

## النشاط الحركي والرياضي لذوي الإعاقة الحركية

### *Movement and sports activities for people with mobility disabilities*

وردة برويس<sup>1\*</sup> ، دليلة بدران<sup>2</sup> ، نجاة ساسي هادف<sup>3</sup>

<sup>1</sup> جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة (الجزائر)، o.berrouis@univ-skikda.dz

<sup>2</sup> جامعة عمارثليجي الاغواط (الجزائر)، dalilamouh@yahoo.com

<sup>3</sup> جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة (الجزائر)، n.sacihadef@univ-skikda.dz

تاريخ الإستلام: 2022 / 01 / 10 تاريخ القبول: 2022 / 05 / 08 تاريخ النشر: 2022 / 05 / 13

#### ملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى تناول موضوع النشاط الحركي والرياضي لدى فئة وشريحة مهمة في المجتمع، إلا أنها قد تتعرض لبعض التهميش ألا وهي فئة ذوي الإعاقة ونخص في هذا الموضوع ذوي الإعاقة الحركية، فالنشاط الحركي الرياضي يعد من ضروريات الحياة في المجتمع وله تأثير على الفرد في جميع جوانبه الجسمية والعقلية والنفسية، ولا يقتصر هذا النشاط على الأفراد العاديين بل يمتد أيضا إلى ذوي الاحتياجات الخاصة بأنواعها المختلفة بما في ذلك ذوي الإعاقة الحركية. بدمج هذه الفئة في المجال الرياضي الذي يمكنها من اكتساب مهارات بدنية أكثر دقة وبالتالي ممارسة حياتها بشكل عادي، لذا فإن مشاركة المعاق حركيا في الأنشطة الرياضية تعود عليه بالفائدة على القدرة الحركية والفسولوجية وهذا ما يساعده على مواجهة الحياة بأسلوب أسهل وبإعطائه أيضا قدرا لا بأس به من الثقة بالنفس وبالتالي سيترك لهم ايجابية كبيرة في مختلف جوانب الحياة.

الكلمات المفتاحية: النشاط الحركي والرياضي؛ ذوي الاحتياجات الخاصة؛ المعوق؛ الإعاقة الحركية.

\*\*\*

#### Abstract:

This article aims to address the subject of motor and sports activity for a girl and an important segment of society but she may be exposed to some marginalization, which is the category of people with disabilities, physical, mental and psychological, and this activity is not limited to ordinary individuals, but also extends to people with special needs of various types, including those with motor disabilities, by integrating this category into the sports field, which enables them to acquire more accurate physical skills and thus lead their lives normally. The physically handicapped in sports activities benefits him on his motor and physiological ability and this is what helps him to face life in an easier way and also give him a good amount of self-confidence and thus will leave them with great positivity in various aspects of life.

**Keywords:** *movement and sports activity; people with special needs; handicapped; motor disability.*

## 1. مقدمة

ظاهرة الإعاقة تعتبر مشكلة حقيقية دفعت بالكثيرين لدراستها والنظر فيها من مختلف جوانبها وأنواعها المختلفة، فهذه الأخيرة تعد ظاهرة منتشرة في مختلف بلدان العالم سواء المتقدمة أو المتخلفة وهي تزداد يوماً بعد يوم وذلك بسبب ازدياد أسبابها الوراثية، والمكتسبة وهي لا تكون في الإنسان ولكن تكون خارج نطاقه. فقد عانى المعوقون في الكثير من الأمم والشعوب الكثير من الظلم والنبد والاضطهاد والإهمال، فقد كانوا يعاملون أسوء معاملة، ولكن بمجيئ الدين الإسلامي بدأ الاهتمام بهم بشكل تدريجي، أما في العصر الحديث نتيجة لتلك الحروب التي عانت منها مختلف المجتمعات وخاصة الحرب العالمية الأولى والحرب العالمية الثانية بما فيها الحروب الأهلية كان ذلك من الدوافع الأساسية لتطوير وسائل مناسبة وجديدة لمعالجة المصابين والمعطوبين حيث ظهر ما يعرف بالتأهيل المهني، وبذلك ظهرت ضرورة الاهتمام بهذه الفئات المحتاجة سواء كانت أسبابها وراثية أو مكتسبة وبالأخص أن دراستها من الجانب النفسي أكدت معاناتها وإصابتها بأمراض نفسية عديدة منها: العدوان، الاكتئاب، الحرمان، الإنكار والإسقاط وغيرها هذا ما زاد حالتهم سوءاً فظهرت أفكار تنادي بضرورة الاهتمام بذوي الاحتياجات الخاصة منهم ذوي الإعاقة الحركية فهم من الأفراد الذين يحتاجون لمتطلبات تخصهم دون غيرهم من الأفراد العاديين، فهم بحاجة إلى رعاية في مختلف المجالات لأنهم يعانون من نقائص تختلف من فرد إلى آخر، فهذه الرعاية يمكن تعويض البعض من هذه النقائص لا نقول جميعها، فلهؤلاء الأفراد حقوق على المجتمعات، الذي يتحتم عليها الاهتمام بهم وتوفير لهم الظروف المناسبة لحالاتهم، وتقديم المساعدة لهم من خلال فتح المجال لهم للدخول في مجال النشاط الحركي والرياضي لأنه بالفعل يترك نتائج إيجابية على هذا الفرد وفي مختلف المجالات، في ضوء ما سبق ومن أجل تحقيق الهدف من هذه الورقة البحثية التي تسعى إلى معرفة مدى أهمية ممارسة النشاط الحركي والرياضي لذوي الإعاقة الحركية. وقد تم التركيز في هذه المقالة على أربعة عناصر أساسية، ضمت أهم المفاهيم الأساسية المتعلقة بالموضوع، وإعطاء لمحة حول الإعاقة الحركية، تاريخ رعايتها، مسبباتها، تصنيفاتها واحتياجاتها. ثم عرجنا إلى النشاط الحركي والرياضي، خصائصه، واجباته وأنواعه. لنصل إلى عرض النشاط الحركي والرياضي لذوي الإعاقة الحركية.

