

تأثير استخدام برنامج ألعاب ترويحية على مستوى السلوك الصحي لأطفال "ADHD"

أ.د/ أماني محمد الصفتي (*)
د/ محمد عبد القوى الخواجة (**)
نانسي ماهر مصطفى ابراهيم (***)

ملخص البحث: يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام برنامج ألعاب ترويحية على مستوى السلوك الصحي واستخدام الباحثون المنهج التجريبي ذات التصميم التجريبي نظراً لمناسبتها لطبيعة البحث وتحقيقاً لأهداف البحث وفروضه. ويتمثل مجتمع البحث من (٧٠) طفل من أطفال ADHD لمرحلة التعليم الأساسي للعام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣ بالفصل الدراسي الأول وقد قامت الباحثون باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من أطفال ADHD للمدرسة الحديثة للتعليم الابتدائي. وتم اختيار العينة من (٥٠) طفل يطبق عليها برنامج الألعاب الترويحية لاكتساب بعض السلوكيات الصحية لأطفال ADHD، وقد تم اختيار (٢٠) طفل من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصليه لأجراء التجربة الاستطلاعية والمعاملات العلمية للتقنين قيد البحث. استند الباحثون في جمع البيانات الخاصة بالبحث الحالي إلى: معدلات النمو (السن - الطول - الوزن). استمارة مقياس السلوك الصحي (إعداد الباحثة). برنامج ألعاب ترويحية (إعداد الباحثة). وأهم النتائج توصلت إلى: صلاحية مقياس السلوك الصحي لأطفال (ADHD) لمرحلة التعليم الأساسي. أدي تطبيق برنامج الألعاب الترويحية لاكتساب بعض السلوكيات الصحية (لأطفال ADHD) عينة البحث إلى دلالة الفروق الإحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، وبحجم تأثير مرتفع بقيمة قدرها (٣,٩١٤).

الكلمات المفتاحية: برنامج ألعاب ترويحية، السلوك الصحي، أطفال "ADHD".

The Effect Of Using A Recreational Games Program On The Level Of Healthy Behavior For Adhd Children

The research: aims to identify the effect of using a recreational games program on the level of health behavior. The researchers used the experimental method with an experimental design due to its suitability to the nature of the research and to achieve the research objectives and hypotheses. The research population consists of (70) ADHD children in the basic education stage for the academic year 2022/2023 in the first semester. The researchers randomly selected the research sample from ADHD children in the Modern School of Primary Education. The sample was selected from (50) children to whom the recreational games program was applied to acquire some healthy behaviors for ADHD children. (20) children were selected from the research community and from outside the original sample to conduct the exploratory experiment and scientific transactions for the legalization under investigation. The most important results were: the validity of the health behavior scale for ADHD children for the basic education stage. Applying the recreational games program to acquire some healthy behaviors (for ADHD children) in the research sample led to statistically significant differences at a significance level of 0.05 between the pre- and post-measurements in favor of the post-measurement, with a high effect size of (3.914).

Keywords: recreational games program, healthy behavior, ADHD children.

(*) أستاذ الترويج الرياضي ورئيس قسم الإدارة والترويج الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا
(**) مدرس بقسم الإدارة والترويج الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا
(***) باحث بقسم الإدارة والترويج الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا

مقدمة ومشكلة البحث:

تتميز مراحل الطفولة بخصائص تفرضها بيئته وأنماط التنشئة، والمقبول والمرفوض والمتوقع ضمن التقاليد والقيم والمعايير السائدة في تلك المراحل، ويتعرض الطفل لمشكلات نفسية أو اضطرابات سلوكية، حيث يشير إلى عدم انسجام تصرفات الطفل في جانب أو أكثر مع المألوف في بيئته الإجتماعية، وتتنوع المشكلات النفسية في الطفولة حسب مراحل النمو ونادرا ما يطلب الأطفال لأنفسهم العلاج، ويمكن اعتبار مشكلات الأطفال دالة لموقف الأسره وأسلوب تفاعل الآخرين معهم. كما يؤدي أثر التفاعل مع الطفل إلى إشباع حاجاته بطريقة صحيحة ومن ثم إلى الإسهام في صحته النفسية فقد يؤدي إلى تعارضه مع ما يقرب الطفل الي السويه بما يجعله أكثر قربا من الوقوع في الإضطرابات النفسية. (٧)

وقد يرتبط زياده النشاط بالذكاء عند الاطفال، فكلما ارتفعت درجه الذكاء زادت الحركه والنشاط لكن إذا زاد أداء النشاط الحركي عند الطفل عن المألوف فيجب على أولياء الأمور التمييز بين النشاط ذي الطابع العادي وبين مصابي اضطراب "ADHD" حيث يعد من الإضطرابات المنتشرة بين الأطفال والمراهقين ويبدو جليا عندما تؤدي أنماط السلوك السلبي والانتقامي والعدائي سواء كان لفظيا أو بدنيا إلي إختلال في أداء الطفل الأكاديمي أو الوظيفي أو الإجتماعي كما أنه إضطراب يمكن التعامل معه وتخفيف حدة أعراضه عن طريق مساعدة الطفل علي التعلم وضبط النفس مما يساهم في رفع مستوي ثقته بنفسه. (١٤)

وقد يعاني الأطفال المصابون بإضطراب "ADHD" من تراجع ثقته بالنفس، والعلاقات المضطربة، وضعف الأداء في المدرسه أيضا. وتتضمن المميزات الأساسية لإضطراب ADHD "عدم الإنتباه والسلوك المفرط النشاط. كما تبدأ أعراض هذا الإضطراب قبل سن ١٢ عام وتكون هذه الأعراض ملحوظة في وقت مبكر من عمر ثلاث سنوات لدي بعض الأطفال وتكون هذه الأعراض خفيفه أو معتدله أوحاده. وقد تستمر حتى سن البلوغ كما أنه يحدث في الذكور أكثر من الإناث وقد تكون السلوكيات مختلفه بين الذكور والإناث. (٨)

كما تدل الدراسات أن هذا الإضطراب يصيب حوالي (٣:٥) من الأطفال في سن (٥:١٨) عام وهو يصيب الذكور أكثر من الإناث كما أن حالات الأطفال التي تتطلب تدخلا عاجيا ورعايه خاصه (الحالات الحاده) فلا تزيد نسبتها عن (٢) لدي الأطفال من عمر (٩:١٢) عام وغير هذه النسبه يعاج بدون تدخل طبي. (١٠)

الصحة نعمة عظيمة وهبها الله سبحانه وتعالى للإنسان الذي اهتم بها تارة واهملها تارة اخري، والحكمة تقول (الصحة تاج فوق رؤوس الأصحاء لا يراها إلا المرضى)، فالإنسان السليم إنسان قوي فعال عقلا وجسما ونفسا، يمكن أن يعمل مع الآخرين ويتفاعل معهم، بخلاف الإنسان المريض الذي لا ينعم بالراحة والسعادة ولا يمتلك القوة اللازمة لأداء عمله كما أن علاقة بالأخرين قد تتأثر هي الأخرى. (١: ٢)

