



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة تكريت
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

مدخل عن ...

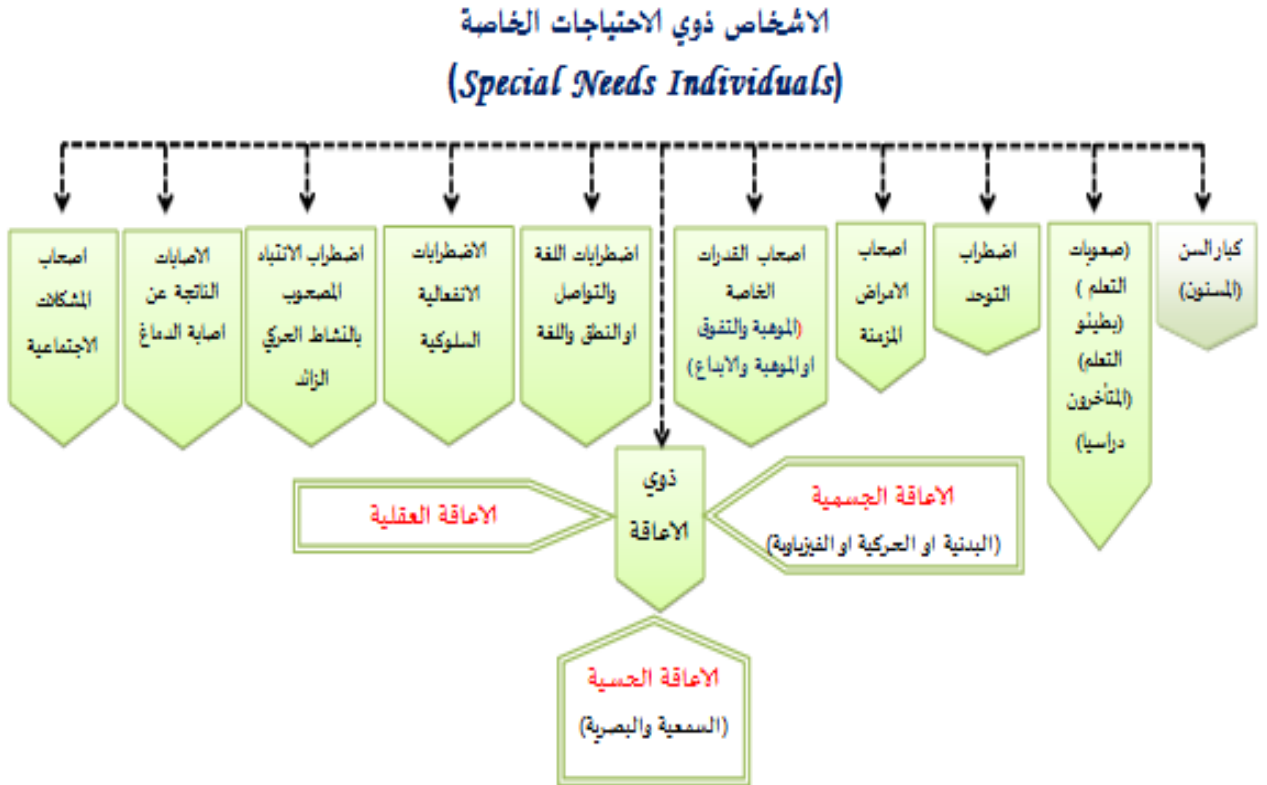
(ذوي الاحتياجات الخاصة ، ذوي الاعاقة ، رياضة المعاقين)

