

**تأثير برنامج العاب ترويحية مائية على مستوى الخوف لدى مبتدئي السباحة****د/ أميرة فنجي عطية بدر**

مدرس بقسم الترويح والإدارة الرياضية - كلية التربية الرياضية جامعة طنطا

**المقدمة ومشكلة البحث**

أن ممارسة الأنشطة الرياضية بالطرق الصحيحة التربوية تؤثر على الفرد وتكسبه اتجاهات وقيما وسلوكيات سليمة تجعله يتواءم مع نفسه ومع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه ، حيث تلعب الأنشطة الرياضية المتنوعة دورا هاما في تنمية نواحي النقص لدى الأفراد فإذا فقد الإنسان قدرته على التمتع بأي جانب من جوانب الحياة فإن هذه الأنشطة تعوضه من خلال شعوره بإمكانياته أثناء الممارسة.

ولما كان الترويح يمتلك الفرص الوفيرة بأوجه أنشطته الترويحية التي تختلف باختلاف اهتمامات ممارسيها ، فإنه يساعد المسن على إشباع الحاجات الثانوية كالحاجة إلى الانتماء والحاجة إلى التعارف والحاجة إلى أثبات الذات من خلال المواقف التي تتيحها أنشطة الترويح المختلفة ، بالإضافة إلى إشباع الدافع إلى العمل كخدمة الآخرين و خدمة المجتمع من خلال المشاركة في مشروعات خدمة المجتمع وتنمية البيئة (٢٠: ١٦٩) .

و تتفق كلا من "تهاني عبد السلام" (٢٠٠١) ، و"محمد الحماحمي و عايدة عبد العزيز" (٢٠٠١) مع بوفى مان Buvy Man (١٩٩٨) ، و حلمي إبراهيم و ليلى فرحات (١٩٩٨) ، كمال درويش و محمد الحماحمي (١٩٩٧) أن الأنشطة الترويحية تكسب الأفراد والمسنيين مهارات الاتصال وتنشيط القدرات العقلية الخلاقة ، و تشبع الحاجات البدنية والفسولوجية و الاجتماعية والنفسية و تقدير الذات والانتماء والإحساس بالأمان والسعادة وتنمية الإحساس بالجمال (٧ : ٣٠٠)(٢٥ : ٣٥ ، ٣٦)(٢٧ : ٢٠١٠)(٨ : ٢٤٠-٢٤٦)(١٩ : ٢٥٨) .

ويواجه الناشئين اليوم في العالم المعاصر وفي ظل الألفية الثالثة عدد من المشكلات والاضطرابات النفسية التي يتعرض لها الناشئين وتعتبر المخاوف أحد أهم الانفعالات التي يعيشها الإنسان في حياته، ومن أكثرها شيوعا وتثيره مواقف عدة لا حصر لها، والتي تتباين تباينا كبيرا في حياة مختلف الأفراد، كما تتنوع شدته من مجرد الحذر إلى الهلع والرعب، ويعتبر الخوف إحدى القوى التي قد تعمل على البناء أو على الهدم في تكوين الشخصية ونموها والقدرة على التعامل مع الآخرين (١٤ : ٢٧١).

الى أن الخوف ظاهرة من ظواهر رد الفعل السلبي المعقد على الخصائص الذاتية المهمة، فرد الفعل للخوف عن فعل بيولوجي مفيد على انعكاس وقائي لا شرطي وسيظهر عند الأفراد بأسلوب خاص يرتبط جوهرياً بوظائف التعلم والخوف يسبب خفقان القلب بنسبة ٦٩% وشعور شديد بالضعف، والإشراف على الإغماء بنسبة ١٤% وشعور شديد بالتوتر بنسبة ٤٥% وشعور بألم خفيف بالمعدة بنسبة ٤٥% (٢٥:١٦)

وجدير بالذكر أن الخوف يعد استجابة انفعالية إزاء خطر حقيقي (في حالة الخوف العادي) أو غير حقيقي (في حالة الخوف المرضي)، ويقدم على أساس تقدير المرء لقوته تقديراً منخفضاً بالقياس الى قوة الخطر التي تهدده (١٦:٣)

ويعد الخوف القوى الفعالة التي تعمل على البناء والهدم في تكوين الشخصية ونموها فاذا سيطر العقل على الخوف يصبح من أعظم القوى نفعاً للمجتمع وتصبح له قيمة بنائية فائقة، إذا كان الخوف من هذا النوع البنائي فانه كثيراً ما يمر مروراً عابراً لا يستدعي النظر إذا يعتبر وقاية او وزناً للأمر او فطنة. (٥١:٢)

ويرى أرفورد وآخرون (٢٠٠١م) Orford et al أن الاضطراب السلوكي عادة ما يحدث خلال مرحلة الطفولة ومع ذلك فمن الممكن أن يبدأ خلال مرحلة المراهقة، إلا أن ظهور أعراض الاضطراب السلوكي خلال مرحلة الطفولة تتمثل في نمط السلوك العدواني، أما إذا ظهرت تلك الأعراض خلال مرحلة المراهقة فتكون متمثلة في نمط السرقة (٣٠:٢٨)

والخوف أحد مقومات حياتنا السوية قبل ان يعتقد بنوازع النفس او يشتد في الدرجة او يستمر ارتباطه بمسبباته بعد زاولها، انه يفدينا بيولوجياً في لفت الانتباه لسرعة إدراك الخطر وتداركه فيطلق الطاقة اللازمة لمجابهة الموقف واتخاذ الاحتياطات اللازمة المتسمة بالحرص والحظر مما يكسب الفرد الشجاعة والاقدام والبت في اتخاذ القرار والقدرة على ضبط النفس فالخوف هو الذي يدفع الافراد الى ان يتحدوا ويتعاونوا في مواجهه الشدائد (١٧:٣٠)

وتكمن ضرورة اللعب في تأثيره الإيجابي في الحد من الظواهر النفسية السلبية كالخوف والعزلة سواء للفرد بصفة عامة أو للأطفال بمختلف الاعمار بصفة خاصة كما تتيح الفرصة للتكيف مع الإعاقة. (١٢٤:١٣)

وقد اتفق كل من عادل عبد الله (٢٠٠١) وإبراهيم بدر (٢٠٠٤) ومجد خطاب (٢٠٠٤) أن اللعب هو أول أشكال الاتصال لدى الأطفال مع البيئة المحيطة بهم حيث يفيد في إخراج الانفعالات والصراعات الداخلية التي تعمل على توتر الطفل. (١) (٢١)