وبما أن السلوك الصحي يهدف بالدرجة الأولى إلي الحفاظ علي صحة الفرد وترقيتها إلي أعلي مستوياتها، فهو كل سلوك من شأنه أن يحمي الفرد من خطر الإصابة بالأمراض أو تدهور الصحة بمختلف جوانبها. (٤: ١٦)

لذا فإن السلوك غير الصحي لا يزال كما يراه القارئون علي الصحة وعلم النفس مستمرا في تهديد حياة الإنسان من خلال إصابته بالعديد من الأمراض، ذلك أن غالبية حالات الوفاة في الكثير من المجتمعات تعزي إلي أمراض سببها النظام الغذائي غير الصحي. (٦)

وبما أن الألعاب الترويحية في وقتنا الحالي لم تبقى حبيسه مجال الترفيه فقط بل تحولت إلي علم من علوم التربية بحيث أصبحت قضب تجلب إليها عددا كبيرا من الممارسين، يختلف هدف كل واحد منهم حسب إختلاف دوافعهم وغايتهم حيث انه من أهم ركائزها وأسبابها التخلص من الطاقة الجسميه والإنفعاليه الزائده في حركات الجسم المختلفه. (٢٢)

وهذا دعي الباحثون الي تحديد مشكلة البحث الحالي في دراسة هذين المتغيرين بعلاقة تظهر مدي تأثير الألعاب الترويحية في تحسين السلوك الصحي لأطفال "ADHD" إذ لم تجد الباحثة دراسة تناولت هذه العلاقة والتي منها يتحدد هدف البحث الرئيسي. ومن خلال ما سبق وبالرجوع للعديد من الدراسات والمراجع مثل دراسة مروة محمود الشناوي السيد (٢٠١٨)(١٥)، ودراسة ناريمان محمد سعيد (٢٠١٩)(١٦)، ودراسة إيمان حلمي عمر (٢٠١٦)(٣)، ودراسة محمد عبد الحميد أحمد (٢٠١٦)(١٢)، ودراسة كيم وآخرون Kim et al (٢٠١٩)(١٩)، ودراسة لامبوجليا وآخرون Lamboglia et al (٢٠١٩)(٢٠)، ودراسة كامبوس وآخرون Campos et al (٢٠١٩)(١٨)، ودراسة بوليمون وآخرون Pulimeno et al (٢٠١٨)(٢١). والتي أكدت جميعا علي أهمية السلوك الصحي في حياة أطفال ADHD، وعليه فقد نبعت فكرة البحث في تأثير استخدام برنامج ألعاب ترويحية علي مستوي السلوك الصحي لأطفال ADHD.

هدف البحث:

تأثير استخدام برنامج ألعاب ترويحية علي مستوي السلوك الصحي.

فرض البحث:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط القياسين القبلي والبعدي في إكساب السلوكيات الصحية لدي أطفال ADHD.

مصطلحات البحث:

أطفال ADHD:

تعرفه موسوعة علم النفس بأنه: "الطفل الذي ليس لديه القدرة علي تركيز الانتباه، والمتسم بالإندفاعية وفرط النشاط وتزداد هذه الأعراض شدة في المواقف التي تتطلب من الطفل مطابقة الذات وأيضا الحكم الذاتي، والذي يظهر قصورا في مدي ونوعية التحصيل الأكاديمي وقصور في الوظائف الإجتماعية". (٩)

الألعاب الترويحية:

تعرفها كل من أماني الصفتي وسحر الشبيني (٢٠٠٦) بأنها نشاط إرادي مغمور بالحماس والرغبة يصدر عادة من طبيعة الإنسان ولا يفرض عليه من الخارج ويقوم الإنسان بهذا النشاط لمجرد شعوره باللذة والإرتياح. (٢)

السلوك الصحي:

هي مجموعة من التصرفات التي ننخرط فيها بشكل قصدي لتحقيق حالة صحية جيدة وللحفاظ عليها.

إجراءات البحث:**أولاً: منهج البحث:**

استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذات التصميم التجريبي نظراً لمناسبته لطبيعة البحث وتحقيقاً لأهداف البحث وفروضه.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:**مجتمع البحث:**

يتمثل مجتمع البحث من (٧٠) طفل من أطفال **ADHD** لمرحلة التعليم الأساسي للعام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣ بالفصل الدراسي الأول وقد قامت الباحثون باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من أطفال **ADHD** للمدرسة الحديثة للتعليم الابتدائي.

عينة البحث:

تم اختيار العينة من (٥٠) طفل يطبق عليها برنامج الألعاب الترويحية لاكتساب بعض السلوكيات الصحية لأطفال **ADHD**، وقد تم اختيار (٢٠) طفل من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصليه لاجراء التجربة الاستطلاعية والمعاملات العلمية للتقنين قيد البحث.

اعتدالية بيانات عينة البحث الأساسية:

للتأكد من وقوع أفراد عينة البحث تحت المنحنى الإعتدالي، قامت الباحثة بإجراء الإعتدالية بين أفراد عينة البحث في بعض المتغيرات المختارة (السن - الطول - الوزن) والسلوكيات الصحية، التي من الممكن أن تؤثر علي نتائج البحث وجدول (١) يوضح التوصيف الإحصائي لعينة البحث.

جدول (١)

الدلالات الإحصائية لتوصيف أفراد عينة البحث في المتغيرات الأساسية لبيان اعتدالية البيانات
ن=٥٠

م	المتغيرات الأساسية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفاح	الإلتواء
معدلات دلالات النمو							
١	السن	سنة/شهر	٥,٥٣٦	٥,٥٠٠	٠,٣٢٦	١,٠٤٨ -	٠,٥٠٤-
٢	الوزن	كجم	١٨,٦٤٣	١٩,٠٠٠	١,٢٨٤	٠,٤٣٢-	٠,٦٣٣-
٣	الطول	سم	١٠٤,٤٧٦	١٠٤,٠٠٠	٤,٩٢٥	٠,٠٦٤-	٠,٦٢٨-
-	السلوكيات الصحية	درجة	٢١,٤٢٠	٢١,٥٠٠	٥,١٢٣	١,٦٨٣-	٠,١٢٦-

الخطا المعياري لمعامل الإلتواء = ٠,٣٣٧

حد معامل الإلتواء عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٦٦١

يوضح جدول (١) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء لأفراد عينة البحث في المتغيرات الأساسية ويتضح ان قيم معامل الإلتواء قد تراوحت ما بين (٣±) كما انها اقل من حد معامل الإلتواء مما يشير الى اعتدالية البيانات وتمثل البيانات تحت المنحنى الإعتدالي مما يعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات الغير اعتدالية.

شروط اختيار العينة:

موافقة أولياء الأمور وإدارة المدرسة علي تطبيق التجربة.
المستوي الإجتماعي والإقتصادي للعينة متوسط.

أطفال العينة جميعا من أطفال ADHD.

اعتدالية بيانات عينة البحث وخلوها من عيوب التوزيعات غير اعتدالية.
جميع أفراد العينة في مرحلة نمو واحدة.

ثالثا: وسائل جمع البيانات:

استند الباحثون في جمع البيانات الخاصة بالبحث الحالي إلي:

معدلات النمو (السن – الطول – الوزن).

