



دانشگاه ارومیه

دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی (گروه رفتار حرکتی)

گروه رفتار حرکتی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد رشته رفتار حرکتی

موضوع :

**تأثیر تمرینات یکپارچگی حسی- حرکتی بر رشد حرکات درشت و ظریف کودکان کم توان
ذهنی تربیت پذیر**

اساتید راهنما :

دکتر حسن محمدزاده

دکتر فاطمه حسینی

اساتید داور :

دکتر نرمین غنی زاده

دکتر میر حسن سید عامری

تنظیم و نگارش :

لطیفه قاسم پور

شهریور ۱۳۹۲

Error! Number cannot be represented in specified format.

حق چاپ برای دانشگاه ارومیه محفوظ است .

شکر خدا که هر چه طلب کردم از خدا بر منتهای همت خود کامران شدم .

با درود فراوان بر روح پدر بزرگوارم و پدر گرامی همسرم

تقدیم به : دو فرشته زیبای زندگیم مهرنوش و مهروش

تشکر خالصانه از دلسوزی و فداکاری مادر بسیار عزیزم که چراغ وجودشان روشنگر راه من در سختی ها و مشکلات بوده است.

با تشکر از صبر و دلگرمی همسر گرامیم آقای ابراهیم سیدهاشمی در تمام مراحل زندگی و ادامه تحصیل

با تشکر از زحمات مادرانه مادر بزرگوار همسرم به خاطر تمامی محبت هایشان

با تشکر از مدیر کل محترم اداره کل بهزیستی استان آذربایجان غربی سرکار خانم خدادوست و معاونت محترم توانبخشی جناب آقای پرمقیاس

با تشکر از زحمات و همکاری های برادر عزیزم امیر در تهیه و اتمام پایان نامه

با تشکر از همکاری صمیمانه آقای فانوسی مسئول مرکز گلهای بهشت – مربیان مهربان و دلسوز مرکز و همه بهشتیان گلهای بهشت

با سپاس خدمت دوستان گران مایه ام آقایان حسینی و فلاح و خانم ها علیزاده، ناجی زاده، مهرآسا و جلبری که مرا صمیمانه و مشفقانه یاری داده اند.

تقدیر :

با تقدیر و تشکر شایسته از استاد فرهیخته و فرزانه سرکارخانم دکتر فاطمه سادات حسینی که با نکته های دلاویز و گفته های بلند ، صحیفه های سخن را علم پرور نمود و همواره راهنما و راه گشای نگارنده در اتمام واکمال پایان نامه بوده است.

تشکر و سپاس از استاد دانشمند و پر مایه ام جناب آقای دکتر حسن محمدزاده که راهنمایی این پایان نامه را تقبل کردند .

همچنین از اساتید محترم جناب آقای دکتر سید عامری و سرکار خانم دکتر غنی زاده که داوری این پایان نامه را متقبل شدند نیز بسیار سپاسگزارم.

چکیده:

هدف: هدف از پژوهش حاضر ارزیابی تاثیر تمرینات یکپارچگی حسی-حرکتی بر رشد مهارتهای حرکتی درشت و ظریف کودکان کم توان ذهنی تربیت پذیر بود.

روش بررسی: در این مطالعه نیمه تجربی، ۴۰ کودک مرکز توانبخشی و آموزشی گلهای بهشت شهر ارومیه شامل ۲۰ دختر و ۲۰ پسر با میانگین سنی $8,48 \pm 2,81$ سال و ضریب هوشی $30,62 \pm 6,81$ به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند. با استفاده از آزمون تبحر حرکتی برونینکس-ازرتسکی از همه کودکان پیش آزمون گرفته شد. بر اساس نمرات پیش آزمون، نمونه ها بصورت تصادفی به دو گروه برابر (آزمایش و تجربی) تقسیم شدند. هر گروه شامل ۱۰ دختر و ۱۰ پسر بود. گروه آزمایش تمرینات یکپارچگی حسی-حرکتی را به مدت ۵۰ جلسه (هر جلسه ۴۵ دقیقه و هر شش روز هفته) انجام دادند. گروه کنترل از آموزشهای کلاس استفاده نمودند. سپس از هر دو گروه پس آزمون گرفته شد. داده ها با استفاده از آزمون های ویلکاکسون و یو مان ویتنی تحلیل شد.

یافته ها: یافته ها تفاوت معنی داری در نمرات پس آزمون مهارتهای حرکتی درشت و ظریف نسبت به نمرات پیش آزمون در گروه آزمایش نشان داد ($p \leq 0,05$).

نتیجه گیری: بر اساس یافته های پژوهش می توان نتیجه گرفت تمرینات یکپارچگی حسی-حرکتی عامل مهمی در رشد مهارتهای حرکتی درشت و ظریف بود.