ومن أهم التدريبات الحديثة في برامج النشاط البدني هي التدريبات المائية و التي أصبح لها صدى واسع الانتشار و حظيت بإهتمام خاص من قبل علماء الطب و فسيولوجيا التدريب الرياضي لما لها من فوائد بدنية و نفسية حيث تتيح استخدام جميع عضلات الجسم بشكل متزن ، كما تكسب الممارس تكيفات واستجابات فسيولوجية لمختلف الأجهزة الحيوية وخاصة الجهاز الدوري والتنفسي ، وكذلك الوسط المائي يعطى إحساساً بالمتعة و الانتعاش و الحيوية للممارس (١٠٩:١٨)

لقد ازداد الوعي وانتشر الاعتقاد بفوائد تدريبات الوسط المائي فهي الآن واحدة من أحدث الطرق حيث تعمل تمرينات الوسط المائي كطب وقائي وعلاج طبيعي في مواجهة العديد من علاج حالات الإصابة أو التأهيل بعد الإصابة أو الجراحة أو اللياقة العامة للصحة وإنقاص الوزن والرشاقة والارتقاء بمستوى اللياقة البدنية. (١:١١)

وقد عرفت تدريبات الوسط المائي منذ القدم حيث استخدمت في علاج ضعف العضلات والإطراف المشلولة بسبب خواصة في حمل الأجسام والمقاومة فالطفو على الماء يسمح للجسم بالتحرك بسهولة ويسر عن التحرك على اليابسة. (٢٩:٢٣)

والجسم أثناء حركته في الماء يقع تحت تأثير ظروف وعوامل مختلفة هي الجاذبية الأرضية حيث يقل أثرها على الجسم تحت تأثير العوامل الطبيعية للماء، درجة حرارة وكثافة الماء المختلفة عن درجة حرارة وكثافة الهواء، ضغط الماء المتعادل على جميع أجزاء الجسم وأجهزته حيث يشعر الفرد بجو مختلف عن الجو الذي ألفه كما تتسبب هذه العوامل في حدوث تغيرات فسيولوجية وسيكولوجية على أجهزة الجسم الداخلية تختلف عما في الأحوال العادية عن داخل الوسط المائي (٥ : ٢١-٢٦).

ومن الحاجات التي يتم إشباعها من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية الحاجة إلى الأمان والطمأنينة والتكيف الاجتماعي وتقدير واحترام الذات ، و بإشباعها يشعر الفرد بالرضا عن نفسه وعن حياته وهو ما أشار إليه " ماسلو " في هرم الاحتياجات ويؤكد عليه محمد الحماحمي وعائدة عبد العزيز (٢٥ : ٣٥) .

وتؤكد وفيقة مصطفى (٢٠٠١م) على الفوائد العديدة للسباحة الترويحية سواء من الناحية الاجتماعية أو النفسية ، حيث تظهر فوائد السباحة عند ممارستها بغرض اللعب و التمتع بقضاء وقت الفراغ في نشاط بدني مفيد ومحبيب للنفس فهي أيضاً تساهم في حل مشكلة وقت الفراغ للفرد عن طريق ممارسة نشاط بدني يعود عليه بالصحة والحيوية و النشاط ، كما تظهر الفوائد الاجتماعية للسباحة الترويحية في تنمية التكيف الاجتماعي للأفراد نتيجة لممارستها مع الآخرين ، وترجع الفوائد النفسية إلى كونها تمارس في أحواض السباحة أو على الشواطئ خلال مراحل العمر المختلفة ، كما أنها تساعد على الفرد الممارس على التحكم في انفعالاته و عدم الشجار مع الآخرين وتساعد في علاج الانطواء النفسي والتوتر العصبي ( ٢٦ : ٢٢ )

ولاهتمام الباحثة بالأطفال ذوى الاحتياجات الخاصة النفسية ومحاولة إضافة شئ من السعادة على حياته فقد وجدت الباحثة أهمية دراسة الأنشطة الترويحية الرياضية التي تمارس في الوسط المائي للتغلب على الصعوبات التي تواجه المبتدئين من الخوف داخل الماء لدى الأطفال مبتدئي السباحة لما للوسط المائي من فوائد عديدة ، فهناك باحثين تناولوا ممارسة البرامج الترويحية عاما أو في الوسط المائي على فئات أخرى إلا أنه لم يتطرق أحد من الدارسين إلى دراسة الأنشطة الترويحية الرياضية المائية و أثرها على المتغيرات النفسية الخاصة بأحد الظواهر التي تواجه الأطفال مبتدئي السباحة ، على الرغم من التأثير العلاجي والترويحي والذي ذكره محمد الحماحمي وعائدة عبد العزيز نقلاً عن فرويد (٢٥) و هو ما دعي الباحثة إلى التعرف على تأثير برنامج العاب ترويحية مائية على مستوى الخوف لدى مبتدئي السباحة

## هدف البحث

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج العاب ترويحية مائية على مستوى الخوف لدى مبتدئي السباحة.

## فروض البحث

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في مستوى بعض السلوك الانسحابي لدى الأطفال مبتدئي السباحة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في مستوى الخوف لدى الأطفال مبتدئي السباحة.

## بعض المصطلحات الواردة في البحث

## التروييح المائي Water Recreation :

و مجموعة من الأنشطة المختارة التي تستخدم الوسط المائي لممارستها بما يتناسب مع قدرات و استعدادات الممارسين بحيث يتوافر لهم عوامل التشويق و الإثارة والأمان والسلامة للممارسين (٢٣ : ١٥)

## - السلوك الانسحابي: Social interactions

تعرفه رابية حكيم (٢٠٠٣) بأنه "المهارات التي يبيدها الطفل في التعبير عن ذاته للآخرين والإقبال عليهم، والاتصال بهم، والتواصل معهم، ومشاركتهم في الأنشطة الاجتماعية المختلفة". (٩)

## الخوف:

"حالة نفسية تنتاب الفرد عند تعرضه بمواقف مفاجئة أو مواقف تهدده أو تهدد كيانه (١٤) : (٢٠٣).

الخوف عبارة عن حالة نفسية شعورية وجدانية يصاحبها انفعال نفسي وبدني، تنتاب الشخص عندما يتسبب مؤثر خارجي في إحساسها بالخطر وقد ينبعث هذا المؤثر في داخل الشخص. (١١:٦٤)

## خطة وإجراءات البحث

## أولا : منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام القياسات (القبليّة – والبعديّة) على مجموعة تجريبية واحدة، وذلك لمناسبتة لطبيعة هذا البحث.

