



## تأثير برنامج تثقيفي صحي حركي علي طلاب دمج الصفوف الأولى ( ٦ - ٩ ) سنوات

\* د / ماجدة مصطفى احمد

### المقدمة البحث

تعد مرحلة الطفولة ذات أهمية في بناء الإنسان وتكوين شخصيته وتحديد اتجاهاته في المستقبل ، فالخبرات التي يمر بها الأبناء في سنواتهم المبكرة تنعكس على طابع شخصياتهم في الفترات العمرية اللاحقة ، نتيجة للدور المؤثر الذي تمارسه الأسرة والمدرسة وغيرهما وخاصة فيما يتعلق بأسلوب تنشئتهم وأثره في تكوين شخصياتهم. (٩ : ٢٤٣)

وتعتبر المدرسة هي البيئة المناسبة والمعدة لاكتساب الطفل الثقافة بمفهومها العام والخاص وذلك بما تملكه المدرسة من إمكانيات ووسائل تدعم قيامها بهذا الدور بفاعلية وكفاءة عالية ، فالمدرسة تقوم بوظائف مهمة بالنسبة لثقافة المجتمع فهي التي تكسب الطفل أهم جزء من هذه الثقافة وبالتالي تساعد على تبسيطها والحفاظ عليها . (٨ : ٩٥)

وتعتبر فئة المعوقين عقليا من أهم وأكبر فئات ذوي الاحتياجات الخاصة وهذه الفئة من الأشخاص تواجه العديد من المشكلات الناجمة عن سوء التوافق النفسي الاجتماعي لضعف مستوي التواصل بين أفراد هذه الفئة بعضهم البعض.

يشير " مدحت أبو النصر (٢٠١٦) " إلى أن حاجات المعاقين لا تختلف كثيرا عن حاجات غير المعاقين فالمعاق إنسان له نفس الحاجات التي يحتاجها أي إنسان آخر وان كان المعاقون لهم حاجات خاصة وإضافية عن غيرهم ولهذا سموا المعاقين أو بذوي الاحتياجات الخاصة وأحيانا بذوي الهمم وتتمثل هذه الحاجات في (الحاجات الفردية - الحاجات الاجتماعية - الحاجات المهنية). (١٣ : ٩٠-٩٢)

يذكر " مدحت أبو النصر (٢٠١٦) " إلى أن الذكاء لدي المعاقين مثل ذكاء اقرانهم إلا فئة المعاقين أصحاب الإعاقة العقلية فان درجة ذكائهم تقل عن درجة ذكاء الشخص العادي أو المتوسط بمعنى أن درجة ذكاء أصحاب الإعاقة العقلية تقل عن 90 درجة وهذا يشير إلى أن العمر العقلي لديهم يقل عن عمرهم الزمني ولحسن الحظ فان معظم أصحاب الإعاقة العقلية (حوالي 70% منهم) قابلين للتعلم والتدريب. (١٢ : ١٢٨ - ١٢٩)

يذكر " ناصر السويفي و عصام عزمي (٢٠٠٣) " إلى أن القيم الصحية من الأساسيات الهامة التي يجب أن نركز عليها في برامجنا الرياضية في درس التربية الرياضية



كما يجب أن نخصص لها مساحة كبيرة داخل الأنشطة الحركية وخصوصاً في الحلقة الأولى من التعليم الأساسي حيث أنها الفترة التي يتكون فيها الشكل الأساسي و الرئيسي لحاله التلميذ والتي يجب أن تستغل فيها دوافعه الحركية في هذه المرحلة لتنمية تلك القيم أثناء النشاط الحركي الرياضي و للقيم الصحية أهمية واضحة وكبيرة في حياة التلاميذ فهي تعد مؤشراً هاماً في التأثير الطيب علي عادات التلميذ وسلوكه واتجاهاته ومعارفه بغرض مساعدته علي رفع مستوي صحته ومقدرته علي حماية نفسه من المشاكل الصحية التي تعتبر معوقاً عن ممارسة حياته بصورة طبيعية أو ممارسة الأنشطة الرياضية التي تعتبر مدخلاً هاماً للوقاية من الأمراض. (١٤ : ٢٧٢)

#### مشكلة البحث:

ولقد أصبحت مشكلة رعاية الطلاب المعاقين ذهنياً إحدى القضايا الأساسية التي استقطبت اهتمام الباحثين والدول خاصة بعد أن كشفت الإحصائيات والدراسات العالمية والمحلية عن تزايد أعدادهم وأصبحت تشكل نسبتهم ١٠% من إجمالي سكان العالم، والأمر يزداد خطورة في الدول العربية حيث ترتفع نسبة المعاقين إلى ما بين ١٣ : ١٥% من إجمالي عدد سكان العالم.

ومن خلال عمل الباحثة في مدارس بها طلاب دمج (من ذوي الإعاقة للذهنية) ، وما لاحظته من احتياج هذه الفئة من الطلاب إلى عناية خاصة تتناسب مع احتياجاتهم وقدراتهم ، فهم يواجهون تحديات وصعوبات منها سلوكية - عقلية - مشكلات تعلم وتعليم ، وفي هذا البحث تنوعت الباحثة في استخدام ( صور التلوين - الألعاب الصغيرة - القصص الحركية - ألعاب التقليد والمحاكاة - والحاسب الآلي ) لإكسابهم القيم الصحية اللازمة ليتمكن طلاب الدمج (ذهنياً) من الاندماج والتكيف مع أقرنائهم وبالتالي مع المجتمع المحيط.

#### أهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير البرنامج الصحي الحركي على كل من :

١- القيم الصحية لطلاب دمج الصفوف الأولى من (٦ - ٩) سنوات.

٢- بعض القدرات الحركية ( المرونة - السرعة - التوافق - الدقة ).

#### فروض البحث:

١- توجد فروض ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي في القيم الصحية قيد البحث.



٢- توجد فروض ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي في بعض القدرات الحركية ( المرونة - السرعة - التوافق - الدقة ) قيد البحث.

بعض المصطلحات الواردة بالبحث:

- ١- طالب الدمج التعليمي : هو مصطلح يشير إلى الممارسة المتمثلة في تعليم الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة في الفصول العادية خلال فترات زمنية محددة استناداً إلى مهاراتهم. (١٥)
- ٢- مقياس القيم الصحية الالكتروني للأطفال: برنامج مصمم علي الحاسب الآلي وتم وضع المواقف للمحاور الصحية فيه بطريقة مبسطة للأطفال مع مصاحبة صوت لكل موقف من المواقف.

الدراسات المرتبطة

أولاً: باللغة العربية:

١- دراسة أمينة عبد الله كمال (٢٠٢٣) (٢) بعنوان "تأثير برنامج حركي - صحي علي بعض المتغيرات البدنية والمهارات الحياتية لطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة "استهدفت الدراسة تصميم برنامج حركي - صحي - على بعض المتغيرات البدنية والمهارات الحياتية الصحية اليومية للتلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة (القابلين للتعلم) ، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لعينة قوامها (١٥) طفل من ذوي الهمم (ذهنيا) للقابلين للتعلم وكننت أعمارهم ما بين (٦ - ١٠) سنوات ، وكانت من أهم نتائج الدراسة أن البرنامج الرياضي المقترح له تأثير ايجابي في تعديل وتحسين وتطوير المهارات الحياتية الصحية لدي الأطفال ذوي الهمم القابلين للتعلم بشكل مباشر وغير مباشر سواء عن طريق الألعاب الصغيرة والقصص الحركية أو عن طريق زيادة مستوي اللياقة البدنية لدي عينة البحث مما يسهل عليهم القيام بالمهارات الحياتية الصحية.

٢- دراسة رشا صلاح احمد (٢٠١٧) (٥) بعنوان " تأثير أنشطة حركية علي بعض المتغيرات المناعية و البدنية لطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة ذهنياً للقابلين للتعلم " استهدفت الدراسة وضع برنامج أنشطة حركية و التعرف علي تأثيره علي بعض المتغيرات المناعية و البدنية لدي الطالبات ذوي الاحتياجات الخاصة ذهنياً للقابلين للتعلم ويتم ذلك من خلال قياس المتغيرات المناعية وقياس المتغيرات البدنية استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وشملت عينة البحث (٨١) طالبة من ذوي الاحتياجات الخاصة ذهنياً القابلين للتعلم في المرحلة العمرية من (٩ : ١٢) سنة وأسفرت النتائج أن برنامج الأنشطة الحركية يؤثر ايجابيا علي تحسين المتغيرات المناعية لدى الطالبات ذوي الاحتياجات الخاصة ذهنياً القابلين للتعلم كما



ساهم البرنامج بدرجة كبيرة في تحسين الحالة البدنية للطالبات ذوي الاحتياجات الخاصة ذهنيا القابلين للتعلم نتيجة المجهود البدني المنظم والمقنن الذي تعرضن له في البرنامج المقترح.

٣- دراسة أنوار عبد الله نوري (٢٠١٦)(٣) بعنوان " برنامج تربية صحية الكتروني مقترح وأثره على مستوي السلوك الصحي لدي طلاب المرحلة المتوسطة بدولة الكويت " استهدفت الدراسة إلى التعرف على برنامج تربية صحية الكتروني مقترح على مستوي السلوك الصحي لدي طلاب المرحلة المتوسطة بدولة الكويت وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وبلغ قوام العينة ٤٧ طالب وكانت أهم النتائج أن البرنامج الإلكتروني المقترح للسلوك الصحي تأثيرا ايجابيا على مستوي السلوك الصحي لدي التلاميذ كما أن تأثيره أفضل من التعليمات المدرسية في تحسين مستوي السلوك الصحي.

ثانياً: باللغة الانجليزية:

٤- دراسة لابن ولوجن **lappin&lugen** (٢٠٠٤)(١٦) بعنوان "استخدام الكمبيوتر في تغيير السلوكيات الصحية والأخلاقية " واستهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التكنولوجيا والتغير السلوكي والأخلاقي و أهمية استخدام الكمبيوتر في تعديل بعض السلوكيات الصحية وتم استخدام المنهج التجريبي وتم استخدام الملاحظة والتقريب وجهاز الكمبيوتر في التقارير وتوصلت أهم نتائج البحث إلى أن استخدام الكمبيوتر يمكن أن يكون أفضل لنشر المعلومات الخاصة بالتنظيف الصحي ، كما أظهرت النتائج أن المعلومات الفردية الناتجة عن أي نظام متميز بغض النظر عن وسيلة التواصل وما يفضله المشاركون قد ينتج عنها زيادة في النشاط البدني.

