

**فاعلية برنامج نرويحي على تنمية بعض المهارات الحياتية
والنفسية والحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنياً
” القابلين للتعلم ”**

د. / ناجي محمد قاسم

أستاذ مساعد بقسم علم النفس كلية التربية – جامعة الإسكندرية

د. / فاطمة فوزي عبد الرحمن

أستاذ مساعد بقسم الترويح كلية التربية – جامعة الإسكندرية

ملخص البحث:-

تلعب الأنشطة الترويحية دوراً هاماً في مجال المعاقين ذهنياً، حيث تهتم بالمعاق كإنسان له احتياجاته البدنية والنفسية والاجتماعية والمهارية، ومن ثم يعمل على إشباعها بما يتناسب ودرجة الإعاقة، كما تساعد على اكتشاف القدرات والمهارات، ويهدف هذا البحث إلى وضع برنامج ترويحي والتعرف على تأثيره على بعض المهارات الحياتية والنفسية والقدرات الحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم"، وقد استخدم المنهج التجريبي (قبلي - بعدي) باستخدام مجموعة واحدة، وذلك على عينة قوامها (30) طفلاً حددت بنسبة ذكاء (50-70%) وتراوح العمر الزمني من 11-14 سنة بمتوسط 12.13 وتراوح العمر العقلي من 5-9 سنوات بمتوسط 7.37 ومن أدوات الدراسة فقد صمم الباحثان استبيان لتحديد المهارات الحياتية والذي أشتمل على مهارات رعاية الذات - مهارات اجتماعية- مهارات اقتصادية - مهارات معرفية - مهارات لغوية واستبيان آخر لتحديد المهارات النفسية وآخر لتحديد القدرات الحركية.

وقد أشارت نتائج الدراسة أن للبرنامج الترويحي المقترح تأثيراً إيجابياً على تحسين بعض المهارات الحياتية - قيد البحث والنفسية والحركية- ويوصي الباحثان بضرورة الاهتمام بوضع برامج تساعد على تنمية وتطوير قدراتهم في محاولة لإكسابهم المهارات الحياتية في مواقف اللعب والتي تساعد الطفل على التكيف مع نفسه ومع المجتمع المحيط به.

مقدمة: -

إن العمل لتلبية حاجات المعاقين في العديد من المجالات يعتبر عاملاً أساسياً لتحسين حالتهم البدنية والنفسية، وتزيد من قدراتهم على الاعتماد على أنفسهم، كما تنمي ثقتهم بذاتهم مما يولد لديهم روح الحب والتعاون، كما تهدف إلي الترويج عن النفس وشغل أوقات الفراغ، ولذا فهي تساعد على تنمية شخصية المعاق اعتماداً على الاستخدام المكثف لقدراته وحواسه المتبقية.

وتعتبر الإعاقة العقلية **Mentally Handi-Capped** من أهم المشكلات التي تؤرق المجتمع وتهدد أمنه واستقراره، حيث إنها مشكلة متعددة الجوانب والأبعاد، فأبعادها نفسية وطبية واجتماعية واقتصادية وتعليمية، وهذه الأبعاد تتداخل مع بعضها البعض، الأمر الذي يجعل من هذه المشكلة نموذجاً فريداً في التكوين. (أحمد السيد عفيفي، 2002).

كما يمثل المعاق ذهنياً مشكلة للمجتمع المحيط به من أولياء أمور وزملاء ومدرسين ومشرفين، ويرجع ذلك إلي ما اتفق عليه كل من احمد عكاشة (1992) وحامد زهران (1994) وخليل ميخائيل (1994) ومحمد سيد (1998) من أن التخلف العقلي هو انخفاض معدل النمو العقلي، بدرجة تجعل الطفل عاجزاً عن التكيف مع نفسه ومع البيئة المحيطة به، ومن ثم يصبح دائماً في حاجة ملحة إلي الرعاية والاهتمام من الآخرين.

وما ذكره كمال إبراهيم (1996) من أن الطفل المعاق ذهنياً يفتقر إلي العديد من المهارات والذي يؤدي إلي بعض المشكلات السلوكية والإضطرابات الانفعالية مثل السلبية والقلق والتوتر والانسحابية.

ولذا فقد تسابقت المجتمعات المتحضرة في محاولة لوضع حلول لتلك المشكلة، انطلاقاً من أن اهتمام أي مجتمع بالأطفال المعاقين هي إحدى مؤشرات ومعايير الحكم على مدى تقدم هذا المجتمع ورفقيه، خاصة بعد أن دلت مؤشرات اللجنة العليا لمشروع تأهيل المعاقين ذهنياً، وكذا الاستقصاء الخاص بوزارة الشؤون الاجتماعية أن نسب الإعاقة الذهنية قد تراوح ما بين 2.92% إلي 3.41% من نسبة عدد السكان. (السيد عبد الحميد، سلمى محمد جمعه، 2000).

وما أشارت إليه موسوعة المجالس القومية المتخصصة حيث مثلت نسب ذوى الإعاقة الذهنية 73% من إجمالي الإعاقات الأخرى، وبلغت هذه النسبة 4% من إجمالي عدد الأطفال بالمجتمع المصري (موسوعة المجالس القومية المتخصصة، 1998).

وفي هذا الصدد يذكر لويس كامل (1998) أن عدد المعاقين ذهنياً في جمهورية مصر العربية يمكن أن يتراوح في الوقت الحاضر ما بين مليون وثلث إلي مليون ونصف مواطن ويقدر أنهم سيزيدون أي ما يقرب من مليونين ومائة وثلثون ألف مواطن عام 2016. فقد كانت للمؤتمرات دوراً هاماً في توجيه النظر للمعاق وحقوقه وواجباته، مثال ذلك التوصيات الخاصة بالمؤتمر الثالث لاتحاد هيئات رعاية الفئات الخاصة والمعوقين بجمهورية مصر العربية تحت عنوان "إدماج المعوقين في الحياة العامة" حيث أشارت إلي ضرورة وضع خطة قومية للتأهيل الاجتماعي للمعوقين وتوفير برامج الرعاية والتأهيل الشاملة، وتزويد الطفل بالبرامج التي تكسبه العادات والمهارات الأساسية التي تفيده في الحياة اليومية مثل مهارات الاعتماد على النفس والمهارات الاجتماعية وغيرها.. (منى حسين الدهان: 1998).

مما سبق يتضح لنا حجم مشكلة الإعاقة الذهنية وخطورتها مما يدفعنا إلي ضرورة الاهتمام بهذه الفئة وعدم تجاهلها، حيث لم يعد المعاق كما كان في الماضي، عبئاً على المجتمع، بل أصبح

عضواً عاماً يتمتع بكافة الحقوق وعليه العديد من الواجبات، وذلك في ضوء ما تسمح به إعاقته، وفي هذا - ينوه "طومسن" (Thompson, E. 1992) أن المعاقين ذهنياً هم ضحايا القدر وعلينا ألا نجعلهم ضحايا الإهمال.

ولذلك فقد رأت علا عبد الباقي (1993) أنه يمكن مساعدة الطفل المعاق ذهنياً على الشعور بالكفاءة والفعالية من خلال إكسابه العديد من المهارات التي تشعره بأن له دور وقيمة ومن ثم يعتمد على نفسه فيقل اعتماده على الآخرين، ويحظى بتقديرهم واحترامهم، مما يساعده على مواجهة الحياة الاجتماعية بشكل أفضل.

وتعتبر المهارات الحياتية من أهم تلك المهارات التي لها دور فعال، حيث تمثل ضرورة حتمية لجميع الأفراد في أي مجتمع بصفة عامة وللمعاقين خاصة، فهي من المتطلبات التي يحتاجها الأفراد لكي يتوافقوا مع أنفسهم ومجتمعهم الذي يعيشون فيه، مما يساعدهم على حل المشكلات اليومية والتفاعل مع مواقف الحياة المختلفة، وفي هذا يشير "سجنورلي" (Signorelli, V.A. 1991:) أن المهارات الحياتية هي مجموعة المهارات التي تمكن الفرد من التكيف على نحو إيجابي في محيطه وتجعله قادراً على التعامل بفاعلية مع متطلبات الحياة اليومية وتحدياتها بما يساعده على تعزيز الصحة الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية.

ويضيف "هيجنر" (Hegner, D, 1992) بأنها مجموعة المهارات المرتبطة بالبيئة التي يعيش فيها الفرد وما يتصل بها من معارف وقيم واتجاهات يتعلمها بصورة مقصودة ومنظمة عن طريق الأنشطة والتطبيقات العملية. وتهدف إلى بناء شخصيته المتكاملة بالصورة التي تمكنه من تحمل المسؤولية والتعامل مع مقتضيات الحياة اليومية بنجاح وتجعل منه مواطناً منتجاً.

ويرى " فوكس" (Fox, 1992) بأنها الوسائل والطرق لتحقيق الرضا النفسي وبناء المشاعر الجيدة عن الذات. وترى كريستين مايلز (1994) أن المهارات الحياتية هي المهارات العملية التي تمكن الطفل المعاق ذهنياً من أن يعيش حياة أكثر استقلالية.

ويذكر نادر الزيود (1995) بأنها المهارات التي يتدرب الأطفال المعاقون. ذهنياً عليها حتى يكونوا قادرين على الاعتماد على أنفسهم مع إمكانية قضاء حاجاتهم اليومية والتي تزيد من قدرتهم على الاعتماد على أنفسهم مما يساعدهم على أن يعيشوا حياتهم الاجتماعية بشكل طبيعي.

وتنقل فاطمة مصطفى (2001) عن سنجر Singer بأنها مجموعة مهارات الحياة اليومية التي يحتاجها ذوي الاحتياجات الخاصة لمساعدتهم على ممارسة حياتهم بصورة طبيعية.

ومما سبق يتضح لنا أن المهارات الحياتية هي محور اهتمام الباحثين في العديد من المجالات، ومن ثم فقد صممت البرامج التي تعمل على تعليم وتدريب الأطفال المعاقين ذهنياً على مختلف المهارات وذلك في حدود ما تسمح به قدراتهم وإمكاناتهم.

وفي هذا اتفق عدد من الباحثين المتخصصين في مجال الإعاقة العقلية أمثال: [روتيز (Rowitiz, 1986)، بيرنبوم (Birenbaum 1986)، محمد عبد المؤمن (1986)، دافيز (Davies, 1986)، (هجنر 1992, Hegner)، علا عبد الباقي (1993)، كرسنتين مايلز (1995)، نادر الزيود (1995)، مواهب إبراهيم (1995)، محمد السيد (1998)، فاطمة مصطفى (2001)، أحمد السيد (2002) على أهمية التدريب بصفة عامة لهذه الفئة وأوصوا على ضرورة إعداد برامج تدريبية خاصة تتناسب مع خصائص وقدرات وإمكانات الأطفال المعاقين ذهنياً ومع الهدف المراد تحقيقه مما يساعدهم على اكتساب المهارات التي تعينهم على مواجهة المتطلبات الحياتية، وقد كان الترويج بمناشطه المتعددة مجالاً تطبيقياً خصباً لتنمية قدرات الأطفال عن طريق ما يقدمه من برامج متعددة تساعد على تأهيل المعاق في مختلف الجوانب.

