



بناء مقياس مستوى الثقافة الصحية البدنية و المهارة لدى مدربي سباحة ذوي الهمم القابلين للتعلم

أ.د/ رانيا مصطفى محمود أحمد جاب الله

أستاذ دكتور بقسم علوم الصحة الرياضية كلية التربية الرياضية جامعة كفر الشيخ

أ.م.د/ أحمد محمد السيد إبراهيم عمارة

الأستاذ المساعد بقسم علوم الصحة الرياضية كلية التربية الرياضية جامعة دمياط

الباحث / خالد عبد الرازق على الجزار

مدرب سباحة قطاعات ذوي الهمم بأندية القوات المسلحة

مستخلص البحث

يهدف البحث إلى بناء مقياس للتعرف على مستوى التثقيف الصحي لدى مدربي السباحة العاملين مع فئات ذوي الهمم القابلين للتعلم واستخدام الباحثون المنهج الوصفي التحليلي واشتمل مجتمع البحث على عدد ٥ من الأندية التي لديها قطاعات لتدريب تلك الفئة وتقديم التسهيلات والترتيبات اللازمة لهم وتكونت العينة من ٢٠ مدرب ومدربة و كانت أهم أدوات البحث المقابلة الشخصية مع السادة المدربين لمناقشة موضوع البحث وهو بناء مقياس مستوى الثقافة الصحية البدنية والمهارة لدى مدربي سباحة ذوي الهمم القابلين للتعلم وتم التطبيق في الفترة ٢٠٢٤/٦/١٣ إلى ٢٠٢٤/٦/١٥ وكانت أهم نتائج البحث تم التوصل إلى بناء استبيان التثقيف الصحي البدني والمهارة لمدربي سباحة ذوي الهمم القابلين للتعلم، ويوصي الباحثون بتطبيق مقياس التثقيف الصحي داخل المؤسسات والأندية الرياضية التي تقوم بتدريب فئات ذوي الهمم القابلين للتعلم كما تم ذكرها وفقا لتصنيف الإعاقات.

الكلمات المفتاحية: التثقيف الصحي - مدربين السباحة - الوعي البدني والمهارة - ذوي الهمم

القابلين للتعلم - الأمن و السلامة لذوي الهمم في الوسط المائي



Building A Measure Of The Level Of Physical Health Culture And Skills Among Swimming Coaches For People Of Determination Who Are Capable Of Learning

Prof./ Rania Mostafa Mahmoud Ahmed Gaballah

Professor Department Of Health, Sports Sciences, Faculty Of Physical Education, Kafr Elsheikh University

Dr/ Ahmed Mohamed Elsaied Ibrahim Emara

Assistant Professor In The Department Of Department Of Health, Sports Sciences, Faculty Of Physical Education, Damiya University

Researcher/ Khalid Abd El Razek Ali Elgazzar

Swimming Coach

Abstract

The research aims to build a measure to identify the level of health education among swimming coaches working with people of determination who are capable of learning. The researchers used the descriptive approach, and the research community included a number of 5 clubs that have sectors to train this group and provide the necessary facilities and arrangements for them, and it was formed. The sample consisted of 20 male and female trainers, and the most important research tool was the personal interview with the trainers to discuss the topic of the research, which is building a measure of the level of physical health education and skills among swimming trainers of people of determination who are capable of learning. It was applied in the period 6/13/2024 to 6/15/2024. The most important results of the research were the construction of a questionnaire for physical health education and skills for swimming trainers. People of determination who can learn The researchers recommend applying the health education standard within sports institutions and clubs that train groups of people of determination who are capable of learning, as mentioned, according to the classification of disabilities.

Key Words: Health Education – Swimming Coaches – Physical And Skill Awareness – People Of Determination Who Can Learning – Security And Safety For People Of Determination In The Water Environment

بناء مقياس مستوى الثقافة الصحية البدنية و المهارية لدى مدربي سباحة ذوي الهمم القابلين للتعلم

أ.د/ رانيا مصطفى محمود أحمد جاب الله

أستاذ دكتور بقسم علوم الصحة الرياضية كلية التربية الرياضية جامعة كفر الشيخ

أ.م.د/ أحمد محمد السيد إبراهيم عمارة

الأستاذ المساعد بقسم علوم الصحة الرياضية كلية التربية الرياضية جامعة دمياط

الباحث / خالد عبد الرازق على الجزار

مدرب سباحة قطاعات ذوي الهمم بأندية القوات المسلحة

المقدمة ومشكلة البحث:

تمثل الإعاقة بوجه عام مشكلة خطيرة في أي مجتمع والتي قد تعمل على اعاقه مسيرة التنمية وذلك بجميع فئاتهم ويتضح هذا جليا في مدى العناية التي يتلقاها الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وتوفير فرص النمو الشامل لهم مما يؤهلهم ويعددهم للانخراط في المجتمع. وتعتبر الإعاقات المرتبطة بالمهارات النمائية لدى الأطفال من أكثر الأنواع المنتشرة والظاهرة بشدة بين المجتمع إلا انها من أكثرها غموضا في معرفة الأسباب التي تؤدي الى حدوثها.

من خلال دراسة سوسن حبيب عباس (٢٠٠٩) بدأت معظم المجتمعات تأخذ بالاتجاه نحو الدمج وتؤكد على حق المعاق في أن ينشأ في بيئة طبيعية بين أفراد الأسرة والأقران والجيران فيتاح للفرد المعاق التفاعل والانفعال والمشاركة في النجاح والفشل لكي يستطيع أن يعيش داخل المجتمع؛ وهناك العديد من علماء المسلمين مثل بن حزم وابن خلدون وغيرهم أسهموا في الاهتمام بالمعاقين. فكان لهم السبق في رعايتهم بدمجهم في البيئة التعليمية والأنشطة الرياضية مع أقرانهم العاديين. (٤٧:١٥)

زاد نسبة الإعاقة باستمرار حيث تشير بيانات منظمة الصحة العالمية الى أن أقل تقدير مقبول لحجم مشكلة المعاقين غالبا عن وجود معاق واحد بين كل عشرة أفراد أصيب بالعجز الجسمي أو العقلي أو الحسى سواء كان هذا العجز طبييا أو مكتسبا. وقد يرتفع التقدير الى ١٥% و ٢٠% وطبقا لتقدير الأمم المتحدة عام ٢٠٠٠م قدر عدد المعاقين في العالم بنحو ٦٠٠ مليون معاق منهم ٢٠٠ مليون طفل وهو عدد ضخم جدا ومخيف ويوضح خطورة المشكلة واحتمالات نموها مستقبلا ما لم تتخذ الإجراءات التي تكفل الحد من هذا في المستقبل.

