

## ملخص البحث باللغة العربية



كلية التربية الرياضية للبنات قسم  
تدريب التمرينات الإيقاعية والجمباز الفني

## تأثير برنامجين مقترحين للجمباز علي بعض المتغيرات البدنية والنفسية للأطفال الصم

بحث مقدم من

ولاء أحمد حسبو جودة

مدرس مساعد بقسم تدريب التمرينات الإيقاعية والجمباز الفني  
بكلية التربية الرياضية للبنات بجامعة حلوان

بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على درجة دكتوراة الفلسفة فى التربية الرياضية

إشـراف

أ.د مرفت محمد أحمد الطوانسي

أستاذ بقسم تدريب التمرينات الإيقاعية والجمباز  
الفني ووكيلة الكلية لشئون التعليم والطلاب  
بكلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة  
جامعة حلوان

أ.د نبيلة محمد خليفة

أستاذ متفرغ بقسم تدريب التمرينات الإيقاعية  
والجمباز الفني بكلية التربية الرياضية للبنات  
بالجزيرة جامعة حلوان

أ.د رياض زكريا المنشاوي

أستاذ بقسم علم النفس بكلية التربية الرياضية  
جامعة طنطا

القاهرة

١٤٣٧ هـ - 2016 م

ملخص البحث باللغة العربية  
"تأثير برنامجين مقترحين للجمباز علي بعض المتغيرات البدنية والنفسية  
للأطفال الصم"\*

مشكلة البحث وأهميتها:

نبعت مشكلة البحث من خلال ما لاحظته الباحثة من خلال زيارتها الميدانية لمدارس الامل للصم والبكم ، وما إنتهت اليه العديد من الدراسات النفسية والتربوية التي إطلعت عليها الباحثة ، أن الاطفال الصم لديهم قصور في العديد من الصعوبات البدنية والنفسية ،علي سبيل المثال وليس الحصر قصور في عنصر التوازن البدني نتيجة الصمم ، والشعور بعدم التقبل الاجتماعي ،وسوء التوافق الاجتماعي لديهم ،حيث يفضل الطفل المعاق سمعيا الانسحابية و الانطوائية ، ويعانون دواما بعدم الشعور من الاخرين ،والعدوانية الشديدة ،وعدم الاتزان الانفعالي، واعدام الثقة بالنفس .

لذلك كان من الضروري الفاء الضوء علي فئة المعاقين سمعيا وذلك من خلال الانشطة الرياضية نسبة لأهميتها بالنسبة للقيم النفسية كالثقة بالنفس والتوافق النفسي والاجتماعي وتقبل الذات ،فمن خلال ممارسة النشاط الرياضي يتحول فيه الطفل الأصم إلي طفل أكثر تحررا وتكاملا وتوافقا ،وخفض الشعور السلبي ونمو الشعور الإيجابي نحو الذات ونحو الآخرين.

ومن خلال عمل الباحثة في مجال التدريس في الجمباز الفني بكلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة ، وما تضيفه رياضة الجمباز الفني من تنمية وتطوير عناصر اللياقة البدنية والتحكم والسيطرة علي أجزاء الجسم والاتزان بالاضافة الي تطوي العديد الصفات النفسية والاجتماعية العديدة كالثقة بالنفس والتعاون والاستقلاليه والاتزان الانفعالي ،وان تكون إعاقة السمعية "الصمم " عائقا لممارسة هذه الرياضة والاستفادة منها،وان الطفل الاصم بإستطاعته ممارسة رياضة الجمباز الفني بمختلف اشكاله ، لما سوف يعود عليه بالنفع والاستفادة سواء علي الجانب البدني ، أو الجانب النفسي .

ومن هذا المنطلق جاءت فكرة البحث،حيث قامت الباحثة بإعداد برنامجين مقترحين للجمباز للأطفال الصم ( ٩ - ١٢ سنة )،والوقوف علي ما يحققه البرنامجين المقترحين للجمباز علي تحسين عنصر التوازن بنوعيه"الثابت والمتحرك" كمتغير بدني الذي لديهم قصور فيه ،وتحسين مستوي التوافق النفسي ببعديه"الشخصي والاجتماعي" كمتغير نفسي ، يحتاجه الطفل الأصم لكي يشعر بالايجابية والتقبل لنفسه ولمجتمعهم وتقبل إعاقته السمعية ،وتعتبر فكرة هذه البحث هي أقل الواجبات نحو هذه الفئة التي تحتاج الي قدر كبيرا من الرعاية والاهتمام.