وفي هذا يرى نادر الزيود (1995) أن تدريس المهارات الترويحية من الأمور الهامة في حياة الأطفال المعاقين ذهنياً، حيث يمكن استغلال رغبة الأطفال في ممارسة هذه الأنشطة في تعليمهم وتدريبهم على جوانب معرفية وحياتية عديدة، فمثلاً من خلال ممارسة النشاط الموسيقي يمكن تدريب الطفل على كثير من الأصوات ومصادرهما مثل صوت الجرس - مواء القط - زقزقة العصفور ويمكن أيضاً أن يتعرف على الفرق بين الأصوات المنخفضة والمرتفعة ومن خلال الغناء يمكن تعديل مخارج بعض الحروف، كما يمكن تقوية الذاكرة من خلال حفظ بعض الأغاني.

ويضيف عبد المطلب أمين (1996) أن ممارسة المناشط الترويحية تساعد على تحسين الكفاءة الحركية والبدنية والصحية للمعاقين ذهنياً، كما تمكنهم من اكتساب العديد من المهارات لشغل أوقات الفراغ والاندماج والتكيف مع الآخرين.

ويرى محمد سيد (1998) أن الاستمتاع بالممارسة الفعلية للأنشطة الترويحية تمكن المعاق من اكتساب العديد من مظاهر السلوك الاجتماعي.

واتفق كل من حلمي إبراهيم وليلى فرحات (1998) وسهير كامل (1998) على أنها تساعد على تنشيط وتدريب المعاق ذهنياً على كثير من العادات الاجتماعية الحسنة وتوجهه إلى كيفية حل المشكلات بطريقة تتناسب وقدراته، مما يكسبه القدرة على التعبير عن الذات والثقة بالنفس والتوجيه والوعي الذاتي، هذا بالإضافة إلى العديد من الفوائد النفسية، كتدريب الطفل على تقبل الهزيمة، وإطاعة الأوامر، وتوفير الفرص للشعور بالإنجاز، ونمو اللغة وإصلاح عيوب النطق مما يساعد على سرعة تكيفه مع زملائه ومجتمعه.

مما سبق يتضح لنا أهمية تعليم وتدريب المهارات الحياتية للأطفال المعاقين ذهنياً، ودور الأنشطة الترويحية كمجال تطبيقي لاكتساب تلك المهارات والعائد من ممارستها.

وبالرجوع إلى الدراسات السابقة التي تمت في هذا المجال نجد أنها لم تتطرق إلى وضع برامج ترويحية لتنمية المهارات الحياتية للأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" حيث إن الدراسات التي تمت قد عيّنت بتنمية المهارات الحياتية للأسوياء من مرحلة ما قبل المدرسة حتى مرحلة التعليم الجامعي وذلك بتقديم الاستراتيجيات والخطط والبرامج التي يمكن بها تنمية تلك المهارات.

كدراسة "هجنر" (Hegner, 1992) والتي قدمت دليلاً مؤشراً للمعلم يوضح كيفية استخدام برامج المهارات في فصول المستوى الخامس والسادس من التعليم، كما تتضمن طرق تعزيز دور الآباء والأمهات في تنمية المهارات الحياتية، وقد تم فيها تدريس المهارات الحياتية في شكل وحدات تعليمية تهدف كل وحدة إلى تنمية مهارة حياتية معينة.

ودراسة "جانز" (Janes, 1998) والتي خلصت إلى تصميم دليل يقدم للطلاب يتضمن العديد من الإرشادات والتوجيهات التي تساعد على اكتساب بعض المهارات الحياتية، مع تصميم أداة مرشدة للمعلم تتضمن طرق تدريس المهارات الحياتية وتنميتها لدى طلاب المرحلة الجامعية.

ودراسة فاطمة مصطفى (2001) عن فاعلية مواقف تعليمية مقترحة في تنمية بعض المهارات الحياتية لطفل ما قبل المدرسة، حيث استطاعت الباحثة من خلال المواقف التعليمية المقترحة إكساب الطفل القدرة على حل بعض المشكلات بطريقة تناسب قدراته، وتنمية بعض المهارات الأخرى مثل الثقة بالنفس، الوعي بالذات وكذلك المهارات الاجتماعية التي ساعدت الطفل على التعرف على قدراته وعلى نواحي تميزه مما وفر له فرص التفاعل والاتصال والتعامل الذكي مع معطيات المجتمع الذي يعيش فيه ويتعايش معه.

مشكلة البحث:

انطلاقاً من أهمية المهارات الحياتية كأحد المتطلبات الضرورية والملحة لتكيف الطفل المعاق مع متغيرات العصر، فقد رأى الباحثان ضرورة وضع برنامج مقتن لتنمية المهارات الحياتية يتضمن على العديد من المواقف الحركية والانفعالية والاجتماعية التي تساعد على ترجمة تلك المهارات إلى سلوك تعليمي تطبيقي في شكل تروحي محبب، والذي قد يسهم في مساعدة الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم" على التعامل مع مفردات الحياة اليومية، وعلى تلبية ومسايرة الحاجات والمطالب الشخصية، والذي قد يؤثر إيجابياً على نمو بعض المهارات النفسية والحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم".

وعلى ذلك يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي في التساؤلات الآتية :-

- 1 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" في القياسين القبلي والبعدي للمهارات الحياتية؟
- 2 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور ودرجات الإناث في القياس البعدي للمهارات الحياتية؟
- 3 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" في القياسين القبلي والبعدي للمهارات النفسية؟
- 4 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور ودرجات الإناث في القياس البعدي للمهارات النفسية؟
- 5 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" في القياسين القبلي والبعدي للمهارات الحركية؟
- 6 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور ودرجات الإناث في القياس البعدي للمهارات الحركية؟

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى وضع برنامج تروحي والتعرف على:

- 1 - مدى فعالية البرنامج المقترح في تنمية بعض المهارات الحياتية التي تتناسب والأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم".
- 2 - مدى فعالية البرنامج المقترح في تنمية بعض المهارات النفسية للأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم".
- 3 - مدى فعالية البرنامج المقترح في تنمية بعض المهارات الحركية للأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم".

المفاهيم الأساسية للبحث: -

برنامج ترويحى للمهارات الحياتية: -

يقصد به مجموعة الأنشطة الترويحية المنظمة وغير المنظمة التي يمارسها الطفل المعاق ذهنياً (القابل للتعلم) تحت إشراف رائد ترويحى خلال فترة زمنية محددة بهدف إكساب الطفل للعديد من المهارات التي يحتاجها للتعامل والتعايش مع نفسه ومع المجتمع المحيط به.
المهارات الحياتية:

هي مجموعة المهارات التي يدرّب عليها الأطفال المعاقون عقلياً حتى يكونوا قادرين على الاعتماد على أنفسهم في إمكانية قضاء حاجاتهم اليومية، والتي تؤدي إلى تحسين بعض المهارات الحركية والنفسية مما يساعدهم على أن يعيشوا حياتهم الاجتماعية بصورة طبيعية.
الطفل المعاق ذهنياً "القابل للتعلم":

هو الفرد الذي يقل مستوى نموه العقلي عن المتوسط الطبيعي، ويتراوح معدل ذكائه بين (50 – 70) درجة.

إجراءات البحث:

أولاً: عينة البحث:

اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية من الأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" بنسبة ذكاء (50 – 70) درجة بدار الحنان للتأهيل الفكري بمحافظة الاسكندرية، وقد اشتملت عينة الدراسة على (30) طفلاً (15 ذكور - 15 إناث) تراوحت أعمارهم بين (11-14) سنة بمتوسط 12.13 وانحراف معياري 2.26 وتراوح العمر العقلي من (5-8) سنوات بمتوسط 6.17 وانحراف معياري قدره 1.33.

أسباب اختيار عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث من دار الحنان للتأهيل الفكري للأسباب الآتية:
نظراً لتوافر عدد كاف من الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم.
لتجانس الأطفال في المستوى الاقتصادي والاجتماعي وذلك من خلال تقارير الإحصائية الاجتماعية بالمؤسسة.
لتوافر امکانات والأدوات والملاعب اللازمة لتنفيذ البرنامج.
لتشابه نوع ودرجة الإعاقة.

ثانياً: أدوات البحث:

تم استخدام الأدوات التالية:

1 – استبيان للتعرف على المهارات الحياتية التي تتناسب مع الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم.
إعداد الباحثان ملحق (1)
في ضوء المراجع العلمية و الدراسات النظرية الخاصة بخصائص واحتياجات الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم: مصطفى فهمى (1995) – رمضان الفذافي (1996) – عبد المطلب أمين (1996) – كمال إبراهيم (1996) – محمد سيد (1998) – زينب شقير (1998) – محمد محمود (1998) – سهير كامل (1998) – عبد الرحمن سيد (2000) – سيد عطية وسلمي إبراهيم (2000). وأيضاً في ضوء الدراسات السابقة أمثال دراسات صلاح محسن (1992) – علا عبد الباقي

(1993) – عزة إبراهيم (1994) – أمنة الشبكشي (1994) – صفية محمد (1995) – دلال على (1997) – صديق على (1998) – دعاء عوض (1999) – نرمين أحمد (2001).

وعن طريق المقابلة الشخصية لأولياء الأمور والمشرفين والمدرسين في هذا المجال فقد تم تحديد المهارات الحياتية التي تتناسب وعينة البحث، وقد تكون الاستبيان في صورته الأولية من المهارات الآتية: مهارة الوعي بالذات - مهارة رعاية الذات مهارات منزلية - مهارات اجتماعية- مهارات اقتصادية - مهارات معرفية - مهارات لغوية - مهارة حل المشكلات.

- تم عرض الاستبيان في صورته الأولية على عدد (12) من المتخصصين في مجال الإعاقات الذهنية وبعض المسؤولين والمدرسين في بعض مراكز التأهيل الفكري ملحق (2) وذلك للتعرف على مدى ملائمة المهارات الحياتية للأطفال المعاقين ذهنياً، ولتحديد الأهمية النسبية للمهارات الحياتية "قيد البحث". وطبقاً لآراء المحكمين فقد تم الآتي:

1 - دمج مهارة الوعي بالذات ومهارة رعاية الذات والمهارات المنزلية في مهارة رعاية الذات.

2 - تم إلغاء مهارة حل المشكلات نظراً لأنها تشغل جزءاً حيث أن كل مهارة من المهارات الحياتية تعبر عن مشكلة للطفل هامة ومشتركة في باقي المهارات، فمهارة رعاية الذات تحتوى على عدد من المشكلات التي يحاول الطفل التغلب عليها ووضع الحلول المناسبة لها وكذا المهارات الاجتماعية والاقتصادية والمعرفية واللغوية.

ومن ثم فقد خلص الباحثان إلى المهارات الآتية :-

- 1 - مهارة رعاية الذات : وتعبر عن قدرة الطفل المعاق ذهنياً على رعاية ذاته باستقلالية في حدود ما تسمح به قدراته.
 - 2 - مهارات اجتماعية : تعبر عن قدرة الطفل المعاق ذهنياً على إقامة علاقات جيدة مع زملائه ومشرفيه وأفراد أسرته.
 - 3 - مهارات اقتصادية : تعبر عن قدرة الطفل المعاق ذهنياً على التعامل المادى والتسوق والشراء.
 - 4 - مهارات معرفية : تعبر عن قدرة الطفل المعاق ذهنياً على الإلمام بالمعلومات والمعارف عن كل ما يحيط به من أشياء.
 - 5 - مهارات لغوية: تعبر عن قدرة الطفل المعاق ذهنياً على التعبير عن النفس واستخدام اللغة في المواقف الاجتماعية المختلفة.
- ومن خلال عرض المهارات على الخبراء تم حساب الأهمية النسبية لكل مهارة تمهيداً لتحديد عدد العبارات لكل بعد.

