



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



القسم : النشاط الرياضي المكيف

الرقم التسلسلي :

الشعبة : نشاط بدني ورياضي مكيف

الرمز :

التخصص : نشاط بدني ورياضي مكيف وصحة

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر :

أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة
مع انتشار فيروس كورونا كوفيد 19 (فئة المعاقين حركياً)

دراسة ميدانية لنادي جمعية نور لكرة السلة على الكراسي المتحركة بمسيلة

إشراف الأستاذ :

د/حويش علي

إعداد الطلبة :

* كمال بوشارب .

* غياط صلاح الدين

2021/2020

شكر وعرفان :

إنطلاقاً من قوله تعالى : { ذلك من فضل الله علينا ولكن أكثر الناس لا

يشكرون } سورة يوسف، آية 38

ومن قول المصطفى ﷺ : " من لم يشكر الناس ، لم يشكر الله "

نرى أنه لزاماً علينا وإقراراً بفضل الله تعالى ونعمه وأن نحمده تعالى ونشكره

على من من علينا بنعمه ووفقنا لإنجاز هذا العمل المتواضع ، وما توفيقنا إلا

بالله عليه توكلنا وعليه فليتوكل المتوكلون

وعرفاناً منا بالجميل فإننا نتقدم بخالص شكرنا وتقديرنا إلى الأستاذ الفاضل

" حويش علي "

والذي لم يبخل علينا بنصح أو توجيه أو إرشاد في أي وقت كان ، وقد كان

خير سند لنا

فجزاه الله كل خير

كما اتقدم بالشكر إلى الأساتذة الذين تقدموا بطيب النفس ورعاية صدر

لقبولهم تحكيم أدوات الدراسة

وإلى كل أساتذة قسم النشاط البدني الرياضي المكيف بالمعهد الذين قدموا

يد العون ولو بكلمة طيبة مشجعة

إهداء :

إلى الذين بعثوا النور إلى حياتنا الذين قال فيهما الله تعالى { وقل رب

ارحمهما كما رباني صغيرا }

إلى الوالدين الأعزاء حفظهما الله تعالى وأطال عمرهما ورزقهم الصحة والعافية

إلى كل من وافقنا في حياتنا الدراسية من الابتدائي

إلى كل من شاركنا التخرج في دفعة ماستر 2021/2020

إلى كل من علمني حرفاً من الطور الابتدائي إلى الجامعي

وإلى أسرة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة من

مدير المعهد إلى الحارس وأمنوان الأمن

إلى كل من يقرأ هذا الإهداء

محتوى البحث

	شكر
	إهداء
	قائمة المحتويات
	الملخص بلعربية
	الملخص بالانجليزية
أ	مقدمة
	الجانب المنهجي
	الإطار العام للدراسة
1	1-1- إشكالية الدراسة
3	1-2- فرضيات الدراسة
3	1-3- أهمية الدراسة
3	1-4- أهداف الدراسة
4	1-5- تحديد مصطلحات ومفاهيم الدراسة
8	1-6- الدراسات السابقة
13	1-7- مميزات الدراسة الحالية
	الجانب النظري
	الفصل الأول : النشاط البدني الرياضي
16	تمهيد
17	1- ماهية النشاط البدني الرياضي
17	2- خصائص النشاط البدني الرياضي
18	3- وظائف النشاط البدني الرياضي
19	4- النشاطات الرياضية المكيفة
20	4-1- مفهوم النشاطات البدنية والرياضية المكيفة
21	4-2- نبذة تاريخية عن النشاط البدني الرياضي المكيف
23	5- أهداف الاتحادية الجزائرية لرياضية المعاقين
24	6- أغراض النشاط البدني الرياضي المكيف
26	7- تصنيف النشاطات البدنية والرياضية للمعاقين
28	8- أسس النشاط البدني الرياضي المكيف

29	9- معوقات النشاط البدني الرياضي المكيف
32	10- خطوات تنفيذ برنامج النشاط البدني المكيف داخل مراكز إعادة التأهيل الوظيفي
35	خلاصة
	الفصل الثاني : ذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقين حركياً)
37	تمهيد
38	1- ذوي الاحتياجات الخاصة
38	2- المعاق
39	3- تعريف الإعاقة الحركية
40	4- المعوق حركياً
41	5- أسباب الإعاقة
41	6- خصائص المعوق حركياً
44	7- أنواع الإعاقة الحركية
46	8- درجات الإعاقة الحركية
46	9- الآثار الناتجة عن الإعاقة الحركية
47	10- حاجات المعاق حركياً
48	11- إرشاد الأشخاص المعاقين حركياً
50	خلاصة
	الفصل الثالث : فيروس كورونا كوفيد-19
52	تمهيد
53	1- التعريف بفيروس كورونا
53	2- تاريخ وتطور المرض
54	3- أصل تسمية فيروس كورونا
55	4- تصنيفات فيروس كورونا البشري
55	5- تشخيص المرض
56	6- أعراض المرض
57	7- كيفية انتقال المرض
57	8- طرق الوقاية من فيروس كورونا
59	9- تأثير فيروس كورونا على ذوي الاحتياجات الخاصة
60	10- كيف تساعد ذوي الاحتياجات الخاصة لمجابهة المرض
	الجانب التطبيقي للدراسة

	الفصل الرابع : منهجية الدراسة
64	تمهيد
65	1-الدراسة الاستطلاعية
65	2 - المنهج المتبع في الدراسة
66	3- متغيرات الدراسة
66	4- مجتمع وعينة الدراسة
67	5- أدوات الدراسة
67	6- الخصائص السيكمترية لأداة الدراسة
68	تصميم المعالجة الاحصائية
69	خلاصة
	الفصل الخامس : عرض وتمحيص الدراسات السابقة
71	1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى
81	2- عرض وتحليل بيانات الفرضية الجزئية الثانية
91	3- مناقشة وتفسير النتائج حسب الفرضيات
	الفصل السابع : الاستنتاجات والفرضيات المستقبلية
94	1- الاستنتاج العام
94	2- الاقتراحات والتوصيات
95	3- الفرضيات المستقبلية
	قائمة المصادر والمراجع
	ملخص البحث
	قائمة الجداول
71	الجدول (01): يبين النشاط البدني الرياضي ليس له أهمية كبقية الأنشطة الأخرى في ضل انتشار كوفيد 19.
72	الجدول (02): يبين النشاط البدني الرياضي هل يساعد في التحكم في انفعالاتي أثناء انتشار كوفيد 19.
73	الجدول (03): يبين النشاط البدني الرياضي يساعد على تنمية الثقة بالنفس خاصة مع انتشار كوفيد 19.
74	الجدول (04): يبين التخلي عن النشاط البدني الرياضي في مراكز التربية الخاصة مع مراعاة البروتوكول الصحي لوباء كورونا.
75	الجدول (05): يبين الأنشطة الرياضية تساعد على خفض التوترات في ضل انتشار كوفيد 19.
76	الجدول (06): يبين ممارسة النشاط البدني الرياضي هي السبيل للتحرر من الضغوط النفسية مع تزايد عدد المصابين بوباء كوفيد 19
77	الجدول (07): يبين الممارسة الرياضية وسيلة هامة من وسائل الترويح في ضل الانتشار الواسع لمرض كوفيد 19.

78	الجدول (08): يبين ازدياد القناعة بأهمية النشاط البدني الرياضي من حين لآخر مع تزايد التدابير الصحية للوقاية من مرض كوفيد 19.
79	الجدول (09): يبين ممارسة النشاط البدني الرياضي له أهمية في التخفيف من الكبت الذي نعاني منه بسبب الإجراءات التحذيرية من وباء كوفيد 19.
80	الجدول (10): يبين عدم الإلتقان لبعض الحركات الرياضية التي تخفف من حدة القلق في ضل انتشار الوباء يشعرني بالخلج.
81	الجدول (11): يبين النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 يهتم ببناء العضلات فقط.
82	الجدول (12): يبين النشاط البدني الرياضي يسبب الإرهاق الشديد خاصة مع الإجراءات الوقائية الصارمة لوباء كوفيد 19.
83	الجدول (13): يبين النشاط البدني الرياضي في زمن الكورونا يساهم في إكساب لياقة بدنية بدرجة قليلة.
84	الجدول (14): يبين ممارسة النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 للأسوياء بدنيا فقط
85	الجدول (15): يبين بعد ممارسة النشاط البدني الرياضي خاصة بعد الخمول الذي سببه الحجر الصحي أكتسب مرونة.
86	الجدول (16): يبين ممارسة الأنشطة الرياضية فرصة للاسترخاء خاصة مع انتشار كوفيد 19.
87	الجدول (17): يبين أفضل ممارسة الأنشطة البدنية التي لا تتطلب جهد كبير والتي تكون وفق البروتوكول الصحي لكوفيد 19.
88	الجدول (18): يبين النشاط البدني يعد فرصة لاكتساب لياقة بدنية والتخلص من بعض المشاكل الصحية والوقاية من بعض الأمراض مثل كوفيد 19.
89	الجدول (19): يبين لا أحبذ ممارسة النشاط البدني الرياضي خوفاً من تطور إعاقتي مع تزايد الإصابات بكوفيد 19.
90	الجدول (20): يبين ممارسة النشاط البدني الرياضي له أهمية في التعويض عن قلة الحركة الناتجة عن الإعاقة وعن إجراءات الحجر الصحي .

✚ الملخص باللغة العربية :

العنوان : أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة في ظل تفشي وباء كورونا كوفيد 19 (فئة المعاقين حركياً)

إشكالية الدراسة : هل لممارسة النشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة (فئة المعاقين حركياً) أهمية مع انتشار وباء كورونا كوفيد-19 ؟

الفرضية العامة للدراسة : لممارسة النشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة (فئة المعاقين حركياً) أهمية مع انتشار وباء كورونا كوفيد-19

هدف الدراسة : التعرف على أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة (فئة المعاقين حركياً) في ظل تفشي وباء كورونا على الجانب النفسي وعلى الجانب البدني

المنهج العلمي المتبع في الدراسة : المنهج الوصفي

عينة الدراسة : 14 لاعب من نادي النور لكرة السلة على الكراسي المتحركة بالمسيلة .

أدوات الدراسة : الاستبيان والدراسة النظرية .

نتائج الدراسة : لممارسة النشاط البدني والرياضي أهمية في تحسين الجانب النفسي والبدني للمعاقين حركياً خلا تفشي وباء كورونا

الاقتراحات : الاهتمام أكثر بالأنشطة البدنية الرياضية المكيفة خلال زمن الكورونا وتوفير الحيز الملائم لممارسة النشاط البدني خلال فترات الحجر الصحي والحرص على استخدام البروتوكولات الصحية بدقة .

✚ الملخص باللغة الإنجليزية :

Title: The importance of sports physical activity for people with special needs (the physically disabled category) in light of the outbreak of the Corona Covid 19 epidemic

The problem of the study: Is the practice of sports physical activity for people with special needs (the physically disabled category) important with the spread of the Corona Covid 19 epidemic?

The general hypothesis of the study: Exercising physical activity for people with special needs (the physically handicapped category) is important with the spread of the Corona Covid 19 epidemic

The aim of the study: To identify the importance of practicing sports physical activity for people with special needs (the physically disabled category) in light of the outbreak of the Corona epidemic on the psychological and physical side.

The scientific method used in the study: the descriptive method

The study sample: 14 players from Nada Al-Nour wheelchair basketball in Al-Masila.

Study tools: questionnaire and theoretical study.

The results of the study: The importance of physical and sports activity in improving the psychological and physical aspect of the physically disabled during the outbreak of the Corona epidemic

Suggestions: Pay more attention to air-conditioned sports physical activities during the time of Corona, and provide the appropriate space for physical activity during quarantine periods, and ensure that health protocols are used accurately.

مقدمة :

يعتبر الاهتمام بإنسانية الإنسان في أي صورة خلقه الله عليها ، كإعانة ذوي الاحتياجات الخاصة وتوفير سبل العيش الكريم لهم من أهم مؤشرات تقدم الشعوب والحضارات أماً وأكثر أثراً ، خاصة إذا كانت الإصابة جسمية ونتج عنها تشوه جسدي أو فقدان أحد الأطراف ، إذ يصاب المعاق بصدمات نفسية وعصبية عندما يجد نفسه عاجزاً عن كسب قوته وأصبح في حاجة إلى مساعدة لآخرين فيصبح غير راضي عن مصيره وحالته .