## ثانياً: عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية مما تراوحت الأعمار بين (٥ - ٧) سنة من الأطفال مبتدئي السباحة بنادي القادسية الكويتي والمتريدين على خماس السباحة " المدارس التعليمية"، ومما سبق فقد تكونت عينة البحث من (١٥) طفل بالإضافة إلى (٨) أطفال لأجراء التجربة الاستطلاعية للبحث.

## جدول رقم (١)

التجانس بين أفراد عينة البحث في القياسات (الطول، الوزن، السن)

ن = ١٥

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
الطول	سم	١١٢.٢	١.٧	١١٢	٠.٣٥
الوزن	كم	٣١.٩	١.٣٨	٣٢	٠.٢٢-
السن	سنة	٦.٧٨	٠.٨٠	٦.٠٠	٠.٨٣-

يتضح من جدول رقم (١) أن معامل الالتواء ينحصر ما بين (٠.٣٥، ٠.٨٣-) وهذا يعني أن المتغيرات تحقق المنحنى الاعتنالي حيث تنحصر ما بين  $\pm ٣$  مما يؤكد على مدى التجانس بين أفراد العينة ككل .

## جدول رقم (٢)

التجانس بين أفراد عينة البحث في مقاييس (السلوك الانسحابي - الخوف)

ن = ١٥

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
مقياس الخوف	درجة	٢١.٢٤	٤.١٥	٢٠.٩٨	٠.١٨٧
مقياس السلوك الانسحابي	درجة	٢٨.٣٥	٢.٧٥	٢٨.٤٠	٠.٥٤.

يتضح من جدول رقم (٢) أن معامل الالتواء ينحصر ما بين (٠.١٨٧، ٠.٥٤) وهذا يعني أن المتغيرات تحقق المنحنى الاعتنالي حيث أنها تنحصر ما بين  $\pm ٣$  مما يؤكد على مدى التجانس بين أفراد العينة ككل .

## الأدوات المستخدمة في البحث :

- أ- الرستاميتير : لقياس الطول لأقرب نصف سم .
- ب- ميزان طبي : لقياس الوزن لأقرب نصف كم .
- ج- بالونات.
- د- كرات بينج بونج .
- هـ- حبل طويل بعرض الحمام .
- و- ألعاب صغيرة تغوص في الحمام.
- ز- أطواق بلاستيك كبيرة.
- ح- عصى طويلة.
- ط- ألواح طفو.
- ي- ألعاب صغيرة تطفو.
- ك- كرات كبيرة.
- ل- مقعد سويدي.
- م- شريط لصق.

## الاختبارات والمقاييس المستخدمة في البحث:

- مقياس السلوك الانسحابي للأطفال من سن (٥ : ١٢) سنة إعداد عادل عبد الله (٢٠٠١) وبلغت معاملات الصدق ٠.٧٦٣ والثبات ٠.٧٤٣ وذلك على البيئة المصرية.
- مقياس الخوف لدى مبتدئي السباحة . اعداد الباحثة .
- استمارة استطلاع رأى الخبراء . مرفق (٣) .
- قائمة بأسماء الخبراء . مرفق (١) .
- البرنامج المقترح . مرفق (٧) .

## ثالثاً: المقاييس المستخدمة

مقياس الخوف لدي مبتدئي رياضة السباحة. اعداد الباحثة مرفق (٤)

## المعاملات العلمية المستخدمة

## أولاً: الصدق

## أ- صدق المحكمين لمقياس الخوف:

استخدمت الباحثة صدق المحكمين لحساب صدق المحتوى للاستبيان وذلك بهدف التحقق من صدق استمارة الاستبيان، حيث تم تطبيق الاستبيان على السادة الخبراء، كما يوضحه الجدول (٣).

جدول (٣)  
آراء السادة الخبراء حول محاور استمارة الاستبيان الخاصة بمقياس الخوف  
لدى مبتدئي رياضة السباحة

(ن = ١٠)

النسبة المئوية %	الدرجة المقدره	غير مناسب	الي حد ما	مناسب	العبارة	
١٠٠	٣٠	٠	٠	١٠	الخوف من الإصابة الرياضية	المحور الأول
٥٦,٦٧	١٧	٥	٣	٢	الخوف من الإخفاق في الأداء	المحور الثاني
٩٦,٦٧	٢٩	٠	١	٩	الخوف من تأثير وجود الزملاء	المحور الثالث
٩٣,٣٣	٢٨	٠	٢	٨	الخوف من عدم توافر عوامل الأمن والسلامة	المحور الرابع
٦٦,٦٧	٢٠	٤	٢	٤	الخوف من فقدان الدعم النفسي	المحور الخامس
٤٠,٠٠	١٢	٨	٢	٠	الخوف من فقدان الدعم الاجتماعي	المحور السادس
٨٣,٣٣	٢٥	٢	١	٧	الخوف من المدرب	المحور السابع
٥٦,٦٧	١٧	٥	٣	٢	الخوف من وجود الجمهور	المحور الثامن
١٠٠	٣٠	٠	٠	١٠	الخوف من التدريبات	المحور التاسع

يتضح من جدول (٣) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء حول محاور الاستبيان قد تراوحت من ٤٠% إلى ١٠٠% وقد ارتضت الباحثة بنسبة ٨٠% وبذلك تم تحديد المحاور الرئيسية لاستمارة الاستبيان بناء على آراء السادة الخبراء، وبذلك تم التوصل إلى المحاور الرئيسية للاستبانة في صورتها النهائية:

المحور الأول: الخوف من الإصابة الرياضية

المحور الثاني: الخوف من تأثير وجود الزملاء

المحور الثالث: الخوف من عدم توافر عوامل الأمن والسلامة

المحور الرابع: الخوف من المدرب

المحور الخامس: الخوف من التدريبات

## جدول (٤)

عدد عبارات استمارة الاستبيان الخاصة بمقياس الخوف لدي مبتدئي رياضة السباحة (ن = ١٠)

الأبعاد	المحاور	عدد العبارات
المحور الأول	الخوف من الإصابة الرياضية	٩
المحور الثاني	الخوف من تأثير وجود زملاء	٩
المحور الثالث	الخوف من عدم توافر عوامل الأمن والسلامة	٧
المحور الرابع	الخوف من المدرب	٨
المحور الخامس	الخوف من التدريبات	١٠
عبارات الاستبيان ككل		٤٣

يتضح من جدول (٤) عدد عبارات الاستبيان الخاص بمقياس الخوف بشكل نهائي عبارة عن (٤٣) عبارة.