٥- بولمان وايفال **pool man eval** (٢٠٠٣)(١٧) بعنوان "تأثير برنامج تربية رياضية خاص على مكونات اللياقة البدنية للمتخلفين عقليا استهدفت الدراسة التعرف تأثير برنامج تربية رياضية خاصة على مكونات اللياقة البدنية للمتخلفين عقليا واستخدم الباحث المنهج التجريبي بنظام المجموعتين التجريبية وضبطه واختيار عينة قوامها ٤٤ طفلا تم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما ضابطا والأخرى تجريبية قوائم كل واحدة منهم ٢٢ طفل وكان من أهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية على الضابطة في مكونات اللياقة البدنية.

خطة وإجراءات البحث :

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الأهداف والفروض بالبحث.



### مجتمع البحث:

اشتمل مجتمع البحث على طلاب دمج (ذهني) الصفوف الأولى بمحافظة الوادي الجديد.

### عينة البحث :

تم اختيار عينة بالبحث بالطريقة العمدية من طلاب للدمج (ذهني) وعددهم (١٠) طلاب من طلاب دمج الصفوف الأولى من سن (٦ - ٩) سنوات بمدرسة البستان للتعليم الأساسي.

### تجانس عينة البحث

### جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء

لمعدلات النمو والقدرات البدنية والقيم الصحية لعينة البحث (ن = ١٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١	السن	بالشهر	٩٠	٩,٢٧	٩٢	٠,٠٣ -
٢	الوزن	كجم	٢٦,١٠	٤,٥٤	٢٤,٢٥	٠,٩٠
٣	الطول	سنتيمتر	١٣١,٥٠	٥,٧٠	١٣٠,٥٠	١,٥٣
٤	سرعة	بالثانية	٦,٢٩	٠,٣٥	٦,٢٠	١,٠٥
٥	قدرة	سنتيمتر	٦٩,٠١	٥,١٦	٧٠,٠٢	٠,٢٧ -
٦	رشاقة	بالثانية	٦,١٢	٠,٢٣	٦,١٠	٠,٤٩
٧	توافق	بالثانية	١١,٣٦	٠,١٨	١١,٤٠	٠,٤٣ -
٨	القيم الصحية	درجة	٣٨,٨٧	٣,٥٣	٣٩	٠,٢٨

يتضح من جدول (١) أن معامل الالتواء لمتغيرات معدلات النمو قيد البحث ، تراوحت ما بين (٠,٠٣ - ، ١,٥٣) ، ويتراوح معامل الالتواء للقدرات البدنية بين ( - ٠,٤٣ ، ١,٠٥) ، وللقيم الصحية (٠,٢٨) أي أنها انحصرت جميعاً ما بين (± ٣) وهذا يعطي دلالة مباشرة على خلو العينة من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية ، أي أن العينة متجانسة في متغيرات النمو (السن، والوزن، والطول) وبعض القدرات البدنية (سرعة ، قدرة، رشاقة، توافق) والقيم الصحية.



## جدول (٢)

### محاور الثقافة الصحية ونسبة موافقة الخبراء

م	المحور	النسبة المئوية
١	التربية الحركية	٪١٠٠
٢	العادات الغذائية	٪١٠٠
٣	صحة القوام	٪٩٠
٤	عوامل الأمن والسلامة	٪١٠٠
٥	الصحة الشخصية	٪١٠٠
٦	الصحة النفسية	٪٩٠
٧	صحة ونظافة البيئة	٪١٠٠
٨	الوقاية والإسعافات الأولية	٪٩٠
٩	أهمية النشاط الرياضي	٪١٠٠
١٠	النوم والراحة	٪١٠٠

ارتضت الباحثة نسبة ٩٠ %

يتضح من جدول (٢) ما يلي : تم عرض هذه المحاور على مجموعة من الخبراء المتخصصين في مجال التربية الصحية وتربية الطفل لا تقل مدة خبرتهم عن (١٠) سنوات في مجال التخصص وذلك لإبداء الرأي حول ملائمة هذه المحاور لموضوع الثقافة الصحية وكذا المرحلة السنوية وقد بلغ عدد الخبراء (١٠). وقد أسفر العدد النهائي للمحاور (١٠) محاور. ملحق (١)

أدوات جمع البيانات :

١- المقابلة الشخصية.

