

اثر برنامج نفسي _ حركي مقترح في تطوير الادراك الحس _ حركي
لدى المدمنين

أ.د. محمد عبد الوهاب حسين

بسام هاشم جاسم

أ.د. صباح مهدي كريم

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة البصرة

ملخص البحث العربي:

تهدف الدراسة الى التعرف على اثر برنامج نفسي مقترح في تطوير الادراك الحس _ حركي لدى مدمنين المخدرات .
واستخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين (تجريبية وضابطة) مع قياس قبلي وبعدي باستخدام اختبارات مقننة
للتعرف على المتغيرات الادراك الحس _ حركي وقد استخدم هذه الاختبارات لتقييم المتغيرات منها (الاحساس بالوثب الى
الامام ،الاحساس بالقدم جانباً ،الاحساس برمي الكرة) كما تم اعداد برنامج نفسي _ حركي وفق الاسس العلمية لتطوير
المتغيرات قيد الدراسة واشتملت عينة البحث على نزلاء مصحة (تاهيل الشباب لمتعاطي المخدرات) والبالغ عددهم
(23)نزيلة حيث شملت المجموعة التجريبية (12) نزيلة اما المجموعة الضابطة فبلغت (11) نزيلة، وقد اظهرت نتائج
الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة
التجريبية في متغيرات الادراك الحس _ حركي، واوصى الباحثون باعتماد البرنامج المقترح في مصحات معالجة المدمنين
لتطوير المتغيرات لديهم وكذلك اوصى الباحثون باجراء دراسات تتناول اثر هذا البرنامج وبرامج حركية اخرى في المدركات
الحسية الحركية لدى المدمنين .

(Abstract)

The effect of a psychomotor program proposed to improve the perception of drug addicts

Prof. Dr. Mohammed Abd Ulwahab Hussain

prof. Dr. Sabah Mahdi Kreem

Bassam Hashim Jasim

The study aims to show the effect of a psychotherapy program proposed to improve the kinesthetic perception in drug addicts . In this study , the researchers used the experimental method ,they have designed two groups (the experimental and the control) while measuring the pre and posttest for both, . the researchers did such by using elaborate test in order to recognize the perception, the program was designed to evaluate many variables such as (field of view, divided attention ,and reaction time) . As well as , a psychomotor program has also been prepared according to scientific bases to improve the variables under consideration. The research sample conducted in an inmate drug clinic (rehabilitation of drug addicts) who were (31) inmates ,have been divided into (15) for experimental and (16) for control . The results of the study showed to exist of a significant statistical differences in peripheral perception variables between the pre and posttest for both groups (the

experimental and control) in favor of experimental group . The researchers has also recommended to depend the proposed program in addiction healing clinic to improve the peripheral perception of the patient , they also recommended to do a researches deal with the effect of this program with other motor programs in motor perception of addicts .

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

يساهم علم النفس الرياضي في تنمية وتطوير سلوك الافراد وتعديله من خلال التأثير على المتغيرات النفسية والذهنية بالاعتماد على الجانب البدني ومعالجة الاضطرابات النفسية والانفعالات السلبية التي تصدر نتيجة تعرض الفرد الى مواقف الحياة المختلفة سواء اثناء اداء الانشطة الرياضية او ممارسة الحياة اليومية من خلال اهتمامه بالصحة النفسية بجانب الصحة البدنية وتلعب البرامج النفس _ حركية دورا في تطويرها وتعزيزها باستخدام العوامل النفسية والذهنية الايجابية التي تقترن بأداء التمارين الرياضية حيث ان ممارسة الانشطة الرياضية المختلفة تعطي الفرد مزاج ايجابي والشعور بتقبل الاخرين اي انها تؤدي الى تطوير وتحسين السمات الشخصية للفرد.

ان الادمان ظاهرة مرضية تهدد كيان المجتمع وكفيلة بأن تقوض أركانه كونها تنتشر بشكل سريع بين الشباب فهي تشكل خطراً ملحوظا على أهم مصدر من مصادر التنمية ألا وهو التنمية البشرية فضلا عن التنمية الصحية والاقتصادية والاجتماعية لأنها ظاهرة لها جوانب عديدة تؤثر في الفرد من خلال احداث عمليات كيميائية تؤثر على الجهاز العصبي وبعض الوظائف الحيوية وبالتالي التأثير على المدركات الحسية العامة مما يعيق ممارسة دوره في المجتمع بصوره طبيعية

ومن هنا تتجلى اهمية البحث في تأهيل المدمنين من خلال اعداد منهج نفسي _ حركي مقترح باستخدام تمارين حركية والعباب لتطوير الادراك الحس _ حركي من اجل المساهمة في تأهيلهم واستعادة دورهم ليكونوا فاعلين في المجتمع .

1-2 مشكلة البحث

ان تعاطي المواد المخدرة يؤدي الى اضطراباً في اجهزة الجسم المختلفة بصوره عامة وخاصة إذا ما تعلق الأمر بجواس السمع والبصر والخلل في إدراك الزمن نحوها لبطء واختلال إدراك المسافات بالاتجاه نحو الطول واختلال أو إدراك الحجم نحو التضخم .