جدول (1)
متوسط الترجيح والأهمية النسبية وعدد عبارات المهارات الحياتية للأطفال المعاقين ذهنياً
"القابلين للتعلم"

عدد العبارات	الأهمية النسبية	متوسط الترجيح	المهارات الحياتية
18.94 (19) عبارة	26.67	4.8	مهارات رعاية الذات
13.80 (14) عبارة	19.44	3.5	مهارات اجتماعية
10.25 (10) عبارة	14.44	2.6	مهارات اقتصادية
10.66 (11) عبارة	15.01	2.7	مهارات لغوية
17.35 (17) عبارة	24.44	4.4	مهارات معرفية
71 عبارة	%100	18-ر	المجموع

تمت صياغة العبارات حيث روعي أن تكون قصيرة وذات لغة مألوفة ومفهومة ولا تحمل أكثر من معنى.

تم عرض الاستبيان على عدد من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية ملحق (3) وتم إجراء اتفاق بين آراء السادة المحكمين وكان من نتائج عرض الاستبيان على المحكمين ما يلي:

تم تعديل صياغة بعض العبارات لتتناسب والهدف المراد تحقيقه.

تم حذف بعض العبارات وإضافة البعض الآخر.

ويوضح الجدول التالي ذلك.

جدول (2)

الأنشطة التي تتضمنها المهارات الحياتية وما أضيف وما حذف منها

المهارات والأنشطة الخاصة بها	أنشطة أضيفت	أنشطة حذفت
1 - رعاية الذات وتشمل:	معرفة الأدوات واستخدامها:	يستخدم المكواة.
تناول الطعام والشراب.	فرشاة الأسنان - الصابون	- الخياطة.
النظافة الشخصية.	الليفة - الفوطة.	- الحلاقة (ذكور).
تحضير الطعام.	التعرف على أماكن غرف	يعرف ما الذي يستخدم
الاعتسال.	النوم وغرف الجلوس - الحمام	لعلاج الصداع - تقلصات
التفرقة بين الملابس المختلفة.	التعرف على مصادر الخطر	المعدة - البرد.
(صيفاً - شتاء	(كهرباء- سكينه- مطواه -غاز)	
أولاد - بنات - نظيفة - غير نظيفة	يمشط يشعره	يستخدم فرن البوتاجاز.
	كيفية الاعتناء بالجروح.	يقشر الخضار.
تنظيف المائدة.	يضع ملابسه على الشماعة.	يعد كوباً من الشاي.
كنس الأرض.	ينظف حذاءه.	يسخن الخبز.
ترتيب الحجرة.		يستخدم فتاحة المعلبات
ترتيب السرير.		
- توزيع الجرائد.		
2- مهارات اجتماعية وتشمل:	يرد على التليفون مع إجابات	يختار برامج التليفزيون
	معقولة.	يستخدم المواصلات.
- استقبال الضيوف.	يذكر اسم اليوم التالي	يطلب المساعدة إذا احتاجها
التعاون مع الزملاء وأفراد الأسرة	يسلك بأدب مثل من فضلك،	
	شكراً	
تكوين صداقات جديدة.	يطرق الباب قبل الدخول.	
التعاون بين الطفل والمشرف.	يسعد بالمشاركة في العمل	
	الجماعي.	
يلعب مباريات بسيطة.	يشارك في الحفلات.	
تصرفه في حالة المكسب أو	يدير رقم النجدة	
الخسارة.		
الجلوس بطريقة لائقة.		
3- مهارات اقتصادية وتشمل:		
معرفة الأسعار.	يعرف مهارة الشراء.	يعرف الادخار.
الفرق بين العملات المختلفة.	يعرف كيف يحصل على	
	باقي مبلغ معين بعد الشراء.	
معرفة الأرقام مسلسلة دون أن يعد	يعرف أماكن الشراء.	
مثل رقم 4 يأتي بعد رقم 3.		
4- مهارات لغوية:	معرفة الحروف الأبجدية	
كتابة اسمه.	يستكمل جملة ناقصة.	
يجمع كلمتين لتكوين جملة.	قراءة بعض التعليمات (مغلق	

المهارات والأنشطة الخاصة بها	أنشطة أضيفت	أنشطة حذفت
	مفتوح).	
	قراءة بعض الكلمات.	
5- مهارات معرفية وتشمل:		
معلومات عن النباتات والأسماك.	التعرف على الوقت.	كتابة الحروف.
معلومات عن الحيوانات والطيور.	التعرف على المهن المختلفة	تكوين جمل أكثر من ثلاث مقاطع.
	إشارات المرور طريقة عبور الشارع. التعرف على أجزاء الجسم.	
التفرقة بين الأشكال.		
التفرقة بين الأحجام.		
التفرقة بين الألوان.		
التفرقة بين الأوزان.		

ثم وضعت عبارات الاستبيان التي تشير إلى المهارات الحياتية في صورة قائمة وكان العدد الكلي للعبارات (71) عبارة، أمام كل منها ميزان تقدير ثلاثي (نعم - أحياناً - لا) (2، 1، صفر) للعبارات ذات الاتجاه الموجب، والعكس (صفر، 1، 2) للعبارات ذات الاتجاه السلبي، وبذلك تكون الدرجة العظمى للاستبيان (143) درجة، وتكون الدرجة الصغرى للاستبيان (صفر).

الدراسة الاستطلاعية "تجربة الاستبيان":

طبق فيها الاستبيان الخاص بالمهارات الحياتية على عينة عشوائية من المشرفين والمدربين وذلك للتعرف على مدى ملائمة العبارات للهدف المراد قياسه، ومدى وضوح العبارات وكذا وطريقة الزمن المستغرق، وقد أسفرت النتائج عن وضوح العبارات والتعليمات وطريقه رصد الدرجات وتحديد الزمن الذي تستغرقه والذي يتراوح ما بين 20 - 25 دقيقة.

صدق الاستبيان:

تم حساب صدق الاستبيان عن طريق صدق المحكمين، كما أتضح من خلال خطوات بناء الاستبيان، حيث اتفق المحكمون على مناسبة العبارات لقياس الهدف المراد قياسه.

ثبات الاستبيان:

تم حساب ثبات الاستبيان عن طريق تطبيق الاستبيان على عينة عشوائية (25) من المشرفين والمدربين. ثم أعيد التطبيق مرة أخرى على نفس العينة، بفواصل زمني أسبوعين، وبحساب معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني كان معامل الثبات مساوياً (0.794) وهو دال عند مستوى 0.01. وبذلك أصبح الاستبيان معداً للتطبيق في صورته النهائية.

2 - استبيان لتحديد المهارات النفسية المرتبطة بالمهارات الحياتية والتي تتناسب والأطفال "عينة البحث" ملحق (4).

في ضوء المراجع العلمية الخاصة بخصائص وسمات المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم أميرة طه بخش (1991)، جمال الخطيب (1993)، نادر الزيود (1995)، فاروق الروسان (1996) ومن خلال الإطلاع على بعض الدراسات السابقة مثل دراسة فاروق محمد صادق (1995)، أحمد سليمان (2002)، ايمان الكاشف (2002)، عادل عبد الله محمد (2002).

وبعد دراسة استطلاعية قام بها الباحثان عن طريق استطلاع رأي مجموعة من المدربين والمشرفين والخبراء الذين يعملون في هذا المجال ملحق (2) تم تحديد عبارات الاستبيان.
ثم عرض الاستبيان على مجموعة من المحكمين المختصين من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بكلتي التربية والآداب - جامعة الاسكندرية. ملحق (3) ونتيجة لملاحظاتهم تم استبعاد العبارات غير المناسبة لفظاً ومضموناً، وتعديل صياغة بعض العبارات وبذلك أصبح عدد مفردات الاستبيان في صورته النهائية (20) مفردة ملحق (4).

صدق الاستبيان:

تم حساب الصدق عن طريق الصدق الظاهري، حيث اتفق المحكمون على مناسبة عبارات الاستبيان وملاءمتها لما تقيسه بالنسبة لعينة البحث.

ثبات الاستبيان:-

تم حساب ثبات المقياس عن طريق إعادة التطبيق بفواصل زمني أسبوعين على عينة عشوائية (25) من المشرفين والمدربين.

تم حساب معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأول والتطبيق الثاني وكان معامل الثبات مساوياً 0.768 وهو دال إحصائياً عند مستوى 0.01.

3 - بطاقة لتقييم المهارات الحركية للأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم"
في ضوء الدراسات النظرية والدراسات السابقة التي تمت في مجال المعوقين والأنشطة الرياضية والترويح، كمال درويش، محمد الحماحمي (1997) محمد الحماحمي وعائدة عبد العزيز (1998) حلمي إبراهيم وليلى فرحات (1998) صفية على (1998) صديقة على (1998) دعاء عوضى (1998) تهناني عبد السلام (2001) أمل محروس (2002) ومن خلال الدراسات النظرية التي عنيت بالاختبارات والمقاييس إبراهيم سلامة (1980) محمد علاوى، محمد نصر الدين (1982) أمين الخولى (1998).

- تم تحديد المهارات الحركية التي تتناسب والأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" فكانت سرعة - قوة ذراعين - قوة رجلين - مرونة - رشاقة - توافق - توازن - تحمل.
- تم تحديد الاختبارات التي تقيس المهارات الحركية السابقة.
- تم عرض بطاقة التقييم في صورتها الأولية على عدد (10) خبراء في مجال التربية الرياضية والترويح ملحق (5) وذلك بهدف التعرف على:
- مدى مناسبة المهارات الحركية للأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم".

- مدى مناسبة الاختبارات لقياس المهارات الحركية قيد البحث.
- مدى مناسبة شروط أداء الاختبارات لخصائص وقدرات الأطفال "عينة البحث".
وقد أسفرت الدراسة عن :-

- تم إلغاء تمرينات التوافق والتحمل لصعوبة أدائها.
- تم تعديل بعض الاختبارات التي تقيس المهارات الحركية "قيد البحث".
- تم تحديد شروط أداء الاختبارات طبقاً لقدرات الأطفال المعاقين ذهنياً.
- تم تقسيم الاختبارات على يومين :-
اليوم الأول مقياس (سرعة - قوة ذراعين - مرونة).
اليوم الثاني مقياس (قوة رجلين - رشاقة - توازن).
ويوضح جدول (3) المهارات الحركية والاختبارات الخاصة بها.