استمارة مقياس السلوك الصحي (إعداد الباحثة).

برنامج ألعاب ترويحية (اعداد الباحثة).

مقياس السلوك الصحي لطفل ADHD لمرحلة التعليم الأساسي:

قام الباحثون بإعداد مقياس السلوك الصحي لطفل ADHD لمرحلة التعليم الأساسي وفقا للخطوات التالية:

الهدف من المقياس: تحديد درجة السلوك الصحي لدي أطفال ADHD لمرحلة التعليم الأساسي.

وتوصل الباحثون الي تحديد التعريف الاجرائي لمفهوم الوعي الصحي لأطفال ADHD لمرحلة التعليم الأساسي بأنه الوقوف علي السلوكيات الصحية مع القدرة علي التفريق بين السلوكيات الصحية الإيجابية والسلبية.

قام الباحثون بعرض السلوكيات الرئيسية المقترحة علي مجموعة من السادة الخبراء بمقياس من أساتذة المجال الترويحي وعلوم الصحة وعددهم (١٢) لابداء الرأي نحو السلوكيات الصحية الرئيسية والسلوكيات الفرعية المقترحة لكل سلوك رئيسي.

جدول (٢)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول السلوكيات الصحية

م	السلوكيات الصحية	نسبة الموافقة %	م	السلوكيات الصحية	نسبة الموافقة %
١	أولا: كورونا احرص علي ارتداء الكمامة	١٠٠,٠٠	٢٥	سابعاً:الوضوء احرص علي الوضوء خمس مرات يوميا	١٠٠,٠٠
٢	حافظ علي التباعد عن الآخرين	١٠٠,٠٠	٢٦	حافظ علي تجديد الوضوء دائما	١٠٠,٠٠
٣	حافظ علي التباعد داخل الفصل	٩١,٦٦٧			
٤	حافظ علي عدم لمس العين	١٠٠,٠٠			
٥	حافظ علي نظافة الأسطح	١٠٠,٠٠			
٦	حافظ علي مسك المنديل عند فتح الباب	٩١,٦٦٧			
٧	ثانياً:جسم الإنسان اين العين؟	١٠٠,٠٠			
٨	اين البطن؟	٨٣,٣٣٣	٢٨	احافظ علي نظافة القدمين	١٠٠,٠٠
٩	اين الذراع؟	١٠٠,٠٠	٢٩	تاسعاً:العطس حافظ علي استخدام المنديل عند العطس	١٠٠,٠٠
١٠	اين كف اليد؟	٨٣,٣٣٣			
١١	اين الاسنان؟	٩١,٦٦٧	٣٠	حافظ علي عدم العطس امام الآخرين	٩١,٦٦٧
١٢	اين الانف؟	١٠٠,٠٠	٣١	عاشراً:النوم والإستيقاظ حافظ علي الإستيقاظ مبكراً	٩١,٦٦٧
١٣	اين القدم؟	٩١,٦٦٧			
١٤	اين الراس؟	١٠٠,٠٠	٣٢	احرص علي غسل الاسنان قبل النوم	١٠٠,٠٠
١٥	اين اللسان؟	١٠٠,٠٠	٣٣	الحادي عشر:الملابس احرص علي نظافة ملابس	١٠٠,٠٠
١٦	اين الصدر؟	١٠٠,٠٠			
	ثالثاً:الإستحمام		٣٤	احرص علي ترتيب ملابس	٨٣,٣٣٣
١٧	احرص علي الإستحمام	٩١,٦٦٧	٣٥	الثاني عشر: غرقتي حافظ علي نظافة الغرفة	١٠٠,٠٠
١٨	حافظ علي الإستحمام بعد أداء التمرينات الرياضية	١٠٠,٠٠			
	رابعاً:الشعر		٣٦	احرص علي ترتيب غرقتي	٩١,٦٦٧
١٩	احرص علي صحة شعرك	٩١,٦٦٧	٨٣,٣٣٣	الثالث عشر:الرياضة ارتدي الملابس الرياضية أثناء اللعب	٩١,٦٦٧
٢٠	حافظ علي نظافة الشعر	٨٣,٣٣٣			
	خامساً:اليدين			اهتم بنظافة الملابس الرياضية الخاصة بي	١٠٠,٠٠

٢١	حافظ على نظافة اليدين بعد اللعب	١٠٠,٠٠٠	ارتدي الحذاء المناسب عند ممارسة الرياضة	١٠٠,٠٠٠
٢٢	حافظ على نظافة اليدين قبل الأكل	١٠٠,٠٠٠	الرابع عشر: الطبيب	
	سادسا: الأظافر		اتناول الادوية التي يكتبها لي الطبيب	١٠٠,٠٠٠
٢٣	حافظ على نظافة الأظافر	٨٣,٣٣٣	اراجع الطبيب عند الإصابة	٩١,٦٦٧
٢٤	احرص على تقليم الأظافر	٩١,٦٦٧	اذهب الي الطبيب عند الشعور بالآلم	١٠٠,٠٠٠

يتضح من جدول (٢) النسبة المئوية لأراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس السلوكيات الصحية ويتضح تراوح النسبة المئوية للعبارات ما بين (٨٣,٣٣٣-١٠٠%) وقد ارتضت الباحثة بالعبارات التي حصلت علي أهمية نسبية قدرها ٨٣,٣٣٣% فأكثر.

تم الوصول للعدد النهائي لعبارات مقياس السلوك الصحي لأطفال ADHD للحلقة الثانية من التعليم الأساسي كما هو موضح بجدول (٣).

جدول (٣) العدد المبدئي والنهائي لعبارات مقياس السلوك الصحي لأطفال ADHD للحلقة الثانية من التعليم الأساسي

م	المتغير	العدد المبدئي للعبارات	عدد العبارات المستبعدة	ارقام العبارات المستبعدة	عدد العبارات المعدلة	ارقام العبارات المعدلة	العدد النهائي للعبارات
-	مقياس السلوكيات الصحية	٤٢	٠	٠	٥	٩-١٣-١٨-٢٠-٤١	٤٢

يتضح من جدول (٣) العدد المبدئي والنهائي وأرقام العبارات المستبعدة لمقياس السلوكيات الصحية ويتضح إتفاق السادة الخبراء علي عدم استبعاد أي عبارات من عبارات المقياس مع تعديل عدد (٥) عبارات وبذلك أصبح العدد النهائي لإجمالي المقياس (٤٢) عبارة.

صدق المقياس: حيث استخدمت الباحثة صدق الأتساق الداخلي والذي يشير إلى معدل ارتباط العبارة مع المجموع الكلي لمقياس السلوك الصحي قيد الدراسة لعينة التقنين.