## أولاً: المفاهيم الأساسية:

يعتبر تحديد المفاهيم من الخطوات الهامة لأي بحث علمي خاصة في مجال العلوم الإنسانية والاجتماعية لذا يمكن إدراج عدة مفاهيم مهمة في ما يلي:

## 1.1 النشاط الحركي والرياضي:

"تتعلق بالحركات الأساسية للإنسان مثل: الجري، والمشي، والتسلق، والدحرجة وغيرها وهذه الحركات هي الأصل في جميع المهارات الحركية البسيطة والمركبة بأنواعها المختلفة، والتي تشكل في النهاية المهارات الرياضية الخاصة، كما تعتبر التربية الحركية مدخلاً رئيسياً لتفجير طاقات الأطفال وإثارة دوافعهم نحو الإبداع والتعلم والابتكار" (زمام، بن عامر، 2009، ص13).

ويرى علي الدويري حول معنى الحركات الأساسية هي تلك الحركات التي يؤديها المتعلم ليدرك إمكاناته الحركية ويتسنى له إدارة جسمه والسيطرة عليه سواء كان على الأرض أو على جهاز أو في الماء، أم يتحرك من مكان إلى آخر أو يتعامل مع الأشياء بالأطراف (حرواش، حساك، 2020، ص124).

**2.1 النشاط الرياضي:** يعني النشاطات البدنية والرياضية على أنها مجموعة السلوكيات الحركية التي ترتبط باللعب ويمكن استغلالها في المنافسات الفردية والجماعية وهي تساهم في تفتح الفرد وتكيفه مع محيطه (بوجمعة، ضيف الله، 2015، ص122).

ويرى قاسم حسين أن النشاط البدني والرياضي يعد ميدان من ميادين التربية والتربية الرياضية خصوصاً، ويعد عنصراً فعالاً في إعداد الفرد من خلال تزويده بمهارات وخبرات حركية تؤدي إلى توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي، الوجهة الايجابية لخدمة الفرد نفسه من خلال خدمة المجتمع (ناصر بأي، بن عبد الرحمان، 2019، ص256).

**3.1 تعريف ذوي الاحتياجات الخاصة** بأنها أولئك الأفراد الذين يقعون في طرفي التوزيع الطبيعي بناء على السمة النفسية أو البدنية أو الطبية التي تميزوها، وقد أطلق عليهم ذوي الاحتياجات الخاصة نظراً لأن حاجاتهم النفسية والذهنية والتربوية تختلف عن حاجات الأفراد العاديين. " (توفيق قمر، 2008، ص53).

من خلال التعريف يمكن القول بأن الأفراد الذين يحتاجون إلى حاجات مختلفة سواء كانت نفسية أو بدنية أو طبية أو تربوية وغيرها تختلف عن حاجيات الأفراد العاديين ويطلق عليهم ذوي الاحتياجات الخاصة.

كما يمكن تعريف ذوي الاحتياجات الخاصة "بأنهم كائنات أو أفراد مختلفون فيما بينهم فيما يتعلق بخصائصهم الشخصية والانفعالية والاجتماعية، إلا أنهم يتشابهون مع أقرانهم العاديين في بعض الخصائص والحاجات العامة، ولكن هناك حاجات خاصة تفرضها الإعاقة وبالرغم من وجود بعض الحاجات العامة بين المعوقين إلا أنهم لا يمثلون فئة متجانسة، فهم يختلفون اختلافاً كبيراً عن بعضهم البعض، بحيث إذا تم مراعاتها تأهلهم ليصبحوا أكثر فاعلية في المجتمع." (عبد النبي حنفي، 2000، ص27).

انطلاقاً من هذا التعريف يمكن القول بأن ذوي الاحتياجات الخاصة يختلفون فيما بينهم لذا يجدر مراعاة مسألة تأهيلهم ليساهموا مساهمة فعالة في بناء المجتمع.

**4.1 تعريف المعوق** هو المواطن الذي استقر به عائق أو أكثر يوهن من قدرته ويجعله في أمس الحاجة إلى عون خارجي ودعم مؤسس على أسس علمية وتكنولوجية يعيدها إلى مستوى العادية أو على الأقل أقرب ما يكون إلى هذا المستوى. " (سيد فهي، 2005، ص13).

وتعرف منظمة العمل الدولية المعوق " بأنه كل فرد نقصت إمكانياته للحصول على عمل مناسب والاستقرار فيه، نقصاً فعلياً نتيجة لعاهة جسمية أو عقلية." (سيد فهي، 2005، ص13).

ويعرف المعوق بأنه " كل شخص تكون إمكانياته لاكتساب العمل منخفضة بسبب عجز أو نقص في مؤهلاته الجسدية أو العقلية" (جرجس، 2005، ص497).

كما أن المعوق " هو كل فرد يعاني من قصور أو عجز جسدي أو حركي يؤثر على فرص تعليمية أو عمله أو انتقاله مما يستدعي إدخاله تعديلات تربوية أو بيئية وتوفير أجهزة ووسائل مساعدة ليتمكن من التعلم والعمل والعيش، ويشتمل على حالات الشلل المختلفة، انحلال وضمور العضلات، وبثر الأطراف" (الزعمط، 2005، ص170).

إذن فالمعوق هو ذلك الشخص الذي أصابه عجز يجعله في حاجة إنسان آخر يساعده يعينه كما أنه يحتاج إلى إمكانيات علمية وتكنولوجية وغيرها.

### 1.6 تعريف الإعاقة:

يقصد بالإعاقة بها الضرر الذي يصيب أحد الأشخاص بفعل المرض أو بفعل حادث مادي ينتج عنه اعتلال بأحد الأعضاء أو عجز كلي أو جزئي يحول دون قيام المعاق أو المعوق بأداء دوره الطبيعي" (جرجس، 2005، ص81).

وأيضا نجد الإعاقة عند عبد المنصب حسن رشوان " ذلك النقص أو القصور أو العلة المزمنة التي تؤثر على قدرات الشخص فيصير المعوقين سواء كانت الإعاقة جسمية أو حسية أو عقلية أو اجتماعية، الأمر الذي يحول بين الفرد والاستفادة الكاملة من الخبرات التعليمية أو المهنية التي يستطيع الفرد العادي الاستفادة منها." (رشوان، 2006، ص02).