---

(\* )الباحثة /ولاء أحمد حسبو جودة -مدرس مساعد بكلية التربية الرياضية - جامعة حلوان

## اهداف البحث:

تصميم برنامجين مقترحين للجمباز للتعرف علي بعض المتغيرات البدنية والنفسية للأطفال الصم (٩-١٢) سنه، وذلك للتعرف علي:

١- تأثير البرنامج المقترح الأول (لتدريبات التوازن) علي التوازن الثابت Static Balance للأطفال الصم (٩-١٢) سنة.

٢- تأثير البرنامج المقترح الأول (لتدريبات التوازن) علي التوازن المتحرك Dynamic Balance للأطفال الصم (٩-١٢) سنة.

٣- تأثير البرنامج المقترح الثاني (جمباز الموانع) علي التوافق الشخصي Personal Adjustment للأطفال الصم (٩-١٢) سنة.

٤- تأثير البرنامج المقترح الثاني (جمباز الموانع) علي التوافق الاجتماعي Social Adjustment للأطفال الصم (٩-١٢) سنة.

٥- التعرف علي الفروق بين تأثير كلاً من البرنامجين المقترحين علي التوازن الثابت والمتحرك والتوافق الشخصي والاجتماعي للأطفال الصم (٩-١٢) سنة.

## فروض البحث:

١- يؤثر البرنامج المقترح الأول (لتدريبات التوازن) إيجابيا علي التوازن الثابت Static Balance لدي المجموعة التجريبية الاولي للأطفال الصم (٩-١٢) سنة.

٢- يؤثر البرنامج المقترح الأول (لتدريبات التوازن) إيجابيا علي التوازن المتحرك Dynamic Balance لدي المجموعة التجريبية الاولي للأطفال الصم (٩-١٢) سنة.

٣- يؤثر البرنامج المقترح الثاني (جمباز الموانع) إيجابيا علي التوافق الشخصي Personal Adjustment لدي المجموعة التجريبية الثانية للأطفال الصم (٩-١٢) سنة.

٤- يؤثر البرنامج المقترح الثاني (جمباز الموانع) إيجابيا علي التوافق الاجتماعي Social Adjustment لدي المجموعة التجريبية الثانية للأطفال الصم (٩-١٢) سنة.

٥- توجد فروق دالة إحصائية للتوازن الثابت والمتحرك ، والتوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي بين مجموعات البحث الثلاث لصالح المجموعة التجريبية الاولى في التوازن الثابت والمتحرك وللمجموعة التجريبية الثانية (البرنامج المقترح الثاني) في التوافق الشخصي والاجتماعي.

#### إجراءات البحث:

#### منهج البحث:

استخدمت الباحثة النهج التجريبي بمجموعاته الثلاث وذلك لأنه الأنسب لعينة البحث ولتحقيق الأهداف المرجوة واختبار صحة الفروض، ومن خلال هذا المنهج تستطيع الباحثة التعرف علي أثر السبب (المتغير المستقل) علي النتيجة (المتغير التابع) وذلك باستخدام ثلاث مجموعات (مجموعتين تجريبيتين، مجموعة ضابطة).

#### مجتمع وعينة البحث:

تتكون عينة البحث الكلية من تلميذات مدرسة الأمل للصم والبكم التابعة لإدارة الفيوم التعليمية بمحافظة الفيوم للعام الدراسي ٢٠١٥ / ٢٠١٦م ، وبلغت عينة البحث الكلية (٣٨) تلميذة من تلميذات الصف الخامس والصف السادس الابتدائي ، تم إختيارهم بالطريقة العمدية العشوائية تحت الفئة العمرية من ٩ : ١٢ سنة للعام الدراسي ٢٠١٥ / ٢٠١٦ وذلك بعد إستبعاد الاتي:

- تلميذات لم يواظبن علي الحضور وعددهم (٢) تلميذة
  - تلميذات مصابات بأمراض عضوية وعددهم (١) تلميذة
  - تلميذات أكبر من ١٢ سنة و عددهم (٢) تلميذة
- وأصبحت عينة البحث الأصلية (٣٣) تلميذة تم تقسيمهن عشوائيا عن طريق القرعة إلي ٣ مجموعات (مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة) قوام كلاً منهم (١١) طالبة.