٢- الأجهزة والأدوات:

(شريط مقسم لقياس المسافة، ساعة إيقاف، كرات صغيرة، جهاز كمبيوتر، أقماع، اطواق)

٣- الاختبارات ( قياس القدرات البدنية الأساسية). ملحق (٤)

٤- مقياس القيم الصحية الالكتروني. ملحق (٣)

مقياس القيم الصحية الالكتروني لطلاب الدمج ( ذهني) :

قامت الباحثة باستخدام مقياس عبارة عن برنامج تم تصميمه على الكمبيوتر من إعداد الباحثة ومحاور القيم الصحية للمقياس هي : ( التغذية - النظافة الشخصية - الأمن والوقاية - أهمية ممارسة النشاط الرياضي - الكشف الطبي الدوري - نظافة البيئة - النوم والراحة )، وتوزيع المواقف التعليمية كالآتي :



جدول (٣)  
المواقف التعليمية موزعة علي محاور المقياس

المحاور	أرقام المواقف	مجموع المواقف
التغذية	٣ ، ٢، ١	٣
الصحة الشخصية	١١ ، ١٠ ، ٩ ، ٦، ٧، ٨، ٥ ، ٤	٨
الأمن و الوقاية	١٨ ، ١٧ ، ١٦ ، ١٥ ، ١٤ ، ١٣ ، ١٢	٧
أهمية ممارسة النشاط الرياضي	٢١ ، ٢٠ ، ١٩	٣
الكشف الطبي الدوري	٢٣ ، ٢٢	٢
نظافة البيئية	٢٧ ، ٢٦ ، ٢٥ ، ٢٤	٤
النوم والراحة	٣٠ ، ٢٩ ، ٢٨	٣
المجموع الكلي		٣٠

تعليمات تطبيق المقياس :

- ١- البرنامج مكون من (٣٠) موقف مصور ومزود بعبارات توضح الصورة مع اصطحاب صوت لكل موقف ليناسب ذلك طلاب الدمج (ذهني) من مرحلة الصفوف الأولى بالتعليم الأساسي.
- ٢- كل موقف به هدف سلوكي وكل موقف سلوكي يحتوى على نوعان من السلوك موقفا سليما والأخر خاطئا .
- ٣- يسجل طالب الدمج استجابته باختيار الموقف الذي يجب أن يكون مثله.
- ٤- تعطى درجتان للاستجابة في السلوك الايجابي ودرجة واحدة للاستجابة في السلوك السلبي.
- ٥- الدرجة الكلية للمقياس هي (٦٠) ستون درجة.
- ٦- يسير هذا المقياس بصورة فردية .
- ٧- ليس هناك وقت محدد للإجابة على هذا المقياس .
- ٨- النتيجة النهائية تظهر على الشاشة النهائية للبرنامج.

أهداف المقياس :

يهدف مقياس القيم الصحية المصور إلى التعرف على المستوى الثقافي الصحي لطلاب الدمج (ذهني) من مرحلة الصفوف الأولى بالتعليم الأساسي.  
المعاملات العلمية للاستمارة  
أولاً : الصدق

لحساب صدق المقياس قامت الباحثة بإيجاد صدق المحكمين حيث تم عرض المقياس





على مجموعة من الخبراء المتخصصين الذين أبدوا رأيهم في المقياس ، كما قامت الباحثة بإيجاد صدق الاتساق الداخلي للمقياس وذلك بتطبيق المقياس على عينة من طلاب الدمج بالصفوف الأولى بمدينة الخارجة قوامها (١٠) طلاب يمثلون محافظة الوادي الجديد ، وذلك للتعرف على تمثيل محاور مقياس الثقافة الصحية ومدى ارتباط كل بطاقة من بطاقات الثقافة الصحية بالدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه والجدول التالي (٤) يوضح معاملات الارتباط

#### جدول (٤)

دلالة الفروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى لمقياس القيم

الصحية لمجموعة (الأطفال) (ن = ١٠)

المتغيرات	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		قيمة ت	الدلالة الإحصائية
	س	ع±	س	ع±		
القيم الصحية	٣٢.٨	١.٦٤	٤٦	٣.٠٨	٣.٩٥	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى  $0.05 = 1.73$

يتضح من الجدول السابق (٤): وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الربيع الأعلى والأدنى في مقياس القيم الصحية لمجموعة طلاب الدمج (ذهني) من مرحلة الصفوف الأولى بالتعليم الأساسي قيد البحث وذلك في اتجاه الربيع الأعلى مما يؤكد صدق المقياس -٢ الثبات :

لحساب ثبات المقياس قيد البحث استخدمت الباحثة طريقة التطبيق وإعادة التطبيق لطلاب الدمج (ذهني) من مرحلة الصفوف الأولى بالتعليم الأساسي والجدول التالي (٥) يوضح معامل الثبات لمقياس الثقافة الصحية لعينه البحث.

#### جدول (٥)

معامل ثبات مقياس القيم الصحية لمجموعة طلاب الدمج (ذهني)

من مرحلة الصفوف الأولى بالتعليم الأساسي (ن = ١٠)

المتغيرات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة (ر)	مستوى الدلالة
	س	ع±	س	ع±		
القيم الصحية	٣١.٢	١.١١	٣١	١.١٧	٠.٦٥	دال

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى  $0.05 = 0.42$

يتضح من الجدول (٥) : بلغ معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للمقياس ٠.٦٥ وهو معامل ارتباط دال إحصائياً مما يؤكد ثبات المقياس قيد البحث.





