

أثر برنامج تعليمي في تنمية مفهوم الذات لدى مجموعة من الطلبة المعاقين حركياً  
**The Effect of Teaching Program on the Development of Disabled  
Students, Self – Concept**

راجح حرب

**Rajeh Harb**

قسم التأهيل الرياضي، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، الجامعة الهاشمية، الأردن

بريد الكتروني: rajehh@yahoo.com

تاريخ التسليم: (٢٠٠٩/٨/١٧)، تاريخ القبول: (٢٠١٠/٥/١٩)

**ملخص**

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى أثر برنامج تعليمي في تنمية مفهوم الذات لدى مجموعة من الطلبة المعاقين حركياً، وللتحقق من ذلك قام الباحث بتصميم استبانة لقياس مستوى مفهوم الذات، وكذلك قام الباحث بتصميم برنامج تعليمي لتعليم بعض مهارات الريشة الطائرة للمعاقين حركياً، وقد تضمنت العينة (٢٨) طالب وطالبة من ذوي الإعاقات الحركية، وطبق عليهم البرنامج التعليمي لمدة ٦ أسابيع وأجابوا على مقياس مفهوم الذات الذي أعده الباحث وأجرى عليه دلالات الصدق والثبات. وأظهرت النتائج أن البرنامج التعليمي قد أثر بشكل ايجابي على مفهوم الذات لدى الطلبة المعاقين. وقد أوصى الباحث بإعطاء موضوع مفهوم الذات أهمية في البرامج التعليمية.

**Abstract**

The purpose of this study was to investigate the effect of teaching program on the development of disabled students, self – concept. The sample of this study consisted of 28 male and female disabled students. They participated in a 6 – week teaching program and completed a self – concept survey developed by the researcher. The results showed that the teaching program had appositve effect on the self – concept of the disabled students. The researcher recommended giving more attention to the self – concept in the educational programs.

## المقدمة ومشكلة الدراسة

يعتبر مفهوم الذات من المفاهيم التي يتناولها رجال الدين والفلاسفة والمفكرين بأسماء مختلفة كالنفس والروح والذات والأنا، ولكن هذا المفهوم أخذ وضعه في علم النفس المعاصر على يد العالم وليام جيمس عام (١٨٩٠) وكان ذلك لأول مرة، حيث عرف الذات على أنها مجموع ما يملكه الإنسان أو ما يستطيع أن يقول أنه له، جسمه سماته، قدراته، ممتلكاته المادية، أسرته، أصدقائه، مهنته. (القاضي، فطيم، وحسين، ١٩٨١، ص ٢٢٧)، ولقد تطور مفهوم الذات في علم النفس المعاصر وأصبح ينظر إلى الذات على أنها نظام فعال للمفاهيم والقيم والأهداف والمثل التي تقرر الطريقة التي يسلك بها الفرد. (أبو زيد، ١٩٨٧، ٧٦)، ولهذا اعتبرت مدرجات الفرد المتصلة بذاته وما يكتنفها من أحكام نفسية واتجاهات عاطفية موجّهات أساسية لدافعيته وسلوكه وتكيفه الشخصي، وهذا ما أكده الباحثون في مجال الذات، أن لدراسة هذه المدرجات قيمة نظرية من حيث أنها تشكل مفاهيم تساعد على فهم سلوك الأفراد والتعرف على محدداته وبخاصة في المجالات الإنجازية والتكيفية مما يجعل لها قيمة تنبؤية وقيمة علاجية. (حداد، ١٩٩٠، ص ٣٣).

إن مفهوم الذات يتشكل منذ الطفولة عبر مراحل النمو المختلفة على ضوء محددات يكتسبها الفرد بصورة تدريجية عن نفسه، ويكون هذا نتاج أنماط التنشئة الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي، وخبرات النجاح والفشل والظروف الاجتماعية والاقتصادية. (صالحه، ١٩٩٢، ص ٨٢)، وإذا تكونت الذات عند الإنسان احتفظت بتنظيمها وقاومت التعديل وكذلك التغيير مما يساعد على التنبؤ بسلوك الفرد في المواقف المختلفة، ويلعب مفهوم الذات كتنظيم نفسي دوراً رئيسياً وهاماً في خبرات الفرد والتي تؤثر بدورها في جميع جوانب سلوكه وتحصيله الدراسي، وميوله، وإن حاجة الفرد الأساسية هي تطور هذا التنظيم وصيانته، فكلما مر الفرد بخبرات جديدة فإنه يواجهها قبولاً أو رفضاً بما يتفق مع ذاته وبهذا يحافظ عليها ويجنبها مواقف الصراع.

إن مفهوم الذات الأكاديمي مرتبط ارتباطاً وثيقاً بالدافعية للتعلم وإن الأفكار الأكثر أهمية هي التي يمتلكها المتعلم حول نفسه والتي هي نتيجة لخبراته ومواقفه وتجارب الصف والمدرسة، ومن هنا يجب زيادة الاهتمام في الذات عند جميع طلبة المدارس بجميع مراحلها، ومهما كان وضعهم الصحي لأن ذلك يقلل العبء على المجتمع، ويقلل من زيادة انتشار الأمية، فالأفراد بجميع حالاتهم الصحية هم من يكونون المجتمع سواء كانوا أصحاء أم معاقين، فالفرد الصحيح مفهومه لذاته تكون بدرجة أفضل من الفرد المعاق، لأن الإعاقة لها دور في التأثير على مفهوم الذات للمعاقين، ومن هنا فالإعاقة الحركية من المشكلات الأساسية التي لها تأثير على الفرد وعلى المجتمع، لأنها تنتقل مع الفرد عبر مراحل عمره، وهذا الأمر يؤثر على الفرد وعلى سلوكه وقد يؤدي هذا الأمر إلى مشكلات إجتماعية ودراسية، وهذا بالتالي يؤثر على مستقبل الفرد ومستقبل أسرته كما يؤثر على إنتاجية الفرد في المجتمع، ويؤثر على موارد المجتمع ويزيد من نفقاته المالية، ولهذا فإن هذه المشكلة غالباً ما تؤثر على كيفية تعامل الفرد مع المحيطين به وتؤثر على مستقبله، والحديث هنا لا يقصده تلك الآثار التي نراها بالعين المجردة، بل تلك الآثار الخفية التي تحفر في وجدان الفرد المعاق على أنه إنساناً غير منتج وأنه شخص

مختلف عن الآخرين وأقل منهم وهذا الشعور ينتقل معهم عبر مراحل حياتهم، ولهذا يتوجب علينا مواجهة مشكلة الإعاقة الحركية سواءً على المدى القريب أو البعيد.

لقد تكاثفت الجهود العالمية والعربية والمحلية من أجل المطالبة بحقوق المعاقين وحمائيتهم، وذلك من خلال القرارات والإتفاقيات، وبالرغم من تزايد الوعي العام لقضية المعاقين حركياً من خلال الإهتمام الكبير بهذه الشريحة من المجتمع، نجد أن الهيئات التي تهتم بهم تشير إلى أنه لا تزال مشكلة الإعاقة الحركية من المشكلات المتزايدة والتي تشكل عبئاً على الفرد والمجتمع، ومن هنا أصبحت الإعاقة الحركية تؤثر على نمط حياة الفرد وعلى شخصيته، وتؤدي إلى سيطرة شعور الخوف والقلق والإكتئاب، وشعور الفرد بالخجل وعدم الثقة بالنفس وكذلك الضعف في التحصيل الأكاديمي، وقد يؤدي إلى إنعزالية الفرد عن الآخرين، وكل هذا يؤثر على مفهومهم لذاتهم، ولهذا يجب مساعدتهم لأن مساعدة الأفراد المعاقين حركياً واجباً قومياً ويتم من خلال طرقاً عديدة، وكلها تهدف إلى مساعدة الفرد وإعادة تأهيله وتقديم تدخلات مناسبة من أجل التخفيف من الآثار السلبية التي قد تسببها إعاقته، ولهذا فإن من الواجب علينا اتخاذ جميع الإجراءات والتدابير لمساعدة هذه الفئة للوصول بهم إلى أفراد منتجين، وذلك من خلال إعداد برامج تعليمية منظمة.

إن البرامج التعليمية تؤدي إلى تحسين التوافق النفسي ومفهوم الذات لدى الفرد المعاق، وتساعد على مواجهة القلق، والتخفيف من آثار الإعاقة، وفي هذا الصدد أشار بارس ونيومان (١٩٩٠) Paris and Newman إلى أن التعليم المنظم أصبح هدفاً تربوياً غاية في الأهمية للطلبة وموضوعاً هاماً للبحث في مجال علم النفس التربوي.

وبما أن مشكلة الإعاقة مشكلة لها أبعاداً خطيرة، لما يترتب عليها من آثار سلبية سواءً على المستوى القريب أو البعيد، وكذلك لما لها من آثار سلبية على الفرد والمجتمع، وبما أن هذه المشكلة أصبحت في تزايد مستمر أصبح لابد من الإسراع لإيجاد إجراءات لمواجهة هذه المشكلة وتقديم العون للأفراد المعاقين حركياً، جاءت الدراسة الحالية والتي هدفت إلى بناء برنامج تعليمي مبني على أساس علمي منظم وتطبيقه على عينه من طلبة معاقين حركياً في جمعية الحسين لرعاية وتأهيل ذوي التحديات الحركية والتعرف على مدى مساعدة هذا البرنامج التعليمي على رفع مستوى مفهوم الذات عند الطلبة المشاركين في البرنامج.

### أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى:

١. تصميم برنامج تعليمي باستخدام بعض مهارات لعبة الريشة الطائرة.
٢. قياس مستوى مفهوم الذات لدى عينة الدراسة.
٣. قياس اثر هذا البرنامج التعليمي في تنمية مفهوم الذات لدى طلبة معاقين حركياً.

### أهمية الدراسة

تعود أهمية الدراسة الحالية إلى الحاجة إلى إيجاد برنامج تعليمي لأطفال معاقين حركياً وتعليمهم بعض المهارات في لعبة الريشة الطائرة، والتعرف على دور هذا البرنامج في تحسين مفهوم الذات لديهم، وكذلك تحقيق تكيف اجتماعي أفضل.

إن تطوير العملية التعليمية يستلزم إستحداث برامج تعليمية منظمة ومتطورة مبنية على أسس علمية تعمل على تنمية مختلف جوانب النمو، ولهذا فإن هذه الدراسة بما تناولته من تجريب برنامج تعليمي لتنمية مفهوم الذات لدى طلبة معاقين حركياً، قد يسهم في الاهتمام من قبل المختصين لتطوير البرامج التعليمية لطلبة المدارس المعاقين حركياً لما له دور هام وفاعل في تطوير وتنمية مفهوم الذات.

من هنا تكمن أهمية هذه الدراسة لأنها تعد جهداً علمياً منظماً يثري المكتبة العربية في المجال الرياضي.

### أسئلة الدراسة

١. ما مستوى مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي التحديات الحركية اللذين سيشاركون في البرنامج التعليمي.
٢. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات بين الطلبة قبل وبعد الإشتراك في البرنامج التعليمي.

### مصطلحات الدراسة

#### ١. مفهوم الذات

عرفه (زهران، ١٩٧٧، ص ٨٣)، بأنه تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية، والتصورات، والتقويمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد، ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته، ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المتسعة المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكيونته الداخلية أو الخارجية.

عرفه (جورادو واندزمن، ١٩٨٨، ٢١٦)، بأنه الصورة التي نملكها عن ذاتنا وغالباً ما يتضمن هذا المفهوم تقيماً للذات باعتبارها (سيئة) أو (حسنة) وأحكاماً نطلقها على ذاتنا ومدى جاذبيتنا.

عرفه (إبراهيم يعقوب، ١٩٩٢، ٤٧)، بأنه المجموع الكلي لإدراكات الفرد، وهو صورة مركبة مؤلفة من تفكير الفرد عن نفسه، وتفكير الآخرين عنه، وبما يفضل أن يكون عليه.

