

التربية الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة

-مقاربة نظرية-

- أ. حبيش بشير جامعة سعيدة - الجزائر
ب. شهرزاد غنايم جامعة الوادي - الجزائر

عنوان المداخلة: التربية الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة

-مقاربة نظرية-

المخلص: فئة ذوي الاحتياجات الخاصة تعد مكونا موجودا في كل المجتمعات تستدعي استراتيجيات خاصة للتعامل معها، وهي مسؤولية وطنية تحتاج الى تظافر كافة الجهود لمعالجتها.. ان الرؤية العلمية لتلك الفئة هي ليست مجرد رعاية المعوقين واعادة تأهيلهم فحسب بل ينبغي النظر اليهم بوصفهم طاقة بشرية واجتماعية واقتصادية. وينبغي علينا ان نؤسس وننظم الوسائل التي تمهد الطريق للاستفادة من هذه الطاقات المتعددة ، وهنا تبرز التربية البدنية والرياضية من خلال برامجها وانشطتها كناحية تأهيلية. فهي عملية موجهة لها اغراضها واهدافها واهميتها في الوقت الحاضر والتي لم تعد العابا فقط ولكنها وسيلة لتحقيق غاية وهدف شاملين اذ تعد ركن من اركان الحياة لأنها تهدف الى نمو الفرد المعاق نموا متزنا متكاملا والارتقاء به الى المستوى الذي يصبح فيه انسانا نافعا حيث تسعى لإعادة اتصال المعوقين بالمجتمع والعالم ان رياضة المعوقين تعتبر ظاهرة حضارية تعبر عن مدى اهتمام المجتمع بهذه الشريحة لتؤدي دورا ايجابيا في محيطها الاجتماعي. من هنا جاءت هذه الورقة البحثية لستعرض حق من اهم حقوق ذوي الاحتياجات الخاصة وهو الحق في التربية الرياضية كضرورة تفرض نفسها في حياة ذوي الاحتياجات الخاصة.

Title of the article in English

Physical education for people with special needs

Abstract : The category of people with special needs is a component that exists in all societies and requires special strategies to deal with them. It is a national responsibility that needs to be united in all efforts to address them. The scientific vision for you is not just the care and rehabilitation of the disabled, but also human, social and economic. We must establish and organize the means that pave the way for taking

advantage of these multiple energies. Here, physical education and sports are highlighted through their programs and activities as a rehabilitative field. It is a process directed towards its objectives, objectives and importance at the present time, which are no longer just games but a means to achieve a comprehensive goal and goal as it is a corner of life because it aims to develop the disabled person full balanced growth and raise it to the level where it becomes a useful person as it seeks to re - Society and the world that the sport of the disabled is a cultural phenomenon reflects the interest of the community to this segment to play a positive role in the social environment. From here, this research paper presented the right of the most important rights of people with special needs, which is the right to physical education as a necessity that imposes itself in the life of special needs.

Keywords: special needs, Physical education

مقدمة

فئة ذوي الاحتياجات الخاصة تعد مكونا موجودا في كل المجتمعات تستدعي استراتيجيات خاصة للتعامل معها، وهي مسؤولية وطنية تحتاج الى تضافر كافة الجهود لمعالجتها.. ان الرؤية العلمية لتلك الفئة هي ليست مجرد رعاية المعوقين واعادة تأهيلهم فحسب بل ينبغي النظر اليهم بوصفهم طاقة بشرية واجتماعية واقتصادية. وينبغي علينا ان نؤسس وننظم الوسائل التي تمهد الطريق للاستفادة من هذه الطاقات المتعددة ، وهنا تبرز التربية البدنية والرياضية من خلال برامجها وانشطتها كناحية تأهيلية. فهي عملية موجهة لها اغراضها واهدافها واهميتها في الوقت الحاضر والتي لم تعد العابا فقط ولكنها وسيلة لتحقيق غاية وهدف شاملين اذ تعد ركن من اركان الحياة لأنها تهدف الى نمو الفرد الم عاق نموا متزنا متكاملا والارتقاء به الى المستوى الذي يصبح فيه انسانا نافعا حيث تسعى لإعادة اتصال المعوقين بالمجتمع والعالم ان رياضة المعوقين تعتبر ظاهرة حضارية تعبر عن مدى اهتمام المجتمع بهذه الشريحة لتؤدي دورا ايجابيا في محيطها الاجتماعي. من هنا جاءت هذه الورقة البحثية لتعرض حق من اهم حقوق ذوي الاحتياجات الخاصة وهو الحق في التربية الرياضية كضرورة تفرض نفسها في حياة ذوي الاحتياجات الخاصة من خلال