محاضرة في مادة رياضة المعاقين
لطلبة الدراسة الأولية / المرحلة الرابعة

اعداد التدريسي
أ.د مثنى احمد خلف المزروعى

ذوي الاحتياجات الخاصة

مصطلح يشير الى الاشخاص الذين لديهم احتياجات خاصة مطلوب اشباعها بطرق خاصة كالرعاية والتربية والتأهيل الخاص بما يتناسب مع قدراتهم ومهاراتهم سواء المتبقية (بعد حدوث الاعاقة) او الزائدة (في حالات التفوق والتميز والابداع). ويشير ايضاً الى وجود أفراد في المجتمع يختلفون عن عامة افراد المجتمع ، ويعزى سبب ذلك الى ان هؤلاء الافراد لهم احتياجات خاصة يتقردون بها دون سواهم ، وتتمثل تلك الاحتياجات في برامج وخدمات او طرائق او اساليب او اجهزة او ادوات او تعديلات تستوجبها كلها او بعضها ظروفهم الحياتية وتتحدد طبيعتها وحجمها ومدتها الخصائص التي يتسم بها كل فرد منهم . أي يمثل هذا المصطلح مظلة تندرج تحتها جميع الفئات التي تنفرد باحتياجات معينة . ويمكن توضيحها بالشكل الاتي :-



أولاً / ذوي الاعاقة .

من البديهي أن تكون أول خطوة منهجية نسعى للانطلاق منها هي حصر الموضوع الذي نرغب بدراسته . والحصر يعني ، من جملة ما يعنيه ، محاولة تعريف الموضوع المدروس، أو الإحاطة به ، إلا أن سؤالاً ملحاً يتبادر الى الذهن من البداية هو : -

هل يمكن لأي تعريف مهما كانت دقته أن يحيط بكل الحثيات التي يتضمنها اصطلاح الإعاقة ؟ وهل بإمكان أي تعريف أن يختزل في بضع كلمات أو جمل خاصة بتجربة /تجارب فريدة يعيشها كل شخص أصابته أعاقه؟

إذ لا يوجد اتفاق في الآراء حول تصنيف أو تقسيم الإعاقة ، وهذا يعود الى إن الإعاقة لها وصفاً يختلف وفقاً للحالات المتعددة التي يتناولها هذا الموضوع (تصنيف الإعاقة) ، إذ أن هناك اختلاف في وجهات النظر بين أهداف كل من المختصين في مجال الطب ، وعلم الاجتماع والرعاية الاجتماعية ، والمجال الرياضي والمجال التربوي...

ومن خلال البحث في العديد من المراجع والمصادر العربية والأجنبية حول تعريف الإعاقة وجدنا عدة مفاهيم والتي سنورد قسم منها والتي أرجوا ان تعود بالنفع والفائدة للباحثين والمختصين والمهتمين بشؤون الإعاقة والمعاقين للمساعدة في إغناء خبراتهم في هذا المجال.

عناصر معجمية حول الإعاقة

كلمة معاق في اللغة الانكليزية هي (Handicapped) ولكن وبعد التتبع الدقيق حول ما كتب عن هذا المصطلح من خلال ما جاءت به المعاجم الكبرى المكتوبة باللغة الفرنسية ، تؤكد بان هذا المصطلح أت أصلاً من مجال سباق الخيول في انكلترا. وحول انتقال هذا المصطلح من مجال الفروسية الى مجال وصف العاهة ، هناك دراسة قيمة انجزها (هنري جاك ستيكير) اشار من خلالها بان العشرينات من القرن الماضي هي الفترة التي عرفت تطبيق هذا المفهوم في المجال الانساني. وخاصة سنة 1924 الذي تم فيه تحديد السياق الذي سمح بانتقال كلمة (هانديكاب) من معناها الحرفي الى معناها المجازي ، وخاصة فيما يتعلق بمجال الاعاقة. فضلاً عن ذلك ان ما يتفق حوله المؤرخون المعجميون هو ان اصل الكلمة (هانديكاب) انكليزي، ويعني (اليد في القبة) وفي مصدر اخر (تكبيل اليدين) ، اذ يتم وضع أرقام الخيول داخل القبة ومن ثم سحبها حسب الصدفة .

