

## الملحقات

**ملحق (1)**

**أسماء السادة الأساتذة والخبراء**

أسماء السادة الأساتذة والخبراء (\*)

الكلية	التخصص	الاسم	
التربية الرياضية - جامعة الأزهر	الطب الرياضي	أ.د/ أسامة مصطفى رياض	١
التربية الرياضية بنين - جامعة الإسكندرية	الإصابات الرياضية والتأهيل البدني	أ.د/ حسن محمد النواصرة	٢
التربية الرياضية بنات - جامعة الإسكندرية	الترويح	أ.د/ سامية حسن عبد الكريم	٣
التربية الرياضية بنين - جامعة الإسكندرية	تربية القوام	أ.د/ صفاء صفاء الدين الخربوطلي	٤
التربية الرياضية بنات - جامعة الإسكندرية	الترويح	أ.د/ فاطمة فوزي عبد الرحمن	٥
التربية الرياضية بنين - جامعة الإسكندرية	الإصابات الرياضية والتأهيل البدني	أ.د/ عبد الباسط صديق	٦
التربية الرياضية بنين - جامعة الإسكندرية	الإدارة والترويح	أ.د/ عبد العزيز سلامة	٧
التربية الرياضية بنين - جامعة الإسكندرية	الإصابات الرياضية والتأهيل البدني	أ.د/ مصطفى السيد طاهر	٨
التربية الرياضية - بور سعيد	تربية القوام	أ.د/ نجلاء إبراهيم جبر	٩
التربية الرياضية بنات - جامعة الإسكندرية	الترويح	أ.د/ نبيلة محمد حسن عباس	١٠
التربية الرياضية بنين - جامعة الإسكندرية	تربية القوام	أ.م.د/ زكريا أحمد متولي	١١
التربية الرياضية بنين - جامعة الإسكندرية	التمرينات	أ.م.د/ سمير عبد النبي شعبان	١٢
التربية الرياضية بنات - جامعة الإسكندرية	الترويح	أ.م.د/ عفاف محمود	١٣
التربية الرياضية بنين - جامعة الإسكندرية	الإصابات الرياضية والتأهيل البدني	أ.م.د/ محمد كمال على	١٤
التربية الرياضية بنين - جامعة الإسكندرية	الإصابات الرياضية والتأهيل البدني	م.د/ السيد سليمان السيد	١٥

(\*) تم ترتيب الأسماء هجائياً داخل الدرجة العلمية

## ملحق (٢)

**استمارة استطلاع رأى الخبراء في مدى مناسبة التمرينات بالبرنامج  
الترويحي العلاجي لتحسين بعض انحرافات الطرف السفلى  
لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم**

استمارة استطلاع رأى الخبراء في مدى مناسبة التمرينات  
بالبرنامج الترويحي العلاجي لتحسين بعض انحرافات  
الطرف السفلى لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم

الأستاذ الدكتور /

تعية طيبة وبعد ،،،،

تقوم الباحثة / نرمين محمود شرارة المعيدة بقسم الترويح بإجراء دراسة علمية ضمن متطلبات  
الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية وعنوانها .

" تأثير برنامج ترويحي علاجي على تحسين بعض انحرافات  
الطرف السفلى لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم" .

وهذه الاستمارة لتحديد مدى مناسبة التمرينات الخاصة بتحسين بعض انحرافات الطرف السفلى  
(اصطكاك الركبتين- فلطحة القدمين) للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم .  
لذا لجأت الباحثة إلى الاسترشاد برأيكم العلمي لتحديد أهم التمرينات ومدى مناسبتها طبقاً لما تحتاجه  
طبيعة هذه الدراسة .

ولذلك يرجى من سيادتكم وضع علامة (√) في الخانة التي تناسب رأى سيادتكم شاكرين حسن  
تعاونكم معنا مع جزيل الشكر والتقدير .

البيانات الشخصية :

الاسم /

الوظيفة /

التخصص /

مكان العمل /

الباحثة

نرمين محمود شرارة

أرجو من سيادتكم التكرم بإبداء الملاحظات في :