ومع ما يشهده العالم حالياً من مصائب جراء تفشي فيروس كورونا الذي شل جميع القطاعات في جميع الدول وصعب الحياة حتى على الأشخاص الأسوياء ، أصبح من الضروري حتماً توفير الرعاية المثلى لذوي الاحتياجات الخاصة خاصة فئة المعاقين حركياً ، ففي هذا الوقت الذي يشهد فيه العالم أزمة صحية غير مسبوقة ، فإن الحاجة إلى دعم حقوق ذوي الإعاقة الحركية باتت أكبر من أي وقت مضى ، حيث يعد الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية أحد الفئات الأكثر ضعفاً خلال أزمة فيروس كورونا المستجد ، كما تعمق إجراءات الحجر الصحي معاناة الأشخاص في وضعية الإعاقة الذين بات وضعهم اليوم أشد تعقيداً وقد أشارت العديد من المنظمات العالمية إلى أن فيروس كورونا يشكل العديد من المخاطر لكثير من الأشخاص ذوي الإعاقة حول العالم ودعت الحكومات إلى أن تبذل المزيد من الجهود لحماية حقوقهم في محاربة الإعاقة أولاً والتصدي للجائحة ثانياً .

ومن جهة أخرى وجدت بعض الدراسات الحديثة أن الأشخاص غير النشيطين باستمرار هم أكثر عرضة للوفاة بفيروس كورونا ، ولاحظ الباحثون أن أولئك الأشخاص أكثر عرضة للدخول إلى المستشفى وقسم العناية المركزة بالمقارنة مع الأشخاص الممارسين للنشاط البدني .

لذلك أصبح النشاط البدني الرياضي من المواضيع التي نالت قسطاً من الاهتمام والدراسة في شتى الميادين ، وقد أحدث ثورة أعطت نتائج في منتهى الأهمية لجميع الفئات كبار وصغار وأسوياء وذوي عاهات ... ، هذا ما دفع الدول المتقدمة إلى إعطائه القدر الكافي من الاهتمام فقد أصبح مقياساً لمدى تقدمها وتطورها .

كما يعتبر النشاط البدني المكيف الموجه خصوصاً لذوي الاحتياجات الخاصة يستمد مبادئه وأساسه من النشاط البدني الرياضي الذي يمارسه الأشخاص العاديين ، ولكنه يكيف حسب نوع ودرجة الإعاقة

وطبيعة الفرد المعاق من حيث القوانين والوسائل المستعملة ، فالنشاط البدني الرياضي للمعاقين خاصة فئة المعاقين حركياً يعتبر وسيلة تربوية علاجية وحتى وقائية من العديد من الأمراض ، إذا تم استغلالها بصفة حسنة فإنها ستبدي بنتائج جيدة .

وأمام المعانات التي تواجه الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية وأمام ضغوطات الحجر الصحي والأمراض التي سببها الخمول البدني والمخاطر التي تنتظر ذوي الإعاقة الحركية خلال تفشي فيروس كورونا جاءت دراستنا هذه لمحاولة الكشف عن أهمية النشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة خلال تفشي فيروس كورونا وللإجابة عن التساؤلات والوصول إلى حل لمشكلتنا واقتراح بعض التوصيات المفيدة فقد قسمنا بحثنا هذا إلى ثلاثة جوانب :

الجانب المنهجي والذي احتوى على فصل الإطار العام للدراسة والتعريف بالبحث ؟

الجانب النظري والذي تطرقنا فيه إلى فصل النشاط البدني الرياضي ، وفصل للتعريف بذوي الاحتياجات الخاصة فئة المعاقين حركياً ، وفصل أخير تناولنا فيه فيروس كورونا كوفيد-19 .

أما الجانب التطبيقي فقد احتوى على فصل منهجية الدراسة ، وفصل لعرض النتائج وتحليلها وتفسيرها ، وفصل أخير لاستخلاص النتائج واقتراح بعض التوصيات والفرضيات المستقبلية .

الجانب المنهجي

للدراسة

الإطار العام للدراسة

1- الإشكالية :

يعتبر النشاط البدني الرياضي نظاماً اجتماعياً ذا عمق تاريخي وأثر أنثروبولوجي داخل مكنون الفطرة الإنسانية ، سواء كان في شكل اللعب أو النشاط المسلي أو أي دافع نظري مرتبط بالحركة ، أو أي تظاهرة رياضية كبيرة ، كما أصبحت الأنشطة البدنية اليوم تستعمل لتشجيع حرية المبادرة والعمل على نشر السلام والدعوة إلى الاستقرار المدني والاجتماعي والسياسي .

وتعتبر رياضة المعاقين بدورها عملية تربية هادفة ، صممت للتعرف على المشكلات والمساعدة على حلها ، وتقديم الخدمات من النواحي النفسية والحركية والاجتماعية ، وتشمل هذه الأخيرة المساعدات الحركية والبرامج التربوية الفردية والتدريب والتدريس لهذه الفئة لمساعدتهم على النمو السليم والصحية النفسية والجسمية السليمة والوصول إلى أقصى مدى تؤهله لهم إمكانياتهم وقدراتهم سعياً لتحقيق حياة أفضل لهم وأن هذه الخدمات يجب أن تقدم من طرف أشخاص مؤهلين ومتخصصين لهذا النوع من الرياضة المكيفة ، أو من طرف أشخاص لهم خبرة في المجال الرياضي . وتكيف وتأقلم المعاق مع ظروف الحياة المعاصرة والشعور بالنقص الذي ينجم من فكرة أن الهيئة العامة لكل شخص هي مقياس لتفكيره ومشاعره ومزاجه والهيئة الجيدة للشخص تعطي انطباعاً جيداً وتعكس صورة تقاؤل وحب للمبادرة والثقة بالنفس ، في حين تعكس الهيئة الضعيفة انطباعاً سيئاً الذي يتمثل في قلة الثقة بالنفس وضعف الشخصية والظهور بمظهر التعب الدائم .(غسان ، 1990،ص32) .

ويشير الخولي : أن الجسم يحتل مكانة هامة بالنسبة للفرد من الناحية النفسية والبدنية والثقافية والاجتماعية وهو يلعب دوراً هاماً في حياة المعاق وفي علاقته مع نفسه ومع الآخرين ، فهو وسيلة لتحقيق الاتزان الانفعالي والوجداني للفرد عن طريق الاعتناء بالصورة الجسدية ، ومحاولة إظهارها بطريقة ترضي مقاييس الصورة المثالية للمجتمع ، وما من شأنه أن يحقق له الرضى عن الذات والثقة في النفس فإذا وجد أن جسمه لا يحقق له صورة ايجابية من حيث المقاييس المتعارف عليها فإن ذلك يضعه في وضع لا يحسد عليه مما يؤثر على حالته الإنفعالية وسلوكه (الخولي ،2001،ص168)

ومع الأوضاع الصعبة التي يعيشها العام حالياً اثر تفشي وباء كورونا كوفيد-19 التي عصفت بالعالم منذ نهاية سنة 2019 وأصابت الملايين وأجبرت الكثير من سكان الكرة الأرضية على البقاء في منازلهم لتجنب المخالطة وتنفيذ الإجراءات الاحترازية ، فقد تسبب هذا الفيروس في تغييرات كثيرة في يوميات

وسلوكيات الأفراد العاديين والأفراد الرياضيين و ذوي الاحتياجات الخاصة ، خاصة بعد إعلان ضرورة الحجر المنزلي والتباعد الاجتماعي كأفضل وسيلة للحد من تفشي المرض .

غير أن البقاء في المنزل له تأثيرات سلبية على الأفراد خاصة ذوي الاحتياجات الخاصة والمعاقين حركياً بصفة خاصة وذلك بسبب تغير النمط المعيشي ما يجعل البعض يشعر بالضغط وسيطرة المشاعر السلبية مثل الحزن والقلق والغضب والإحباط

وقبل تخفيف القيود التي اتخذتها أغلب دول العالم لمحاولة احتواء فيروس كورونا المستجد ، كانت النصيحة التي دائماً ما يرددها الأطباء هي الإبقاء على الحد الأدنى من النشاط البدني الرياضي خلال العزل المنزلي ، والثابت وفق الدراسات العلمية أن النشاط البدني المنتظم يفيد كلاً من العقل والجسم للتقليل من العديد من الأمراض والمشاكل الصحية كما أنه يقلل من خطر الإصابة بالمرض ، وتقول منظمة الصحة العالمية أن كل هذه المزايا المثبتة علمياً للنشاط البدني ، تصب في اتجاه رفع مناعة الجسم وهي خط الدفاع الأول في مواجهة فيروس كورونا المستجد .

وبالرغم من هذا فإن خطة الحكومة في الجزائر وفي الوطن العربي لمواجهة فيروس كورونا قد تجاهلت حقوق وحاجات ذوي الاحتياجات الخاصة خلال هذه الأزمة والذين همشوا قبل وصول الفيروس ، هذا التهميش يحرمهم من خدمات وخبرات يحتاجونها لمواجهة هذه الأزمة ، وقد أكدت منظمة " هيومن رايتس ووتش " الحقوقية الدولية في تقرير سابق لها أن فيروس كورونا الجديد يشكل خطر لكثير من الأشخاص ذوي الإعاقة حول العالم ، وأن على الحكومات أن تبذل جهوداً إضافية لحماية حقوقهم .

ومن خلال عرضنا لما سبق من معلومات حول متغيرات هذه الدراسة تبادر إلى أذهاننا التساؤل التالي :

هل لممارسة النشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة (فئة المعاقين حركياً) أهمية مع انتشار وباء كورونا كوفيد-19 ؟

التساؤلات الجزئية :

- هل لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب النفسي للمعاقين حركياً في ظل انتشار وباء كورونا كوفيد 19 ؟
- هل لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب البدني للمعاقين حركياً في ظل انتشار وباء كورونا كوفيد 19 ؟

2- فرضيات الدراسة :

➤ الفرضية العامة :

- هناك أهمية لممارسة النشاط البدني الرياضي للمعاقين حركياً مع انتشار وباء كورونا كوفيد-19 .

➤ الفرضيات الجزئية :

- لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب النفسي للمعاقين حركياً في ظل انتشار وباء كورونا كوفيد 19

- لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب البدني للمعاقين حركياً في ظل انتشار وباء كورونا كوفيد.

3- أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة في كونها تسلط الضوء على فئة المعاقين حركياً في أصعب الظروف التي يمكن أن تمر بهم خلال تفشي فيروس كورونا ومن جهة أخرى لفت الانتباه إلى موضوع النشاط البدني والرياضي وأهميته بالنسبة لهم خلال تفشي هذا المرض وما قد يحمله النشاط البدني الرياضي من أهمية وفوائد قد تكون سندا لهم لمجابهة تحديات الإعاقة وتحديات المرض ، هذا بالإضافة إلى إثراء البحث العلمي وتعزيز الرصيد المعرفي المتعلق بالنشاط البدني والرياضي والمعاقين حركياً وفيروس كورونا ، كما أن هذه الدراسة ستكون سندا لا بأس فيه للعاملين في مجال الإشراف على ذوي الاحتياجات الخاصة ، من خلال نتائجها واقتراحاتها التي ستتوصل إليها .

4- أهداف الدراسة :

- الوقوف على الأهمية التي يلعبها النشاط البدني والرياضي في حياة المعاقين حركياً مع انتشار وباء كوفيد-19 .
- التعرف على الأهمية التي يلعبها النشاط البدني والرياضي في تحسين الجانب النفسي للمعاقين حركياً مع انتشار وباء كورونا .
- التعرف على الأهمية التي يلعبها النشاط البدني والرياضي في تحسين الجانب البدني للمعاقين حركياً مع انتشار وباء كورونا .
- كما تهدف الدراسة ككل الدراسات العلمية السابقة إلى إثراء البحث العلمي واستغلال الرياضة علمياً من أجل تحسين حياة المعاق نفسياً وحركياً ومساعدته على تحدي الإعاقة ومجابهة فيروس

كورونا، بالإضافة إلى أنها تهدف إلى زيادة الرصيد العلمي والمعرفي في مجال التخصص بوجه خاص ، وذلك بتوضيح الطريقة العلمية التي تؤدي بها الأنشطة البدنية والرياضية لتحسين جوانب حياة المعاقين حركياً خاصة مع انتشار هذا المرض الخطير .

5- تحديد مصطلحات ومفاهيم الدراسة :

5-1- النشاط البدني والرياضي :

- اصطلاحاً : هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة تساعد على إشباع حاجات الفرد ودوافعه بتهيئة المواقف التعليمية الموافقة للمواقف التي يتلقاها الفرد في حياته كما تعرف بأنها ذلك الجانب من التربية الذي يهتم في المقام الأول بتنظيم وقيادة الفرد من خلال أنشطة العضلات لاكتساب التنمية والتكوين في المستويات الصحية والاجتماعية وإتاحة الظروف الملائمة للنمو الطبيعي ، ويرتبط ذلك بقيادة تلك الأنشطة من أجل استعمال العمليات التربوية دون معوقات لها

(. الخولي وحماحي، 1990، ص 18)

ويذهب قاسم حسين لاعتبار النشاط البدني الرياضي ميدان من ميادين التربية عموماً ، والتربية البدنية خصوصاً ، ويعد عنصراً قوياً في إعداد الفرد الصالح وتزويده بخبرات ومهارات حركية تؤدي إلى توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي للوجهة الايجابية لخدمة الفرد لنفسه من خلال خدمة المجتمع . (بسيوني، 1992، ص 09) .