کلید واژه ها: یکپارچگی حسی - حرکتی/کم توان ذهنی تربیت پذیر/مهارتهای حرکتی درشت/مهارتهای حرکتی ظریف

فهرست مطالب

فصل اول: کلیات	صفحه
۱-۱ مقدمه	۱
۲-۱ تشریح موضوع و بیان مسئله	۲
۳-۱ اهمیت و ضرورت انجام تحقیق	۳
۴-۱ فرضیه‌های تحقیق	۴
۱-۴-۱ فرضیه های اصلی تحقیق	۴
۲-۴-۱ فرضیه های فرعی تحقیق	۵
۵-۱ اهداف تحقیق	۵
۱-۵-۱ اهداف اصلی تحقیق	۵
۲-۵-۱ اهداف فرعی تحقیق	۵
۶-۱ پیش فرض‌های تحقیق	۵
۷-۱ تعریف واژه های اختصاصی تحقیق	۶
۱-۷-۱ تعاریف مفهومی تحقیق	۶
۱-۱-۷-۱ یکپارچگی حسی - حرکتی	۶
۲-۱-۷-۱ مهارت‌های حرکتی ظریف	۶
۳-۱-۷-۱ مهارت‌های حرکتی درشت	۶
۴-۱-۷-۱ کم توان ذهنی	۶
۵-۱-۷-۱ کم توان ذهنی تربیت پذیر	۷
۲-۷-۱ تعاریف عملیاتی تحقیق	۷
۱-۲-۷-۱ مهارت‌های حرکتی ظریف	۷
۲-۲-۷-۱ مهارت‌های حرکتی درشت	۷
۳-۲-۷-۱ یکپارچگی حسی - حرکتی	۷
۴-۲-۷-۱ کم توان ذهنی تربیت پذیر	۸
۸-۱ چارچوب فصول آتی	۸
فصل دوم: بررسی ادبیات موضوع و سابقه تحقیق	صفحه
۱-۲ مقدمه	۹
۲-۲ مبانی نظری پژوهش	۹
۱-۲-۲ نظریه رشد شناختی پیاژه	۹
۲-۲-۲ رشد ادراکی - حرکتی	۱۰
۱-۲-۲-۲ نظریه ادراکی - حرکتی کپارت	۱۱
۳-۲-۲ دلکاتو و تسلط نیمکره‌ای	۱۲

- ۴-۲-۲ رشد و تکامل حرکتی و عضلانی ۱۲
- ۱-۴-۲-۲ تفاوت رشد حرکتی میان دختر و پسر ۱۴
- ۳-۲ تشخیص و ویژگی‌های افراد کم توان ذهنی ۱۴
- ۱-۳-۲ ویژگی‌های افراد کم توان ذهنی بر اساس هوشبهر ۱۶
- ۱-۱-۳-۲ کم توان ذهنی آموزش پذیر ۱۶
- ۲-۱-۳-۲ کم توان ذهنی تربیت پذیر ۱۷
- ۳-۱-۳-۲ کم توان ذهنی وابسته(پناهگاهی) ۱۷
- ۲-۳-۲ سبب‌شناسی ۱۷
- ۱-۲-۳-۲ عوامل قبل از تولد ۱۷
- ۱-۱-۲-۳-۲ عوامل ارثی ۱۷
- ۲-۱-۲-۳-۲ عوامل دوران بارداری ۱۸
- ۲-۲-۳-۲ عوامل زمان تولد ۱۸
- ۳-۲-۳-۲ عوامل پس از تولد ۱۹
- ۱-۳-۲-۳-۲ ابتلا کودک به بعضی از بیماریها ۱۹
- ۲-۳-۲-۳-۲ عوامل محیطی، اجتماعی و فرهنگی ۱۹
- ۳-۳-۲ مفهوم و ملاک رشد طبیعی ۱۹
- ۱-۳-۳-۲ تعریف رشد حرکتی ۱۹
- ۲-۳-۳-۲ اهمیت رشد حرکتی ۲۰
- ۳-۳-۳-۲ ملاک های رشد طبیعی ۲۰
- ۴-۳-۳-۲ عوامل موثر در رشد طبیعی ۲۱
- ۵-۳-۳-۲ مراحل رشد طبیعی ۲۱
- ۴-۳-۲ تبخّر و رشد حرکتی در کودکان کم توان ذهنی ۲۱
- ۵-۳-۲ برنامه های آموزش حرکتی ورزشی کم توانان ذهنی ۲۲
- ۶-۳-۲ اندازه‌گیری رشد حرکتی ۲۴
- ۱-۶-۳-۲ ویژگی‌های ابزار اندازه‌گیری ۲۴
- ۲-۶-۳-۲ طبقه‌بندی ابزارهای اندازه‌گیری ۲۵
- ۱-۲-۶-۳-۲ نمونه هائی از ابزارهای نورم -مرجع ۲۵
- ۲-۲-۶-۳-۲ نمونه هائی از ابزارهای ملاک مرجع ۲۶
- ۴-۲ یکپارچگی حسّی-حرکتی ۲۶
- ۱-۴-۲ نمونه هائی از تمرینات یکپارچگی حسّی-حرکتی ۲۹
- ۵-۲ تحقیقات انجام‌شده در زمینه پژوهش ۳۱
- ۱-۵-۲ تحقیقات داخلی ۳۱