- الموافقة أو الحذف من خلال وضع علامة (√) أمام ما يوافق رأى سيادتكم

- إبداء مقترحات أخرى ترونها سيادتكم

- رأى سيادتكم ككل في البرنامج

غير مناسب	مناسب	البيان
		المدى الزمني للمرحلة الأولى
		( ٢ - ٣ ) أسابيع
		( ٣ - ٤ ) أسابيع
		( ٤ - ٥ ) أسابيع
		المدى الزمني للوحدة
		( ٣٠ - ٣٥ ) ق
		( ٣٥ - ٤٠ ) ق
		( ٤٥ - ٥٠ ) ق
		المدى الزمني للمرحلة الثانية
		( ٢ - ٣ ) أسابيع
		( ٣ - ٤ ) أسابيع
		( ٤ - ٥ ) أسابيع
		المدى الزمني للوحدة
		( ٣٠ - ٣٥ ) ق
		( ٣٥ - ٤٠ ) ق
		( ٤٥ - ٦٠ ) ق
		المدى الزمني للمرحلة الثالثة
		( ٢ - ٣ ) أسابيع
		( ٣ - ٤ ) أسابيع
		( ٤ - ٥ ) أسابيع
		المدى الزمني للوحدة
		( ٣٥ - ٤٠ ) ق
		( ٤٥ - ٥٠ ) ق
		( ٥٠ - ٦٠ ) ق

obeykandl.com

## ملخص البحث

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

الباحثة : نرمين محمود عبد الله شرارة

إن الكمال صفة يتفرد بها المولى عز وجل ، وقد اقتضت حكمة الله ألا يكون الناس سواء وقد اهتمت الأديان السماوية بذوي الاحتياجات الخاصة بل ووضعت مبدأ فلسفياً لتأهيل تلك الحالات لإمكانية الانتفاع بهم .

وحيث إن عينة البحث إحدى فئات الإعاقة الذهنية وهي الفئة القابلة للتعلم وهذه الفئة من ضمن خصائصها الحركية ضعف القدرات الحركية، كما أن لديهم بعض الانحرافات القوامية بالطرف السفلي بسبب ضعف القوة العضلية

ومن منطلق أن مشكلات الانحرافات القوامية قد نالت قسطاً كبيراً من اهتمام الباحثين بالنسبة للأسوياء في مراحل العمر المختلفة في حين نجد أن الأمر يختلف بالنسبة للمعاقين ذهنياً فالاهتمام بهذه المشكلة لم يحظ بالقدر الكافي على الرغم من أن صحة الفرد المعاق ذهنياً ترتبط طردياً بالقوام الجيد

ومن منطلق أن الترويج العلاجي طبقاً للجمعية الأمريكية للترويج العلاجي هو خدمة مصممة لاستعادة وتعويض وتأهيل الأفراد لتنمية الصحة العامة والرغبة في الحياة مع الإقلال أو الحد من العوائق التي يسببها المرض أو الإعاقة وتؤثر على المشاركة في المواقف الحياتية، كما يعد وسيلة من وسائل العلاج الهامة لذوي الاضطرابات البدنية.

وإذا كان التأهيل البدني مطلباً حيويّاً للأسوياء فبلا شك فهو ضرورة حتمية لذوي الاحتياجات الخاصة، فهو قيمة تعويضية للحالة الصحية للقوام

الأمر الذي دفع الباحثة لتصميم برنامج ترويجي علاجي والذي يحتوي على مجموعة من التمرينات العلاجية تؤدي بصورة ترويجية.

## هدف البحث

يهدف البحث إلى :

- تحسين بعض انحرافات الطرف السفلي لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم .
- ويتطلب ذلك تحقيق ما يلي :
- تصميم برنامج تروحي علاجي لحالات انحرافات الطرف السفلي للأطفال ( ٩-١٢ ) سنة.
- التعرف على مدى تأثير البرنامج التروحي العلاجي على تحسين درجة اصطكاك الركبتين .
- التعرف على مدى تأثير البرنامج التروحي العلاجي على تحسين درجة فلتحة القدمين .

## فروض البحث

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في درجة اصطكاك الركبتين لصالح القياس البعدي .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في درجة فلتحة القدمين لصالح القياس البعدي .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث .
- يؤثر البرنامج التروحي العلاجي تأثيراً إيجابياً في تحسين حالات انحرافات الطرف السفلي لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم .

## منهج البحث

في ضوء متطلبات الدراسة استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام القياسات (القبليّة - البعدية) للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة .

### مجتمع وعينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم بين ( ٩ - ١٢ ) سنة ممن لديهم انحرافات قوامية بالطرف السفلي (اصطكاك الركبتين وقلطحة 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.

### الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

- جهاز الرستاميتير Restameter لقياس الطول الكلي للجسم ( سم ) .
- جهاز الميزان الطبي لقياس الوزن (كجم) .
- جهاز جونيوميتر Goniometer الزوايا لقياس الزاوية الوحشية للركبة (درجة) .
- شريط القياس السنتمتري لقياس المسافة بين النتوءين الأنسيين للقصبه (سم) .
- أقلام مختلفة الألوان والأشكال والأحجام .
- أستيك مطاط مختلف الشدة والأطوال .
- أدوات مطبخ (أطباق وملاعق وشوك) .
- ماسكات بأشكال مختلفة للحيوانات .
- مكعبات مختلفة الأحجام والألوان .
- زلط مختلف الأحجام والألوان .
- مناديل من القماش القطني .
- كور مختلفة الأحجام والألوان .
- أكياس رمل مختلفة الأوزان .
- صناديق الخطوط .
- جهاز تسجيل .
- C.D .
- أقماع .