أجمعت هذه التعاريف على أن النشاط البدني والرياضي ميدان أو مجال من مجالات التربية يختص بالجانب البدني للفرد يستخدم فيه ذلك الجزء العضلي والحركي للقيام بالأنشطة الرياضية بغية تكوين فرد صالح من الناحية الاجتماعية ولنموه الطبيعي والسليم من الناحية الجسمية والبدنية والنفسية .

● إجرائياً :

يعرف الباحث النشاط البدني والرياضي بأنه ذلك النشاط العقلي أو البدني الذي يظهر في شكل حركات إرادية منظمة وهادفة ، غايتها تحقيق التوازن العقلي والبدني والنفسي والاجتماعي للفرد بشكل عام والمعاقين بشكل خاص .

5-2- ذوي الاحتياجات الخاصة :

اصطلاحاً : تعرف فئة ذوي الاحتياجات الخاصة بأنها أولئك الأفراد الذين يقعون من طرفي التوزيع الطبيعي بناء على السمة النفسية أو البدنية أو الطبية التي تميزوها ، وقد أطلق عليهم ذو الاحتياجات الخاصة لأن حاجاتهم النفسية والذهنية والتربوية تختلف عن حاجات الأفراد العاديين . (نواصرة،2008، 53) .

كما يمكن تعريف ذوي الاحتياجات الخاصة كفئات 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 لايمثلون فئة متجانسة فهم يختلفون اختلافاً كبيراً عن بعضهم البعض .(الخطيب ، 1997، ص 27) .

• إجرائياً :

هم فئة من الأشخاص نقصت أو انعدمت قدرتهم على العمل أو الحصول عليه أو الاستقرار فيه ، بسبب نقص أو اضطراب في قابليتهم العقلية أو النفسية أو البدنية وأسباب ذلك تكون خلقية أو مكتسبة .

5-3- الإعاقة الحركية :

الإعاقة الحركية هي عبارة عن عائق خلقي أو مكتسب يصيب أطراف الفرد أو عضلات جسمه تجعله غير قادر على القيام بالوظائف الجسمية المطلوبة منه قيامها مع الأسوياء

وهي حالة عجز في مجال العظام والعضلات والأعصاب تحد من قدرتهم على انسجام أجسامهم بشطل طبيعي ومرن كالأسوياء ، الأمر الذي يؤثر سلباً على مشاركتهم ضمن النشاطات الحياتية ، وقد تكون إعاقات ذات مصدر خلقي أو مكتسب . (العزة ، 2001، ص 390) .

كذلك تعرف الإعاقة الحركية على أنها حالات الأفراد الذين يعانون من خلل ما في قدرتهم الحركية أو نشاطهم الحركي ، بحيث يؤثر ذلك الخلل على مظاهر نموهم العقلي والاجتماعي والانفعالي ، ويستدعي الحاجة إلى التربية الخاصة .(العوامة ، 2003 ، ص 26) .

وتعرف الإعاقة الحركية على أنها اضطرابات عصبية أو عقلية أو عظمية ، أو أمراض مزمنة تنتج أحياناً مشكلات في العضلات أو العظام أو المفاصل نفسها ، ولكنها كثيراً ما تتجم عن مشكلة في الجهاز العصبي أو تلف فيه ، وتكون الإعاقة أنماطاً مختلفة ، ويتوقف النمط على الجزء المصاب فيه الجهاز العصبي . (المشرفي، 2007، ص 303) .

• إجرائياً :

هي تلك العاهة أو النقص أو القصور أو الخلل الذي يصيب الفرد على مستوى جهازه العصبي أو على مستوى جهازه الحركي سواء في العظام أو في المفاصل بحيث تؤدي إلى تعطيل قدرته على الحركة ، ويكون هذا النقص أو الإصابة إما خلقياً منذ الولادة أو مكتسباً .

4-5- المعاق :

• لغة : المعوق مصطلح يطلق على من تعوقه قدراته الخاصة على النمو السوي إلا بمساعدة

خاصة ، وهو لفض اشتق من الإعاقة أو التأخير أو التعويق . (صالح 2002، ص60) .

• اصطلاحاً : هو الفرد الذي ينحرف عن الإنسان العادي أو المتوسط في : الخصائص العقلية

والحسية والعصبية أو الجسمية والسلوك الانفعالي الاجتماعي والقدرات التواصل وجوانب قصور

متعددة . (صالح 2002، ص60)

والشخص المعاق هو الذي يكون عاجزاً أو غير قادر على المشاركة بحرية في أنشطة تعد عادية

لمن هم في سنه أو جنسه ، وذلك بسبب شذوذ عقلي أو جسمي . (صالح 2002، ص60)

• الشخص المعاق إجرائياً : يعرف الباحث الشخص المعاق بأنه الفرد الذي تتعطل قدراته ووظائفه

بفعل نقص أو خلل أو قصور يصيب أحد جوانب جسمه العصبية أو البدنية ، مما يؤدي إلى

عجزه على القيام بالوظائف اليومية مقارنة بأقرانه الأسوياء ، وسواء كان هذا القصور أو العجز

كلياً أم تاماً .

- **المعاق حركياً** : يعرف المعاقون حركياً بأنهم أولئك الأشخاص الذين يعانون من حالة عجز عظمية أو عضلية أو عصبية أو حالة مرضية مزمنة تحد من قدرتهم على استخدام أجسامهم بشكل طبيعي ، مما يؤثر سلباً على امكانية مشاركتهم في واحدة أو أكثر من النشاطات اليومية . (فهمي 2013،ص 131) .

- **التعريف الإجرائي للشخص المعاق حركياً :**

يعرف الباحث المعاق حركياً بأنه كل شخص تتعطل قدراته الحركية بسبب قصور أو خلل في الجهاز الحركي أو الجهاز العصبي ، أو بسبب أحد الأمراض المزمنة التي تشل الجسم .

5-5- فيروس كورونا covid-19 :

❖ **لغة :** في اللغة العربية، تُعتبر تسمية فيروس كورونا أكثر شيوعاً من باقي التسميات الأخرى، ولكن التسميات الأخرى أكثر دقة في الوصف، حيث يُسمى: الفيروس التاجي، فيروس الهالة أو الفيروس المكمل، الحُمى التاجية الحُمى الإكليلية، الحمى التاجية المكلفة . (ترجمة كلمة كورونا : alqamoos.com .

وترجمة كلمة " كورونا " في قاموس المعاني تعني : إكليل أو هالة . (Almaany.com)

❖ **إجرائياً :** فيروسات كورونا هي مجموعة من الفيروسات التي تسبب أمراضاً مثل الزكام والالتهاب التنفسي الحاد والوخيم (السارس) ومتلازمة الشرق الأوسط (ميرس) ، تم اكتشاف نوع جديد من الفيروسات بعد أن تم التعرف عليه كما سبب لانتشار أحد الأمراض التي بدأت في الصين 2019 .

ويعرف الفيروس الآن باسم المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة كورونا 2 (سارس كوفيد 2) ويسمى المرض الناتج عنه مرض فيروس كورونا 2019 (كوفيد -19) ، وفي مارس 2020 أعلنت منظمة الصحة العالمية أنها صنفت مرض كورونا 19 كجائحة .

(فيروس كورونا ، 2019 ، Mayocolinc.org)

ويعد فيروس كورونا أحد الفيروسات الشائعة التي تسبب عدوى الجهاز التنفسي العلوي، والجيوب الأنفية، والتهابات الحلق ينتقل الفيروس بين البشر من شخص مصاب بالعدوى إلى شخص آخر عن طريق الاتصال المباشر دون حماية (الرداذ، إفرازات الأنف، اللعاب) (منظمة اليونسيف 2019، www.unicef.org).

6- الدراسات السابقة :

6-1- الدراسة الأولى : دراسة الطالب " رواب عمار " التي نوقشت سنة : 2007 :

* عنوان الدراسة : تحليل العلاقة بين ممارسة النشاط البدني والرياضي المكيف وتقبل الإعاقة في محيط رياضي جزائري لذوي الاحتياجات الخاصة .

* مستوى الدراسة : رسالة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه

* الجامعة :معهد التربية البدنية والرياضية، كلية الآداب والعلوم الاجتماعية جامعة الجزائر .

* هدف الدراسة : البحث عن العلاقة الارتباطية بين ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف وتقبل الإعاقة بين فئتين الأولى رياضية والثانية ليست رياضية .

* منهج الدراسة : المنهج الوصفي .

* أداة الدراسة : الاستبيان .

* أهم النتائج المتحصل عليها :

- ممارسة النشاط البدني والرياضي المكيف أدت إلى التقليل من المضاعفات النفسية الناجمة عن الإعاقة . وأن نوع الإعاقة له أثر على تقبل الإعاقة فالمعاق حركياً لديه درجات تقبل إعاقته أكثر من الفرد المصاب بإعاقة بصرية .
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين درجة تقبل الإعاقة للممارسين للنشاط البدني الرياضي .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أصل الإعاقة للممارسين للنشاط البدني والرياضي المكيف لفئة المكفوفين ودرجة تقبل الإعاقة
- العوامل الأساسية التي تساعد المعوق . على تعويض إعاقته وتزويده تحدياً كانت أربع عوامل أساسية (الرياضة ، الزواج ، الدين ، العمل)
- أصل الإعاقة لا يؤثر على درجات تقبل الإعاقة لدى المكفوفين .
- ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف له أثر ايجابي بالدرجة الأولى على تقبل الإعاقة لفئتين من ذوي الاحتياجات الخاصة ، المكفوفين والمعاقين حركياً .

6-2- الدراسة الثانية : دراسة الطالب " عبد النور العلام " التي نوقشت عام 2018 :

* عنوان الدراسة : الأنشطة البدنية والرياضية ودورها في الارتقاء بالمعاقين حركياً .

* مستوى الدراسة : أطروحة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراه في فرع علم الاجتماع العمل والتنظيم تخصص إدارة الموارد البشرية .

* الجامعة : جامعة محمد لمين دباغين : سطيف 2 .

* التساؤل العام : ما هو الدور الذي يمكن أن تؤديه الأنشطة البدنية والرياضية في الارتقاء بالمعاقين حركياً

* أهداف الدراسة :

- معرفة الدور الذي تؤديه الأنشطة البدنية والرياضية في الارتقاء بالمعاقين حركياً من الجانب البدني .
- معرفة الدور الذي تؤديه الأنشطة البدنية والرياضية في الارتقاء بالمعاقين حركياً من الجانب النفسي .
- معرفة الدور الذي تؤديه الأنشطة البدنية والرياضية في الارتقاء بالمعاقين حركياً من الجانب الاجتماعي .
- الوقوف على أهم الصعوبات التي تواجه المعاقين حركياً بصفة عامة وممارسة الأنشطة البدنية والرياضية بصفة خاصة .

* المنهج المتبع في الدراسة : المنهج الوصفي .

* أداة الدراسة : الاستبيان .

* أهم النتائج المتوصل إليها :

- ممارسة المعاقين حركياً للأنشطة البدنية والرياضية تعمل على تحسين الجانب النفسي للمعاقين حركياً ، خاصة فيما يتعلق بالبعد الانفعالي والبعد العصبي وبعد الثقة بالنفس .
- ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية تساهم في تحسين الجانب الاجتماعي للمعاقين حركياً ، خاصة فيما يتعلق بتحقيق الإدماج لهم في مجال الأسرة ومجال الحي والمجتمع ككل .

• تم الوقوف على أهم الصعوبات التي تواجه المعاقين حركياً في هذا الموضوع .

6-3- الدراسة الثالثة : دراسة الطالب " شمس الدين بوتمجت " التي نوقشت عام 2018 .

* عنوان الدراسة : أهمية النشاط البدني المكيف في تحسين الصحة النفسية لدى المعاقين حركياً .

* مستوى الدراسة : مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي .

* الجامعة : جامعة محمد بوضياف بالمسيلة .

* مشكلة الدراسة : هل للنشاط البدني المكيف أهمية في تحسين الصحة النفسية لدى المعاقين حركياً .

* الهدف من الدراسة : هدفت الدراسة أساسياً إلى معرفة أهمية النشاط البدني والرياضي المكيف في

تحسين الصحة النفسية لدى المعاقين حركياً .

* منهج الدراسة : المنهج الوصفي.

* أداة الدراسة : الاستبيان .