## البرنامج التثقيفي المقترح : من إعداد الباحثة

### هدف البرنامج:

يهدف البرنامج التثقيفي الصحي إلى التعرف على :

- ١- يتعرف طالب الدمج (ذهني) أهمية ممارسة النشاط الحركي حفاظاً على صحته وقوامه.
- ٢- إكساب طالب الدمج (ذهني) قيم صحية سليمة.
- ٣- تنمية القيم الصحية في المجتمع المدرسي لدي طالب الدمج(ذهني)
- ٤- يظهر طالب الدمج (ذهني) الاهتمام ببيئته ويعرف كيف يحافظ عليها .
- ٥- يمارس طالب الدمج (ذهني) أنشطة متنوعة تسهم في تنمية قدراته الحركية وثقافته الصحية

- ٦- يمارس طالب الدمج (ذهني) العادات الصحية السليمة .
- ٧- يهيئ طالب الدمج (ذهني) لممارسة الحياة الصحية السليمة .
- ٨- يتعرف طالب الدمج (ذهني) على كيفية حماية نفسه من الأمراض.
- ٩- يتعلم طالب الدمج (ذهني) الأساليب الصحية في الحفاظ على صحته.
- ١٠- تحسن بعض القدرات الحركية (سرعة-توافق-قدرة-رشاقة) لدي طالب الدمج (ذهني)

### أسس وضع البرنامج المقترح :

- ١- أن يحقق البرنامج الهدف منه .
- ٢- أن يتناسب محتوى البرنامج مع الهدف منه .
- ٣- مراعاة الخصائص السنوية للمرحلة قيد البحث عند صياغة محتوى البرنامج .
- ٤- أن تتناسب الأنشطة المختارة مع المرحلة السنوية قيد البحث .
- ٥- أن يحتوي البرنامج على ألوان وأنشطة متعددة ومتنوعة حتى لا تصيب طالب الدمج بالملل .
- ٦- أن يتضمن محتوى البرنامج معلومات وأنشطة وألعاب سهلة غير مقيدة بأوضاع صعبة .
- ٧- أن توفر أنشطة البرنامج فرصاً للتعرف على المعلومات الصحية المرغوب فيها.
- ٨- أن تتضمن أنشطة البرنامج أنشطة لتنمية المهارات الحركية الأساسية .
- ٩- مراعاة عوامل الأمن والسلامة في أنشطة البرنامج .
- ١٠- أن تعطى أنشطة توفر لطالب الدمج (ذهني) فرص العمل مع الجماعة .
- ١١- مراعاة الزمن المناسب لتنفيذ البرنامج حتى يكون أكثر تأثيراً وإيجابية.
- ١٢- أن ترتبط أنشطة البرنامج بحياة طلاب الدمج وبيئتهم المدرسية والاجتماعية والصحية .



### محتوي البرنامج:

يتضمن محتوى البرنامج التثقيفي الصحي الحركي المقترح أنشطة ومعلومات مختلفة ومتنوعة تعمل جميعها على نشر وتنمية الثقافة الصحية والحركية لطلاب الدمج (ذهني) من خلال المحاور قيد البحث وهذه الأنشطة تتمثل في الآتي :

- ١- ألعاب التقليد والمحاكاة
- ٢- الألعاب الصغيرة ٣- القصص الحركية
- ٤- الألعاب التمثيلية
- ٥- صور التلوين

بحيث تؤدي هذه الأنشطة دوراً فعالاً في نشر الثقافة الصحية والقدرات الحركية.

### آليات تنفيذ البرنامج التثقيفي المقترح للمعلمات :

قامت الباحثة بعدد من الخطوات هي :

الاطلاع على العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة التي تناولت هذه المرحلة وكذا البرامج الخاصة بذوي الاحتياجات الخاصة وذلك لتحديد المعلومات والأنشطة المختلفة ومدى مناسبتها للمرحلة السنية قيد البحث .

تم اختيار أنشطة البرنامج التثقيفي المقترح من خلال المراجع العلمية المتاحة وكذا الدراسات السابقة والتي تمثلت في أنشطة الألعاب الصغيرة ، أنشطة القصة الحركية ، وأنشطة ألعاب المحاكاة والتقليد والمعلومات .

كما قامت الباحثة باقتراح عدداً من القصص الحركية والألعاب الصغيرة والألعاب التمثيلية وذلك اعتماداً على ما كان لديها من الدراسات والمراجع العلمية وكذلك في المعلومات الصحية.

كما قامت الباحثة بوضع مستوى كل نشاط من الأنشطة السابقة في صورة مجموعات من الألعاب الصغيرة ومجموعة من القصص الحركية ومجموعة من الأنشطة التقليدية والمحاكاة وصور التلوين بحيث تخدم هذه المجموعات من الأنشطة هدف البرنامج.

قامت الباحثة بتفريغ هذه الأنشطة وتوزيعها على وحدات البرنامج المختلفة ، توزيع أنشطة الوحدات على دروس الوحدة مع وضع الهدف السلوكي لكل جزء أو نشاط .

قامت الباحثة بصياغة الشكل النهائي لأنشطة البرنامج في صورة وحدات تعليمية وعددهم (٣) وحدات وكل وحدة تحتوي على (٦) دروس بواقع (٣) دروس أسبوعياً .



