

تدريبات موجهة لتنمية بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لذوي الإعاقة الذهنية

أ.د/ فاطمة احمد بسيوني (*)

أ.م.د/ السيد يسن حسن مرزوق (**)

مها احمد محمد ابراهيم زيادة (***)

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير التدريبات الموجهة لتطوير بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لذوي الإعاقة الذهنية. واستخدم الباحثون المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي للمجموعة الواحدة وذلك بإجراء القياسات القبليّة والبعدية وذلك لمناسبتة لطبيعة البحث وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ذوي الإعاقة الذهنية القابلين لتعلم الممارسين لكرة السلة في المرحلة السنوية من (10-12) سنة وعمرهم العقلي من (6-8) سنوات بنادي طنطا الرياضي بمحافظة الغربية، وقد كان مجتمع البحث (13) لاعب، وقد بلغ عدد أفراد العينة الأساسية (8) لاعبين. وتم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية من نادي طنطا الرياضي وكان عدد العينة (3) لاعبين من وهم من مجتمع البحث ومن خارج عينة الدراسة الأساسية. وتوصل البحث إلى وجود فروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي في كل المتغيرات البدنية قيد البحث عند مستوى معنوية 0,05. ارتفاع فاعلية تأثير برنامج التدريبات الموجهة لتنمية المتغيرات البدنية لعينة البحث من ذوي الإعاقة الذهنية في المتغيرات البدنية لصالح القياس البعدي. وجود فروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي في كل المتغيرات المهارية قيد البحث عند مستوى معنوية 0,05. ارتفاع فاعلية تأثير برنامج التدريبات الموجهة لتنمية المتغيرات المهارية لعينة البحث من ذوي الإعاقة الذهنية في اختبارات المهارات الأساسية لكرة السلة لصالح القياس البعدي. التأثير الإيجابي لبرنامج التدريبات الموجهة لتنمية بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لذوي الإعاقة الذهنية عينة البحث.

Directed Exercises To Develop Some Basic Skills In Basketball For People With Intellectual Disabilities

The research aims to identify the effect of guided exercises to develop some basic skills in basketball for people with mental disabilities. The researchers used the experimental approach with a single-group experimental design by conducting pre-and post-measurements in order to suit the nature of the research. The research sample was chosen intentionally from people with mental disabilities who are able to learn and practice basketball in the age group of (10-12) years and whose mental age is (6-8). Years at the Tanta Sports Club in Gharbia Governorate, the research population was (13) players, and the number of members of the basic sample was (8) players. The sample for the exploratory study was selected from Tanta Sports Club, and the sample number was (3) players from the research community and from outside the main study sample. The research found that there were differences between the pre-measurement and the post-measurement in favor of the post-measurement in all the physical variables under investigation at a significance level of 0.05. High effectiveness of the effect of the directed training program to develop the physical variables of the research sample of people with intellectual disabilities in the physical variables in favor of the post-measurement. There are differences between the pre-measurement and the post-measurement in favor of the post-measurement in all the skill variables under study at a significance level of 0.05. High effectiveness of the effect of the directed training program to develop the skill variables for the research sample of people with intellectual disabilities in basic basketball skills tests in favor of the post-measurement. The positive effect of a guided training program to develop some basic basketball skills for people with mental disabilities, the research sample.

(*) استاذ كرة السلة بقسم الالعاب الجماعية ورياضات المضرب - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا

(**) استاذ مساعد بقسم الالعاب الجماعية ورياضات المضرب - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا

(***) باحثة بقسم الالعاب الجماعية ورياضات المضرب - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا

تدريبات موجهة لتنمية بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لذوي الإعاقة الذهنية

إن وصول ذوي الإعاقة إلى المستويات العليا وتحقيق الفوز لم تعد بالعملية السهلة المنال وذلك لأن المستوى الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة (داون) الآن في معظم الأنشطة الرياضية قد وصل إلى مستويات تقترب من المثالية وأصبح تحقيق الإنجازات الرياضية المتميزة والفوز بالبطولات العالمية دليل على رقي الدول وتحضرها. كما أن للرياضة دور هام في تحسين صحة الفرد. وقد أوردت مصر في دستورها الاهتمام بكل أفراد المجتمع الأسوياء، وذوي الاحتياجات الخاصة رياضياً، وبرز ذلك مع توجهات القيادة السياسية في مصر الاهتمام بالرياضة والاهتمام بذوي الاحتياجات الخاصة وتمكينهم في المجتمع ضمن مبادرة (قادرون باختلاف) فأصبحنا نراهم مقدمي برامج ورياضيين ناجحين وكنماذج ناجحة في المجتمع.

تذكر **منى الأزهرى ومنى أبو هشيمة (٢٠١١)** أن كرة السلة تحظى بشعبية وتفضيل معظم لاعبي الأولمبياد الخاص. وبالإضافة إلى مسابقة الفرق تتوافر أيضاً مسابقة المهارات الفردية التي تسمح للاعبين بالتدريب والتسابق على المهارات الأساسية لهذه الرياضة "التمرير على الهدف- تنططي الكرة لمسافة ١٠م التصويب"، وأنه يمكن للاعبين الأولمبياد الخاص أيضاً المشاركة في مسابقات كرة السلة الخاصة بفرق الرياضات الموحدة والجدير بالذكر أن الرياضات الموحدة هي برنامج أولمبياد خاص يعمل على اشتراك لاعبي الأولمبياد الخاص واللاعبين الأسوياء في فرق موحدة. (٥١ : ١٥)

ويؤكد **محمد عبد الكريم (٢٠١٦)** أن كرة السلة تعد من أهم الألعاب الجماعية التي تتطلب كفاءة عالية واستيعاب للمهارات الفنية الأساسية وإتقانها وكذلك الأساليب الخطئية، وذلك لما تتميز به اللعبة من تغير مفاجئ ومستمر أثناء المباراة إذ تحتاج المواقف الهجومية إلى مستوى رفيع من الأداء الفني وذلك لكون المهارات الهجومية هي العمود الفقري لجوهر الأداء في المباريات فيجب على اللاعب الاعتماد على العديد من المهارات في شكل جمل مهارية متتالية واستخدامها في المباريات ليكون مؤثراً في التنافس. (١٣ : ٨، ٩) وترى دراسة **سهيله العميري (٢٠٠١) (٧)** على أهمية التدريب الرياضي لذوي الإعاقة الذهنية حيث أن التدريب له دور في حفظ ذوى الإعاقة الذهنية للمهارات من خلال اللعب وتمثيل الأدوار المختلفة. ويتميز ذوى الإعاقة الذهنية أنهم ضمن فئة الإعاقة العقلية المتوسطة والبسيطة أي يمكن تصنيف هذه الفئة ضمن الأطفال القابلين للتعليم والتدريب، حيث يمكن باستخدام أساليب وطرق تدريبية متنوعة تنمية وتطوير المهارات الأساسية في كرة السلة لذوى الإعاقة الذهنية. ويتصف ذوى الإعاقة الذهنية أنهم يميلون للمرح والتعاون وتقليد الآخرين فيمكن إكسابهم تلك المهارات الأساسية من خلال المحاكاة واللعب.