جدول (٤) معامل ارتباط العبارة بالدرجة الكلية لمقياس السلوكيات الصحية لبيان معامل الصدق

م	السلوكيات الصحية	معامل الارتباط	م	السلوكيات الصحية	معامل الارتباط
	أولاً: كورونا			سابعاً: الوضوء	
١	احرص علي ارتداء الكمامة	*٠,٩١١	٢٥	احرص علي الوضوء خمس مرات يوميا	*٠,٩٠٦
٢	حافظ علي التباعد عن الآخرين	*٠,٨٨١			
٣	حافظ علي التباعد داخل الفصل	*٠,٨٩٣			
٤	حافظ علي عدم لمس العين	*٠,٨٤٤	٢٦	حافظ علي تجديد الوضوء دائما	*٠,٨٧٣
٥	حافظ علي نظافة الأسطح	*٠,٨٧٥			
٦	حافظ علي مسك المنديل عند فتح الباب	*٠,٩٠٨			
	ثانياً: جسم الإنسان			ثامناً: القدمين	
٧	أين العين؟	*٠,٨٦٣	٢٧	اقلم أظافر القدمين	*٠,٩٠٧
٨	أين البطن؟	*٠,٩٠٣	٢٨	احافظ علي نظافة القدمين	*٠,٨٨٩
٩	أين الذراع؟	*٠,٧١٩		تاسعاً: العطس	
١٠	أين كف اليد؟	*٠,٣٣٣	٢٩	حافظ علي استخدام المنديل عند العطس	*٠,٨٧١
١١	أين الأسنان؟	*٠,٦٦٧	٣٠	حافظ علي عدم العطس امام الآخرين	*٠,٨٩٥
١٢	أين الأنف؟	*٠,٠٠٠		عاشراً: النوم والإستيقاظ	
١٣	أين القدم؟	*٠,٦٦٧	٣١	حافظ علي الإستيقاظ مبكراً	*٠,٩١٤
١٤	أين الرأس؟	*٠,٨٨٣	٣٢	احرص علي غسل الأسنان قبل النوم	*٠,٨٣٤
١٥	أين اللسان؟	*٠,٨٤٧		الحادي عشر: الملابس	
١٦	أين الصدر؟	*٠,٩٢٦	٣٣	احرص علي نظافة ملابس	*٠,٨٧٤
	ثالثاً: الإستحمام		٣٤	احرص علي ترتيب ملابس	*٠,٨٧٩
١٧	احرص علي الإستحمام	*٠,٨٩١		الثاني عشر: غرفتي	
١٨	احفظ علي الإستحمام بعد اداء التمرينات الرياضية	*٠,٨٧٩	٣٥	حافظ علي نظافة الغرفة	*٠,٧٩٢
	رابعاً: الشعر		٣٦	احرص علي ترتيب غرفتي	*٠,٩١٨
١٩	احرص علي صحة شعرك	*٠,٩١٢		الثالث عشر: الرياضة	
٢٠	حافظ علي نظافة الشعر	*٠,٩١٢	٣٧	ارتدي الملابس الرياضية أثناء اللعب	*٠,٥٨٨
	خامساً: اليدين		٣٨	اهتم بنظافة الملابس الرياضية الخاصة بي	*٠,٨٦٢
٢١	حافظ علي نظافة اليدين بعد اللعب	*٠,٩١٢	٣٩	رتدي الحذاء المناسب عند ممارسة الرياضة	*٠,٩٢٣
٢٢	حافظ علي نظافة اليدين قبل الأكل	*٠,٨٩١		الرابع عشر: الطبيب	
	سادساً: الأظافر		٤٠	اتناول الادوية التي يكتبها لي الطبيب	*٠,٨٥٤

م	السلوكيات الصحية	معامل الارتباط	م	السلوكيات الصحية	معامل الارتباط
٢٣	حافظ علي نظافة الاظافر	*٠,٨٩١	٤١	أراجع الطبيب عند الإصابة	*٠,٩١٣
٢٤	أحرص علي تقليم الاظافر	*٠,٩١٦	٤٢	أذهب الي الطبيب عند الشعور بالألم	*٠,٨٨٦

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يتضح من جدول (٤) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين العبارة والدرجة الكلية لمقياس السلوكيات الصحية عند حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس مما يشير الي صدق عبارات المقياس باعتبار باقي عبارات المقياس محكا للعبارة ويتضح ان معاملات الارتباط تمتد من (٠,٧٩١) الي (٠,٩٢٦) وجميعها دال عند مستوي معنوية (٠,٠٥) مما يشير الي صدق عبارات المقياس.

ثبات المقياس:

استخدمت الباحثة طريقة التجزئة النصفية ومعامل ألفا (كرومباخ) وكذلك تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه علي عينة مماثلة لعينة البحث ومن خارج العينة الأساسية.

جدول (٥)

معامل الارتباط باستخدام التجزئة النصفية ومعامل ألفا (كرومباخ) لبيان معامل الثبات لعبارات مقياس السلوكيات الصحية

م	الاختبار الاحصائي	معامل الارتباط
١	التجزئة النصفية	٠,٩١٨
٢	معامل ألفا (كرومباخ)	٠,٩٢١

يتضح من جدول (٥) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين نصفي عبارات المقياس حيث حقق معامل الارتباط المحسوب قيمة قدرها (٠,٩١٨) وكذلك معامل ألفا (كرومباخ) حيث حقق معامل الارتباط قيمة قدرها (٠,٩٢١) لبيان معامل الثبات الكلي للمقياس وذلك عند مستوي معنوية ٠,٠٥ وهي معاملات ارتباط ذو دلالة عالية مما يشير الي ثبات المقياس.

جدول (٦) معاملات الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق لمقياس السلوكيات الصحية لبيان معاملات الثبات

م	المتغير	التطبيق		إعادة التطبيق		معاملات الارتباط
		س	ع±	س	ع±	
١	مقياس السلوكيات الصحية	١٩,٧٥٠	١,٤٤٧	٢٠,٢١٠	١,٦٧٣	٠,٩٨٣

يتضح من جدول (٦) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق وإعادة التطبيق لمقياس السلوكيات الصحية قيد البحث لدي عينة التقنين عند مستوي معنوي ٠,٠٥ مما يشير الي ثبات المقياس

برنامج الألعاب الترويحية (إعداد الباحثة):

هو مجموعة من الألعاب الترويحية التي يمارسها أطفال "ADHD" لرفع مستوي السلوك الصحي لديهم، وتكون تحت إشراف القائد الترويحي من أجل تحقيق الهدف منها

خطوات بناء البرنامج :

قبل وضع البرنامج كان لابد من تحديد هدف البرنامج والأسس الواجب إتباعها عند وضع البرنامج متمثلة فيما يلي :

أ- هدف البرنامج:

يهدف البرنامج لرفع مستوي السلوك الصحي لأطفال "ADHD".

ب- أسس وضع البرنامج:

- التنوع في الأنشطة التي يشملها البرنامج الترويحي
- مراعات عنصر الإثارة والتشويق
- أن يتلائم البرنامج مع خصائص وسمات العينة
- مراعات الفروق الفردية لدي الأطفال
- أن يتناسب البرنامج مع الزمن المحدد له والهدف منه
- أن يتسم البرنامج بالأمان والإستمرارية والتتابع والتكامل
- أن تعمل كل وحدة علي تحقيق الهدف المحدد للبحث
- أن تضم الأنشطة الإختيارية والتدرج
- أن يتسم بالمرونة
- أن يحقق محتوى البرنامج رفع مستوي السلوك الصحي لأطفال "ADHD"

ج- أعراض البرنامج :

- العمل علي أطفال "ADHD" لرفع مستوي السلوك الصحي لديهم
- التخلص من الإنفعالات الغير مبرره لدي أطفال "ADHD" الممارسين للبرنامج
- إدخال روح المرح والسرور والبهجة علي الأطفال
- تعويد الأطفال علي ممارسة الألعاب الترويحية بما يعود عليهم بالنفع

خطوات تصميم البرنامج :

١- قامت الباحثة بالإطلاع علي المراجع العلمية والدراسات المرجعية الخاصة بالترويح تهاني عبد السلام (٢٠٠١) (٥)، كمال الدين درويش ومحمد الحماحمي (٢٠٠٧) (١١)، محمد كمال السنودي وآخرون (٢٠١٤) (١٣)، محمود إسماعيل طلبة (٢٠١٠) (١٤).