جدول (3)

المهارات الحركية والاختبارات ووحدة القياس الخاصة بها

وحدة القياس	الاختبار	_____
ثانية	عدو (30م) من البدء المنطلق	السرعة
سم	رمي كرة ناعمة لأبعد مسافة	قوة ذراعين
سم	الوثب العريض من الثبات	قوة رجلين
سم	ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس طويلاً	مرونة
ثانية	الجرى الزجراجي بين الاقمار	رشاقة
ثانية	الوقوف على مشط القدم	توازن

الدراسة الاستطلاعية:

طبقت الاختبارات الخاصة بالقدرات الحركية على عينة عشوائية (10) أطفال من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وقد أسفرت النتائج على مناسبة القدرات والاختبارات الخاصة بها لقدرات للأطفال.
صدق الاختبارات: وذلك عن طريق الصدق الظاهري، حيث اتفق الخبراء. ملحق (5) على مناسبة تلك القدرات لقياس ما وضعت من أجله ومناسبتها لعينة البحث.
ثبات الاختبارات:-

تم حساب ثبات الاختبارات عن طريق إعادة التطبيق على (10) أطفال من مجتمع الدراسة وخارج العينة الأساسية وذلك بفواصل زمني أسبوعين، وقد بلغت قيم معاملات الثبات لمهارات السرعة، قوة الذراعين، قوة الرجلين، المرونة، الرشاقة، التوازن 0.711، 0.645، 0.728، 0.689، 0.783، 0.824 على التوالي وهي دالة إحصائياً عند مستوى 0.01.
(أ) الهدف من البرنامج:

يهدف البرنامج إلي اكساب الأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" المهارات الحياتية التي تؤهلهم للأداء الوظيفي المستقل والذي يتم في حدود قدرات الأطفال "عينة البحث مما يزيد من شعورهم بالرضا عن النفس وعن الآخرين في جو يسوده المرح والسرور" مما يساعد على:
- تنمية بعض المهارات النفسية مثل الثقة بالنفس - الاعتماد على النفس - ضبط الانفعالات - الاتصال بالآخرين - الدافعية - الانتباه والتي تمكنهم من التفاعل والتكيف مع الآخرين في حدود ما تسمح به قدراتهم.

- إكساب الأطفال بعض المهارات الحركية التي تتناسب والأطفال المعاقين ذهنياً.
- زيادة التفاعل الاجتماعيين الأطفال من خلال العمل الجماعي.
- زيادة روح التعاون والإخاء والمشاركة بين الأطفال مما يتيح الفرصة لتكوين علاقات مرضية مع المحيطين.

- تنمية وتأكيد وعي الطفل بذاته وذلك بالنجاح في أداء الأنشطة الرياضية المتنوعة.
- إكساب عادات صحية سليمة وتصحيح بعض الأوضاع الخاطئة.

ب - أسس وضع البرنامج :-

- تم بناء البرنامج الحالي على الأسس الآتية:-

1 - تحديد هدف لكل وحدة مع محاولة تحقيقه.

2 - توفير بيئة مليئة بالمثيرات السمعية والبصرية واللمسية واستخدامها بأسلوب جيد يتناسب وعينة البحث من حيث النوع والشكل والحجم.

- 3 - أن يتناسب البرنامج والأنشطة الممارسة مع خصائص وميول وقدرات الأطفال عينة البحث.
 - 4 - مراعاة التنوع في طرق التدريس والأدوات والوسائل المستخدمة في الشكل واللون والحجم.
 - 5- العمل على إيجاد المواقف الحركية التي تضيف عنصر المرح والسرور لدى الأطفال.
 - 6 - الاستفادة من المواد المتاحة والمتوفرة في البيئة المحيطة.
 - 7 - الاستعانة بالمؤثرات الموسيقية والعدو الجماعي والتصفيق لاستثارة الأطفال وجذب انتباههم.
 - 8 - مراعاة الظروف النفسية والاجتماعية والصحية للأطفال المعاقين ذهنياً وخلق روح الصداقة بين الباحث والأطفال وتشجيعهم على الاستمرار في بذل الجهد.
 - 9 - إثارة الأطفال لممارسة الأنشطة عن طريق التدعيم المادي والمعنوي.
 - 10- مراعاة عوامل الأمن والسلامة للأطفال واستخدام الأدوات الثابتة على الأرض والمصنوعة من مواد غير صلبة.
 - 11- مراعاة مبدأ الفروق الفردية بين الأطفال.
 - 12- أن يتسم البرنامج بالمرونة، حيث يسمح بإدخال التعديلات إذا لزم الأمر.
 - 13- مراعاة التدرج بالتمارين والأنشطة من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.
 - 14- اختيار الألعاب والمهارات التي تتحدى قدرات الطفل والتي تحرره من الخوف من اللعب مع إعطائه الفرصة للنجاح في هذه الألعاب.
 - 15- يجب التحلي بالصبر والمثابرة واستخدام أسلوب المرح والتشجيع.
 - 16- يجب استعمال النموذج الجيد لأداء المهارات المختلفة، نظراً لأنهم يتعلموا من خلال تقليد المعلم.
 - 17- يجب الاهتمام بفترات الراحة أثناء تنفيذ البرنامج.
- ج - الأدوات المستخدمة في تنفيذ البرنامج:

حائط - كور طبية - فوط - أكياس رمل - صفارة - مراتب - كاسيت - شرائط كاسيت - ألعاب مائدة - مقاعد سويدية، كور بلاستيك، أحبال - ألوان - أطواق - أقماع - أشكال متعددة من أدوات مطبخ (قلين - إسفنج - كرتون) صفارة ساعة إيقاف - شرائط لاصقة توضع على الأرض لتحديد بداية ونهاية مسافة الجري - إطارات كاوتش كأدوات مساعدة - كور بنج بونج.

د - بناء البرنامج:

تم اختيار وتحديد محتوى البرنامج الترويحي في ضوء مجموعة من الاعتبارات والتي تتمثل في المحاور الآتية:

- الإطلاع على المراجع العلمية الخاصة بالخصائص النفسية والاجتماعي والمهارية للأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" أمثال علا عبد الباقي (1993)، رمضان القذافي (1996)، فتحى السيد عبد الرحيم (1996)، كمال إبراهيم (1996)، سهير كامل (1998)، حلمى إبراهيم وليلى فرحات (1998)، عبد الرحمن سيد (2001)، "كرك شانك" (Cruick Shank, 1995) "كلودين شيرل" (Cloudine Sherill, 1999).

الإطلاع على الدراسات السابقة التي تمت في مجال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" مثل دراسة دلال على (1997)، دراسة محمد صلاح (1998)، دراسة دعاء عوض (1999)، دراسة "دولين رولاند" (Dowlen Roland, 1995)، دراسة "ميللر" (Miller, 1995)، دراسة "سيلمان فرنش" (Silliman. French, 1998)، دراسة نرمين عبد الصبور (2001)، ودراسة أمل محروس (2002).

استناداً أيضاً إلى الدراسات النظرية والدراسات السابقة التي تمت في مجال الترويح مثل: كمال درويش ومحمد الحماحمى (1997)، محمد الحماحمى، وعائدة عبد العزيز (1998)، كمال درويش (1999)، تهاني عبد السلام (2001)، "باكر" (Paker, 1990).

مقابلات شخصية مع خبراء في مجال المعاقين ذهنياً وفي مجال الترويح والأنشطة الرياضية وعلم النفس وذلك للوقوف على محتوى مكونات وحدات البرنامج.

وفي ضوء ما سبق وتبعاً للملاحظات التي أبداها الخبراء تم وضع البرنامج الترويحي للأطفال "موضوع الدراسة".

هـ - محتوى البرنامج: -

بالرجوع إلي نتائج الاستمارة الخاصة بالمهارات الحياتية الخاصة بالأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" ملحق (1)، فقد تم حصر الأنشطة التي تنظمها تلك المهارات الحياتية في إطار عام يحدده ميول ورغبات أفراد عينة البحث.

وبناء على ذلك فقد تضمن المحتوى على ما يلي: -

نشاط للتهيئة العامة للطفل من الناحية النفسية والبدنية - ونشاط أساسي خاص بالتدريب على المهارات الحياتية في شكل مسابقات وألعاب ترويحية - ونشاط ختامي للتهنئة وقد تخلل الوحدات برنامج للرحلات ومعسكرات اليوم الواحد والحفلات وأعياد الميلاد الجماعية.

والجدول رقم (4) يوضح توزيع محتوى وحدات البرنامج

جدول (4)

توزيع محتوى وحدات البرنامج

أجزاء الوحدة	المحتوى
التهيئة	يتم فيها التهيئة النفسية والبدنية للأطفال المعاقين ذهنياً وبث الحماس للمشاركة الايجابية الفعالة في وحدات البرنامج، كما يتم فيها توظيف النشاط الترويحي الاجتماعي من خلال اللقاءات والمناقشة والحوار وعرض شرائط الفيديو للأنشطة الترويحية المختلفة.
النشاط الأساسي	ويتم فيه تدريب الأطفال المعاقين ذهنياً على المهارات الحياتية التي تتضمنها الوحدة (العناية بالذات - المهارات الاجتماعية- المهارات الاقتصادية - المهارات اللغوية - المهارات المعرفية).
النشاط الختامي	ويتم فيه الرجوع إلي الحالة الطبيعية بالإضافة إلي تمرينات الاسترخاء والتهنئة.

ويوضح الجدول التالي توزيع محتوى النشاط الأساسي (المهارات الحياتية) والأنشطة الخاصة

بها.

جدول (5)

توزيع محتوى النشاط الأساسي (المهارات الحياتية)

والأنشطة الخاصة بها

الوحدة	المهارات الحياتية	الأنشطة الخاصة بالمهارات الحياتية التي يتدرب عليها الأطفال المعاقين ذهنياً
الأولى	عناية بالذات	يسمى أدوات المائدة (ملقعة - شوكة - سكين - طبق) تحضير المائدة
(أسبوعين)	مهارات اجتماعية	يعرف أهمية العمل الجماعي.
	مهارات اقتصادية	يفرق بين العملات المختلفة.
	مهارات لغوية	التعرف على الحروف الأبجدية
	مهارات معرفية	معرفة الأماكن العامة (بحر - مدرسة - حديقة...)
الثانية	عناية بالذات	تناول الطعام.
(أسبوعين)	مهارات اجتماعية	مساعدة الآخرين على أداء أعمالهم.
	مهارات اقتصادية	معرفة أماكن شراء بعض الأشياء (شاي - بسكويت -