وتضيف **خولة يحيى وماجدة عبيد (٢٠١٤)** أن ممارسة النشاط الحركي يعمل كوسيلة للنمو الجسمي والقدرة الإدراكية بالإضافة إلى تنمية الحركات والمهارات الأساسية الخاصة بالأنشطة الرياضية المختلفة وكذلك الارتقاء ببعض عناصر اللياقة البدنية لديهم. (٩٤ : ٦)

وتشير **كرستين ماكنثير (٢٠٠٤)** إلى أنه يعاني الكثير من الأطفال من صعوبات حسية حركية أو من صعوبات الحركة مما يعنى أنهم يحتاجون إلى برامج جيدة التخطيط لتنمية مهاراتهم الحركية ومن الضروري أن تقوم تلك البرامج بتنمية المهارات الحركية الأساسية. (٢٤ : ٩)

وتشير دراسة **وميض الملي (٢٠١٩)** أنه تعد لعبة كرة السلة، واحدة من الألعاب الجماعية المنظمة التي تمتاز بالدقة والسرعة والتشويق والأداء المنظم ذات الانتشار الكبير والواسع لما تتضمنه من مهارات عدة هجومية ودفاعية، تتطلب من ذوى الإعاقة الذهنية أن يكون على مستوى جيد من

المهارات الأساسية، وتوافر المعرفة المهارية الملائمة التي تتفق مع متطلباته في أثناء تنظيم الحركات أو المهارات لتشكيل استجابات متعددة لمواجهة متطلبات اللعب المختلفة والمتغيرة. (١٧: ٤٠٨)

وبالرجوع للدراسات والبحوث السابقة لذوى الإعاقة الذهنية تشير دراسة كل من مصطفى قبيصى (٢٠٢٢) (١٤)، الأمير حسن (٢٠٢٢) (٢)، أحمد الصياد (٢٠٢١) (١)، نورهان على (٢٠٢٠) (١٦) أنه من الممكن أن يواجه الأشخاص ذوي الإعاقات على وجه العموم والأشخاص ذوي الإعاقات الذهنية من فئة على وجه الخصوص بعض الحواجز التي تعيق من مشاركتهم في الرياضة والأنشطة البدنية كالافتقار إلى الفهم والوعي الكامل بكيفية إدراج هذه الفئة من ذوي الإعاقات في المجال الرياضي، فكان لا بد من وضع مثل هذه البرامج المقننة والمدرسة للحد من مشاركة هذه الفئة من الإعاقات في البرامج والأنشطة الرياضية. وتتفق دراسة كل من بيسوا، وآخرون Pessoa, et al (٢٠٢٣) (٢٤)، كاشي، وآخرون Kashi, et al (٢٠٢٣) (٢٣)، كويريدو، وآخرون Querido, et al (٢٠٢٣) (٢٥)، كاي، وبايك، Cai, & Baek (٢٠٢٢) (٢١)، حماد خالد (٢٠٢٢) (٥) أن الأطفال والمراهقين ذوي الإعاقة الذهنية يستفيدون بشكل كبير من البرامج الرياضية المخصصة لهم في حال تضمنها تمارين تخصصية رياضية بشكل عام وكرة السلة بشكل خاص. حيث أظهرت تلك البرامج تأثير إيجابي على تطور بعض المهارات المعرفية والأساسية في كرة السلة لذوى الإعاقة الذهنية.

ومن خلال الخبرة كباحثة أكاديمية في مجال تدريب كرة السلة وجدت أن عند ممارسة أفراد ذوي الإعاقة الذهنية لكرة السلة يكون هناك تأخرًا واضحًا في بعض جوانب أداء مهارات كرة السلة الأساسية مقارنة بأقرانهم الأسوياء من نفس العمر، لاحظت أن هنالك ضعفًا في المهارات الحركية الأساسية لديهم عند مواجهة مواقف اللعب المختلفة التي تحتاج إلى المهارات الأساسية لكرة السلة على تلك المواقف في أثناء المباراة، كنتيجة لوجود ضعف في الأداء الحركي التوافقي بوجه عام انه عند ممارستهم للمهارات الأساسية لكرة السلة التي بالفعل موجودة ضمن الأنشطة التي يمارسوها وأن ذلك القصور الحركي يرجع للطبيعة الخاصة بهذه الفئة، وإن التطور الحاصل دفع الباحثة إلى محاولة إدخال التدريبات الموجهة في كرة السلة تمتاز بالتنوع والشمولية والتي تؤثر تأثيرًا مباشرًا في العملية التدريبية لكونها تسهم إيجابيًا في تطوير المهارات والواجبات الحركية وإتقانها، فضلًا عن الاقتصاد في الجهد والوقت المبذول من قبل المدرب واللاعب ليتمكنوا من تحقيق الأهداف المرجوة التي نسعى إليها، وهي الوصول بذوي الإعاقة الذهنية إلى الأداء الأفضل للمهارات الأساسية. لذا تسعى الباحثة إلى لتنمية المهارات الأساسية لكرة السلة لهذه الفئة من خلال دراسة تأثير تطبيق برنامج تدريبي باستخدام تدريبات موجهة لتطوير ضعف مسك واستلام الكرة والتمرير كمطلب أساسي للمتطلبات لتنمية بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لذوى الإعاقة الذهنية.

هدف البحث:

- يهدف البحث إلى التعرف على تأثير التدريبات الموجهة لتطوير بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لذوى الإعاقة الذهنية.

فروض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية لدى مجموعة البحث في بعض المتغيرات البدنية لعينة ذوي الإعاقة الذهنية قيد البحث لصالح القياس البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية لدى مجموعة البحث في بعض المهارات الأساسية لكرة السلة لعينة ذوي الإعاقة الذهنية قيد البحث لصالح القياس البعدي.

مصطلحات البحث:

المهارات الأساسية لكرة السلة:

يعرف بأنها هي كل الاداءات الحركية المهارية الأساسية ذات الواجبات المختلفة والتي تؤدي في إطار قانون اللعبة سواء كانت بالكرة أو بدونها. (٨: ٣٢)

ذوي الإعاقة الذهنية:

هي مجموعة من الأعراض الذهنية والجسدية التي تنتج عن وجود نسخة إضافية من كروموسوم ٢١، أي أنها شذوذ الكروموسومات التي تتكون من وجود نسخة ثالثة من كروموسوم ٢١ في الخلايا الجسدية، يتشابه ذوى الإعاقة الذهنية فيما بينهم في تقاسيم وجوههم وفي بنية أجسامهم. (٢٢: ١٥)

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي للمجموعة الواحدة وذلك بإجراء القياسات القبلية والبعديّة وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ذوى الإعاقة الذهنية القابلين لتعلم الممارسين لكرة السلة في المرحلة السنية من (١٠ - ١٢) سنة وعمرهم العقلي من (٦ - ٨) سنوات بنادي طنطا الرياضي بمحافظة الغربية، وقد كان مجتمع البحث (١٣) لاعب، وقد بلغ عدد أفراد العينة الأساسية (٨) لاعبين.

تم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية من نادي طنطا الرياضي وكان عدد العينة (٣) لاعبين من وهم من مجتمع البحث ومن خارج عينة الدراسة الأساسية. وتم استبعاد عدد ٢ لاعبين لعدم موافقة أولياء الأمور على إجراء التجربة.