٢- تم عمل برنامج الألعاب الترويحية وتأثيره علي مستوي السلوك الصحي لأطفال "ADHD" في الصورة المبدئية ملحق.

٣- قامت الباحثة بالمقابلات الشخصية مع الخبراء في مجال الترويح وعددهم (١٠) والتي لا تقل خبرتهم عن (١٠) سنوات في المجال ملحق للوقوف علي محتوى البرنامج الترويحي والزمن الكلي للبرنامج وعدد الوحدات والزمن الكلي للوحدة وعدد مرات الممارسة في الأسبوع، وقامت الباحثة بوضع تساؤلات عن تحديد الخطة الزمنية للبرنامج من حيث مدة التطبيق (شهرين - شهرين ونصف - ثلاث شهور)، وعدد الوحدات (١٢ وحدة - ٢٤ وحدة - ٣٦ وحدة)، وزمن الوحدة الواحدة (٤٥ق-٥٠ق-٦٠ق)، وعدد مرات التطبيق في الأسبوع (مرتين - ثلاث مرات - أربع مرات)، وعدد مرات الممارسة للوحدة الواحدة (مرة - مرتان - ثلاث مرات)، وزمن تنفيذ الجزء التمهيدي للوحدة (٥ق-١٠ق-١٥ق)، وزمن تنفيذ الجزء الرئيسي للوحدة (٢٠ق-٣٠ق-٤٥ق)، وزمن تنفيذ الجزء الختامي للوحدة (٥ق-١٠ق-١٥ق)، يتضح من إستطلاع رأي الخبراء في المتغيرات الخاصة بالخطة الزمنية للبرنامج المقترح ومدي مناسبته لعينة البحث، حيث بلغت النسبة المئوية لإستجابة جميع الخبراء بين (٠٠،٠٠% - ١٠٠%) وقد إرتضت الباحثة والسادة المشرفين بالمتغيرات التي حصلت علي نسبة مئوية (٨٠%) فأكثر، وبذلك تم تحديد الإطار الزمني الخاص ببرنامج الألعاب الترويحية المقترح .

٤- تحديد الفترة الزمنية الكلية اللازمة لتنفيذ البرنامج المقترح .
٥- تحديد عدد الوحدات والزمن الكلي للوحدة وعدد مرات التطبيق في الإسبوع وعدد مرات الممارسة للوحدة الواحدة .
الوصول إلي الصورة النهائية لبرنامج الألعاب الترويحية .
أ- النقاط التي يجب مراعاتها في تنفيذ البرنامج :
- توفير الجو المناسب للأطفال لتنفيذ البرنامج .
- إقامة جو الألفة بين الباحثة وأفراد العينة .
- تقديم أنواع مختلفة من التشجيع والثناء للأطفال قبل البدء في الوحدات وأثناء تنفيذ الوحدات وبعد التنفيذ .
- سماع ملاحظات إستفسارات أفراد العينة .
- التحدث مع الأطفال بأسلوب سهل وبسيط والبعد عن التعقيد .

ب- محتوى البرنامج الترويحي :

- الجزء التمهيدي :يهدف إلي إعداد الأطفال وتهيئتهم نفسياً وإدخال المرح والسرور وبث الحماس للمشاركة الإيجابية الفعالة في وحدات البرنامج، ويحتوي هذا الجزء علي أنشطة بسيطة متنوعة، وزمن هذا الجزء (١٠) دقائق .

- الجزء الرئيسي :ويهدف هذا الجزء علي رفع مستوي السلوك الصحي لأطفال "ADHD" من خلال برنامج الألعاب الترويحية، وتتسم بطابع السرور والشغور بالأمن والإستقرار، وزمن هذا الجزء (٤٥) دقيقة .

- الجزء الختامي :يهدف هذا الجزء إلي العودة بالأطفال إلي الحالة الطبيعية وإدخال روح المرح والسرور، وهو عبارته عن مجموعة من الأنشطة الخفيفة، وزمن هذا الجزء (٥) دقائق .

الخطوات التنفيذية للبحث :

الدراسة الإستطلاعية الأولى :

قامت الباحثة بإجراء دراسة إستطلاعية علي عينة من الأطفال في الفترة من ٢٠٢٢/١١/٦ حتي ٢٠٢٢/١١/٨، وهدفت الدراسة الإستطلاعية إلي تحديد مستوي السلوك الصحي لأطفال "ADHD" للصف الرابع والخامس الإبتدائي بالمدرسة الحديثة بعرب الرمل .

الدراسة الإستطلاعية الثانية :

قامت الباحثة بإجراء دراسة إستطلاعية وذلك بهدف إيجاد المعاملات العلمية للمقياس، وقد طبق مقياس السلوك الصحي لدي أطفال "ADHD" علي عينة قوامها (٢٠) طفل، وذلك من المجتمع الأصلي ومن خارج عينة البحث الأساسية وذلك من الفترة ٢٠٢٢/١٢/١٩ وحتى الفترة ٢٠٢٢/١٢/٢١، وقد أسفرت الراسة الإستطلاعية الثانية علي تحقيق الهدف منها .

الدراسة الإستطلاعية الثالثة :

قامت الباحثة بتطبيق ثلاث وحدات من وحدات البرنامج في الإِسبوع وذلك يوم ٢٠٢٢/١٢/٢٦ و٢٠٢٢/١٢/٢٧ وحتى ٢٠٢٢/١٢/٢٨، وذلك علي عينة قوامها (٢٠) أطفال من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وذلك بهدف التعرف علي ما يلي :

- مدي مناسبة توزيع أجزاء وحدات البرنامج .
- مدي ملائمة الأنشطة الخاصة بالبرنامج .
- إكتشاف الصعوبات التي قد تواجه تطبيق البرنامج .
- وقد أسفرت الدراسة الإستطلاعية الثالثة علي تحقيق الهدف منها .

١- الدراسة الأساسية :

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الأساسية بعد إتخاذ اللازم من موافقات إدارية وذلك بتوجيه الخطابات الإدارية اللازمة.

٢- القياس القبلي :

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي لعينة البحث الأساسية من خلال مقياس السلوك الصحي لدي أطفال "ADHD" لعينه قيد البحث يوم الخميس ٢٠٢٣/١/١٧ قبل تنفيذ البرنامج التروحي .

٣- تطبيق برنامج الألعاب الترويحية :

تم تطبيق البرنامج في الفترة من يوم ٢٠٢٣/١/٢١ وحتى ٢٠٢٣/٤/١٢ .