استعراض مدخل تاريخي لها ثم تعريف التربية الرياضية فاهدافها فتاهيل الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة..

صلب المقال:

1-تاريخ الألعاب الرياضية للمعوقين :

كانت البداية الحقيقية للتربية الرياضية للخواص في صورتها الحالية في السويد على يد لنج (1776-Perhenik ling(1839 حيث وضع العلاج البدني الرياضي كأحد أهم التصنيفات في التمرينات ، وقد كانت التمرينات العلاجية تهدف للتغلب على حالات الجسم الغير عادية(سيد كمال؛2002).

وفي إنجلترا نشأ نادي المعوقين عام 1922 م الذي نظم العديد من المسابقات الرياضية السنوية في مستشفى ستوك مانديفيل خاصة مسابقات المعوقين بالبر / الشلل بانواعه كما تعلم المعوقين بالاطراف العليا قيادة السيارات و الرسم بالاطراف السفلي .

و مع زيادة انتشار و ازدهار الرياضة في الخمسين عاما الأخيرة و ما واكبه من تقدم و تطور في علم الطب الرياضي الحديث اصبح في امكان المعوقين بمختلف صنوف الإعاقة الشديدة ان يمارسوا أنواع الرياضة المناسبة لهم .

في عام 1956 اعترفت اللجنة الأولمبية الدولية بقوانين الألعاب للمعوقين مع تقديم شعار الحركة الأولمبية الحديث

و في عام 1957 أجريت اول مسابقة للمقعدين على الكراسي المتحركة في نيويورك .

عام 1968 أقيمت دورة للمعوقين في فلسطين المحتلة .

عام 1972 أقيمت الدورة الإقليمية للمشلولين فقط في المانيا الغربية.

و في عام 1987تم تأسيس الاتحاد العربي لرياضة المعوقين في العراق يوم 1987/03/28.

و قد شاركت في الاتحاد العربي للمعوقين على مستوى الوطن العربي الاتحادات و الهيئات الوطنية التالية

1 +الاتحاد العراقي لرياضة المعوقين .

2 +الاتحاد المصري العام للاندية الرياضية للمعوقين .

3-مركز التأهيل المهني للمعوقين بالمملكة العربية السعودية .

4 +الاتحاد الجزائري لرياضة المعوقين .

2 _ التربية الرياضية للفئات الخاصة

المعاقون بصفة عامة مهما اختلفت انواع اعاقته هم افراد من المجتمع لهم ما للأسوياء من حقوق وعليهم أيضا واجبات لكن اكتسابهم للمهارات والخبرات الضرورية اللازمة للحياة الطبيعية تكون بدرجة ضعيفة وفقا لنوع الإعاقة ودرجتها لذلك نجد ان تعلمهم لهذه المهارات وتلك الخبرات يحدث ببطء ويحتاج إلى وقت طويل على هذه الضروريات اللازمة للحياة .

ولقد وضعت جميع البرامج التعليمية والمهنية بصفة عامة لتمشى مع الأسوياء وهذه البرامج لا تتمشى مع المعوقين فكان لا بد من تعديل عليها ، وذلك بوضع برنامج خاص بهم وقد يختلف هذا البرنامج من فئة الى اخرى وفقا لنوع الإعاقة .

ولو نظرنا الى التربية الرياضية لوجدناها خير وسيلة في المساهمة لتدريب هذه الفئة من المواطنين حتى يمكنهم القيام بالحركات المختلفة والضرورية لهم ،وتقوية الاجهزة الجسمانية المختلفة وكذلك لتعدد انواع الأنشطة الرياضية وفروعها المختلفة وإمكانية ممارستها في جميع الاوقات .