يرى عبد اللطيف حسين (٢٠٠٧) أن المجتمعات في العصر الحاضر أولت عناية خاصة بذوي الاحتياجات الخاصة انطلاقاً من مبدأ تكافؤ الفرص التربوية للجميع، وبما تسمح به قدراتهم واستعداداتهم، وفي الوقت الحاضر لم تعد التربية والتعليم تقتصر على الأسوياء فقط، وإنما أصبحت الجهود التربوية والتعليمية تستهدف الجميع بغض النظر عن مستوياتهم العقلية وقدراتهم الاستيعابية، ولذلك يمكن لكل الاطفال سواء كانوا أسوياء أم غيرهم أن يتعلموا، ولكن بطرق مختلفة، ولديهم القابلية على النضج والنمو، وذلك بمعدلات مختلفة. (١٧ : ١٨)

ويرى حتم صابر قادر (٢٠١٢) أن السباحة إحدى الرياضات المائية التي تستعمل الوسط المائي وسيلة للتحرك عن طريق الذراعين والرجلين للارتقاء بكفاءة الانسان بدنياً و مهارياً وعقلياً و اجتماعياً ونفسياً. وهي الحجر الاساسي في الرياضات المائية، فبدون تعلمها وإتقانها لا يستطيع الفرد ممارسة الرياضات المائية الاخرى. رقم الصفحة (٨ : ٣٩)

ويشير سالم فقيه مصطفى (١٩٩٧) تختلف رياضة السباحة في طبيعتها عن سائر النشاطات الرياضية الأخرى من حيث الوسط المائي، ووضع الجسم الأفقي على الماء، وانتظام عملية التنفس والأداء الحركي المركب من ضربات الذراعين والرجلين وحركة الرأس في توقيت منتظم، وتتمثل كل هذه العوامل في قدرة الفرد على التعامل مع الوسط المائي الذي يختلف اختلافاً كلياً عن اليابسة التي يعيش فيها. (١٤ : ١١)

ويشير كلا من حسن مقداد السيد و حسن السيد جعفر (٢٠٠٦) تعتبر رياضة السباحة هي رياضة الرياضات، وواحدة من أهم الرياضات الشعبية التي يمارسها معظم شعوب العالم ذكورا وإناثاً، وفي مختلف الأعمار، حيث أنها تساعد السباحة على زيادة مرونة المفاصل والحفاظ على رشاقة الجسم. كما أنها تساعد السباحة على رفع درجة التركيز والانتباه، وتنشيط الدورة الدموية. وتساعد السباحة على توسع عضلات الصدر وتقويتها، واتساع الرئتين وتحسين اضطرابات النوم والقلق. وتحسين زيادة الهيموجلوبين في الدم وتحسين الحالة الصحية لهم بشكل عام. (٩ : ٦)

ويعرف حتم صابر قادر (٢٠١٢) تعد السباحة من المهارات المتكررة والمركبة، لذلك تحتاج إلى درجة عالية من الرشاقة والتوافق العضلي العصبي في أداء الحركات الخاصة والشاملة لجميع أجزاء الجسم مع توزيع القوة الحركية على الأعضاء المشتركة في الحركة للتقدم بتوافق وانسجام، وتجميع القوة الناتجة من ضربات الذراعين والرجلين، والتي تعمل كل منهما بتوقيت خاص، وتركيزهما في زمن محدد، مع المحافظة على وضع الجسم الأفقي على سطح الماء، كل ذلك يتم عن طريق التحكم في عمل الجهازين العضلي والعصبي. لذلك نرى ان

السباحة تتيح لممارستها النمو المتكامل الذي يتوافر فيه التناسق واللاتزان والرشاقة، كما تكسبهم قدرة فسيولوجية عالية للأجهزة الوظيفية. (٨ : ٤١)

ويذكر بهاء الدين سلامه (١٩٩٧) إن التثقيف الصحي يعمل علي تصحيح المعلومات الصحية لدي الأفراد، وإمدادهم بالمفاهيم التي تصحح عاداتهم، وبالتالي تغيير مفاهيمهم وعاداتهم الصحية للارتقاء بالمستوي الصحي لهم، ولا يتحتم علي الإنسان أن يمارس في حياته سلوكاً صحياً مطابقاً لثقافته الصحية، أي أنه قد لا يستفيد مما جمعه من معلومات وثقافة صحية بأنه يطبقها في حياته العملية، وعلي هذا فالشخص المثقف صحياً قد لا يكون مربياً تربية صحية سليمة، ولكن الشخص المربي صحياً لأبد أن يكون مثقف صحياً. (٧ : ٢٣١)

ويشير بهاء الدين سلامه (١٩٩٢) إن السلوك الصحي الجيد يأتي من خلال مجموعة من النشاطات والتدخلات التي تتكون من المعلومات والمواقف والمهارات لدى الفئة المستهدفة، فتمكنهم من اتخاذ قرارات وخيارات صحيحة قد ينفذوها ويعتمدها بحسب توفر العوامل البيئية الأخرى المؤثرة، مما يؤدي إلى سلوك صحي سليم ومستمر ونجد أن التثقيف الصحي يستخدم أساليب تربوية حديثة لتزويد أفراد المجتمع بالخبرات اللازمة بهدف التأثير في معلوماتهم واتجاهاتهم وممارستهم فيما يتعلق بالصحة تأثيراً حميداً (٦ : ١٧-٢٢)

مشكلة البحث:

من خلال عمل الباحث في مجال تعليم وتدريب سباحه وتأهيل ذوى احتياجات الخاصة القابلين للتعلم والتي تعتبر من الفئات التي لها بعض المتطلبات الخاصة في عملية التدريب حيث تتسم هذه الفئة ببعض أوجه القصور في الصحة العامة لديهم وتحتاج الى خصوصيه شديده وتوخي الحذر في التعامل معهم وذلك لتحقيق هدف التدريب وشروط السلامة حتى لا تحدث اي مشكله خاصه بعملية التدريب أو توقع الضرر على حالتهم الصحية والبدنية