۳۵	۲-۵-۲ تحقیقات خارجی
۴۰	۷-۲ خلاصه فصل
صفحه	فصل سوم : روش تحقیق
۴۲	۱-۳ مقدمه
۴۲	۲-۳ روش تحقیق
۴۲	۳-۳ مراحل انجام تحقیق
۴۳	۴-۳ جامعه آماری
۴۳	۵-۳ نمونه آماری
۴۳	۶-۳ قلمرو زمانی و مکانی تحقیق
۴۳	۷-۳ متغیرهای پژوهش
۴۳	۱-۷-۳ متغیرهای مستقل
۴۴	۲-۷-۳ متغیرهای وابسته
۴۴	۸-۳ ابزار و روش گردآوری اطلاعات
۴۴	۱-۸-۳ ابزار تحقیق
۴۵	۲-۸-۳ نحوه انجام تمرینات
۴۶	۳-۸-۳ نحوه نمره دهی
۴۶	۹-۳ روش اجرای تحقیق
۴۶	۱۰-۳ روش آماری
۴۷	۱۱-۳ محدودیت های تحقیق
۴۷	۱-۱۱-۳ محدودیت های قابل کنترل
۴۷	۲-۱۱-۳ محدودیت های غیر قابل کنترل
۴۸	۱۲-۳ خلاصه فصل
صفحه	فصل چهارم : تجزیه و تحلیل اطلاعات
۴۹	۱-۴ مقدمه
۴۹	۲-۴ توصیف ویژگی های دموگرافیک نمونه های آماری
۴۹	۳-۴ بررسی نرمال بودن متغیرهای تحقیق
۵۰	۴-۴ بررسی پایایی آزمون
۵۰	۵-۴ یافته های استنباطی تحقیق
۵۱	۱-۵-۴ فرضیه های اصلی تحقیق

۵۱	۴-۵-۱-۱ فرضیه اول - تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد مهارت‌های حرکتی درشت تاثیر دارد
۵۲	۴-۵-۱-۲ فرضیه دوم - تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد مهارت‌های حرکتی ظریف تاثیر دارد
۵۴	۴-۵-۲ فرضیه های فرعی تحقیق
۵۴	۴-۵-۱-۲ تمرینات یکپارچگی حسی- حرکتی بر رشد سرعت دویدن و چابکی تاثیر دارد
۵۶	۴-۵-۲-۲ تمرینات یکپارچگی حسی- حرکتی بر رشد قدرت تاثیر دارد
۵۷	۴-۵-۲-۳ تمرینات یکپارچگی حسی- حرکتی بر رشد سرعت عمل تاثیر دارد
۵۸	۴-۵-۲-۴ تمرینات یکپارچگی حسی- حرکتی بر رشد کنترل بینائی- حرکتی تاثیر دارد
۶۰	۴-۵-۲-۵ تمرینات یکپارچگی حسی- حرکتی بر رشد سرعت و چالاکی اندام فوقانی تاثیر دارد
۶۲	۴-۶ خلاصه فصل
صفحه	فصل پنجم : بحث و نتیجه‌گیری
۶۳	۵-۱ مقدمه
۶۳	۵-۲ خلاصه تحقیق
۶۴	۵-۳ فرضیه های تحقیق
۶۴	۵-۳-۱ فرضیه اول
۶۴	۵-۳-۲ فرضیه دوم
۶۶	۵-۴ یافته های تحقیق
۶۷	۵-۵ بحث و نتیجه گیری
۷۰	۵-۶ پیشنهاد های مبتنی بر تحقیق
۷۰	۵-۶-۱ پیشنهاد های کاربردی
۷۰	۵-۶-۲ پیشنهاد های پژوهشی
۷۱	منابع و ماخذ
۷۶	پیوست ۱- اصطلاحات تخصصی
۷۸	پیوست ۲- تست هوش و کسلر کودکان
۸۲	پیوست ۳- دستورالعمل اجرای آزمون تبحر حرکتی برونیکس - ازرتسکی
۹۱	پیوست ۲- آزمون تبحر حرکتی برونیکس - ازرتسکی (زبان انگلیسی)

پیوست ۲- آزمون تبحر حرکتی برونینکس - ازرتسکی (زبان فارسی)	۹۷
چکیده انگلیسی	۱۰۴

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۱۵	جدول ۱-۲ ویژگی ها و مشکلات بالقوه افراد کم توان ذهنی
۴۲	جدول ۱-۳ طرح پژوهش
۴۹	جدول ۱-۴ شاخصهای توصیفی نمونه ها به تفکیک گروه
۵۰	جدول ۲-۴ نتایج آزمون کالموگروف- اسمیرنف برای بررسی نرمال بودن داده ها
۵۰	جدول ۳-۴ بررسی پایائی آماری
۵۰	جدول ۴-۴ ضریب پایائی درون گروهی
۵۱	جدول ۵-۴ شاخصهای توصیفی مهارتهای حرکتی درشت و نتایج آزمون ویلکاکسون
۵۲	جدول ۶-۴ شاخصهای توصیفی مهارتهای حرکتی درشت و نتایج آزمون یو من ویتنی
۵۳	جدول ۷-۴ شاخصهای توصیفی مهارتهای حرکتی ظریف و نتایج آزمون ویلکاکسون
۵۳	جدول ۸-۴ شاخصهای توصیفی مهارتهای حرکتی ظریف و نتایج آزمون یو من ویتنی
۵۵	جدول ۹-۴ شاخصهای توصیفی سرعت دویدن و چابکی و نتایج آزمون ویلکاکسون
۵۵	جدول ۱۰-۴ شاخصهای توصیفی سرعت دویدن و چابکی و نتایج آزمون یو من ویتنی
۵۶	جدول ۱۱-۴ شاخصهای توصیفی قدرت و نتایج آزمون ویلکاکسون
۵۶	جدول ۱۲-۴ شاخصهای توصیفی قدرت و نتایج آزمون یو من ویتنی
۵۷	جدول ۱۳-۴ شاخصهای توصیفی سرعت عمل و نتایج آزمون ویلکاکسون
۵۸	جدول ۱۴-۴ شاخصهای توصیفی سرعت عمل و نتایج آزمون یو من ویتنی
۵۹	جدول ۱۵-۴ شاخصهای توصیفی کنترل بینائی- حرکتی و نتایج آزمون ویلکاکسون
۵۹	جدول ۱۶-۴ شاخصهای توصیفی کنترل بینائی- حرکتی و نتایج آزمون یو من ویتنی
۶۰	جدول ۱۷-۴ شاخصهای توصیفی چالاکی اندام فوقانی و نتایج آزمون ویلکاکسون
۶۱	جدول ۱۷-۴ شاخصهای توصیفی چالاکی اندام فوقانی و نتایج آزمون یو من ویتنی