ولقد تعددت الابحاث والدراسات العلمية التي تعمل على تربيتهم تربية شاملة متزنة لمنحهم فرص التعلم المختلفة لإدماجهم في المجتمع لما للتربية الرياضية من اهمية في تربية الاخلاق والارتقاء بالمستوى الثقافي والمعرفي لأن الحركة هي وسيلة هامة وضرورية لهذه الفئة وتؤدي الى ثقتهم بأنفسهم وقد خصصت لهم المدارس الخاصة بكل فئة تعمل على تعليمهم وتأهيلهم مهنيا والحركة هي العامل الأساسي المساعد في العمليات التربوية للمعوقين لكي يصبحوا قادرين على التحرك والتنقل مع الارتفاع بمسوى اللياقة الصحية العامة والبدنية والارتقاء بعناصر اللياقة البدنية كالتوافق العضلي العصبي والمرونة وقوة التحمل وغيرها مع اكسابهم بعض المهارات الأخرى لتصحيح الأخطاء التي قد تطرأ على قوامهم نتيجة لنوع الاعاقة .

3_ أهداف التربية الرياضية للمعوقين :

من المعلوم ان البرامج الرياضية وعت ليماريها الاسوياء ولا تتماشى مع المعوقين أو الذين يعانون من إصابة تحد من قدراتهم على الحركة الطبيعية لفترة طويلة ولهذا لا بد من تعديلها ووضع برامج خاصة للتناسب مع امكاناتهم .

- ولها عدة اهداف منها :

- تصحيح الاعاقات والتشوهات التي يمكن تحسينها أو ازلتها والتغلب عليها .
- مساعدة المعوق على ترتب وتنظيم اعاده تكيفه الاجتماعي من الناحية الفردية في حالة الاعاقات الدائمة .
- حماية حالة الفرد المعاق من التدهور عن طريق تعليمه ومعرفته لإمكاناته وحدودها وترتيب البرنامج الرياضي وفق قدراته الفسيولوجية .
- اتاحة الفرصة المناسبة للمعوقين لتنمية القدرة العقلية للأعضاء المصابة من حدود ما تسمح به الاعاقة .
- اتاحة الفرص المناسبة للتلاميذ المعوقين لتنمية المهارات من خلال الرياضات ذات الطابع الترويحي في حدود الامكانيات المتاحة .
- اتاحة الفرصة المناسبة للمعوقين للحياة الاجتماعية الطبيعية من خلال الانشطة الرياضية الترويحية والألعاب المناسبة لأعمارهم ورغباتهم .
- يعين النشاط الرياضي على سلامة المعاق من خلال تحسين وظيفة وقدرة الفرد لتقابل الاحتياجات البدنية المطلوبة للقيام بالحياة اليومية .
- أنها تعد وسيلة ناجحة وحيدة للترويح النفسي للفرد، كما تشكل جانب مهم من استرجاع الدافعية الذاتية و الصبر والرغبة في اكتساب الخبرة والتمتع الصحيح بالحياة.
- أنها تعطي الفرد الفرصة للتركيز على قدرته المتبقية وعلى ما يستطيع أن يقوم به أكثر مما تركز على الإعاقة والصعوبات الناجمة عنها

4-اهمية الممارسة الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة:

للانشطة الرياضية الموجه لذوي الاحتياجات الخاصة اهمية بالغة ذات صلة وثيقة بالحياة النفسية والاجتماعية للفرد المعاق والسوي على حد سواء (ربيعات،2002،ص40):

-تساهم بالاحساس بالرضا والاشباع

-المتعة والتريح نتيجة الحركات الفردية المختلفة

-توكيد الذات من خلال الاشتراك في أنشطة رياضية مختلفة كما يفعل العاديون

-الوعي بالدور الاجتماعي الذي تمكنه منه الممارسة الرياضية

-اكتساب لياقة بدنية عالية تؤهله للقيام بالأنشطة الحياتية الأخرى

كيفية اختيار الألعاب الرياضية للفئات الخاصة :

ان العمل مع المعاقين ليس بالأمر الهين كما يتصوره البعض بل يجب ان يتخصص العاملون مع هذه الفئة نفسيا ورياضيا واجتماعيا . وان يكون لهم القدرة على العمل ، ويجب ان كون اختيار التمرين الرياضي لكل فرد بمنتهى الدقة والحذر ليكون ملائما مع نوع الاعاقة .