٤- القياس البعدي :

قامت الباحثة بعد الإنتهاء من برنامج الألعاب الترويحية بإجراء القياس البعدي يوم السبت الموافق ٢٠٢٣/٤/١٥ وذلك بتطبيق مقياس السلوك الصحي للأطفال وتسجيل إستجاباتهم .

المعالجات الإحصائية :

- المتوسط الحسابي .
- الإنحراف المعياري .
- معامل الارتباط .
- الوسيط .
- معامل الإلتواء .
- النسبة المئوية .

- معامل ألفا كرومباخ • - معامل التفلطح •
- إختبار (ت) Test 0 (T) - نسبة التحسن •
- حجم التأثير • - الأهمية النسبية •
- المتوسط •

عرض ومناقشة النتائج

أولا : عرض النتائج:

جدول (٧) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى لدي مجموعة البحث في مقياس السلوك الصحي

م	العبارات	القياس القبلي		القياس البعدى		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة ت	نسب معدل التحسن %
		س	ع±	س	ع±				
١	احرص على ارتداء الكمامة	٠,٣٤٠	٠,٤٧٩	٠,٩٢٠	٠,٢٧٤	٠,٥٨٠	٠,٠٤١	١٤,١٤٦	١٧٠,٥٨٨
٢	حافظ على التباعد عن الآخرين	٠,٥٠٠	٠,٥٠٥	١,٠٠٠	٠,٥٠٠	٠,٥٠٠	٠,٠٥٢	٩,٦١٥	١٠٠,٠٠٠
٣	حافظ على التباعد داخل الفصل	٠,٤٦٠	٠,٥٠٣	٠,٩٢٠	٠,٢٧٤	٠,٤٦٠	٠,٠٤٨	٩,٥٨٤	١٠٠,٠٠٠
٤	حافظ على عدم لمس العين	٠,٤٦٠	٠,٥٠٣	٠,٩٦٠	٠,١٩٨	٠,٥٠٠	٠,٠٥١	٩,٨٠٤	١٠٨,٦٩٦
٥	حافظ على نظافة الأسطح	٠,٧٦٠	٠,٤٣١	١,٠٠٠	٠,٥٠٠	٠,٢٤٠	٠,٠٣٤	٧,٠٧٤	٣١,٥٧٩
٦	حافظ على مسك المنديل عند فتح الباب	٠,٦٤٠	٠,٤٨٥	٠,٩٦٠	٠,١٩٨	٠,٣٢٠	٠,٠٤٣	٧,٤٦٧	٥٠,٠٠٠
	ثانيا: جسم الإنسان								
٧	اين العين؟	٠,٧٦٠	٠,٤٣١	١,٠٠٠	٠,٥٠٠	٠,٢٤٠	٠,٠٣٤	٧,٠٧٤	٣١,٥٧٩
٨	اين البطن؟	٠,٨٤٠	٠,٣٧٠	٠,٩٨٠	٠,١٤١	٠,١٤٠	٠,٠٤٣	٣,٢٨٢	١٦,٦٦٧
٩	اين الذراع؟	٠,٦٤٠	٠,٤٨٥	٠,٩٤٠	٠,٣٠٠	٠,٣٠٠	٠,٠٦٩	٤,٣٢٦	٤٦,٨٧٩
١٠	اين كف اليد؟	٠,٥٠٠	٠,٥٠٥	٠,٩٨٠	٠,١٤١	٠,٤٨٠	٠,٠٦٠	٨,٠٠٠	٩٦,٠٠٠
١١	اين الأسنان؟	٠,٨٤٠	٠,٣٧٠	١,٠٠٠	٠,٥٠٠	٠,١٦٠	٠,٠٤٥	٣,٥٦٥	١٩,٠٤٨
١٢	اين الانف؟	٠,٥٨٠	٠,٤٩٩	١,٠٠٠	٠,٥٠٠	٠,٤٢٠	٠,٠٥٧	٧,٣٥٠	٧٢,٤١٤
١٣	اين القدم؟	٠,٧٦٠	٠,٤٣١	١,٠٠٠	٠,٥٠٠	٠,٢٤٠	٠,٠٣٤	٧,٠٧٤	٣١,٥٧٩
١٤	اين الراس؟	٠,٦٤٠	٠,٤٨٥	١,٠٠٠	٠,٥٠٠	٠,٣٦٠	٠,٠٦١	٥,٩٠٢	٥٦,٢٥٠
١٥	اين اللسان؟	٠,٣٦٠	٠,٤٨٥	٠,٨٨٠	٠,٢٨٠	٠,٥٢٠	٠,٠٥٢	١٠,٠٠١	١٤٤,٤٤٤
١٦	اين الصدر؟	٠,٤٦٠	٠,٥٠٣	٠,٩٢٠	٠,٢٧٤	٠,٤٦٠	٠,٠٤٨	٩,٥٨٤	١٠٠,٠٠٠
	ثالثا: الإستحمام								
١٧	احرص على الإستحمام	٠,٥٤٠	٠,٥٠٣	٠,٨٠٦	٠,٣٥١	٠,٣٢٠	٠,٠٣٩	٨,٢٥٧	٥٩,٢٥٩
١٨	حافظ على الإستحمام بعد أداء التمرينات الرياضية	٠,٥٠٠	٠,٥٠٥	٠,٩٦٠	٠,١٨٩	٠,٤٦٠	٠,٠٤٦	٩,٩٠٩	٩٢,٠٠٠
	رابعا: الشعر								
١٩	احرص على صحة شعرك	٠,٤٢٠	٠,٤٩٩	٠,٩٦٠	٠,١٩٨	٠,٥٤٠	٠,٠٤٨	١١,٢٥١	١٢٨,٥٧١
٢٠	حافظ على نظافة الشعر	٠,٦٤٠	٠,٤٨٥	١,٠٠٠	٠,٥٠٠	٠,٣٦٠	٠,٠٣٩	٩,٢٨٩	٥٦,٢٥٠
	خامسا: اليدين								
٢١	حافظ على نظافة اليدين بعد اللعب	٠,٤٨٠	٠,٥٠٥	٠,٩٤٠	٠,٢٤٠	٠,٤٦٠	٠,٠٥٧	٨,٠٧٠	٩٥,٨٣٣
٢٢	حافظ على نظافة اليدين قبل الأكل	٠,٦٤٠	٠,٤٨٥	١,٠٠٠	٠,٥٠٠	٠,٣٦٠	٠,٠٣٩	٩,٢٨٩	٥٦,٢٥٠
	سادسا: الأظافر								
٢٣	حافظ على نظافة الأظافر	٠,٤٤٠	٠,٥٠١	٠,٨٠٠	٠,٤٠٤	٠,٣٦٠	٠,٠٣٩	٩,٢٣١	٨١,٨١٨
٢٤	احرص على تقليم الأظافر	٠,٣٨٠	٠,٤٩٠	٠,٩٢٠	٠,٢٧٤	٠,٥٤٠	٠,٠٣٨	١٤,٢١١	١٤٢,١٠٥
	سابعا: الوضوء								
٢٥	احرص على الوضوء خمس مرات يوميا	٠,٤٢٠	٠,٤٩٩	٠,٩٦٠	٠,١٩٨	٠,٥٤٠	٠,٠٤٨	١١,٢٥١	١٢٨,٥٧١
٢٦	حافظ على تجديد الوضوء دائما	٠,٦٤٠	٠,٤٨٥	١,٠٠٠	٠,٥٠٠	٠,٣٦٠	٠,٠٣٩	٩,٢٨٩	٥٦,٢٥٠
	ثامنا: القدمين								
٢٧	احافظ على نظافة القدمين	٠,٤٦٠	٠,٥٠٣	٠,٩٨٠	٠,١٤١	٠,٥٢٠	٠,٠٤٢	١٢,٣٨١	١١٣,٠٤٣
٢٨	اقلم اظافر القدمين	٠,٥٠٠	٠,٥٠٥	٠,٩٨٠	٠,١٤١	٠,٤٨٠	٠,٠٥٤	٨,٨٨٩	٩٦,٠٠٠
	تاسعا: العطس								
٢٩	حافظ على استخدام المنديل عند العطس	٠,٤٠٠	٠,٤٩٥	١,٠٠٠	٠,٥٠٠	٠,٦٠٠	٠,٠٥١	١١,٧٦٥	١٥٠,٠٠٠
٣٠	حافظ على عدم العطس امام الآخرين	٠,٤٨٠	٠,٥٠٥	٠,٩٤٠	٠,٢٤٠	٠,٤٦٠	٠,٠٥٧	٨,٠٧٠	٩٥,٨٣٣
	عاشرا: النوم والإستيقاظ								
٣١	حافظ على الإستيقاظ مبكرا	٠,٤٢٠	٠,٤٩٩	٠,٩٦٠	٠,١٩٨	٠,٥٤٠	٠,٠٤٨	١١,٢٥١	١٢٨,٥٧١
٣٢	احرص على غسل الأسنان قبل النوم	٠,٤٨٠	٠,٥٠٥	٠,٨٠٠	٠,٤٠٤	٠,٣٢٠	٠,٠٤٣	٧,٤٤٢	٦٦,٦٦٧
	الحادي عشر: الملابس								
٣٣	احرص على نظافة ملابسك	٠,٦٤٠	٠,٤٨٥	١,٠٠٠	٠,٥٠٠	٠,٣٦٠	٠,٠٣٩	٩,٢٨٩	٥٦,٢٥٠
٣٤	احرص على ترتيب ملابسك	٠,٤٨٠	٠,٥٠٥	١,٠٠٠	٠,٥٠٠	٠,٥٢٠	٠,٠٤٢	١٢,٣٨١	١٠٨,٣٣٣
	الثاني عشر: غرفتي								
٣٥	حافظ على نظافة الغرفة	٠,٣٦٠	٠,٤٨٥	٠,٨٠٠	٠,٤٠٤	٠,٤٤٠	٠,٠٤٢	١٠,٤٧٨	١٢٢,٢٢٢
٣٦	احرص على ترتيب غرفتي	٠,٣٨٠	٠,٤٩٠	٠,٩٢٠	٠,٢٧٤	٠,٥٤٠	٠,٠٣٨	١٤,٢١١	١٤٢,١٠٥
	الثالث عشر: الرياضة								
٣٧	ارتدي الملابس الرياضية أثناء اللعب	٠,٣٤٠	٠,٤٧٩	٠,٩٢٠	٠,٢٧٤	٠,٥٨٠	٠,٠٤١	١٤,١٤٦	١٧٠,٥٨٨
٣٨	اهتم بنظافة الملابس الرياضية الخاصة بي	٠,٣٨٠	٠,٤٩٠	٠,٩٦٠	٠,١٩٨	٠,٥٨٠	٠,٠٤٤	١٣,١٨٢	١٥٢,٦٣٢