فالإعاقة في هذا التعريف تعني ذلك النقص الذي يصيب الشخص بسبب له إعاقة وهناك أنواع للإعاقات، الجسمية أو الحسية أو العقلية وغيرها مما يحد من قدرات الشخص في الاستفادة من الخبرات التعليمية بصفة كاملة.

والإعاقة أيضا تشير "بأنها السبب الرئيسي في قلة الحركة وتدني مستوى اللياقة البدنية والوظيفية لذوي الاحتياجات الخاصة" (عباس، 2010، ص88).

وهناك عدة مصطلحات لها علاقة بمفهوم المعوق تتمثل فيما يلي:

**عجز (ضعف، حالة عجز):** "يقال العجز عن حالة الرضيع الذي يتأكد عجزه عن إنجاز الأفعال النوعية القادرة على وضع حد لتوتره الداخلي نظرا لاتكاله الكامل على الآخرين لإشباع حاجاته- من عطش وجوع. وعند الراشد، تشكل حالة العجز النموذج الأولي لوضعية صدمية مولدة للقلق." (احمد خليل، 1997، ص11). كما يقصد بالعجز قصور أو فقدان (كنتيجة للضعف) للقدرة على إنجاز أي نشاط من الأنشطة التي تعتبر طبيعية للإنسان البشري" (علي فهي، 2009، ص09).

- ضعيف: "المستوى الذي لا يؤدي فيه الموظف المهام المطلوبة منه، وهو أدنى مستوى للأداء وتعرض وظيفة المقيم إلى الخطر عند استمراره بهذا المستوى" (الصحاف، 1997، ص-ص 65-66).

- نقص، قصور: "مصطلح يشير إلى تخلف الفرد عن أقرانه ممن هم في مثل عمره، ومعاناته من نقص في عمليات إنمائية أساسية معينة، فعجز الفرد مثلا في مهارات التذكر يدل على معاناته وافتقاره في ذلك المجال" (عواد، 2006، ص 384).

- الاعتلال (العاهة): "هو أي فقدان أو شذوذ في البيئة أو الوظيفة النفسية أو الفسيولوجية أو العضوية" (السيد عبيد، 2007، ص 40).

والإعاقة الحركية "تنص على أنها عجز أو قصور في جسم الإنسان يؤدي هذا العجز أو القصور إلى التأثير على قدرة الفرد على الحركة أو على قدرة الإنسان على التناسق في حركات الجسم أو على قدرته على التواصل مع الآخرين بواسطة اللغة المكتوبة أو المنطوقة وكذلك تؤثر هذه الإعاقة على قدرة الفرد على التوافق الشخصي والتعلم." (سمارة، 2008، ص 41).

### 6.1 الإعاقة الحركية:

كما هو معروف فإن أفراد المجتمع لا يكونون كلهم عاديين وأن نسبة منهم قد تكبر وقد تصغر تكون عادة من ذوي الاحتياجات الخاصة أو ما يعرف سابقا باسم المعوقين وقد غير الاسم مراعاة لهم وتخفيفا لهم لأن اسم المعوقين فيه نوع من التجريح لهم، وبذلك يمكن تقديم بعض التعاريف لذوي الاحتياجات الخاصة (المعوقين).

كما أن الإعاقة الحركية: عبارة عن صعوبة تحريك العضلات والمفاصل مما يعيق الحركة وذلك يؤدي إلى عدم القدرة على تحقيق التكيف الاجتماعي وتكوين علاقات مع الغير وبالتالي صعوبة تكوين مهارات وكذا صعوبة التعلم.

مما سبق يتضح بأن ذوي الإعاقة الحركية أولئك الأشخاص الذين يتميزون بإعاقات عن غيرهم من الأشخاص العاديين. تظهر في جسم الفرد وهذه الإعاقات تختلف من شخص إلى آخر فنجد منها وراثية ونجد منها مكتسبة وهم يحتاجون لحاجات خاصة دون غيرهم.

### 2. الإعاقة الحركية، تاريخ رعايتها، مسبباتها، تصنيفاتها واحتياجاتها:

#### 1.2 تاريخ رعاية ذوي الإعاقة الحركية:

عبر قرون التاريخ نجد أن المقعدين كانت لهم أدوارا متخلفة ذلك أن طبيعة الإعاقة لديهم ظاهرة، ولهذا كانوا عرضة للذل والاحتقار والعقوبة وتعرضوا للموت

وفي تاريخ البشرية نجد كثيرا من المشهورين الذين أصيبوا بنوع أو آخر ومع هذا برزوا إلى ضوء الفكر أو الفن أو السياسية فلقد كان منهم الموسيقي بهوفن، كما كان منهم فرانكلين روزفيليت رئيس الولايات المتحدة الذي ظل يمشي على عكازين أكثر من ربع قرن لإصابته بشلل الأطفال.

إن تاريخ تأهيل ذوي الإعاقة الحركية في الواقع هو تاريخ جراحة العظام هذا النوع من الجراحات الذي بدأ في الإزهار في القرن التاسع عشر كما يعتبر اكتشاف مصطلح شلل الأطفال المعروف باسم مصطلح سولك من أهم ما طرأ في مجال الوقاية.

ومن أهم ما يمكن ذكره ذلك التقدم الكبير الذي حدث في دراسة ميكانيكية الحركة للإنسان والذي أتاح للعلماء الاستفادة من النظريات الهندسية ونظريات الميكانيكا في تصميم أنواعا من الأجهزة التعويضية والأطراف الصناعية بحيث أصبح من الممكن تحقيق الكفاءة في الحركة ورخص التكاليف (الزراع، 2006، ص-ص 18-19).

إن النظرة لذوي الإعاقة الحركية كانت مختلفة من مجتمع إلى آخر ومن زمن لآخر، هناك مجتمعات نبذتها وحاولت التخلص منها، وهناك مجتمعات تقبلتها مثل المجتمع المصري ففي عهد الفراغنة حذر الحكماء من السخرية والاستهزاء بالمعاقين وشجع على الاهتمام بهم ومساعدتهم.