## ٢. المعاق حركياً

عرفه ويلسون، (Wilson, 1977) نقلاً عن جبريل (١٩٩٥، ص ١٠٦٢)، بأنه الشخص الذي لديه عائق جسدي يمنعه من القيام بوظائفه الحركية بشكل طبيعي نتيجة مرض أو إصابة أدت إلى ضمور العضلات أو ضعف في القدرة الحركية أو الحسية في الأطراف السفلى أو العليا، أو إلى إختلال التوازن الحركي أو بتر في الأطراف، ويحتاج هذا الشخص إلى برامج طبية ونفسية وإجتماعية ومهنية لمساعدته في تحقيق التكيف وليكتسب قدراً من الإستقلالية.

### الدراسات السابقة

بعد البحث والتحري لم يجد الباحث أية دراسات تتعلق بموضوع الدراسة الحالية بطريقة مباشرة أثر برنامج تعليمي لتنمية مفهوم الذات عند الطلبة المعاقين حركياً، لكن وجد الباحث مجموعة من الدراسات لها ارتباط بطريقة غير مباشرة بموضوع الدراسة الحالية، وفيما يلي عرض لهذه الدراسات التي استطاع الباحث الحصول عليها بعد الرجوع إلى المراجع العلمية والأدب السابق في هذا الموضوع، حيث قسم الباحث هذه الدراسات إلى قسمين:

١. دراسات اهتمت بدراسة مفهوم الذات عند الأصحاء في الألعاب الرياضية المختلفة.

٢. دراسات اهتمت بدراسة مفهوم الذات عند المعاقين.

وفيما يلي عرضاً لبعض هذه الدراسات

١. دراسات اهتمت بدراسة مفهوم الذات عند الأصحاء في الألعاب الرياضية المختلفة

وقام أبو شمه (١٩٩٥)، بدراسة هدفت للتعرف إلى مستوى مفهوم الذات لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى بكرة السلة، حيث أجريت هذه الدراسة على عينة مكونة من (١٣٥) لاعب ولاعبة، وكان من نتائج هذه الدراسة إلى أن مفهوم الذات جاء بدرجة متوسطة عند لاعبي الدرجة الأولى، كما أنه لا توجد فروق ذات دلالة في مفهوم الذات تعزى لمتغيرات الجنس، والعمر، ودرجة الممارسة، ومركز اللعب.

قام (Dayson, 2002)، بإجراء دراسة لمعرفة وجهة نظر مدرس التربية الرياضية وطلبة الصفين الثالث والرابع الابتدائيين باستخدام أسلوب التعليم التعاوني في تدريس التربية الرياضية.

وتوصلت الدراسة إلى أن المدرس والطلبة يحملون وجهات نظر مشابهة حول هذا الأسلوب في مجال أهداف الدرس، وكذلك دور الطالب في الدرس، وكيفية الاتصال بين الطالب والمدرس أثناء الدرس، وكيفية عمل الطلبة مع بعضهم البعض، وما هو زمن الأداء في الدرس، كما توصلت الدراسة أيضاً إلى أن التدريس باستخدام الأسلوب التعليمي التعاوني له الأثر الايجابي في التربية الرياضية.

## ٢. دراسات اهتمت بدراسة مفهوم الذات عند المعاقين

وقام أيضاً (Linkowski and Dunnk, 1974)، بدراسة هدفت معرفة العلاقة بين مفهوم الذات وقبول الإعاقة من جهة، وبين الرضا عن العلاقات الاجتماعية من جهة أخرى، حيث أجريت هذه الدراسة على عينة مكونة من (٥٥ طالباً)، من الطلبة الجامعيين المعاقين حركياً، حيث أشارت نتائج هذه الدراسة إلى وجود علاقة بين مفهوم الذات وقبول الإعاقة، وبين قبول الإعاقة والرضا عن العلاقات الاجتماعية، كما أشارت أيضاً إلى الطريقة التي يقيم فيها المعاق حركياً إعاقته تؤثر في رؤيته لنفسه ككل وللإعاقة الاجتماعية، حيث أن الأفراد الذين كان لديهم مفهوم ذات ايجابي كانوا أكثر رضاً عن العلاقات الاجتماعية، حيث أن الأفراد الذين كان لديهم مفهوم ذات ايجابي كانوا أكثر رضا عن علاقاتهم الاجتماعية، وأكثر نجاحاً في التفاعل مع الآخرين.

وأجرى (Harvey and Greenway, 1984)، دراسة هدفت إلى مقارنة مفهوم الذات لدى المعاقين وغير المعاقين جسدياً، حيث تكونت عينة الدراسة من (٣١) طفلاً معاقين و(١٨) طفلاً عادياً وتراوحت أعمار عينة الدراسة بين ٩ - ١٢ سنة، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق في مفهوم الذات بين المعاقين وغير المعاقين لصالح الأطفال غير المعاقين، كما أشارت أيضاً إلى أن الإعاقة الجسدية تؤدي إلى مفهوم ذات سلبي إلى ارتفاع درجة القلق لدى المعاقين.

أجرى (Rosbet and Howell, 1986)، بدراسة على عينة مكونة من (٦١٢) طالب من طلاب الصف العاشر، وأشارت نتائج هذه الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة المعاقين وغير المعاقين في مفهوم الذات الجسدية، ومفهوم الذات الاجتماعية، بينما أظهرت النتائج إلى وجود مفهوم ذات أكاديمي أكثر ايجابية لدى المعاقين حركياً، وفسر الباحث ذلك إلى على أنه تعويض مبالغ فيه في جانب بهدف التعويض عن الشعور بالضعف في جانب آخر.

وأجرى (Ravaud, 1986)، بدراسة هدفت إلى التعرف على مدى تأثير المعاق حركياً بادراك الآخرين من غير المعاقين لأعاقتهم، وتكونت عينة الدراسة من (٤١) معاقاً، وأشارت نتائج هذه الدراسة إلى أن المعاقين حركياً أظهروا ميلاً إلى أن يدركوا أنفسهم بطريقة مماثلة للطريقة التي يدركهم بها غير المعاقين.

وأجرى (Sherill, et. Al, 1990)، دراسة هدفت للتعرف على مفهوم الذات لدى رياضيين معاقين حركياً، بالمقارنة مع رياضيين غير معاقين، وتكونت عينة الدراسة من (١٥٨) معاقاً تراوحت أعمارهم بين ٩ - ١٨ عاماً، ولم تبين نتائج هذه الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة في مفهوم الذات الكلي بين المعاقين حركياً وغير المعاقين.

## إجراءات الدراسة

## منهجية الدراسة

تعد هذه الدراسة من الدراسات التجريبية ولذلك استخدم الباحث المنهج التجريبي واختبار قبلي وبعدي.

## مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من طلبة جمعية الحسين لرعاية وتأهيل ذوي التحديات الحركية للصفين، الصف الثالث الأساسي ولصف الرابع الأساسي، والمسجلين في كشوفات المدرسة للفصل الأول من العام الدراسي ٢٠٠٨ / ٢٠٠٩، والبالغ عددهم (٢٨) طالب وطالبة، منهم (١٧) طالب، و(١١) طالبة، تراوحت أعمارهم من (٨ - ١٠) سنة، والجدول رقم (١) يبين توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب متغيرات الجنس والمستوى الدراسي والعمر.

جدول (١): توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب متغيرات الجنس والمستوى الدراسي والعمر.

م	المتغير	الفئة	العدد	النسبة المئوية
١	الجنس	ذكر	١٧	٦٠.٧١٤%
		أنثى	١١	٣٩.٢٨٥%
٢	المستوى الدراسي	الثالث	١٤	٥٠%
		الرابع	١٤	٥٠%
٣	العمر	٩ - ٨	١١	٣٩.٢٨٥%
		١٠ - ٩	١٧	٦٠.٧١٤%
المجموع			٢٨	١٠٠%

## عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من مجتمع الدراسة كاملاً والبالغ عددهم (٢٨)، طالباً وطالبة.

## أدوات الدراسة

## أولاً: مقياس مفهوم الذات

قام الباحث ببناء مقياس مفهوم الذات بما يتناسب مع عينة الدراسة وذلك بعد الإطلاع على الأدب النظري المتعلق بموضوع الدراسة الحالية، سواءً بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، وكذلك الإطلاع على عدد من المقاييس المختصة بمفهوم الذات لتام وزملانة (Tam et al.2003)، واستبيان روسيل (Russell, 1999)، ومقياس بيرس - هاريس لمفهوم الذات عند الأطفال (Piers, 1994)، ومقياس مفهوم الذات للمعاقين حركياً للمومني والصمادي (١٩٩٥)، وقد تكون المقياس بصورته النهائية من جزئين، الجزء الأول يتضمن معلومات عامة عن الفرد الذي

سيجيب على المقياس، والجزء الثاني، يتضمن عبارات المقياس التي بلغت (٤٠) عبارة موزعة على أربعة محاور رئيسية وهي:

١. مفهوم الذات الجسمية، وبلغ عدد عباراته (١٠) عبارة وهي العبارات من (١ - ١٠).
٢. مفهوم الذات الاجتماعية، وبلغ عدد عباراته (١٠) عبارة وهي العبارات من (١١ - ٢٠).
٣. مفهوم الذات النفسية: وبلغ عدد عباراته (١٠) عبارة وهي العبارات من (٢١ - ٣٠).
٤. مفهوم الذات الأكاديمي، وبلغ عدد عباراتها (١٠) عبارة وهي العبارات من (٣١ - ٤٠).

#### صدق المقياس

قام الباحث بتوزيع هذا المقياس بصورته الأولية على عدد من المحكمين وعددهم (١٠) محكمين من ذوي الاختصاص في فروع التربية الرياضية، والتربية الخاصة وعلم النفس، والقياس والتقويم، وأساليب التدريس، والجدول رقم (٢) يبين أسماء المحكمين ورتبهم العلمية، حيث طلب منهم إبداء رأيهم في فقرات المقياس وبالمجالات من حيث مدى وضوح الفقرات، ومدى ارتباط فقرات المقياس بالمجال، والطلب منهم إضافة أو تعديل ما يروونه مناسباً.

#### معامل الثبات

تم استخراج معامل الثبات بطريقتين هما الطريقة النصفية وهي استخراج الدرجات على الفقرات لإستجابات الذكور والإناث لجميع الطلبة الذين طبقت عليهم الإستبانة وتم تصحيح الأستبانة عن طريق معادل سبيرمان - براون التنبؤية وبطريقة الإعادة، إذ أعيد تطبيق الأستبانة على مجموعة من الطلبة بلغ عددهم (١٥) طالب بعد اسبوع من تطبيق الإستبانة لأول مرة وبلغ معامل الثبات الكلي للمقياس (٠.٨٦).

#### تصحيح المقياس

أعطيت الاستجابة على فقرات المقياس بـ (موافق) الدرجة (٣)، والاستجابة على فقرات المقياس بـ (محايد) الدرجة (٢)، والاستجابة على فقرات المقياس بـ (غير موافق) الدرجة (١)، وبناءً على ذلك تم تقسيم الاستجابة إلى ثلاث فئات هي:

١. مفهوم ذات منخفض: وهي الفئة التي ستنحصر متوسط إجاباتها الحسابية بين (١ - ٦٦).
٢. مفهوم ذات متوسط: وهي الفئة التي ستنحصر متوسط إجاباتها الحسابية بين (٦٧ - ٣٣).
٣. مفهوم ذات عال: وهي الفئة التي ستنحصر متوسط إجاباتها الحسابية بين (٣٤ - ٣).

### خطوات إعداد الاستبانة

- مراجعة الأدب والدراسات السابقة المتعلقة بنوع هذه الاستبانة.
- تحديد نوع المقياس.
- تم تحديد مقياس ثلاثي وأعطيت قيم تراوحت من (١ - ٣) بالترتيب للعبارات الإيجابية كما هو مبين في الجدول رقم (٢).

### جدول رقم (٢): يبين توزيع القيم للعبارات الإيجابية.

موافق	محايد	غير موافق
٣	٢	١

وتم عكس الترتيب السابق للعبارات السالبة كما هو مبين في الجدول رقم (٣).