م	العبارات	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطا المعياري للمتوسط	قيمة ت	نسب معدل التحسن %
		س	ع±	س	ع±				
٣٩	ارتدي الحذاء المناسب عند ممارسة الرياضة	٠,٣٨٠	٠,٤٩٠	٠,٨٠٠	٠,٤٠٤	٠,٤٢٠	٠,٠٤١	١٠,٢٤٤	١١٠,٥٢٦
٤٠	الرائحة عطر: الطبيب	٠,٣٢٠	٠,٤٧١	٠,٩٢٠	٠,٢٧٤	٠,٦٠٠	٠,٠٣٦	١٦,٦٦٧	١٨٧,٥٠٠
٤١	انتاول الادوية التي يكتبها لي الطبيب	٠,٤٢٠	٠,٤٩٩	٠,٩٦٠	٠,١٩٨	٠,٥٤٠	٠,٠٤٨	١١,٢٥١	١٢٨,٥٧١
٤٢	اراجع الطبيب عند الإصابة	٠,٣٤٠	٠,٤٧٩	٠,٨٠٠	٠,٤٠٤	٠,٤٦٠	٠,٠٤١	١١,٢٢٠	١٣٥,٢٩٤
	اذهب الي الطبيب عند الشعور بالالم	٢١,٤٢٠	٥,١٢٣	٣٩,٦٠٠	٦,٠٤٢	١٨,١٨٠	٠,٦٥٢	٢٧,٨٨٣	٨٤,٨٧٤
	المجموع								

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٦٨٤

يتضح من جدول (٧) دلالة الفروق الاحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في مقياس السلوكيات لدى (أطفال "ADHD") وقد تراوحت قيمة ت المحسوبة ما بين (٣,٢٨٢ الى ١٦,٦٦٧) كما تراوحت قيمة نسب معدل التحسن ما بين (٠,٠٤٨% الى ١٨٧,٥٠٠%)

جدول (٨) معنوية حجم التأثير لمقياس السلوك الصحي لدى (أطفال "ADHD") لدى مجموعة البحث وفقا لمعادلات كوهن

المقياس	وحدة القياس	قيمة (ت)	مستوي الدلالة	معامل أيتا ^٢	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
السلوكيات الصحية	درجة	٢٧,٨٨٣	٠,٠٠٠	٠,٩٤١	٣,٧٤٦	مرتفع

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

يتضح من جدول (٨) أن قيم حجم التأثير لنتائج مقياس السلوكيات الصحية لدى (أطفال "ADHD") قيد البحث أكبر من (٠,٨٠) وقد حققت قيمة قدرها (٣,٩١٤) وهي دلالة مرتفعة، مما يدل على فاعلية برنامج الألعاب الترويحية بشكل كبير على المتغير التابع.

مناقشة النتائج:

يتضح من جدول (٧) دلالة الفروق الاحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي حيث قيمة (ت) الجدولية (١,٦٨٤) أقل من قيمة (ت) المحسوبة والتي تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٣,٢٨٢ الى ١٦,٦٦٧).

كما أشارت نتائج نسب معدل التحسن بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للسلوكيات الصحية لعينة البحث تراوحت ما بين (٠,٠٤٨% الى ١٨٧,٥٠٠%) وبإجمالي معدل تحسن (٨٤,٨٧٤%) لدى مجموعة البحث في مقياس السلوكيات الصحية لأطفال "ADHD" لصالح القياس البعدي والذي يتضح تأثيره الإيجابي بعد تطبيق البرنامج على السلوكيات الصحية قيد البحث.

