Abstracts international ( A ) 45, 1993.
- 43- Nishiok Erons Vicki & others :Budgeting skills function living skills for mild and made rate disabilities, U.S.A , Oregon 1990.
- 44- Radwan & Reschke : Health Behavior and attitudes towards health A comparative Study between Syrian and German Students, Labzk University, Vienna , 8, 2004.
- 45- Taylor, K. : Parents and Children Learn Together. New York, Teachers College Press. Columbia. University. 1997.

- 46- Terman, L.& Mirill, : Stanford – Benit Intelligence scale, manual for the third revision, from (LM). London: George Harrap & d. LTD., 2001.
- 47- (WHO)World Health Organization : The ICD classic faction of mental and behavior disorders, Geneva ,2003.

رابعاً : مواقع شبكة المعلومات الدولية ( إنترنت )

- 48- <http://www.arabpsynet.com>
- 49- <http://www.ds – health.com/train.htm>
- 50- <http://www.feedo.net/MedicalEncyclopedia/MedicalEncyclopediaIndex.htm>
- 51- <http://www.gulfnet.ws/vb/forumdisplay.php?f=3>
- 52- <http://www.mosds.net/ion.htm>