ولتنامي انتشار ظاهرة تعاطي المخدرة وما تشكله هذه المواد من مشاكل في اجهزة الجسم المختلفة للمدمنين وبالتالي يعيق اداء دورهم في المجتمع ولقلة الاعتماد على البرامج النفسية _ حركية من قبل العاملين على تأهيل هذه الفئة والاعتماد على الجوانب الصحية والنفسية وبشكل غير منظم يرى الباحثون ان هذه المشكلة تتطلب ابراز دور علم النفس الرياضي من خلال اعداد البرامج النفسية _ الحركية للإسراع في

تأهيل المدمنين على المواد المخدرة للقيام بواجباتهم اليومية من خلال التعرف على اثر البرنامج المقترح في الادراك الحس _ حركي لدى مدمني المخدرات .

1-3 اهداف البحث

1. اعداد منهج نفسي _ حركي مقترح للمدمنين على المخدرات.
2. الكشف عن اثر المنهج النفسي _ الحركي المقترح في الادراك الحس _ حركي لدى المدمنين على المخدرات.

1-4 فروض البحث

1. هنالك اثر للمنهج النفسي _ الحركي المقترح في الادراك الحس _ حركي لدى المدمنين على المخدرات.
- 1-5-1 المجال البشري: نزلاء مصحة تأهيل شباب متعاطي المخدرات والمواد المؤثرة في محافظة البصرة
- 1-5-2 المجال الزمني: المدة من 15 / 10 / 2019 ولغاية 2020/2/1 .
- 1-5-3 المجال المكاني : مصحة تأهيل شباب متعاطي المخدرات والمواد المؤثرة في محافظة البصرة التابع الى وزارة الداخلية قيادة شرطة البصرة

1-6 تعريف المصطلحات:

1. المدمن: (ذلك الشخص الذي ارتبطت استجاباته الشعورية وللا شعورية بنوع معين من انواع المخدرات واصبحت

تمثل احتياجا للمدمن). (11:11)

2- الدراسات النظرية

2-1 تعاطي المخدرات

ويعد تعاطي المخدرات أحد أكبر التحديات التي يواجهها العالم اليوم، فهي مشكلة تعم جميع البلدان من أعناها إلى أفقرها، كما تشمل على نحو متزايد جميع الأعمار وتؤدي إلى الفساد والإرهاب على الصعيد العالمي في حين تدر ثروة خيالية على فئة قليلة لا نهائية للأذى للكثيرين فهي تزهق الأرواح وتهدد بقاء المجتمعات كما تعد مشكلة تعاطي المخدرات والإدمان عليها ظاهرة خطيرة على كافة المستويات لآثارها المدمرة على الفرد والأسرة والمجتمع إذ تدل الإحصاءات والبيانات الدولية على تزايد الإقبال على تعاطي المخدرات وقد تقامت مشكلة المخدرات في السنوات الأخيرة وأصبحت مشكلة عالمية تشغل الحكومات والمنظمات والأجهزة المعنية محليا ودوليا لا نها تسببت بمشكلات أخرى كالفقر والتسول والسرقة وأنواع مختلفة من الجرائم مما يؤدي إلى تفكك المجتمعات وانهيار الصحة العامة للفرد والمجتمع وانتشار الانحراف بصورها المختلفة وللتعرف على هذه الظاهرة لابد من تعريفها تعريفاً دقيقاً .حيث عرف المخدرات بأنها : (عقاقير تؤثر على الجهاز العصبي المركزي بالتنشيط أو التثبيط أو تسبب الهلوسة و التخيلات و تؤدي بمقتضاها إلى التعود أو الإدمان وتضر بالإنسان صحيا وبدنيا واجتماعيا و ينتج عن ذلك أضرار اجتماعية

و اقتصادية للفرد و المجتمع ويحذر استعمالها الشرائع السماوية والاتفاقيات الدولية، والقوانين المحلية). (4:55)

او أنها (كل مادة خام أو مستحضرة أو تخليقيه تحتوي على عناصر ممنوعة أو مسكنة أو مفترزة من شأنها إذا استخدمت في غير الأغراض الطبية أن تؤدي الى حالة من التعود أو الإدمان مسببة الضرر النفسي أو الجسماني للفرد والمجتمع). (8:98) أما الادمان فيعرف بانه: (حالة نفسية وأحيانا عضوية تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع المخدرات ومن خصائصها استجابات وأنماط مختلفة تشمل دائما الرغبة الملحة في تعاطي المخدرات بصورة متصلة أو دورية للشعور بآثاره النفسية أو لتجنب الآثار المزعجة التي تنتج عن عدم توافره). (10:122)

وتعرفه منظمة الصحة العالمية الادمان بأنه (حالة نفسية أو جسمية تصيب الشخص نتيجة تفاعله مع العقار المخدر، وينتج عنها حاجة ملحة لتناول العقار بصورة دورية حتى يتجنب الآثار القاسية التي تنتج عن افتقاده لها). (9:165)

2-2 مفهوم الادراك:

تتعلق العمليات الادراكية بموضوع إدخال المعلومات من البيئة عن طريق عدد من الحواس (البصرية والسمعية... الخ) وبعدها يقوم الفرد بتفسير هذه المعلومات الحسية عن طريق المعلومات المختزنة في الذاكرة، وكذلك نتيجة الخبرات السابقة في هذا الموقف إذ يستطيع الفرد عن طريق الإدراك تحديد الاستجابات المناسبة لمواقف الحياة المختلفة.