كل ما سبق يؤدي إلى عزوف المدربين على العمل مع هذه الفئة وذلك نتيجة لمتطلباتها الصعبة في التدريب ولا عدم خبراتهم في التعامل مع تلك الفئة والخوف من حدوث من حدوث اي مشكله صحيه أو بدنيه حيث تتسع هذه الفئة من أصحاب الهمم ببعض التصرفات أو في بعض الحالات تصاحبها بعض اللزمات مثل اضطرابات التوحد وما يصاحبها من لزمات كالرفقة العشوائية باليد أو عدم وجود انتباه في نظره العين أثناء النداء أو الحديث نتيجة للتشتت أو عدم كفاية الاتزان وذلك يجعلهم فئه تحتاج الى مدرب سباحه يجمع بين التدريب وتعليم السباحة وبعض المهارات الصحية لإتقان التعامل مع هذه الفئة للحيلولة دون وقوع أو حدوث أي

مشاكل تسبب خطر صحي على تلك الفئة ومن هنا اتفقت مشكله الدراسة في تصميم برنامج تثقيفي لتطوير المهارات الصحية لمدربي سباحه ذو الهمم وذلك لرفع مستوى الوعي الصحي لدى المدربين وعدم عزوفهم عن العمل مع تلك الفئة من ذو الهمم من خلال امدادهم بالمعلومات اللازمة وطرق التعامل الجيد مع تلك الفئة وكذلك طرق التواصل والارشاد الجيد مع ولي الامر والارشاد الاسري وتوجيه ولي الامر في كيفية التعامل والتواصل الجيد لمساعدته المتعلم وتقديم أفضل المساعدة من خلال التدريب البدني الجيد وكذلك العادات الصحية السليمة

ومن خلال قرأه الباحث واطلاعه على الدراسات والبحوث في مجال التثقيف الصحي، لاحظ أن تزويد المدربين بالمهارات الصحية الخاصة بتدريب ذوي الهمم من خلال التثقيف الصحي يختلف تماما عن الطرق التقليدية الخاصة بالتدريب للأفراد العاديين متبعاً في ذلك الأساليب الحديثة في عملية التعلم تؤدي إلى تحسن أفضل في سلوك المتعلمين، حيث يعطى فرصاً متعددة لكل متعلم بتعريف أوجه القصور والضعف في سلوكه ثم محاولة تعديله، هذا بجانب إتاحة الفرصة للتنافس بينهم بصورة إيجابية والتي ينتج عنها تحسين مستوى السلوك الصحي لدى المدربين .

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى :

١. بناء مقياس مستوى الثقافة الصحية البدنية و المهارة لدى مدربي سباحة ذوي الهمم القابلين للتعلم.

تساؤل البحث:

١. ما مواصفات مقياس مستوى الثقافة الصحية والبدنية والمهارة لدى مدربي سباحة ذوي الهمم القابلين للتعلم؟

المصطلحات المستخدمة في البحث:

التثقيف الصحي :

أي منظومة توفر تعليم الخبرات وفق خطط محددة بالاعتماد على نظريات دقيقة بحيث تعطي الافراد والمجاميع والمجتمعات الفرصة للحصول على المعلومات والمهارات اللازمة لاتخاذ قرارات صحية نوعية قامت منظمة الصحة العالمية بتعريف التثقيف الصحي على انه بناء منظم لإيجاد فرص للتعلم من خلال مختلف أنواع التواصل للقضاء على الجهل في القضايا

الصحية ويشمل اعطاء المعلومة و تشجيع المهارات الحياتية التي ترفع من صحة الفرد والمجتمع (١ : ٤٧)

ذوى الهمم و القدرات الخاصة :

كل شخص مصاب بقصور كلي أو جزئي بشكل مستقر في قدراته الجسمية، أو الحسية، أو العقلية، أو التواصلية، أو التعليمية، أو النفسية، إلى المدى الذي يقلل من إمكانية تلبية متطلباته العادية في ظروف أمثاله من غير المعوقين.

الدراسات المرجعية:

الدراسات العربية:

١- دراسة: الصديق سالم خليفه السائح (٢٠١١م)

العنوان: تأثير برنامج تثقيف صحي وغذائي علي بعض الجوانب الصحية والإنجاز الرقمي لناشئ السباحة بالجماهيرية الليبية.

الهدف: التعرف علي تأثير برنامج تثقيف صحي وغذائي علي بعض الجوانب الصحية والإنجاز الرقمي لناشئ السباحة

المنهج: تم استخدام المنهج التجريبي بتصميم الثلاث مجموعات تجريبية بالقياسات القبليه والبعديه.

العينة: وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية واشتملت العينة علي ٦٠ سباح ناشئ تتراوح اعمارهم من (١٢-١٥) سنة لا يقل العمر التدريبي عندهم عن ثلاث سنوات واشتملت العينة علي ثلاث اندية سباحة

النتائج: - من أهم نتائج الدراسة أظهرت النتائج تحسن في الجوانب الصحية عند تنفيذ البحث نتيجة تأثير برنامج تثقيف الصحي بجانب تحسن في الإنجاز الرقمي نتيجة تأثير البرنامج الغذائي.

٢- دراسة: أبو زيد اسلام عبد المنعم محمد (٢٠١١م)

العنوان: مستوى الثقافة الصحية لدى مدربي الألعاب الفردية و الألعاب الجماعية للناشئين.

الهدف: تصميم مقياس ثقافة صحية للمدربين للتعرف على الإصابات الرياضية والإسعافات الاولية لها للألعاب الفردية والألعاب الجماعية.

المنهج: أستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

العينة: بلغت العينة (١٢٠) مدرب من الالعب الفردية والجماعية.

النتائج: - انخفاض مستوى الثقافة الصحية لدى مدربي الألعاب الفردية والجماعية.

٣- دراسة: **عصام صالح مهدي النزاوي (٢٠١٤م)**

العنوان: برنامج للثقافة الصحية باستخدام التعلم الإلكتروني واثرة على رفع الوعي الصحي لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة الاسكندرية.

الهدف: رفع مستوى الثقافة الصحية لدى طالبات كليات التربية الرياضية.

المنهج: المنهج التجريبي (القبلي _ البيني _ البعدي).

العينة: ٣٥ طالبة من الفرقة الأولى لطلبة كلية التربية الرياضية جامعة الإسكندرية .