الوحدة	المهارات الحياتية	الأنشطة الخاصة بالمهارات الحياتية التي يتدرب عليها الأطفال المعاقين ذهنياً (شيبسي).
	مهارات لغوية	تكملة الحروف الأبجدية.
	مهارات معرفية	يفرق بين قريب - بعيد، عالي - منخفض، خفيف - ثقيل
الثالثة	عناية بالذات	النظافة الشخصية (تمشيط الشعر - غسل الوجه واليدين - غسل الأسنان).
(أسبوعين)	مهارات اجتماعية	يرد على التليفون مع إعطاء إجابات معقولة
	مهارات اقتصادية	يعرف التعامل مع البائع
	مهارات لغوية	يكتب ويقرأ اسمه ورقم تليفونه
	مهارات معرفية	يفرق بين الحيوانات والنباتات المختلفة.
الرابعة	عناية بالذات	يزرر جاكيت - قميص
أسبوعين	مهارات اجتماعية	يسلك بأدب (من فضلك - شكراً)
	مهارات اقتصادية	يدخر من مصروفه
	مهارات لغوية	يستكمل جملة ناقصة
	مهارات معرفية	يعرف الأشكال - الأحجام - الألوان - الأعداد
الخامسة	عناية بالذات	أن يعرف الطفل كيف يربط حذاءه.
	مهارات اجتماعية	أن تكون له هواية خاصة.
	مهارات اقتصادية	التدريب على شراء وبيع بعض المشتريات البسيطة.
	مهارات لغوية	يجمع كلمتين لتكوين جملة مفيدة.
	مهارات معرفية	يعرف مدلول بعض الكلمات (إسعاف - مطافئ - شرطة).
السادسة	عناية بالذات	يرتدى ملابسه - يفرق بين ملابس نظيفة وغير نظيفة.
	مهارات اجتماعية	يعتني بممتلكات الآخرين.
	مهارات اقتصادية	يعرف عدد البضائع التي معه.
	مهارات لغوية	قراءة بعض الكلمات.
	مهارات معرفية	يعرف مدلول إشارات المرور.
السابعة	عناية بالذات	يغسل وينشر بعض الملابس الخفيفة (منديل - جورب).
	مهارات اجتماعية	يستغل وقت فراغه بشكل جيد.
	مهارات اقتصادية	يعرف عدد ما يملك من نقود.
	مهارات لغوية	يردد بعض الأغنيات.
	مهارات معرفية	يعرف مسميات أجزاء جسمه.
الثامنة	عناية بالذات	يرتب حجرته.
	مهارات اجتماعية	يشارك في المناسبات الأسرية المتعددة.
	مهارات اقتصادية	يعرف مسميات البائعين (فكهاني - خضرجي - مكوجي).
	مهارات لغوية	يتمكن من التعبير اللفظي عن (أشكال - أشخاص - أماكن).
	مهارات معرفية	يقرأ الساعة - يتعرف على الوقت.
التاسعة	عناية بالذات	كيفية أن يعرف أدوات الإسعافات الأولية

الوحدة	المهارات الحياتية	الأنشطة الخاصة بالمهارات الحياتية التي يتدرب عليها الأطفال المعاقين ذهنياً
	مهارات اجتماعية	يستمع إلي الآخرين.
	مهارات اقتصادية	يفرق بين البضائع الجيدة والرديئة.
	مهارات لغوية	يعبر لفظياً عن مواقف متغيرة.
	مهارات معرفية	يعرف المهن المختلفة (ضابط - دكتور - مدرس).
العاشرة	عناية بالذات	أن يعرف مصادر الخطر المتعددة.
	مهارات اجتماعية	يتفهم قواعد اللعبة ويحدد الفائز.
	مهارات اقتصادية	يعد النقود.
	مهارات لغوية	يقرأ تعليمات مختلفة (مغلق- مفتوح -خطر-ممنوع التدخين)
	مهارات معرفية	يعرف مدلول بعض العلامات (مغلق- مفتوح -خطر-ممنوع التدخين)

الدراسة الاستطلاعية للبرنامج:-

- قام الباحثان بدراسة استطلاعية للبرنامج على عينة قوامها (8) أطفال اختيروا عشوائياً من بين أفراد مجمع البحث، وخارج العينة الأساسية وذلك بهدف:
- التعرف على مدى مناسبة محتوى البرنامج "عينة البحث".
 - الوقوف على أنسب الطرق والوسائل التي تتلاءم مع الأطفال المعاقين ذهنياً.
 - تحديد الأسلوب التنظيمي للعمل وذلك للتأكد من توافر عوامل الأمن والسلامة.
 - للتأكد من صحة وسلامة الأدوات والوسائل والملاعب للأطفال عينة البحث.
 - الوقوف على الصعوبات التي قد تعترض الباحثان أثناء تنفيذ البرنامج.
 - تحديد الفترة الزمنية اللازمة لإتمام القياسات ولتنفيذ البرنامج.
 - لتدريب المساعدين على تنفيذ البرنامج.
- وقد أسفرت النتائج عن :-
- مناسبة محتوى البرنامج للأطفال " قيد البحث ".
 - حذف بعض الأنشطة نظراً لصعوبتها، وتعديل بعضها لتناسب مع الأطفال "عينة البحث".
 - يتم تكرار الوحدة لمدة أسبوعين متتاليين وخمس مرات أسبوعياً.
 - أن للتشجيع المادي والمعنوي دوراً هاماً في نجاح البرنامج.
 - تم تحديد الفترات الزمنية المناسبة لمكونات وحدات البرنامج.
 - مناسبة الأدوات والأجهزة المستخدمة في تنفيذ البرنامج، كما تم استبدال الكور الطبية (3) كيلو جرام بأخرى وزنها (1) كيلو جرام.
 - تم تدريب المساعدين.
- * وقد روعي عند تطبيق البرنامج ما يلي:
- توفير عدد مناسب من المساعدات (مساعد لكل 5 أطفال) لضمان عوامل الأمن والسلامة للأطفال.
 - مراعاة الحالة النفسية للطفل أثناء تنفيذ البرنامج وملاحظة أي تغيير في تعبيراته ومحاوله فهم احتياجاته ورغباته نظراً لسرعة شعوره بالملل.
 - أن تؤدي المساعدات الأنشطة مع الأطفال ومتابعتهم خطوة بخطوة.
 - أن يتم تنفيذ البرنامج مع بداية اليوم ما بين الساعة (9 - 10) صباحاً مع مراعاة الاعتبارات الجوية (حرارة - رطوبة).
 - ليس من الضروري أن يتقن الطفل الأداء، بل يؤدي وفقاً لقدراته ومهاراته.

- النداء على التمرين بصوت واضح ومسموع مع تكرار النداء حتى نتأكد من وصول المعلومة للطفل المعاق.
- الحرص على حضور أولياء الأمور أو المشرفين المقربين للطفل أثناء تنفيذ البرنامج لأن هذا يزيد من شعور الطفل بالراحة والاطمئنان ويزيد من درجة استجابته.

الإجراء والتطبيق:-

بعد التأكد من صلاحية البرنامج للتطبيق، تم تنفيذ البرنامج على عينة البحث الأساسية لمدة (20) أسبوع، بواقع وحدة كل أسبوعين، وبدا احتوى البرنامج على (10) وحدات تنفذ خلال مدة البرنامج وكان زمن الوحدة (60 °) تم تكرار الوحدة خمس مرات أسبوعياً، وذلك في أيام السبت، الأحد، الاثنين - الأربعاء والخميس، فيما بين الساعة 9 - 10 صباحاً بواسطة الباحثان والمساعدان.

خطوات تنفيذ البحث:-

تم التأكد من سلامة الأطفال من الناحية الصحية عن طريق إجراء كشف طبي قام به طبيب متخصص - ثم تم التطبيق القبلي لكل من الاستبيان الخاص بالمهارات الحياتية والاستبيان الخاص بالمهارات النفسية واختبارات المهارات الحركية على الأطفال، وذلك لتحديد مستوى الأطفال في تلك المهارات في الفترة من 5/22 إلى 2002/5/30.

- تم تنفيذ البرنامج الترويجي المقترح على أفراد العينة وذلك في الفترة من 2002/6/1 إلى 2002/10/19 بدار الحنان للتأهيل الفكري بمحافظة الإسكندرية.

- تم التطبيق البعدي للاستبيان الخاص بالمهارات الحياتية والنفسية والحركية على الأطفال، وذلك في الفترة 2002/10/20 إلى 2002/10/28.

- تم تصحيح الاستجابات وجدولة الدرجات تمهيداً لاستخلاص النتائج ومناقشتها.

عرض ومناقشة النتائج:-

سوف يعرض الباحثان النتائج التي تم التوصل إليها وذلك من خلال الأساليب الإحصائية التي اشتقت من استجابات الأطفال عينة البحث، ومحاولة تفسير النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

التساؤل الأول:-

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً في القياسين القبلي والبعدي للمهارات الحياتية؟

وللإجابة على هذا التساؤل تم دراسة الفروق بين المتوسطات للمجموعات المرتبطة بين الأداء القبلي والأداء البعدي للأطفال المعاقين ذهنياً على استبيان المهارات الحياتية باستخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات المرتبطة (فؤاد أبو حطب، آمال صادق، 1991: 369)، كما تم حساب مربع ايتا (η^2) لقياس قوة تأثير المعالجة (رشدى فام منصور، 1997: 69) والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (6)
 دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعديّة في المهارات الحياتية للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين
 للتعلّم (عينة البحث)

العدد	المتوسط العام لفروق الدرجات المرتبطة	مجموع مربعات انحرافات الفروق عن المتوسط العام	قيمة " ت "	مستوى الدلالة	مربع ايتا (η^2)	قوة التأثير
30	54.13	723.56	59.3 53	0.01	0.992	كبير

من الجدول السابق يتضح لنا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين متوسطي الأداء القبلي والأداء البعدي للأطفال المعاقين ذهنياً - لصالح الأداء البعدي وهذا يدل على مدى فعالية البرنامج التروحي في تنمية المهارات الحياتية، وبحساب مربع ايتا وجد أن قيمته يساوي 0.992 مما يدل على أن قوة تأثير البرنامج التروحي كبيرة.

ولتوضيح ذلك للمهارات الحياتية موضوع الدراسة تم دراسة الفروق بين المتوسطات للمجموعات المرتبطة بين الأداء القبلي والأداء البعدي للأطفال عينة البحث في كل مهارة من المهارات الحياتية المستخدمة في الدراسة. باستخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطات ثم حساب مربع ايتا (η^2) لقياس قوة تأثير المعالجة والجدول الآتي يوضح ذلك.

جدول (7)
دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعديّة في المهارات الحياتية
للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلّم (عينة البحث)

المهارات الحياتية	العدد	المتوسط العام لفروق الدرجات المرتبطة	مجموع مربعات الفروق عن المتوسط العام	قيمة " ت "	مستوى الدلالة	مربع ايتا (η^2)	قوة التأثير
1-رعاية الذات	30	13.64	29.48	75.778	0.01	0.995	كبير
2-مهارات اجتماعية	30	9.50	12.40	79.167	0.01	0.995	كبير
3-مهارات اقتصادية	30	10.24	22.31	64.00	0.01	0.993	كبير
4-مهارات لغوية	30	10.00	51.00	41.667	0.01	0.984	كبير
5-مهارات معرفية	30	10.42	38.60	24.233	0.01	0.977	كبير

من الجدول السابق يتضح لنا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين متوسطي الأداء القبلي والأداء البعدي للأطفال المعاقين ذهنياً، لصالح الأداء البعدي في المهارات الخمسة وهي رعاية الذات والمهارات الاجتماعية، والمهارات الاقتصادية، والمهارات اللغوية، والمهارات المعرفية مما يدل على مدى فعالية البرنامج التروحي المستخدم في الدراسة ومما يؤكد ذلك أنه بحساب قيمة مربع ايتا (η^2) اتضح أن قيمته تتراوح ما بين 0.977 إلى 0.995 في المهارات الخمسة، مما يدل على أن قوة تأثير المعالجة كبير.

التساؤل الثاني:-

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور ودرجات الإناث في القياس البعدي للمهارات الحياتية؟
للرد على هذا التساؤل تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات الذكور والإناث الممثلين للمجموعة التجريبية، وباستخدام اختبار "ت" لحساب دلالة الفروق جاءت النتائج كما هو موضح بالجدول التالي.