الأسباب التي دعت الباحث لاختيار عينة الدراسة الأساسية كما يلي:

- ١- توافر هذه العينة في نادي طنطا.
 - ٢- قرب مكان تدريب العينة.
 - ٣- تقارب العمر التدريبي للاعبين عينة البحث.
- اعتدالية بيانات عينة البحث:

جدول (١)

الدلالات الإحصائية لتوصيف أفراد عينة البحث في المتغيرات الأساسية لبيان اعتدالية البيانات

$n=8$

م	المتغيرات الأساسية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل التفاضل	معامل الالتواء
-	معدلات دلالات النمو						
١	السن	سنة/شهر	١٠,٤٧٥	١٠,٤٠	٠,٨٤١	١,٣٤٥-	٠,١٢٤
٢	الطول	سم	١٣٩,٥٠٠	١٤٠,٠٠	٦,٧١٩	١,٧٣٥-	٠,٠٢٤
٣	الوزن	كجم	٤٤,٣٧٥	٤٧,٠٠	٧,٠٠٩	١,٧٧١-	٠,٣٦٢
-	الاختبارات البدنية:						
١	الوثب العمودي من التبات	سم	٧,٢٥٠	٧,٥٠	١,٤٨٨	١,٤١٠-	٠,٢١٧
٢	مسك واستقبال الكرات خلال ٣٠ ث	عدد	١,٨٧٥	٢,٠٠	٠,٨٣٥	١,٣٩٢-	٠,٢٧٧
٣	رمي الكرة الطبية لأبعد مسافة باليدين من الوقوف	نقطة	٨٠,٠٠٠	٨٠,٠٠	٤,٠٠٠	٠,٧٠٠-	٠,٠٠٠
٤	الجري المكوكي ١٠×٤ متر	ث	٤٢,١٢٥	٤٢,٠٠	٢,١٠٠	١,٤٠٣-	٠,٣٩٩
٥	التصويب على الدوائر المتداخلة	درجة	٠,٧٥٠	١,٠٠	٠,٧٠٧	٠,٢٢٩-	٠,٤٠٤
٦	الجري الزجراج بين الحواجز	ث	٩,١٢٥	١٠,٠٠	١,٥٩٨	٠,١٦٥-	٠,٣٠٢
-	الاختبارات المهارية:						
١	التمرير داخل المربع	درجة	٤,٠٠٠	٤,٠٠	١,٣٠٩	٠,٧٠٠-	٠,٠٠٠
٢	المحاوره لمسافة ١٠ متر	نقطة	٢,٧٥٠	٢,٠٠	١,٧٥٣	٠,٠٤٨-	٠,٩٢٩
٣	التصويب	نقطة	٣,٨٧٥	٤,٠٠	١,٢٤٦	٠,١٤٦-	٠,٣٠٤

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء = ٠,٧٥٢

حد معامل الالتواء عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٤٧٤

يوضح جدول (١) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لدى أفراد العينة في المتغيرات الأساسية قيد البحث قيد البحث ويتضح أن قيم معامل الالتواء قد تراوحت ما بين (٣±) وهي أقل من حد معامل الالتواء مما يشير إلى اعتدالية البيانات وتمائل المنحنى الاعتدالي، مما يعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية.

وسائل جمع البيانات:

استخدمت الباحثة لجمع المعلومات والبيانات المتعلقة بهذا البحث الوسائل والأدوات الآتية:

١- المسح المرجعي:

أ- المتغيرات البدنية: قامت الباحثة بإجراء مسح للمراجع المتخصصة التي توافرت لديها وهي دراسة بيسوا، وآخرون (Pessoa, et al) (٢٠٢٣) (٢٤)، كاشي، وآخرون (Kashi, et al) (٢٠٢٣) (٢٣)، كويريدو، وآخرون (Querido, et al) (٢٠٢٣) (٢٥)، مصطفى قبيصي (٢٠٢٢) (١٤)، أحمد الصياد (٢٠٢١) (١) حيث حددت الباحثة المتغيرات البدنية والتي تناسب عينة البحث، وبعد استطلاع رأى السادة الخبراء مرفق (٤) استقرت الباحثة على المتغيرات البدنية واختباراتها.

ب- مهارات كرة السلة: قامت الباحثة بإجراء مسح للمراجع المتخصصة أيدوجان، وديميروك (Aydogan, & Demirok) (٢٠٢٣) (١٩)، أحمد الصياد (٢٠٢١) (١)، نورهان على (٢٠٢٠) (١٦) حيث حددت الباحثة مهارات كرة السلة والتي تناسب عينة البحث، وبعد استطلاع رأى السادة الخبراء مرفق (٥) استقرت الباحثة على المهارات واختباراتها.

٢- استمارات البحث:

- ١- استمارة المهارات الأساسية لكرة السلة لعينة البحث. مرفق (٢)
- ٢- استمارة أهم الاختبارات البدنية لكرة السلة لعينة البحث. مرفق (٤)
- ٣- استمارة أنسب الاختبارات للمهارات الأساسية لكرة السلة لعينة البحث. مرفق (٥)
- ٤- استمارات تسجيل البيانات لأفراد العينة والاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث. مرفق (٤) (٥)

٣- الأدوات المستخدمة في البحث:

- ١- أقماع بلاستيك.
- ٢- ساعة إيقاف.
- ٣- شريط قياس.
- ٤- عصي.
- ٥- أعلام صغيرة.
- ٦- أطواق.
- ٧- كرات سلة المصغرة.
- ٨- صافرة.
- ٩- كرات طبية.
- ١٠- مقعد سويدي.
- ١١- الرستامتير.
- ١٢- الميزان الطبي.

الاختبارات المستخدمة في البحث:

قامت الباحثة بتحديد اختبارات المتغيرات البدنية والمهارية المستخدمة في البرنامج المقترح لقياس عينة البحث في الجانب البدني والمهاري لكرة السلة بعد استطلاع رأى السادة الخبراء.

١- اختبارات المتغيرات البدنية قيد البحث:

جدول (٢)

اختبارات المتغيرات البدنية

م	المتغير البدني	اسم الاختبار	وحدة القياس
١	قدرة عضلية	الوثب العمودي من الثبات	سم
٢	دقة	مسك واستقبال الكرات خلال ٣٠ ث	عدد
٣	قدرة عضلية	رمي الكرة الطبية لأبعد مسافة باليدين من الوقوف	نقطة
٤	رشاقة	الجري المكوكي ٤ × ١٠ متر	ث
٥	دقة	التصويب على الدوائر المتداخلة	درجة
٦	رشاقة	الجري الزجراج بين الحواجز	ث

٢- اختبارات مهارات كرة السلة قيد البحث:

جدول (٣)
اختبارات المهارات الأساسية لكرة السلة

م	المتغير المهاري	اسم الاختبار	وحدة القياس
١	التمرير	التمرير داخل مربع	درجة
٢	المحاورة	المحاورة لمسافة ١٠ م	نقطة
٣	التصويب	التصويب	نقطة

(١)، (٣)، (٢٠)

- الشروط العامة عند أداء الاختبارات المستخدمة في البحث:

قامت الباحثة بالإشراف على تنفيذ الاختبارات المستخدمة في البحث بنفسه بمساعدة معاونين وقد روعي عند أداء الاختبارات الآتي:

- ١- أداء الاختبارات بملابس رياضية كاملة (حذاء رياضي - شورت - فائلة).
- ٢- أن يتم أداء الاختبارات داخل ملعب كرة السلة.