يتضح من جدول (٨) أن قيم حجم التأثير لنتائج مقياس السلوكيات الصحية لدى (أطفال "ADHD") قيد البحث أكبر من (٠,٨٠) وقد حققت قيمة قدرها (٣,٩١٤) وهي دلالة مرتفعة، مما يدل على فاعلية المتغير التجريبي المقترح بشكل كبير على المتغير التابع.

الإستنتاجات:

في ضوء الأهداف والفروض الخاصة بالبحث واستنادا على الإجراءات العلمية المرتبطة بتجربة البحث، قد توصلت الباحثة إلى الإستنتاجات التالية:

١- صلاحية مقياس السلوك الصحي لأطفال (ADHD) لمرحلة التعليم الأساسي.

٢- أدي تطبيق برنامج الألعاب الترويحية لإكتساب بعض السلوكيات الصحية (لأطفال ADHD) عينة البحث إلي دلالة الفروق الاحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، وبحجم تأثير مرتفع بقيمة قدرها (٣,٩١٤) .

التوصيات:

بناءا علي الإستنتاجات الخاصة بموضوع البحث تقدم الباحثة التوصيات التالية :

- ١- الإستفادة من مقياس السلوك الصحي (لأطفال ADHD) لمرحلة التعليم الأساسي .
- ٢- ضرورة الإستفادة من برنامج الألعاب الترويحية كمدخل لإكتساب بعض السلوكيات الصحية (لأطفال ADHD)
- ٣- الحرص علي عمل برامج كثيرة في مجال تطوير السلوك الصحي تشمل كل الجوانب حتي يكتمل الصرح الصحي بالمجتمع .
- ٤- عمل دورات للوالدين لتقييم الوعي الصحي لديهم حتي يتمكنوا من توصيل المعلومه لأبنائهم .

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- ١- **السوداني عبد الكريم الصمد** (١٩٩٧). الإتجاهات الصحية اللازمة لتلاميذ المرحلة الابتدائية ومدى مراعاتها في كتب العلوم، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- ٢- **أماني محمد الصفتي، سحر حسين الشيبيني** (٢٠٠٦). تأثير الألعاب الترويحية والقصة الحركية كنشاط ترويجي علي بعض المهارات الحياتية والمفاهيم اللفظية والعديدية لطفل الروضة، بحث منشور، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
- ٣- **إيمان حلمي علي عمر** (٢٠١٦). أثر إختلاف نمط عرض القصة الرقمية " اللوحات القصصية /مقطوعات الفيديو " علي تعديل بعض السلوكيات البيئية الخاطئة لدي أطفال ما قبل المدرسة، بحث منشور، مجلة تكنولوجيا التربية دراسات وبحوث، ع٢٧٤، الجمعية العربية لتكنولوجيا التربية.
- ٤- **بهاول سارة أشواق** (٢٠٠٩). سلوكيات الخطر المتعلقة بالصحة وعلاقتها بكل من جودة الحياة والمعتقدات الصحية، رسالة ماجستير، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الحاج خضر.
- ٥- **تهاني عبد السلام محمد** (٢٠٠١). الترويح والتربية الترويحية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٦- **رواء وليد عبد الوهاب الكروي** (٢٠١٣). دراسة مقارنة في السلوك الصحي بين الطلبة ذوي التفكير الداخلي والتفكير الخارجي من طلبة المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة القادسية.
- ٧- **زكريا الشربيني** (٢٠١٤). المشكلات النفسية عند الأطفال، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٨- **شيخة محمد الملا** (٢٠٠٨). برنامج سيكودراما لخفض اضطرابات الانتباه وفرط الحركة لأطفال الروضة بدولة الإمارات العربية المتحدة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة.
- ٩- **فاطمة الزهراء حاج صبري** (٢٠٠٤-٢٠٠٥). مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس المدرسي، عسر القراءة النمائي وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى، إشراف د/عبد الكريم القرشي، جامعة ورقلة.
- ١٠- **فيصل محمد خير الزاد** (٢٠٠٢). اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه والاندفاع بالسلوك لدي الأطفال، كلية الآداب والعلوم الإنسانية.
- ١١- **كمال الدين عبد الرحمن درويش ومحمد محمد الحماحمي** (٢٠٠٧). الترويح وأوقات الفراغ، ط٣، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٢- **محمد عبد الحميد أحمد** (٢٠١٦). معايير تصميم القصص الرقمية التفاعلية وإنتاجها لتلاميذ المرحلة الابتدائية، بحث منشور، تكنولوجيا التربية دراسات وبحوث، ع٢٩٤، الجمعية العربية لتكنولوجيا التربية.

- ١٣- محمد كمال السمنودي ومحمد إبراهيم الذهبي ومحمد السيد خميس وحسام عبد العزيز جودة وحازم محمد منصور (٢٠١٤). البرامج الترويحية في المؤسسات الرياضية (نظريات - تطبيقات)، مكتبة شجرة الدر، المنصورة.
- ١٤- محمود إسماعيل طلبة (٢٠١٠). سيكولوجية الترويح وأوقات الفراغ، إسلاميك جرافيك، القاهرة.
- ١٥- مروة محمود الشناوي السيد (٢٠١٨). توظيف القصة الرقمية في تنمية بعض المفاهيم الصحية لدى طفل الروضة، بحث منشور، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، شئون البحث العلمي والدراسات العليا، مج ٢٦، ع ٣٤، الجامعة الإسلامية بغزة.
- ١٦- ناريمان محمد سعد (٢٠١٩). فاعلية برنامج قائم علي توظيف القصة الإلكترونية حركيا لتنمية بعض المهارات الحياتية لدي طفل الروضة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية النوعية، جامعة بنها.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 1- American Academy of Pediatric (2009). Clinical practice guideline: diagnosis and evaluation of the child with ADHD.
- 2- Campos ,L. F. ،Cavalcante, J. P., Machado, D. P., Marcal,E., Silva, P. G. D. B., & Rolim, J. P. (2019).Development and Evaluation of a Mobile Oral Health Application for Preschoolers. Telemedicine and e-Health,25(6),492-498.
- 3- Kim, J., Kim, G., Park, J., Wang, Y., & Lim, H. (2019). Effectiveness of Teacher-Led Nutritional Lessons in Altering Dietary Habits and Nutritional Status in preschool Children :Adoption of a NASA Mission X-Based program. Nutrients,11(7),1590.
- 4- Lamboglia,C. G.,de Moura Carvalho, L., de Vasconcelos Filho,J. E., de Sousa ,F. C L., &Silva, C. B. (2019).Interactive Digital Mobil Gaming as a Strategic Tool in the fight Against Childhood Obsity. In Healthcare Policy and Reform:Concepts, Methodologies, Tools, and Applications (pp. 830-851).IGI Global.
- 5- Pulimeno, M., Piscitelli, P., De Marco, E., &Colazzo, S. (2018).Narrative-based strategies to promote helthy eating behaviours in Childhood: a systematic review. MeTis-Mondi educative. Temi indagini suggestion, 8(1), 184-220.
- 6- scholar.google.com.eg