فهرست نمودار

عنوان	صفحه
نمودار ۱-۴ مقایسه نمرات پیش آزمون و پس آزمون مهارت‌های حرکتی درشت	۵۲
نمودار ۲-۴ مقایسه نمرات پیش آزمون و پس آزمون مهارت‌های حرکتی ظریف	۵۴
نمودار ۳-۴ مقایسه نمرات پیش آزمون و پس آزمون سرعت دویدن و چابکی	۵۵
نمودار ۴-۴ مقایسه نمرات پیش آزمون و پس آزمون قدرت	۵۷
نمودار ۵-۴ مقایسه نمرات پیش آزمون و پس آزمون سرعت عمل	۵۸
نمودار ۶-۴ مقایسه نمرات پیش آزمون و پس آزمون کنترل بینائی-حرکتی	۶۱
نمودار ۷-۴ مقایسه نمرات پیش آزمون و پس آزمون چالاکی اندام فوقانی	۶۱

فصل اول : کلیات

۱-۱ مقدمه :

در دهه های اخیر با توجه به ارتقای سلامتی و بهبود شاخصهای بهداشتی، کاهش مرگ و میر، افزایش امید به زندگی و رشد میانگین سنی جوامع مختلف و از جمله جامعه ما، تعداد افراد با ناتوانیهای مختلف رو به فزونی بوده (حلم سرشت و دل پیشه، ۱۳۸۵) و با توجه به پیشرفت علم پزشکی و توانبخشی اکثر افراد دارای ناتوانی از سنین کودکی از خدمات توانبخشی و آموزشی مرتبط مانند خدمات کاردرمانی، فیزیوتراپی و کلاسهای آموزشی بهره مند می گردند. لیکن با رشد سنی کودکان و رسیدن به سنین نوجوانی و جوانی این مورد کم رنگ تر گردیده و گاهاً به دست فراموشی سپرده می شود. همچنین به دلیل روند طولانی و طاقت فرسای توانبخشی برای کودکان و خانواده هایشان، اکثریت آنها از تکرار این پروسه استقبال نمی نمایند. متأسفانه افراد کم توان ذهنی تربیت پذیر^۱ متعاقب شدت بالای ناتوانی، کمبود امکانات ورزشی جهت انجام ورزش های رسمی یا رقابتی و نیز نگرش منفی نسبت به آنها و عدم استقبال والدین، از برنامه های ورزشی کنار گذاشته شده و برنامه های غنی سازی حرکتی شان ضعیف و با تأخیر اجرا می گردد و چنین موانع عمدی یا غیر عمدی این افراد را به سمت بی تحرکی سوق می دهد (همان). همانطور که می دانیم ورزش و فعالیت جسمانی یکی از ارکان اصلی آموزش و نیز از ضروری ترین روش های گذراندن اوقات فراغت پذیرفته شده، که در برگیرنده مهارتهای حرکتی پایه ای^۲ (مهارتهای حرکتی درشت و ظریف^۳) همه افراد اعم از کودکان و بالغین می باشد. فعالیت های ورزشی علاوه بر تقویت و تکامل فیزیکی و جسمی، موجبات تربیت قوای فکری و نظم روانی گردیده و استعداد های نهفته افراد را شکوفا می کند. همچنین ورزش به عنوان یکی از ابزارهای مهم و کارآمد در زمینه توانبخشی اجتماعی افراد با ناتوانیهای مختلف جایگاه ویژه ای را به خود اختصاص داده است. به واقع اهمیت ورزش برای افراد ناتوان با توجه به ویژگی آنان دو چندان بوده و موجبات رفع آثار و عوارض ناشی از ناتوانی را فراهم می کند. لیکن نحوه تأثیر و استفاده بهینه از ورزش در بهترین مکان و زمان و شرایط سنی برای هر چه موثرتر بودن آن، هنوز هم نیاز به تحقیق و بررسی بیشتری دارد. پرواضح است گروه کم توانان ذهنی به عنوان جامعه بزرگی از افراد کم توان و ناتوان که اتفاقاً بیشترین اصلاح پذیری را دارند همواره مورد توجه هستند، زیرا افراد سالم از طریق انجام حرکات روزمره نیازهای حرکتی خود را کم و

1-Trainable Mental Disable

2-Fundamentalr Motor skills

3 - Gross and Fine Motor skills

بیش برطرف می‌کنند؛ اما کم توانان با توجه به نوع ناتوانی، عموماً در معرض کم تحرکی طبیعی هستند و این خطر وجود دارد که در اثر کم تحرکی، کارآیی قسمت سالم اندام خود را نیز رفته رفته از دست بدهند و یا آن اندام نیز دچار ضایعه شود (همان). بنابراین باید دید ورزش در بازگشت آنان به روند عادی زندگی چه نقشی می‌تواند داشته باشد. به بیان دیگر آنچه باید مورد توجه قرار بگیرد، تدوین یک برنامه فعالیت جسمانی منظم و زمان‌بندی شده و مقرون به صرفه با توجه به سن و شرایط فیزیکی مشخص است تا کودک کم توان ذهنی بتواند حداکثر ظرفیت خود را در سن مورد نظر کسب کند (هی وود، ۱۳۷۸).