### التوزيع الزمني للبرنامج المقترح :

استغرق البرنامج المقترح لطلاب الدمج (ذهني) مدته (٦) أسابيع بواقع (٣) دروس أسبوعياً بواقع (٦٠) دقيقة للدرس الواحد طوال فترة البرنامج ليصبح إجمالي عدد الساعات في البرنامج المقترح (١٨) ثمانية عشر ساعة موزعة على (١٨) درساً وعلى أن يكون الشكل النهائي للدرس الذي هو أصغر جزء من البرنامج على النحو التالي : الإحماء: لعبة صغيرة (١٠ دقيقة) ، الإعداد البدني : لعبة تقليد ومحاكاة - لعبة تمثيلية (٣٠ دقيقة) الجزء الرئيسي: قصة حركية (١٥ دقيقة) ، الختام: صور تلوين (٥ دقيقة) ملحق(٢)

### أساليب التقييم المقترح للبرنامج :

تم تقييم البرنامج المقترح عن طريق مقياس القيم الصحية (من إعداد الباحثة) واختبارات بعض القدرات الحركية

تطبيق البحث :

القياس القبلي :

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي لعينة البحث من طلاب الدمج (ذهني) في القيم الصحية وبعض القدرات الحركية قيد البحث وذلك في الفترة من ٢٠٢٢/١١/١ إلى ٢٠٢٢/١١/٣ / ٢٠٢٢م لعينة البحث من طلاب الدمج (ذهني) .

### تنفيذ البرنامج:

قامت الباحثة بتنفيذ البرنامج التثقيفي المقترح لنشر القيم الصحية وبعض القدرات الحركية لعينة البحث في الفترة من ٢٠٢٢/١١/٦ إلى ٢٠٢٢/١٢/٢٢م ولمدة (٦) أسابيع بواقع (٣) ثلاثة دروس أسبوعياً ليصبح عدد الدروس (١٨) ثمانية عشر درساً في البرنامج كله.

### القياس البعدي :

بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج التثقيفي الصحي الحركي المقترح قامت الباحثة بإجراء القياس البعدي لعينة البحث من طلاب الدمج (ذهني) في القيم الصحية وبعض القدرات الحركية في الفترة من ٢٠٢٣ / ٢ / ٢٥ إلى ٢٠٢٣ / ٢ / ٢٧م وقد تمت جميع القياسات على نحو ما تم إجراؤه في القياس القبلي تماماً .

### الأسلوب الإحصائي المستخدم :

بعد جمع البيانات وتسجيل القياسات المختلفة للمتغيرات التي استخدمت في هذا البحث تم إجراء المعالجات الإحصائية "Excel" والبرنامج الإحصائي "SpSS" وقد تم معالجة البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية :



أولاً: عرض النتائج:

جدول (٦)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لمقياس القيم الصحية لمجموعة طلاب الدمج (ذهني) من مرحلة الصفوف الأولى بالتعليم الأساسي (ن = ١٠)

المتغيرات	وحدة القياس	متوسط القبلي		متوسط البعدي		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع		
القدرات البدنية	سرعة	٦,٢٩	٠,٣٥	٥,٤٧	٠,٢٢	٣,٤٤	دال
	قدرة	٦٩,٠١	٥,١٦	٨٠,٥٠	٦,٨٥	٢,٣٢	دال
	رشاقة	٦,١٢	٠,٢٣	٥,٤٢	٠,١٣	٤,٦٥	دال
	توافق	١١,٣٦	٠,١٨	١٠,٣١	٠,١٩	٦,٩٧	دال
القيم الصحية	الدرجة	٣٨.٨٧	٣.٥٣	٥٥	٣.٢٨	٥.٢٠	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٨١

يتضح من الجدول السابق (٦) : وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لمجموعة طلاب الدمج (ذهني) في المقياس قيد البحث لصالح القياس البعدي .

ثانياً : تفسير ومناقشة النتائج:

يوضح جدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لطلاب الدمج (ذهني) قيد البحث ويدل هذا على أن البرنامج التثقيفي الصحي الحركي المقترح لهذه العينة له تأثير إيجابي دال في كسب القيم الصحية وبعض القدرات الحركية قيد البحث. ، وترجع للباحثة هذا التحسن في القيم الصحية والمتمثلة في محاورها المختلفة (التغذية) لبرنامج الثقافة الصحية المقترح والذي أشار إلى أن التربية الغذائية تعتبر من الموضوعات الصحية التي ينبغي أن يتعلمها طلاب الدمج (ذهني) في مرحلة الصفوف الأولى وخاصة العادات الغذائية السليمة والسلوك الصحي في اختيار تناول الأغذية المتكاملة ويتفق كلا من "عبد الباسط السيد (٢٠١٥) (٧)، محمد نجاتي (٢٠١٤) (١١)" إلى أن السلوكيات والعادات الغذائية التي يتوارثها الإنسان ويتناولها من جيل لآخر لا بد من تطويرها مما يحسن من المستوى الغذائي للأفراد.



وترجع الباحثة هذا التحسن في محاور ( الصحة الشخصية والعناية بالأسنان واللثة والكشف الطبي الدوري والنوم والراحة والعناية بالحواس ) لبرنامج التنقيف الصحي الحركي المقترح الذي أشار إلى أهمية تعليمهم كيفية غسل أسنانهم وأهمية غسل اليدين قبل الأكل وبعده وضرورة الاهتمام بالمظهر العام وكذلك نظافة العينين والحفاظ عليهما وأهمية النوم المبكر والاستيقاظ المبكر، ونظافة الأذن وقص الأظافر ونظافة الجسم والاستحمام وارتداء الملابس القطنية وهذا ما يذكره " بهاء الدين إبراهيم" (٢٠١١)(٤) ان فترات النوم المناسبة وممارسة الأنشطة الرياضية والترويحية لشغل أوقات الفراغ بطريقة إيجابية لتقوية الجسم ورفع معدل اللياقة البدنية العلمية ، وكذلك الاهتمام بإجراء التحليل الطبية والدورية ، والعناية بأسنان الصغار .