وتقودنا بعض التعاريف الى فهم معنى الادراك الحس _ حركي بشكل تفصيلي والإدراك الحس _ حركي ويمكن تعريفه بانه عبارة عن إثارة الأعضاء الحسية الموجودة في العضلات والأعصاب والمفاصل، فهي تزود العقل بالمعلومات بما يجب أن تفعله أجزاء الجسم عند القيام بتنفيذ أي حركة. (7:841) او هو (الحاسة التي يمكننا تحديد وضع أجزاء الجسم وحالته وامتداده واتجاهه في الحركة وكذلك الوضع للجسم ومواصفات حركة الجسم . (2:198)

2-2-1 عناصر الادراك الحس - حركي

ويمكن ان تقسم عناصر الادراك الحس - حركي الى (3:232)

1 .بيئة الفرد بما فيها من أشياء وأشخاص وأصوات ومدى تفاعل الفرد مع البيئة وحاجته اليها أو رغبته في الابتعاد عنها.

2 .الحواس العضوية التي يمتلكها الفرد بفطرته ووراثته.

3 .الأعصاب التي تقوم بوظيفة نقل آثار العالم الخارجي من بيئة الفرد الى المراكز العصبية، فإذا أصيبت هذه الأعصاب بتلف فان ادراك الفرد يضطرب أو سوف يندعم .

4 .التأويل والتفسير وهي عملية ادراكية تعتمد على الخبرات الشخصية والحسية وظروف البيئة والتعلم الذي تم أولاً بالاقتران أو التقليد أو المحاولة أو الخطأ .

2-2-2 أهمية الإدراك الحس _ حركي:

تكمن أهمية الإدراك الحس _ حركي بصورة عامة في ان الإحساس والإدراكي دخل ان بشكل مباشر في حياة الانسان ويعدان من العمليات العقلية مثل التركيز والانتباه والإدراك والإحساس وتكمن هذه الأهمية في التنفيذ الجيد للمهارات اليومية المعقدة والتي تحتاج إلى نوعية خاصة من القوة فعند أداء أية حركة يجب إن يحضر الإدراك الحس _ حركي وقت الأداء وبعكسه يكون الخطأ كبير وواضح لاسيما في عدم تركيز الكمية اللازمة في قوة انقباض العضلات المشاركة في الأداء السليم وكما تظهر أهمية الإدراك الحس _ حركي في القدرة على التمييز بين الأشياء البعيدة والقريبة والذين لديهم صعوبة في وضع أجسامهم في المكان المناسب مع الأداء الجيد. (11:16)

2-2-3 تأثير المخدرات على الجهاز العصبي :

يظهر الادمان من خلال الآثار الحادة في عمليات التنبيه واليقظة والأداء الحركي، أيضا بسبب تأثير المخدرات على الجهاز العصبي حيث يحدث إحساس وهمي بالفرحة والسعادة إلا أنه مع مرور الوقت تتلاشى هذه المشاعر الإيجابية ويتم استبدالها بمشاعر التعاسة والسلبية، كما ينتج عن تأثير المخدرات على الجهاز العصبي وجود حالة من الخلل العقلي والجسماني، وفي حالة الانسحاب من تناول المخدرات أو التوقف المفاجئ يتم حدوث أعراض انسحابيه شديدة بسبب توقف استعمال المخدر في ظل احتياج الجسم له وعدم قدرته على التخلي عنه كما يتم أيضا حدوث اضطرابات في الجهاز العصبي الطرفي والمركزي، وبشكل عام فإن تأثير المخدرات على الجهاز العصبي يسبب حدوث مجموعة من الاضطرابات في المادة الكيميائية التي تختص بتوصيل السيال العصبي إلى الجهاز العصبي كله، ويتم تأثير المخدرات على الجهاز العصبي بعد تناول المخدرات والتعود عليها مما يؤدي إلى حدوث الخلل في الجهاز العصبي المركزي والطرفي ومن ثم يتم تباطؤ شديد في استجابة المخلل وظائف مثل انعدام القدرة على التفكير والتدهور في حالة الذاكرة بالإضافة إلى عدم حدوث إظهار ردود فعل سريعة. بالإضافة الى اضطرابات في الإدراك الحسي العام وخاصة بحواس السمع والبصر .

3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

1-3 منهج البحث

ان الكثير من الظواهر والسمات في علوم التربية البدنية لا يمكن دراستها وفحصها الا من خلال المنهج الذي يتلاءم مع طبيعة الاهداف التي يسعى الباحث الى تحقيقها، ولتحقيق ذلك استخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة ذات الاختباراتالقبلية والبعديه كما في الشكل (1).