۱-۲ تشریح موضوع و بیان مسئله:

با وجود پیشرفت علم و بهداشت جهانی، همچنان ناهنجاریهای ذهنی یکی از موارد اصلی پیش روی بشر است. براساس ادبیات پیشینه، این نکته نشان داده شده است که کودکان کم توان ذهنی به علت مشکلات مختلف از نظر شناختی و ذهنی، در کلیه آیتم های مهارتهای حرکتی پایه‌ای اجرای ضعیف تری نسبت به کودکان سالم دارند. شواهد تحقیقی بیان می‌کند که مهارتهای حرکتی پایه به کودکان اجازه می‌دهد تا در فضا حرکت کنند و نسبت به پاسخ به محرکهای مختلف آگاهی داشته باشند. اگرچه مهارتهای ضعیف و نامناسب در ابتدای کودکی پذیرفته می‌شوند، اما در عملکردهای حرکتی سالهای بعد زندگی تأثیر منفی دارند. در صورتی که کسب این مهارتها و تسلط یافتن بر آنها شرط و لازمه موفقیت در فعالیتهای ویژه جسمانی بوده و نیازهای حرکتی زندگی روزمره آنها را تأمین می‌کنند. با توجه به اینکه حرکت با شناخت و ذهن ارتباط مستقیمی دارد، آن دسته از افرادی که از نظر شناختی و ذهنی مشکل دارند، نسبت به افراد سالم توانایی کمتری در اجرای تکالیف حرکتی خواهند داشت. البته رشد مهارتهای حرکتی پایه در کودکان کم توان ذهنی اهمیت بیشتری دارد، زیرا این مهارتها رشد شناختی کودکان را تسهیل می‌کنند و تأثیرات مثبتی در مشارکت زندگی روزمره این افراد دارند. بنابراین رشد مهارتهای حرکتی پایه در دوران کودکی می‌تواند علاوه بر اینکه در همین دوران باعث لذت بردن از فعالیتهای و بازیها شود، در سالهای بعد زندگی نیز می‌تواند سبب توسعه آمادگی گردد که این خود می‌تواند سبک زندگی فعال را توسعه، خطرهای سلامتی را کاهش و ظرفیت انجام کار را افزایش دهد (فعال، ۱۳۹۱).

یکپارچگی واژه مفیدی برای تعریف رشد حرکتی عمومی بوده و به تغییراتی گفته می‌شود که هنگام پیشرفت تدریجی توانایی حرکتی فرد رخ می‌دهد (شعاری نژاد، ۱۳۸۸). فرایند یکپارچگی حسی - حرکتی^۱ از دوران نوزادی شروع گردیده و اساس شناخت حسها و یادگیری حرکات می‌باشد. بنا به تعریف هنگامی که مهارت حرکتی توسعه می‌یابد سیستم های عضلانی مختلف بهبود یافته یا تغییر می‌کنند. هنگامی که سیستم های عضلانی متمایز می‌شوند، یعنی از حرکت خشن و غیربالیده به سوی حرکت واضح، به خوبی کنترل شده و ارادی پیشرفت می‌کنند، ظرفیت و توانایی آنها در عملکرد با یکدیگر بیشتر می‌شود (همان). به

نظر می‌رسد هر چه کودکان در زمینه دریافت و پرداخت محرکهای ورودی کارآمد تر شوند، در فهم و درک محیط و در نتیجه در بیان و توصیف خود توانا تر خواهند بود. می‌توان بسیاری از پیشرفتهای کودکان در زمینه مهارتهای حرکتی را به رشد و بالیدگی عملکرد حواس و ادراک آنها نسبت داد. کودکان سالم به تدریج می‌توانند اطلاعات ادراکی را بهتر انتخاب کرده، پس از پردازش، آنها را سازمان داده، به صورت یکپارچه درآورند و با تجارب فزاینده مهارتهای حرکتی خود، هماهنگ کرده و پیشرفت کنند. حاصل این کار اجرای بهتر مهارت حرکتی خواهد بود. مقدار زیادی از این پیشرفت در عملکرد ادراک در دوره اولیه کودکی روی می‌دهد و سپس در دوره پایانی کودکی و نوجوانی به طور نامحسوس پالایش می‌شود (پاینه و ایساکس، ۱۳۸۴).