* أهم النتائج المتوصل إليها :

• هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف في التغلب على صفة القلق لصالح المجموعة الممارسة .

• هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف في التغلب على صفة العدوانية لصالح المجموعة الممارسة .

• هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي المكيف في زيادة الإقبال الاجتماعي لصالح المجموعة الممارسة .

• تبين أن ممارسة المعاقين حركياً للنشاط البدني والرياضي المكيف تزيدهم إقبالاً على بعضهم البعض وعلى المجتمع ، بمعنى آخر أن لممارسة هذه الأنشطة أهمية فعالة في تعزيز الإقبال الاجتماعي لديهم .

4-6- الدراسة الرابعة : دراسة الطالب " سي الجيلالي مصطفى " التي نوقشت عام 2018 .

* عنوان الدراسة : أهمية ممارسة النشاط البدني المكيف في تحقيق التوافق النفسي لدى المعاقين حركياً .

* مستوى الدراسة : مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر .

* الجامعة : جامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم .

* مشكلة الدراسة : هل لممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف أهمية في تحقيق التوافق النفسي لدى

المعاقين حركياً ؟ .

* الهدف من الدراسة :

- معرفة مدى تأثير ممارسة النشاط البدني المكيف على التوافق النفسي لدى المعاقين حركياً .
- معرفة من هم الأكثر توافقاً نفسياً بين الممارسين للنشاط وغير الممارسين .
- معرفة الفروق في التوافق النفسي لدى المعاقين حركياً بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الحركي المكيف .

* المنهج المتبع في الدراسة : المنهج الوصفي باستخدام أسلوب المقارنة

* أداة الدراسة : الاستبيان واستخدام الباحث مقياس التوافق النفسي .

* أهم النتائج التي تحصل عليها الباحث :

- أن الممارسين للنشاط البدني المكيف أكثر توافقاً من غير الممارسين .
- أن أعلى نسبة في التوافق النفسي لدى الممارسين للنشاط البدني المكيف كانت في بعد التوافق الأسري .

- أن أدنى قيمة للتوافق النفسي لدى الممارسين كانت في بعد التوافق الاجتماعي .
- أن أدنى قيمة للتوافق النفسي لدى غير الممارسين للنشاط البدني المكيف كانت في بعد التوافق المدرسي .

- أن أدنى قيمة للتوافق النفسي لدى غير الممارسين كانت في بعد التوافق الصحي .
- تؤثر ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف تأثيراً إيجابياً في التوافق النفسي لدى المعاقين حركياً الممارسين وغير الممارسين .

6-5- الدراسة الخامسة : دراسة الطالب " شرقي حسام " التي نوقشت عام 2019 :

* عنوان الدراسة : دور النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية لدى المعاقين حركياً .

* مستوى الدراسة : مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر .

* الجامعة : جامعة محمد بوضياف بالمسيلة .

* مشكلة الدراسة : هل للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية بعض السمات الشخصية لدى المعاقين حركياً ؟

* أهداف الدراسة :

- معرفة دور ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية سمة الإكتئابية للمعاق حركياً .
- معرفة دور ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية سمة الاجتماعية للمعاق حركياً .
- معرفة دور ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية سمة الهدوء للمعاق حركياً .

* منهج الدراسة : المنهج الوصفي

* أداة الدراسة : مقياس السمات الشخصية مقدم للاعبين .

* أهم النتائج التي توصل إليها الباحث :

- لا يوجد دور للنشاط البدني الرياضي في تنمية صفة الإكتئابية .
- لا يوجد دور للنشاط البدني الرياضي في تنمية صفة الهدوء .
- لا يوجد دور للنشاط البدني الرياضي في تنمية صفة الاجتماعية .
- لا يوجد دور للنشاط البدني الرياضي المكيف في تنمية بعض السمات الشخصية .

7- مميزات الدراسة الحالية :

- تتميز هذه الدراسة بالحدثة لأنها تتناول موضوع أهمية ممارسة النشاط البدني والرياضي للمعاقين حركياً في زمن الكورونا .
- تتميز هذه الدراسة بكونها تحاول لفت أنظار السلطات لفئة المعاقين حركياً في ظل التهميش الذي يعيشونه جراء تفشي وباء كورونا .
- تتميز هذه الدراسة بكونها الأولى التي تربط بين المتغيرات التالية : النشاط البدني، المعاقين حركياً ، وباء كورونا .
- تتميز هذه الدراسة بكونها دراسة محلية .
- تتميز هذه الدراسة باستخدامها للمنهج الوصفي .
- تتميز هذه الدراسة بكونها تتناول موضوع أهمية ممارسة النشاط البدني والرياضي للمعاقين حركياً من الناحية البدنية ومن الناحية النفسية .
- تتميز هذه الدراسة بكونها تحاول الوصول إلى حلول تساعد فئة المعاقين حركياً في تحدي الإعاقة وتحدي وباء كورونا .

الجانب النظري

للدراسة

الفصل الأول

النشاط البدني الرياضي

تمهيد :

يعد النشاط البدني الرياضي أحد أهم الأنشطة التي تكون الفرد من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية ، حيث يكتسب النشاط البدني الرياضي طابعاً خاصاً وهدفاً في بناء المجتمعات .

ويعتبر النشاط البدني الرياضي المكيف لذوي الاحتياجات الخاصة من الوسائل التربوية الفاعلة لتنمية الفرد المعاق في جميع النواحي النفسية والبدنية والاجتماعية ، وتحسين العلاقة مع الأفراد الآخرين والاتصال بهم ، وهو نشاط يخضع تقريباً لنفس القوانين مع الأنشطة الرياضية عند العاديين في شكله العام مع مراعاة بعض خصوصيات المعاقين .

ويعمل على إعادة أكبر عدد ممكن من المعاقين من ذوي الإمكانات المحدودة وإلى ميادين الإنتاج والتفاعل في المجتمع ، كما يهدف إلى رد الاعتبار المادي والمعنوي إلى الشخص المعاق وتمكينه من الاستفادة من طاقته المتبقية ومواصلة نشاطه كفرد يبحث عن إشباع حاجاته ورغباته ، وسنتطرق في هذا الفصل إلى مختلف المفاهيم التي تتعلق بالنشاط البدني الرياضي بشكل عام والنشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة بشكل خاص وإعطاء نظرة حول تاريخ ظهور النشاط البدني الرياضي المكيف وغاياته المنتظرة من ممارسته وفي الأخير تبيان بعض الرياضات الخاصة التي تتناسب مع المعاقين وخاصة المعاقين حركياً لأنهم موضوع بحثنا الحالي .

1. ماهية النشاط البدني الرياضي :

يعتبر النشاط البدني الرياضي أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان وهو الأكثر تنظيماً والأرفع مهارة من الأشكال الأخرى ، ويعرفه " أمين أنور الخولي " : أنه نشاط بشكل خاص وهو جوهر المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات وضمان أقصى تحديد لها . (الخولي ، 1996 ، ص 23) .

ويرى "تشارلز بيوتشر " أن النشاط البدني الرياضي ذلك الجزء من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية ، بواسطة مختلف ألوان النشاط البدني الذي اختير بهدف تحقيق هذه المهام . (بسيوني ، 1992، ص 09) .

أما قاسم حسن حسين فيعتبر أن النشاط البدني الرياضي ميدان هام من ميادين التربية عموماً ، والتربية البدنية خصوصاً ، ويعد عنصراً قوياً في إعداد الفرد الصالح ، وتزويده بخبرات ومهارات حركية تؤدي إلى توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي للوجهة الايجابية ، لخدمة الفرد نفسه ومن خلاله خدمة المجتمع . (حسين ، 1990، ص 65) .

ومن خلال عرضنا للمفاهيم السابقة المتعلقة بالنشاطات البدنية والرياضية ، نجد أنه يمكن استخراج العناصر المشتركة لمفهوم النشاط البدني والرياضي وهي :

- أن النشاط البدني الرياضي جزء مكمل للنظام التربوي العام .
- أن مختلف الأنشطة في مجال النشاط البدني والرياضي هي وسائل لاكتساب الخبرات السلوكية
- أن النتائج والمكتسبات السلوكية الناتجة عن ممارسة النشاط البدني الرياضي لا تنمي الجانب البدني فقط ، بل تنمي جميع الجوانب الأساسية لتكوين وتطوير شخصية الفرد .

2. خصائص النشاط البدني الرياضي :

- النشاط البدني الرياضي عبارة عن نشاط اجتماعي وهو تعبير ثقافي عن متطلبات الفرد والمجتمع
- يتسم النشاط البدني الرياضي بصورة توضح التدريب ثم التنافس .
- يعتبر التدريب والمنافسة الرياضية أهم أركان النشاط البدني الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء التي يحتاجها .
- يتميز النشاط البدني الرياضي بحدوثه في جمهور غفير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث كثيراً في أمور الحياة . (عبد الخالق ، 1982، ص 47 ، 48) .

3- وظائف النشاط البدني الرياضي :

3-1- النشاط البدني لشغل أوقات الفراغ بطريقة مفيدة : قد يكون النشاط البدني الرياضي أحسن مصدر لكل الناس الذين يودون الاستفادة على الأقل من أوقات الفراغ ، ومن نشاط يعود عليهم بالصحة والعافية رغم وجود الكثير من الأنشطة الأخرى كالرسم والنحت وقيادة السيارة وغيرها ، إلا أنه لا يجب أن تكون بداية النشاط الرياضي الوسيلة الوحيدة لتنمية الكفاءة البدنية اللازمة للحياة المتدفقة ، ولكن لا يمكن أن تكون هذه النشاطات وسائل مساعدة لشغل أوقات الفراغ بطريقة مفيدة .

(البهي 1969، ص38)

3-2- النشاط البدني الرياضي للتنشيط الذهني : إن الفرد إن أقبل على النشاط البدني الرياضي بحيوية وصدق يكون في حالة تهيؤ عقلي أفضل من الإنسان الذي يركن إلى الكسل والخمول . كما يبدو منطقياً أن يتفوق الممارسون للأنشطة البدنية والرياضية في القدرة العقلية لأن مجالات الرياضة زاخرة بالمواقف التي تتطلب إدراكاً بصرياً للحركة ، الأمر الذي يؤدي إلى تنمية القدرة وبالتالي تنمية وتطوير التفكير والذكاء العام ويعني هذا أن النشاط البدني الرياضي يساهم في الانتعاش الذهني واستخدامه أكثر فائدة وتأثيراً ، كما يعمل على فتح العقول وتقوية العضلات بالإضافة إلى أن ألوان النشاط البدني الرياضي ليست مقتصرة على الناحية البدنية فقط وإنما يصاحبها اكتساب كثير من المعلومات ذات الأهمية البالغة في الثقافة العامة .(البهي ،1969،ص39)

3-3- النشاط البدني لتنمية الفكر : غن للأداء الحركي جانبيين ، الأول فكري ويتمثل في التفكير في الحركة قبل أدائها ، وتحديداً غرضها ومسارها (القوة ، السرعة ، الاتجاه ...) وهذا التحديد العقلي أو ما يسمى بالتوقيع الحركي أي المداومة الفكرية الرياضية . والجانب الآخر علمي وهو يتعلق بتطبيق الحركة فعلياً كما فكر الفرد وصاغها عقلياً على ضوء رؤيته المسبقة للعلاقات الكائنة بين الوسيلة والهدف وهو ما يسمى بالإيقاع الحركي . (المنصوري ، 1980،ص 42).

3-4- النشاط البدني لدعم مقاومة الإنسان للمشاكل الحديثة : والمؤكد أن يحتل النشاط البدني الرياضي مكانة بارزة بين الوسائل الترويحية والبريئة الهادفة التي تساهم بدرجة كبيرة في تحقيق الحياة المتوازنة والتخلص من الوحدة والتوتر العصبي ، ويرى "Rydon" أن السرعة المتزايدة للحياة الحديثة يمكن أن تحفف من وطأتها عن طريق النشاط البدني ، وأن الملاعب والساحات والشواطئ بمثابة

معاملة ممتازة يستطيع الفرد أن يمارس فيها التحكم في العواطف وي طرح القلق جانباً ويشعر بالثقة الناتجة من قبل .(المنصوري 1987،ص 30)

3-5- النشاط البدني الرياضي لإثراء العلاقات الاجتماعية : لا يقتصر النشاط البدني الرياضي على تقديم وسائل تتيح للشباب فر الاقتراب من بعضهم فقط وإنما يساعد هؤلاء الشباب أيضاً عل التكيف الاجتماعي وإثراء العلاقات الاجتماعية والروح الرياضية ليست في مجال الرياضة فحسب بل في مجال الحياة كلها .