النتائج: - توصل البحث الى مدى الاستفادة من برنامج التثقيف الصحي على الصحة العامة والعادات الغذائية والوقاية من الأمراض والسلوك الصحي اليومي الجيد.

٤- دراسة: **خيرت حسب الله خيرا درغام (٢٠١٦م)**

العنوان: دراسة مقارنة المدركات الصحية لدى الرياضيين والغير رياضيين لفئة ذوى الإعاقات الذهنية.

الهدف: التعرف على المدركات الصحية للأفراد ذوى الإعاقات.

المنهج: المنهج الوصفي بالطريقة المسحية.

العينة: المجموعة الاولى من الطلاب الرياضيين واشتملت على ١٩ طالب وتم الاختيار من مدرسة هابى وورلد لتأهيل ذوى الهمم بالقاهرة والمجموعة الثانية من الطلاب غير الرياضيين واشتملت على ١٣ من ذوى الإعاقات الذهنية البسيطة والقابلين للتعلم .

النتائج: - تميز أفراد مجموعة الرياضيين عن غير الرياضيين في محاور الاستبيان في الصحة الشخصية والوقائية واللياقة الصحية والصحة الغذائية عدا محور الوعي البيئي .

الدراسات الأجنبية :

١- دراسة: **دراسة قامفوكس و كينج مي كيم** (M.H. K.M Kim & Fox) (٢٠٠٤م)

العنوان: دراسة الخدمات الصحية للمعاقين

الهدف: تقويم الخدمات الطبية والاجتماعية بالنسبة للمشكلات البدنية وكذلك نظم الرعاية اللازمة لهم.

المنهج: استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمة طبية الدراسة.

العينة: ٤٨ فرد من الأشخاص الين لديهم إعاقات بدنية و قوامية

النتائج: - توصلت الدراسة إلى ان الخدمات المقدمة للمعاقين تناولت الرعاية المنزلية والانتقالات وضرورة وجود مرافق

٤- دراسة: **فولى، وهارفى Foly & Harfy** (٢٠٠٨)

العنوان: دراسة العلاقة بين الصحة المرتبطة باللياقة البدنية والمهارات الحركية لدى ذوى التأخر العقلي البسيط القابل للتعلم في كوريا الجنوبية.

الهدف: التعرف على العلاقة بين الصحة المرتبطة باللياقة البدنية والمهارات الحركية لدى ذوى التأخر العقلي البسيط القابل للتعلم في كوريا الجنوبية.

المنهج: المنهج الوصفي المسحي.

العينة: شملت العينة (٢٨٧) من الأولاد الذكور كما شملت (١٣٤) من الإناث من (٨٥) مدرسة خاصة وتم تقسيم على حسب درجات السمنة.

النتائج: - يجب زيادة الأجزاء الكامنة في المهارات الحركية .

- يجب زيادة الوعى الصحي المرتبط باللياقة البدنية لتقليل نسبة السمنة.

تحليل الدراسات المرجعية :

أجريت هذه الدراسات السابقة خلال الفترة من سنة (٢٠٠٢م) إلي سنة (٢٠٢٠م) وكان عددها الإجمالي (٤) دراسات، دراسات تناولت التثقيف الصحي وتدريب وتأهيل ذوى الهمم وتدريب الرياضيين و صقل مهارات تدريبي السباحة، وتنوعت الدراسات ما بين استخدام الورش التدريبية والحقائب التدريبية والمطويات والوسائل الحديثة والتقنية مثل المواقع الالكترونية وبين الوسائط المتعددة، وتطبيقات الهواتف الذكية المتعددة،

أوجه الاستفادة من الدراسات المرجعية :

كان للدراسات المرجعية الأثر الأكبر في تدعيم وتأكيـد مدى الحاجة للقيام بهذه الدراسة، حيث أنها أفادت الباحث في التأكد من عدم وجود دراسات في البيئة العربية تناولت موضوع البحث، حيث كان الاهتمام بجانب واحد وأكثر من جوانبه المتعددة وكذلك ندرة الدراسات فقد استطاع الباحث أن يصل إلي ما يلي:

- تحديد الإطار العام للدراسة الحالية وكذلك الخطوات المتبعة في إجراءات البحث سواء النواحي الفنية أو الإدارية.
- صياغة أهداف و فروض البحث.
- استفاد الباحث من الدراسات السابقة في كتابة الإطار النظري للدراسة الحالية.
- تحديد خطوات إجراء البحث واختيار الطرق المناسبة لتنفيذ البرنامج .
- اختيار المنهج المناسب لطبيعة إجراءات البحث.
- تنفيذ وتصميم المواد العلمية المتعلقة ببرنامج التثقيف باستخدام الطرق المباشرة كالورش التثقيفية والمقابلات الشخصية والطرق الغير مباشرة مثل استخدام الانترنت وتطبيقات الهواتف الذكية والوسائط المتعددة المختلفة السمعية والمرئية مثل التسجيلات الصوتية او المطويات الورقية او الكتيبات الإرشادية لموضوع الدراسة.
- تحديد الطريقة المثلى لاختيار عينة البحث.
- تحديد وسائل وأدوات جمع البيانات المناسبة لطبيعة البحث.
- تحديد أنسب المعالجات الإحصائية التي تتفق مع أهداف وعينة البحث.
- الاستفادة من الدراسات المرتبطة في طريقة عرض ومناقشة النتائج والوقوف على ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسات لتفسير وتعزید نتائج البحث الحالي.

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

مجالات البحث:

أحتوى البحث الحالي على المجالات التالية:

المجال البشري:

تمثل في مجتمع وعينة البحث التي يمكن توصيفه كما يلي:

مجتمع البحث:

مدربي فئة ذوى الهمم وعددهم (٢٧) مدرب من عدد (٥) منشآت تمثل المجتمع الكلى للبحث.