واژه های حرکت درشت و ظریف علاوه بر اینکه برای طبقه بندی انواع حرکت و شناساندن آن استفاده می‌شوند، می‌توانند برای توصیف پیشرفت و رشد حرکت نیز استفاده شوند. هنگامی که فرد در حرکت خاصی پیشرفت می‌کند، مهارت فرد در هر دو جنبه درشت و ظریف، توسعه یافته و یکپارچه می‌شود (شعاری نژاد، ۱۳۸۸). اگرچه مطالعات زیادی بر روی تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی و اثرات مثبت این تمرینات روی سلامتی و کارآمدی حرکات افراد کم توان ذهنی انجام گرفته، اطلاعات بسیار ناچیزی در باره تأثیر این تمرینات روی مهارتهای حرکتی پایه‌ای کودکان کم توان ذهنی تربیت‌پذیر وجود دارد. به همین دلیل پژوهش حاضر در نظر دارد تا تأثیر یک دوره تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی را در بهبود مهارتهای حرکتی درشت و ظریف کودکان کم توان ذهنی تربیت‌پذیر سنین ۴,۰۷ الی ۱۳,۰۵ مرکز توانبخشی و آموزشی گلهای بهشت شهرستان ارومیه بررسی کند.

۱-۳ اهمیت و ضرورت انجام تحقیق :

استقلال در زندگی یکی از چشم اندازهای مهم آموزش به افراد دارای ناتوانی است. هدف برنامه های آموزشی در زندگی مستقل این است که به افراد کم توان ذهنی و به طور کلی افراد دارای ناتوانی این امکان داده شود تا از طریق آموزش مهارتهای زندگی مستقل، امکان زندگی در اجتماع را پیدا کنند. نگرش جامعه به کودکان کم توان ذهنی در سطح جهان در حال دگرگونی است. انتظار از نظام های آموزشی فعلی آماده سازی هر چه بیشتر و بهتر این گروه از کودکان آسیب پذیر برای ورود به زندگی مستقل بزرگسالی است. شیوه های آموزشی و توانبخشی مختلفی از قبیل فیزیوتراپی، گفتاردرمانی و کاردرمانی برای کمک به این افراد در کسب مهارتهای زندگی وجود دارد که البته فعالیت جسمانی و ورزش هم یکی از این شیوه ها می‌باشد. تربیت بدنی و ورزش به عنوان یک روش مطلوب برای توسعه مهارتهای حرکتی پایه کودکان کم توان ذهنی، لازم است بیشتر مورد توجه مسئولین، مربیان و معلمان قرار گرفته و در برنامه ریزی های آموزشی زمان بیشتری را به خود اختصاص دهد. تمرینات بدنی و ورزش برای افراد کم توان ذهنی بسیار مهم هستند، زیرا این کودکان نه تنها از نظر ذهنی دارای نقص هستند، بلکه از نظر جسمی نیز کمبودهایی دارند

(حلم سرشت و دل پیشه، ۱۳۸۵).

تربیت بدنی به دلایل زیر برای این افراد بسیار مهم است :

- تعداد قابل توجهی از افراد دارای ناتوانی ذهنی، در حد تربیت پذیر بوده و مشکلات متعدّد ثانویه ای در مهارتهای کارکردن، مراقبت شخصی و تفریح دارند . افزایش قابلیت های این افراد در بهبود مهارتهای حرکتی پایه به بهبود آمادگی بدنی و افزایش اعتماد به نفس و در نهایت به افزایش استقلال شان کمک نموده و این عامل می تواند پایه ای برای اجتماعی شدن و همکاری با سایر افرادی که با ناتوانیهای مشابهی زندگی می کنند، باشد (قاسم پور، ۱۳۷۶).
- متخصصین توانبخشی، روش آموزش مهارتهای حرکتی را شیوه مناسب و مؤثر در درمان این اختلالات میدانند. همچنین متخصصانی که با کودکان دارای ناتوانی های ذهنی کار می کنند، معتقدند که این روش به عنوان پایه هایی جهت بهبود عملکرد عالی مغز بوده و موجب بهبود عملکردهای حرکتی و شناختی کودکان و نوجوانان ناتوان می گردد (همان).
- یکپارچگی حسی - حرکتی فرایندی است که در اثر انجام تمرینات توانبخشی و ورزشی ایجاد می شود، هرچند که جزء اهداف اولیه درمان یا فعالیت نباشد، لیکن با بکار بردن تمرینات منظم و هدفمند می توان شاهد پیشرفت هائی در مهارتهای حرکتی این کودکان شده (همان) و بتوان از این روش به عنوان یک روش آموزشی - توانبخشی مداوم در مراکز نگهداری و آموزش مراکز روزانه و شبانه روزی اداره بهزیستی و سازمان آموزش و پرورش استثنایی استفاده نمود .

با توجه به موارد فوق این پژوهش بر آن است تا تاثیر یک دوره تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی را بر رشد مهارتهای حرکتی درشت و ظریف کودکان کم توان ذهنی تربیت پذیر سنین ۴,۰۷ تا ۱۳,۰۵ سال مورد بررسی قرار داده و گزارش نماید. یافته های این تحقیق می تواند سبب افزایش دانش و آگاهی معلمان و مربیان تربیت بدنی از افراد کم توان ذهنی در زمینه فعالیتهای یکپارچگی حسی - حرکتی، مهارتهای حرکتی درشت و ظریف گردد .

۴-۱ فرضیه های تحقیق :

۴-۱-۱ فرضیه های اصلی تحقیق :

- ۱) تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد مهارتهای حرکتی درشت تاثیر دارد .
- ۲) تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد مهارتهای حرکتی ظریف تاثیر دارد .

۱-۴-۲ فرضیه های فرعی تحقیق :

- ۱) تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد سرعت دویدن و چابکی تاثیر دارد .
- ۲) تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد قدرت تاثیر دارد .
- ۳) تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد سرعت عمل تاثیر دارد .
- ۴) تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد کنترل بینائی - حرکتی تاثیر دارد .
- ۵) تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد سرعت و چالاکی اندام فوقانی تاثیر دارد .