3-6- النشاط البدني الرياضي لصيانة الصحة وتحسينها : إن المجهود البدني الذي كان يقوم به الإنسان والمجهودات البدنية الاعتيادية هي محدودة ومتكررة ، وهذا يجعل الإنسان يفقد تدريجياً مرونته وحساسيته وقدرته ، ويقع فريسة للأمراض مثل السمنة ويشتكي من أمراض لم يكن يشتكي منها من قبل ، مثل أمراض الدورة الدموية ، الجهاز الهضمي ، الأمراض التنفسية ، ولقد استطاع الطب البشري أن يسيطر على معظم الأمراض ولكنه وقف عاجزاً أمام الكثير من الأمراض الأخرى والراجعة لانتقال الإنسان من حياة النشاط والحركة إلى حياة الكسل والخمول ، مما يجعله يتجه إلى مزيد من التحليل البدني وبالتالي عدم القدرة على القيام بواجباته الإنسانية لأن ذلك يتطلب منه القدرة الكبيرة على اللياقة البدنية التي تمكنه من القيام بهذه الواجبات .(قياز ،1980،ص39)

4. النشاطات البدنية والرياضية المكيفة :

النشاطات البدنية والرياضية المكيفة هي كل الحركات والتمارين وأنواع الرياضات التي يستطيع ممارستها الفرد محدود القدرات من ناحية قصور بعض الوظائف الجسمية الكبرى ، وهي عبارة عن مجموعة من الرياضات الفردية والجماعية تتضمن : (ألعاب القوى ، السباحة ، الفروسية ، سباق الدراجات ، الجمباز ، تنس الطاولة ، الجيدو ، الرمي بالقوس ، رفع الأثقال ، التزحلق ، التزحلق الفني ، كرة القدم ، كرة السلة ، كرة اليد ، كرة الطائرة ، كرة المرمى) وغيرها من الأنواع الرياضية ، والأنشطة الرياضية المكيفة هي مجموعة من الاختصاصات الرياضية التي تمارس من طرف مجموعتين وقسمين من الأفراد المعوقين :

- الأفراد الذين لهم محدودية قي القدرة على اقتناء المعلومات وعلى مستوى الاختلاف الوظيفي ، وفي عامل التنظيم النفسي الاجتماعي .
- الأفراد الذين لديهم اضطرابات نفسية .

وتتضمن النشاطات البدنية الرياضية المكيفة عدة أنواع أهمها :

- النشاطات الرياضية التنافسية .
- النشاطات الرياضية العلاجية . (ROI B, 1993, P10) .

1.4 . مفهوم النشاط البدني والرياضي المكيف :

إن الباحث في مجال النشاط البدني والرياضي المكيف يواجه مشكلة تعدد المفاهيم التي تداولها الباحثون والمختصون في الميدان ، واستخدامهم المصطلح الواحد بمعان مختلفة ، فقد استخدم بعض الباحثون مصطلحات النشاط الحركي المكيف أو النشاط الحركي المعدل أو التربية الرياضية المعدلة أو التربية الرياضية المكيفة أو التربية الرياضية الخاصة ، في حين استخدم البعض الآخر مصطلحات الأنشطة الرياضية العلاجية أو أنشطة إعادة التكييف ، فبالرغم من اختلاف التسميات من الناحية الشكلية يبقى الجوهر واحداً ، أي أنها أنشطة رياضية و حركية تقيد الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة سواء كانوا معاقين متأخرين دراسياً أو موهوبين أو مضطربين نفسياً وانفعالياً .

ومن بين هذه التعريفات نذكر ما يلي :

* تعريف حلمي إبراهيم وليلى السيد فرحات : يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقاً لنوعها وشدتها ، ويتم ذلك وفقاً لاهتمامات الأشخاص غير القادرين في حدود قدراتهم . (حلمي والسيد فرحات ، 1998 ، ص 223) .

* تعريف ستور STOR : نعني به كل الحركات والتمرينات وكل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محدودتي القدرات من الناحية البدنية والنفسية والعقلية ، وذلك بسبب نلف أو إصابة في بعض الوظائف الجسمية الكبرى . (A stor , 1993,P 10) .

* تعريف الرابطة الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويج والرقص و التربية الرياضية الخاصة:

هي البرامج المتنوعة للنمو من خلال الألعاب والأنشطة الرياضية والأنشطة الإيقاعية لتتناسب مع قدرات الأطفال الذين لديهم نقص في القدرات أو الاستطلاعات ، ليشاركوا بنجاح وأمان في أنشطة البرامج العامة للتربية .

ومن خلال هذا العرض لمختلف التعريفات فالمقصود بالنشاط الرياضي المكيف هو إحداث تعديل في الأنشطة الرياضية المبرمجة لتتماشى مع الغايات التي وجدت لأجلها ، فمثلاً في الرياضات التنافسية هو تكييف الأنشطة الرياضية حسب الفئة وتدريبها للوصول إلى المستويات العالية ، أما في حالة الأمراض المزمنة كالربو والسكري فهو تكييف الأنشطة الرياضية لتساعد على التقليل من هذه الأمراض ، وبالنسبة لحالات الإصابات الرياضية فإن اللاعب الذي يتعرض للإصابة يحتاج إلى برنامج حركي تأهيلي خاص حسب نوع ودرجة الإصابة أما تكييف الأنشطة الرياضية للمعاقين جعلها تتماشى مع حالة ودرجة ونوع الإعاقة ، وبالتالي فالمقصود بالنشاط البدني والرياضي في هذه الدراسة هو مجموع الأنشطة الرياضية المختلفة والمتعددة والتي تشمل التمارين والألعاب الرياضية التي يتم تعديلها وتكييفها مع حالات الإعاقة وشدتها ، بحيث تتماشى مع قدراتها البدنية والعقلية .

4-2- نبذة تاريخية حول النشاط البدني الرياضي المكيف :

4-2-1- في العالم :

إن الهدف الأساسي لرياضة المعوقين هو إعادة الاتصال بالأشخاص المعوقين ، ومعاونتهم للاندماج بالمجتمع بشكل ينمي ويطور ميولهم النفسية ، وقدراتهم العقلية والجسمانية ، ولا نعني بالرياضة هنا مجال التدريب الرياضي بل تتخطى ذلك إلى مفهوم شامل للتربية الرياضية التي تتخطى أهداف التدريب الحديث عن طريق البرامج الرياضية الشاملة ، إن هذا المفهوم السابق لأهداف التربية الرياضية بشكل عام ورياضة المعوقين بشكل خاص هو ما كتبه الطبيب السيد " لودفيج جوتمان " مؤسس الألعاب الرياضية للمعوقين عام 1956 م في الرسالة المتعلقة في الصالة الرياضية للملعب ، والتي تنص على ما يلي :

إن أهداف ألعاب ستوك مانديفيل هو انتظام المشلولين الرجال والنساء من جميع أنحاء العالم في حركة رياضية عالمية ... وليس هنالك أعظم عون يمكن تقديمه للمجتمع من المشلولين أكثر من مساعدتهم من خلال المجال الرياضي لتحقيق الصداقة والتفاهم بينهم ، ولقد قام الطبيب " كوتمان " بتنظيم بطولة للرمية لبعض المعوقين من المحاربين القدماء عددهم 181 شخصاً من بينهم امرأتان ، كانوا في مستشفى

" ستوك مانديفيل " في إنجلترا وقد كان تنظيم البطولة يعد حدثاً مهماً في تلك السنة 1948 م والتي صادفت أيضاً افتتاح الدورة الأولمبية في لندن 87 ، والتي افتتحها الملك جورج السادس ، اكتسب هذا الحدث أهمية من كونه عدد من الأشخاص الذين فقدوا بعض الأجزاء من أجسادهم في معارك الحرب العالمية الثانية ، وممن فقدوا الأمل في الاندماج في المجتمع العادي الذي يضم الأسوياء ، وأصبح

التنافس سبباً في منافسات الرمي بالقوس والسهم من على الكراسي المتحركة ، وتشجيع أهلهم وأصدقائهم في الحديقة الصغيرة لمستشفى " ستوك ماندفيل " ثم سرعان ما أنشأ أيضاً إنشاء اتحاد دولي لألعاب ستوك ماندفيل للمعوقين عام 1948 م . (رفعت ، 1997 ، ص 51) .

وكانت بريطانيا هي البلد المضيف وهولندا ساعدت على تأسيس الإتحاد من خلال الأطباء الموجودين في مستشفى " ستوك ماندفيل " ولهذا فقد أعدت الدولتين هما المؤسساتان للإتحاد الدولي لألعاب ستوك ماندفيل للمعوقين مما أعطاهما الحق بالاحتفاظ بالعضوية في هذا الإتحاد مدى الحياة .

وقد أضيفت ألعاب أخرى في السنوات اللاحقة مثل لعبة البولينق وكرة السلة وألعاب القوى ، الساحة والميدان ، والمبارزة والسباحة وتنس الطاولة ورفع الأثقال ، وكانت ألعاب ستوك ماندفيل قد تعددت وتوسعت فيقام في كل سنة في مدينة ستوك ماندفيل عدة لقاءات رياضية كبرى هي :

- مباريات ألعاب ستوك ماندفيل الدولية .
- مباريات ألعاب ستوك ماندفيل القومية الوطنية .
- مباريات الأطفال المصابين بعاهات متنوعة .
- مباريات الكبار المصابين بعاهات متنوعة .

تقام بطولة للمعوقين في كل سنة فيها البطولة الأولمبية الاعتيادية وفي البلد نفسه الذي تنظم فيه ، وذلك ابتداء من عام 1960 ، وتعد مصر أول دولة عربية تشترك في الألعاب الرياضية الخاصة بالمعوقين والمقامة في مدينة ستوك ماندفيل وذلك عام 1972 واشتركت جمهورية السودان عام 1975 بلاعب واحد وبصفة غير رسمية ، يحمل شعار المعوقين الرياضي صورة ثلاثة عجلات متشابكة لكروسي متحرك تحمل شعار الصداقة ، الوحدة ، الروح الرياضية . (محمد صادق ، 1990 ، ص 16) .

4-2-2- في الجزائر :

عرفت الاتحادية الجزائرية لرياضة المعاقين النور في 19 فيفري 1979 ، السنة التي أقرتها الأمم المتحدة السنة الدولية للأشخاص المعوقين وقد تم اعتماد الاتحادية يوم 2 فيفري 1981 .

وكانت أول مشاركة للجزائر في الألعاب الأولمبية الخاصة بالمعوقين سنة 1992 ، في برشلونة بفوجين أو فريقين يمثلان ألعاب القوى وكرة المرمى وكان لظهور عدائين ذوي المستوى العالمي دفعا قويا

لرياضة المعوقين في بلادنا وهناك 36 رابطة ولائية تمثل مختلف الجمعيات تنظم أكثر من 2000 رياضي لهم إنجازات وتتراوح أعمارهم بين (16-35 سنة) .

5- أهداف الاتحادية الجزائرية لرياضة المعوقين :

- تطوير النشاطات الرياضية لفائدة كل المعوقين .
- توسيع هيكله الرياضي للمعوقين داخل الرابطات والجمعيات .
- تنظيم التظاهرات الرياضية (دورات ، بطولات ، ألعاب مدرسية) .
- المشاركة المتصاعدة للرياضيين المعوقين في مختلف التظاهرات الدولية .
- مساعدة وتشجيع البرامج التربوية والبحث والنشاطات الترقية .
- البحث عن إدماج رياضة المعوقين في الحركة الرياضية الوطنية للأسوياء مع الحفاظ على هويتها .

5-1- عضوية الاتحادية الجزائرية لرياضة المعوقين في الهيئات الدولية :

- اللجنة الدولية للألعاب الأولمبية .
- الكنفدرالية الإفريقية لرياضة المعوقين وذوي العاهات .
- الاتحادية الدولية للرياضات على الكراسي المتحركة .
- الجمعية الدولية لرياضات الفئات الخاصة .
- الاتحاد المغربي لرياضات المعوقين وذوي العاهات . (الاتحادية الجزائرية لرياضة المعوقين ، 1999، ص 9-10) .

5-2- الرياضات الممارسة :

متخلفين ذهنياً	إعاقة حركية	إعاقة بصرية
ألعاب القوى	ألعاب القوى	ألعاب القوى
كرة القدم (5 لاعبين)	كرة السلة	كرة الهدف
السباحة	رفع الأثقال	السباحة
تنس الطاولة	السباحة	الجيودو
	تنس الطاولة	

الجدول رقم (1) : يمثل الرياضات الممارسة في الجزائر حسب تصنيف الإعاقة .