الاختبار	المنهج	الاختبار	المجموعة
الاختبار البعدي	المنهج المقترح	الاختبار القبلي	التجريبية

الضابطة	الاختبار القبلي	المنهج التقليدي	الاختبار البعدي
---------	-----------------	-----------------	-----------------

الشكل (1)

يبين التصميم التجريبي للبحث

2-3 عينة البحث :

من الأمور الواجب مراعاتها في البحث العلمي اختيار عينة تمثل المجتمع الأصلي تمثيلاً صادقاً وحقيقياً ، وعلى هذا الأساس تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من نزلاء مصحة تأهيل شباب متعاطي المخدرات والمواد المؤثرة في محافظة البصرة والبالغ عددهم (31) متعاطي وتم تقسيم العينة الى مجموعتين .احدهما تجريبية وبلغ عدد افرادها(15) فردا اما الثانية الضابطة فقد بلغ عدد افرادها (16) وبذلك بلغت النسبة المئوية لعينة البحث (100%) من مجتمع البحث وقد قام الباحثون بأجراء التجانس والتكافؤ لعينة البحث في المتغيرات التي قد تكون لها تأثير على نتائج البحث، وكما يبين.

جدول (1)

يبين تجانس أفراد العينة في متغيرات الادراك الحس _ حركي

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	الادراك الحس_ حركي(الوثب للأمام)	درجة	42,096	7,721	0,045
2	الإدراك الحس_حركي(الاحساس برمي الكره)	درجة	29,741	5,870	0,257
3	الإدراك الحس_ حركي (القفز الجانبي)	درجة	7,663	1,454	-0,514

1-2-3تكافؤ مجموعتي البحث

لكي نستطيع إرجاع الفروق الى العامل التجريبي يجب ان تكون المجموعتين التجريبية والضابطة متكافئتان تماماً في جميع الظروف والمتغيرات عدا المتغير التجريبي الذي يؤثر في المجموعة التجريبية دون الضابطة.(35:12)

الجدول (2)

يبين تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات الادراك الحس_ حركي

ت	الاختبار	وحده القياس	التجريبية		الضابطة		قيمة T المحسوبة	القيمة الاحتمالية	الدلالة الاحصائية
			الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
1	الادراك الحس _ حركي (القفز للأمام)	درجة	40,625	7,274	43.666	8,121	1,100	0,280	غير معنوي
2	الادراك الحس _ حركي (الاحساس برمي الكرة)	درجة	28,750	6,413	30,800	5,239	0,340	0,340	غير معنوي
3	الإدراك الحس _ حركي (القفز الجانبي)	درجة	7,468	1,167	7,872	1,726	0,767	0,449	غير معنوي

3-3 وسائل جمع المعلومات:

3-3-1 الوسائل المستخدمة في البحث:

1. شبكة المعلومات الدولية .2. المصادر العربية والاجنبية .3. المقابلات الشخصية.4. فريق العمل المساعد.5. الخبراء والمختصين.

3-3-2 الاجهزة :

1. جهاز قياس الوزن.

3-3-3 الادوات :

1. كرات متعددة (قدم عدد(4) سلة عدد(2) طائره عدد(4) يد عدد (4) طيبة بوزن 3كغم عدد(2) تنس عدد (12)).2. شريط قياس طول (1) م.3. شريط لاصق ملون طول (25م) وعرض (5سم) عدد (10) .4. شريط قياس (مسطره) طول 30سم عدد (6) .5. اطواق ملونه بقطر (50 سم) عدد (12).6. مربع بلاستيكي ملون طول الضلع (30 سم) عدد (8).7. مانع بلاستيكي بارتفاع (30 سم) بارتفاع (40 سم) عدد(4).
8. شاخص بلاستيكي صغيرة عدد (12).9. سلة بلاستيك بأقطار مختلفة(20,25,30,35 سم) عدد (8).
10. ساعة توقيت عدد (2) .11. صافره عدد (2)

4-3 الاجراءات الميدانية

4-3-1 الاجراءات الادارية

اعتمد الباحثون الاجراءات الرسمية لا نجاز التجربة في مصح تأهيل الشباب متعاطي المخدرات والمواد المؤثرة التابع لوزارة الداخلية بعد استحصال الموافقات الاصولية من قبل قيادة شرطة محافظة البصرة وقيام الباحثونبعده من زيارات الى السادة المسؤولين من اجل اعطائهم وصف تفصيلي عن ابعاد الدراسة وكيفية تطبيق البرنامج .

3-5 الاختبارات المستخدمة في البحث :

3-5-1 اختبار الإدراك (الحس _ حركي) الوثب للأمام.(14:18)

اختبار الادراك الحسيب مسافة الوثب للأمام-:

هدف الاختبار: قياس الادراك الحسي باستخدام القدمين.

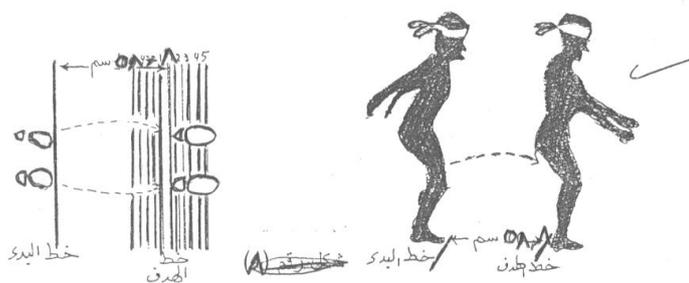
الادوات المستعملة: واقية عيون تحجب الروايبا، طباشير، شريط قياس.