### جدول (٣): يبين توزيع القيم للعبارات السلبية.

موافق	محايد	غير موافق
١	٢	٣

### تعليمات الإجابة على الاستبانة

تكون المقياس بصورته النهائية من جزئين، الجزء الأول يتضمن معلومات عامة عن الفرد الذي سيجيب على المقياس، والجزء الثاني يتضمن فقرات المقاييس مرتبة بشكل عامودي، وعلى الجانب الأيسر من هذه الفقرات جاء سلم الاستجابة، وحسب التعليمات طلب من الطالب والطالبة القيام بوضع إشارة (X) أمام كل عبارة تعبر عن رأيه.

### ثانياً: البرنامج التعليمي

قام الباحث ببناء برنامج تعليمي بأسلوب علمي منظم مكون من بعض المهارات الأساسية للعبة الريشة الطائرة الكراسي المتحركة بما يتناسب مع عينة الدراسة. ملحق مرفق رقم (٢).

قام الباحث بإجراء التجريب الفردي على عينة استطلاعية مكونة من طالبين كل على حدة وذلك ما بين تاريخ ٥ - ٢٠٠٨/١٠/٩ م.

قام الباحث بإجراء التجريب الجماعي على عينة استطلاعية مكونة من (٥) طلاب بشكل جماعي وذلك أيام الأحد والثلاثاء والخميس، ما بين تاريخ ٥ - ٢٠٠٨/١٠/٩ م، بحيث كان وقت التجريب الاستطلاعي مختلف عن وقت التجريب الفردي، تم تعديل البرنامج التعليمي واستبعاد ما ظهر من سلبيات أثناء التطبيق الفردي والجماعي، وتم تطبيق البرنامج التعليمي لمدة ستة أسابيع وذلك ما بين ٢٠٠٨/١٠/١٢ إلى ٢٠٠٨/١١/٢٠، وبواقع ثلاثة حصص أسبوعية، وتراوحت الحصة الواحدة ما بين (٦٠ - ٧٥) دقيقة.

### متغيرات الدراسة

**المتغيرات المستقلة:** اشتملت الدراسة على ثلاثة متغيرات مستقلة وهي:

١. الجنس وله مستويان (ذكور وإناث).
٢. المستوى الدراسي: وله مستويان (المستوى الأول، الصف الثالث، المستوى الثاني، والصف الرابع).
٣. العمر: وله مستويات، الأول من ٨ - ٩ سنوات، والثاني يزيد عن ٩ - ١٠ سنوات.

**المتغير التابع:** مفهوم الذات

### نتائج الدراسة ومناقشتها

اهتمت هذه الدراسة بالتعرف إلى مفهوم الذات لدى مجموعة من الطلبة من ذوي التحديات الحركية كذلك على أثر البرنامج التعليمي على تحسين مفهوم الذات لدى مجموعة من الطلبة من ذوي التحديات الحركية، وللإجابة على السؤال الأول من أسئلة الدراسة وهو "ما هو مستوى مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي التحديات الحركية الذين سيشاركون في البرنامج التعليمي"، والسؤال الثاني "هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات بين الطلبة قبل وبعد الاشتراك في البرنامج التعليمي"، استخرج الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على فقرات المقياس لكل محور، وللاختبارين القبلي والبعدي.

**جدول (٤):** البيانات الوصفية لمقياس مفهوم الذات الجسمي (الاختبار القبلي).

رقم الفقرة	الفقرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
١	مظهري يسبب لي القلق	٢٨	١.٢١٤٣	٠.٤١٧٩	٤٠.٤٨%	منخفضة
٢	وجهي يجعلني اشعر بالراحة	٢٨	١.٤٢٨٦	٠.٥٠٤٠	٤٧.٢٩%	منخفضة
٣	أنا أشعر أنني عاجزاً جسدياً	٢٨	١.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	٣٣.٣٣%	منخفضة
٤	أنا اشعر بالتعب بسرعة	٢٨	١.٢١٤٣	٠.٤١٧٩	٤٠.٤٨%	منخفضة
٥	قوتي الجسدية غير كافية	٢٨	١.١٠٧١	٠.٣١٥٠	٣٦.٩٠%	منخفضة
٦	أنا غير راضي عن مظهري	٢٨	١.٢١٤٣	٠.٤١٧٩	٤٠.٤٨%	منخفضة
٧	أشعر بأنني شخص قوي	٢٨	١.٢١٤٣	٠.٤١٧٩	٤٠.٤٨%	منخفضة

... تابع جدول رقم (٤)

رقم الفقرة	الفقرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
٨	وزني غير مناسب	٢٨	١.٤٦٤٣	٠.٥٠٧٩	٤٨.٨١%	منخفضة
٩	جسمي سليم من الناحية الصحية	٢٨	١.٢١٤٣	٠.٤١٧٩	٤٠.٤٨%	منخفضة
١٠	أنا لا أخجل من شكلي	٢٨	١.١٧٨٦	٠.٣٩٠٠	٣٩.٢٩%	منخفضة
	المتوسط الحسابي الكلي للمحور	٢٨	١.٢٢٥٠	٠.٤٢١٥	٤٠.٨٣%	منخفضة

ن = ٢٨ / القيمة العظمى للفقرة (٣) درجات / القيمة العظمى لل فقرات (٣٠) درجة.

تشير نتائج بيانات الجدول رقم (٤) إلى أن متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات المحور المتعلق بمفهوم الذات الجسمي تراوحت ما بين (١ - ١.٤٦٤٣) وينسب مئوية تراوحت ما بين (٣٣.٣٣ - ٤٨.٨١)، حيث احتلت الفقرة (٣) أنا أشعر أنني عاجزاً جسدياً أقل نسبة فيما احتلت الفقرة (٨) وزني غير مناسب أعلى نسبة، في حين كان المتوسط الحسابي الكلي للمحور المتعلق بمفهوم الذات الجسمية قد بلغت (١.٢٢٥٠) بسبة مئوية (٤٠.٨٣) وهذا يدل على أن هذا المحور يحتل درجة منخفضة لمفهوم الذات، ومن خلال مشاهدة الفقرات نجد أن أعلى نسبة أخذتها الفقرة التي تنص على وزن الفرد الزائد، ويعزو الباحث ذلك إلى قلة الحركة التي يقوم فيها الفرد.

جدول (٥): البيانات الوصفي لمقياس مفهوم الذات الاجتماعي (الاختبار القبلي).

رقم الفقرة	الفقرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
١١	أنا عندي عدد كبير من الأصدقاء	٢٨	١.٧١٤٣	٠.٤٦٠٠	٥٧.١٤%	متوسطة
١٢	أنا راضي عن مستوى الاجتماعي	٢٨	١.٦٧٨٦	٠.٤٧٥٦	٥٥.٩٥%	متوسطة
١٣	زملائي بالصف لا يفهموني	٢٨	١.٠١٧٤	٠.٢٦٢٣	٣٣.٩١%	منخفضة
١٤	الطلبة في صفي لهم أصدقاء أكثر مني	٢٨	١.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	٣٣.٣٣%	منخفضة
١٥	أنا أكره الاختلاط	٢٨	١.٣٩٢٩	٠.٤٩٧٣	٤٦.٤٣%	منخفضة
١٦	أحس أن الآخرين يحبون الجلوس معي	٢٨	١.٧٥٠٠	٠.٤٤١٠	٥٨.٣٣%	متوسطة

... تابع جدول رقم (٥)

رقم الفقرة	الفقرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
١٧	أهلي لا يفرقون بيني وبين إخوتي	٢٨	١.٨٢١٤	٠.٣٩٠٠	٦٠.٧١%	متوسطة
١٨	أنا أحب الطريقة التي يعاملني بها الآخريين	٢٨	١.٦٧٨٦	٠.٤٧٥٦	٥٥.٩٥%	متوسطة
١٩	أنا أعتز وأفتخر بعائلي	٢٨	١.٨٢١٤	٠.٣٩٠٠	٦٠.٧١%	متوسطة
٢٠	أستطيع التأقلم مع الناس بسرعة	٢٨	١.٨٢١٤	٠.٣٩٠٠	٦٠.٧١%	متوسطة
	المتوسط الحسابي الكلي للمحور	٢٨	١.٥٧٥٠	٠.٥١٦٨	٥٢.٥٠%	منخفضة

ن = ٢٨ / القيمة العظمى للفقرة (٣) درجات / القيمة العظمى لل فقرات (٣٠) درجة

تشير نتائج بيانات الجدول رقم (٥) إلى أن متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات المحور المتعلق بمفهوم الذات الاجتماعي تراوحت ما بين (١ - ١.٨٢١٤) وبنسب مئوية تراوحت ما بين (٣٣.٣٣ - ٦٠.٧١) ، حيث احتلت الفقرة (٤) الطلبة في صفي لهم أصدقاء أكثر مني اقل نسبة فيما احتلت الفقرة (٩) أنا أعتز وأفتخر بعائلي والفقرة (١٠) أستطيع التأقلم مع الناس بسرعة أعلى نسبة، في حين كان المتوسط الحسابي الكلي للمحور المتعلق بمفهوم الذات الاجتماعية قد بلغت (١.٥٧٥٠) بنسبة مئوية (٥٢.٥٠) وهذا يدل على أن هذا المحور يحتل درجة منخفضة لمفهوم الذات، ومن خلال النظر لل فقرات نجد أن الفقرات التي تتعلق بعائلة الفرد ذوي التحديات الحركية قد أخذت أعلى النسب وهذا شيئاً طبيعياً، فالعائلة تهتم بأفرادها مهما كان وضعهم وتريد من الاهتمام بمن عنده إعاقة من أفرادها، وتعطيه جانباً أكثر من الرعاية والحنان.

جدول (٦): البيانات الوصفية لمقياس مفهوم الذات النفسي (الاختبار القبلي).

رقم الفقرة	الفقرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
٢١	أنا إنسانا غير منتج	٢٨	١.٧١٤٣	٠.٤٦٠٠	٥٧.١٤%	متوسطة
٢٢	أنا أكره ذاتي	٢٨	١.٥٧١٤	٠.٥٠٤٠	٥٠.٣٣%	منخفضة
٢٣	أنا لا أصلح لأي شيء	٢٨	١.٦٠٧١	٠.٤٩٧٣	٥٣.٥٧%	منخفضة
٢٤	لا أتعرض لأي نقد من أحد	٢٨	١.٥٣٥٧	٠.٥٠٧٩	٥١.٩٠%	منخفضة

... تابع جدول رقم (٦)

رقم الفقرة	الفقرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
٢٥	أن شخص أحترم نفسي	٢٨	١.٩٢٨٦	٠.٢٦٢٣	٦٤.٢٩%	متوسطة
٢٦	أنا شكلي جذاب	٢٨	١.٧٥٠٠	٠.٤٤١٠	٥٨.٣٣%	متوسطة
٢٧	أنا قوي لأنني أتغلب على كل العقبات	٢٨	١.٥٠٠٠	٠.٥٠٩٢	٥٠%	منخفضة
٢٨	أتمتع بلسان فصيح	٢٨	١.٧٥٠٠	٠.٤٤١٠	٥٨.٣٣%	متوسطة
٢٩	أنا أنسانا سعيدا في حياتي	٢٨	١.١٠٧١	٠.٣١٥٠	٣٦.٩٠%	منخفضة
٣٠	أنا شخص مرح وبشوش	٢٨	١.٧٥٠٠	٠.٤٤١٠	٥٨.٣٣%	متوسطة
٢٨	المتوسط الحسابي الكلي للمحور	٢٨	١.٦٢٥٠	٠.٥٠٢٨	٥٤.١٧%	منخفضة

ن = ٢٨ / القيمة العظمى للفقرة (٣) درجات / القيمة العظمى لل فقرات (٣٠) درجة

تشير نتائج بيانات الجدول رقم (٦) إلى أن متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات المحور المتعلق بمفهوم الذات النفسي تراوحت ما بين (١.١٠٧١ - ١.٩٢٨٦) وبنسب مئوية تراوحت ما بين (٣٦.٩٠ - ٦٤.٢٩)، حيث احتلت الفقرة (٩) أنا أنسانا سعيدا في حياتي أقل نسبة فيما احتلت الفقرة (٥) أن شخص أحترم نفسي أعلى نسبة.