## جدول (٥)

آراء السادة الخبراء في عبارات استمارة الاستبيان الخاصة بمقياس الخوف

(ن = ١٠)

المحور الأول		المحور الثاني		المحور الثالث		المحور الرابع		المحور الخامس	
الدرجة المقدر	النسبة المئوية %								
١	٩٦,٦٧	١	١٠٠,٠٠	١	٩٠,٠٠	١	٩٣,٣٣	١	١٠٠,٠٠
٢	٨٦,٦٧	٢	٧٠,٠٠	٢	٦٠,٠٠	٢	٧٣,٣٣	٢	٦٣,٣٣
٣	٦٣,٣٣	٣	٩٠,٠٠	٣	٢٧	٣	٩٦,٦٧	٣	٨٦,٦٧
٤	١٠٠,٠٠	٤	٦٦,٦٧	٤	١٠٠,٠٠	٤	١٠٠,٠٠	٤	١٠٠,٠٠
٥	٩٣,٣٣	٥	٩٦,٦٧	٥	٩٦,٦٧	٥	٦٣,٣٣	٥	٩٦,٦٧
٦	٥٦,٦٧	٦	١٠٠,٠٠	٦	٦٦,٦٧	٦	١٠٠,٠٠	٦	٦٠,٠٠
٧	٩٦,٦٧	٧	١٠٠,٠٠	٧	٩٦,٦٧	٧	٩٠,٠٠	٧	١٠٠,٠٠
٨	٨٦,٦٧	٨	٧٠,٠٠	٨	٨٣,٣٣	٨	٨٣,٣٣	٨	٩٣,٣٣
٩	٨٠,٠٠	٩	٨٣,٣٣	٩	٨٣,٣٣	٩	٨٣,٣٣	٩	٥٣,٣٣
١٠	٨٦,٦٧	١٠	٨٦,٦٧	١٠	٨٦,٦٧	١٠	٨٦,٦٧	١٠	٨٦,٦٧

يتضح من خلال الجدول (٥) أن النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول مناسبة العبارات المقترحة قد تراوحت ما بين (٥٠% إلى ١٠٠%) ولقد ارتضت الباحثة نسبة (٨٠%) فأكثر للموافقة على العبارات وتم استبعاد العبارات التي لم تحصل على هذه النسبة بناء على آراء السادة الخبراء وجدول رقم (٤) يوضح عبارات كل محور قبل وبعد العرض.

## جدول (٦)

عدد عبارات الاستبيان الخاص بمقياس الخوف قبل وبعد العرض على الخبراء

م	العبارة	عدد العبارات في صورتها المبدئية	التعديل				عدد العبارات في صورتها النهائية
			صيغة	حذف	دمج	إضافة	
	استمارة الاستبيان الخاصة بمقياس الخوف	٤٣	٠	١٢	٠	٠	٣١
١	الخوف من الإصابة الرياضية	٩	٠	٢	٠	٠	٧
٢	الخوف من تأثير وجود الزملاء	٩	٠	٣	٠	٠	٦
٣	الخوف من عدم توافر عوامل الأمن والسلامة	٧	٠	٢	٠	٠	٥
٤	الخوف من المدرب	٨	٠	٢	٠	٠	٦
٥	الخوف من التدريبات	١٠	٠	٣	٠	٠	٧

يتضح من خلال الجدول (٦) عدد العبارات التي تم حذفها وبذلك تم إعداد الاستبيان الخاص بمقياس الخوف مبتدئي رياضة السباحة في صورته النهائية.

## صدق الاتساق الداخلي:

صدق الاتساق الداخلي لمحاور استمارة الاستبيان الخاص بمقياس الخوف لرياضة السباحة - استخدمت الباحثة صدق الاتساق الداخلي لحساب معامل الصدق للاستبيان وذلك بهدف التحقق من صدق استمارة الاستبيان، حيث تم تطبيق الاستبيان على مجموعة قوامها (٨) مبتدئين من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية، وذلك لحساب معامل الارتباط بين درجة كل محور والمجموع الكلي له وكذلك بين درجات المحاور والمجموع الكلي للاستمارة كما يوضحه جدول (٧).

## جدول (٧)

صدق الاتساق الداخلي لمحاور استمارة الاستبيان الخاص بمقياس الخوف (ن = ٦)

م	المحاور	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية
١	الخوف من الإصابة الرياضية	** ٧٨٩،	،٠٠٠
٢	الخوف من تأثير وجود الزملاء	** ٩٨٠،	،٠٠٠
٣	الخوف من عدم توافر عوامل الأمن والسلامة	** ٩٣٥،	،٠٠٠
٤	الخوف من المدرب	** ٩٠٤،	،٠٠٠
٥	الخوف من التدريبات	** ٩٤٦،	،٠٠٠

\*دال عند مستوى ٠.٠٥ \*\*دال عند مستوى ٠.٠١

يتضح من جدول (٧) أن معاملات الارتباط بين محاور الاستبيان (مقياس الخوف) والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠.٧٨٩ : ٠.٩٨٠) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للاستمارة.