ولذلك وجب اخذ النقاط التالية بعين الاعتبار

- - يجب ان يتم اختيار الأنشطة والفعاليات والمهارات الرياضية بصورة متنوعة لكي تؤثر على اجسامهم وألا تختص بأجزاء معينة من الجسم دون الأخرى .
- ان براعي اسلوب التدرج في إعطاء التمرينات ابتداء من السهل الى الاصعب ومن البسيط الى المعقد .
- يجب ان يهتم المدرب في اختيار التمرينات التحضيرية (الاحماء) وان يكون دقيقا ولا شر العضو المصاب .
- يجب ان يكون اختيار فعاليات الرياضية متماشيا مع القدرات و قابليات المعاق جسميا ونفسيا وعقليا .
- أن يكون النشاط الرياضي المختار غرضيا أي انه يؤدي الى رفع المستوى القدراتي او تعليم او زيادة كفاءة أو اكتساب صفة اجتماعية .
- عند اختيار النشاط الرياضي يجب ان يكون منسجما وملبيا لحاجيات المجتمع ومثير لعناصر المتعة

- ان الهدف الاساسي من ممارسة التمرينات البدنية أو مزاوله المهارات الرياضية هو لزيادة مرونة المفاصل والعضلات في الجسم و اصلاح العيوب والتشوهات الناتجة عن الجلوس الطويل او النوم .

العوامل المؤثرة على الانشطة الرياضية للذوي الاحتياجات الخاصة

لتنمية المهارات لدى المعوقين بأداء التمرينات و المنافسات الرياضية تمر بعمليات وظيفية مختلفة فمن التأقلم تصل الى التأهيل للوصول الى اعلى الدرجات من الكفاءة الوظيفية الممكنة للجهاز العصبي لتمكن المعوق من الوصول الى قمة لياقته البدنية بعناصرها المعروفة من مهارة ، جلد دوري تنفسي ،قوة عضلية ،مرونة ،سرعة،توافق عضلي عصبي الذي يشتمل بدوره على الدقة و التوازن و الرشاقة و للحصول على هذه العناصر لابد ان نأخذ في الاعتبار عدة عوامل مختلفة و التي تشمل على ماياتي(احمد ابراهيم؛2002؛ص94) :

- نوع و شدة الاعاقة .

- تناسب نوع الرياضة مع نوعية الاعاقة .

- تناسب قواعد الممارسة الرياضية الخاصة مع نوع الاعاقة .

اولا : نوع و شدة الاعاقة

لابد من التفرقة بين نوع و شدة الاعاقة فمثلا عند المعوقين بالشلل النصفى يجب التفرقة بين الشلل الكلي و الشلل الجزئي و مستوى الفقرات المواكب للاصابة و هل يصاحب الاصابة شلل تقلصي ، و شلل ارتخائي بالعضلات ؟ كما يجب ان يؤخذ في الاعتبار درجة فقدان الحسي بوضع الجسم و توازنه في الوضع القائم و كذلك اي اختلال بالدورة الدموية خاصة في الاصابات بالشلل مافوق .
الفقرة الصدرية الخامسة

ثانيا : تناسب نوع الرياضة مع نوع الاعاقة

لابد و ان تتناسب نوع الرياضة مع طبيعة الاعاقة الحادثة ما بعد الاصابة و تزداد هذه النقطة في الاهمية للمعوقين بالشلل الرباعي او اصحاب الاعاقة المركبة (شلل رباعي + بتر).