طريقة الاداء: يرسم خطان متوازيان على الارض بحيث تكون المسافة بينهما (58.8) سم ويقف المختبر على خط البداية نظراً الى المسافة بين الخطين مدة (5 ثواني)، ثم تعصب عيناه، ويقفز من خط البداية الى الامام بحيث يلمس بعقبه الأرض عند خط النهاية . كما في الشكل رقم (2).
طريقة التسجيل.

-تعطى ثلاث محاولات لكل مختبر.

-يعطى للمختبر الدرجة الاقرب (سم) لمسافة الوثبين الخطين.

-تحسب المسافة التي تبعد عن خط النهاية كأخطاء في التقدير والتي تدل على نقص الادراك.



الشكل (2)

يوضح اختبار الإدراك الحس- حركي بمسافة الوثب لأمام

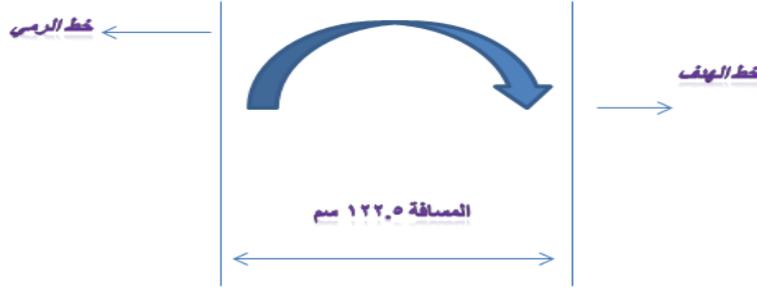
3-5-2 اختبار الإدراك الحس_حركي الاحساس برمي الكرة.(1:131)

الغرض من الاختبار: الاحساس بالفراغ الافقي في حركة للرمي

الأدوات: كرة تنس صغيرة، واقية عيون تحجب الرؤيا، شريط قياس لحساب المسافة.

مواصفات الأداء: يرسم خطان المسافة بينهما (122,5سم) ويقوم المختبر برمي الكرة من خلف خط الرمي (الخط الاول) وتكون عيناهم عصوبتين بعد اعطاء المختبر فرصة مناسبة لتقدير المسافة بالنظر كما موضح بالشكل (3).

طريقة التسجيل : يتم حساب المسافة بين مكان سقوط الكرة والخط الثاني . تعطي للمختبر ثلاث محاولات ويحسب له مجموع المحاولات الثلاث ويتم تقسيمها على (4).



الشكل (3)

يوضح اختبار الادراك الحس _ حركي الاحساس برمي الكرة

3-5-3 اختبار الاحساس بالقدم. (82:19)

-الغرض من الاختبار: قياس قدرة القدمين على الاحساس بالمسافة الجانبية إذ تدل دقة نقل احدى القدمين جانباً للمسافة المحددة على ارتفاع مستوى الاحساس.

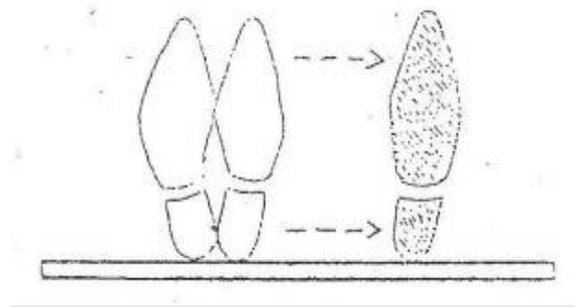
-الادوات : واقية العين تحجب الرؤيا، شريط قياس، طباشير.

-مواصفات الاداء : يرسم خطان متوازيان (12بوصة) أي (29.4سم) يقف المختبر بحيث تكون احدى قدميه موازية للخط الايسر ، أي قدمه اليمنى قريبة وموازية للخط الايسر ، تترك للمختبر فرصة تقدير المسافة بالنظر ثم تعصب عيناه، ينقل المختبر وهو معصوب العينين قدمه اليمنى جانباً الى الخط الثاني مع

محاولة وضع القدم اليمنى على الحافة الخارجية للخط الثاني كما موضح بالشكل (4)

-الشروط : يكون الاداء والعين معصوبة.

-التسجيل : تحسب المسافة من القدم حتى الخط الثاني، وتعطى للمختبر ثلاث محاولات بحيث يسجل له مجموع المحاولات الثلاث التي تمثل مجموع الاخطاء في المحاولات الثلاث .



الشكل (4)

يوضح اختبار الادراك الحس _ حركي الاحساس بالقدمين

3-5-4 تصميم المنهج النفسي _ الحركي

لتحقيق اهداف البحث تطلب من الباحثون اعتماد طريقة لتصميم المنهج وفق خطوات معينة وبعد اطلاعهم على المصادر والدراسات والبحوث في عملية تصميم المنهج المستخدم مثل دراسة زهراء عبدالواحد (2015). (62:5)

اما محتويات المنهج فقد قام الباحثون بالاطلاع على بعض المصادر والمراجع العلمية والدراسات السابقة في المناهج النفس - حركية والمناهج الحركية في هذا المجال بإعداد التمرينات التي تضمنها المنهج المعد .حيث تم وضعها على وفق المنهج الذي أعدّ لتطبيقها على أفراد العينة. وكان الهدف العام للمنهج هو تطوير الصحة العامة للجسم بالإضافة الى تطوير عدد مرات التنفس والضغط والنبض للمدمنين .