وكان المقصود به ، اتاحة فارق في الزمن او المسافة او الوزن (من حيث وزن الكمية المحمولة فيمكن ان تكون (30-40 كغم))، بشكل يتيح لخيول السباق الضعيفة او المتوسطة امكانية المساهمة في المسابقات على قدم المساواة مع الخيول الممتازة (أي جعل حظوظ كل الخيول

المشاركة في السباق متساوية) والمعروفة بقدراتها البدنية ومهاراتها العالية ، ومن ثم سيطرتها على رأس الترتيب في حلبات التباري.

وكخلاصة اولية لماسبق ن يتبين ان لكلمة الهانديكاب دالتين مميزتين :-

الأولى/ منح الامتياز لصالح الجياد المتوسطة او الضعيفة بعد ايقاع او احداث الهانديكاب على الخيول الممتازة .

الثانية / إحداث الهانديكاب على الخيول الممتازة ، يقلص من حظوظها المطلقة بالفوز ، وينقص من تفوقها ويحولها الى حظوظ نسبية أو مبتورة بشكل مصطنع .

انطلاقاً من الموقف المسبق نرى ان الفرس القوي اليوم ، قد يكون ضعيفاً غداً ، بحكم السن او الاصابة او المرض ...

أي ان الاعاقة ليست حالة استثناء او شذوذ عن قواعد معطاة او مواصفات مسبقة ؟ وليست صفة لصيقة خاصة بفئة دون اخرى ، بل هي قبل كل شيء وبعده ، وضعية نسبية مهما كانت اعراضها ونتائجها ، قد تلحق فرداً ما هذا اليوم فتصيبه بخلل او عجز او نقص في عضو او وظيفة ، كما قد تلحق فرداً اخر في يوم اخر لسبب او لأخر .

وتختلف تعريفات الاعاقة في كثير من البلدان وذلك حسب تفاوت درجة الثقافات والامكانيات والنظرة الى بعض الامراض المزمنة المنتشرة وتشخيصها وحتى امكانيات تلك البلدان المادية والبشرية ودرجة تطورها وتحضرها وظروفها الاجتماعية .

ولذلك يمكن تعريف الاعاقة بما يلي:-

أ/ تعرفها منظمة الصحة العالمية بانها (حالة عدم القدرة على تلبية الفرد لمتطلبات أداء دوره الطبيعي في الحياة والمرتبط بعمره وجنسه وخصائصه الاجتماعية والثقافية وذلك نتيجة الاصابة او العجز في اداء الوظائف الفسيولوجية او السيكولوجية).

ب/ تأثير انعكاسي نفسي أو اجتماعي أو انفعالي أو مركب يحدث نتيجة الاصابة بخلل أو عجز يحول دون اداء الدور الذي يعد طبيعياً له تبعاً لسنه وجنسه وحالته الاجتماعية والثقافية ، ويظهر ذلك في الفرق الشاسع بين الراهن لهذا الفرد عند مقارنته بالأداء المتوقع منه أو بأداء مجموعة من اقرانه. اي ان الاعاقة هي ظاهرة اجتماعية ولهذا يصبح بحاجة الى عناية الاخرين له ورعايتهم.

ج/ هي اصابة نفسية او عقلية أو بدنية تسبب ضرراً لنمو الانسان وتطوره البدني او العقلي او كلاهما وقد تؤثر في حالته النفسية و التعليمية والتدريبية .

د/ هي انحراف عضوي أو نفسي أو عصبي في هيئة الفرد او بنيته.

هـ/ حالة العجز او الاصابة المستدامة غير المترقية التي تؤدي الى نقص او فقدان في إحدى الوظائف الحيوية (البدنية أو الحسية أو الذهنية) ويظهر تأثيرها في مدى أداء وقدرة الفرد بالمقارنة مع من يماثله من الاصحاء .

و/ هي مصطلح يشير الى العبء الذي يفرض اجتماعياً على الافراد نتيجة الاحكام والتعليمات التي يصدرها المجتمع على الانحرافات الجسمية والوظيفية .

المعنى اللغوي و الاصطلاحي للأشخاص ذوي الاعاقة.