في حين كان المتوسط الحسابي الكلي للمحور المتعلق بمفهوم الذات النفسي قد بلغت (١.٦٢٥٠) بنسبة مئوية (٥٤.١٧) وهذا يدل على أن هذا المحور يحتل درجة منخفضة لمفهوم الذات، وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية نجد أن أعلى درجة أخذتها الفقرة التي تنص على أن الفرد من ذوي التحديات الحركية يعتز بنفسه، وكذلك بشكله وجاذبيته، ويعزو الباحث ذلك إلى أن الفرد يعرض عدم مقدرته على القيام ببعض الأشياء، ونظرة الآخرين له باعتزازه بنفسه.

جدول (٧): البيانات الوصفية لمقياس مفهوم الذات الأكاديمي (الاختبار القبلي).

رقم الفقرة	الفقرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
٣١	أنا راضي عن مستوى الأكاديمي	٢٨	١.٥٧١٤	٠.٥٠٤٠	٥٠.٣٣%	منخفضة
٣٢	أنا أحب معلمي	٢٨	١.٨٥٧١	٠.٣٥٦٣	٦١.٩٠%	متوسطة
٣٣	أنا أكره الدراسة	٢٨	١.٧١٤٣	٠.٤٦٠٠	٥٧.١٤%	متوسطة

... تابع جدول رقم (٧)

رقم الفقرة	الفقرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
٣٤	أنا أكره الرياضة التي أتعلمها	٢٨	١.١٠٧١	٠.٣١٥٠	٣٦.٩٠%	منخفضة
٣٥	أنا أستطيع الحصول على علامات عالية	٢٨	١.٤٢٨٦	٠.٥٠٤٠	٤٧.٦٠%	منخفضة
٣٦	زملائي في الصف دائما يستشيرونني بحل الواجبات	٢٨	١.٣٢١٤	٠.٤٧٥٦	٤٤.٠٤%	منخفضة
٣٧	أنا أدرس دائما حتى أبقى متفوق	٢٨	١.٤٦٤٣	٠.٥٠٧٩	٤٨.٨٠%	منخفضة
٣٨	أنا دائما أعرف إجابة الأسئلة التي يسألها مدرسي	٢٨	١.٣٩٢٩	٠.٤٩٧٣	٤٦.٤٣%	منخفضة
٣٩	أنا أستوعب ما يشرحه المعلم	٢٨	١.٣٢١٤	٠.٤٧٥٦	٤٤.٠٤%	منخفضة
٤٠	أستطيع مساعدة زملائي بالدراسة	٢٨	١.١٧٨٦	٠.٣٩٠٠	٣٩.٢٩%	منخفضة
	المتوسط الحسابي الكلي للمحور	٢٨	١.٤٣٥٧	٠.٥٠٦٥	٤٧.٨٦%	منخفضة

ن = ٢٨ / القيمة العظمى للفقرة (٣) درجات / القيمة العظمى لل فقرات (٣٠) درجة.

تشير نتائج بيانات الجدول رقم (٧) إلى أن متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات المحور المتعلق بمفهوم الذات الأكاديمي تراوحت ما بين (١.١٠٧١ - ١.٨٥٧١) وينسب مئوية تراوحت ما بين (٣٦.٩٠ - ٦١.٩٠)، حيث احتلت الفقرة (٤) أنا أكره الرياضة التي أتعلمها أقل نسبة فيما احتلت الفقرة (٢) أنا أحب معلمي أعلى نسبة.

في حين كان المتوسط الحسابي الكلي للمحور المتعلق بمفهوم الذات الأكاديمي قد بلغت (١.٤٣٥٧) بنسبة مئوية (٤٧.٨٦) وهذا يدل على أن هذا المحور يحتل درجة منخفضة لمفهوم الذات، ومن خلال مشاهدة الفقرات الخاصة بهذا المحور نجد أن الفقرة التي تنص على حب المعلم أخذت أعلى نسبة، ويعزو الباحث ذلك إلى أن الطالب يعوض ذلك عن ضعفه الأكاديمي داخل الصف وإعطاء فكرة للمعلم على أنه محب له وعلى أنه شخص اجتماعي ومحب لأركان العملية التعليمية.

جدول (٨): البيانات الوصفية لمقياس مفهوم الذات الجسمي (الاختبار البعدي).

رقم الفقرة	الفقرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
١	مظهري يسبب لي القلق	٢٨	٢.٢١٤٣	٠.٤١٧٩	٧٣.٨١%	متوسطة
٢	وجهي يجعلني اشعر بالراحة	٢٨	٣.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	١٠٠%	عالية
٣	أنا أشعر أنني عاجزاً جسدياً	٢٨	١.٧٥٠٠	٠.٩٦٧٠	٥٨.٣٣%	متوسطة
٤	أنا اشعر بالتعب بسرعة	٢٨	٢.٦٤٢٩	٠.٦٢١٥	٨٨.٠٦%	عالية
٥	قوتي الجسدية غير كافية	٢٨	١.٥٧١٤	٠.٨٧٨٩	٥٢.٣٧%	منخفضة
٦	أنا غير راضي عن مظهري	٢٨	٢.٣٥٧١	٠.٩١١٤	٧٩.٠١%	عالية
٧	أشعر بانني شخص قوي	٢٨	٢.٥٧١٤	٠.٥٠٤٠	٥٢.٣٧%	عالية
٨	وزني غير مناسب	٢٨	٢.٨٩٢٩	٠.٣١٥٠	٩٦.٤%	عالية
٩	جسمي سليم من الناحية الصحية	٢٨	٢.٧٥٠٠	٠.٦٤٥٥	٩١.٦٦%	عالية
١٠	أنا لا أخجل من شكلي	٢٨	١.٩٢٨٦	٠.٧١٦٤	٦٤.٢٩%	متوسطة
	المتوسط الحسابي الكلي للمحور	٢٨	٢.٣٦٧٩	٠.٩١٥٥	٧٨.٩٣%	عالية

ن = ٢٨ / القيمة العظمى للفقرة (٣) درجات / القيمة العظمى لل فقرات (٣٠) درجة.

تشير نتائج بيانات الجدول رقم (٨) إلى أن متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات المحور المتعلق بمفهوم الذات الجسمي تراوحت ما بين (١.٥٧١٤ - ٣.٠٠٠) وبنسب مئوية تراوحت ما بين (٥٢.٣٧ - ١٠٠%)، حيث احتلت الفقرة (٥) قوتي الجسدية غير كافية أقل نسبة فيما احتلت الفقرة (٢) وجهي يجعلني اشعر بالراحة أعلى نسبة، في حين كان المتوسط الحسابي الكلي للمحور المتعلق بمفهوم الذات الجسمي قد بلغت (٢.٣٦٧٩) بنسبة مئوية (٧٨.٩٣) وهذا يدل على أن هذا المحور يحتل درجة عالية لمفهوم الذات، وبالنظر إلى فقرات هذا المحور نجد أن الفرد أعطى أعلى نسبة لشعوره بالراحة عند مشاهدة وجهه ويعزو الباحث ذلك إلى ردة الفعل الطبيعية لهروب الفرد من عدم مقدرته على القيام ببعض الأعمال كونه غير

قوي لأن قوته الجسدية غير كافية للقيام بالأعمال، وبالمقارنة بين الفقرة التي حصلت على أعلى نسبة في الاختبار القبلي وبين نسبتها بالاختبار البعدي نجد أن المتوسط الحسابي زاد في الاختبار البعدي ويعزو الباحث ذلك إلى اقتناع الفرد بأن وزنه فعلاً يزيد عن الوضع الطبيعي.

جدول (٩): البيانات الوصفية لمقياس مفهوم الذات الاجتماعي (الاختبار البعدي).

رقم الفقرة	الفقرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
١١	أنا عندي عدد كبير من الأصدقاء	٢٨	٣.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	١٠٠%	عالية
١٢	أنا راضي عن مستوى الاجتماعي	٢٨	١.٦٠٧١	٠.٥٦٦٩	٥٣.٥٧%	منخفضة
١٣	زملائي بالصف لا يفهمونني	٢٨	١.٩٦٤٣	٠.٩٦١٦	٦٥.٤٨%	متوسطة
١٤	الطلبة في صفي لهم أصدقاء أكثر مني	٢٨	٣.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	١٠٠%	عالية
١٥	أنا أكره الاختلاط	٢٨	١.٣٩٢٩	٠.٥٦٦٩	٤٦.٤٣%	منخفضة
١٦	أحس أن الآخرين يحبون الجلوس معي	٢٨	٣.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	١٠٠%	عالية
١٧	أهلي لا يفرقون بيني وبين إخوتي	٢٨	٣.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	١٠٠%	عالية
١٨	أنا أحب الطريقة التي يعاملني بها الآخرين	٢٨	٢.٦٠٧١	٠.٧٣٧٣	٨٦.٩٠%	عالية
١٩	أنا أعتز وأفتخر بعائلتي	٢٨	٣.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	١٠٠%	عالية
٢٠	أستطيع التأقلم مع الناس بسرعة	٢٨	٣.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	١٠٠%	عالية
	المتوسط الحسابي الكلي للمحور	٢٨	٢.٥٥٧١	٠.٧٢٣١	٨٥.٢٤%	عالية

ن = ٢٨ / القيمة العظمى للفقرة (٣) درجات / القيمة العظمى لل فقرات (٣٠) درجة.

تشير نتائج بيانات الجدول رقم (٩) إلى أن متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات المحور المتعلق بمفهوم الذات الاجتماعي تراوحت ما بين (١.٣٩٢٩١ - ٣.٠٠٠٠) وينسب مئوية تراوحت ما بين (٤٦.٤٣ - ١٠٠%)، حيث احتلت الفقرة (٥) أنا أكره الاختلاط أقل نسبة فيما احتلت الفقرات (١) أنا عندي عدد كبير من الأصدقاء والفقرة (٤) الطلبة في صفي لهم أصدقاء أكثر مني والفقرة (٦) أحس أن الآخرين يحبون الجلوس معي والفقرة (٧) أهلي لا

يفرقون بيني وبين إخوتي والفقرة (٩) أنا أعتز وأفتخر بعائلتي والفقرة (١٠) أستطيع التأقلم مع الناس بسرعة أعلى نسب، في حين كان المتوسط الحسابي الكلي للمحور المتعلق بمفهوم الذات الاجتماعية قد بلغت (٢.٥٥٧١) بنسبة مئوية (٨٥.٢٤) وهذا يدل على أن هذا المحور يحتل درجة عالية لمفهوم الذات، وبمشاهدة الفقرات نجد أن أعلى النسب احتلتها الفقرات الخاصة بالعائلة والتي زادت عن المقياس القبلي ويعزو الباحث ذلك إلى زيادة اهتمام العائلة بالفرد كونه أصبح بمقدوره القيام ببعض الأعمال وقد يصح رياضياً وله قيمة في مجتمعه، وكذلك زادت نسبة بعض الفقرات والتي تتعلق بالأصدقاء وزيادتهم ويعزو الباحث ذلك إلى زيادة عدد الأصدقاء بسبب ممارسة الفرد للرياضة.