2.2 مسببات الإعاقة الحركية:

الأفراد الذين يصابون بإعاقة نتيجة لعوامل مختلفة يطلق عليهم عادة اسم المعوقين، ولكن في السنوات الأخيرة وتخفيفاً لحالتهم أصبح اسمهم ذوي الاحتياجات الخاصة لأنهم أفراد معوزين يحتاجون إلى متطلبات خاصة دون غيرهم أكثر هذه المتطلبات هي المعنوية من حنان ورعاية اجتماعية ونفسية وغيرها، قصد جعلهم يحسون بنوع من التوافق في شخصيتهم وبالتالي إمكانية التكيف مع غيرهم من البشر، ذوي الاحتياجات الخاصة تتعدد بتعدد الحالات نجد ذوي الإعاقة البدنية، والحسية، السمعية، الحركية، البصرية وحتى الاجتماعية.

فالإعاقة الحركية أسباب وراثية وأخرى مكتسبة، نبدأ بالأسباب الوراثية:

- نقص الأوكسجين في دماغ الطفل سواء في مرحلة ما قبل الولادة أو أثناءها أو بعدها، الأمر الذي يسبب تلف في دماغ الطفل بحيث يؤثر هذا التلف على المراكز العصبية الخاصة بالحركة.
- عوامل وراثية لها علاقة بخلل كروموسومي ينتقل من الآباء إلى الأبناء أو تشكل منتجي أو سائد بحيث يحدث هذا الخلل إعاقه جسدية لدى الطفل المولود حديثاً.
- اختلاف دم أم الطفل عن دم الطفل، أي اختلاف في العامل البرنوسي.
- تعرض الأم الحامل للإصابة بالأمراض المعدية كالحصبة الألمانية وغيرها من الأمراض التي تؤثر على صحة الأم الحامل.
- تعرض الأطفال لالتهاب السحايا والالتهابات المخية التي تحدث في خلايا الدماغ أو القشرة الدماغية.
- تناول الأم الحامل للأدوية المتنوعة أثناء الحمل والتي تسبب تشوهات خلقية جسمية.

- إصابة الأم بأمراض تسمم الحمل وارتفاع ضغط الدم وارتفاع نسبة البروتين أو الزلال في جسمها وإصابتها بأمراض القلب.

- تعرض الأم الحامل لعوامل سوء التغذية وتعاطي الكحول والتدخين وتعرضها للأشعة السينية.

- ولادة أطفال الخداج التي تعني عدم إكمال نمو الطفل وولادته قبل الأوان.

- ضعف الحيوان المنوي في الذكر وهدم البويضة الملقحة، الأمر الذي ينتج عنه تشوهات جسمية لدى الجنين.

- صعوبات الولادة وما تنتج عنها من مشكلات كمشكلات الخلع الوركي أو إصابة الطفل برضوض.

- الإصابات المختلفة الناتجة عن السقوط وعن الحوادث البيئية المختلفة.(عبد العزيز، 2005، ص-ص212-213).

أسباب الإعاقة الحركية مكتسبة ومثال على ذلك السقوط من الأماكن العالية وينتج عنه كسر الرجلين أو اليدين أو بتر الرجلين في الحروب، ونجد كذلك الأطفال المنغوليين وذلك يعود إلى عوامل وراثية.

### 3.2 تصنيفات الإعاقة الحركية: تصنف إلى ما يلي:

#### 1.3.2 الجوانب العصبية:

تنجم عن اضطراب أو تلف في الجهاز العصبي المركزي، الدماغ/ النخاع الشوكي، ومن أهم الأعراض الرئيسية لها ما يلي:

\* الحركات الإرادية

\* التشنجات المتكررة

\* الصداع المستمر.

\* الغيبوبة.

\* الرجفة في أحد الأطراف.

\* ارتخاء الأطراف.

\* عدم السيطرة على وظائف المثانة أو الأمعاء.

\* عدم التوازن.

\* اضطراب في المشي.

وتعتبر الحالات التالية من أكثر الحالات العصبية شيوعاً

### 2.3.2 الشلل الدماغي البسيط:

يتكون من مجموعة من الأعراض المرضية والتي تشتمل على ضعف حركي عام وعدم التوازن وتلف في المناطق المسؤولة عبر الوظائف الحركية في الدماغ وهذا التلف قد يحدث إما قبل الولادة أو أثناءها أو بعدها وغالباً ما يكون مصحوباً باضطرابات حسية أو معرفية أو انفعالية.

وأيضاً الحالات الصرعية: هي تغير مؤقت في وظائف الدماغ يرافقه تغيير في حالة الوعي وقد يحدث نتيجة نشاط كهربائي عنيف في الخلايا العصبية في الدماغ وأكثر أنواع النوبات الصرعية شيوعاً هي النوبة الكبرى وهذه النوبة تشكل خطورة عنيفة على حياة الإنسان المصاب. (الزعمط، 2005، ص-ص 170-171).

### 4.2 الحاجات الأساسية لذوي الإعاقة الحركية:

من الأحسن توضيح الحاجات الإنسانية بصفة عامة تم التفصيل في ذكر احتياجات ذوي الإعاقة الحركية بالنسبة للحاجات العامة تتمثل في (خطاب، 2008، ص-ص 39-40):

#### - احتياجات النمو البدني:

حتى ينمو الجسم لابد من توفر عناصر أساسية تظهر في الغذاء، الماء، الصحة والعافية، السكن، حماية الجسم من المخاطر وغيرها.

#### - احتياجات النمو المعرفي والثقافي:

تتمحور في مختلف المعارف والمعلومات اللازمة لتزويد الفرد برصيد ثقافي ومعرفي مناسب عن طريق التعليم واكتساب المعرفة، الثقافة المشتركة بين الأفراد، اكتساب المهارات، نمو المواهب والقدرات الخاصة، التعليم الذاتي، التذوق الفني والجمالي، إنتاج المعرفة وتجديدها.