ذكر الرازي في مختار الصحاح أن كلمة (عاقه عن الشيء) ...يعوقه عوقاً : اي صرفه وحبسه ، ومنه ، التعويق او الاعتياق (اي المنع والاشتغال عن الهدف المراد) ومعاق اصلها رباعي (اعاقة - أعاقة) لان وزنها رباعي فتح ما قبل الاخر وتغير الالف بالميم فتصبح معاق(اعاقة - معاق).

واختلفت التسمية التي أطلقت على الأشخاص من المعاقين الى ذوي الاحتياجات الخاصة ومن ثم المعاقين او ذوي الاعاقة وهذا ما قرته الاتفاقيات الدولية الخاصة بحقوق أبناء هذه الفئة ويبدو انها الاقرب الى الصواب فأطلاق تسمية المعوقين قد يشير ضمناً الى تعويق الاخرين وشغلهم فضلاً عن ذلك فانه يشير الى ان الشخص نفسه هو المسؤول عن اعاقته علما ان هناك الكثير من الاعاقات ترجع لعوامل وراثية او بيئية لا ذنب فيها للشخص المعاق كما يوحي بالعجز الكامل فيما يكون العجز الكلي والجزئي ايضاً يدخل ضمن تصنيف هذه الفئة .

اما تسمية ذوي الاحتياجات الخاصة فيدخل الى جانب الأشخاص ذوي الاعاقة فئات أخرى قد لا يكون بها أي نوع من انواع العوق ، وإنما تحتاج الى رعاية خاصة اما بسبب وضعها القريب من الاعاقة كالمسنين واما بسبب تفوقها وقابلياتها كالموهوبين والمبدعين الذين يحتاجون الى عناية لأجل تشجيعهم والاستفادة القصوى من تلك القابليات .

مع ذلك لم تتفق التشريعات والمنظمات الدولية حول تعريف محدد للأشخاص ذوي الاعاقة ، اذ ينبغي تضمين عناصر الاعاقة في التعريف الذي يمكن اعتماده . وتتمثل هذه العناصر بمايلي:-

- 1- المعاناة من الاختلالات
- 2- تكون هذه الاختلالات دائمة وليست مؤقتة.
- 3- تؤدي هذه الاختلالات الى قصور في القدرات المختلفة للإنسان .
- 4- تمنعه من تامين مستلزمات حياته باي شكل من الاشكال بصورة كاملة او جزئية كما يفعل الاخرين من غير ذوي الاعاقة.

ومثال لتضمين العناصر الاربعة السابقة ، لتعريف الشخص ذوي الاعاقة بانه (الشخص الذي يعاني من قصور دائمي كلي او جزئي في قدراته البدنية او العقلية او الحسية الى المدى الذي يقلل من امكانية تامين او تلبية مستلزمات حياته او المشاركة بصورة كاملة وفعالة في المجتمع على قدم المساواة مع الاخرين من غير المعاقين) .

وكذلك هو الفرد الذي فقد جزءاً من كفاءته الحسية أو الحركية أو العقلية سواء كان ذلك بالولادة أو بالاكْتساب بحيث تصبح تلك الإعاقة مزمنة أياً كانت درجتها مما يجعله غير قادر على القيام بالعمل وفي حاجة خاصة إلى الاعتماد على الغير في حياته الخاصة والعامة .

كذلك يتفق مع هذا التعريف العديد من التعريفات ، اذ لا تختلف الا بالألفاظ دون المضمون. لذا فإن الفرق بين ذوي الاعاقة والاعاقة ذاتها كون الاخيرة هي سبب اعاقة الاول.

مفهوم رياضة المعاقين والتربية البدنية المعدلة وتصنيفاتها

واكب التطور الكبير الذي شهدته رياضة المعاقين ظهور العديد من المصطلحات التي تستخدم لوصف الفئات المستفيدة من ذلك النوع من الرياضة . وهذا أمر طبيعي ولاشك- لكن الأمر غير الطبيعي هو ما صاحب ذلك من خلط في استخدام بعض تلك المصطلحات وخاصة من قبل غير المتخصصين.