عينة البحث:

بلغت عينة البحث (٢٠) مدرب وتم اختيارهم بالطريقة العمدية، حيث تم استبعاد ٧ مدربين على النحو التالي:

- ٣ مدربات بنات لم تتناسب مواعيد تطبيق الدراسة معهم .
- ٤ مدربين رفضوا المشاركة لوجود عوائق لديهم من تنفيذ الدراسة المقترحة
- لتصبح العينة الأساسية (٢٠) مدرب ومدربة

المجال المكاني:

- اختار الباحث عدد (٥) منشآت تمثل المجتمع الكلى للبحث وهي: نادى سبورتنج ونادى سموحة ونادى الأسطول ونادى البطاش الرياضي ونادى أليكس سيتي للألعاب الرياضية وذلك لوجود قطاعات لتدريب فئة ذوى الهمم ووجود عدد كبير من المدربين العاملين مع تلك الفئة والبالغ عددهم (٢٧) مدرب

المجال الزماني:

- في الفترة من (٢٠٢٤/٦/١٣ م) إلى (٢٠٢٤/٦/١٥ م)، للتجربة الاستطلاعية

مقياس مستوى الثقافة الصحية والمعلومات الخاصة بذوي الهمم لدى المدربين :
(إعداد الباحث)

من أهم أهداف الدراسة الحالية العمل على تزويد المدربين بالمهارات الصحية والمعلومات المتعلقة بالطرق والأساليب الصحيحة في تدريب وتعليم ذوى الهمم على رياضة السباحة ؛ لذا كان من الضروري إعداد مقياس يستخدم كأداة لقياس مستوى المعلومات المتوفرة لديهم و يكون ملائما للمدربين المنضمين حديثا لقطاع التدريب وكذلك المدربين العموم في الأندية والقطاعات

المختلفة، لذا اتبع الباحث الخطوات التالية لإعداد وبناء مقياس مستوى الثقافة الصحية على النحو التالي:

١- تحديد الهدف من بناء مقياس التثقيف الصحي للمدربين :

التعرف على مدى اكتساب مدربين السباحة لمقياس التثقيف الصحي وتطوير مهاراتهم .

٢- المسح المرجعي لتحديد متطلبات بناء مقياس تثقيف صحتى لمدربين السباحة.

سيقوم الباحث بعمل مسح مرجعي لتحديد متطلبات بناء مقياس تثقيف صحي لتطوير مهارات المدربين، ويشمل المسح المرجعي: خطوات بناء وتقنين المقياس، مسميات المحاور المستخدمة، ميزان التقدير، صياغة العبارات، طرق تحليل معاملات الصدق والثبات.

٣- مراجعة الأطر النظرية والدراسات المرتبطة بالتثقيف الصحي للمدربين لتطوير مهاراتهم في تدريب ذوى الهمم:

لابد للخاصية المقاسة أن تستند إلى أساس نظري يبرر مشروعية تناولها ويعرفها، بالإضافة إلى أن الاطلاع على الأطر النظرية للخاصية المستهدفة بالمقياس قد يزود الباحث بالأهمية النسبية للعناصر الفرعية المكونة للخاصية، ومن ثم تمثل العناصر في بنود المقياس فيما بعد وفقا لتلك الأهمية؛ لذا قام الباحث بالاطلاع على العديد من المراجع العلمية والدراسات المرجعية التي تناولت موضوعات الثقافة الصحية، بالإضافة إلى الأدبيات التي خصصت لتلائم المدربين العاملين بالمجال الرياضي في الأندية والقطاعات الرياضية المختلفة .

٤- مراجعة مقاييس التثقيف الصحي في المجالات المختلفة:

وهي خطوة هامة من شأنها أن تحقق عديد من الفوائد الإجرائية مثل:

١. توضيح الشكل المعتاد لقياس السلوك أو السمة، كأسلوب صياغة البنود، وطريقة التطبيق، وأسلوب التقدير... الخ.
٢. توضيح المحاور الفرعية للخاصية المقاسة.
٣. إمكانية اقتباس بعض العبارات.

لذا قام الباحث بمراجعة قوائم و مقاييس التثقيف الصحي وذلك من حيث: اسم المقياس، ومعد المقياس، وعدد العبارات، تحليل المحتوى الخاص بهذه المقاييس، بالإضافة إلى تتبع كيفية إعداد بعض مقاييس التثقيف الصحي، كما في مراحل إعداد وبناء المقاييس التالية:

- (منى مصطفى سكوري ٢٠٠٧) دراسة الوعي الغذائي والمستوى الرقمي للرياضيين من ذوى الهمم.
- (أحمد سعيد عبد السلام سراج ٢٠١٩) الثقافة الصحية وعلاقتها بالحالة القوامية للرياضيين وغير الرياضيين من الافراد ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة رساله ماجستير- جامعه حلوان.
- (جيهان عبد العزيز محمد، ٢٠٠٥م) مقياس التثقيف الصحي الرياضي لتقليل نسبة الإصابات لطلاب المدارس الرياضية التجريبية بالإسكندرية.
- (سوزان مصطفى بركة، ٢٠١٠م) مقياس السلوك الصحي من خلال درس التربية الرياضية لتلميذات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.
- (أماني أحمد مطر، ٢٠١٠م) مقياس التثقيف الصحي لرفع مستوى الصحة المدرسية لتلميذات المرحلة الأولى من التعليم.
- (أمنة حسن عبد الرحيم طه، ٢٠١٠م) مقياس الثقافة الصحية لدي الرياضيين بمراكز الشباب بمحافظة المنيا.

٥- تحديد المحاور المقترحة لمقياس التثقيف الصحي:

- لتحديد المحاور الأساسية للمقياس قام الباحث بعمل مسح مرجعي للمراجع العلمية والدراسات المرتبطة بالتثقيف الصحي؛ والدراسات التي تناولت ثقل مهارات المدربين الرياضيين ؛ وتتناول المحاور الخاصة بالتثقيف الصحي، من خلال الخطوات التالية:
١. تحليل بعض الدراسات السابقة والمراجع العلمية المتاحة المتعلقة بالثقافة الصحية للمدربين الرياضيين.
 ٢. المقابلات الشخصية التي أجراها الباحث مع الخبراء في مجال تدريب ذوى الهمم ومجال وضع المقاييس من أساتذة كلية التربية الرياضية وأقسام التربية الخاصة بكليات التربية .
 ٣. تم تصميم استمارة لتحديد المحاور المتعلقة بمقياس التثقيف الصحي البدني والمهارى من خلال الاستعانة بالسادة الخبراء.
 ٤. تم تحليل آراء السادة الخبراء للوقوف على العبارات المستخدمة في بناء مقياس التثقيف الصحي البدني والمهارى كما هو موضح بالجدول التالي :