6- أغراض النشاط البدني الرياضي المكيف :

للنشاط البدني المكيف أغراض عديدة منها النمو العقلي والنمو الحركي والنمو الاجتماعي والنفسي ، حيث أن ممارسة المعوق للفعاليات والأنشطة الرياضية تحقق له هذه الأغراض :

6-1- النشاط البدني والرياضي لغرض النمو البدني :

إن ممارسة الأنشطة والفعاليات الرياضية للمعوقين تساعد على بناء الكفاءة البدنية عن طريق تقوية وبناء أجهزة الجسم بواسطة هذه الفعاليات ، وتمكن الفرد المعوق من تحمل المجهود البدني ومقاومة التعب وتلعب الفعاليات الرياضية التي تشمل العضلات الكبيرة دوراً هاماً في بناء أجهزة الجسم الحيوية ، كالجهاز الدوري والجهاز التنفسي ، ويرى " مروان عبد المجيد " أن الشخص المعوق الذي ينعزل عن العالم يجلس على كرسيه ليرى المجتمع من خلاله وتركه الأنشطة الرياضية سينتج عنه خوار في الجسم وتصلب في المفاصل وتهور في العضلات وضورها ، وهذا سيؤدي بطبيعة الحال إلى تشوه في التركيب الجسمي وظهور بعض التشوهات في القوام نتيجة الجلوس الطويل ، لذا فإن ممارسة المعوق للأنشطة الرياضية ستعمل على محاربة هذه العيوب والتشوهات وتساعد على النمو الطبيعي ، وما ينتج عنها من تكوين الجسم القوي المتناسق ، وبذلك فإن النشاط البدني والرياضي كفيل بنمو وبناء الشخص المعوق وتأهيله تأهيلاً صحيحاً وسليماً كي يصبح قادراً على العمل والإبداع . (مروان، 1997، ص-109...110).

ويقول " HANIFI " أن الممارسة الرياضية تعمل على رفع القدرات العلمية إضافة إلى تطوير القوة العضلية وكذلك الرشاقة والمهارات الحركية المختلفة ، والتي هي في المستطاع ، وتعمل أيضاً على التنسيق بين الحركات وبين مختلف عمل الأعضاء سواء في القسم السفلي أو العلوي وتسمح المهارات الحركية للمستفيدين من خفض الإصطدام في الإعاقة وامتلاك استقلال ذاتي .

(R) HANIFI (P18, 1995) .)

وحسب " Dechavanne " فإن الممارسة البدنية تسمح بتسريع الاسترجاع العضلي واكتساب ردود أفعال جديدة وإيجاد بعض الاستقلالية في الحركات ، وكذلك تعطي للمعوق الوسيلة في البحث عن قدرات جديدة أي البحث عن القدرات التعويضية وتحريضها . (Dechavanne N , 1990 , P189) .

6-2- النشاط البدني والرياضي لغرض النمو العقلي :

يسعى النشاط البدني الرياضي إلى جعل الجسم نشيطاً وقوياً ، وذلك لأن أداء الحركات الرياضية يحتاج إلى تركيز ذهني ، كما أنها تجعل الجسم صحيحاً قادراً على العمل .

يقول " عبد المجيد مروان " : أن النشاط الرياضي ليس زينة أو مجرد ألعاب يمارسها المعوق لقضاء أوقات الفراغ ، وإنما تعد جانباً أساسياً في العملية التربوية فهي تسعى لزيادة قابلية الفرد المعوق واكتسابه المعلومات المختلفة ، ولكي يتعلم مهارة رياضية معينة أو لعبة ما فإنه يجب أن يستعمل تفكيره الخاص ونتيجة لهذا الاستعمال تحدث المعرفة لتلك المهارة أو الفاعلية ، كما ان ذلك يقود إلى استعمال التوافق العضلي العصبي ، فعن طريقة الممارسة المستمرة للنشاط البدني والرياضي تنمو قدرة الفرد على التفكير والتصور والتخيل والإبداع .

6-3- النشاط البدني والرياضي لغرض النمو الحركي :

يقصد بالنمو الحركي أداء الحركة الرياضية بأقل جهد ممكن وبرشاقة وكفاءة عالية ، وهذا يعتمد على العمل المتناسق الذي يقوم به الجهازان العصبي والعضلي للشخص المعوق ، وهي بذلك تسعى إلى مساعدة الفرد في عمله اليومي بكفاءة واقتدار وتعمل على مساعدته في السيطرة على درجة أدائه للمهارة الحركية ، ولذلك كان لزاماً على الفرد المعوق أن يمارس الأنشطة الرياضية والمهارات البدنية لكي يكتسب التوافق اللازم لأداء الحركة .

كما أن التمارين البدنية تنمي النشاط والشجاعة والصحة وتساعد على تكوين الجسم وتربيته تربية متزنة فتكسبه مرونة تمكنه من القيام بالحركات واسعة النطاق وكبيرة المدى في المفاصل ، وتقوي أجزائه المختلفة باتساق وتوازن ، كما أنها تزيد من انتفاعه في علاج تشوهات القوام التي تحصل جراء عدم الحركة كما أن عدم حركة الأجزاء الصحيحة للجسم تعمل على ضمور العضلات وجعلها غير قادرة على العمل الحركي المهم لبناء القدرات والكفاءات لدى المعوق . (مروان، 1997، ص 108-109) .

6-4- النشاط البدني والرياضي لغرض النمو النفسي والاجتماعي:

يقول " محمد عوض بسيوني " : أن من أغراض النشاط الرياضي مساعدة الشخص المعوق للتكيف مع الأفراد والجماعات التي يعيش معها ، حيث أن ممارسته للفعاليات والأنشطة الرياضية تسمح له بالتكيف والاتصال بالمجتمع وهو يهدف إلى تطوير قدرات الفرد من الناحية الفيزيولوجية والنفسية بالقضاء على

الاضطرابات والتصرفات النفسية والتحكم أكثر في الجسم وتكيفه المستمر مع الطبيعة . (بسيوني والشاطي،1992،ص17) .

فممارسة الألعاب الرياضية المختلفة حسب "مروان" تنمي في الشخص المعوق الثقة بالنفس والتعاون والشجاعة فضلاً عن شعوره باللذة والسرور للوصول إلى النجاح عن طريق الفوز ، كذلك تساعده في تنمية الشعور نحو الجماعة " الانتماء " ونحو الحياة الرياضية والذي يساعده في نموه ليكون مواطناً صالحاً يعمل لمساعدة مجتمعه ، كما أن للمجتمع والبيئة والأسرة والأصدقاء الأثر الكبير في نفسية الفرد المعوق ، ولذلك فإن نظرة المجتمع إليه ضرورية ولها أهدافها وممارساتها . (مروان،1997، ص 110)

ويقول " عباس عبد الفتاح رملي " يتعلم الأطفال من خلال اللعب بشكل واسع ليصبحوا أفراد اجتماعيين ، ويهيئ النشاط البدني في الحياة المتقدمة جواً اجتماعياً وذلك يجذب الأفراد لبعضهم البعض للمشاركة في مثل هذا النشاط ، ومن خلال اللعب وممارسة الرياضة يتعلم المشاركون تقدير كل فرد لمجهودات الآخرين وانجازاتهم وإمكانات التنفيس عن الغضب واكتساب عادة الكرم في شكل اجتماعي مقبول ، وهناك فوائد اجتماعية أخرى تستمد من الاشتراك في بعض أنواع الأنشطة البدنية التي تتضمن توثيق الصداقات الجديدة والإحساس بالانتماء وأن يكون عضواً في فريق وتحسين الثبات العاطفي والنضج (رملي ، 1991،ص 106)

ويقول سليمان مخول : نظراً لما يوفره النشاط البدني الرياضي من صحة ونمو سليمين ، فإن عدة تجارب أقيمت تشير إلى ما يمكن فعله مع المراهقين المرفوضين من أقرانهم ، ومن الأهمية على تحسين المهارات الرياضية لأولئك المراهقين الضعفاء بدنياً ، بحيث تتأكد من جديد صورتهم الايجابية في أعين أقرانهم (مخول،1981،ص238) .

7- تصنيف النشاطات البدنية والرياضية للمعاقين :

يوجد العديد من الآراء في تصنيف رياضة المعاقين ، وفيما يلي تصنيف جامع وشامل لعدد من وجهات النظر كما بينها : "حلمي و فرحات " :

7-1- الرياضة العلاجية :

تعد ممارسة الرياضة للمعوقين أحد وسائل العلاج حيث تؤدي على هيئة تمارين علاجية كإحدى طرق العلاج الطبيعي التي تسهم في تأهيل المعوقين بالإضافة إلى امتدادها إلى بعد الجراحة والجبس ...

وخاصة الكسور وتأهيل مصابي العمود الفقري والنخاع الشوكي كالشلل النصفي والرباعي ويستمد هذا الأثر الايجابي للتمرينات في تأهيل المعوقين ومساعدتهم على استعادة اللياقة البدنية والقوة والمرونة والتحمل وتوافق عضلي عصبي واستعادة لياقة الفرد للحياة العامة وما يصادف فيها إلى ما بعد خروجه من المستشفى ومراكز التأهيل ، حيث تلعب الرياضة التأهيلية دوراً هاماً في هذا المجال .

7-2- الرياضة الترويحية :

من الآثار الايجابية لرياضة المعوقين تنمية الجانب الترويحي حيث تعد وسيلة ناجحة للترويح النفسي للمعوق ، فهو يكتسب خبرات تساعده على التمتع بالحياة ، فمن المعلوم أن الرياضة الترويحية تتدرج من ألعاب هادئة كألعاب التسلية إلى ألعاب صعبة مثل تسلق الجبال ، كما يختلف المجهود المبذول في الرياضة الترويحية كالشطرنج عن المجهود المبذول في رياضة تنافسية كالسباحة وألعاب المضمار . ويتعدى أثر المهارات الترويحية الاستمتاع بأوقات الفراغ إلى تنمية الثقة بالنفس والاعتماد على الذات ، والروح الرياضية ، وعمل صداقات تخرجه من عزلته ، وتدمجه في المجتمع .

7-3- الرياضة التنافسية :

يهدف هذا النوع من النشاط الرياضي إلى الارتقاء بمستوى اللياقة والكفاءة البدنية كما تتضمن رياضات المستويات العليا .

والواقع أن الرياضة التنافسية تعتمد على التدريب العلمي السليم والتطوير في الأدوات والإمكانيات ، والطب الرياضي ، ويجب الالتزام في تلك الرياضة التنافسية بالقواعد الخاصة بالأداء ، كما يجب الالتزام بالتقسيمات الفنية والطبية التي تعتمد على درجة اللياقة البدنية أو النفسية أو العصبية للمعوق ، ومستوى الإصابة وذلك قبل المشاركة في الأنشطة التنافسية حتى يتحقق مبدأ العدالة بالإضافة إلى الاستعادة الكاملة من المشاركة وتجنباً لحدوث أي مضاعفات طبية تؤثر على حياة المعاق .

7-4- رياضة المخاطرة :

يشير هذا النوع من الرياضات إلى الأنشطة التي تزداد فيها المخاطرة بدرجة كبيرة وقد تمارس فردية أو جماعية مثل التزلق على الجليد ، سباق السيارات أو الدراجات ... ، لذلك لابد من إتباع تعليمات الأمن والسلامة وخاصة في الرياضات التي تحتاج إلى درجة عالية من الأداء الفني .

7-5- الرياضة الاجتماعية :

حيث ترتبط بالتأهيل المهني الذي يساعد المعوق على إعادة تكييفه مع المجتمع وذلك بتدريب المعاق على ممارسة مهنة سابقة أو جديدة تبعاً لنوع إعاقته ودرجتها وميوله الشخصية .

كما يمكن اشتراك المعاقين مع الأسوياء في الممارسة حتى يعتادوا الاندماج بالمجتمع ونذكر بعضاً من تلك المنافسات المشتركة كرماية السهم ، تنس الطاولة (الشلل والبتر) السباحة للمعاقين بالبتر ، المكفوفين ، الصم .

7-6- المشاركة السلبية :

من المعلوم أن هذا النوع يقوم على المشاركة المعتمدة على المشاهدة الرياضية سواء أمام التلفزيون أو حضور المباريات في الملاعب ، ومثال ذلك مباريات كرة القدم وكرة اليد وكرة السلة ... ، ويشترك الأسوياء مع المعوقين في هذا النوع ، حيث تساهم في إزالة القلق والتوتر النفسي والحد من العدوان ، ومما لا شك فيه أن ذلك يؤدي إلى التغلب على روتين الحياة ، ويقطع الأمل بالاندماج في المشاهدة .

(حلمي والسيد فرحات ، 1998،ص51-52).

8- أسس النشاط البدني الرياضي المكيف :

إن هدف النشاط البدني الرياضي للمعاقين ينبع أساساً من الأهداف العامة للنشاط الرياضي من حيث تحقيق النمو العضوي والعصبي والبدني والنفسي والاجتماعي ، حيث أوضحت الدراسات أن احتياجات الفرد المعاق لا تختلف عن احتياجات الفرد العادي فهو كذلك يريد أن يسبح ، يلعب ، يقفز ، ...