والمصطلحات هي الوسيلة الأساسية التي بموجبها يتم تحديد العينة او المجتمع المستهدف لممارسة هذا النوع من الرياضة، فضلاً عن الاستخدام الصحيح والدقيق لتلك المصطلحات يؤدي الى فهم جيد يمكن بموجبه أن تشكل أرضية مشتركة صالحة لتقديم أنسب الخدمات وأفضلها للفئات الممارسة لهذه الرياضة.

ومن أكثر المصطلحات التي ظهرت و المستخدمة في هذا المجال هي:-

- رياضة المعاقين Handicapped sport
- التربية البدنية المعدلة Adapted Physical Education

فأي من هذه المصطلحات هو الأدق لوصف الفئات المستفيدة من هذا النوع من الرياضة ، علماً ان ما يحدد استخدام المصطلح هو دلالة المعنى وليس كياسة الاستخدام في اللغة او خفة الوقع على النفس.

فمصطلح رياضة المعاقين يشير الى مجموعة من الأنشطة الرياضية التي أعدت خصيصاً او حورت عن النشاط الرياضي للأصحاء لنتناسب مع الاهتمامات والإمكانيات والحدود والقدرات المميزة لكل فئة من فئات الإعاقة . او هو تحويل الأنشطة الخاصة بالتربية الرياضية التقليدية لتمكين المعاقين من المشاركة بشكل امن وناجح استناداً الى اهتمامات وحاجات المعاقين .

وبالنسبة للتربية البدنية المعدلة فتعني الرياضات أو الألعاب التي يتم التغيير فيها لدرجة يستطيع بها المعاق غير القادر على الممارسة والمشاركة في الأنشطة الرياضية للأصحاء . ويتم التعديل في الأنشطة والألعاب الرياضية بحيث تلائم حالات الإعاقة وفقاً لنوعها وشدتها وبناءً على اهتمامات الأشخاص وفي حدود قدراتهم ليتمكنوا من المشاركة في تلك البرامج بنجاح وبأمان لتحقيق أغراض التربية البدنية.

فالتربية البدنية المعدلة هي جزء من رياضة المعاقين فهذا المصطلح يقتصر على جانب واحد هو الألعاب التي يتم تعديلها لذوي الإعاقة متناسياً ان هناك ألعاب أعدت خصيصاً لذوي الإعاقة ولذلك فان رياضة المعاقين مصطلح اوسع واشمل من التربية البدنية المعدلة. وتقسم رياضة المعاقين الى نوعين :

الأول/الارتقائي (التنموية او المتطورة): ويكون الهدف من البرامج المقدمة تنمية وتطوير اللياقة البدنية والحركية للفرد بحيث تكون متدرجة ومقننة وفقاً لاحتياجات الفرد المعاق .

الثاني/الوقائي: يكون الهدف من البرامج أداء التمرينات التي تؤدي الى الحد من الأمراض او الإعاقات حتى لا تزداد الحالة سوءاً والوقاية من أي مضاعفات قد تحدث لاستمرار الإعاقة.

ولذلك فان مصطلح (رياضة المعاقين) و(التربية البدنية المعدلة) فأنهما يختلفان من حيث التسمية (في شكلهما) ، ويتفقان في بعض جزئياتهما ، فهما مصطلحان مترادفان من حيث الاستخدام، و هما أكثر دقة في وصف فئة المعاقين عندما تمارس الأنواع المختلفة للأنشطة الرياضية. ويوجد العديد من الآراء حول تصنيفات رياضة المعاقين ، وفيما يلي تصنيف جامع وشامل لعدد من وجهات النظر، وكما يلي :-