الدراسات الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية الأولى:

أجريت هذه الدراسة في يوم ٢٠٢٣/٧/٥ م على (٣) لاعبين من خارج مجتمع البحث والهدف منها تحديد كيفية تجهيز وإجراء الاختبارات والقياسات البدنية، تدريب المساعدين على كيفية إجراء القياس والتسجيل، التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث / التعرف على الصعوبات التي قد تواجه تنفيذ التجربة الاستطلاعية والمساعدين أثناء التطبيق. وكانت نتائج الدراسة الاستطلاعية الأولى: تم تحديد كيفية تجهيز أماكن إجراء الاختبارات والقياسات البدنية والمهارية. وتم تدريب المساعدين على تطبيق الاختبارات والدقة في تسجيل النتائج. وتم التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث. وتم التعرف على الصعوبات التي واجهت الباحثة والمساعدين أثناء تطبيق الاختبارات.

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

أجريت هذه الدراسة في يوم ٢٠٢٣/٧/١٣ إلى ٢٠٢٣/٧/١٤ م على (٣) لاعبين من خارج مجتمع البحث والهدف منها إيجاد معامل الصدق للاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث، وإيجاد معامل الثبات للاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث.

المعاملات العلمية للاختبارات البدنية قيد البحث:

حساب معامل الصدق:

تم إيجاد معامل الصدق للاختبارات المهارية قيد البحث عن طريق صدق التمايز لبيان معامل الصدق (المقارنة الطرفية) في الاختبارات البدنية قيد البحث لدى عينة التقنين، وقد تم حساب قيمة "z" بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات قيد البحث، ويتضح ذلك من خلال الجدولين أرقام (٤)، (٥).

جدول (٤)

قيم اختبار (مان ويتنى) للارباعى الاعلى والارباعى الادنى لدى عينة التقنين في الاختبارات البدنية

$$n=2=3$$

م	الاختبارات البدنية	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميز		قيمة z	احتمالية خطأ P
		س	ع±	س	ع±		
١	الوثب العمودي من الثبات	٨,٧٥٠	٠,٩٥٧	٦,١٥٠	٠,٨٢٤	٢,٢٢٧	٠,٠١٩
٢	مسك واستقبال الكرات خلال ٣٠ ث	٢,٥٠٠	٠,٥٧٧	١,٢٥٠	٠,٢١١	٢,٢٦٧	٠,٠١٧
٣	رمى الكرة الطبية لابعد مسافة باليدين من الوقوف	٨٦,٠٠٠	٢,٨٢٨	٧٥,٥٠٠	٢,٢١٥	٢,٢٢٧	٠,٠١٩
٤	الجرى المكوكى ١٠×٤ متر	٢٥,٢٥٠	٢,٥٠٠	٤٢,٠٠٠	١,١٤٦	١,١٨١	٠,٠١٧
٥	التصويب على الدوائر المتداخلة	١,٧٥٠	٠,١٨٢	٠,٥٠٠	٠,١٣١	٢,٠٢٣	٠,٠٤٣
٦	الجرى الزجاجى بين الحواجز	٥,٧٥٠	٠,٧٥٧	١٠,٠٠٠	١,٢١٤	٢,٢٢٧	٠,٠١٩

*قيمة (Z) الجدولية للطرفين عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦

يتضح من جدول (٤) ان قيمة Z المحسوبة باستخدام اختبار مان ويتنى لدلالة الفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ كما يتضح ان قيمة $P > 0,05$ في الاختبارات البدنية قيد البحث مما يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين مما يشير الى صدق الاختبارات البدنية.

جدول (٥)

قيم اختبار (مان ويتنى) للارباعى الاعلى والارباعى الادنى لدى عينة التقنين في الاختبارات المهارية

$$n=2=3$$

م	الاختبارات المهارية	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميز		قيمة z	احتمالية خطأ P
		س	ع±	س	ع±		
١	التمرير داخل المربع	٥,٧٥٠	٠,٧٢٦	٢,٥٠٠	٠,٤٦٦	٢,٢٥٢	٠,٠١٨
٢	المحاورة لمسافة ١٠ متر	٤,٢٠٠	٠,٧١٥	١,٥٠٠	٠,٢٧١	٢,٢٦٧	٠,٠١٧
٣	التصويب	٥,٢٥٠	٠,٨١٢	٢,٧٥٠	٠,٤٥٧	٢,١١٧	٠,٠١٩

*قيمة (Z) الجدولية للطرفين عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦

يتضح من جدول (٥) ان قيمة Z المحسوبة باستخدام اختبار مان ويتنى لدلالة الفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ كما يتضح ان قيمة $P > 0,05$ في الاختبارات المهارية قيد البحث مما يدل على وجود فروق معنوية بين المجموعتين مما يشير الى صدق الاختبارات المهارية.

حساب معامل الثبات:

تم إيجاد معامل الثبات للاختبارات البدنية قيد البحث عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه حيث تم تطبيق هذه الاختبارات تحت نفس ظروف وشروط التطبيق الأول، وقد تم إيجاد معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، ويتضح ذلك من خلال الجدولين (٦)، (٧).

جدول (٦)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق لبيان معامل الثبات للاختبارات البدنية قيد البحث

$$n=6$$

م	الاختبارات البدنية	التطبيق		إعادة التطبيق		معامل الارتباط
		س	ع±	س	ع±	
١	الوثب العمودي من الثبات	٧,٤٥٠	١,٤٦٣	٧,٤٨٠	١,١٤٦	٠,٩٨١
٢	مسك واستقبال الكرات خلال ٣٠ ث	٢,٣٧٥	٠,٦١٢	٢,٤٠٠	٠,٥٧١	٠,٩٧٦
٣	رمى الكرة الطبية لابعد مسافة باليدين من الوقوف	٨٠,٧٥٠	٤,٤١١	٨٠,٨٢٥	٥,١٨٩	٠,٩٦٨
٤	الجرى المكوكى ١٠×٤ متر	٣٨,٦٢٥	٣,١٠٨	٣٨,٦٠٠	٢,٩٨٧	٠,٩٧٩
٥	التصويب على الدوائر المتداخلة	١,١٢٥	٠,٢٥١	١,١٥٠	٠,٢٢٨	٠,٩٨٠
٦	الجرى الزجاجى بين الحواجز	٧,٨٧٥	١,٣٠٧	٧,٨٢٥	١,٢٥٤	٠,٩٦٨

*قيمة (r) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٨١١

يوضح جدول (٦) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق وإعادة التطبيق للاختبارات البدنية قيد البحث، وذلك عند مستوى معنوية ٠,٠٥، مما يشير الى ثبات تلك الاختبارات البدنية.

جدول (٧)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق لبيان معامل الثبات للاختبارات المهارية قيد البحث

ن=٦

م	الاختبارات المهارية	التطبيق		إعادة التطبيق		معامل الارتباط
		س	ع±	س	ع±	
١	التمرير داخل المربع	٤,١٢٥	٠,٧٨٤	٤,١٧٥	٠,٨١١	٠,٩٧٨
٢	المحاورة لمسافة ١٠ متر	٣,٩٠٠	٠,٧٤٢	٢,٩٢٥	٠,٦٩٨	٠,٩٨٢
٣	التصويب	٤,٠٠٠	٠,٩١٤	٤,٠٥٠	٠,٧٥٢	٠,٩٨١

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٥ = ٠,٨١١

يوضح جدول (٧) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق وإعادة التطبيق للاختبارات المهارية قيد البحث، وذلك عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يشير إلى ثبات تلك الاختبارات المهارية.