## جدول ( ٨ )

## صدق الاتساق الداخلي لعبارات محاور استمارة الاستبيان الخاص بمقياس الخوف

العبرة	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية	العبرة	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية	العبرة	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية
١	٠.٩١٢ **	٠.٠٠٠	١٦	٠.٩٠٠ **	٠.٠٠٠	٣١	٠.٩٠٠ **	٠.٠٠٠
٢	٠.٦٧٠ *	٠.٠٠٠	١٧	٠.٨٢٣ **	٠.٠٠٠			
٣	٠.٧٥٩ *	٠.٠٠٠	١٨	٠.٩٧٠ **	٠.٠٠٠			
٤	٠.٧٠٥ *	٠.٠٠٠	١٩	٠.٨٩٤ **	٠.٠٠٠			
٥	٠.٨٢٣ **	٠.٠٠٠	٢٠	٠.٩٧٠ **	٠.٠٠٠			
٦	٠.٩٧٠ **	٠.٠٠٠	٢١	٠.٩٢٨ **	٠.٠٠٠			
٧	٠.٨٥٠ **	٠.٠٠٠	٢٢	٠.٩٧٠ **	٠.٠٠٠			
٨	٠.٩٠٠ **	٠.٠٠٠	٢٣	٠.٨٨٢ **	٠.٠٢٥			
٩	٠.٨٢٣ **	٠.٠٠٠	٢٤	٠.٨٩٤ **	٠.٠٠٠			
١٠	٠.٧٦٧ **	٠.٠٠٠	٢٥	٠.٧٦٧ **	٠.٠٠١			
١١	٠.٨٨٢ **	٠.٠٠٠	٢٦	٠.٨٨٢ **	٠.٠٠٠			
١٢	٠.٨٢٣ **	٠.٠٠٠	٢٧	٠.٩٧٠ **	٠.٠٠٠			
١٣	٠.٩٢٨ **	٠.٠٠٠	٢٨	٠.٨٢٣ **	٠.٠٠٠			
١٤	٠.٧٢٨ **	٠.٠٠٠	٢٩	٠.٧٢٨ **	٠.٠٠٠			
١٥	٠.٩٧٠ **	٠.٠٠٠	٣٠	٠.٨٥١ **	٠.٠٠٠			

\*\*دال عند مستوى ٠.٠١

\*دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٨) أن معاملات الارتباط بين عبارات الاستبيان (بمقياس الخوف) والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠.٦٧٠ : ٠.٩٧٠) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للاستمارة.

## جدول (٩)

صدق الاتساق الداخلي لعببارات الاستبيان الخاص بمقياس الخوف لدى حراس المرمى الناشئين  
لرياضة كرة اليد والدرجة الكلية لكل محور (٦ = ٦)

العبرة	المحور الاول	العبرة	المحور الثاني	العبرة	المحور الثالث	العبرة	المحور الرابع	العبرة	المحور الخامس
١	٠.٧٨٩ **	١	٠.٩٣٩ **	١	٠.٩٠٤ **	١	٠.٩٣٢ **	١	٠.٨٩٦ **
٢	٠.٧٠٣ *	٢	٠.٩٠٦ **	٢	٠.٩٨١ **	٢	٠.٨٢٨ **	٢	٠.٧٤٥ **
٣	٠.٧٣٢ **	٣	٠.٨٣٣ **	٣	٠.٩٣٢ **	٣	٠.٨٩٩ **	٣	٠.٩٠٦ **
٤	٠.٨٠٦ **	٤	٠.٩٠٦ **	٤	٠.٨١٨ **	٤	٠.٨٢٨ **	٤	٠.٩٥٩ **
٥	٠.٧٨٢ **	٥	٠.٨٤٩ **	٥	٠.٩٨١ **	٥	٠.٧٣٠ *	٥	٠.٨٢٥ **
٦	٠.٧٤١ *	٦	٠.٧٩٨ **			٦	٠.٩٣٢ **	٦	٠.٧٩٥ **
٧	٠.٨٩٨ **							٧	٠.٩٣٩ **

يتضح من جدول ( ٩ ) أن معاملات الارتباط بين عبارات ومحاور استمارة الاستبيان (بمقياس الخوف) والدرجة الكلية للمحاور له تراوحت ما بين ( ٠.٧٣٠ : ٠.٩٥٩ ) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للاستمارة.

## ثانياً الثبات:

## حساب الثبات لمحاور المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ:

تم تقدير ثبات المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية باستخدام طريقة معامل ألفا كرونباخ حيث حصل الاستبيان على قيمة معامل ألفا (٠.٩٨٩) للمقياس ككل مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات وجدول (٩) يوضح ذلك.

## جدول (٩)

## معاملات ألفا كرونباخ لثبات محاور مقياس لعبارات الاستبيان الخاص بمقياس الخوف

المحاور	عدد العبارات	ثبات المحور
الأول	٧	٠.٩٣٤
الثاني	٦	٠.٩٣٦
الثالث	٥	٠.٩٦٦
الرابع	٦	٠.٩٥٨
الخامس	٧	٠.٩٤١
الثبات العام للاستبيان	٣١	٠.٩٨٩

\*\*دال عند مستوى ٠.٠١

\*دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٩) أن معاملات ارتباط ألفا كرونباخ تتراوح بين (٠.٩٣٤ : ٠.٩٦٦) وهي معاملات ارتباط دالة عند مستوى دلالة ٠.٠١ مما يعني أن ثبات معامل ألفا كرونباخ مقبول للدرجة الكلية للمقياس ولمحاور مقياس (مقياس الخوف).

## المعاملات العلمية للمقياس الانسحاب الاجتماعي:

قامت الباحثة بإعادة تقنين لمقياس الانسحاب الاجتماعي على الرغم من وجود معاملات علمية للمقاييس المستخدم وذلك للتحقق من دقة معاملاتها العلمية على عينة مماثلة لعينة الدراسة ولكن من خارج عينة البحث.

## جدول (١٠)

## دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة والغير مميزة في مقياس (السلوك الانسحابي)

ن = ١ = ٢ = ٤

المتغيرات	المجموعة المميزة		المجموعة الغير مميزة		الفرق	قيمة ت
	ع	م	ع	م		
السلوك الانسحابي	٢.٩٥	٣٠.٥٥	١.١٣	٨.٥٨	٢١.٩٧	١٥.٤٧

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٩٣

يتضح من الجدول رقم (١٠) وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتي البحث لصالح المجموعة المميزة في المتغيرات قيد البحث مما يدل على صدقها في القياس.

## جدول (١١)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني في مقياس (السلوك الانسحابي)

ن = ٨

معاملات الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات
	ع	م	ع	م	
٠.٨٨٣	١.١٥	٨.٦٣	١.١٣	٨.٥٨	السلوك الانسحابي

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من الجدول رقم (١١) أن معاملات الارتباط في مقياس (السلوك الانسحابي) دالة إحصائياً مما يدل على ثبات المقياس والاختبار.

## البرنامج المقترح:

## ١- تحديد أهداف البرنامج:

استناداً إلى الدراسات النظرية والمرتبطة، فقد تم وضع برنامج للألعاب المائية لأطفال وقد استهدف البرنامج المقترح اكتساب الأطفال عينة البحث المتغيرات النفسية (الانسحاب الاجتماعي- الخوف) ضمن الدراسة ولتحقيق ذلك راعت الباحثة الجوانب التالية:

- التشويق من خلال الألعاب الموجودة في البرنامج.
- ملاءمتها لأفراد العينة.
- التدرج من السهل إلى الصعب.
- مناسبة الألعاب لتحقيق الهدف الموضوع من أجله.
- مناسبة الأدوات لأفراد العينة.