وقد حرص الباحثون على اختيار التمارين وفق اسس محددة منها :

- 1- المحتوى مرتبطاً بالأهداف ومراعياً لحاجات نزلاء المصحة وميولهم وقدراتهم وقابلياتهم.
- 2- مراعاة خصائص العينة من الإمكانيات البدنية والقدرات مهارية.
- 3- أن يتحدى قدرات افراد العينة وقابلياتهم و يساعدهم في اشباع حاجاتهم .
- 4- مراعاة مبدا السلامة والامان.

5- مراعاة توفير كافة المستلزمات من ادوات والمكان المناسب لتنفيذ المنهج.

6- أن يتحدى قدرات افراد العينة وقابلياتهم و يساعدهم في اشباع حاجاتهم .

تم عرض المنهج المقترح على مجموعة من الخبراء والمختصين ملحق (1) لتحديد مدى ملائمته وصلاحيته لأفراد عينة البحث وإبداء آرائهم فيه واقتراحهم بعض التعديلات والتي تضمنت اعادة الصياغة لبعض التمارين وبعد الاخذ بآرائهم اصبح المنهج بشكله النهائي .

3-5-5 التجربة الاستطلاعية

قام الباحثون باجراء التجربة يوم الاحد المصادف 20/10/2019 في الساعة التاسعة والنصف صباحا على مجموعة من نزلاء المصحة والبالغ عددهم (10) وهم جزء من مجتمع البحث وذلك للتأكد من مدى مناسبة مفردات المنهج و التمرينات المتنوعة لقدراتهم وتفهمهم لأجزائها ومدى استيعابهم لها وكذلك لحساب وقت كل تمرين وتكراراته واستخراج الوسط الحسابي لها وادخالها ضمن المنهج.

3-5-6 الاختبارات القبليّة :

تم إجراء الاختبارات القبليّة على (31) نزلياً يمثلون عينة البحث من اجل الوقوف على مستوى متغيرات الادراك الحس _ حركي(القفز للأمام ، الاحساس برمي الكرة، الاحساس بالقدم) بواسطة اختبارات مقننة في مصحة تأهيل شباب متعاطي المخدرات والمواد المؤثرة في البصرة ،في يوم الثلاثاء المصادف 2019/11/12 في تمام الساعة التاسعة والنصف صباحا للمجموعتين التجريبيّة والضابطة.

3-5-7 تنفيذ المنهج المقترح :

تم تطبيق المنهج على المجموعة التجريبية في مصحة تاهيل شباب تعاطي المخدرات والمواد المؤثرة في محافظة البصرة لمدة (10) اسابيع للفترة من 2019/11/17 ولغاية 2020 /1/23. بواقع (3) وحدات اسبوعيا وتضمن المنهج التوقيتات والازمنة الاتية: بلغ زمن الوحدة (التطويرية) اليومية (90) دقيقة مقسمة الى ثلاثة اقسام وهي: القسم التحضيري وزمنه (20) دقيقة شمل على الاحماء العام والاحماء الخاص وتمارين السويدية ونسبته المئوية من البرنامج (22,2%) وزمن القسم التحضيري خلال البرنامج (600 د). القسم الرئيسي وزمنه (60) دقيقة ويشمل تطبيق التمارين المقترح وتكرارها وفترات الراحة بين التمارين والتكرارات ونسبته المئوية من البرنامج (66,6%) وزمن القسم الرئيسي خلال البرنامج (1800 د). القسم الختامي وزمنه (10) دقائق يشمل تمارين التهدئة والاسترخاء ونسبته المئوية من البرنامج (11,1%) وزمن القسم الختامي خلال البرنامج (300 د) مرفق (2).

3-4-7 الاختبارات البعدية :

قام الباحثون بإجراء الاختبارات البعدية على عيني البحث والبالغ عددهم (23) نزياً حيث بلغت العينة التجريبية (11) نزياً والضابطة (12) نزياً من اجل الوقوف على مستوى المتغيرات الوظيفية (القفز للأمام، الاحساس برمي الكرة، الاحساس بالقدم) بواسطة اختبارات في مصحة تاهيل شباب متعاطي المخدرات والمواد المؤثرة في البصرة في يوم الثلاثاء المصادف 2020/1/28 في تمام الساعة العاشرة صباحاً. حيث تم استبعاد (8) نزلاء من عيني البحث وذلك لخروجهم من المصحة بأوامر قضائية وبواقع (4) نزلاء من كل مجموعة.

3-4-8 الوسائل الاحصائية

SPSS استخدم الباحث القوانين التالية في الحقيبة الاحصائية اصدار (25)

- 1- الوسط الحسابي. 2- الانحراف المعياري. 3- معامل الاختلاف. 4- مربع كاي. 5- قانون (T) للعينات المترابطة. 6- قانون (T) للعينات المستقلة.

4- عرض ومناقشة النتائج

ذبعد استكمال جمع البيانات قام الباحث بمعالجتها احصائياً وعرضها على شكل جداول ليسهل الوصول الى تحقيق اهداف البحث.