۱-۵ اهداف تحقیق :

۱-۵-۱ اهداف اصلی تحقیق :

- ۱) بررسی تاثیر تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد مهارتهای حرکتی درشت
- ۲) بررسی تاثیر تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد مهارتهای حرکتی ظریف

۱-۵-۲ اهداف فرعی تحقیق :

- ۱) بررسی تاثیر تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد سرعت دویدن و چابکی
- ۲) بررسی تاثیر تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد قدرت
- ۳) بررسی تاثیر تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد سرعت عمل
- ۴) بررسی تاثیر تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد کنترل بینائی - حرکتی
- ۵) بررسی تاثیر تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی بر رشد سرعت و چالاکی اندام فوقانی

۱-۶ پیش فرض های تحقیق :

- ۱) هیچ یک از نمونه ها اطلاعات نظری و تجربی در مورد مهارتهای حرکتی ظریف نداشتند.
- ۲) هیچ یک از نمونه ها اطلاعات نظری و تجربی در مورد مهارتهای حرکتی درشت نداشتند.
- ۳) هیچ یک از نمونه ها قبلاً تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی را انجام نداده بودند .
- ۴) پنجاه جلسه تمرین شامل شش چهارم و پنج دقیقه ای برای برنامه تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی کافی می باشد .
- ۵) شرکت کنندگان علاقه مند انجام تمرینات یکپارچگی حسی - حرکتی می باشند.
- ۶) شرایط آزمون برای همه شرکت کنندگان یکسان می باشد.

۷-۱ تعریف واژه های اختصاصی تحقیق :

۱-۷-۱ تعاریف مفهومی تحقیق :

۱-۱-۷-۱ یکپارچگی حسی- حرکتی :

یکپارچگی حسی - حرکتی فرایندی است که در اثر انجام فعالیت‌های مبتنی بر درگیری و شرکت ارگان‌های حسی و حرکتی مختلف ایجاد می‌گردد. به عبارت دیگر یکپارچگی حسی - حرکتی تعامل دوسویه سیستم‌های حسی و حرکتی با یکدیگر است (باربارایی، ۱۳۸۳؛ چیتوم و هاموندا، ۱۳۸۸).

۱-۷-۱-۲ مهارت‌های حرکتی ظریف :

مهارت‌هایی که شامل حرکات بسیار دقیق هستند و بوسیله عضلات کوچکتری اجرا می‌شوند، به عنوان مهارت‌های حرکتی ظریف شناخته شده‌اند. بیشتر این مهارت‌ها طبیعتاً مهارت‌های دستی هستند. مثال‌هایی از این گونه مهارت‌ها دوختن یک دکمه، وصل کردن طعمه به قلاب ماهیگیری، کنترل ابزار دندانپزشکی یا جراحی را می‌توان نام برد (شریل، ۱۳۸۹). همچنین گرفتن و استفاده از مداد، قاشق، کارد و بستن بند کفش یا دکمه لباس از جمله این مهارت‌ها هستند.

۱-۷-۱-۳ مهارت‌های حرکتی درشت :

در این نوع حرکات تاکید کمتری بر دقت می‌باشد و معمولاً نتیجه حرکت چند عضوی است و از عضلات بزرگتر استفاده می‌شود. دویدن، لی لی کردن و جهیدن که در تربیت بدنی عموماً به عنوان مهارت‌های حرکتی بنیادی (پایه ای) شناخته شده‌اند مثال‌هایی از مهارت‌های حرکتی درشت هستند (همان).

۱-۷-۱-۴ کم توان ذهنی :

کم توانان ذهنی افرادی هستند که به علت وقفه یا کمبود رشد ذهنی در شرایط عادی قادر به استفاده مطلوب از برنامه‌های معمولی آموزش و پرورش، سازگاری اجتماعی و تطبیق با محیط نبوده و بدلیل عقب ماندگی ذهنی، از ادراک مبانی و مفاهیم و از قدرت استدلال و قضاوت صحیح و از توانایی دقت و یادگیری، به درجات مختلف محرومند (حلم سرشت و دل پیشه، ۱۳۸۵). کودکان کم توان ذهنی با تاخیر در رشد مهارت‌های حرکتی درشت و ظریف روبرو هستند که می‌تواند بر ابعاد مختلف رشد و عملکرد کودک در

فعالیت‌های روزمره زندگی آنان تاثیر بگذارد. نقص های یکپارچگی و پردازش حسی یکی از عوامل مهم در مشکلات حرکتی کودکان کم توان ذهنی است (هی وود، ۱۳۷۸).

۱-۷-۱-۵ کم توان ذهنی تربیت پذیر :

بر اساس میزان بهره هوشی، ناهنجاریهای ذهنی به چند دسته طبقه بندی می شوند. بر این اساس افرادی که دارای بهره هوشی بین ۲۵-۵۰ هستند در طبقه کم توانان ذهنی تربیت پذیر قرار می گیرند(حلم سرشت و دل پیشه، ۱۳۸۵؛ داورمنش، براتی سده ، ۱۳۸۵). جهت سنجش بهره هوشی افراد از ارزیابی روانشناسی با تست وکسلر استفاده می شود .