#### أدوات ووسائل جمع البيانات:

- المسح المرجعي
- الاستمارات والمقابلة الشخصية
- الاختبارات البدنية والقياسات الخاصة بالمتغيرات قيد البحث
- إختيار المساعدين

## الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء (٢) دراسة إستطلاعية في الفترة الزمنية من ٢٠١٥/٢/١٢ إلى الفترة ٢٠١٥/٢/١٥م وذلك علي عينة إستطلاعية مختارة من المجتمع الاصلي للبحث ومن خارج عينة البحث الاساسية وذلك للتأكد من سلامة تنفيذ وتطبيق الاختبارات وما يتعلق بها من إجراءات القياس والادوات والاجهزة المستخدمة ،وللايجاد معامل الصدق والثبات للأختبارات المستخدمة للبحث .

## إجراءات تطبيق البحث:

### القياس القبلي:

تم إجراء القياسات القبلية لمجموعات البحث الثلاثة أبتداء من يوم الاثنين الموافق ٢٠١٥/٢/٢٣ الي يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٥/٢/٢٤ وتضمنت القياسات في اليوم الاولي الأختبارات البدنية "التوازن الثابت والمتحرك " ،واليوم الثاني وقياس مستوي التوافق النفسي ببعديه الشخصي والاجتماعي، وعناصر اللياقة البدنية المستخدمة لضبط المتغيرات بين مجموعات البحث الثلاثة.

### تطبيق البرنامجين المقترحين:

قامت الباحثة بتطبيق البرنامجين المقترحين للجمباز ابتداءً من يوم الاربعاء الموافق ٢٠١٥/٢/٢٥ حتي يوم الاثنين الموافق ٢٠١٥/٢/١٨ وذلك لمدة ثلاث (٣)شهور بواقع ١٢ إسبوع ، بمعدل ثلاث (٣)وحدات إسبوعيا، وذلك في الحصة الثانية والثالثة ،حيث تبدأ المجموعة التجريبية الاولي بتنفيذ البرنامج المقترح الاول للتوازن بجميع أجزاءه بالحصة الثانية ،و المجموعة التجريبية الثانية بالحصة الثالثة حيث يتم تطبيق البرنامج المقترح الثاني لجمباز الموانع بجميع أجزاءه.

### القياس البعدي:

تم إجراء القياس البعدي لمجموعات البحث الثلاثة"المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة" بنفس الاسلوب الذي تم في القياس القبلي ،وذلك من خلال الفترة ٢٠١٥/٥/١٩ إلى ٢٠١٥/٥/٢١.

## المعالجات الاحصائية:

في ضوء هدف وفروض البحث تم استخدام البرنامج الاحصائي (SPSS) وذلك للحصول علي

### المعالجات الأحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي

- الوسيط

- الانحراف المعياري
- تحليل التباين
- معامل الإلتواء للتأكد من تجانس مجموعات البحث الثلاث
- اختبار (ت) لايجاد دلالة الفروق بين مجموعات البحث للتأكد من تكافؤها في القياسات القبلية والمقارنة بينهم في القياسات البعدية.
- معامل الارتباط بيرسون لتأكد من ثبات الاختبارات.
- إختبار (ت) (T-difference) للمجموعتين المرتبطتين (قياس قبلي ، بعدى) لنفس المجموعة.
- إختبار (ت) (T-Test) لدلالة الفروق بين المجموعات الثلاث ( التجريبية الاولي، التجريبية الثانية، المجموعة الضابطة) .

#### الاستنتاجات:

١- أظهر البرنامج المقترح الاول للتوازن الثابت والمتحرك تأثيرا إيجابيا في مستوى التوازن بنوعيه الثابت والحركي لدي المجموعة التجريبية الاولي مقارنة بالمجموعة الضابطة ،حيث تحسن كلا من مستوى التوازن الثابت والتوازن المتحرك ،كذلك أظهرت نتائج البحث فروق دالة إحصائية في القياسات البعدية الخاصة بالتوازن الثابت والتوازن المتحرك بين مجموعتي البحث المجموعة التجريبية الاولي والمجموعة الضابطة ،ويدل ذلك علي أن البرنامج المقترح الاول لـ"تدريبات التوازن" قد ساهم في تحسين وتطوير مستوى التوازن الثابت والمتحرك مقارنة بالبرنامج المتبع بالمدرسة الذي استخدمته المجموعة الضابطة.