4-1 عرض ومناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية للعينتين التجريبية والضابطة.

4-1-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الادراك الحس _ حركي للمجموعة التجريبية.

جدول (3) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) للدلالة على الفروق بين

الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	نسبة
---	-----------------	-----------------	------

مستوى الدلالة	الخطأ	قيمة اختبار (T)	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المدرجات	
معنوي	0,000	8,399	1,640	2,424	3,404	12,602	الادراك الحس _ حركي للمسافة للرجلين اماماً	1
معنوي	0,000	9,948	1,582	1,666	3,657	10,845	الادراك الحس _ حركي للمسافة للرجلين جانباً	2
معنوي	0,000	8,339	1,659	1,965	5,844	16,481	الادراك الحس _ حركي بالفرغ الافقي بالرمي	3

من خلال الجدول (3) نلاحظ ان جميع نسب الخطأ لقيم المتغيرات للمدرجات الحس _ حركية قيد الدراسة اقل من (0,05) اي ان الفروق كانت معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي وهذا يدل على ان العينة قد تطورت في المدرجات الحسية قيد الدراسة بعد خضوعها الى المنهج النفسي _ حركي المقترح ويعزو الباحث سبب ذلك الى ان اي عينة تخضع الى منهج نفسي _ حركي وبأسلوب علمي ولفترة زمنية مناسبة وبشكل منتظم يمكن ان يطور ما اعد لاجله وهذا ما أكده يوسف لازم كماش (إن الحركة والاداء يتطور بالتدريب المنتظم نتيجة للتطور الذهني بالإضافة الى تطور الصفات البدنية والحركية فضلاً عن زيادة ما مخزون بالدماغ من تجارب حركية). (15:116)

4-1-2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبارات الادراك الحس _ حركي للمجموعة الضابطة :

جدول (4) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية والبعدي وقيمة (T) للدلالة على الفروق للمدرجات الحس _ حركية للمجموعة الضابطة

مستوى الدلالة	نسبة الخطأ	قيمة اختبار (T)	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المدرجات	ت
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
غير معنوي	0,602	0,537	10,841	12,083	4,130	13,720	الادراك الحس _ حركي للمسافة للرجلين اماماً	1
غير معنوي	0,699	0,396	4,091	10,500	3,982	10,860	الادراك الحس _ حركي للمسافة للرجلين جانباً	2
غير معنوي	0,076	2,006	6,124	10,988	6,057	13,827	الادراك الحس _ حركي بالفرغ الافقي بالرمي	3

ومن خلال الجدول (4) ان نسبة الخطأ جميعها كانت اعلاهم بنسبة (0,05) وهذا يدل على عدم معنوية الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدي للمدرجات الحس _ حركية قيد الدراسة للمجموعة الضابطة. ويعز والباحث سبب ذلك ان البرامج التأهيلية لهذا العينة كانت غير مدروسة او موضوعة بشكل علمي بل كانت عشوائية ومقتصرة على المحاضرات النظرية فقط ونادرا ما تمارس العينة الانشطة البدنية خلال فترة

التأهيل وهذا ما اكده نزار الطالب (ان عملية الإدراك الحس _ حركي عملية معقدة تتطلب استثارة العديد من الأعضاء الحسية المختلفة من حيث الوقت والوزن والحجم والاتجاه وحتى الشكل الظاهري، فمن الضروري جداً التأكيد على شمول المناهج المعدة لجانب الإدراك الحس _ حركي كونه يحدد العلاقات المكانية والزمانية في الأداء الحركي). (165:13)

جدول (5) يبين نتائج الفروق بين الاختبارين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة

في متغيرات الادراك الحس _ حركي

الدالة	نسبة الخطأ	قيمة اختبار (T)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المدرجات
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
معنوي	0,049	2,919-	10,841	12,083	1,640	2,424	الادراك الحس _ حركي للمسافة للرجلين اماماً
معنوي	0,05	6,600-	4,091	10,500	1,582	1,666	الادراك الحس _ حركي للمسافة للرجلين جانباً
معنوي	0,04	4,722-	6,124	10,988	1,659	1,965	الادراك الحس _ حركي بالفراغ الافقي بالرمي

من خلال ما سبق نلاحظ ان جميع المدرجات الحس _ حركي قيد الدراسة كانت معنوية ولصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحث سبب ذلك الى ان المنهج المقترح المبني على اسس علمية على وفق استراتيجية تطوير الادراك الحس _ حركي من خلال ممارسة النشاط الحركي من تمارين والالعاب الصغيرة والهادفة وباستخدام ادوات متنوعة الاشكال والاحجام والالوان ومواقف حركية متنوعة بسطت قواعد اللعب وتقسيم الحركات الصعبة والتدرج في التمارين من السهل الى الصعب لتتلاءم مع امكانيات افراد العينة وكذلك اعتماد اسلوب التكرار للنشاط والذي يتطلب من العينة استخدام قدراتهم الذهنية بالإضافة الى قدراتهم البدنية والحركية لتطبيق التمارين والانشطة المستخدمة بالإضافة الى خلق اجواء ايجابية في الوحدات التطويرية من خلال زيادة الدافعية في الاداء والمقترن بالحماس وكذلك التفاعل النشط مع البيئة وعناصرها البشرية والمادية لتنمية خبرات الادراك الحسي حركي لديهم من خلال ادراك المسافات والارتفاعات وكذلك ادراك القوة اللازمة للأداء بأفضل صورة واستثمار الحاجات النفسية للمدمنين في ابراز الاهلية وحب الظهور والتميز بين الاقران وتحقيق الانجاز حيث ان الأنشطة النفس _ حركية تعمل على تنمية وتحسين الإدراك العام ومن خلالها يتم استخدام العضلات الدقيقة والتدريب على المهارات الضرورية. (85:6)