- **الرياضة العلاجية :** تعد كإحدى وسائل العلاج إذ تؤدي على هيئة تمرينات علاجية كإحدى طرق العلاج الطبيعي التي تسهم في تأهيل المعاقين ومساعدتهم على استعادة اللياقة البدنية من قوة ومرونة وتحمل وتوافق عضلي عصبي.
- **الرياضة الترويحية:** تنمية الجانب الترويحي كونها تعد وسيلة ناجحة للترويح النفسي للمعاق وتتم بممارسة ألعاب هادئة كألعاب التسلية والشطرنج والبيليارد.
- **الرياضة التنافسية :** الارتقاء بمستوى اللياقة البدنية كما تتضمن رياضة المستويات العليا باعتمادها على التدريب العلمي السليم .
- **رياضات المخاطرة :** تزداد فيها المخاطرة بدرجة كبيرة وهي فردية أو جماعية مثل الترحلق على الجليد ، سباق السيارات ، الدراجات النارية .
- **الرياضة الاجتماعية :** أشراك المعاقين مع الأصحاء في ممارسة الأنشطة المختلفة لمساعدتهم بالاندماج في المجتمع مثل (السباحة، تنس الطاولة ، البليارد، الرماية

بالسهام (...) أو تدريب المعاق على ممارسة مهنة سابقة أو جديدة تبعاً لنوع الإعاقة ودرجتها وميول المعاق .

• **المشاركة السلبية :** تتم دون مشاركة فعلية كمشاهدة التلفاز او حضور المباريات في الملاعب ، وإما أهميتها فتساهم في إزالة والقلق التوتر العصبي والحد من العدوان وأيضاً يساهم في القضاء على روتين الحياة اليومية والقضاء على الملل بالاندماج في المشاهدة .

أسس رياضة المعاقين.

هناك حقيقة هامة هي أن أهداف التربية الرياضية للمعاقين تتبع من الأهداف العامة للتربية الرياضية من حيث النمو العضوي والعصبي العضلي والبدني والنفسي والاجتماعي حيث تركز رياضة المعاقين على وضع برنامج خاص للنشاط التربوي يتكون من العاب وأنشطة رياضية وحركات إيقاعية وتوقيتيه تتناسب مع ميول وقدرات وحدود المعاقين الذين لا يستطيعون الاشتراك في برنامج التربية الرياضية العام دون أن يصيبهم أي ضرر وقد تؤدي تلك البرامج المعدلة في المستشفيات أو المراكز الخاصة للمعاقين أو المدارس ، ويكون الهدف الأسمى لها هو الوصول إلى تنمية أقصى قدرة للمعاق وتقبله لذاته واعتماده على نفسه . بالإضافة إلى الاندماج في المجتمع والأنشطة الرياضية بأنواعها المختلفة هي وسيلة إلى غاية ، أما الترويح فهو غاية حيث يستغل الفرد فراغه بطريقة هادفة بناءة .

ويراعى عند وضع الأسس في رياضة المعاقين :

- 1- العمل على تحقيق أهداف التربية الرياضية العامة .
- 2- تقوم على أسس التربية العامة .
- 3- تهدف إلى إتاحة الفرص للأفراد والجماعات للتمتع بنشاط بدني وتنمية مهاراته الحركية وقدراته البدنية .
- 4- يهدف البرنامج إلى التأهيل والعلاج والتقدم الحركي للمعاق وغير القادر على تنمية أقصى قدراته وإمكاناته .
- 5- يمكن تنفيذ تلك البرامج في المدارس والمستشفيات والمؤسسات العامة .
- 6- للمعاقين بمختلف فئاتهم الحق في الاستفادة من برامج التربية الرياضية من البرنامج التربوي بالمدارس .
- 7- تمكن المعاق من التعرف على قدراته وإمكاناته ، وبحدود أعاقته حتى يستطيع اكتشاف ما لديهم من قدرات .
- 8- تمكن المعاق من تنمية الثقة بالنفس واحترام الذات وإحساسه بالقبول من المجتمع الذي

يعيش فيه , وذلك من خلال الممارسة الرياضية للأنشطة الرياضية المعدلة.