#### - احتياجات النمو الاجتماعي:

لتحقيق توافق اجتماعي ينبغي توفير عملية التواصل الاجتماعي من خلال اللغة وإتاحة المعلومات فإذا كانت هناك صعوبة في اللغة والتواصل يظهر سوء فهم بين الطرفين إلى جانب المشاركة والتأثير في صناعة الحاضر والمستقبل، تأمين العمل المفيد، تحقيق الطمأنينة للإنسان في نشاط حياته اليومية، وعلى عمله، وعلى أسرته، القدرة على التنقل والذهاب والإياب إلى الأماكن التي يريد، الترويج والاستمتاع بأوقات الفراغ.

#### - احتياجات النمو النفسي (السيكولوجي):

تظهر هذه الاحتياجات النفسية في توفير الطمأنينة النفسية، وإبعاد عوامل الخوف والقلق، توفير المحبة والتحاب بين الأفراد، تقدير الإنسان لذاته، الاعتراف بقيمته، حب الاستطلاع والمغامرة والمبادرة، الانتماء والوعي بالهوية، وإدراك دوره وعلاقاته بالآخرين.

## - احتياجات النمو الروحي والحيوي:

وتشمل عوامل تتمثل في حرية العبادة وممارسة الشعائر الدينية، احترام عقائد الغير وممارساتهم، حرية التعبير، التنظيم، المساواة أمام القانون وتكافؤ الفرص في حقوق المواطنة وواجباتها وغيرها.

هذه الحاجات العامة التي يجب أن تتوفر لكل إنسان فلا غنى عنها بواسطتها يستطيع العيش بسلام ويحقق ما يريده من أمانى وطموحات لذا يجدر الحفاظ عليها ومحاولة تنمية وسائلها وبالتالي تحقيق ما يعرف بالتنمية الخاصة بالإنسان.

فيما يلي نقدم الاحتياجات الخاصة وهي(الطائي،2008،ص-ص32-33):

## - احتياجات بدنية:

يجب تلبيتها وتوفيرها لتحقيق اللياقة البدنية وذلك من خلال توفير الأجهزة التعويضية المناسبة.

## - احتياجات إرشادية:

حتى يتكيف الفرد مع بقية الأفراد يتم إرشاده لحصول عملية تنمية شخصيته من جانب آخر.

## - احتياجات تعليمية:

من خلال توفير فرص التعليم المكافئ لمن هم في سن التعليم مع الاهتمام بتعليم الكبار أيضا وذلك عن طريق فصول خاصة.

## - احتياجات تدريبية:

يشبع بتوفير فرص ومؤسسات التأهيل المهني لتأهيل الفرد المعوق وتدريبه ومن تم تشغيله وفقا لما يتماشى مع قدراته وظروفه المناسبة.

## - احتياجات مهنية:

من خلال تهيئة سبيل التوجيه المهني المبكر ومواصلة ذلك بعد الانتهاء من العملية التأهيلية وإصدار التشريعات في محيط تشغيل المعوقين وتوفير فرص العمل التي تناسب قدراتهم.

## - احتياج الأبحاث والخدمات الاجتماعية:

يحتاج المعوقون إلى أبحاث اجتماعية ونفسية للتعرف على الأسباب الخاصة بهم والعمل على التغلب على المشكلات النفسية والأسرية التي يتعرضون لها وتحديد الخدمات الترويحية والترفيهية التي يحتاجونها في أوقات الفراغ، لذلك من الضروري جمع المعلومات عن المعوقين وتعريف كافة أفراد المجتمع بأنواع الإعاقات الجسدية وأسبابها وكيفية الوقاية منها ووضع البرامج التي تؤهل من لديهم الإعاقات ليكونوا أكثر تكيف مع المجتمع والبيئة.

## - احتياجات اجتماعية:

بتوفير هذه الاحتياجات لتوثيق صلات المعوق بمجتمعه وتعديل نظرة المجتمع إليه من ناحية أخرى لتوفير فرص الاحتكاك والتفاعل المناسب مع بقية الأفراد والعمل على إدماجه في المجتمع وأيضاً تمكين المعوق من إقامة علاقات أسرية سوية.

كما تتمثل الاحتياجات الاجتماعية في الجوانب التالية (نصر الله، 2002، ص144):

### • تدعيمه:

بمعنى العمل على تحقيق احتياجات المعوق التي تدعمه في الأعمال وتدفعه إلى الأمام مثل خدمات المساعدة التربوية والمادية واستثمارات الانتقال والاتصال والإعفاءات الضريبية.

### • ثقافية:

الفرد المعاق بحاجة إلى حصوله على الأدوات والوسائل الثقافية ومجالات المعرفة الأساسية الهامة.

### • الحماية:

الفرد المعاق يحتاج إلى حماية في بعض الجوانب فمن الصعب له أن يكون في موقف منافسة مع الآخرين، تظهر حمايته من خلال إنشاء المصانع المحمية أو ورش عمل خاصة، مراكز الرعاية الخاصة وغيرها. إضافة إلى هذه الاحتياجات الخاصة هناك أخرى نجدها عند "عبد الرحمان سيد سليمان" تتمثل في:

### - الحاجة إلى الانتماء:

أي فرد معوق يحتاج إلى التعامل مع أفراد بيئته والتفاعل معهم وبالتالي تحقيق عامل الانتماء حتى لا يحسس بالنقص والدونية، فهذا الفرد كغيرهم من البقية يمكن أن يتزوج ويكون أسرة يعيش في أحضانها، وأيضاً يمكن أن يدرس في الفصل المدرسي العادي وأن يمتهن مهنة تناسبه.

### - الحاجة إلى الإنجاز:

بمعنى توجيه الفرد المعاق وفق المجال التي تسمح به قدراته العقلية والمعرفية وسماته الشخصية.

### - الحاجة إلى تحقيق الذات:

أن يستغل الفرد القدرات العقلية والمعرفية والدافعية والوجدانية والجسمية والاجتماعية في عمل مفيد له ولغيره من البشر وذلك لتحقيق ذاته ومن تم تكون له هوايات خاصة به.