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

1. فاعلية المنهج النفسي _ الحركي المقترح في تطوير الادراك الحسي _ حركي لمتغير الاحساس بالمسافة لدى المدمنين
2. فاعلية المنهج النفسي _ الحركي المقترح في تطوير الادراك الحسي _ حركي لمتغير الاحساس بالقدمين لدى المدمنين.
3. فاعلية المنهج النفسي _ الحركي المقترح في تطوير الادراك الحسي _ حركي لمتغير الاحساس برمي الكرة لدى المدمنين .

5-2 التوصيات

- 1- اعتماد المنهج المقترح في مراكز تأهيل المدمنين لتطوير متغيرات الادراك المحيطي .
- 2- اجراء دراسات اخرى تتناول تأثير المنهج المقترح في تطور المدركات الحسية الاخرى .
- 3- اضافة المنهج الرياضية والترويحية كعلاج من الادمان بالإضافة الى العلاج الطبي والنفسي.

المصادر العربية

- (1). أبو العلا احمد عبد الفتاح ، محمد صبحي حسنين: فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقييم، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧ .
- (2). أمين الخولي ، إسامة كامل راتب: التربية الحركية للطفل، ط2 ، القاهرة، دار الفكر العربي، 1982.
- (3). جمال حسين الألوسي :علم النفس العام ، الجزء 1، الطبعة ، بغداد ،مطبعة وزارة التعليم العالي ، 1988.
- (4). رشاد أحمد عبد اللطيف: الآثار الاجتماعية لتعاطي المخدرات : الطبعة الاولى ،العراق، دار الفجر للتوزيع والنشر، 1998 .
- (5). زهراء عبد الواحد عبد الرزاق: تأثير الأنشطة النفس _ حركية في تطوير بعض القدرات الإدراكية ومهارات وزمن سباحة الزحف على البطن لدى السباحين الناشئين ، رسالة ماجستير، العراق ، جامعة البصرة ،كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2015.
- (6). فاطمة عوض صابر : التربية الحركية وتطبيقاتها ، ط2، دار الوفاء، الاسكندرية ، 2007 .
- (7). قاسم حسن حسين: الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية ،الجزء1، ط1،الأردن : دار الفكر العربي ، 1998.
- (8). لمياء ياسين الركابي : اسباب تعاطي المواد المخدرة لدى طلبة المرحلة الاعدادية : مجلة العلوم النفسية ، المجلد 1، العدد (19)، بغداد الجامعة بغداد مركز الدراسات التربوية والابحاث النفسية ،2011.
- (9). محمد حلس واخرون . المخدرات (المخاطر - الوقاية. المكافحة) : ط1 ،فلسطين ، مطبعة غزة الرنتيسي للطباعة والنشر، 1999.
- (10). مصطفى عبد الباقي عبد المعطي. دراسة نفسية للكشف عن البدايات السلوكية للانحراف وتعاطي المخدرات لدى المراهقين : مجلة علم النفس الهيئة المصرية العامة للكتاب، المجلد 1، العدد (71 - 72) ، 2006.
- (11). مكتب الامم المتحدة المعني بالمخدرات . ظهرت تعاطي المخدرات في الاراضي الفلسطينية تقرير الوضع الراهن: فلسطين ، 2006.
- (12). منال عبود عبد المجيد : برنامج النمو المعرفي لمادة الرياضيات والتطور الحركي خلال درس التربية الرياضية ، (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1995) .

- (13). نزار الطالب وكامل لويس : علم النفس الرياضي ، بغداد ، مطبعة بغداد ، 2002 .
- (14). وسن جاسم محمد نقلاً عن (عمر عادل) : الإدراك الحس _ حركي وعلاقته بدقة أداء بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة، (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد كلية التربية الرياضية، 2002).
- (15). يوسف لازم كماش : اسس النمو الانساني /التكوين الوظيفي ، الاردن ، عمان ، دار دجلة للنشر ، 2011 .
- (16). وسن جاسم : الإدراك الحس - حركي وعلاقته بدقة أداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير، العراق ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2002 .

مصادر الانترنت

- (17). <http://www.uobabylon.edu.iq/uobColeges/lecture/18/8/2019>.
- (18). <https://www.hopeeg.com/blog/show/drugs-effect-on-nervous-system>
- المصادر الاجنبية
- (19). Jensen G, R and Hirst, C; Measuerment in physcial Education and Athletices : (Mecmillanpuplising and coller Macmillan puplishers, New Yourk, 1980) .