ثالثا : تناسب قواعد الممارسة الرياضية الخاصة مع نوع الاعاقة

ان الرياضة طريقة علاج تكميلي و تأهيلي ناجح للمعوقين للارتقاء بمستوى لياقتهم البدنية العامة.

و يلزم في هذا المجال مراعاة الرغبات و الميول النفسية للمعوق في اختيار الرياضة المناسبة لميوله فضلا عن صلاحيتها الفنية لنوعية الاعاقة.

تأهيل الفرد المعوق:

هو اعادة المرء او الشيء الى وضعه السابق او الى عهده السالف و يوصف احيانا بالتيشير غير ان اللفظة الشائعة هي التأهيل(مروان ابراهيم؛2009) بمعنى تامين الشروط الاجتماعية او الاقتصادية الكفيلة بتمكين فرد او جماعة من الناس من ممارسة عمل يكفي لسد الحاجة المادية و يتيح المجال امام الانخراط في سلك المجتمع .

يعرف بأنه مساعدة الافراد ذوي العاهات على استغلال قدراتهم و مواهبهم في القيام بالعمل الذي يلائم كلا منهم حتى يستطيعوا اعالة انفسهم و اسرهم .

7 اللياقة البدنية للفئات الخاصة :

اللياقة البدنية هي العمود الفقري و القاعدة التي لا تقبل اي مناقشة حول اهميتها لأنها اصبحت من المسلمات الاساسية في التربية الرياضية سواء للأصحاء ام المعوقين(مرجع سابق؛ص79) .

ان اللياقة البدنية تعني القدرة على اداء الواجبات اليومية بحيوية دون تعب للتمتع بهوايات وقت الفراغ فحيثما برزت مشكلة وقت الفراغ اصبح لزاما على التربويين ان يوظفوا جهودهم نحو هذه المشكلة فاتجهت الانظار الى الجانب الرياضي لقضاء وقت الفراغ بصورة هادفة و هذا يتطلب منه ان يكون لائقا بدنيا لمزاولة هذه الانشطة و ما حوجها للمعوقين .

8-تخطيط البرامج الرياضية الموجهة لذوي الاحتياجات الخاصة:

لا يختلف تخطيط برامج الأنشطة الرياضية لذوي التحديات الخاصة وعوامل نجاحها عنه في برامج الأنشطة الرياضية للعاديين سوى في توجيه أهداف هذه البرامج للفئة التي يتم تخطيطها وتجهيزها من أجلهم، وهم ذوي التحديات الخاصة، وفقا لخصائص كل فئة، وأنواع الأنشطة التي تناسب كل نوع من الاعاقات وكل درجة داخل كل اعاقه و أما في الاطار العام، لتخطيط برامج الأنشطة الرياضية، فإنها تتبع الأسس التي حددها كل من سعيد وسالم وحسين والتي تتضح فيما يلي:

8-1 **تحديد أهداف النشاط:** ويتم تحديد الاهداف من خلال المحاور التالية: - توفير وسائل تشغل أوقات فارغ أعضاء المركز، بما يعود عليهم بالفائدة الصحية و البدنية.

- توجيه الأعضاء نحو الأنشطة المناسبة لقدراتهم واستعداداتهم.

- تكوين الفرق الرياضية التي تمثل النوادي في المسابقات المختلفة المعتمدة

8-2 **تحديد الإمكانيات:** تحديد الإمكانيات البشرية والمادية التي يجب استخدامها لتحقيق أهداف النشاط الرياضي، وتشمل هذه الإمكانيات (سعيد طارق محمد، 2010، ص89):

- **الإمكانيات البشرية:** ومما يجب مراعاته في هذا الجانب :

أ- الاهتمام بزيادة أعداد المرين والمشرفين على الألعاب المختلفة. ب- مساهمة الأخصائيين الرياضيين في حل المشكلات الخاصة بالممارسة الرياضية. ج-مراعاة زيادة أعداد المرين والأخصائيين بحيث تتناسب مع أعداد الممارسين. د- توفير فرض الاحتكاك بين الأندية المراكز المختلفة لتوفير فرص الاحتكاك ورفع المستوى البدني.