يشير " أنارينوا " وآخرون: " أن كل ما يحتويه البرنامج العادي ملائم للفرد المعاق ولكن يجب وضع حدود معينة لمستويات الممارسة والمشاركة في البرامج التي تلائم إصابة أو نقاط ضعف الفرد المعاق " .

(الحماحي ،1990،ص 194)

ويراعى عند وضع أسس النشاط البدني الرياضي المكيف النقاط التالية :

- العمل على تحقيق الأهداف العامة للنشاط البدني الرياضي .
- إتاحة الفرصة لجميع الأفراد للتمتع بالنشاط البدني الرياضي وتنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات البدنية .
- أن يهدف البرنامج إلى التقدم الحركي للمعاق والتأهيل والعلاج .
- أن ينفذ البرنامج في المدارس الخاصة أو في المستشفيات والمؤسسات العلاجية .
- أن يمكن المعاق من التعرف على قدراته وإمكانياته ، وحدود إعاقته حتى يستطيع تنمية القدرات الباقية لديه واكتشاف ما لديه من قدرات .
- أن يمكن البرنامج المعاق من تنمية الثقة بالنفس واحترام الذات وإحساسه بالقبول من المجتمع الذي يعيش فيه وذلك من خلال الممارسة الرياضية للأنشطة البدنية المكيفة .

وبشكل عام يمكن تكييف الأنشطة البدنية والرياضية للمعاقين من خلال الطرق التالية :

- تغيير قواعد الألعاب (التغيير من مدة النشاط ، تعديل مساحة اللعب ، تعديل ارتفاع الشبكة أو هدف السلة ، تكبير أو تصغير أداة اللعب ، زيادة مساحة التهديد) .
- تقليل الأنشطة ذات الاحتكاك البدني إلى حد ما .
- الحد من نمط الألعاب التي تتضمن عزل أو إخراج اللاعب .
- الاستعانة بالشريك من الأسوياء أو مجموعة من الوسائل البيداغوجية ، كالأطواق والحبال ...
- إتاحة الفرصة لمشاركة كل الأفراد في اللعبة عن طريق السماح بالتغيير المستمر والخروج في حالة التعب .
- تقسيم النشاط على اللاعبين تبعاً للفروق الفردية وإمكانيات كل فرد . (حلمي والسيد فرحات ، 1998، ص47،49،50) .

9- معوقات النشاط البدني الرياضي المكيف :

ثمة عوامل اجتماعية واقتصادية مؤثرة في النشاط البدني الرياضي المكيف ، فهو نتاج مجتمع يتأثر ويؤثر في الظروف الاجتماعية وتكفي الملاحظة العلمية للحياة اليومية من أن تكشف عن متغيراته السوسولوجية والنفسية والبيولوجية والاقتصادية. (Marie-Chorlotte Busch , 1975,p93)

وتشير كل الدراسات التي جرت في بعض الدول الأوروبية لتقدير الوقت الذي يقضيه الأفراد في العديد من نشاطات الرياضة والترفيه إلا أن كلاً من حجم الوقت والترفيه ونشاطاته يتأثر بالعديد من المتغيرات أهمها :

9-1- الوسط الاجتماعي :

إن العادات والتقاليد تعتبر عاملاً في انتشار كثير من نشاطات اللهو والتسلية واللعب وقد تكون حاجزاً أمام العوامل الأخرى .

يرى " دومازودين " أن كثيراً من سكان المناطق الريفية لا يشاهدون السينما إلا قليلاً ، لأن عادات هؤلاء الريفيين تمقت السينما . (J. Dumazadier , 1982,p26)

وتختلف أشكال اللهو واللعب في ممارسة الأفراد لهذا النوع من التسلية أو كرههم لها ، بحسب ثقافة المجتمع ونظمه المؤثرة ، فقد بين "لوشن" في دراسته للنشاط الرياضي وعلاقته بالنظام الديني ، في دراسته على عينة بلغ عددها 1880 شخص في ألمانيا الغربية تمارس ديانات مختلفة ، إلى أن النشاط الترويحي يتأثر بعوامل ثقافية ودينية والوسط الاجتماعي عموماً . (Norber Sillamy,1978,p168)

9-2- المستوى الاقتصادي :

تعالج هذه النقطة من حيث استطاعة دخل العمال لإشباع حاجاتهم الترويحية في حياة اجتماعية يسيطر عليها الإنتاج المتنامي لوسائل الراحة والتسلية والترفيه .

يبدو من خلال الكثير من الدراسات أن دخل العامل يحدد بدرجة كبيرة استهلاكه للسلع واختياره لكيفية قضاء وقت الفراغ عند الموظفين أو التجار أو الإطارات السامية .

كما لاحظ " سوتش " أن هناك بعض الأنواع من الترفيه ترتبط بكمية الدخل ، فكلما ارتفعت زادت المصاريف الخاصة بالترفيه ، كالخروج إلى المطاعم ومصروفات العطل السياحية أو تزايد الطلب على الحاجيات الترويحية .

وجاء في دراسة مصرية أن نسبة كبيرة من العمال يفضلون قضاء وقت فراغهم في بيوتهم على الذهاب إلى السينما وذلك لتقاضي مصاريف لا طائل منها في نظر العمال . (الساعاتي، 1980،ص319) .

9-3- السن :

يشير "سولينجر" إلى أن الأطفال في نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة المراهقة تأخذ نشاطاتهم أشكالاً أخرى غير التي كانوا يمارسونها من قبل ، وذلك كالقيام بمشاهدة التلفزيون أو الاستماع إلى الموسيقى والقراءة وممارسة النشاط الرياضي .

أن كل مرحلة عمر يمر بها الإنسان بها سلوكاته الترويحية الخاصة ، فالطفل يمرح والشيخ يرتاح ، في حين أن الشباب يتعاطون أنشطة حسب أذواقهم ، ففي دراسة بفرنسا سنة 1979 : وجد أن مزاوله الرياضة تقل تدريجياً مع التقدم في العمر حتى تكاد تنعدم في عمر ال 60 عام

(Roymond,1983,p71-72)

9-4- الجنس :

تشير الدراسات العلمية إلى أن أوجه النشاطات التي يمارسها الذكور تختلف عن تلك التي يمارسها البنات فالبنات في مرحلة الطفولة تفضل اللعب بالدمى والألعاب المرتبطة بالتدبير المنزلي ، بينما يفضل البنين اللعب باللعب المتحركة واللعب الآلية ولعب المطاردة .

ولقد أوضحت دراسة " هونزيك " : أن البنين يميلون إلى اللعب العنيف أكثر من البنات وأن الفروق بين الجنسين تبدو واضحة فيما يرتبط بالقراءة والإستماع إلى برامج الإذاعة ومشاهدة برامج التلفزيون .

كما أوضحت دراسة " إليزابيث تشليلد " أن البنات والبنين في مرحلة الطفولة من سن 3-12 سنة يميلون إلى النشاطات البدنية والإبداعية والتخيلية .

إلا إن ترتيب تلك النشاطات لدى البنين يختلف ، حيث تأتي ممارسة النشاطات البدنية لدى البنات في الترتيب الأخير . (درويش،1997،ص63)

9-5- درجة التعلم :

لقد أكدت كثير من الدراسات الاجتماعية أن مستوى التعليم يؤثر على أذواق الأفراد نحو تسلياتهم وهواياتهم ، منها ما جاء بها " دوما زودبي " إذ بين أن التربية والتعليم توجه نشاط الفرد عموماً في اختياره لترويحه ، خاصة وأن إنسان اليوم يتلقى الكثير من التدريبات في مجال الترويح أثناء حياته الدراسية ، مما قد يربي أذواقاً معينة لهوايات ربما قد تبقى مدى الحياة.

كما أوضحت دراسة بلجيكية أن اختيار الأفراد لأنواع البرامج الإذاعية المقدمة تتنوع حسب المستوى التعليمي (إبتدائي ، ثانوي ، جامعي ...)

وأن الجامعيون يفضلون الموسيقى والحصص العلمية والأدبية بينما ذوي المستوى الإبتدائي أكثر ولعاً بالمنوعات الموسيقية والألعاب المختلفة . (J-Ccozcheuve , 1980 , p 87)

والذي يمكن استنتاجه من خلال نتائج الدراسات أن هناك اختلاف واضح في كفيات قضاء الوقت الحر وممارسة النشاطات الترويحية بحسب مستوى تعليم الأفراد .

9-7- الجانب التشريعي :

بمعنى أن معظم المجتمعات ليس لديها تشريعات كافية في رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة والتكفل بهم خاصة ، منها الحق في ممارسة الأنشطة الرياضية بمختلف ألوانها خاصة في الدول العربية وتوفير الخدمات الرياضية والترويحية للخواص ، مما يشكل عائقاً في تقديم الخدمات الضرورية لهذه الفئة .

10- خطوات تنفيذ برنامج النشاط البدني والرياضي المكيف داخل مراكز إعادة التأهيل الوظيفي :

10-1- الكشف الطبي :

يجب أن يجرى كشف طبي شامل لتحديد الحالة الصحية للفرد تحديداً دقيقاً وعلى ضوءها تتضح التوجيهات الضرورية صحياً كانت أم تربوية ، وكذلك عمليات المتابعة ، وقد تأخذ عملية المتابعة أشكالاً متعددة تتضمن العلاج الطبي الشامل أو علاج الأسنان أو الخدمات الطبية بالنسبة للعينين أو الأذنين أو الخدمات العلاجية للعظام أو المفاصل أو التوجيه التربوي الخاص أو تكييف البرامج حتى يناسب الحالات الفردية.

ويتضمن الكشف الطبي عادة التاريخ الصحي للفرد ، والتاريخ الصحي لأسرته ، واختبار النظر والسمع ، والمسالك الأنفية ، والأسنان واللوزتان ، والغدد والقلب ، والرئتان ، والدم والبطن ، والعظام ، والعضلات ، والطول والوزن ، والقوام والقدمان ، والحالة الغذائية والجهاز العصبي .

10-2- تصنيف نواحي النشاط البدني الرياضي المكيف :

إن الغرض من تصنيف نواحي النشاط البدني هو تقسيم الأفراد إلى جماعات متجانسة حتى تتاح لهم أفضل فرص الرعاية ، وأحسن ظروف التعليم ، وقد نتجه في تقسيم الأفراد إلى جماعات إلى الوجهات التالية :

- هؤلاء الذين ليس لديهم أي انحراف صحي أو بدني ، وعلى ذلك لا نحد من نشاطهم الرياضي وهؤلاء يشتركون في نشاط البرنامج العام .
- الذين يشكون من ناحية أو أكثر من الانحرافات الصحية يحتاجون لتحديد واضح في نشاطهم ، وهؤلاء يوضعون في نطاق التحديد الكبير من المحتمل أيضاً أن يوجد بين هذه المجموعة بعض الحالات المؤقتة أو الدائمة أو الحادة ، وأن يدخل ضمنها الأفراد الذين ينصح لهم بفترات خاصة للراحة ، وتستطيع الجماعة المحددة للنشاط تحديداً متوسطاً أو كبيراً أن تمارس النشاط العلاجي ، وكذلك تعلم بعض الألعاب الرياضية ، وبالمثل يمكن توجيه أفرادها في مسائل القوام وميكانيكية الجسم إذ احتاج الأمر ، ويمكن كذلك تنظيم بعض ألوان النشاط الذي يجمع أفراد هاتين الجماعتين بأفراد البرنامج العام لغرض إكسابهم خبرات جديدة في اللعب ورفع روحهم المعنوية .

10-3- الاجتماع التمهيدي لمناقشة النشاط الملائم :

بعد أن يتم إجراء الكشف الطبي ، وقبل أن يبدأ توزيع الأفراد على جماعات النشاط يجب أن تنظم بعض الاجتماعات التمهيدية مع كل فرد لتعريفه بنتائج الكشف الطبي ، وتوضيح سهولة العلاج ويسره إذا ما ساعد الفرد في تنفيذ التعليمات ولهذه الاجتماعات قيمة كبيرة بالنسبة للفرد ، ويحضر هذا الاجتماع الطبيب الأخصائي الاجتماعي والمشرف الرياضي ، وينحصر الغرض الأساسي من هذا الاجتماع في ما يأتي :

- توطيد أطر المودة مع الفرد واكتساب ثقته .