جدول (١) آراء السادة الخبراء في محاور الصورة الأولية لاستبيان الوعي الصحي
(عدد الخبراء=٩)

م	الموضوع	عدد الخبراء الموافقون	النسبة	معامل لوش لصدق المحتوى	ملاحظات
١	إلمام المدربين بالوعي الصحي البدني والمهاري	٨	٨٨.٨٩	٠.٧٧٨	قبول
٢	إلمام المدربين بالوعي الصحي الشخصي و الغذائي	٦	٦٦.٦٧	٠.٣٣٣	حذف
٣	إلمام المدربين بالوعي الصحي البيئي	٦	٦٦.٦٧	٠.٣٣٣	حذف
٤	إلمام المدربين بالوعي الصحي النفسي	٦	٦٦.٦٧	٠.٣٣٣	حذف
٥	إلمام المدربين بالوعي الصحي الاجتماعي	٦	٦٦.٦٧	٠.٣٣٣	حذف
٦	إلمام المدربين بمهارات التوجيه والإرشاد الأسرى	٥	٥٥.٥٦	٠.١١١	حذف

(الحد الأدنى لمعامل لوش المقبول إحصائياً عند ن = ٩ خبراء = ٠.٧٧٨)

تم التوصل إلى المحور التالي:

١. محور إلمام المدربين بالثقف الصحي البدني والمهاري

٦- تحديد العبارات المقترحة لمحور إلمام المدربين بالثقف الصحي البدني والمهاري:

في ضوء الفهم والتحليل للإطار المفاهيمي النظري للمحور وفي ضوء الدراسات المرجعية، تم إعداد وصياغة العبارات تحت المحور؛ حيث تكونت الصورة الأولية للمقياس من (٢٧) عبارة، وبعد ذلك تم التحقق من صدق المضمون من خلال عرض المقياس على عدد (٩) من الخبراء المتخصصون لتحديد مدى مناسبة العبارات، ومراعاة:

١. أن تكون العبارات واضحة ومفهومة،

٢. ألا توحى العبارات بنوع الاستجابة - البعد عن استخدام عبارات مركبة .

٣. أن تتسق العبارات مع مفهوم المحور

٧- عرض العبارات على السادة الحكمين:

تم عرض العبارات على الحكمين للتأكد من مناسبة العبارات، وقد طلب من الحكمين ما

يلي:

١. مدى مناسبة كل عبارة من العبارات المقترحة لقياس المحور.

٢. حذف أو تعديل أو إضافة عبارات أخرى.

جدول (٢) آراء السادة الخبراء في عبارات الصورة الأولية (لبناء مقياس التثقيف الصحي البدني والمهارى لمدربي سباحة ذوى الهمم القابلين للتعلم)
(عدد الخبراء=٩)

م	الموضوع	عدد الخبراء الموافقون	النسبة	معامل لوش لصدق المحتوى	ملاحظات
١	توفير البيئة التدريبية الملائمة في مرحلة بداية التدريب	٧	٧٧.٧٨	٠.٥٥٦	تعديل
٢	توفير الادوات المساعدة في عملية التعليم والتدريب	٨	٨٨.٨٩	٠.٧٧٨	دال
٣	اختيار الوضعية المناسبة للمتعلم والمسكات المناسبة لكل حاله	٩	١٠٠.٠٠	١.٠٠٠	دال
٤	يقوم المدرب بتقسيم المهارة إلى مهارات فرعية متسلسلة.	٦	٦٦.٦٧	٠.٣٣٣	حذف
٥	التركيز على اكتساب التوافق الأولى للمهارة وإتقانها	٨	٨٨.٨٩	٠.٧٧٨	دال
٦	كف النشاط الزائد بشكل تدريبي منظم لتغيير الشكل العام	٩	١٠٠.٠٠	١.٠٠٠	دال
٧	تنمية العضلات الدقيقة ثم الكبيرة وتهيئة الجسم	٨	٨٨.٨٩	٠.٧٧٨	دال
٨	يقوم المدرب بتطبيق المهارة متحدثا بخطوات المهارة امام المدرب.	٥	٥٥.٥٦	٠.١١١	حذف
٩	تمارين التآزر البصرى الحركي واستخدام أدوات لها ألوان صماء	٧	٧٧.٧٨	٠.٥٥٦	تعديل
١٠	مراعاة الفروق الفردية والجسدية بينه وبين أقرانه العاديين	٧	٧٧.٧٨	٠.٥٥٦	تعديل
١١	عرض المهارة علي المدرب بشكل الصحيح والبدء في أشراكه في الأداء مع المدرب.	٥	٥٥.٥٦	٠.١١١	حذف
١٢	التركيز على الاتجاهات الإيجابية التي تخدم عملية التعليم والتدريب	٦	٦٦.٦٧	٠.٣٣٣	حذف
١٣	يقوم المدرب بتطبيق المهارة مستعينا بالأدوات الحسية امام المدرب.	٥	٥٥.٥٦	٠.١١١	حذف
١٤	التدريب وفق المعلومات المتوفرة (السن والجنس ودرجة الإعاقة)	٨	٨٨.٨٩	٠.٧٧٨	دال
١٥	الدعم و المساعدة المستمرة من البداية للاعتماد على النفس	٨	٨٨.٨٩	٠.٧٧٨	دال
١٦	دعم الجوانب النمائية المتعلقة بالانتباه والأدراك والتركيز	٧	٧٧.٧٨	٠.٥٥٦	تعديل
١٧	التعليم الموجه المصحوب بالدعم و التحفيز و التشجيع	٩	١٠٠.٠٠	١.٠٠٠	دال
١٨	اطفاء روح الدعاية المصاحبة أثناء المنافسة والبطولات	٧	٧٧.٧٨	٠.٥٥٦	تعديل
١٩	ربط الكلمات بالمدلول الحسى أثناء شرح المهارة لتسهيل الفهم.	٨	٨٨.٨٩	٠.٧٧٨	دال
٢٠	يقوم المدرب بأداء المهارة، وتسميتها في نفس الوقت بدون مساعدة من المدرب .	٥	٥٥.٥٦	٠.١١١	حذف
٢١	تحقيق مبدأ التكرار بشكل مستمر في عملية التعليم	٧	٧٧.٧٨	٠.٥٥٦	تعديل
٢٢	تحقيق عوامل الأمن والسلامة عند ممارسة النشاط الرياضي	٩	١٠٠.٠٠	١.٠٠٠	دال
٢٣	عمل الإجراءات التدريبية اللازمة مع فئة فرط الحركة ADHD	٧	٧٧.٧٨	٠.٥٥٦	تعديل
٢٤	استخدام طرق التدريب الخاصة بفئة ذوى الهمم مثل الاحمال و الشدة	٨	٨٨.٨٩	٠.٧٧٨	دال
٢٥	مراعاة أن يكون التدريب بشكل فردي حتى أتقان المهارة	٨	٨٨.٨٩	٠.٧٧٨	دال
٢٦	مراعاة الإدراك للمتعلم في المهارات المركبة أو المعقدة	٥	٥٥.٥٦	٠.١١١	حذف
٢٧	ذوي الاحتياجات الخاصة <i>special needs</i> هم فئة من الأشخاص يحتاجون إلى رعاية خاصة	٦	٦٦.٦٧	٠.٣٣٣	حذف