ويمكن تلخيص أهداف رياضة المعاقين فيما يلي :

- 1- تنمية المهارات الحركية الأساسية لمواجهة متطلبات الحياة كالمشي والجري وتغير الاتجاه وحفظ التوازن والتوافقات التي تساعده على المشاركة في أنشطة الحياة المتعددة .
- 2- تنمية التوافق العضلي العصبي وذلك باستخدام أجزاء الجسم السليمة لأداء النمط الحركي المناسب والنعمة العضلية للعضلات السليمة والالتزان لأجهزة الجسم الوظيفية .
- 3- تنمية اللياقة البدنية الشاملة واللياقة المهنية بما يتناسب مع نوع الإعاقة ودرجتها , وذلك لعودة الجسم الى اقرب ما يكون طبيعياً , وذلك بزيادة قدرته على العمل وكفاءته في مواجهة متطلبات الحياة .
- 4- العمل على تقوية أجهزة الجسم الحيوية والالتزان لجميع أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز العصبي والعضلي والدوري والتنفسي وغيرها من الأجهزة .
- 5- تصحيح الانحرافات القوامية والحد منها , وعلاج بعض الانحرافات التي توجد نتيجة الإعاقة حتى تتاح لأجهزة الجسم الحيوية فرصة أداء وظائفها كاملة .
- 6- تنمية الإحساس بأوضاع الجسم المختلفة , والإحساس بالمكان , ومعرفة الحجم والمساحة التي يتحرك فيها الجسم وإمكانية حركته في البيئة المحيطة به .
- 7- زيادة قدراته من الممارسة الترويحية واستغلال وقت الفراغ في أنشطة ترويحية تعود عليهم بالفائدة مما يساعد على اكتساب السلوك التعاوني وتنمية حب الجماعة وحب الوطن ورفع الروح المعنوية .
- 8- اكتساب أجهزة حركية تساعد على زيادة الانتباه وحسن التصرف والتفكير من ممارسته للأنشطة الرياضية .
- 9- تنمية الاتجاهات السليمة نحو الشخصية السوية والحساسية الزائدة وزيادة الثقة بالنفس وبمن حوله وقدراته وتكيف نزعاته وميوله بطريقة تعاونه على اكتساب المهارات .
- 10- الاعتماد على النفس في قضاء حاجاتهم المختلفة وعدم الاعتماد على الغير مع إمكانية العيش مستقلاً معتمداً على ذاته .

بعض أساليب تعديل الأنشطة الرياضية للمعاقين

- 1- تقليل الزمن الكلي للعبة ووقت كل شوط وعدد الأشواط والنقاط اللازمة في المباراة.
- 2- تعديل مساحة الملعب لتقليل مقدار الجهد المبذول في النشاط.
- 3- التعديل في قواعد اللعبة وزيادة فترات الراحة النسبية.
- 4- زيادة عدد أفراد الفريق ، وذلك لتقليل المسؤولية بتوزيع الأداء على أكبر عدد من اللاعبين.

5- السماح بالتغيير المستمر بحيث يشارك كل فرد أثناء اللعب واخذ فترات راحة مناسبة أثناء المباراة .

6- تغيير اللاعبين في المراكز المختلفة داخل اللعبة الواحدة حتى لا يتحمل أي لاعب عبئاً أكبر عليه من الجهد.

7- التغيير في وزن الأداة والتخفيف منها مثل الرمح ودفع الثقل أو ارتفاع الشبكة ...حتى لا تشكل عبئاً على اللاعب المعاق أثناء الممارسة.

8- تقسيم النشاط على اللاعبين تبعاً للفروق الفردية وإمكانيات كل فرد.

كما يجب على المدرب أو المدرس ملاحظة النقاط الآتية :-

1- السماح لأي لاعب بالخروج من المباراة عند التعب أو ظهور أي أعراض للإرهاق نتيجة اشتراكهم في اللعب أو لزيادة حمل التدريب عليهم.

التقييم المستمر للبرنامج واللاعبين للتعرف على نواحي القوة والضعف وتشخيص الحالة التدريبية وإجراء التعديلات.