وترجع الباحثة هذا التحسن في المحورين ( نظافة البيئة والأمان والإسعافات الأولية ) لبرنامج الثقافة الصحية المقترح الذي أشار إلى عدم إلقاء الفضلات في حجرة الدراسة والفناء المدرسي والاهتمام بنظافة المكان وجمع القمامة في سلة المهملات وعدم البصق على الأرض وتوفير بيئة صحية نظيفة ، حيث تشير دراسة "امينة عبد الله" (٢٠٢٣)(٢) إلى أهمية ترسيخ السلوك الصحي البيئي لدى الأفراد والجماعات يكون دائما من خلال التوعية الصحية البيئة لان الغاية منها هي تربية السلوك الصحي البيئي الواعي لديهم.

وترجع الباحثة هذا التحسن في محور(العناية القوام ) لبرنامج التنقيف الصحي الحركي المقترح الذي أشار إلى أن الوعي القوامي هو أحد الطرق المستخدمة بنجاح في الوقاية من التشوهات والانحرافات القوامية وذلك من خلال حمل الأشياء الثقيلة بطريقة صحيحة وتنظيم مواعيد الأكل والنوم ، والجلوس بعيدا عن مشاهدة التلفاز ومراعاة العادات السليمة للمشي والجلوس ويشير " محمد محمود" (٢٠١٣)(١٠) أن الأدوات والإمكانيات والأجهزة غير المناسبة تعتبر أهم احد المسببات الكبرى في حدوث الانحرافات القوامية.

كما ترجع الباحثة هذا التحسن في القيم الصحية قيد البحث إلى اختيار الباحثة لعينة البحث لطلاب الدمج داخل البيئة المدرسية والتي تعد أفضل البيئات لعملية التعلم كما أنها بيئة صالحة لغرس وتأكيد القيم الصحية ، فالطالب في هذه المرحلة يكون أكثر استجابة لتعديل السلوك في اتجاه النمو السليم لمختلف جوانب حياته و تلك النتيجة أتاحت لطلاب الدمج بيئة صالحة لممارسة الأشياء المحببة إلى نفسه وهي الألعاب التمثيلية والألعاب الصغيرة والقصص الحركية وألعاب التقليد والمحاكاة وصور التلوين تحدث تأثيرات إيجابية في إثارة رغبة طالب الدمج في التعلم وتجعل عملية تعديل السلوك وتوجيهه عملية سلسة ومتوافقة ومنسجمة مع



أهداف البرنامج المقترح ، وكذلك أهمية البيئة المناسبة لطالب الدمج لتنمية مهاراته وقدراته البدنية من خلال الأنشطة الموجهة وترجع الباحثة هذا التحسن في بعض القدرات البدنية الى البرنامج التثقيفي الصحي الحركي لما له من أثر ايجابي دال في تنمية بعض القدرات البدنية وهذا ما يتفق مع ما ذكره "أمين الخولي واسامة راتب" (٢٠٠٧) (١) أن النشاط الحركي الموجهة والمنظم تحت اشراف تربوي من أهم وسائل التربية ويكون مجالا خصباً لإكساب التلميذ المظاهر السلوكية المرغوب فيها كل الاتزان الانفعالي وعدم الاستثارة وتركيز انتباهه نحو العمل الذي يؤديه واحترام وتنفيذ التعليمات والسيطرة على حركاته ، ويتفق ايضاً "شريف سنوسي" (٢٠١٣) (٦) أن من الأساليب المستخدمة في خدمات الاشاد النفسي للمعاقين عقليا (الارشاد عن طريق اللعب) ويعتبر هذا الاسلوب ذا قيمة وفائدة مع المعاقين عقليا وذلك عند تغيير السلوك غير سوي ( اللااجتماعي او العدواني) ويكون العلاج باللعب اما فرديا او جماعيا باستخدام وسائل لعب غير قابلة للكسر.

وترى للباحثة أن البرنامج التثقيفي الصحي الحركي المقترح قد أتاح لطالب الدمج مواقف يومية وحقيقية لاكتساب القيم الصحية وأتاح له فرص اكتساب خبرات شخصية يكتسب من خلالها قيما صحية وذلك من خلال (أنشطة الألعاب الصغيرة - أنشطة القصص الحركية - أنشطة ألعاب التقليد والمحاكاة - والألعاب التمثيلية - صور تلوين)

#### الاستخلاصات والتوصيات:

##### أولا : الاستخلاصات

في ضوء نتائج البحث توصلت الباحثة إلى الاستخلاصات التالية :

- ١- أن البرنامج التثقيفي الصحي الحركي المقترح له تأثير إيجابي على القيم الصحية لطالب الدمج.
- ٢- أن البرامج القائم عليها البرنامج من (الألعاب الصغيرة - القصص الحركية - ألعاب التقليد والمحاكاة - الألعاب التمثيلية) وغيرها من الأنشطة المحببة لنفوس الأطفال تكون أكثر تأثيراً في سلوكهم.
- ٣- أن المقياس المصمم على جهاز الكمبيوتر له تأثير واضح في جذب انتباه طالب الدمج وترسيخ المعلومات بشكل أفضل .
- ٤- أهمية البرامج التثقيفية الصحية الموجهة والمنظمة لتنمية وزيادة الثقافة الصحية وكذلك غرس القيم الصحية لدي هذه الفئة.