الإمكانيات المادية: الملاعب والأدوات والأجهزة الرياضية الخاصة بكل لعبة أو نشاط والملايس الرياضية

، والأموال ويجب توفر الإمكانيات التالية: أ- إنشاء صالات مختلفة مناسبة للممارسة الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة. ب- توفير عامل الأمن والسلامة بالملاعب والأجهزة. ج- توفير وحدة إسعاف حتى يتمكن عمل الإسعافات الأولية للممارسين عند الإصابة. د- التوسع في الإنشاءات الخاصة بالأبنية من مرفق وقاعات وملاعب. هـ- زيادة الميزانية المخصصة للأدوات والأجهزة الرياضية التي تتناسب مع أعداد الممارسين. و- تزويد الملاعب بالإضاءة الكافية للاستخدام الليلي. ز- الاعتماد على مصادر التمويل المختلفة.

خاتمة:

الرياضة كما هي مهمة للفرد الطبيعي فهي أكثر أهمية للفرد المعاق، فلا شك أن الإعاقة تؤثر على صاحبها سواء كان مولود بها أو ظهرت في حياته فجأة نتيجة حادث أو مرض تعرض له فهي تقلل من قدرته وتؤثر على نفسيته و تجعل صاحبها غير قادر على الاندماج مع المجتمع فهو يشعر دائما بالعجز والضعف من داخله وهذا يؤثر عليه بالانطواء والهدوء والانزواء عن مجتمعه ومن حوله ، ولكن كل هذا كان بالماضي أما الآن فاختلقت نظرة المعاق إلى نفسه وبذلك استطاع أن يغير نظرة العام إليه وهذا أثر عليه بالإيجاب فاستطاع أن يكتشف في نفسه ما يدفعه الأمام

ومن هنا يأتي دور الرياضة حيث ان البعض من مؤيدي الفكرة القائلة " إن باستطاعة الرياضة أن تساعد أصحاب العاهات على استعادة توازنهم الجسدي والمعنوي وتجعلهم يندمجون في المجتمع وتنمي قدرتهم البدنية والعقلية".

والدول تعطي اهتماما كبيرا جدا للمعاقين ولكن كل دولة حسب ظروفها وإمكانيتها وقد تم تعديل القوانين الرياضية والمقاييس لكثير من الألعاب، وعلى كل معاق اختيار ما يناسبه ويناسب إعاقته حتى ولو كانت إعاقته حركية ويكون ذلك بنصيحة وتوجيه وإرشاد المدرب الرياضي المسئول عن تأهيله.

ولا بد أن يعلم كل معاق أن لديه الطاقات الكثيرة الكامنة التي تنمو بالتدريب السليم والحقيقة إن جميع الفئات ما عدا الإعاقة الشديدة جدا تستطيع أن تمارس الرياضة وتؤدي دوراً في المجال الرياضي، وكلما كان التدخل الرياضي مبكراً كلما كان هذا أفضل حيث أن التأهيل الرياضي له الأثر الكبير على كلا من العلاج الطبيعي والوظيفي فلا يوجد سن معين لممارسة الرياضة ولا جنس أو نوع فللكل الحق في ممارسة الرياضة.

قائمة المراجع:

-احمد ابراهيم السيد؛مدخل للتربية الخاصة؛2004؛الطبعة1؛دار القلم؛مصر

- مروان عبد المجيد؛التربية البدنية لذوي الاحتياجات الخاصة؛2009؛دار الرضوان؛الأردن

-كمال السيد؛تربية الطفل المعاق؛2002؛دار العلم للملايين؛بيروت لبنان

-سعيد طارق ،دراسة تحليلية للمشكلات الادارية التي تواجه ادارة الاندية الرياضية بمحافظة قنا

(مصر)،رسالة ماجستير،20010

-علي عبد الرحمان الريحات، اتجاهات ذوي الاحتياجات الخاصة نحو ممارسة الأنشطة الرياضية،

رسالة شهادة الماجستير 1 .41-40، ص 2004 الأردن، في التربية الرياضية، رسالة غير منشورة