جدول (8)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور ومتوسطات درجات الإناث في القياس البعدي للمهارات الحياتية

المجموع ة	عدد العينة	المتوسط ط الحسابي	الانحرا ف المعيار ي	قيمة "ت" 3	مستو ى الدلا ة	مربع (η^2)	قوة التأث ير
ذكور	15	71.07	2.22	5.583	0.01	0.527	كبيرة
إناث	15	77.87	3.98				

يشير جدول (8) إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين الذكور والإناث في المهارات الحياتية في القياس البعدي لصالح الإناث حيث بلغت قيمة (ت) 5.583 وبحساب مربع ايتا وجد أنه يساوي 0.527 مما يدل على أن قوة تأثير البرنامج كبيرة.
وللتعرف على دلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور ومتوسطات درجات الإناث في كل مهارة من المهارات الحياتية، تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات الذكور ودرجات الإناث في كل مهارة في القياس البعدي، وباستخدام اختبار "ت" لحساب دلالة الفروق جاءت النتائج كما هو موضح بالجدول التالي.

جدول (9)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور ومتوسطات درجات الإناث في القياس البعدي لكل مهارة من المهارات الحياتية قيد البحث

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	إناث			ذكور			المهارات الحياتية
		ع	م	ن	ع	م	ن	
0.01	3.85	2.1	22.0	1	2.1	19.0	1	رعاية
	7	1	7	5	0		5	الذات
غير دالة	1.61	1.3	13.4	1	1.5	14.2	1	المهارات الاجتماعية
		6		5	0	7	5	
0.01	5.97	1.2	13.4	1	0.7	11.0	1	المهارات الاقتصادية
	4	5		5	2	7	5	
0.01	4.61	1.7	14.3	1	1.3	11.5	1	المهارات اللغوية
	7	5		5	9	3	5	
غير دالة	0.92	1.6	14.7	1	1.2	15.2	1	المهارات المعرفية
	6			5	1		5	

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في القياس البعدي لكل من مهارة رعاية الذات والمهارات الاقتصادية والمهارات اللغوية لصالح الإناث، ولا توجد فروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في القياس البعدي لكل من المهارات الاجتماعية والمهارات المعرفية.

التساؤل الثالث:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً في القياسين القبلي والبعدي في المهارات النفسية؟

وللرد على هذا التساؤل تم حساب الفروق بين المتوسطات للمجموعات المرتبطة بين القياسين القبلي والبعدي باستخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطات ومربع ايتا (η^2). وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول (10)

دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعديّة في المهارات النفسية
للأطفال المعاقين ذهنياً والقابلين للتعلم (عينة البحث)

العدد	المتوسط العام لفروق الدرجات المرتبطة	مجموع مربعات انحرافات الفروق عن المتوسط العام	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	مربع ايتا (η^2)	قوة التأثير
30	26.77	179.28	59.489	0.01	0.99	كبير

يتضح من جدول (10) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين متوسطي الأداء القبلي والأداء البعدي في استبيان المهارات النفسية للأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" لصالح الأداء البعدي حيث بلغت قيمة "ت" 59.489 وبلغت قيمة η^2 0.992

التساؤل الرابع :-

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور ودرجات الإناث في القياس البعدي للمهارات النفسية؟

وللرد على هذا التساؤل تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات الذكور والإناث الممثلين للمجموعة التجريبية وباستخدام اختبار "ت" لحساب دلالة الفروق وبيجاد قيمة مربع ايتا (η^2) جاءت النتائج كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (11)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور ومتوسطات درجات الإناث في القياس البعدي للمهارات النفسية

المجموع	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	مربع ايتا (η^2)	قوة التأثير
عينة	15	20.67	1.01	1.000	غير دال	0.03	صغير
بنات	15	20.33	0.79				

يشير جدول (11) أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في المهارات النفسية في القياس البعدي، ويرجع ذلك إلى التأثير الإيجابي للبرنامج على كل من البنين والبنات، حيث أصبح الأطفال "قيد البحث" أكثر جرأة وإقداماً وتحملاً للمسئولية وثقة بالنفس وضبطاً للنفس بعد تطبيق البرنامج التروحي المقترح.

وتتفق تلك النتائج مع ما اشارت إليه نتائج دراسة "فيرنهام" (Furnhom 1990) "وبابكس ميجان" (Pabaks Megan, 1999)، من حيث التأثير الإيجابي لبرنامج الأنشطة الرياضية على بعض المتغيرات النفسية.

التساؤل الخامس:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً في القياسين القبلي والبعدي للمهارات الحركية؟

للرد على هذا التساؤل تم استخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات المرتبطة لدرجات الأطفال عينة البحث في المهارات الحركية وكذلك حساب قيمة مربع ايتا (η^2) وهذا ما يوضحه الجدول التالي.

جدول (12)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبلية والبعدي في المهارات الحركية للأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" (عينة البحث)

المهارات الحركية	العدد	المتوسط العام للفروق المرتبطة	مجموع مربعات انحرافات الفروق عن المتوسط العام	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	مربع ايتا (η^2)	قوة التأثير
1- السرعة	30	3.98	1.366	99.50	0.0	0.99	كبير
2- قوة ذراعين	30	0.98	0.9625	32.66	0.0	0.97	كبير
3- قوة رجلين	30	23-	4874	9.721	0.0	0.76	كبير
4- مرونة	30	1.93	36.718	9.429	0.0	0.75	كبير
5- رشاقة	30	3.61	14.258	28.20	0.0	0.96	كبير
6- توازن	30	2.83	40.440	12.86	0.0	0.85	كبير
				4	1	1	

من الجدول السابق يتضح وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين متوسطي الأداء القبلي والأداء البعدي للأطفال عينة الدراسة لصالح الأداء البعدي، مما يشير إلى التأثير الإيجابي للبرنامج التروحي المقترح في تنمية المهارات الحركية السابق تحديدها. التساؤل السادس:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور ودرجات الإناث في القياس البعدي للمهارات الحركية؟

للرد على هذا التساؤل تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات الذكور والإناث الممثلين للمجموعة التجريبية، وباستخدام اختبار "ت" لحساب دلالة الفروق، وبايجاد قيمة مربع ايتا (η^2) جاءت النتائج كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (13)
دلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور ومتوسطات درجات الإناث في
القياس البعدي للمهارات الحركية

المهارات الحركية	ذكور			إناث			قيمة "ت"	مستوى الدلالة	مربع ايتا (η^2)	قوة التأثير
	المتوسط	الانحراف المعياري	الن	المتوسط	الانحراف المعياري	الن				
1- السرعة	8.5	3	5	9.1	0	7	2.3	0.0	0.1	كبير
2- قوة ذراعين	8.5	4	5	6.7	0	4	10.6	0.0	0.7	كبير
3- قوة رجلين	-	7	5	10	4	3	7.4	0.0	0.6	كبير
4- مرونة	4.4	8	5	4.7	0	5	1.1	غير دالة	0.0	ضعيف
5- رشاقة	10.7	7	5	12.45	0	7	7.0	0.0	0.6	كبير
7- توازن	8.5	5	5	7.6	0	3	5.2	0.0	0.4	كبير

من الجدول السابق يتضح لنا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين متوسطي درجات الذكور ودرجات الإناث في القياس البعدي لصالح الذكور في مهارة السرعة ومهارة قوة الذراعين والرجلين ومهارة الرشاقة ومهارة التوازن، بينما لا توجد فروق بينهما في مهارة المرونة حيث كانت قيمة "ت" = 1.154 وهي غير دالة وبحساب قيمة مربع ايتا (η^2) لكل مهارة وجد أن قوة تأثير المعالجة على كل المهارات الحركية كبيرة ما عدا مهارة المرونة كان ضعيفاً ويتفق ذلك مع طبيعة وخصائص الأطفال البدنية والحركية.

مناقشة النتائج وتفسيرها:

ومما سبق وما اشارت اليه الجداول أرقام (6)، (7)، (8)، (9) من وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلية والبعديّة، في المهارات الحياتية للأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم قد ترجع إلي التأثير الإيجابي للبرنامج الترويحي المقترح، حيث أشتمل على العديد من الأنشطة والمسابقات التي ساعدت على سرعة إستيعاب المهارات الحياتية في جو ملئ بالمثيرات السمعية والبصرية والحركية، وما قد روعى عند تصميم البرنامج ليتناسب مع الفروق الفردية ومع خصائص واحتياجات أفراد عينة البحث حيث اتبع في الدراسة منهج تحليل المهارة حتى يسهل تعلمها ويؤكد ذلك ما ذكره نادر فهمي (1995) في أن تدريس المهارات الحياتية يبدأ أساساً في عملية تحليل المهارات والتي تم من خلال تجزئة المهارة إلي عناصرها الأولية ابتداءً من السهل إلي الأصعب مع إمكانية استخدام أساليب التعزيز حتى نصل بالطفل إلي أقصى قدراته في التدريب على المهارة.

كما قد ترجع تلك الفروق إلي ما احتواه البرنامج من أنشطة ومسابقات بإيقاعات وأدوات مختلفة، ساعدت على استثارة اهتمام الأطفال المعاقين للممارسة الفعالة مع ادخال روح البهجة والسرور وفي هذا يذكر حلمي إبراهيم وليلى فرحات (1998) أنه يراعى في اختيار محتوى البرنامج للأطفال المعاقين أن يتضمن أنشطة ترويحية ترفيحية يستخدم فيها المثيرات المختلفة كالإيقاع والموسيقى والأدوات ذات الألوان المبهرة.

وقد ترجع تلك النتائج إلي ما استحدثه الباحثان من وسائل التعزيز اللفظي والمادي أثناء تنفيذ وحدات البرنامج، مما كان له الأثر الإيجابي على تشجيع الأطفال على الاستمرار في بذل الجهد والذي تمثل في كلمات الثناء والمرح وفي تقديم بعض الهدايا الرمزية (بسكوت - وردة - شهادة تقدير) وفي هذا يذكر: نادر فهمي (1995) أن تعزيز الطفل من النقط الهامة والتي تدل على إيجابية المدرب عند تنفيذ أي برنامج ناجح.

وقد ترجع تلك الفروق إلي ما روعى عند تنفيذ البرنامج، حيث تم تكرار الوحدة لمدة أسبوعين ولخمس مرات أسبوعياً، وهذا يتفق مع خصائص الأطفال عينة الدراسة" حيث يذكر علاء عبد الباقي (1993) أن الطفل المعاق ذهنياً في حاجة إلي تكرار الأداء باستمرار حتى يتمكن الطفل من استيعاب المهارات المتعددة.

كما أشارت الجداول إلي التأثير الإيجابي للبرنامج الترويحي المقترح في جميع المهارات التي تتضمنها المهارات الحياتية، حيث كانت قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى ثقة 0.01 في كل من مهارة رعاية الذات والمهارات الاجتماعية، حيث أعتمد الأولاد على أنفسهم في كثير من الأمور الشخصية كتحضير وتناول الطعام وربط الحذاء وتزوير الجاكيت وغسل وتنشیر الملابس وخلع وارتداء الملابس وترتيب الحجرة، كما حقق البرنامج فروقاً دالة إحصائياً في المهارات الاجتماعية، حيث نمت قدرة الأطفال المعاقين على تكوين صداقات وأصبحت لغة التعامل هي الود والتفاهم والألفة بعيداً عن العنف والعدوانية كما أصبحوا أكثر رغبة للمشاركة في المناسبات المختلفة بالإضافة إلي الاستقلال الأمثل لوقت الفراغ وأصبح للطفل هواية خاصة يرغب في ممارستها ولا يمل منها، ويتفق ذلك مع ما ذكره حلمي إبراهيم وليلى فرحات (1998) في أن ممارسة الأنشطة الترويحية يؤدي إلي الإحساس بتحمل المسؤولية والقدرة على التصرف في المواقف المختلفة وتنمية العادات والاتجاهات السليمة.