٢- أظهر البرنامج المقترح الثاني لجمباز الموانع تأثيرا إيجابيا في مستوى التوافق النفسي ببعديه (الشخصي والاجتماعي ) لدي المجموعة التجريبية الثانية مقارنة بنتائج المجموعة الضابطة التي استخدمت البرنامج المتبع بالمدرسة ،حيث تحسن كلا من مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي ، كذلك أظهرت نتائج البحث فروقا دالة إحصائية في القياسات البعدية الخاصة التوافق النفسي ببعديه

(الشخصي، الاجتماعي) بين مجموعتي البحث المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة، ويدل ذلك علي أن البرنامج المقترح الثاني لـ "جمباز الموانع" قد ساهم في تحسين وتطوير مستوى التوافق النفسي مقارنة بالبرنامج المتبع بالمدرسة الذي استخدمته المجموعة الضابطة.

٣- أظهر البرنامج المتبع بالمدرسة تأثيرا إيجابيا في التوازن بنوعيه (الثابت والمتحرك)، مستوى التوافق النفسي ببعديه (الشخصي والاجتماعي) لدي المجموعة الضابطة، حيث تحسنت جميع المتغيرات البدنية قيد البحث، ولكن مؤشرات الدلالة للمجموعة الضابطة أقل بكثير مقارنة بنتائج المجموعة التجريبية الاولى التي استخدمت البرنامج المقترح الاول لـ "تدريبات التوازن"، وكذلك نتائج المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت البرنامج المقترح الثاني لـ "جمباز الموانع".

٢/٥ التوصيات:

في ضوء مشكلة البحث الاساسية وفروضها، ومع الاخذ في الاعتبار طبيعة العينة، المنهج المستخدم والاستنتاجات ونتائج التحليل الاحصائي للتحقق من صحة الفروض، واعتمادا علي النتائج التجريبية، يمكن للباحثة أن توصي بالآتي:

- ١- الاستفادة من البرنامج المقترح الاول لتدريبات التوازن ولما أظهرته من نتائج إيجابية في تحسن مستوى التوازن الثابت والمتحرك لدي الاطفال الصم ودرجته من ضمن البرنامج المتبع بالمدرسة
- ٢- استخدام البرنامج المقترح الثاني (جمباز الموانع) كوسيلة فعالة لتعزيز مستوى التوافق النفسي وتنمية العديد من الصفات النفسية الايجابية للاطفال الصم ورفع الطاقة الايجابية لديهم وتنمية الشعور بالذات عن طريق البرنامج المقترح

٣- إنشاء قسم علمي لذوي الفئات الخاصة بكلية التربية الرياضية بالجزيرة لإعداد الكوادر المتخصصة في هذا المجال.

٤- الأهتمام بإنشطة المعاقين سمعيا والاطفال الصم من خلال وزارة التضامن الاجتماعي والمجلس القومي للشباب.

٥- عقد دورات تدريبية لمعلمي ومعلمات التربية الرياضية في مجال الإعاقه السمعية وبخاصة أن هناك إتجاهات نحو دمج هذه الفئة مع التلاميذ العاديين بالمدارس لتاهيلهم للاندماج في المجتمع

٦- عقد دورات تدريبية للعاملين في مجال الإعاقه السمعية والقائمين بالتدريس في مجال التربية الرياضية للإطلاع علي كل ما هو جديد في البرامج التدريبية التي تسهم في علاج القصور الناتج من هذه الاعاقه سواء من الجانب البدني أو النفسي.

## مستخلص البحث باللغة العربية

"تأثير برنامجين مقترحين للجمباز علي بعض المتغيرات البدنية والنفسية للأطفال الصم" \*  
يهدف هذا البحث الي التعرف علي :تأثير برنامجين مقترحين للجمباز للأطفال الصم "،وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بمجموعاته الثلاث لملائمته لهدف وفروض البحث بأستخدام ثلاث مجموعات ،مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة قوام كلاً منهم ١١ تلميذة ، ،كما إستتدت الباحثة الي الادوات والوسائل التي تعمل علي تحقيق أهداف البحث(الاختبارات البدنية ومقياس التوافق النفسي للأطفال الصم) ،وأشارت اهم النتائج الي تحسن مستوي عنصر التوازن الثابت والمتحرك لدي المجموعة التجريبية الاولى مقارنة بنتائج المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة ،كذلك تحسن مستوي التوافق النفسي لدي المجموعة التجريبية الثانية في البعد الشخصي والاجتماعي .

---

(\*الباحثة /ولاء أحمد حسبو جودة -مدرس مساعد بكلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة -جامعة حلوان