- أطواق .
- حصى .
- عصي .
- مقاعد .

#### القياسات المستخدمة في البحث :

- قياس اصطكاك الركبتين باستخدام جهاز جونيوميتر الزوايا لقياس الزاوية الوحشية للركبة (درجة)، كما تم قياس المسافة بين النوعين الأسيين لعظمتي القصبة (سم) باستخدام شريط القياس السننيمتري .
- قياس زاوية قوس القدم ( فلتحة القدمين) باستخدام اختبار زاوية قوس القدم باستخدام بصمة القدم لكلارك Clarke بهدف قياس زاوية قوس القدم (درجة) ، و حساب معامل تشيجينا بالسننيمتر .

#### البرنامج التروحي العلاجي:

يشتمل الجزء الرئيسي لكل مرحلة من مراحل البرنامج على مجموعة تمارين لتحسين بعض انحرافات الطرف السفلى (اصطكاك الركبتين و فلتحة القدمين) في صورة تروحية وعلاجية لإنتاج حوافز نفسية وبدنية للأطفال المعاقين من خلال سرد قصة حركية وتمثيل أحداثها والتعبير عنها بعدة طرق مختلفة واستخدام محفزات سمعية وبصرية كثيرة لإثارة اهتمام ونشاط الأطفال كمصاحبة الموسيقى والغناء بما يتناسب مع أحداث وشخصيات القصة .

#### الدراسة الأساسية:

تم تنفيذ البرنامج في الفترة من ٢٠١٤/٣/١١ وحتى ٢٠١٤/٦/٢٠ على عينة البحث الأساسية (المجموعة التجريبية) لمدة (٣) شهور بواقع (٥) وحدات أسبوعياً ، وبإجمالي (٦٠) وحدة وقد بلغ زمن الوحدة (٥٠) ق .

## 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 اضطراك 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.

## 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.

obeykandi.com

## Research Summary

### The effect of therapeutic recreational program on improving some lower limb distortions within learnable mentally disabled children

Researcher: Nermin Mahmoud Sharara

Perfection is only for God. God wisdom necessitated that people should not be alike each other. All monotheistic religions interested with handicapped people and even put a philosophical principle for the rehabilitation of those cases to be useful people.

As research sample, is a mental disability category (learnable) which their kinetic characteristics include motor abilities weakness, as they have some lower limb posture distortions due to poor muscle strength.

In terms of that posture distortion problems for normal people `has received much of researchers' attention in different stages of life. the matter is different for mentally disabled where the interest in this issue is not enough although that for mentally disabled health is linked directly with good posture.

On the basis that recreation therapy, according to the American Society for Recreation Therapy is a service designed to restore and compensate and rehabilitate individuals to develop public health and the desire to live with minimizing or reducing barriers caused by illness or disability and affect participation in

**life situations, recreation therapy also considered one of important treatment means for people with physical disorders.**

**If physical rehabilitation is a vital requirement for normal people, there is no doubt that it is imperative for handicapped, it is a compensatory value of posture health status**

**All what mentioned above prompted the researcher to design a therapeutic recreational program, which contains a set of therapeutic exercises performed on recreation manner.**

#### **Research Objectives**

**This research aims to:**

**Determine the effect of therapeutic recreational program on improving some lower limb distortions within learnable mentally disabled children, which require:**

- Designing therapeutic recreational program for lower limb distortions for children (9-12) years**
- Identifying the effect of the therapeutic recreational program on improving knock knees degree.**
- Identifying the effect of the therapeutic recreational program on improving flat foot degree.**

#### **Research hypotheses**

- There are statistically significant differences between experimental group pre and post measurement of knock knees degree in favor of post measurement.**

- **There are statistically significant differences between experimental group pre and post measurement of flat foot degree in favor of post measurement.**
- **There are statistically significant differences between experimental group and control group post measurement of research variables in favor of experimental group.**
- **Proposed therapeutic recreation program has a positive effect on enhancing lower limb distortions within learnable mentally disabled children.**

#### **Research Methodology**

**In light of study requirements, the researcher used the experimental approach using pre and post measurements for experimental and control groups.**

**The research sample:**

**Research sample was selected intentionally from learnable mentally disabled children between (9-12) years who have lower limb posture distortions (knock knees and flat foot) research sample consisted of (30) children, sample was divided randomly into two groups: experimental group (14 children) and a control group (12 children), after excluding (4) children for pilot study.**