(الحد الأدنى لمعامل لوش المقبول إحصائياً عند ن = ٩ خبراء = ٠.٧٧٨)

جدول (٣) ما تم حذفه في عبارات بناء مقياس التثقيف الصحي البدني والمهاري لمدرسي
سباحة ذوي الهمم القابلين للتعلم

العبارات المحذوفة	م
يقوم المدرب بتقسيم المهارة إلى مهارات فرعية متسلسلة.	٤
يقوم المتدرب بتطبيق المهارة متحدثا بخطوات المهارة امام المدرب.	٨
عرض المهارة على المتدرب بشكل الصحيح والبدء في أشراكه في الأداء مع المدرب.	١١
التركيز على الاتجاهات الإيجابية التي تخدم عملية التعليم والتدريب	١٢
يقوم المتدرب بتطبيق المهارة مستعينا بالأدوات الحسية امام المدرب.	١٣
يقوم المتدرب بأداء المهارة، وتسميتها في نفس الوقت بدون مساعدة من المدرب .	٢٠
مراعاة الإدراك للمتدرب في المهارات المركبة أو المعقدة	٢٦
ذوي الاحتياجات الخاصة <i>special needs</i> هم فئة من الأشخاص يحتاجون إلى رعاية خاصة	٢٧

جدول (٤) ما تم تعديله في عبارات بناء مقياس التثقيف الصحي البدني والمهاري لمدرسي
سباحة ذوي الهمم القابلين للتعلم

قبل التعديل	بعد التعديل
توفير البيئة التدريبية الملائمة في مرحلة بداية التدريب	توفير البيئة التدريبية الملائمة في مرحلة بداية تعليم النشاط
تمارين التأزر البصري الحركي واستخدام أدوات لها ألوان صماء	استخدام تمرينات التأزر البصري الحركي و استخدام أدوات لها ألوان صماء حتى لا تسبب تشتت
مراعاة الفروق الفردية والجسدية بينه وبين أقرانه العاديين	مراعاة الفروق الفردية والجسدية بين المتدرب وأقرانه العاديين
دعم الجوانب النمائية المتعلقة بالانتباه والإدراك والتركيز	دعم الجوانب النمائية المتعلقة بالانتباه والتركيز والإدراك
اطفاء روح الدعاية المصاحبة أثناء المنافسة والبطولات	اطفاء روح الدعاية المصاحبة بالمنافسة والبطولات
تحقيق مبدأ التكرار بشكل مستمر في عملية التعليم	تحقيق مبدأ التكرار بشكل مستمر في عملية تعليم المهارة
عمل الإجراءات التدريبية اللازمة مع فئة فرط الحركة ADHD	عمل الإجراءات التدريبية اللازمة مع فئة ذوي ADHD فرط الحركة و تشتت الانتباه

٨- إدارة (مفتاح تصحيح) الاستبيان:

للاستبيان درجة استجابة وفق ميزان تقدير ثلاثي (نعم، أحيانا، لا)؛ حيث يعبر ذلك عن درجات (١، ٢، ٣) للعبارات.

٩- حساب معامل صدق الاستبيان:

استخدم الباحث طريقة الاتساق الداخلي، عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارات والمحاور التي تنتمي إليها، وبين العبارة والدرجة الكلية للإستبيان، كما في جدول (٥).

جدول (٥) معاملات الارتباط بين كل عبارة ودرجة المحور الأول (محور إمام المدربين بالثتقيف الصحي البدني والمهارى) وبين كل عبارة والدرجة الكلية للإستبيان

(ن=٢٠)

مع الدرجة الكلية للإستبيان	مع المحور الأول	م	مع الدرجة الكلية للإستبيان	مع المحور الأول	م
٠.٦٥٤	٠.٥٢٣	١١	٠.٦٨٤	٠.٤٩٩	١
٠.٥٦٩	٠.٥١٠	١٢	٠.٥١٠	٠.٥٢١	٢
٠.٧٢٦	٠.٥٩٠	١٣	٠.٥٧٩	٠.٤٨٠	٣
٠.٦٠٨	٠.٤٩٦	١٤	٠.٥١٠	٠.٤٩٢	٤
٠.٦٢٧	٠.٤٩٧	١٥	٠.٦٤٦	٠.٥٨٣	٥
٠.٧٠٤	٠.٥٢١	١٦	٠.٦٥٤	٠.٥٢٧	٦
٠.٧٢٦	٠.٥٠٥	١٧	٠.٧٩٢	٠.٥١٩	٧
٠.٧٦٦	٠.٥٢٧	١٨	٠.٧٠٣	٠.٥٥٠	٨
٠.٦٨٢	٠.٥٩٨	١٩	٠.٧٦٩	٠.٥٠٦	٩
			٠.٧٥٩	٠.٥٢٢	١٠

* دال عند قيمة ر(٠.٠٥، ١٨) = ٠.٤٤٤٤

يوضح جدول (٥) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين درجة كل عبارة ودرجة المحور الأول وبين كل عبارة والدرجة الكلية للإستبيان مما يدل على صدق الاتساق الداخلي للإستبيان.

١٠- حساب معامل ثبات الاستبيان:

اتبع الباحث طريقة التجزئة النصفية لسبيرمان براون، ومعادلة جتمان؛ بالإضافة إلى معامل ثبات "ألفا كرونباخ"، كما في جدول (٦).