### - الحاجة إلى الأمن:

الاهتمام بتوفير الأمن الجسدي والأمن النفسي أو العاطفي، الأمن الاجتماعي أي منعه من الدخول في منافسة مع الآخرين في مواقف يكون الفرد عاجزاً على التنبؤ بالطريقة التي سوف يتعامل بها مع الآخرين أن تكون طموحاته في مستوى قدراته. (سيد سليمان، 2001، ص-ص 297-298)

بناء على ما ذكره بنو الإشارة إلى حقوق المعوقين التي أوردتها منظمة الأمم المتحدة والتي اهتمت بهذه الفئة المظلومة لسنوات طويلة. فيما يلي يمكن إيجاز هذه الحقوق (محمد القذافي، 2001، ص-ص 152-

:153)

✓ للمعاق الحق المكتسب في الحصول على الاحترام مهما يكن سبب الإعاقة وطبيعتها وخطورتها، بمعنى له نصيب في الحقوق الأساسية كحقه في الحياة الكريمة مثله مثل الأفراد العاديين الذين هم في سنه.

✓ للمعاق الحق في الحقوق المدنية والسياسية نفسها التي يتمتع بها الأشخاص الآخرين. وفقا لما ورد في الإعلان عن حقوق المتخلفين ذهنيا في حالة وجود قصور أو ضرورة تستدعي الحرمان من هذه الحقوق.

✓ للمعاق الحق في الاستفادة من الوسائل التي تؤهلهم للقيام بعملية الاكتفاء الذاتي.

✓ للمعاق الحق في تلقي العلاج الطبي والنفسي والاجتماعي وغيرها وإعادة التأهيل طبيا واجتماعيا، وخدمات التوجيه المهني، وجميع الخدمات الأخرى التي تساهم في تطوير قدراتهم ومهاراتهم إلى أقصى درجة، للإسراع بعملية دمجهم في المجتمع بصورة كاملة.

✓ للمعاق الحق في الضمان الاقتصادي والاجتماعي الذي يكفل لهم الحياة الكريمة الطيبة، فلهم الحق حسبما تسمح لهم إعاقتهم، في الاحتفاظ بعملهم وفي الانضمام إلى الروابط والاتحادات.

وعليه فأصحاب الإعاقة الحركية يحتاجون إلى اهتمامات ومساعدات متعددة من أجل تحقيق احتياجاتهم المختلفة منها: الاحتياجات النفسية، الاجتماعية، العقلية، البدنية، التعليمية وغيرها.

3. النشاط الحركي والرياضي، خصائصه، واجباته وأنواعه

### 1.3 خصائص النشاطات الحركية الرياضية:

تعد النشاطات الحركية الرياضية مطلبا أساسيا لأغلب المهارات المرتبطة بالألعاب الرياضية وأن الفشل في الوصول إلى إتقان هذه المهارات يعمل كمعوق يعيق تطور المهارات الحركية المستعملة في الألعاب الرياضية.

والمعاق حركيا يواجه صعوبات كبيرة في تعلم مهارات الألعاب الرياضية في مراحل متعددة من حياته وهذا ما يسمى ب "حاجز الكفاءة" والنشاطات الرياضية التي تمتد فترتها ما بين 2 و7 سنوات تحتل مكانة هامة بالنسبة لتطور مراحل النمو الحركي، وتعد أساسا لاكتساب المهارات الحركية، والمرتبطة بالنشاطات الرياضية المختلفة في مراحل نمو الطفل ("زمام، بن عامر، 2009، ص-ص13-14).

إن ممارسة النشاط الرياضي من طرف الفرد المعاق ليس بالأمر اليسير هو يتطلب إرادة كبيرة إضافة إلى مهارة ودقة من طرف المدربين.

### 2.3 واجبات النشاط الحركي الرياضي:

من أهم الواجبات التي يحققها النشاط الحركي الرياضي هي:

- التمتع بالنشاط البدني الترويحي استثمار لأوقات الفراغ

- تنمية الكفاءة الرياضية.

- ممارسة الأنشطة المختلفة.

- تنمية المهارات الرياضية

- تنمية الكفاءة الذهنية العقلية

- تنمية صفات القيادة الصالحة

- تحسين الحالة الصحية للأفراد

- النمو الكامل للناحية البدنية وكأساس لزيادة الإنتاج.

توجد واجبات يجب القيام بها للوصول إلى النتائج الايجابية وبالتالي تمكين الفرد المعاق من مواجهة حياته بطريقة سهلة.

### 3.3 أنواع الأنشطة الرياضية:

1.3.3 النشاط الرياضي الترويحي: الممارسة الرياضية تعتبر من أهم الوسائل الترويحية الحركية الهادفة فهي تعمل على تحقيق حياة متوازنة فالنشاط الرياضي يستثمره الفرد في وقت فراغه فيعود عليه بالصحة واللياقة البدنية، تحقيق الذات، الاستقرار النفسي، نمو وتوطيد العلاقات الاجتماعية .

2.3.3 النشاط الرياضي التنافسي: تتطلب المنافسة أن يستخدم الرياضي كامل قدراته العقلية والحركية حتى يتمكن من تحقيق دانه الرياضية وتميزها على من ينافسه مع ضرورة الالتزام بقواعد الشرف الرياضي قبول قرارات الحكم، اللعب النظيف والتواضع في حالة الفوز.

3.3.3 النشاط الرياضي التربوي: يهدف هذا النوع إلى تربية النشء تربية سليمة ومنسجمة من كل الجوانب : منه الاجتماعية، الحركية، والعقلية وذلك تحت إشراف قيادة متخصصة تعمل على وضع برامج ومجالات رياضية متعددة(بومعراف،2014،ص-ص132-133).

إذن نلاحظ أنه تتعدد أنواع النشاط الرياضي ما بين الترويحي، التنافسي والتربوي واختيار ممارسة أي منها يتطلب مراعاة نوع الإعاقة، مع التركيز في عملية إعطاء التمرينات لهذا يشترط في المدرب أن يكون أكثر مهارة ويتميز بالدقة وقوة الملاحظة والتركيز.