### ثانيا : التوصيات

في ضوء نتائج البحث يوصي الباحثون بما يلي :

- ١- استغلال اللعب الذي هو ميل فطري عند الأطفال لتدريس كافة المفاهيم الراقية والمهمة والمؤثرة في حياة الأطفال .
- ٢- تعميم البرنامج المقترح على جميع المدارس التي بها طلاب دمج بمحافظة الوادي الجديد .
- ٣- دعوة الباحثين إلى تصميم برامج تثقيفية صحية ورياضية أخرى لنشر الثقافة الصحية .
- ٤- دعوة الباحثين إلى تصميم مقاييس أخرى للثقافة الصحية لمراحل التعليم المختلفة وكذلك للفئات المختلفة من أجل الوقوف على مستوى الثقافي الصحي في المجتمع وتنميته.





## المراجع المستخدمة

### أولاً: المراجع العربية :

- ١ أمين أنور الخولي وأسامة كامل راتب: التربية الحركية للأطفال، دار الفكر العربي القاهرة، ط ١ ، ٢٠٠٧
- ٢ أمينة عبد الله كمال: تأثير برنامج حركي-صحي علي بعض المتغيرات للبدنية والمهارات الحياتية لدي تلاميذ ذوى الاحتياجات الخاصة "، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ٢٠٢٣م
- ٣ أنوار عبد الله نوري: برنامج تربية صحية الكتروني مقترح وأثره على مستوى السلوك الصحي لدي طلاب المرحلة المتوسطة بدولة الكويت، مجلة اسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، بحث منشور، جامعة اسيوط. ٢٠١٦م
- ٤ بهاء الدين ابراهيم سلامة: " الصحة الشخصية والتربية الصحية ( الاسلوب الافضل للحياة ) " ، دار الفكر العربي ، القاهرة. ٢٠١١م
- ٥ رشا صلاح احمد: " تأثير أنشطة حركية علي بعض المتغيرات المناعية و البدنية لدي طالبات ذوى الاحتياجات الخاصة ذهنياً القابلين للتعلم "، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنيا. ٢٠١٧م
- ٦ شريف سنوسي عبد اللطيف: الخدمة الاجتماعية ورعاية الفئات الخاصة " ذوى الامراض المزمنة والمعاقين، مطبعة هابي رايت، بمنشية الامراء، اسيوط، ط٢، ٢٠١٣م
- ٧ عبد الباسط محمد السيد: "تغذية الأطفال ( اساسيات التغذية في المراحل العمرية)"، الناشر الدولي، ط٢، القاهرة، ٢٠١٥م
- ٨ علي راشد : "خصائص المعلم المصري وأدواره (الاشراف عليه - تدريبيه ) ، دار الفكر العربي، القاهرة. ٢٠٠٣م
- ٩ محمد عبدالرحيم عدس: " مدخل إلي رياض الأطفال " ، دار الفكر العربي ، عمان ٢٠٠٥م
- ١٠ محمد محمود البهنسى عبد اللطيف: "تأثير استخدام برنامج قصص حركية لإكساب الوعي الصحي لأطفال ما قبل المدرسة من (٤ - ٦) سنوات"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية تربية رياضية ، جامعة المنصورة. ٢٠١٣م
- ١١ محمد نجاتي الغزالي: تغذية المعاقين، ط١، عالم الكتب، القاهرة، ٢٠١٤م
- ١٢ مدحت محمود أبو النصر: "رعاية وتأهيل متحدي الإعاقة (من منظور اجتماعي حقوقي) ، الأكاديمية الحديثة للكتاب الجامعي. ٢٠١٦م



- ١٣ مدحت محمود أبو النصر: "أساليب دعم التحفيز والتغلب علي قيود الإعاقة"، المجموعة العربية للتدريب والنشر. ٢٠١٦م
- ١٤ ناصر مصطفى السويفى ، عصام الدين محمد عزمى: "تأثير برنامج رياضى مقترح على تنمية بعض القدرات البدنية والقيم الصحية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى بمدينة المنيا" ، بحث منشور ،مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد ٢٠، مارس ،كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط. ٢٠٠٥م
- ثانياً: المراجع الأجنبية:
- 15 IDEA Funding Coalition, "IDEA Funding: Time for a New approach,"Mandatory Funding Proposal, Feb. 20 2001, p. 2
- 16 Lappin & Wogene : computer based interventions , health behavior change, and ethics, slave regind University, United States, Rhode Island, 2004
- 17 Pool man : demon string physicalfitness important EmR.Exceptional children wenovew Ber. Journal of mental suborn normality vol 76 .no.2 June.2003