۱-۷-۲ تعاریف عملیاتی تحقیق :

۱-۲-۷-۱ مهارتهای حرکتی ظریف :

در این پژوهش منظور از مهارتهای حرکتی ظریف، نمره ای است که فرد از مجموع خرده آزمون های سرعت پاسخ(عمل) (خرده آزمون شماره ۶) ، کنترل بینایی- حرکتی (خرده آزمون شماره ۷) و سرعت وچالاکتی اندام فوقانی (خرده آزمون شماره ۸) آزمون برونینکس- ازرتسکی کسب می کند .

۱-۲-۷-۲ مهارتهای حرکتی درشت :

در این پژوهش منظور از مهارتهای حرکتی درشت، نمره ای است که فرد از خرده آزمون های سرعت دویدن و چابکی (خرده آزمون شماره ۱) و قدرت (خرده آزمون شماره ۴) آزمون برونینکس- ازرتسکی کسب می کند .

۱-۲-۷-۳ یکپارچگی حسی - حرکتی :

در این پژوهش منظور از یکپارچگی حسی - حرکتی، مجموعه تمریناتی است که در طول یک برنامه تمرینی ۵۰ جلسه ای انجام شد که شامل تمریناتی جهت افزایش و رشد حس حرکت (حس عمقی)، تعادل، برنامه ریزی حرکتی، هماهنگی، سرعت عمل در اندامهای فوقانی و تحتانی، کنترل بینائی - حرکتی، انعطاف پذیری ، قدرت و بود .

۱-۷-۲-۴ کم توان ذهنی تربیت پذیر :

در این پژوهش منظور از کم توان ذهنی تربیت پذیر، کودکانی هستند که دارای بهره هوشی بین ۲۵-۴۵ می باشند.

۱-۸ چارچوب فصول آتی :

در این فصل ابتدا به بیان مسئله و ضرورت انجام تحقیق پرداخته؛ سپس به تعریف فرضیه ها، اهداف، واژه های اختصاصی و متغیرهای تحقیق مبادرت گردید. در ادامه در فصل دوم سابقه تحقیق و ادبیات نظری و همچنین تحقیقات انجام شده در داخل و خارج کشور بیان می شود. در فصل سوم به روش تحقیق، جامعه و نمونه آماری، قلمرو زمانی و مکانی و مراحل انجام تحقیق اشاره شده؛ روش های آماری، روش گردآوری و تجزیه و تحلیل داده ها ذکر شده و در نهایت محدودیت های تحقیق بیان می شود. در فصل چهارم تحلیل آماری تحقیق و آزمون فرضیه ها صورت گرفته و در فصل پنجم بحث و نتیجه گیری تحقیق انجام شده و پیشنهادات تحقیق بیان می گردد.

فصل دوم : بررسی ادبیات موضوع و سابقه تحقیق

۲-۱ مقدمه :

با توجه به موضوع تحقیق که بررسی تاثیر تمرینات یکپارچگی حسی-حرکتی بر رشد مهارت‌های حرکتی درشت و ظریف کودکان کم توان ذهنی تربیت پذیر می باشد، در این فصل ابتدا به مبانی نظری پژوهش اشاره کرده و سپس مطالبی در مورد کودکان کم توان ذهنی و تعاریف آنها آورده می شود. در ادامه به توضیح مفهوم تبخّر و رشد حرکتی در ارتباط با این کودکان پرداخته می شود. در ادامه به طور مختصر در مورد مفهوم یکپارچگی حسی - حرکتی و تمرینات منتخب، حرکات درشت و ظریف بحث خواهد شد. سپس توضیحی در مورد ابزارهای اندازه گیری مهارت‌های حرکتی پایه ارائه می دهیم و در پایان با اشاره به پژوهش هایی که در ارتباط با این موضوع در ایران و دیگر کشورها انجام گرفته است و با توجه به نتایج حاصل از آن ها و کمک گرفتن از این نتایج به بسط موضوع این پژوهش پرداخته می شود. بررسی پیشینه پژوهش معمولاً نقدی از دانش موجود درباره موضوع پژوهش است که اگر به درستی صورت گیرد، به فهم بهتر مسأله مورد پژوهش کمک شایانی نموده و یافته های پژوهش را به پژوهش های قبلی متصل و مرتبط می سازد.

۲-۲ مبانی نظری پژوهش :

۲-۲-۱ نظریه رشد شناختی پیاژه :

بر اساس نظریه پیاژه^۱، منظور از حرکت فعالیتی است که زاده خود فرد باشد یعنی فرد در آن سهم داشته باشد. این چنین حرکتی می تواند برای تفکر و یادگیری مفید باشد. این فعال بودن چه ذهنی باشد و چه جسمی، در چگونگی یادگیری تاثیر می گذارد و باید در جهت فعال نگه داشتن فرد در جریان آموزش، یاددهی و یادگیری اقدام نمود. البته تحرک و فعال بودن فقط تاثیر یک طرفه جسمی ندارد بلکه در شادابی و احساس نشاط آدمی نیز تاثیر مثبت دارد. نظریه پردازانی چون ورنر^۲، پیاژه و برونر^۳ بر اساس نتایج پژوهش های خود مدعی هستند که رشد مهارت‌های کلامی و ذهنی بعد از مهارت‌های غیرکلامی و حرکتی به وجود می

1 -Piajeh
2 -Verner
3 -Broner