## 4. النشاط الحركي والرياضي لدوي الإعاقة الحركية:

### 1.4 أهمية وأهداف النشاط الرياضي للمعاقين حركيا:

#### 1.1.4 أهمية النشاط الرياضي عند المعاقين حركيا:

للرياضة أثر مهم وفعال لأنها تعمل على تقوية الجسم والحفاظ على التناسق الحركي، كما أنها لها فوائد متعددة منها الاجتماعية والنفسية، ومنه ضرورة تشجيع فئة المعاقين حركيا من طرف القائمين برعايتهم على ممارسة أنواع متعددة من الرياضية كالسباحة وكرة الطائرة(بوجمعة،ضيف الله،2015،ص125).

## 2.1.4 أهداف النشاط الرياضي لذوي الإعاقة الحركية: تتمثل في :

- الاستفادة من الرياضة كعامل علاجي هام: ممارسة المعاقين للرياضة تعتبر كوسيلة طبيعية للعلاج على هيئة تمارين علاجية تأهيلية، وكأحد المكونات الهامة للعلاج من أجل استعادة اللياقة البدنية للمعاق حركيا، مثل: استعادة القوة العضلية، المهارة والتوافق العضلي، السرعة والتحمل وغيرها. كما تساهم تلك التمارين في تغلب المعاق على الإرهاق العضلي خاصة في بداية المراحل التأهيلية، مثل مرحلة ما بعد الخروج من الجبس، البثر والشلل العضلي، العلاج يستهدف الجانب البدني للمعاقين حركيا من أجل الوصول إلى مرحلة تطوير القدرات الحركية والبدنية للمعاق.

- الاستفادة من الجوانب الإيجابية النفسية: تساهم الرياضة مساهمة كبيرة في إعادة التوازن النفسي للمعاق حركيا وتعمل على إخراجهم من عزلته وذلك عن طريق غرس عناصر الاعتماد والثقة بالنفس.

- إعادة تكيف المعاقين في المجتمع: إن الأنشطة الرياضية لا تهدف فقط إلى دمج المعاقين من خلال المنافسات الرياضية وغرس القيم الاجتماعية فهم بل تمتد إلى أبعد من ذلك إلى دعمهم للتأهيل المهني اللازم وتنمية قدراتهم وتطوير أدائهم (لعلام، 2018، ص-ص134-135).

والأهداف الرئيسية للنشاطات الحركية والرياضية هي:

إكساب الفرد عناصر اللياقة البدنية واللياقة الصحية التي تؤهله للقيام بمتطلبات العمل اليومي وذلك من خلال الاشتراك في النشاط الحركي من أجل الترويج.

- تنمية وتطوير الإدراك الحسي والحركي لدى الفرد التي تتلخص في:

- الوعي بالجسم .
- الوعي المكاني.
- الوعي الاتجاهي .
- الوعي الزمني.

- تنمية المهارات الحركية التي تؤهل الفرد للاشتراك في الأنشطة والألعاب الرياضية الجماعية والفردية.

- تنمية الصفات البدنية وتقوية أجهزة الجسم الحيوية بما يتناسب والخصائص العمرية للفرد وإكسابه المهارات الاجتماعية عن طريق الاشتراك في الأنشطة والألعاب الحركية والرياضية.

- إكساب الفرد مفاهيم السلامة العامة والخاصة المتعلقة بالممارسة البدنية.

- أن يدرك الفرد المفاهيم الثقافية المتعلقة بالنشاط البدني.

- أهمية ممارسة الرياضة والنشاط البدني للوقاية من الأمراض.

- أهمية المحافظة على البيئة المتعلقة بالملاعب وكل ما يتعلق بالخدمات العامة.

- تعريف الفرد بأهمية الغذاء الجيد.

- إكساب الفرد التحكم في انفعالاته في حالة التنافس مع أقرانه" (زمام، بن عامر، 2009، ص15-16).

- تنمية المهارات الحركية من خلال العمل على تطوير الشعور بالانتماء للمجموعات والعمل على مساعدة المعاقين بأن يمارسوا حياتهم بشكل عادي كغيرهم من الأفراد.

#### 2.4 اختيار الرياضة لدوي الإعاقة الحركية:

إن اختيار الرياضة المناسبة للمعاقين ليس بالأمر السهل، بل لابد من مراعاة العديد من الشروط حسب كل إعاقة، كذا الدقة وكيفية العمل معهم ما يتطلب ضرورة اتصاف المدربين بدرجة عالية من الدقة والخبرة

ويمكن تعداد أهم الشروط لاختيار الأنشطة الحركية والرياضية للمعاقين حركيا فيما يلي:

- إتباع أسلوب التدرج في تقديم التمرينات ، بدءا من البسيط إلى المعقد ومن السهل إلى الصعب.

- اختيار الفعاليات الرياضية يكون متماشيا مع قدرات وقابليات المعاق الجسمية والتنفسية.

- أن يهتم المدرب في اختياره للتمرينات التحضيرية أي الإحماء وأن يكون دقيقا وعدم إشراك العضو المصاب.

- أن يكون النشاط الرياضي المختار غرضيا، أي أنه يهدف إلى تعليم أو زيادة كفاءة وبالتالي انجاز عمل يحقق منفعة عامة.

- ضرورة أن يكون النشاط الرياضي المختار متماشيا مع متطلبات المجتمع (العلام، 2018، ص-ص140-141).

بدراسة حالة المعاق بنوع من التفصيل بالتعمق في جميع جوانبها، قصد تحديد أنسب رياضة يمكن أن يمارسها لأن أي خطأ في الاختيار يعود بالضرر على الفرد المعاق، وتعتبر الرياضة الخيار الأفضل للهروب من المشكلات التي يواجهها المعاقين حركيا في حياتهم اليومية وتؤدي أيضا إلى تقوية أجسامهم وعقلهم، وتحسين الذات والبحث عن أهداف جديدة والعمل على تحقيقها وبالتالي تعزيز حياتهم الاجتماعية والنفسية.