كما تشير النتائج إلي وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 في المهارات الاقتصادية لصالح القياس البعدي والذي تمثل في زيادة قدرة الأطفال المعاقين على التعامل في النواحي المادية والتي تتطلب مهارات الشراء وعد النقود ومعرفة مقدار ما تبقى من نقود، والتفرقة بين فئات العملات المختلفة والادخار وكذلك التفرقة بين البضائع الجيدة والبضائع الرديئة.

وتوضح الجداول السابقة وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 في المهارات اللغوية لصالح القياس البعدي والتي تمثلت في زيادة حصيلة الطفل المعاق ذهنياً من الحروف الأبجدية - ومن

القراءة والكتابة وتكملة بعض الجمل الناقصة والجمع بين كلمتين لتكوين جملة مفيدة.. وفي هذا الصدد وعن أثر البرنامج بما يتضمنه من أنشطة ترويحية متعددة، حركية، وموسيقية وفنية، يذكر نادر الزيود (1995) أنه يمكن من خلال النشاط الموسيقي أن يتدرب الطفل المعاق على طبيعة الاصوات ومصادرهما (جرس - قطة - عصفور - كلب) وعلى التفرقة بين الاصوات المختلفة (عالي - منخفض) وأيضاً من الغناء يمكن تعديل مخارج بعض الحروف ويمكن أيضاً تقوية الذاكرة من خلال حفظ وترديد الأغاني، بالإضافة إلى اكساب الأطفال المعلومات والمعارف المختلفة.

كما اتضح من الجداول السابقة أيضاً وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى 0.01 بين متوسطات درجات الذكور ومتوسطات درجات الإناث في القياس البعدي للمهارات الحياتية لصالح الإناث في كل من مهارة رعاية الذات والمهارات الاقتصادية والمهارات اللغوية، وهنا يرجع إلى طبيعة الإناث في الاهتمام بأنفسهم أكثر من الذكور وكذلك ميلهم وقدرتهم على الشراء والتعامل المادى وكذلك حرصهم على حفظ وترديد الأغاني أكثر من الذكور.

وأوضحت النتائج كذلك عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في القياس البعدي لكل من المهارات الاجتماعية والمهارات المعرفية.

ويعلل ذلك بأن كل من الذكور والإناث يرغب في تكوين صداقات بنفس الدرجة مع الغير، بالإضافة إلى الاشتراك في المناسبات المختلفة والاستقلال الأمثل لوقت الفراغ والبنت تحاول أن تتحمل المسؤولية مثل الولد وتحاول تنمية عادات واتجاهات سليمة أيضاً بنفس الكيفية التي يسلك بها الولد. ومما سبق اتضح لنا الدور الهام الذى تلعبه الأنشطة الترويحية في مجال المهارات الحياتية للأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم".

كما يتضح من نتائج جدول (10) أن للبرنامج الترويحي المقترح تأثيراً إيجابياً على المهارات النفسية للأطفال (قيد البحث). وقد جاءت هذه النتائج عكس ما هو متوقع حيث أشارت المراجع: صفوت فراج (1992) - ملك أحمد (1993) - علا عبد الباقي (1993) - عبد العظيم شحاته (1995) - فيلد مان (1996) - كمال إبراهيم (1996) إلى أن المعاقين انسحابيون ويعانوا من عديد من المشاكل كالإنطوائية والقلق والتوتر والخوف وسرعة الغضب والعصبية والتسرع والعدوانية وعدم تقدير الذات.

وهذا ما لوحظ قبل تطبيق البرنامج، ولكن بإكتساب الطفل لخبرات النجاح من خلال وحدات البرنامج أصبح الطفل أكثر ثقة في ذاته وفي قدراته ولديه الجرأة في الحديث عن رغباته وحاجاته أمام باقى الأطفال دون خوف أو خجل أو قلق أو توتر وأصبح أكثر قدرة على تحمل المسؤولية، حيث إعتد عليهم الباحثين في تحضير الأدوات وترتيبها وإعادتها كما تبادل الأطفال الأدوار في أداء الإحماء وتتفق تلك النتائج مع ما أشارت إليه نتائج دراسات كل من: "شيرمان" Sherman, 1991 عزة إبراهيم (1994). أمنة الشيكشى (1994) - صديق على (1998) - دعاء عوض (1999) - فاطمة مصطفى (2001) - عادل عبد الله (2002). والتي أشارت إلى التأثير الإيجابى للبرامج والأنشطة الترويحية في تحسين بعض الجوانب النفسية لدى الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم، كما اتضح من نتائج جدول (11) أنه لا توجد فروق بين متوسطات درجات الذكور ومتوسطات درجات الإناث في القياس البعدي للمهارات النفسية وهذا يدل على أن تأثير البرنامج واحد على كل من الذكور والإناث بالنسبة للمهارات النفسية حيث يتصف كل منهم بالجرأة والاقدم وتحل المسؤولية والثقة بالنفس وضبط النفس بنفس الدرجة.

ويتضح من الجداول (12)، (13) أن للبرنامج الترويحي المقترح تأثيراً إيجابياً على تحسن المهارات الحركية "قيد البحث" للبنين والبنات، والتي تمثل في تحسن زمن عدو 30 متر طائر، وزيادة قوة ذراعين ورجلين، وزيادة مرونة المفاصل وزيادة زمن التوازن الثابت بالقدم القوية، وكذلك تحسن عنصر الرشاقة من خلال الجرى الزجراجى بين الاقمام.

ويرى الباحثان أن ذلك يرجع إلي ما اشتمل عليه البرنامج من واجبات حركية ومهارية عديدة (عند أداء المهارات الحياتية في الجزء الأساسي من البرنامج) ساعدت على تطوير ونمو تلك المهارات بصورة إحصائية، أشارت إليها نتائج القياسين القبلي والبعدي) واتفق تلك النتائج مع ما اتفق عليه كل من "شيرمان" "Sherman, 1991" كريستين مايلز (1992) "كريك شانل" (Cruick Shank, 1995) وكمال إبراهيم (1996) وحلمى إبراهيم وليلى السيد (1998) تهناني عبد السلام (2001) من أهمية إدماج الطفل المعاق ذهنياً في البرامج الرياضية وما يمكن أن تحدثه تلك البرامج من تأثيرات إيجابية على تطوير المهارات الحركية بشكل عام إضافة إلي النواحي النفسية والاجتماعية والاخلاقية انطلاقاً من أن الانسان وحدة متكاملة وفي هذا يذكر عبد المطلب أمين (1996) وكمال إبراهيم (1996) أن لممارسة الانشطة الترويحية دوراً هاماً في التنمية المتكاملة للفرد المعاق ذهنياً.

ومما سبق يتضح لنا أن للبرنامج الترويحي تأثيراً ايجابياً على تحسن المهارات الحياتية بما تحتويه من مهارات متعددة (رعاية الذات - مهارات اجتماعية- مهارات اقتصادية - مهارات لغوية - مهارات معرفية) للأطفال المعاقين ذهنياً (القابلين للتعلم). كما تحسنت لديهم المهارات النفسية والحركية "قيد البحث".

في حدود ما أسفرت عنه نتائج الدراسة نستنتج ما يلي :-

- 1 - أثر البرنامج الترويحي المقترح على تطور المهارات الحياتية للأطفال المعاقين ذهنياً "القابلين للتعلم" والمتمثلة في رعاية الذات، ومهارات اجتماعية، مهارات اقتصادية، مهارات لغوية، مهارات معرفية، وقد حققت مهارتي رعاية الذات والمهارات الاجتماعية أعلى دلالة.
- 2 - أثر البرنامج الترويحي المقترح على تطور المهارات النفسية والتي تمثلت في ارتفاع ثقة الأطفال المعاقين بذاتهم بعد مرورهم بخبرات النجاح التي يتضمنها البرنامج، حيث أصبح للطفل المعاق القدرة عن التعبير عن آرائه واتجاهاته وأكثر قدرة على تحمل المسئولية ومساعدة الآخرين وبدا ابتعد عن السلوك العدواني.
- 3 - أثر البرنامج الترويحي المقترح على المهارات الحركية والذي تمثل في:
 - تطور عنصر السرعة والذي تمثل في تحسن زمن 30م عدو (طائر).
 - تطور عنصر قوة ذراعين والذي تمثل في تحسن مسافة رمي كرة ناعمة.
 - تطور عنصر قوة رجلين والذي تمثل في تحسن الوثت العريض من الثبات.
 - تطور عنصر المرونة والذي تمثل في تحسن ثني الجذع أماماً من وضع الجلوس طويلاً.
 - تطور عنصر الرشاقة والذي تمثل في تحسن زمن الجرى الزجزاجي بين الأقماع.
 - تطور عنصر التوازن والذي تمثل في تحسن زمن الارتكاز على قدم واحدة.

التوصيات:-

في حدود ما توصل اليه البحث من نتائج توصي بما يلي :-

- 1 - عمل برامج رياضية تروحية متخصصة لأنواع أخرى من الإعاقات.
- 2 - عقد ندوات لأولياء الأمور والمربين والمشرفين والمدربين للتعرف على أفضل الطرق لتطوير قدرات الأطفال المعاقين من النواحي البدنية والمهارية والنفسية والاجتماعية.
- 3 - ضرورة دمج الأطفال المعاقين مع الأطفال الأسوياء، نظراً لما لاحظته الباحثان من فوائد عديدة أثناء تطبيق البرنامج.
- 4 - ضرورة تطبيق المقاييس المصممة من قبل الباحثين (مهارات حياتية، نفسية، حركية) على الأطفال للوقوف على مقدار ما حققه الأطفال المعاقين من تقدم في هذه المهارات.
- 5 - ضرورة الاستعانة بأساليب التدعيم المادى والمعنوى في البرامج المتخصصة للأطفال المعاقين ذهنياً ولذلك لاثارة اهتمامهم بممارسة الأنشطة.
- 6 - ضرورة تدريب المدربين والمشرفين، والأخصائيين على أنشطة البرامج المختلفة المقدمة للأطفال المعاقين ذهنياً والتي تتفق وقدراتهم واحتياجاتهم، حتى يمكن تحقيق الفائدة المرجوة منها.
- 7 - ضرورة تدريب الأطفال المعاقين ذهنياً على شغل أوقات فراغهم بألعاب أو أعمال فردية مثمرة وهادفة وذلك عندما يكون منفرداً.