البرنامج التدريبي:

قامت الباحثة بإعداد البرنامج التدريبي المقترح وفقاً للأسس العلمية بعد الاطلاع على الدراسات العلمية المرتبطة بكرة السلة وكذلك البرامج التدريبية لعينة البحث وذلك كدراسة أيدوجان، وديميروك **Aydogan, & Demirok (٢٠٢٣) (١٩)**، بيسوا، وآخرون **Pessoa, et al (٢٠٢٣) (٢٤)**، كويريدو، وآخرون **Querido, et al (٢٠٢٣) (٢٥)**، مصطفى قبيصي **(٢٠٢٢) (١٤)**، الأمير حسن **(٢٠٢٢) (٢)**، أحمد الصياد **(٢٠٢١) (١)**، نورهان على **(٢٠٢٠) (١٦)**، رجيج، وآخرون **Regaieg, et al (٢٠٢٠) (٢٦)** حيث يعتبر البرنامج التدريبي وما يحتويه من تدريبات موجهة لتنمية المتغيرات البدنية الحركية (قدرة عضلية - رشاقة - دقة) ، وتكونت التدريبات البدنية والمهارية بعد عرضها على الخبراء ، وبالتالي توصلت الباحثة إلى أهم التدريبات الخاصة بكرة السلة والمهارات المحددة ضمن البرنامج التدريبي المحدد (التمرير - المحاورة التصويب) وتوصلت الباحثة لوضع مجموعة من التدريبات لتنمية المهارات الأساسية لكرة السلة قيد البحث، لذا قامت الباحثة لبناء البرنامج قيد البحث بتحديد التالي:

هدف البرنامج:

تصميم برنامج حركي لعينة البحث ذوى الإعاقة الذهنية باستخدام التدريبات الموجهة لتطوير مهارات كرة السلة الأساسية للاعبى كرة السلة
خطوات تصميم وتنفيذ البرنامج التدريبي:

- تحديد المتطلبات البدنية والمهارية الخاصة بكرة السلة لذوى الإعاقة الذهنية قيد البحث.
- تحديد الاختبارات البدنية والمهارية الخاصة قيد البحث.
- تحديد توقيتات القياسات القبلية والبعديّة قيد البحث خلال مراحل تطبيق البرنامج.
- تحديد الفترة الزمنية الكلية اللازمة لتنفيذ البرنامج الحركي المقترح.
- تحديد عدد أيام الوحدات التدريبية والزمن الكلى للوحدة التدريبية.
- الانتهاء من الموافقات الإدارية لتطبيق البرنامج بالنادي.

الأسس العلمية التي يجب مراعاتها عند وضع البرنامج التدريبي:

- تحديد الهدف العام من البرنامج باستخدام التدريبات الموجهة.
- وضع برنامج لتحسين بعض الأداء للمهارات الأساسية لكرة السلة للعينة.
- مراعاة الفروق الفردية للاعبين وذلك بتحديد المستوى.
- مراعاة توافر عوامل الأمن والسلامة أثناء تطبيق التدريبات والاختبارات.
- توافر الأدوات الخاصة بالإعداد البدني والمهارى واستكمال الناقص منها.
- أن يحقق البرنامج الأهداف التي وضع من أجلها.

تحديد التمرينات المستخدمة في البرنامج التدريبي:

قامت الباحثة بالرجوع إلى المراجع والدراسات العلمية لتحديد التمرينات البدنية باستخدام مقومات مختلفة وكذلك التمرينات مهارية المستخدمة في البرنامج التدريبي.

تخطيط البرنامج التدريبي:

- ١- مدة البرنامج التدريبي (١٢ أسبوع). - عدد مرات التدريب الأسبوعية ٣ وحدات أسبوعية.
- ٢- زمن الوحدة التدريبية (٩٠ - ١٢٠د).
- ٣- طرق التدريب المختلفة وهي: طرق التدريب الفكري (منخفض ومرتفع الشدة) وذلك عند وضع البرنامج التدريبي المقترح.
- ٤- توزيع درجة الحمل بين الأسابيع ومستويات الشدة التدريبية بنسبة (٣: ١) لتناسب مع المرحلة السنوية.
- ٥- التكرارات لتدريبات البدنية والمهارية (٨: ١٦) تكرار.
- ٦- المجموعات (٣: ٥) مجموعات، وفترات الراحة تتراوح بين (٩٠ث: ٢٤٠ث).
- ٧- التقدم بحمل التدريب بالارتفاع التدريجي في الحمل بزيادة عدد مرات التدريب (زيادة التكرارات) أو تقليل فترات الراحة البينية.

توزيع مراحل ووحدات البرنامج التدريبي:

استعانت الباحثة بالدراسات التي تناولت برامج حركي للمهارات الأساسية وقد قامت الباحثة بتقسيم الفترة الزمنية للبرنامج على ثلاث مراحل خلال البرنامج التدريبي كما هو موضح بجدول (٧) لإيضاح التوزيع التموجي لدرجات الحمل للوحدات والأسابيع على مراحل التدريب:

جدول (٨)

التوزيع النسبي لدرجات الحمل للوحدات والأسابيع على مراحل البرنامج

المرحلتان		مرحلة الإعداد العام			مرحلة الإعداد الخاص			مرحلة الإعداد للمنافسات					
المرحلتان		١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢
المرحلتان		متوسط	عالي	أقصى	عالي	متوسط	عالي	أقصى	متوسط	عالي	أقصى	عالي	متوسط
درجة الحمل	أقصى												
	عالي												
	متوسط												
الوحدات		١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢
درجة الحمل	أقصى												
	عالي												
	متوسط												
تموج الحمل		١:٢	١:٢	١:٢	١:٢	١:٢	١:٢	١:٢	١:٢	١:٢	١:٢	١:٢	١:٢

(ب) توزيع زمن البرنامج التدريبي:

وقد تم تقسيم الزمن الكلي للبرنامج على درجات الحمل المختلفة حسب درجة الحمل المحددة لكل فترة من فترات الإعداد (العام، الخاص، ما قبل المنافسة) حيث تم توزيع الزمن على درجات الحمل على الأساس التالي:

- الحمل الأقصى = ١٢٠د. - الحمل العالي = ١٠٥د. - الحمل المتوسط = ٩٠د.

جدول (٩)

توزيع الزمن الكلي لفترات إعداد البرنامج على درجات الحمل المختلفة

درجات الحمل	عدد الوحدات	زمن الوحدة (دقيقة)	الزمن الإجمالي (دقيقة)
الحمل الأقصى	٧	١٢٠	٨٤٠
الحمل العالي	١٦	١٠٥	١٦٨٠
الحمل المتوسط	١٣	٩٠	١١٧٠
الإجمالي	٣٦	-	٣٦٩٠

الدراسة الأساسية:

أجريت الدراسة الأساسية في الفترة من ٢٠٢٣/٧/١٧ إلى ٢٠٢٣/١٠/١٤ وقد تم أخذ القياسات البدنية والمهارية وتم مراعاة أن تتم قياسات البحث واللاعب في راحة وعدم أداء أي مجهود بدني وان تتم كل مراحل قياسات البحث (القبليّة - البعديّة) بنفس الترتيب والإجراءات.