خاتمة:

من خلال ما سبق يتضح أن ممارسة النشاط الحركي الرياضي من طرف المعاق حركيا الذي يحتاج دائما إلى يد المساعدة من طرف المجتمع، يخلف أثارا إيجابية تساهم مساهمة فعالة في بناء شخصية فتجعله متزنا وهادئا، وكلما تعددت الأنشطة الحركية الرياضية كلما كان ذلك أفضل بالنسبة للفرد، إذ تزوده بنوع من العلاج لحالته ، لذا تكتسب الرياضة دورا هاما في تعديل سلوك الفرد وإكسابه الارتياح النفسي أي أن ممارسة النشاط الحركي والرياضي هو كعلاج طبيعي للمعاق من جميع النواحي منها الناحية الاجتماعية والعقلية والنفسية.

وحتى يتم تحقيق نتائج ايجابية، من خلال ممارسة ذوي الإعاقة الحركية للنشاط الحركي الرياضي، نقترح العمل على تفعيل الجوانب التالية:

- تقديم تدريبات خاصة للمدربين للمساهمة في تدريب وتأهيل المعاقين.
- العمل الجدي مع هذه الفئة دون تهاون.
- الاهتمام أكثر بالجانب النفسي للفرد المعاق.

- مراعاة التفاوت المتواجد بين الأفراد المعاقين محاولة معالجة وتدريب كل واحد على حدى.
- وبذلك يمكن القول بأن أي عمل جاد ينفع البشرية بالتأكيد وتكون نتائجه إيجابية يستفيد منها الكل
- فالعامل في هذا المجال هو عمل إنساني قبل كل شيء.

## الإحالات والمراجع:

### المؤلفات:

- توفيق قمره، عصام، رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة في الوطن العربي بين العزل والدمج، (مصر، المكتب الجامعي الحديث، 2008).
- خطاب، أسعد، اقتصاديات تنمية الموارد البشرية، القاهرة، مصر دار الكتاب الحديث، 2008.
- الزارع، نايف بن عابد، تأهيل ذوي الاحتياجات الخاصة، ط2، عمان، دار الفكر ناشرون وموزعون، 2006.
- الزعمر، يوسف شبلي، التأهيل المهني للمعوقين، عمان، الأردن، دار الفكر، 2005.
- سيد سليمان، عبد الرحمان، الإعاقات البدنية، القاهرة مكتبة الزهراء للشرق، 2001.
- السيد عبيد، ماجدة بهاء الدين، تأهيل المعاقين، عمان، الأردن، دار الصفاء للنشر والتوزيع، 2007.
- السيد فهمي، علي، سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة رعاية المتخلفين عقليا وتأهيلهم، الأزاريطة، الإسكندرية، دار الجامعة الجديدة، 2009.
- سيد فهمي، محمد، واقع رعاية المعوقين في الوطن العربي، الأزاريطة، الإسكندرية، 2005.
- الطائي، عبد المجيد حسن، طرق التعامل مع المعوقين، ط1، عمان، الأردن دار الحامد للنشر والتوزيع، 2008.
- عبد العزيز، سعيد، إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة، عمان، الأردن، دار الثقافة للنشر والتوزيع، 2005.
- عبد المنصب حسن رشوان، ممارسة الخدمة الاجتماعية مع الفئات الخاصة، ذوي الاحتياجات الخاصة والموهوبين، أسوان، المكتب الجامعي الحديث، 2006.
- عبد النبي حنفي، علي، العمل مع أسر ذوي الاحتياجات الخاصة، عمان، دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع، 2000.
- محمد القفاي، رمضان، رعاية المتخلفين ذهنيا، ط2، الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث، الأزاريطة، 2001.
- نصر الله، عمر عبد الرحيم، الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وتأثيرهم على الأسرة والمجتمع، دار وائل للنشر، 2002.

### الرسائل الجامعية:

- عبد النور لعلام، الأنشطة البدنية والرياضية ودورها في الارتقاء بالعاقين حركيا، أطروحة دكتوراه، غي علم الاجتماع التنظيم والعمل، قسم علم الاجتماع والديمقراطية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر، جامعة محمد لمين دباغين، سطيف2، 2018.

### المقالات:

- بومعروف، نسيم، تأثيرات النشاط البدني الرياضي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد 8، جامعة الوادي، سبتمبر، 2014، صص 125-140.
- حرواش لمين، حساك لقويني، أثر تعلم المهارات الحركية الأساسية في تنمية بعض القدرات الحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنيا (إعاقة متوسطة) - دراسة ميدانية بالمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا ببلدية الجلفة-، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد 07، العدد17، جامعة الجلفة، الجزائر، 13 مارس 2020، صص 120-133.
- شوية بوجمعة، وضيف الله حبيبة، دور الرياضة في معالجة بعض المشكلات النفسية المصاحبة للإعاقة الحركية المكتسبة، مجلة دراسات نفسية وتربوية، عدد 14، مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية جامعة ورقلة، 14 جوان، 2015، ص 122.
- ناصر باي كريمة، بن عبد الرحمان سيد علي، دور النشاط البدني والرياضي في دمج الأطفال ذوي الإعاقة السمعية والذهنية مع الأطفال العاديين في المدارس العمومية -دراسة ميدانية على المراكز الخاصة بالأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بولاية البويرة، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد 06، العدد15، جامعة الجلفة، الجزائر، 15 مارس 2019، صص 256.

### المداخلات:

- زمام، نور الدين، وآخرون، طرق تعلم وتعليم الأنشطة الحركية الرياضية للطفل المصاب بعرض داون، أعمال الملتقى الوطني الثالث حول نظرة المجتمع لرياضة ذوي الاحتياجات الخاصة في الجزائر، العدد السادس، منشورات مخبر المسألة التربوية في الجزائر في ظل التحديات الراهنة، جانفي، 2009، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.
- عباس جمال، رهنات رياضية ذوي الاحتياجات الخاصة والأهداف المستقبلية، العدد السادس، أعمال الملتقى الوطني الثالث، نظرة المجتمع لرياضة ذوي الاحتياجات الخاصة، جانفي، 2010.