**جدول (١٠): البيانات الوصفي لمقياس مفهوم الذات النفسي (الاختبار البعدي).**

رقم الفقرة	الفقرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
٢١	أنا إنسانا غير منتج	٢٨	٢.٣٢١٤	٠.٧٧٢٤	٧٧.٣٨%	متوسطة
٢٢	أنا أكره ذاتي	٢٨	٢.٣٩٢٩	٠.٨٧٥١	٤٦.٤٣%	عالية
٢٣	أنا لا أصلح لأي شيء	٢٨	٢.٤٢٨٦	٠.٧٩٠٢	٨٠.٩٣%	عالية
٢٤	لا أتعرض لأي نقد من أحد	٢٨	١.٥٣٥٧	٠.٦٩٢٩	٥١.١٩%	منخفضة
٢٥	أن شخص أحترم نفسي	٢٨	٢.٢٨٥٧	٠.٨١٠٠	٧٦.١٩%	متوسطة
٢٦	أنا شكلي جذاب	٢٨	٣.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	١٠٠%	عالية
٢٧	أنا قوي لأنني أتغلب على كل العقبات	٢٨	٢.٠٣٥٧	٠.٩٢٢٢	٦٧.٨٦%	متوسطة
٢٨	أتمتع بلسان فصيح	٢٨	٣.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	١٠٠%	عالية
٢٩	أنا أنسانا سعيدا في حياتي	٢٨	١.٥٣٥٧	٠.٨٣٨١	٥١.١٩%	منخفضة
٣٠	أنا شخص مرح ويشوش	٢٨	٣.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	١٠٠%	عالية
	<b>المتوسط الحسابي الكلي للمحور</b>	<b>٢٨</b>	<b>٢.٣٥٣٦</b>	<b>٠.٨٦٠٧</b>	<b>٧٨.٤٥%</b>	<b>عالية</b>

$ن = ٢٨ / القيمة العظمى للفقرة (٣) درجات / القيمة العظمى للفقرات (٣٠) درجة.$

تشير نتائج بيانات الجدول رقم (١٠) إلى أن متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات المحور المتعلق بمفهوم الذات النفسي تراوحت ما بين (١.٥٣٥٧ - ٣.٠٠٠٠) وبنسب مئوية تراوحت ما بين (٤٦.٤٣ - ١٠٠%)، حيث احتلت الفقرة (٤) لا أتعرض لأي نقد من أحد

مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، مجلد ٢٤ (٧)، ٢٠١٠

أقل نسبة فيما احتالت الفقرة (٦) أنا شكلي جذاب والفقرة (٨) أتمتع بلسان فصيح والفقرة (١٠) أنا شخص مرح وبشوش أعلى نسبة في حين كان المتوسط الحسابي الكلي للمحور المتعلق بمفهوم الذات النفسي قد بلغت (٢.٣٥٣٦) بنسبة مئوية (٧٨.٤٥) وهذا يدل على أن هذا المحور يحتل درجة عالية لمفهوم الذات، ومن خلال النظر لل فقرات في هذا المحور نجد على زيادة نسبة الاستجابة على الفقرات التي يهتم الفرد فيها بشكله وفصاحة لسانه ومرحه مقارنة بإجاباته السابقة القلبية، ويعزو الباحث ذلك إلى اقتناع الفرد على انه غير قوي وهناك نقص عنده من الناحية الجسدية تعيقه عن القيام ببعض الأعمال.

جدول (١١): البيانات الوصفي لمقياس مفهوم الذات الأكاديمي (الاختبار البعدي).

رقم الفقرة	الفقرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
٣١	أنا راضي عن مستوى الأكاديمي	٢٨	٢.٢١٤٣	٠.٨٧٥٩	٧٣.٨١%	متوسطة
٣٢	أنا أحب معلمي	٢٨	٣.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	١٠٠%	عالية
٣٣	أنا أكره الدراسة	٢٨	٢.٥٧١٤	٠.٧٤١٨	٥٢.٣٧%	عالية
٣٤	أنا أكره الرياضة التي أتعلمها	٢٨	٣.٠٠٠٠	٠.٠٠٠٠	١٠٠%	عالية
٣٥	أنا أستطيع الحصول على علامات عالية	٢٨	٢.٢٥٠٠	٠.٨٤٤٤	٧٥%	متوسطة
٣٦	زملائي في الصف دائما يستشيرونني بحل الواجبات	٢٨	٢.١٤٢٩	٠.٩٣١٥	٧١.٤٣%	متوسطة
٣٧	أنا أدرس دائما حتى أبقى متفوق	٢٨	٢.٥٠٠٠	٠.٥٠٩٢	٨٣.٣٣%	عالية
٣٨	أنا دائما أعرف إجابة الأسئلة التي يسألها مدرسي	٢٨	٢.٤٢٨٦	٠.٥٠٤٠	٨٠.٩٥%	عالية
٣٩	أنا أستوعب ما يشرحه المعلم	٢٨	٢.٢٥٠٠	٠.٨٤٤٤	٧٥%	متوسطة
٤٠	أستطيع مساعدة زملائي بالدراسة	٢٨	٢.٧٥٠٠	٠.٤٤١٠	٩١.٦٦%	عالية
	المتوسط الحسابي الكلي للمحور	٢٨	٢.٥١٠٧	٠.٥١١٣	٨٣.٦٩%	عالية

$n = 28 / \text{القيمة العظمى للفقرة (٣) درجات} / \text{القيمة العظمى للفقرات (٣٠) درجة}.$

تشير نتائج بيانات الجدول رقم (١١) إلى أن متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات المحور المتعلق بمفهوم الذات الأكاديمي تراوحت ما بين (٢.١٤٢٩ - ٣.٠٠٠) وبنسبة مئوية تراوحت ما بين (٥٢.٣٧ - ١٠٠%)، حيث احتلت الفقرة (٦) زملائي في الصف دائما يستشيروني بحل الواجبات أقل نسبة فيما احتلت الفقرة (٢) أنا أحب معلمي والفقرة (٤) أنا أكره الرياضة التي أتعلّمها أعلى نسبة، في حين كان المتوسط الحسابي الكلي للمحور المتعلق بمفهوم الذات الأكاديمي قد بلغت (٢.٥١٠٧) بنسبة مئوية (٨٣.٦٩) وهذا يدل على أن هذا المحور يحتل درجة عالية لمفهوم الذات، ومن خلال مشاهدة الفقرات نجد أن أعلى نسبة تحتلها فقرة حب المعلم، وكره الفرد للرياضة ويعزو الباحث ذلك لعدم قدرة الفرد على ممارسة بعض الحركات الرياضية.

**جدول (١٢):** البيانات الوصفية للمجالات كل على حده وعلى المقياس الكلي على الاختبار القبلي.

رقم الفقرة	المجال	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
١	مفهوم الذات الجسمية	٢٨	١.٢٢٥٠	٠.١٠٧٦	٤٠.٨٣%	منخفضة
٢	مفهوم الذات الاجتماعي	٢٨	١.٥٧٥٠	٠.١٦٤٧	٥٢.٥٠%	منخفضة
٣	مفهوم الذات النفسي	٢٨	١.٦٢٥٠	٠.٢٦٧٥	٥٤.١٦%	منخفضة
٤	مفهوم الذات الأكاديمي	٢٨	١.٤٣٥٧	٠.١٧٨٩	٤٧.٨٦%	منخفضة
	<b>الكلي</b>	<b>٢٨</b>	<b>١.٤٦٥٢</b>	<b>٠.١٠٨٥</b>	<b>٤٨.٨٤%</b>	<b>منخفضة</b>

تشير نتائج بيانات الجدول رقم (١٢) إلى أن متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على المحور المتعلق بمفهوم الذات الجسمية بلغت (١.٢٢٥٠) بانحراف معياري (٠.١٠٧٦) وبنسبة مئوية (٤٠.٨٣) وهذا يدل على أن مفهوم الذات على هذا المحور كانت منخفضة، في حين بلغت متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على المحور المتعلق بمفهوم الذات الاجتماعي بلغت (١.٥٧٥٠) بانحراف معياري (٠.١٦٤٧) وبنسبة مئوية (٥٢.٥٠) وهذا يدل على أن مفهوم الذات على هذا المحور كانت منخفضة، ودلت متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على المحور المتعلق بمفهوم الذات النفسي بلغت (١.٦٢٥٠) بانحراف معياري (٠.٢٦٧٥) وبنسبة مئوية (٥٤.١٦) وهذا يدل على أن مفهوم الذات على هذا المحور كانت منخفضة، وكذلك دلت متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على المحور المتعلق بمفهوم الذات الأكاديمي بلغت (١.٤٦٥٢) بانحراف معياري (٠.١٠٨٥) وبنسبة مئوية (٤٨.٨٤) وهذا يدل على أن مفهوم

الذات على هذا المحور كانت منخفضة، في حين كان المتوسط الحسابي للمقياس الكلي (١.٤٦٥٢) بانحراف معياري (٠.١٠٨٥) وبنسبة مئوية (٤٨.٨٤) وهذا يدل على أن مفهوم الذات على المقياس الكلي كان منخفضاً، ومن خلال مشاهد المحاور نجد أن المحور المتعلق بمفهوم الذات النفسي احتل أعلى نسبة، واحتل المحور المتعلق بمفهوم الذات الاجتماعي المرتبة الثانية فيما جاء المحور التعلق بمفهوم الذات الأكاديمي بالمرتبة الثالثة فيما احتل المحور المتعلق بمفهوم الذات الجسمية المرتبة الرابعة، ويعزو الباحث ذلك إلى زيادة اعتزاز الفرد بنفسه لتعويض النقص في قدرته الجسمية والأكاديمية.

**جدول (١٣):** البيانات الوصفية للمجالات كل على حده وعلى المقياس الكلي على الاختبار البعدي.

رقم الفقرة	المجال	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة	درجة مفهوم الذات
١	مفهوم الذات الجسمية	٢٨	٢.٣٦٧٩	٠.٢٦٩٥	٧٨.٩٣%	عالية
٢	مفهوم الذات الاجتماعي	٢٨	٢.٥٥٧١	٠.١٥٠١	٨٥.٢٤%	عالية
٣	مفهوم الذات النفسي	٢٨	٢.٣٥٣٦	٠.٢١١٧	٧٨.٤٥%	عالية
٤	مفهوم الذات الأكاديمي	٢٨	٢.٥١٠٧	٠.٣١٥٥	٨٣.٦٩%	عالية
	<b>الكلي</b>	<b>٢٨</b>	<b>٢.٤٤٧٣</b>	<b>٠.١٤٨٥</b>	<b>٨١.٥٨%</b>	<b>عالية</b>

تشير نتائج بيانات الجدول رقم (١٣) إلى أن متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على المحور المتعلق بمفهوم الذات الجسمية بلغت (٢.٣٦٧٩) بانحراف معياري (٠.٢٦٩٥) وبنسبة مئوية (٧٨.٩٣) وهذا يدل على أن مفهوم الذات على هذا المحور كانت عالية، في حين بلغت متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على المحور المتعلق بمفهوم الذات الاجتماعي بلغت (٢.٥٥٧١) بانحراف معياري (٠.١٥٠١) وبنسبة مئوية (٨٥.٢٤) وهذا يدل على أن مفهوم الذات على هذا المحور كانت عالية، ودلت متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على المحور المتعلق بمفهوم الذات النفسي بلغت (٢.٣٥٣٦) بانحراف معياري (٠.٢١١٧) وبنسبة مئوية (٧٨.٤٥) وهذا يدل على أن مفهوم الذات على هذا المحور كانت عالية، وكذلك دلت متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة على المحور المتعلق بمفهوم الذات الأكاديمي بلغت (٢.٥١٠٧) بانحراف معياري (٠.٣١٥٥) وبنسبة مئوية (٨٣.٦٩) وهذا يدل على أن مفهوم الذات على هذا المحور كانت عالية، في حين كان المتوسط الحسابي للمقياس الكلي (٢.٤٤٧٣) بانحراف معياري (٠.١٤٨٥) وبنسبة مئوية (٨١.٥٨) وهذا يدل على أن مفهوم الذات على المقياس الكلي كان عالي، وبالنظر إلى معطيات الجدول السابق نجد أن المحور المتعلق بمفهوم الذات الاجتماعي زاد واحتل المرتبة الأولى ويعزو الباحث ذلك إلى أن الأسرة تزيد اهتمامها بالفرد إذا أصبح فرداً منتجاً وزاد من تحصيله الدراسي لأن ذلك يعتبر قيمة اجتماعية له.

جدول (١٤): اختبار (ت) للعينات المتناظرة بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجالات كل على حده وعلى المقياس ككل.