١- القياس القبلي:

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي يوم ٢٠٢٣/٧/١٧ م إلى يوم ٢٠٢٣/٧/١٨ م قبل بدأ البرنامج بغرض إجراء اعتدالية البيانات لعينة البحث وإجراء القياس القبلي لعينة البحث وتم إجراء القياسات على يومين كالتالي:

- اليوم الأول: تم إجراء القياس للمتغيرات البدنية قيد البحث
- اليوم الثاني: تم إجراء اختبارات للمتغيرات المهارية قيد البحث

٢- تطبيق البرنامج:

تم تطبيق البرنامج التدريبي على اللاعبين (عينة البحث) في الفترة من يوم ٢٠٢٣/٧/٢٠ إلى يوم ٢٠٢٣/١٠/١٢.

٣- القياس البعدي:

قامت الباحثة بإجراء القياس البعدي يوم ٢٠٢٣/١٠/١٣ إلى يوم ٢٠٢٣/١٠/١٤ بعد الأسبوع الثاني عشر (انتهاء البرنامج التدريبي) بنفس الشروط والإجراءات المتبعة في القياس القبلي.

المعالجات الإحصائية:

استخدمت الباحثة برنامج الحزم الإحصائية SPSS لمعالجة البيانات إحصائياً، واستعان بالأساليب الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الالتواء - معامل الارتباط - الوسيط - التقلطح - اختبار (ت) - نسبة التحسن - دلالة الفروق بين المتوسطات "معامل (ت)" - حجم التأثير.

عرض ومناقشة النتائج:

عرض النتائج:

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في متغير الاختبارات البدنية

ن=٨

م	الاختبارات البدنية	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة (ت)	نسبة التحسن %	حجم التأثير	دلالة
		س	ع±	س	ع±						
١	الوثب العمودي من الثبات	٧,٢٥٠	١,٤٨٨	٨,٦٢٥	١,٥٠٦	١,٣٧٥	٠,١٤٢	٩,٦٨٤	١٨,٩٦٦	٢,٠٨١	مرتفع
٢	مسك واستقبال الكرات خلال ٣٠ ث	١,٨٧٥	٠,٨٣٥	٣,٢٥٠	٠,٨٨٦	١,٣٧٥	٠,١١٣	١٢,١٧٠	٧٣,٣٣٣	٣,١٧٤	مرتفع
٣	رمي الكرة الطبية لابعد مسافه باليدين	٨٠,٠٠٠	٤,٠٠٠	٨٤,٢٥٠	٣,٦١٥	٤,٢٥٠	٠,٦٠٨	٦,٩٩٠	٥,٣١٣	١,٢٦٣	مرتفع
٤	الجرى المكوكي ١٠×٤ متر	٤٢,١٢٥	٢,١٠٠	٣٧,٨٧٥	٢,٥٨٨	٤,٢٥٠	٠,٥٦٢	٧,٥٦٤	١٠,٠٨٩	١,٥٦١	مرتفع
٥	التصويب على الدوائر المتداخلة	٠,٧٥٠	٠,٧٠٧	١,٨٧٥	٠,٦٤١	١,١٢٥	٠,٠٧٥	١٥,٢٠٣	١٥٠,٠٠٠	٣,٦١٣	مرتفع
٦	الجرى الزجراجي بين الحواجز	٩,٦٢٥	١,٥٩٨	٧,٥٠٠	١,٦٠٤	٢,١٢٥	٠,٢٢٥	٩,٤٤٤	٢٢,٠٧٨	٢,٢٨٤	مرتفع

*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٨٩٥

مستويات حجم التأثير لكوهن: ٠,٢٠: منخفض، ٠,٥٠: متوسط، ٠,٨٠: مرتفع.

يتضح من جدول (٤-١) دلالة الفروق الإحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في متغير الاختبارات البدنية قيد البحث، مما يدل على فاعلية المعالجة التجريبية بشكل متفاوت على المتغير التابع.

جدول (٢-٤)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى لدى مجموعة البحث في متغير الاختبارات المهارية

ن=٨

م	الاختبارات المهارية	القياس القبلي		القياس البعدى		فروق المتوسطات	الخطا المعياري للمتوسط	قيمة (ت)	نسبة التحسن %	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
		س	ع±	س	ع±						
١	التمرير	٤,٠٠٠	١,٣٠٩	٥,١٢٥	١,١٢٦	١,١٢٥	٠,١٢٨	٨,٧٨٩	٢٨,١٢٥	٢,٣٦٣	مرتفع
٢	المحاورة	٢,٧٥٠	١,٧٥٣	٤,٥٠٠	٢,٠٧٠	١,٧٥٠	٠,١٤٩	١١,٧٧٢	٢٣,٢٣٦	٣,٠١٢	مرتفع
٣	التصويب	٣,٨٧٥	١,٢٤٦	٥,١٢٥	١,١٢٦	١,٢٥٠	٠,١١٤	١٠,٩٩٧	٣٢,٢٥٨	٢,٤٢٦	مرتفع

*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٨٩٥

مستويات حجم التأثير لكوهن: ٠,٢٠: منخفض، ٠,٥٠: متوسط، ٠,٨٠: مرتفع.

يتضح من جدول (٢-٤) دلالة الفروق الاحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدى لدى مجموعة البحث في متغير الاختبارات المهارية قيد البحث ، مما يدل على فاعلية المعالجة التجريبية بشكل متفاوت على المتغير التابع.

مناقشة النتائج:

مناقشة نتائج الفرض الاول: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلي والبعدى لدى مجموعة البحث في بعض المتغيرات البدنية لعينة ذوي الإعاقة الذهنية قيد البحث لصالح القياس البعدى.

من خلال نتائج جدول (١) يتضح وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدى لدى مجموعة البحث في متغير الاختبارات البدنية قيد البحث حيث قيمة (ت) الجدولية (١,٨٩٥) أقل من قيمة (ت) المحسوبة والتي تراوحت ما بين (٧,٥٦٤ إلى ١٥,٢٠٣) لصالح القياس البعدى، كما حققت النتائج بين المتوسطين القبلي والبعدى نسبة تحسن مئوية تراوحت ما بين (٥,٣١٣% إلى ١٥٠,٠٠٠%)، كما يتضح من الجدول (٤-١) أن برنامج التدريبات الموجهة حقق حجم تأثير مرتفع بقيم تراوحت ما بين (١,٢٦٣ إلى ٣,٦١٣)، مما يدل على فاعلية تطبيق البرنامج التدريبي لتنمية المتغيرات البدنية لعينة البحث من اللاعبين ذوي الإعاقة الذهنية.