المراجع

- إبراهيم أحمد سلامة: الاختبارات والقياس في التربية البدنية، ط1 دار المعارف، القاهرة 1980، ص 93، 165، 247.
- أحمد السيد سليمان: مدى فاعلية برنامج تدريبي لزيادة السلوك التكيفي لدى الأطفال ذوي التخلف العقلي الخفيف، مجلة علم النفس العدد (62)، الهيئة المصرية العامة للكتاب، يونيو، 2002 ص 165: 167.
- أحمد عكاشة: الطب النفسي المعاصر، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1992، ص 2.
- أمل محمد محروس: برنامج مقترح لتعليم المهارات الأساسية للسياحة للأطفال المعاقين ذهنياً وأثره على بعض القدرات الحركية والجوانب النفسية والاجتماعية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، 2002.
- آمنة مصطفى الشيكشي: أثر برنامج ألعاب صغيرة مقترح على تنمية الأداء الحركي والتكيف العام للتلاميذ المتخلفين عقلياً، مجلة علوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية بالجزيرة القاهرة، 1994.
- أميرة طه بخشي: التخلف العقلي عند الأطفال (داون) الطبعة الأولى، دار عكاظ، جدة، 1991 ص 61: 64.
- امين الخولي، اسامة راتب، محمد محسن: التربية الحركية للطفل، ط5، دار الفكر العربي، 1998 ص 50 - 60.
- آيات عبد المجيد مصطفى: أثر برنامج ارشادي على تنمية المهارات الاجتماعية للطفل الكفيف، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد (12) العدد (35) الانجلو المصرية، القاهرة، ابريل، 2002 ص 56 - 98.
- إيمان فواد كاشف: فاعلية برامج الحاسب الإلي في تحسين تعلم بعض المهارات للأطفال المتخلفين عقلياً، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد (12) العدد (35)، الانجلو المصرية، القاهرة ابريل 2002 ص 103 - 138.
- تهانى محمد عبد السلام: أسس الترويح والتربية الترويحوية، دار الفكر العربي، القاهرة 2001 ص 235.
- جمال محمد سعيد: تعديل سلوك الأطفال المعوقين، دار إشراق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1993 ص 78.
- حازم فريد غتباري: الذاكرة الحركية قصيرة المدى لدى الأطفال المعاقين بصرياً وعقلياً والأطفال غير المعاقين، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة دورية 13 العدد 17، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان 1993.
- حامد زهران: الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط1، عالم الكتب، القاهرة، 1994 ص 36.
- حلمى إبراهيم وليلى فرحات: التربية الرياضية والترويح للمعاقين، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، 218، 223، 227.
- خليل ميخائيل: القدرات العقلية، ط2، دار الفكر الجامعي، القاهرة 1994، ص 18، 19.
- دعاء عوض: فعالية برنامج ارشادي مقترح لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً في تحسين بعض جوانب السلوك الاجتماعي لأبنائهن، رسالة ماجستير، غير منشورة كلية التربية، جامعة الإسكندرية، 1999.
- دلال على حسن: أثر الإيقاع على تعلم بعض مهارات كرة السلة للمتخلفين عقلياً بمدارس التربية الفكرية بالإسكندرية، المجلة العلمية، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، 1997.
- رشدى فام منصور: حجم التأثير الوجه المكمل للدلالة الإحصائية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، القاهرة العدد (16) المجلد (7) يونيه، 1997.

- رمضان محمد القذافي: رعاية المتخلفين ذهنياً، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، 1996 ص 114، 171، 193 - 207.
- زينب محمود شقير: سيكولوجية الفئات الخاصة والمعوقين، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1998 ص 18-20.
- سهير كامل أحمد: سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، 1998، ص 94.
- السيد عطية، سلمى جمعة: الخدمة الاجتماعية وذوى الاحتياجات الخاصة، المواجهة والتحدى، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2000 ص 49، 50.
- صديقة على: تأثير برنامج معدل للتمرينات الإيقاعية على تنمية بعض القدرات الإدراكية والأداء الحركي لدى الأطفال المعاقين ذهنياً فئة "القابلين للتعلم". المؤتمر العلمي الحادي عشر، المجلد الثاني، المعهد العالي للخدمة الاجتماعية، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، 1998.
- صفية محمد صقر: برنامج مقترح من الألعاب الصغيرة وأثره على التوافق النفسي - حركي للأطفال المعاقين عقلياً - المؤتمر العلمي للياقة البدنية والرياضة للجميع، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية 1995.
- صلاح محسن عيسوى: أثر تطبيق برنامج مقترح للحركات الأساسية لألعاب القوى للأطفال المتخلفين عقلياً على بعض القدرات الإدراكية الحركية، رسالة ماجستير، غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، 1993.
- عادل عبد الله محمد: فعالية تدريب الأطفال المتخلفين عقلياً على استخدام جداول النشاط المصورة في الحد من سلوكهم العدوانى، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد (12) العدد (35) الأنجلو المصرية، القاهرة ابريل، 2002 ص 1-24.
- عبد الرحمن سيد سليمان: سيكولوجية ذوى الاحتياجات الخاصة، الجزء الأول، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، 2000.
- عبد المطلب أمين: سيكولوجية ذوى الاحتياجات الخاصة وتربيتهم، ط1 دار الفكر العربى، القاهرة، 1996 ص 12، 148، 149.
- عزة إبراهيم خليل: برنامج مقترح لكرة اليد لتنمية الأداء الحركي ومفهوم الذات لتلاميذ التربية الفكرية بمحافظة الإسكندرية، رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، 1994.
- علا عبد الباقي إبراهيم: برنامج تدريبي للأطفال ذوى الإعاقات العقلية ط1، كلية التربية، جامعة عين شمس، 1993 ص 11، 12، 16.
- فاروق الروسان: سيكولوجية الأطفال غير العاديين (مقدمة في التربية الخاصة)، الطبعة الثانية. دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع عمان، الأردن، 1996، ص 73 - 74.
- فاروق محمد صادق: دور الاخصائى النفسى في برامج ذوى الحاجات الخاصة، بحوث ودراسات في التربية الخاصة، المجموعة الثالثة، بحوث ودراسات نفسية واجتماعية، المؤتمر القومي للتربية الخاصة، وزارة التربية والتعليم، جامعة حلوان، 1995 ص 5 - 20.
- فاطمة مصطفى عبد الفتاح: فاعلية مواقف تعليمية مقترحة في تنمية بعض المهارات الحياتية لطفل ما قبل المدرسة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة حلوان، 2001 ص 41-43.
- فتحى السيد عبد الرحيم: سيكولوجية الأطفال غير العاديين واستراتيجيات التربية الخاصة، الجزء الثاني، دار القلم، الكويت، 1982 ص 36.
- فؤاد أبو حطب، آمال صادق: مناهج البحث وطرق التحليل الاحصائى في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1991 ص 50 - 52.

- فوزى يوسف، كارل. ح. هينرى: أسس التعلم المدرسي والاتجاهات الفكرية الرئيسية تجاه الطلاب المعاقين، مجلة علوم وفنون التربية الرياضية، الجزء الأول، العدد الرابع، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، 1994.
- كريستين مايلز: التربية المختصة (دليل تعليم الأطفال المعوقين عقلياً) ترجمة رينا مفرح، ورشة المواد العربية للرعاية الصحية وتنمية المجتمع، قبرص، 1994 ص 48 - 60.
- كمال إبراهيم مرسى: مرجع في علم التخلف العقلي، ط2، دار النشر للجامعات، القاهرة 1999، ص 5، 313، 376.
- كمال درويش ومحمد الحماحمى: رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ، مركز الكتب للنشر، القاهرة، 1997 ص 56، 102 - 105.
- لويس كامل مليكة: الإعاقات العقلية والإضطرابات الارتقائية، ط1، مكتبة النهضة العربية، القاهرة، 1998 ص 15 - 17.
- محمد حسن، محمد نصر الدين: اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1982، ص 288، 365، 341.
- محمد الحماحمى وعائدة عبد العزيز: الترويج بين النظرية والتطبيق، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998، ص 29، 84 - 86، 222.
- محمد السيد حلاوة: التخلف العقلي في محيط الأسرة، المكتب العلمى للنشر والتوزيع، الإسكندرية، 1998 ص 20 - 25.
- محمد سيد فهمى: السلوك الاجتماعي للمعاقين، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1998 ص 21، 43، 85، 89.
- محمد محروس الشناوى: تأهيل المعوقين وإرشادهم، ط1، دار المسلم للنشر والتوزيع، الرياض، 1998 ص 36 - 38.
- مصطفى فهمى: سيكولوجية الأطفال غير العاديين، مكتبة مصر، القاهرة، 1995 ص 60 - 61.
- ملك أحمد محمد: مدى فاعلية نظام الدمج في تحسين بعض جوانب السلوك التوافقي للتلاميذ المتخلفين عقلياً "القابلين للتعلم" رسالة ماجستير، غير منشورة كلية التربية، جامعة عين شمس، 1993.
- منى حسين الدهان: تنمية إمكانات الطفل المتخلف عقلياً من خلال توظيف بعض التخصصات النوعية، المؤتمر القومي السابع لاتحاد هيئات رعاية الفئات الخاصة، المجلد الثانى، 8 - 10 ديسمبر، القاهرة، 1998 ص 158 - 185.
- مواهب إبراهيم عياد وآخرون: المرشد في تدريب المتخلفين عقلياً على السلوك الاستقلالي في المهارات المنزلية، ط1، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1995 ص 20 - 23.
- موسوعة المجالس القومية المتخصصة، المجلد الرابع والعشرون 1974 - 1998 ص 566.
- نادر فهمى الزيود: تعليم الأطفال المتخلفين عقلياً، ط3، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان الاردن، 1995 ص 104 - 111، 127.

Birenbaum: Community Programs for People with Mental Retardation "American Foundation, 1998" Jon. R.24, 3, p. 145.
Cloudine Sherill: Adapted Physical activity Recreation and sport cross, Disapility, New York; 1999. vol 41. N. 3. p. 30-33.

Cruick shank: current Educational practice with exceptional children in Mackmelane, 1995, vol. 5 N. 3, p. 115: 120.

Davies E.C.: "Social control of the Mentally Deficient" New York; arnopro. 1986. Vol. 4. N. 1. p. 5-10.

Feldman, C.d.: the recognition and investigation of x-linked learning Disability Syndromes, 1996. Vol. 60 No. 5 p. 226 - 228.

Furnham white: the effect of amotor Development program on pshcological perespectives for mental retardation, New York; Macmillan, 1990 vol. 33. N. 31 p. 5-8.

Hegner. D.: Life skills a cross, the curriculum combined teacher, student manual Department of general Academic Education, country of publeshing U.S, New Jersy; 1992. p. 15-22.

Janes: common sense Methods for children with special needs, New York, Routledge, 1998, p. 124-126.

Macmillan, D.L.: Mental Retardation in School and Society, Little Brown and companing, Boston, 1987. p.120.

Pabeks,: Meganlynne, sport and physical activity socialization of youth., with Moderate cognitive needs. Colorado, University of Northern. 1999. p. 22-30.

Rowittz. L.C.: "Multiprofessional perspectives on prevention New York; 1986. Vol. 31, N. 4 p.1-3.

Sherman. J.A,: Effect of perceptual, Motor program on trainable Mentally retarded children, American Journal, New York; 1991-vol. 68, p.36 - 38.

Signorelli, V.A.: Daily living and physical Education skills for Elementary Mild Retarded pupils, Los Anglos City Schools, instrucional programs, Branch 1991 p. 327.

Thampson. E.C. the effects of An Enseruice training program for Regular classroom teaches of self for Disabld and educable Mentally students 1992 vol. 43, N. 13 p. 76-79.