المجال	الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	فرق الأوساط	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الجسمي	القبلي	٢٨	١.٢٢٥٠	٠.١٠٧٦	-١.١٤٢٩	-٢٠.٣٣٢	٢٧	٠.٠٠١
	البعدي	٢٨	٢.٣٦٧٩	٠.٢٦٩٥				
الاجتماعي	القبلي	٢٨	١.٥٧٥٠	٠.١٦٤٧	-٠.٩٨٢١	-٢٥.٧٣٥	٢٧	٠.٠٠١
	البعدي	٢٨	٢.٥٥٧١	٠.١٥٠١				
النفسي	القبلي	٢٨	١.٦٢٥٠	٠.٢٦٧٥	-٠.٧٢٨٦	-١٠.٠٤٥	٢٧	٠.٠٠١
	البعدي	٢٨	٢.٣٥٣٦	٠.٢١١٧				
الأكاديمي	القبلي	٢٨	١.٤٣٥٧	٠.١٧٨٩	-١.٠٧٥٠	-١٨.٢١٧	٢٧	٠.٠٠١
	البعدي	٢٨	٢.٥١٠٧	٠.٣١٥٥				
الكلي	القبلي	٢٨	١.٤٦٥٢	٠.١٠٨٥	-٠.٩٨٢١	-٢٨.٠٨١	٢٧	٠.٠٠١
	البعدي	٢٨	٢.٤٤٧٣	٠.١٤٨٥				

يتضح من خلال الجدول رقم (١٤) فيما يتعلق بمفهوم الذات الجسمية أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ (١.٢٢٥٠) بنسبة مئوية، وانحراف معياري (٠.١٠٧٦)، في حين بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي (٢.٣٦٧٩) وانحراف معياري (٠.٢٦٩٥)، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (-٢٠.٣٣٢) وبمستوى دلالة حقيقي (٠.٠٠١) والذي يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحث ذلك إلى تأثير البرنامج التعليمي في تحسين مفهوم الذات لدى الطلبة عينة الدراسة.

وفيما يتعلق بمفهوم الذات الجسمية أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ (١.٥٧٥٠) بنسبة مئوية، وانحراف معياري (٠.١٦٤٧)، في حين بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي (٢.٥٥٧١) وانحراف معياري (٠.١٥٠١)، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (-٢٥.٧٣٥) وبمستوى دلالة حقيقي (٠.٠٠١) والذي يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحث ذلك إلى تأثير البرنامج التعليمي في تحسين مفهوم الذات لدى الطلبة عينة الدراسة.

وفيما يتعلق بمفهوم الذات الجسمية أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ (١.٦٢٥٠) وانحراف معياري (٠.٢٦٧٥)، في حين بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي (٢.٣٥٣٦) وانحراف معياري (٠.٢١١٧)، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (-١٠.٠٤٥) وبمستوى دلالة حقيقي (٠.٠٠١) والذي يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحث ذلك إلى تأثير البرنامج التعليمي في تحسين مفهوم الذات لدى الطلبة عينة الدراسة.

وفيما يتعلق بمفهوم الذات الجسمية أن المتوسط الحسابي للإختبار القبلي بلغ (١.٤٣٥٧) وبانحراف معياري (٠.١٧٨٩)، في حين بلغ المتوسط الحسابي للإختبار البعدي (٢.٥١٠٧) وبانحراف معياري (٠.٣١٥٥)، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (١٨.٢١٧-) وبمستوى دلالة حقيقي (٠.٠٠١) والذي يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبار القبلي والإختبار البعدي ولصالح الإختبار البعدي ويعزو الباحث ذلك إلى تأثير البرنامج التعليمي في تحسين مفهوم الذات لدى الطلبة عينة الدراسة.

وفيما يتعلق بالمقياس الكلي فيشير الجدول إلى أن المتوسط الحسابي للإختبار القبلي لجميع المحاور بلغ (١.٤٦٥٢) وبانحراف معياري (٠.١٠٨٥)، في حين بلغ المتوسط الحسابي للإختبار البعدي (٢.٤٤٧٣) وبانحراف معياري (٠.١٤٨٥)، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (٢٨.٠٨١-) وبمستوى دلالة حقيقي (٠.٠٠١) والذي يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبار القبلي والإختبار البعدي ولصالح الإختبار البعدي ويعزو الباحث ذلك إلى تأثير البرنامج التعليمي في تحسين مفهوم الذات لدى الطلبة عينة الدراسة.

### الإستنتاجات

١. مفهوم الذات لدى المعاقين حركياً يتأثر بالإعاقة.
٢. تعتبر صورة الفرد عن جسده جزءاً من صورته عن نفسه.
٣. الإعاقة تؤثر على تكيف الفرد الاجتماعي بسبب عدم مقدرته على ممارسة الأنشطة الرياضية.
٤. يحاول الطلبة تعويض المستوى المتدني أكاديمياً بعمل علاقات اجتماعية أكثر تقدم وتطور.
٥. مفهوم الذات الأكاديمي يزداد تطوراً مع تقدم الفرد بالتعليم لأن مفهوم الذات الأكاديمي لا يكون واضحاً في بداية التعليم.
٦. تزداد أهمية الفرد في أسرته إذا أصبح فرداً منتجاً وعلى مستوى أفضل من التعليم.

### التوصيات

- في ضوء أهداف الدراسة ونتائجها توصي الدراسة الحالية بما يلي:
١. طرح مادة التربية الرياضية في المنهاج الدراسي لذوي التحديات وتفعيل هذه المادة بما يتناسب مع ذوي التحديات الحركية.
  ٢. الاهتمام بالفرد من ذوي التحديات الحركية من المراحل الدراسية الأولى.
  ٣. توفير بيئة مناسبة من المشاعر والثقة بالنفس والأمن وتقديم خبرات مناسبة تتناسب مع إمكاناتهم.

٤. إعطاء موضوع مفهوم الذات العناية والأهمية بصورة أفضل في البرامج التعليمية.
٥. ضرورة تدريب المعلمين على كيفية اكتشاف الطلبة الذين يعانون بضعف في مفهومهم لذاتهم.
٦. تدريب المعلمين على الطرق والوسائل الكفيلة بتحسين مفهوم الذات عند ذوي التحديات الحركية

### المراجع العربية والأجنبية

- إبراهيم، يعقوب. (١٩٩٢). "مفهوم الذات في مرحلة المراهقة. أبعاده وفروق الجنس والمستوى الدراسي". مجلة أبحاث اليرموك. سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. ٨(٤).
- أبو زيد، إبراهيم. (١٩٨٧). سيكولوجية الذات والتوافق. الاسكندرية. دار المعرفة الجامعية.
- أبو شمه، إياد. (١٩٩٥). مفهوم الذات لدى لاعبي كرة السلة في الأردن. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الأردنية. الأردن.
- جبريل، موسى. (١٩٩٣). "تقدير الذات لدى الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين دراسياً". مجلة دراسات (سلسلة العلوم الإنسانية). ٢٠(٢).
- جبريل، موسى. (١٩٩٥). "مفهوم الذات لدى المراهقين المعاقين حركياً". مجلة دراسات (سلسلة العلوم الإنسانية). ٢٢(٣).
- جلال، سعد. (١٩٨٥). المرجع في علم النفس. دار الفكر العربي. القاهرة.
- جورارد، سيدني. ولندزمن، تيد. (١٩٨٨). الشخصية السليمة. ترجمة: حمد دلي الكربولي. وموفق الحمداني. مطبعة التعليم العالي. بغداد العراق.
- حداد، ياسمين (١٩٩٠). "أساليب العزو وتقدير الذات والاكتئاب: ارتباطاتها المتبادلة وعلاقتها بالممارسات الوالدية". مجلة دراسات (سلسلة العلوم الإنسانية). ١٧(٣). الجامعة الأردنية.
- رسمي، نادية. (١٩٨٩). "فاعلية أسلوبين من أساليب التدريس على المستوى المهاري للسباحة". مجلة علوم وفنون الرياضة. ١(٣). جامعة حلوان القاهرة.
- زيد، حسن. ودرويش، نظمي. (١٩٨٥). "الفروق في مفهوم الذات الجسمية تبعاً للمستوى الرقمي لدى لاعبي الرمي في ألعاب القوى". بحوث المؤتمر الدولي - الرياضة للجميع في الدول النامية - م٤. كلية التربية الرياضية للبنين. جامعة حلوان. القاهرة.

- زهران، حامد. (١٩٧٧). التوجيه والإرشاد النفسي. القاهرة.
  - زهران، حامد. (١٩٨٥). التوجيه والإرشاد النفسي. ط٣. عالم الكتب. القاهرة.
  - زهران، حامد. (١٩٨٦). علم نفس النحو. ط٨. عالم الكتب. القاهرة.
  - صالحة، محمد. (١٩٩٢). "دراسة تطويرية لمقياس مفهوم الذات". مجلة أبحاث اليرموك (سلسلة العلوم الاجتماعية). ٨(٤). جامعة اليرموك.
  - فوقية، زائد. (١٩٨٤). "مفهوم الذات لدى مبتوري الأطراف وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية". رسالة دكتوراه. جامعة الأزهر.
  - عبد المعطي، حسن. وهاشم، سامي. (١٩٨٨). "مفهوم الذات لدى الممرهقسن المعوقين جسمياً في الجمعية المصرية للدراسات النفسية". بحوث المؤتمر الرابع لعلوم النفس في مصر. الجيزة. مركز التنمية البشرية والمعلومات.
  - عتوم، عدنان. وفرح، عدنان. (١٩٩٥). "أثر بعض المتغيرات الديمغرافية في مفهوم الذات لدى نزلء مركز الإصلاح والتأهيل في الأردن". مجلة أبحاث اليرموك (سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية). ١١(٢).
  - القاضي، يوسف. والفظيم، لطفى. وحسين، محمود. (١٩٨١). الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي. الرياض. دار المريخ.
  - Dunn, M.A. (1967). "Satisfaction with social relationship of college students who are physically disabled". Doctoral Dissertation. University of Illinois.
  - Linkowski, D. C. & Dunn, M. A. (1974). Rehabilitation Counseling Bulletin.
  - Harvey, D. H & Greenway, A. P. (1984). Journal of Child Psychology and Psychiatry.
  - Sherrill, C et. al. (1990). "Perceptual and motor skills".
  - Rosbet, J. H. & Howell, F. M. (1978) Journal of Vocational Behavior.
  - Ravaud, J. F. & Ville, I. (1986). International of Rehabilitation Research.
  - Kessler, M. & Milligan, W. L. (1979). "Rehabilitation Psychology".
- مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، مجلد ٢٤ (٧)، ٢٠١٠

- Paris, S. G & R. S (1990). "Developmental aspects of Self – regulated learning". Edu. Psychologist.
- Dayson, B. (2002). "The Implementation of cooperative Learning in an Elementary Physical Education Program". Journal of Teaching in Physical Education.
- Grander, W. I. (1977). "Learning and Behavior Characteristics of Exceptional Children and Youth". NY. Allyn and Bacon.
- Tam. Sing – Fai. Chan. M. H. Lam. H. W. Lam. L. H. (2003). "Comparing the Self – Concepts of Hong Kong Chinese Adults With Visible and Not Visible Physical Disability". Journal of psychology.
- Russell, F. W. (1999). "A Test of a Multi – Faceted. Hierarchical Model of Self – Concept. Paper presented at the Australian Association for Research in Education Conference held in Melbourne". Australia from 29 November to 2 December.
- Piers, E. V. (1994). "Revised Manual for the Piers – Harris Children's Self – Concept scale". Los Angeles: Western Psychological Services.