وتعزو الباحثة ما توصلت اليه من نتائج لتحسن المتغيرات البدنية إلى تطبيق البرنامج التدريبي، وهذا يتفق مع توصلت اليه دراسة كل من بيسوا، وآخرون. Pessoa, et al (٢٠٢٣) (٢٤) أن قوة الجزء السفلي للجسم أعلى عامل لبطارية ألفا (BF10 = ١٨٩,٤٠٧)، كما حققت قوة الجزء العلوي، اللياقة القلبية التنفسية، الرشاقة، المرونة. ودراسة كاشي، وآخرون Kashi, et al (٢٠٢٣) (٢٣) نتائج الدراسة الحالية أن تطوير وتنفيذ مجموعة التمارين الفردية ومراعاة المبادئ المنصوص عليها في البرنامج يمكن أن يكون له تأثير إيجابي كبير على الكفاءة الحركية. ودراسة كويريدو، وآخرون. Querido, et al (٢٠٢٣) (٢٥) أن ممارسة الرياضة التنافسية يبدو أنها تحد من السمنة لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية وتساعد أيضا على زيادة القوة والسرعة والتوازن. ودراسة مصطفى قببسى (٢٠٢٢) (١٤) استخدام أسلوب الألعاب التمهيديّة يؤثر تأثيراً إيجابياً على مستوى الأداء البدني، نسب القياس البعدى اعلى من القياس القبلي للمجموعة التجريبية في المتغيرات (قيد البحث). ودراسة كاي، وبايك، Cai, & Baek (٢٠٢٢) (٢١) يوجد فروق بعد البرنامج التدريبي لكرة السلة لمدة ٢٤ أسبوعا، أظهرت النتائج اختلافات كبيرة بين مجموعات التمرين والضابطة أظهرت مجموعة التمرين تحسنا معنويا في جميع متغيرات، ودراسة الأمير حسن (٢٠٢٢) (٢) أن لبرنامج التربية الحركية الشاملة أثر إيجابي في تنمية الكفاءة الحركية لأبعاد الحركية العامة، ودراسة أحمد الصياد (٢٠٢١) (١) وجود فروق بين القياس القبلي والقياس البيني لصالح القياس البيني وبين القياس البيني والقياس البيني لصالح القياس البعدى، وبين القياس

القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي من خلال نتائج الاختبارات البدنية، والتأثير الإيجابي للبرنامج الحركي لعينة البحث من ذوي الإعاقة الذهنية في اختبارات البحث البدنية لصالح القياس البعدي، ودراسة **نورهان علي (٢٠٢٠) (١٦)** أن برنامج الألعاب التمهيدية حقق فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبينية والبعديّة لصالح القياسات البعديّة في حركات القدمين (تغيير الاتجاه-تغيير السرعة-البدء في الجري والوقوف منه) للأطفال ذوي الإعاقة الذهنية، ودراسة **رجيج، وآخرون Regaieg, et al (٢٠٢٠) (٢٦)** أظهرت النتائج تحسن كبير في مهارات التحكم في الأشياء فقط بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية. البرنامج التدريبي لمواقف الألعاب المعدلة خلال ١٠ أسابيع يحسن مهارات الحركة الأساسية، وتحديدًا مهارات التحكم في الأشياء.

مما تقدم ترى الباحثة ان ما توصلت اليه من نتائج في تطوير المتغيرات البدنية قيد البحث يرجع فعالية البرامج التدريبية التي اعتمدت على التدريبات الموجهة لتنمية الجانب البدني للاعبين كرة السلة ذوي الإعاقة الذهنية القابلين لتعلم عينة البحث، مما يوضح أن الباحثة قد تحققت من صحة فرض البحث الاول.

مناقشة نتائج الفرض الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة لدى مجموعة البحث في بعض المهارات الأساسية لكرة السلة لعينة ذوي الإعاقة الذهنية قيد البحث لصالح القياس البعدي.

من خلال نتائج جدول (٢) يتضح وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥، بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في متغير الاختبارات المهارية قيد البحث حيث قيمة (ت) الجدولية (١,٨٩٥) أقل من قيمة (ت) المحسوبة والتي تراوحت ما بين (٨,٧٨٩) إلى (١١,٧٧٢) لصالح القياس البعدي، كما حققت النتائج بين المتوسطين القبلي والبعدي نسبة تحسن مئوية تراوحت ما بين (٢٨,١٢٥)٪ إلى (٦٣,٦٣٦)٪، كما يتضح من الجدول (٢-٤) أن برنامج التدريبات الموجهة حقق تأثير مرتفع بقيم تراوحت ما بين (٢,٣٦٣) إلى (٣,٠١٢)، مما يدل على فاعلية تطبيق البرنامج التدريبي لتنمية المتغيرات المهارية لعينة البحث من اللاعبين ذوي الإعاقة الذهنية.

وتعزو الباحثة ما توصلت اليه من نتائج لتحسن المتغيرات المهارية إلى تطبيق البرنامج التدريبي، وهذا يتفق مع توصلت اليه دراسة كل من دراسة **مصطفى قبيصي (٢٠٢٢) (١٤)** استخدام أسلوب الألعاب التمهيدية يؤثر تأثيراً إيجابياً على مستوى الأداء البدني ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لذوي الإعاقة الذهنية القابلين، ودراسة **كاي، وبايك، Cai, & Baek (٢٠٢٢) (٢١)** أدى برنامج تدريب كرة السلة إلى تحسين تكوين الجسم واللياقة الوظيفية للبالغين ذوي الإعاقة الذهنية، ودراسة **أحمد الصياد (٢٠٢١) (١)** وجود فروق بين القياس القبلي والقياس البيني لصالح القياس البيني وبين القياس البيني والقياس البعدي لصالح القياس البعدي، وبين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي من خلال نتائج اختبارات (التمرير داخل مربع - التصويب - المحاوره لمسافة ١٠م). والتأثير الإيجابي للبرنامج الحركي لعينة البحث من ذوي الإعاقة الذهنية في اختبارات المهارات الأساسية لكرة السلة لصالح القياس البعدي، ودراسة **رجيج، وآخرون Regaieg, et al (٢٠٢٠) (٢٦)** أظهرت تحسن المهارات الحركية بشكل ملحوظ مع تحسن أفضل بكثير للمجموعة التجريبية، لوحظ تحسن كبير في مهارات التحكم في الأشياء فقط بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية. البرنامج التدريبي لمواقف الألعاب المعدلة خلال ١٠ أسابيع يحسن مهارات الحركة الأساسية، وتحديدًا مهارات التحكم في الأشياء، ودراسة **ياسمين أنور (٢٠١٩) (١٨)** التأثير الإيجابي لبرنامج لتعلم مهارات بعض المهارات الأساسية والمعرفية في كره السلة لعينة الدمج الجزئي بين تلميذات ذوي الإعاقة الذهنية والأسوياء، ودراسة **بشر إبراهيم الحافي وآخرون**

(٢٠١٧) (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الأولى في تعلم المهارات الأساسية في كرة السلة لصالح القياس البعدي.

مما تقدم ترى الباحثة ان ما توصلت اليه من نتائج في تطوير المتغيرات مهارية (التمرير - المحاوره - التصويب) قيد البحث يرجع إلى محتوى البرنامج وما اشتمل عليه من تطبيق لتدريبات الموجهة لتطوير المهارات الأساسية للاعبين كرة السلة ذوي الإعاقة الذهنية عينة البحث مما يوضح تأثير برنامج التدريبات الموجهة المقترح على بعض المهارات الأساسية لكرة السلة لعينة ذوي الإعاقة الذهنية القابلين للتعلم، مما يوضح أن الباحثة قد تحققت من صحة فرض البحث الثاني.