## ٢- معايير وضع البرنامج:

- مراعاة عرض نماذج متعددة لأداء الألعاب والمهارات التي يتم تدريسها بالإضافة إلى عرض صور توضيحية لأهمية تدريبات التقليد مع التركيز على التكرار البسيط والمباشر وتكرار الأصوات والتصفيق بالأيدي.
- أ- الجلوس في مواجهة الطفل أثناء الأداء مع استثارة أكثر من قناة حسية.
- ب- ضرورة إعداد الأدوات مسبقاً واستخدام مدعّمات مختلفة.
- ج- محاولة جذب انتباه الطفل باستخدام أسلوب الحث والتشجيع.
- د- مراعاة عدم قطع عملية التدريس مع الاهتمام بردود أفعال الطفل والعلامات التي تظهر على وجهه.

- أهمية الثواب والعقاب بتعزيز الطفل إيجابيا بعد كل سلوك جيد وعندما يقوم بسلوك سلبي يتم تعزيزه سلبيا.
  - مراعاة السمات الخاصة بالطفل باعطاء تمرينات بسيطة وسهلة وعدم اعطاء أي مهارة جديدة قبل التأكد من استجابته للمهارة السابقة.
  - إعطاء الطفل ألعاب فردية ثم زوجية وجماعية.
  - مراعاة عوامل الأمن والسلامة في اختيار الأدوات والألعاب ومكان تطبيق البرنامج.
  - التنوع في محتوى البرنامج بشكل عام والمرونة في الوحدة بشكل خاص بما يتناسب مع الفروق الفردية حيث تختلف القدرات اللفظية والإدراكية والحركية بكل طفل في عينة البحث.
  - استخدام مثيرات سمعية وبصرية مع مراعاة تهيئة وسائل الانتباه مثل التنوع في الأدوات والأشكال والإحجام والألوان والمجسمات المستخدمة لجذب الانتباه.
- ٣- التقسيم الزمني للبرنامج:**

تم وضع التقسيم الزمني للبرنامج بما يتناسب مع طبيعة عينة البحث من الأطفال حيث طبق البرنامج خلال شهرين ونصف بواقع (٣) جلسات في الأسبوع مدة الجلسة (٦٠) دقيقة بإجمالي (٣٠) ساعة.

وقد تم التقسيم الزمني للبرنامج على خمس مراحل:

- **المرحلة الأولى (التعود على الماء وإزالة عامل الخوف):** وتهدف هذه المرحلة إلى تهيئة كيفية التواصل مع الطفل للقدرة على الأداء الحركي حيث وجدت الباحثة صعوبة بالغة عند البدء في تطبيق البرنامج بسبب:

- أ- خوف الطفل من الوسط المائي.
- ب- عدم تأقلم الطفل مع الباحثة.
- ج- عدم استجابة الطفل لأداء أي حركة تطلب منه في البداية.
- د- عدم إلمام الطفل بالمصطلحات المستخدمة.
- هـ- تشتت انتباه الطفل وعدم القدرة على التركيز نتيجة تعدد المثيرات.

وقد تم تطبيق هذه المرحلة خلال الثلاث أسابيع الأولى من البرنامج بواقع (٩) جلسات.

- **المرحلة الثانية (التنفس وفتح العينين):** وقد تم تطبيق هذه المرحلة خلال (٣) جلسات.

- **المرحلة الثالثة (الطفو والانزلاق):** وقد تم تطبيق هذه المرحلة خلال (٦) جلسات.

- **المرحلة الرابعة (الانتقال الحركي في الماء):** وقد تم تطبيق هذه المرحلة خلال (٦) جلسات.

- **المرحلة الخامسة (الوقوف في الماء):** وقد تم تطبيق هذه المرحلة خلال (٦) جلسات.

الخطوات التنفيذية للبحث:

الدراسة الاستطلاعية: -

أجريت الدراسة الاستطلاعية على عدد (٨) أطفال من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وذلك في الفترة من ٢٠٢١/٨/١٥ م بهدف:

- التعرف على مناسبة الألعاب لأفراد عينة البحث.
- تدريب المساعدين وتوزيعهم للعمل.
- التعرف على الصعوبات التي يمكن التعرض لها.

\* القياس القبلي:

أجرى القياس القبلي في حمام نادي العربي الكويتي وذلك على النحو التالي:

- تطبيق مقياس السلوك الانسحابي يوم ٢٠٢١/٨/١٦
- تطبيق مقياس الخوف يوم ٢٠٢١/٨/١٧ م

\* تنفيذ تجربة البحث:

تم تنفيذ البرنامج في صورته النهائية وذلك في الفترة من ٢٠٢١/٨/٢١ لمدة ١٠ أسابيع

\* القياس البعدي:

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج أجريت القياسات البعدية على النحو التالي.

- تطبيق مقياس السلوك الانسحابي يوم ٢٠٢١/١٠/٧ م
- تطبيق مقياس الخوف يوم ٢٠٢١/١٠/٨ م

المعالجات الإحصائية:

تحقيقاً لأهداف البحث وفروضه استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية:-

- المتوسط الحسابي.
- الالتواء.
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- اختبار "ت".
- معامل الارتباط "ر".
- النسبة المئوية لمعدلات التغير.

## جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى في مقياس (السلوك الانسحابى)

ن = ١٥

مستوى الدالة	قيمة "ت"	البعدى		القبلى		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
دالة	١٢.١	٠.٧٠	٤.١١	١.١٣	٨.٥٨	السلوك الانسحابى

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.١٦

يتضح من الجدول رقم (١٢) وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدى عن القبلى لعينة البحث في مقياس (السلوك الانسحابى).

## جدول (١٣)

النسبة المئوية لمعدلات التغير في القياسات البعدية عن القياسات القبلى لعينة البحث في

مقياس (السلوك الانسحابى)

ن = ١٥

المتغيرات	م / القياس القبلى	م / القياس البعدى	نسبة التغير %
السلوك الانسحابى	٨.٥٨	٤.١١	٥٢.٠٩

يتضح من جدول (١٣) زيادة النسبة المئوية لمعدلات تغير القياسات البعدية عن القبلى في مقياس (السلوك الانسحابى) حيث تراوحت (٥٢.٠٩%) ولصالح القياس البعدى.