جدول (٦) ثبات استبيان الوعي الصحي بطريقة التجزئة النصفية و ألفا كرونباخ

ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية		المحاور
	جتمان	سبيرمان براون	
٠.٨٧٢	٠.٧٦١	٠.٧٨٦	محور إمام المدربين بالثتقيف الصحي البدني والمهارى

يتضح من جدول (٦) أن معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية تراوح ما بين (٠.٧٦١) و(٠.٧٨٦)، وأن معامل ثبات ألفا كرونباخ تساوي (٠.٨٧٢)، مما يدل على أن الإستهبان قيد البحث ذو معامل ثبات عال.

المعالجات الإحصائية

استخدم الباحث في المعالجات الإحصائية للبيانات داخل هذه الدراسة برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) *Statistical Package For Social Science* الإصدار (٢٧) مستعينا بالمعاملات التالية:

١. معامل لوش لصدق المحتوى ويحسب كالآتي
$$\text{معامل لوش لصدق المحتوى} = \frac{\text{عدد الخبراء الموافقون} - (\text{عدد الخبراء} \div 2)}{(\text{عدد الخبراء} \div 2)}$$
٢. التكرارات والنسبة المئوية.
٣. معامل ارتباط بيرسون (*Pearson Correlation Coefficient*)
٤. التجزئة النصفية لـ"سبيرمان براون" و"جتمان".
٥. معامل ثبات "ألفا كرونباخ". (*Cronbach's alpha*)

عرض و مناقشة النتائج.

عرض نتائج التساؤل الأول.

جدول (٧) استبيان الوعي الصحي - مقياس التثقيف الصحي البدني والمهاري

المحور	عدد العبارات	نوع الاستجابة	الحد الأدنى للاستجابة	الحد الأقصى للاستجابة
عبارات بناء مقياس التثقيف الصحي البدني والمهاري	١٩ عبارة	ثلاثي (نعم - أحيانا - لا)	١٩ درجة	٥٧ درجة

مناقشة نتائج التساؤل الأول:

يتضح من جدول (٧) أن الخصائص النهائية لاستبيان الوعي الصحي - مقياس إمام المدربين بالتثقيف الصحي البدني والمهاري تتضح فيما يلي:

- الاستبيان يندرج تحت نوع المقاييس الموضوعية.
- يتضمن الاستبيان مجموعة من التعليمات موجهة للمدربين.

- للاستبيان درجة استجابة وفق ميزان تقدير ثلاثي (نعم، أحيانا، لا)؛ حيث يعبر ذلك عن درجات (١، ٢، ٣) للعبارات.
 - تتراوح الدرجة الكلية للاستبيان ما بين (٥٧) درجة كحد أقصى، و(١٩) درجة كحد أدنى.
- وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات التي تناولت بناء مقاييس للثقافة الصحية مثل دراسة أبو زيد محمد (٢٠١١م)

الاستنتاجات والتوصيات.

الاستنتاجات:

- في حدود أهداف وفروض البحث والنتائج التي تم التوصل إليها استنتج الباحث ما يلي:
- تم التوصل إلى بناء استبيان التثقيف الصحي البدني والمهاري لمدربي سباحة ذوى الهمم القابلين للتعلم

التوصيات :

- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث، والاستنتاجات التي تم التوصل إليها، يوصى الباحث بما يلي
- تطبيق مقياس التثقيف الصحي داخل المؤسسات والأندية الرياضية التي تقوم بتدريب فئات ذوى الهمم القابلين للتعلم كما تم ذكرهم وفقا لتصنيف الإعاقات.

مقترحات بدراسات وبحوث مستقبلية:

- نظرا لمحدودية الدراسة الحالية، يمكن اقتراح ما يلي من بحوث مستقبلية:
- إجراء دراسات للتعرف علي تأثير مقياس التثقيف الصحي لمدربي سباحة ذوى الهمم القابلين للتعلم.
 - إجراء المزيد من الدراسات والبحوث علي استخدام التثقيف الصحي كوسيلة من وسائل زيادة المعلومات والمهارات لدى المدربين الرياضيين والاضطلاع على ما هو جديد في مهارات تدريب فئات ذوى الهمم بشكل عام والقابلين للتعلم بشكل خاص وذلك للارتقاء بالعملية التعليمية والتدريبية علي الوجه الأكمل ومواكبة التطور الحادث بالدول المتقدمة.



مراجع البحث

المراجع العربية

١. سوسن حبيب عباس : (٢٠٠٩م) نماذج لألعاب تربية هادفة لخدمة متلازمة داون، مجلة الطفولة العربية، مجلد ١١ عدد ٤١
٢. عبد اللطيف حسين : (٢٠٠٧م) الإعاقة العقلية والبدنية، الطبعة الأولى، دار الحامد للنشر والتوزيع عمان الأردن،
٣. حتم صابر قادر : (٢٠١٢م) تأثير منهج تعليمي في تعلم سباحتي الحرة والظهر لمتلازمة داون، دار غيداء عمان
٤. سالم فقيه مصطفى : (١٩٩٧م) الرياضات المائية طرق تدريسها وأسس تدريبها منشأة المعارف، الإسكندرية
٥. حسن مقداد السيد : (٢٠٠٦م) السباحة الأولمبية الحديثة، بغداد
٦. حسن السيد جعفر : (٢٠٠٦م) السباحة الأولمبية الحديثة، بغداد
٧. بهاء الدين سلامه : (١٩٩٢م) الجوانب الصحية في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة
٨. بهاء الدين سلامة : (١٩٩٧م) الصحة والتربية الصحية . دار الفكر العربي

المراجع الأجنبية

- 9- lee a tens kk: a " health school "program in Hong enhancing positive health behavior for school and teacher's urban health (2004)
- 10- john: gearorgecpuplic healthy administration and practice saint Louis Pelham book (19)
- 11-elizabet dandy & paperback "swimming for people with disabilities, (1993) by association of swimming therapy (author (author), Rolf Harris (contributor)
- 12- anyone can swim: understanding and coping with special needs hardcover – January 1, 1991by amateur swimming association

شبكة المعلومات الدولية

- 13- <http://www.educause.edu/ir/library/pdf/EQM0414.pdf>

http://site.iugaza.edu.ps/falqeeq/files/2010/02/The_relationship_between_the_built_environment_and_human_behavior.pdf