الاستنتاجات والتوصيات :

استنتاجات البحث :

أمكن للباحثة التوصل إلى الإستنتاجات التالية:

- ١- وجود فروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي في كل المتغيرات البدنية قيد البحث عند مستوى معنوية ٠,٠٥ .
- ٢- ارتفاع فاعلية تأثير برنامج التدريبات الموجهة لتنمية المتغيرات البدنية لعينة البحث من ذوي الإعاقة الذهنية في المتغيرات البدنية لصالح القياس البعدي.
- ٣- وجود فروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي في كل المتغيرات مهارية قيد البحث عند مستوى معنوية ٠,٠٥ .
- ٤- ارتفاع فاعلية تأثير برنامج التدريبات الموجهة لتنمية المتغيرات مهارية لعينة البحث من ذوي الإعاقة الذهنية في اختبارات المهارات الأساسية لكرة السلة لصالح القياس البعدي.
- ٥- التأثير الإيجابي لبرنامج التدريبات الموجهة لتنمية بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لذوي الإعاقة الذهنية عينة البحث

توصيات البحث:

بناء على الاستنتاجات الخاصة بموضوع البحث توصلت الباحثة الى التوصيات التالية:

- ١- استخدام برنامج التدريبات الموجهة لتنمية بعض المهارات الأساسية لكرة السلة لذوي الإعاقة الذهنية.
- ٢- استخدام برنامج التدريبات الموجهة يساهم في تطوير الجانب البدني لذوي الإعاقة الذهنية.
- ٣- توجيه المدربين أو القائمين على تدريب ذوي الإعاقة الذهنية على تطوير برامجهم باستخدام التدريبات الموجهة لتطوير الجانب البدني والمهاري.
- ٤- إجراءات المزيد من الدراسات على ذوي الإعاقة الذهنية الممارسين للرياضات الجماعية عامة وكرة السلة خاصة.

المراجع:

المراجع العربية:

- ١- أحمد محمد مهدي عبد العال الصياد (٢٠٢١). برنامج حركي لتحسين بعض المهارات الأساسية لكرة السلة لمتلازمة داون، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
- ٢- الأمير عبد الستار حسن (٢٠٢٢). تأثير استخدام تدريبات Core Stability على بعض القدرات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي لدى متسابقين ٢٠٠ متر عدو من المصابين (بمتلازمة داون - فئة ١٢ i)، جامعة أسيوط - كلية التربية الرياضية، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، ٦٠ع، ج١، ص ٣٧٦ - ٤٠٦.
- ٣- الأولمبياد الخاص (٢٠١٢). القوانين العامة الرسمية للأولمبياد الخاص، نسخة مراجعة القوانين العامة من قبل مجلس إدارة الأولمبياد الخاص في ١٤ فبراير ٢٠١٢م.
- ٤- بشر إبراهيم الحافي وصادق خالد الحايك وعمر الهنداوي (٢٠١٧). أثر استخدام الوسائل التعليمية في تعلم المهارات الأساسية في كرة السلة لذوي الإعاقات الذهنية "متلازمة داون"، بحث منشور، الجامعة الأردنية - عمادة البحث العلمي، مج ٤٤، ٤٤ع، ٥٩-٧٥.
- ٥- حماد خالد (٢٠٢٢). أثر برنامج مقترح للتربية الحركية العامة على الكفاءة الحركية لدى الأطفال المصابين بمتلازمة داون (٨-١٠ سنوات)، جامعة عبد الحميد مهري - قسنطينة ٢، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، مج ٨، ٢٤ع، ص ٧١٥ - ٧٣١.
- ٦- خولة أحمد يحيى وماجدة السيد عبيد (٢٠١٤). أنشطة للأطفال العاديين ولذوي الاحتياجات الخاصة في مرحلة ما قبل المدرسة، دار الميسرة، عمان، الأردن.
- ٧- سهيلة عيسى العميري (٢٠٠١). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى أطفال متلازمة داون من ذوي التخلف العقلي البسيط في مرحلة ما قبل المدرسة رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الخليج العربي، البحرين.
- ٨- عبد العزيز النمر ومدحت صالح (٢٠٠٠). كرة السلة، مطابع روز اليوسف، القاهرة.
- ٩- كريستين ماكنتاير (٢٠٠٤). أهمية اللعب للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، ترجمة خالد العامري، دار الفاروق للنشر والتوزيع، القاهرة.
- ١٠- كمال عبد الحميد إسماعيل (٢٠١٦). اختبارات قياس وتقويم الأداء المصاحب لعلم حركة الإنسان، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١١- محمد صبحي حسنين (٢٠٠٣). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج ٢، ط ٥، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٢- محمد صبحي حسنين (٢٠٠٤). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج ١، ط ٦، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٣- محمد عبد الكريم محمود (٢٠١٦). الأداءات الفنية الهجومية للاعبين الارتكاز وعلاقتها بنتائج المباريات كرة السلة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
- ١٤- مصطفى زغول قبيصي (٢٠٢٢). تأثير استخدام الألعاب التمهيدية في تنمية بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لتلاميذ متلازمة داون بمحافظة سوهاج، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، ٣٠(١٨)، ٥٧-٩٤.
- ١٥- منى أحمد الأزهرى ومنى سامح أبو هشيمة (٢٠١١). التربية البدنية والإعاقات الحركية لذوي الاحتياجات الخاصة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- ١٦- نورهان يسين عبد اللطيف على (٢٠٢٠). تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة السلة للأطفال ذوي متلازمة داون، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
- ١٧- وميض علي حسون الملي (٢٠١٩). تأثير تمرينات خاصة لتطوير بعض القدرات الوظيفية والأداءات الحركية لناشئي كرة السلة، مجلة جامعة بابل - العلوم الإنسانية، مج ٢٧، ٤٦ع، ٤٠٧-٤١٩.
- ١٨- ياسمين عادل محمد أنور (٢٠١٩). تأثير الدمج الجزئي بين تلميذات متلازمة داون والاسوياء على تعلم بعض المهارات الأساسية والمعرفية في كره السلة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعه الزقازيق.

المراجع الأجنبية :

- 19-*Aydogan, A., & Demirok, M. S. (2023)*. The Effectiveness of Computer Aided Video Modeling in Teaching Basic Basketball Movements to Individuals with Down Syndrome. *Children*, 10(1), 153.
- 20-*Basketball (2022)*. Skills Competition Basketball sport rules, VERSION: October 2022 , All rights reserved Special Olympics.
- 21-*Cai, W., & Baek, S. S. (2022)*. Effects of 24-week basketball programme on body composition and functional fitness on adults with Down syndrome. *Journal of Intellectual Disability Research*, 66(12), 939-951.
- 22-*ICD-10 (2015)*. Classification of Mental and Behavioral Disorders, World Health Organization.
- 23-*Kashi, A., Dawes, H., Mansoubi, M., & Sarlak, Z. (2023)*. The Effect of a Physical Exercise Package on the Motor Proficiency of Students with Down Syndrome. *Innovative Journal of Pediatrics*, (1)33.
- 24-*Pessoa, M. L. F., Bandeira, P. F. R., Silva, E. F. L., Macêdo, D. S., & Martins, C. M. L. (2023)*. A six-month multicomponent intervention improves Down syndrome adolescents. physical fitness. *Science & Sports*, 38(1), 96-101.
- 25-*Querido, A., Costa, M. J., Araújo, D., Sampaio, A. R., Vilas-Boas, J. P., Corredeira, R & Fernandes, R. J. (2023, February)*. Swimmers with Down Syndrome Are Healthier and Physically Fit than Their Untrained Peers. In *Healthcare* (Vol. 11, No. 4, p. 482). MDPI.
- 26-*Regaieg, G., Kermarrec, G., & Sahli, S. (2020)*. Designed game situations enhance fundamental movement skills in children with Down syndrome. *Journal of Intellectual Disability Research*, 64(4), 271-279.