ملحق رقم (١) البرنامج التعليمي

الأسبوع الأول/ الحصة الأولى

المحتوى التعليمي: تعليم مهارة مسك المضرب وتمارين الإحساس

ملاحظات	الزمن	المحتوى	الحصة
	١٠ د	إجراءات إدارية: إحضار الطلبة من الصف لساحة الملعب والاصطفاف وأخذ الحضور والغياب	الأولى +
	١٥ د	الإحماء: ١ - السير بالكرسي المتحرك بطول الملعب ٢ - الجري بالكرسي المتحرك بطول الملعب. ٣ - الجري المتعرج حول الأقماع ٤ - لعبة صغيرة تتناسب مع وضع الطلبة. ٥ - تمارين إطالة للذراعين. ٦ - تمارين بالكرات الطبية	الثانية + الثالثة
	٢٠ د	<b>نشاط تعليمي:</b> شرح المهارة أمام الطلبة، وأداء نموذج من قبل المدرس، والطلب من أي طالب الم المحاولة في تطبيق نموذج، حيث سيتم تعليم مهارة مسك المضرب لجميع الضربات، وتعليم تمارين الإحساس بالريشة، توزيع صور توضيحية على الطلبة تبين كيفية مسك المضرب بطريقة صحيحة. نشاط تطبيقي * تطبيق مهارة مسك المضرب * تنطيط الريشة بالوجه الأمامي للمضرب من الثبات ولارتفاعات مختلفة * تنطيط الريشة بالوجه الخلفي للمضرب من الثبات ولارتفاعات مختلفة * الدمج في تنطيط الريشة بلوجه الأمامي والخلفي	
	٥ د	<u>استراحة:</u> شرب القليل من الماء أو العصير	
	١٥ د	<u>نشاط تطبيقي:</u> * تنطيط الريشة بالوجه الأمامي للمضرب من الحركة * تنطيط الريشة بالوجه الخلفي للمضرب من الحركة * الدمج في تنطيط الريشة بلوجه الأمامي والخلفي * لعبة صغيرة تخدم مهارة المسك والإحساس * لعبة صغيرة تمهيدية لتعليم مهارة الإرسال القصير	
	١٠ د	<u>الجزء الختامي:</u> مجموعة من تمارين التهدئة	
	٥ د	<u>تغذية راجعة:</u> مراجعة عامة للمهارة التي تم تعليمها وتقويم نتائج الدرس وفي نهاية الحصة الأخيرة من الأسبوع يتم إعطاء معلومات عن مهارة الإرسال	
	١٠ د	إجراءات إدارية: غسل اليدين والذهاب إلى الصف	

## الأسبوع الأول/ الحصة الثانية والثالثة

المحتوى التعليمي: إعادة لمسك المضرب وتمارين الإحساس وتعليم الإرسال القصير

ملاحظات	الزمن	المحتوى	الحصة
	د ١٠	إجراءات إدارية: احضار الطلبة من الصف لساحة الملعب والاصطفاف وأخذ الحضور والغياب	الأولى +
	د ١٥	الإجماع: ١ - السير بالكرسي المتحرك بطول الملعب ٢ - الجري بالكرسي المتحرك بطول الملعب. ٣ - الجري المتعرج حول الأقماع. ٤ - لعبة صغيرة تتناسب مع وضع الطلبة. ٥ - تمارين إطالة للذراعين. ٦ - تمارين بالكرات الطبية	الثانية + الثالثة
	د ٢٠	نشاط تعليمي: سيتم إعادة شرح كيفية مسك المضرب وإعطاء نموذج سريع والطلب من جميع الطلبة تطبيق نموذج إمام المعلم والطلبة، وسيتم تعليم مهارة الإرسال القصير وماهي النواحي القانونية للإرسال نشاط تطبيقي: * تطبيق مهارة مسك المضرب * تنطيط الريشة بالوجه الأمامي للمضرب من الثبات وال حركة * تنطيط الريشة بالوجه الخلفي للمضرب من الثبات والحركة	
	د ٥	استراحة: شرب القليل من الماء أو العصير	
تطبيق الإرسال بوجود شبكة على ارتفاع ٩٠ سم، ثم ١،٢٠ م، ثم ١،٣٧٢ م والتأكيد على المسك الصحيحة عند أداء الإرسال	د ١٥	نشاط تطبيقي: * تطبيق الإرسال بطريقة جزئية * تطبيق الإرسال بطريقة كلية * تطبيق مهارة الإرسال القصير مقابل حائط وعلى مسافة ٢ م. * تطبيق مهارة الإرسال القصير مقابل حائط وعلى مسافة ٣ م. * تطبيق مهارة الإرسال بطريقة زوجية بين الزميلين خارج الملعب وعلى مسافة ٣ م * تطبيق الإرسال داخل الملعب ومن المكان المخصص لأداء الإرسال بطريقة قانونية	
	د ١٠	الجزء الختامي: مجموعة من تمارين التهدئة	
	د ٥	تغذية راجعة: مراجعة عامة للمهارة التي تم تعليمها وتقويم نتائج الدرس وفي نهاية الحصة الأخيرة من الأسبوع سيتم إعطاء معلومات عن الإرسال الطويل	
	د ١٠	إجراءات إدارية: غسل اليدين والذهاب إلى الصف	

الأسبوع الثاني/ ثلاث حصص

المحتوى التعليمي: إعادة لمسك المضرب والإحساس والإرسال القصير وتعليم الإرسال الطويل

ملاحظات	الزمن	المحتوى	الحصة
	١٠ د	إجراءات إدارية: إحضار الطلبة من الصف لساحة الملعب والاصطفاف وأخذ الحضور والغياب	الأولى +
	١٥ د	الإحماء: ١- السير بالكرسي المتحرك بطول الملعب ٢- الجري بالكرسي المتحرك بطول الملعب. ٣- الجري المتعرج حول الأقماع ٤- لعبة صغيرة تتناسب مع وضع الطلبة. ٥- تمارين إطالة للذراعين. ٦- تمارين بالكرات الطبية	الثانية + الثالثة
	٢٠ د	نشاط تعليمي: سيتم إعادة شرح كيفية مسك المضرب وإعادة شرح الإرسال القصير وإعطاء نموذج سريع والطلب من جميع الطلبة تطبيق نموذج أمام المعلم والطلبة للمهارتين داخل الملعب، وسيتم شرح مهارة الإرسال الطويل، وما هي النواحي القانونية للإرسال وإعطاء نموذج من المعلم والطلب من أحد الطلبة إعطاء نموذج نشاط تطبيقي: * تطبيق مهارة مسك المضرب الصحيحة * تنطيط الريشة بالوجه الأمامي للمضرب * تنطيط الريشة بالوجه الخلفي للمضرب * عمل عدة رسائل قصيرة بطريقة زوجية	
	٥ د	استراحة: شرب القليل من الماء أو العصير	
تطبيق الإرسال بوجود شبكة على ارتفاع ١ م وبعد الإتقان يتم رفع الشبكة لارتفاع ١،٣٧٢ م والتأكيد على المسك الصحيحة عند أداء الإرسال	١٥ د	نشاط تطبيقي: * تقسيم الإرسال إلى أجزاء وتعليمه بالطريقة الجزئية * تطبيق الإرسال بطريقة كلية * تطبيق مهارة الإرسال الطويل مقابل حائط وعلى مسافة ٣ م. * تطبيق مهارة الإرسال الطويل مقابل حائط وعلى مسافة ٤ م. * تطبيق مهارة الإرسال بطريقة زوجية بين الزميلين خارج الملعب وعلى مسافة ٤ م ثم زيادة المسافة ل ٥ م. * تطبيق الإرسال داخل الملعب، كل طالب لوحده أمام المعلم والطلبة والتصحیح. * تطبيق الإرسال داخل الملعب بطريقة زوجية	
	١٠ د	الجزء الختامي: مجموعة من تمارين التهدئة	
	٥ د	تغذية راجعة: مراجعة عامة للمهارة التي تم تعليمها وتقويم نتائج الدرس	
	١٠ د	إجراءات إدارية: إبلاغ الطلبة الحضور لوحدهم إلى ساحة الملعب في الحصة القادمة بنظام في موعد الحصة والتأكيد على عدم التأخر والذهاب لغسل اليدين والرجوع إلى الصف	

## الأسبوع الثالث/ ثلاث حصص

المحتوى التعليمي: إعادة للمهارات التي تم تعلمها (مسك المضرب، الإحساس، الإرسال القصير، الإرسال الطويل)

ملاحظات	الزمن	المحتوى	الحصة
	١٠ د	إجراءات إدارية: انتظار الطلبة في ساحة الملعب وبعد حضورهم والإصطفاف، أخذ الحضور والغياب	الأولى +
	١٥ د	الإحماء: سيتم الطلب من أحد الطلبة إجراء الإحماء لزملائه على أن يتم ذلك بإشراف المعلم وإعطاء تغذية راجعة عن أية أخطاء قد تقع في الإحماء	الثانية
	٢٠ د	نشاط تعليمي: سيتم توزيع الوقت المخصص لهذا الجزء لأجزاء متساوية الطلب من أحد الطلبة شرح كيفية مسك المضرب، وآخر لكيفية الإرسال القصير، وآخر لكيفية الإرسال الطويل. نشاط تطبيقي: الطلب من أحد الطلبة قيادة الجزء التطبيقي * تطبيق مهارة مسك المضرب. * تنطيط الريشة بالوجه الأمامي للمضرب * تنطيط الريشة بالوجه الخلفي للمضرب	
	٥ د	استراحة: شرب القليل من الماء أو العصير	
تطبيق الإرسال بوجود شبكة والتأكيد على المسك الصحيحة عند أداء الإرسال والضربات الأخرى	١٥ د	نشاط تطبيقي: * تطبيق مهارة الإرسال القصير مقابل حائط وعلى مسافة ٢ م. * تطبيق مهارة الإرسال الطويل مقابل حائط وعلى مسافة ٣ م. * تطبيق مهارة الإرسال بنوعيه بطريقة زوجية بين الزميلين خارج الملعب وعلى مسافة ٣ م للإرسال القصير و ٤ م للإرسال الطويل. * تطبيق الإرسال بأنواعه داخل الملعب. * عمل منافسات بين الطلبة حول الأداء الصحيح	
	١٠ د	الجزء الختامي: مجموعة من تمارينات التهدئة	
	٥ د	تغذية راجعة: مراجعة عامة للمهارة التي تم تعلمها وتقويم نتائج الدرس	
	١٠ د	إجراءات إدارية: غسل اليدين والذهاب إلى الصف	

الأسبوع الرابع

الحصة الأولى

المحتوى التعليمي: تعليم مهارة ضرب الريشة بوجه المضرب الأمامي

ملاحظات	الزمن	المحتوى	الحصة
	٥ د	إجراءات إدارية: انتظار الطلبة في ساحة الملعب وبعد حضورهم والاصطفاف، أخذ الحضور والغياب	الأولى
	١٥ د	الإجماع: يقوم فيه أحد الطلبة على أن يكون شاملاً	+ الثانية
	١٥ د	نشاط تعليمي: سيتم شرح مهارة ضرب الريشة بالوجه الأمامي للمضرب أمام الطلبة، وأداء نموذج من قبل المدرس، والطلب من أي طالب المحاولة في تطبيق نموذج، وبيان نوع وأهمية مسك المضرب للضربة الأمامية. نشاط تطبيقي: * تطبيق مهارة مسك المضرب * تنظيف الريشة بالوجه الأمامي للمضرب	+ الثالثة
	٥ د	استراحة: شرب القليل من الماء أو العصير	
تطبيق التمرين بوجود شبكة على ارتفاع ١ م والتأكد على المسك الصحيحة عند أداء المهارة	٢٥ د	نشاط تطبيقي: * تطبيق المهارة بطريق جزئية بإشراف المعلم. * تطبيق المهارة بطريقة كلية بإشراف المعلم. * تطبيق مهارة ضرب الريشة بالوجه الأمامي مقابل حائط وعلى مسافة ٢ م. * تطبيق مهارة ضرب الريشة بالوجه الأمامي مقابل حائط وعلى مسافة ٣ م. * تطبيق مهارة ضرب الريشة بالوجه الأمامي بطريقة زوجية بين الزميلين خارج الملعب مسافة ٣ م. ثم على بعد ٤ م * تطبيق مهارة ضرب الريشة بالوجه الأمامي داخل الملعب. * تطبيق مهارة الإرسال الطويل والقصير بعد كل توقف أو سقوط للريشة	
	١٠ د	الجزء الختامي: مجموعة من تمارينات التهدئة يقوم فيها أحد الطلبة	
	٥ د	تغذية راجعة: مراجعة عامة للمهارة التي تم تعلمها وتقويم نتائج الدرس	
	١٠ د	إجراءات إدارية: غسل اليدين والذهاب إلى الصف	

## الأسبوع الرابع / حصتان

المحتوى التعليمي: إعادة لمهارة ضرب الريشة بوجه المضرب الأمامي وتعليم مهارة ضرب الريشة بوجه المضرب الخلفي