## جدول (١٤)

دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى في مقياس (الخوف)

ن = ١٥

مستوى الدالة	قيمة "ت"	البعدى		القبلى		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
دالة	٨.٢١	١.١١	١٤.٥٢	٤.١٥	٢١.٢٤	سلوك الخوف

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.١٦

يتضح من الجدول رقم (١٤) وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدى عن القبلى لعينة البحث في مقياس (الخوف).

## جدول (١٥)

النسبة المئوية لمعدلات التغير في القياسات البعدية عن القياسات القبليّة لعينة البحث في مقياس (الخوف)

ن = ١٥

المتغيرات	م / القياس القبلي	م / القياس البعدي	نسبة التغير %
سلوك الخوف	٢١.٢٤	١٤.٥٢	٣١.٦٣%

يتضح من جدول (١٥) زيادة النسبة المئوية لمعدلات تغير القياسات البعدي عن القبليّة في مقياس (سلوك الخوف) حيث تراوحت (٣١.٦٣%) ولصالح القياس البعدي.

## مناقشة النتائج

توضح نتائج جدول (١٢) إلى وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي عن القبلي في مقياس السلوك الانسحابي، كما يشير جدول (١٣) إلى نسب التغير فنجد تحسن بين القياسات البعدية والقبليّة والتي بلغت (٥٢.٠٩%) وترجع الباحثة هذا التحسن إلى احتواء برنامج الألعاب المائية الترويحية على أنشطة متنوعة تنافسية وتروحية مما ساعد الأطفال على إقامة علاقات بين الزملاء واكتسابهم بعض القدرات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي وإقامة صداقات وعلاقات اجتماعية وزيادة القدرة على التواصل مع المحيطين.

وجاءت هذه النتائج لتتفق مع نتائج كلا من عادل عبد الله ومنى خليفة (٢٠٠٢) (١٣)، أيمان رفعت السعيد (٢٠٠٤) (٤)، والتي أشارت إلى أهمية الألعاب بمختلف صورها في المراحل السنوية المبكرة فهي الأساس في تنمية الأطفال بدنيا واجتماعيا وعقليا ونفسيا. (٤٠)

كما ترجع الباحثة هذا التحسن إلى تنوعها وتعدد التمرينات والألعاب داخل البرنامج والتي أدت إلى تفاعل الأطفال واندماجهم داخل الأنشطة والألعاب الترفيهية التي تبعث عليهم السرور وروح المرح وكذلك استخدام أسلوب الحافز المادي والمعنوي داخل البرنامج الذي ساعد على جذب الأطفال للمشاركة وعدم انزعاجهم وعزوفهم عن الممارسة والتفاعل مع أقرانهم بل وتساعدهم على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين.

حيث أشارت راببة إبراهيم (٢٠٠٣) م، إلى أهمية تقديم البرامج التربوية والعلاجية والترويحية لأطفال المعاقين والنفسين والتي تعمل على إيجاد الأساليب المناسبة للتعامل مع هؤلاء الأطفال مما قد يساهم في تشكيل سلوكهم الاجتماعي وتفاعلاتهم الاجتماعية والحد من سلوكهم الانسحابي. (١٣:٩)

كما تتفق هذه النتائج مع دراسة وافرد Offord, D.R (١٩٩٨) ، تودد Todd (٢٠٠٦) حيث أشاروا إلى أهمية الأنشطة الحركية والترفيهية واللعب في الحد من السلوك الغير مرغوب فيه وتجنب الانغلاق والانزالية وخفض السلوك الانسحابي لديهم.(٢٨)(٣٠)

وهذا ما يحقق صحة الفرض الأول والذي ينص على:

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة في مستوى السلوك الانسحابي لدى مبتدئي السباحة.

كما توضح نتائج جدول رقم (١٤) و(١٥) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في مستوى الخوف لصالح القياس البعدي وذلك من خلال البرنامج الذي يحتوي على مهارات التعود على الماء والتنفس وفتح العينين والطفو والانزلاق والانتقال في الماء والوقوف في الماء ، حيث نسبة التحسن لمعدلات التغيير في مقياس الخوف (٣١.٦٣%) وترجع الباحثة هذا التحسن إلى استخدام الأدوات المساعدة في الألعاب المائية والتدرج في هذه الألعاب من البسيط إلى المتوسط واحتواء البرنامج على الألعاب الفردية والزوجية والجماعية والتي ساعدت هؤلاء الأطفال في زيادة التفاعل الاجتماعي مع أقرانهم وانخفاض السلوك الانسحابي لديهم الامر الذي أدى الى خفض مستوى الخوف لديهم.

وجاءت هذه النتائج لتتفق مع نتائج كل من السيد السمدوني (ت.ن)(٣)، سهير شاش (٢٠٠١م)(١٠) والتي أشارت إلى أهمية الألعاب المائية المتنوعة واستخدام الوسط المائي في اكتساب الطفل للعديد من المهارات النفسية والعقلية والبدنية.

وهذا يحقق صحة الفرض الثاني والذي ينص على يؤثر توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة في مستوى الخوف لدى مبتدئي السباحة

## الاستنتاجات:

- ١- برنامج الألعاب المائية أدى إلى الحد من السلوك الأنسحابي للأطفال مبتدئ السباحة.
- ٢- برنامج الألعاب المائية أدى إلى الحد من الاضطرابات الخوف للأطفال مبتدئ السباحة.

التوصيات:

في ضوء ما أظهرته نتائج البحث توصى الباحثة بما يلي:

- ١- الاستفادة بالبرنامج المقترح لما له من تأثير إيجابي على تنمية المهارات الأساسية والاضطرابات الاجتماعية والسلوك الأنسحابي وخفض مستوى الخوف وجعله جزء أساسي داخل البرامج العلاجية.
- ٢- ضرورة إجراء دراسات مشابهه على المراحل السنية المختلفة لفئة المخاوف وتصميم برامج علاجية متعددة من قبل متخصصين في المجالات المختلفة.
- ٣- إتاحة الفرصة لتلك الفئة للتواصل والاشتراك في أنشطة وألعاب حركية وترويحية متنوعة موضوعة على أسس علمية تساعدهم على الاندماج في المجتمع.
- ٤- نشر الوعي بأهمية الجانب الرياضي لدى فئة العزلة الاجتماعية وإرشاد أسرهم نحو ضرورة الممارسة الرياضية لما لها من أهمية في تحسين حالتهم البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية.