**Devices used in the research:**

- **Restameter device for measuring total body height (cm).**

- **Medical scale for measuring the weight (kg).**
- **Goniometer device for measuring lateral knee angle (degrees).**
- **Measuring tape to measure the distance between the margo pedis medialis (cm).**

Tools used in the research:

- **Balls with different sizes and colors.**
- **Cones.**
- **Hoops.**
- **Sand bags of different weights.**
- **Grit.**
- **Sticks.**
- **Step boxes.**
- **Pebbles of various sizes and colors.**
- **Pens of different colors, shapes and sizes.**
- **Cubes of different sizes and colors.**
- **Kitchen tools (dishes, spoons and forks).**
- **Seats.**
- **Cotton handkerchiefs.**
- **Masks with Animal shapes.**
- **Rubber with different lengths and intensity.**
- **A recording device.**
- **Recording tapes.**

Measurements used in the research:

- **Measuring height to nearest (cm) using Restameter.**
- **Measuring weight to the nearest (kg) using a medical scale**

- **Measurement knock knees degree using a goniometer device for measuring angles knee lateral angle (degrees), also distance between the margo pedis medialis (cm) was measured using a measuring tape.**
- **Knee Angle measurement (flat foot) measured using feet arch angle test using Clarke footprint in order to measure the foot arch angle (degrees), and calculate the Chegina coefficient (cm)**

Therapeutic recreational program:

The main part of each program stage contained group pf exercises to treat lower limb distortions (knock knees and flat foot) in therapeutic and recreational form to create psychological and physical incentives for handicapped children, throw narrating movement story, acting its events and expressing it with different ways, and also using various audio and visual incentives - like accompanying the story with music and songs suits its events - to excite children

Main Part

The program had been implemented in the period March 11<sup>th</sup>, to June 20<sup>th</sup>, 2014 for experimental group, implementation was for (3) months , (5) units weekly, totaled to (60) training units each unit (50) minutes.

## Conclusions

In the light of research objectives and its results within the limits of research sample characteristics and based on the statistical treatments and the proposed therapeutic recreational program, and after the presentation and interpretation of results researcher reached the following conclusions:

1. The proposed therapeutic recreational program positively affects improving the knock knees degree within learnable mentally disabled children.
2. The proposed therapeutic recreational program positively affects improving the flat foot degree within learnable mentally disabled children.

## Recommendations

In the light of research results; researcher recommends the following:

1. Using the proposed therapeutic recreational program with necessity of its continuity to achieve greater efficiency.
2. Further studied to be conducted in the field of therapeutic recreation and attention to be given to include recreational programs for treatment of other posture distortions for handicapped.

obeykandi.com

## Research Abstract

The effect of therapeutic recreational program on improving some lower limb distortions within learnable mentally disabled children

Researcher: Nermin Mahmoud Sharara

This research aims to:

**Determine the effect of therapeutic recreational program on improving some lower limb distortions within learnable mentally disabled children, which require: Identifying the effect of the therapeutic recreational program on improving knock knees degree, and Identifying the effect of the therapeutic recreational program on improving flat foot degree. The researcher used the experimental approach. Research sample was selected intentionally from learnable mentally disabled children between (9-12) years who have lower limb posture distortions (knock knees and flat foot) research sample consisted of (30) children, sample was divided randomly into two groups: experimental group (14 children) and a control group (12 children), after excluding (4) children for pilot study.**

**In the light of research objectives and its results within the limits of research sample characteristics and based on the statistical treatments and the proposed therapeutic recreational program, and after the presentation and interpretation of results researcher reached the following conclusions:**

- 1. The proposed therapeutic recreational program positively affects improving the knock knees degree within learnable mentally disabled children.**
- 2. The proposed therapeutic recreational program positively affects improving the flat foot degree within learnable mentally disabled children.**

**Researcher recommends using the proposed therapeutic recreational program with necessity of its continuity to achieve greater efficiency**



**Alexandria University**  
**Faculty of Physical Education for Girls**  
**Recreation Department**

**The effect of therapeutic recreational program  
on improving some lower limb distortions within  
learnable mentally disabled children**

**Presented by**

**Nermin Mahmoud Abdullah Sharara**  
**Demonstrator, Recreation Department, Faculty of Physical  
Education for Girls, Alexandria University**

**In Partial Fulfillment of the Requirements of Master degree in Physical  
Education**

**Supervised by**

**Dr.**

**Samia Hassan Hussain Abd El-Karim**

*Professor Recreation and  
head of recreation department,  
Faculty of Physical Education for Girls,  
Alexandria University*

**Dr.**

**Hassan Mohamed ElNawassra**

*Professor of sport injuries and Rehabilitation,  
department of sport health and bioscience  
Faculty of Physical Education for Men,  
Alexandria University*

**1435H- 2014G**