ملاحظات	الزمن	المحتوى	الحصة
	٥ د	إجراءات إدارية: انتظار الطلبة في ساحة الملعب وبعد حضورهم والإصطفاف، أخذ الحضور والغياب	الأولى
	١٥ د	الإجماع: يقوم فيه أحد الطلبة	+ الثانية
	١٥ د	نشاط تعليمي: إعادة لمهارة ضرب الريشة بوجه المضرب الأمامي وتعليم مهارة ضرب الريشة بوجه المضرب الخلفي، وإعطاء نموذج من قبل المدرس والطلب من احد الطلبة إعطاء نموذج نشاط تطبيقي: * تطبيق مهارة مسك المضرب * تنطيط الريشة بالوجه الأمامي للمضرب. * تنطيط الريشة بالوجه الخلفي للمضرب * أداء عدة ضربات للإرسال القصير والطويل	+ الثالثة
	٥ د	استراحة: شرب القليل من الماء أو العصير	
تطبيق المهارة بوجود شبكة بارئفاعات مختلفة والتأكيد على المسك الصحيحة عند أداء الضربات	٢٥ د	نشاط تطبيقي: * تطبيق ضرب الريشة بالوجه الخلفي بطريقة جزئية * تطبيق ضرب الريشة بالوجه الخلفي بطريقة كلية * تطبيق مهارة ضرب الريشة بالوجه الخلفي مقابل حائط وعلى مسافة ٢ م. * تطبيق مهارة ضرب الريشة بالوجه الخلفي مقابل حائط وعلى مسافة ٣ م. * تطبيق المهارة بطريقة زوجية بين الزميلين خارج الملعب وعلى مسافة ٣ م * تطبيق المهارة بين طالبين داخل الملعب * تطبيق المهارة بعد أداء الإرسال	
	١٠ د	الجزء الختامي: مجموعة من ترمينات التهئية	
	٥ د	تغذية راجعة: مراجعة عامة للمهارة التي تم تعليمها وتقويم نتائج الدرس	
	١٠ د	إجراءات إدارية: غسل اليدين والذهاب إلى الصف	

الأسبوع الخامس/ حصتان

المحتوى التعليمي: إعادة لمهارة ضرب الريشة بوجه المضرب الأمامي والخلفي وتعليم الضرب الساحق

ملاحظات	الزمن	المحتوى	الحصة
	١٠ د	إجراءات إدارية: انتظار الطلبة في ساحة الملعب وبعد حضورهم والإصطفاف، أخذ الحضور والغياب	الأولى
	١٥ د	الإجماع: ١ - السير بالكرسي المتحرك بطول الملعب ٢ - الجري بالكرسي المتحرك بطول الملعب. ٣ - الجري المتعرج حول الأقماع ٤ - لعبة صغيرة تتناسب مع وضع الطلبة. ٥ - تمارين إطالة للذراعين. ٦ - تمرينات بالكرات الطبية	+ الثانية +
	٢٠ د	نشاط تعليمي: سيتم إعادة شرح كيفية مسك المضرب وإعادة شرح الإرسال القصير وإعطاء نموذج سريع والطلب من جميع الطلبة تطبيق نموذج أمام المعلم والطلبة للمهارتين داخل الملعب، وسيتم شرح مهارة الإرسال الطويل، وإعطاء نموذج من المعلم نشاط تطبيقي: * تطبيق مهارة مسك المضرب الصحيحة. * تنطيط الريشة بالوجه الأمامي للمضرب * تنطيط الريشة بالوجه الخلفي للمضرب. * لعب حر بطريقة زوجية	الثالثة
	٥ د	استراحة: شرب القليل من الماء أو العصير	
الإر تطبيق المهارة بوجود شبكة بار تقاعات مختلفة والتأكيد على المسك الصحيحة عند أداء الضربات	١٥ د	نشاط تطبيقي: * تقسيم مهارة ضرب الريشة بالوجه الخلفي إلى أجزاء وتعليمه بالطريقة الجزئية. * تطبيق ضرب الريشة بالوجه الخلفي بطريقة كلية. * تطبيق مهارة ضرب الريشة بالوجه الخلفي مقابل حائط وعلى مسافة ٣ م. * تطبيق مهارة ضرب الريشة بالوجه الخلفي مقابل حائط وعلى مسافة ٤ م. * تطبيق مهارة ضرب الريشة بالوجه الخلفي بطريقة زوجية بين الزميلين خارج الملعب وعلى مسافة ٤ م ثم زيادة المسافة ل ٥ م. * تطبيق ضرب الريشة بالوجه الخلفي داخل الملعب بطريقة زوجية. * تطبيق الإرسال داخل الملعب من قبل الزميل والآخر يقوم بضرب الريشة بالوجه الخلفي للمضرب. * عمل منافسات لتطبيق المهارات.	
	١٠ د	الجزء الختامي: مجموعة من تمرينات التهدئة	
	٥ د	تغذية راجعة: مراجعة عامة للمهارة التي تم تعليمها وتقويم نتائج الدرس	
	١٠ د	إجراءات إدارية: إبلاغ الطلبة الحضور لوحدهم إلى ساحة الملعب في الحصة القادمة بنظام في موعد الحصة والتأكيد على عدم التأخر والذهاب لغسل اليدين والرجوع إلى الصف	

## الأسبوع الخامس/ حصة واحدة

المحتوى التعليمي: إعادة للمهارات التي تم تعلمها

ملاحظات	الزمن	المحتوى	الحصة
	١٠ د	إجراءات إدارية: انتظار الطلبة في ساحة الملعب وبعد حضورهم والإصطفاف، أخذ الحضور والغياب	الأولى +
	١٥ د	الإحماء: سيتم الطلب من أحد الطلبة إجراء الإحماء لزملائه على أن يتم ذلك بإشراف المعلم وإعطاء تغذية راجعة عن أية أخطاء قد تقع في الإحماء	الثانية
	٢٠ د	نشاط تعليمي: سيتم توزيع الوقت المخصص لهذا الجزء لأجزاء متساوية الطلب من أحد الطلبة شرح كيفية مسك المضرب نشاط تطبيقي: * تطبيق مهارة مسك المضرب. * تنطيط الريشة بالوجه الأمامي للمضرب. * تنطيط الريشة بالوجه الخلفي للمضرب	
	٥ د	استراحة: شرب القليل من الماء أو العصير	
تطبيق المهارة بوجود شبكة بار تقاعات مختلفة والتأكيد على المسك الصحيحة عند أداء الضربات	١٥ د	نشاط تطبيقي: * تطبيق مهارة الإرسال القصير والطويل مقابل حائط وعلى مسافات مختلفة * تطبيق الإرسال بأنواعه داخل الملعب. * عمل منافسات لتطبيق المهارات. * عمل منافسات لمعرفة الأداء الصحيح لكيفية ضرب الريشة بالوجه الأمامي والخلفي للمضرب والضرب الساحق	
	١٠ د	الجزء الختامي: مجموعة من تمارين التهيئة	
	٥ د	تغذية راجعة: مراجعة عامة للمهارة التي تم تعلمها وتقويم نتائج الدرس	
	١٠ د	إجراءات إدارية: غسل اليدين والذهاب إلى الصف	

الأسبوع السادس/ حصة واحدة

المحتوى التعليمي: تعليم مهارة ضربات إبعاد الريشة الهجومى والدفاعى

ملاحظات	الزمن	المحتوى	الحصة
	٥٥	إجراءات إدارية انتظار الطلبة في ساحة الملعب وبعد حضورهم والاصطفاف، أخذ الحضور والغياب	الأولى +
	١٥	الإحماء يقوم فيه أحد الطلبة على أن يكون شاملاً	الثانية +
	١٥	نشاط تعليمي سيتم شرح مهارة ضرب إبعاد الريشة الهجومى، وأداء نموذج من قبل المدرس، والطلب من أي طالب المحاولة في تطبيق نموذج، وبيان هذه الضربات في المنافسة. نشاط تطبيقي * تنطيط الريشة بالوجه الأمامي والخلفي للمضرب على ارتفاعات مختلفة * أداء عدة ضربات للإرسال بأنواعه * لعب حر	الثالثة
	٥٥	استراحة: شرب القليل من الماء أو العصير	
تطبيق المهارة بوجود شبكة بارتفاعات مختلفة والتأكيد على المسك الصحيحة عند أداء الضربات	٢٥	نشاط تطبيقي: * تطبيق المهارة بطريق جزئية بإشراف المعلم * تطبيق المهارة بطريقة كلية بإشراف المعلم * تطبيق المهارة بالطريقة الزوجية خارج الملعب * تطبيق المهارة بالطريقة التبادلية خارج الملعب * تطبيق المهارة بطريقة زوجية داخل الملعب * تطبيق مهارة الإرسال الطويل من قبل الزميل والآخر يطبق المهارة والتبديل * تطبيق مهارة الضرب الساحق من قبل الزميل والآخر إبعاد	
	١٠	الجزء الختامى: مجموعة من تمارين التهئة يقوم فيها أحد الطلبة	
	٥٥	تغذية راجعة: مراجعة عامة للمهارة التي تم تعليمها وتقويم نتائج الدرس	
	١٠	إجراءات إدارية: غسل اليدين والذهاب إلى الصف	

## الأسبوع السادس/ حصتان

المحتوى التعليمي: إعادة لمهارة ضربات إبعاد الريشة الهجومية والدفاعي وتعليم مهارات الإسقاط على الشبكة

ملاحظات	الزمن	المحتوى	الحصّة
	٥٥	إجراءات إدارية انتظار الطلبة في ساحة الملعب وبعد حضورهم والاصطفاف، أخذ الحضور والغياب من قبل أحد الطلبة يحدده المعلم مسبقاً	الأولى +
	١٥	الإحماء يقوم به أحد الطلبة	الثانية +
	١٥	نشاط تعليمي إعادة لمهارة ضربات الإبعاد وتعليم مهارات الإسقاط، وإعطاء نموذج من قبل المدرس والطلب من أحد الطلبة إعطاء نموذج نشاط تطبيقي * تطبيق مهارة مسك المضرب * تنطيط الريشة بالوجه الأمامي للمضرب. * تنطيط الريشة بالوجه الخلفي للمضرب * أداء عدة ضربات للإرسال القصير والطويل. * لعب حر	الثالثة
	٥	إستراحة: شرب القليل من الماء أو العصير	
تطبيق المهارة بوجود شبكة بارتفاعات مختلفة والتأكيد على المسك الصحيحة عند أداء الضربات	٢٥	نشاط تطبيقي: * تطبيق الإسقاط بطريقة جزئية * تطبيق الإسقاط بطريقة كلية * تطبيق مهارة الإرسال القصير من قبل الزميل والآخر إسقاط. * عمل منافسات لتطبيق المهارات.	
	١٠	الجزء الختامي: مجموعة من تمرينات التهدئة	
	٥	تغذية راجعة: مراجعة عامة للمهارة التي تم تعليمها وتقويم نتائج الدرس	
	١٠	إجراءات إدارية: غسل اليدين والذهاب إلى الصف	

ملحق رقم ( ٢ ) أسماء السادة المحكمين

الجامعة	التخصص	الدرجة العلمية	اسم المحكم	الرقم
الأردنية	تربية رياضية / اعداد مهني رياضي	استاذ	أ.د. بسام مسمار	١
الأردنية	مناهج وتدریس / تربية رياضية	استاذ مشارك	د. صادق الحايك	٢
الأردنية	التعلم الحركي، ألعاب مضرب	استاذ مشارك	د. معين طه	٣
البيوت	أساليب تدریس / تربية رياضية	استاذ مشارك	د. منصور الزبون	٤
الهاشمية	ادارة رياضية	استاذ مشارك	د. زياد الطحاينة	٥
الهاشمية	سلوك حركي	استاذ مشارك	د. عبد الباسط الشرمان	٦
الطفيلة التقنية	مناهج وأساليب تدریس	استاذ مساعد	د. خالد عطية السعودي	٧
الطفيلة التقنية	علم نفس تربوي	استاذ مساعد	د. محمد الرفوع	٨
الطفيلة التقنية	مناهج وأساليب تدریس	استاذ مساعد	د. أحمد القرارة	٩
الطفيلة التقنية	علم نفس تربوي	محاضر متفرغ	د. هاني الكريمين	١٠