## المراجع

- ١- إبراهيم محمود بدر (٢٠٠٤): "الطفل التوحدي تشخيص وعلاج"، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية .
- ٢- أماني عبد المقصود عبد الوهاب (ب. ت): مقياس تقدير المهارات الاجتماعية للأطفال ، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- ٣- السيد إبراهيم السمدوني (ب.ت): مقياس المهارات الاجتماعية ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة.
- ٤- أيمن رفعت السعيد (٢٠٠٤م) بعنوان تأثير برنامج ترويحى مائى على الرضا عن الحياة لدى المرأة المسنة ، بحث علمى منشور، مجلة التربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠٠٤ك.
- ٥- أيمن رفعت السعيد (٢٠١٠م) "تأثير برنامج ترويحى باستخدام تدريبات التايجي المائية على كثافة معادن العظام وبعض المتغيرات البدنية لدى السيدات العاملات منقطعي الطمث ، بحث علمي منشور، المؤتمر الدولي للإبداع الرياضي، جامعة حلوان.
- ٦- إيمان مجدي عبد المنعم محمد (٢٠٠٦) : " مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين في بعض الأنشطة الرياضية الجماعية في التكيف الاجتماعي للمعاقين ذهنيا للمرحلة السنية ( ٩ - ١٢ ) عام " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة ، القاهرة .
- ٧- تهاني عبد السلام : الترويح و التربية الترويحية ، القاهرة ، دار الفكر العربى ، ٢٠٠١
- ٨- حلمى محمد إبراهيم و ليلي السيد فرحات : التربية الرياضية و الترويح للمعاقين ، القاهرة ، دار الفكر العربى ، ١٩٩٨
- ٩- رابية إبراهيم حكيم (٢٠٠٣): "دليلك للتعامل مع التوحد"، مدينة جدة، جريدة جدة، فرع صاري، قسم الكتب العربية
- ١٠- سهير شاش شاش ، " فاعلية برنامج لتنمية بعض المهارات الإجتماعية بنظامى الدمج والعزل وأثره فى خفض الإضطرابات السلوكية لدى الأطفال المتخلفين عقلياً " ، رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠١.
- ١١- طارق على إبراهيم: "فسولوجيا رياضة كبار السن" دار الوفاء للطباعة، الإسكندرية، ٢٠٠٨م
- ١٢- عادل عبد الله محمد (٢٠٠٠): "مدى فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات التواصل على بعض المظاهر السلوكية للأطفال التوحديين"، مجلة كلية التربية بالزقازيق، العدد (٢٣)، مصر.
- ١٣- عادل عبد الله محمد ومنى خليفة حسن (٢٠٠١): فعالية التدريب على استخدام جداول النشاط في تنمية السلوك التكيفي للأطفال التو حديين- مجلة بحوث كلية الآداب: جامعة المنوفية، سلسلة الإصدارات الخاصة، العدد الثامن.

- ١٤- عادل عبدالله محمد ، مقياس التفاعلات الإجتماعية للأطفال خارج المنزل للأطفال العاديون وذو الإحتياجات الخاصة ، دار الرشاد ، القاهرة ، ٢٠٠٢
- ١٥- عادل عبد الله محمد (٢٠٠٤): "الإعاقات الحسية" سلسلة ذوى الإحتياجات الخاصة (٧) - القاهرة ، دار الرشاد
- ١٦- عبد العزيز الناصرى (٢٠٠٩م): الخوف ودروره في بناء الشخصية، مجلة النبأ، العدد ٢١، القاهرة.
- ١٧- عمر الخطاب خليل (٢٠٠١): "الأساليب الفعّالة في علاج التوحد" - مجلة معوقات الطفولة - العدد (٩) - جامعة الأزهر
- ١٨- كريمة أحمد فتوح ، جلييلة حسن محمد إبراهيم : السباحة كمنظم ترويحى للإرتقاء بالكفاءة البدنية للحد من آثار التلوث البيئى ، المجلة العلمية ، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الأسكندرية ، العدد ( ١٣ ) ، ١٩٩٧ .
- ١٩- كمال درويش وأمينة الخولى: أصول الترويح و أوقات الفراغ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٠ .
- ٢٠- كمال درويش و محمد الحماحمى : رؤية عصرية للترويح و أوقات الفراغ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٧ .
- ٢١- محمد أحمد محمود خطاب (٢٠٠٤) : فاعلية برنامج علاجي باللعب لخفض درجة بعض الاضطرابات السلوكية لدى عينة من الأطفال التوحديين، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، القاهرة.
- ٢٢- محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٨) : المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالاكْتئاب واليأس لدى الأطفال، دراسات في الصحة النفسية ، الجزء الثاني، دارقبا، القاهرة.
- ٢٣- محمد عبد السلام عبد الفتاح : تأثير برنامج ترويحى مائى مقترح لتعليم المهارات الأولية الأساسية فى السباحة للأطفال من ( ٥-٦ ) سنوات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٠ .
- ٢٤- محمد محمد الحماحمى ، عايدة عبد العزيز : الترويح بين النظرية والتطبيق، القاهرة ، دار الكتاب للنشر، ٢٠٠١.
- ٢٥- مشيرة إبراهيم العجمي، احمد طلحة حسين، ايمان كمال الدين المعصر اوي (٢٠٢١م) تأثير الخوف على مستوى اداء مهارة القفز فتحا على طاولة القفز لدى تلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسى بإدارة اشمون محافظة المنوفية، بحث علمي منشور، مجلة نظريات وتطبيقات التربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية، جامعة مدينة السادات، ٢٠٢١م.
- ٢٦- وفيقة مصطفى سالم : الرياضات المائية ، الأسكندرية ، منشأة المعارف ، ٢٠٠١ .

- 27-Bavy Man , B.: Tourism And Recreation Hand Book Of Planning And Design , Oxford Architectural press ,1998
- 28-Offord, D.R., Boyle, M.H., & Racine, Y.A (1991): The epidemiology of antisocial behavior. In D.J. pepler & K.H. Rubin (eds), The development and treatment of child hood aggression.
- 29-- **Jake** ,K<vir, (2003) Bone mineral content of journal competitive weight Lifters in sports.
- 30-Todd, Teri, and Greg, Reid (2006): Increasing physical activity in Individual, with Autism, journal focus on Autism and other development al disabilities. Val (21) N (3) pp 167-176).
- 31-physical Activity Quarterly J 11. 5, Jul.
- Carter Cynthia Marie (2000): Using choice with inter active play to increase language skills in children with autism Dissertation abstracts international, vol. 61-12A, P.413