- تحديد أحسن الوسائل لتحسين حالاته الوظيفية .
- وضع أسس السيطرة على الحالة لمنع تفاقمها.
- استعراض العادات الصحية الخاصة للفرد ، ووضع الخطط لتحسين الأحوال المعيشية والصحية إن أمكن .
- تسجيل أي مظاهر انحرافية أو أي اتجاهات عقلية خاصة .
- تحديد ميول ورغبات الفرد الترويحية .
- الاتفاق على البرنامج التجريبي للنشاط البدني الرياضي المكيف نتيجة للتفكير المشترك بين الفرد والمشرفين والطبيب وترجمة التشخيص الطبي إلى نشاط رياضي وحركي ملائم .
- تنمية استيعاب الفرد للخبرات التي سيقابلها في البرنامج الذي اتفق عليه وتم رسمه، ويرتبط نجاح البرنامج بمدى فهم الفرد لمشاكله الخاصة ، ومدى ما يكتسبه من مهارات وقدرات تمنعه من الارتباك أو الفشل ، وإتاحة الفرصة له لكي يعمل بجهده في تحسين حالته حتى يصبح كسائر الناس . (خطاب وزكي ، 1965، ص 135-136).

خلاصة :

من خلال عرضنا لهذا الفصل المتعلق بالنشاط البدني الرياضي والنشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة نستنتج أنه وسيلة يتمكن المعاق من خلالها من التقرب أكثر نحو الأفراد الآخرين ، والتعامل معهم بطريقة مريحة تساعده على الخروج من عزلته وتحدي إعاقته من خلال تعزيز ثقته بنفسه كل هذا يتم من خلال النشاطات البدنية التي تبين قدرته على العطاء والتعبير عن شعوره وقدراته الشخصية .

فالنشاط البدني الرياضي يساعد على وضع حدود للصورة الجسدية ويعلم الصبر والاستقرار في السلوك والتصرفات ، كما أكد الأخصائيون أنه يساعد في التوازن الحسي الحركي .

ويعتبر النشاط البدني الرياضي بطابعه الاجتماعي من السمات المرغوبة للمعوقين حركيا ، كونهم يعانون من العزلة والانطوائية وهم أكثر حاجة إلى أن يعتبرهم الآخرون من الأفراد العاديين ، حتى تعطى لهم الفرصة للإبداع وتبيين قدراتهم الشخصية كما أن حالتهم الصحية تستدعي بالضرورة ممارسة هذا النوع من النشاطات .

الفصل الثاني

ذوي الاحتياجات الخاصة

(فئة المعاقين حركياً)

تمهيد :

لقد تعددت التسميات التي أطلقت على الأشخاص المعاقين باختلاف أنواعهم وفئاتهم وهذه التسميات أطلقت حسب المستوى الاجتماعي للناس المتحدثين ، فمنهم من أطلق تسمية ذوي العاهات ، والخواص والعجزة ، وغير الأسوياء .

ولقد كان ظهور مصطلح ذوي الاحتياجات الخاصة في مجال التربية الرياضية بدلا من مصطلح المعوقين والذي ارتبط في أذهان الناس في مجتمعاتنا .

ومما لا شك فيه أن الإعاقة الجسمية تشكل مشكلة تربية وتأهيلية خطيرة، إذ ينتج عنها عدم قدرة المصاب على التوافق النفسي والاجتماعي. حيث تؤثر تأثيراً بالغاً على شخصية المصاب والمكونات المعرفية والانفعالية وإمكانات التفاعل الاجتماعي لديه. فالإعاقة الجسمية بما تفرضه من حدود على إمكانات وقدرات وتفاعلات الفرد تؤثر على مفهومه لذاته وتنتقص من ثقته في نفسه وتشعره بالقلق والعجز، ومن ناحية أخرى فإن الإصابة تؤثر على أساليب تفاعل الأسرة مع الطفل المعاق جسماً فقد تلجأ تارة إلى الإنكار وإهمال الطفل، أو تصاب بالقلق والإحساس بالحسرة، أو تلجأ إلى الإشفاق على الطفل وحمائته خوفاً عليه، وبالتالي لا تهتم بعمليات تأهيله تربوياً أو مهنياً مما ينعكس على شخصيته

ومن ضمن الإصابات التي قد تصيب الإنسان الإعاقة الحركية والتي زادت معدلاتها في وقتنا الحالي نظراً لعدة أسباب منها الوراثية ومنها البيئية المكتسبة .

1- ذوي الاحتياجات الخاصة :

تعددت تعريفات فئة ذوي الاحتياجات الخاصة ومن بينها تعريف " عبد المطلب القريطي " بأنهم أولئك الذين ينحرفون على المستوى العادي أو المتوسط في خاصية ما من الخصائص ، أو جانب ما ، أو أكثر من الجوانب الشخصية ، إلى الدرجة التي تحتم احتياجهم إلى خدمة خاصة ، تختلف على ما يقدم إلى أقرانهم العاديين ، وذلك لمساعدتهم على تحقيق أقصى ما يمكن بلوغه من النمو والتفوق .

(السويدان ، 2007،ص34)

الانحراف هو الميزة التي تتميز بها شخصية هذه الفئة عن غيرها .

ويقسم وليد السيد أحمد خليفة فئة ذوي الاحتياجات الخاصة إلى قسمين رئيسيين هما :

- ذوي الاحتياجات الخاصة الايجابية : ويشمل فئة الموهوبين والمتفوقين عقليا .
- ذوي الاحتياجات الخاصة السلبية : وتتضمن ذوي الإعاقة البصرية والعقلية ، والإعاقة السمعية ، وذوي الاضطرابات والمهارات الحركية (خليفة ، 2006، ص 64).

ويفهم من هذا أن فئة الموهوبين والمتفوقين عقلياً ليست حكراً على الفئة العادية .

وفي تعريف آخر نجد أنهم " الأفراد الذين يحتاجون لخدمات التربية الخاصة ، والتأهيل والخدمات

الداعمة لهما ليتسنى لهم تحقيق أقصى ما يمكنهم من قابليات إنسانية " (الحديدي ، 2009،ص26)

نستنتج أن هذه الفئة تحتاج إلى تربية ورعاية خاصة ، تتوفر فيها كل المستلزمات التي تعوض نقائصهم

وتساعدهم على التأقلم مع حالاتهم والتكيف مع المجتمع من أجل تحقيق القابلية الإنسانية .

2- المعاق :

يعرف بأنه كل شخص عاجز كلياً أو جزئياً ، عن ضمان حياة شخصية أو اجتماعية طبيعية نتيجة

نقص خلقي أو غير خلقي في قدراته الجسمية أو العقلية (رائد محمد ، 2008 ، ص32) .

والمعاق هو فرد أصيب بإعاقة عقلية أو جسمية أو حسية دون ذنب جناه سوى أنه ينقص على أقرانه

بسبب هذه الإعاقة .(رائد محمد ، 2008 ، ص 32)

ويعرف أيضاً بأنه كل شخص ليست قدرة كاملة على ممارسة نشاط أو عدة أنشطة للحياة العادية نتيجة إصابة وظائفه الحسية أو العقلية ، أو الحركية ، إصابة ولد بها أو لحقت به بعد الولادة (الشيباني ،1989، ص 14) .

■ الشخص المعوق :

لا يمكن التكلم عن الإعاقة دون التطرق إلى الشخص المعوق ومعرفته حق المعرفة إذ نجد اختلاف وتضارب في المفاهيم حسب المختصين في المجال .

حسب التعريفات نذكر منها ما يلي :

ما جاء به كل من صالح " عبد الله الزغبى " وأحمد سلمان " العوالمة " من خلال تعريفهما للمعاق أنه " الشخص المصاب وغير القادر على القيام بالحركة والنشاط نتيجة خلل حد من نموه العقلي والاجتماعي والانفعالي مما يستدعي رعاية خاصة . (العوالمة ، 2000، ص 29).

ويمكن تعريف الشخص المعاق أنه الشخص الذي لديه عائق جسدي يمنعه من القيام بنشاط ما وهذه الإعاقة تكون إما ولدت معه أو كانت نتيجة حادث .

3- تعريف الإعاقة الحركية :

لم يتفق أهل الاختصاص على تعريف واحد متفق عليه للإعاقة الجسمية والحركية ؛ ذلك لصعوبة حصر أفراد هذه الفئة وتصنيفها تصنيفاً موحداً ، ولاكتشاف أمور جديدة فيها ، ولا بأس أن نعرض بعض التعاريف للإعاقة الحركية والجسمية ، فهناك من يعرف الإعاقة الجسمية بأنها :

العجز في وظيفة أعضاء الجسم ، سواء كانت أعضاء مرتبطة بالحركة كالأطراف ، أو أعضاء متصلة بالحياة كالقلب ، وتكون صفة دائمة تؤثر على ممارسة الفرد لحياته الطبيعية . (حنا وآخرون ،1997ص 87) .

ومنهم من يعرف الإعاقة الحركية بأولئك الأطفال الذين يعانون من اضطرابات حركية حسية سمعية أو بصرية والتي قد تؤثر في سلوكهم المدرسي إلى درجة تستدعي معها الحاجة إلى خدمات التربية الخاصة (سليمان، 2002، ص55).

ويعرف الروسان الإعاقة الحركية بأنها : حالات الأفراد الذين يعانون من خلل ما في قدرتهم الحركية أو نشاطهم الحركي بحيث يؤثر ذلك الخلل على مظاهر نموهم العقلي والاجتماعي والانفعالي ويستدعي الحاجة إلى التربية الخاصة (الروسان، 2001، ص269).

ويعرف فهمي الإعاقة الحركية بأنها كل ما يتصل بالعجز في وظائف أعضاء الجسم سواء كانت بالحركة أو بالأعضاء المتصلة بعملية الحياة البيولوجية كالقلب والرئتين وما شابه ، والمقصود بالإعاقة الحركية ليس حالات الأمراض العارضة التي لا يترتب عنها عجز حقيقي في قدرة الفرد الطبيعية على أداء دوره الاجتماعي ولكن المقصود الإصابة الجسمية التي لها صفة الدوام ، والتي تؤثر تأثيراً حيوياً على ممارسة الفرد لحياته الطبيعية سواء كان تأثيراً تاماً أو نسبياً . (فهمي ، 1983، ص51) .

وتعرف الحكومة الفيدرالية في الولايات المتحدة الأمريكية 1977 الإعاقة الحركية بأنها: إصابة جسمية شديدة تؤثر على قدرة الفرد على استخدام عضلاته وتؤثر على أدائه الأكاديمي بشكل ملحوظ ومنها ما هو خلقي ومنها ما هو مكتسب (العزة، 2001، ص194).

من خلال النظر إلى هذه التعريفات نرى أنها تجمع على ما يلي:

- وجود خلل في جميع الأعضاء المسؤولة عن حدوث هذه الإعاقة، سواء كانت عصبية أو عظمية أو عضلية.
- إن هذه الإعاقة تفقد الفرد المصاب بها القدرة على القيام بالوظائف التي يجب أن يقوم بها الجسم والمتعلقة بنشاطاته الحياتية الجسمية.
- إن هذه الحالة بحاجة إلى تدخل طبي واجتماعي ومهني.
- إن سببها قد يكون خلقي أو مكتسب.

ومما لا بد معرفته أن الشخص الذي تتأثر قدراته بسبب القصور الجسمي الذي يعاني منه ، هو الذي يحتاج إلى تدريب وخدمة خاصة ليرتقي بمستواه ما أمكن ، فهو قد لا يعاني من أي مشكلة في اكتساب المعلومة والتعامل معها ، فما يحتاج إليه هو العلاج الطبي أو الفيزيائي ، فالفرد الذي تكون رجله صناعية ولا تحد من نشاطه ومشاركاته ، فلا يصنف من ذوي الإعاقة الجسمية.

4- المعوق حركياً :

هو الشخص الذي لديه عائق جسدي يمنعه من القيام بوظائفه الحركية بشكل طبيعي نتيجة مرض أو إصابة أدت إلى ضمور في العضلات أو فقدان القدرة الحركة أو الحسية أو كليهما معاً في الأطراف

السفلى والعليا أحياناً أو إلى اختلال في التوازن الحركي أو بتر في الأطراف، ويحتاج هذا الشخص إلى برامج طبية ونفسية واجتماعية وتربوية ومهنية لمساعدته في تحقيق أهدافه الحياتية والعيش بأكبر قدر من الاستقلالية). (الهوامله ، 2003 ، ص39).

5- أسباب الإعاقة الحركية :

إن الإعاقة الحركية شأنها شأن الإعاقات الأخرى ، فيمكن أن نتحدث عن ثلاثة أسباب رئيسة تكون وراء الإصابة بالإعاقة الحركية وهي باختصار :

1-5- قبل الولادة Prenatally: وهي التي تنتج عن خلل جيني أو موروث ، أو تكون نتيجة التعرض للضرب الشديد أو السقوط أو الحوادث أثناء فترة الحمل ، أو تعاطي الكحول والتدخين ونقص التغذية .

2-5- أثناء الولادة Perinatally: ومن أهمها نقص الأكسجين أثناء الولادة ، أو استخدام أجهزة طبية كالملاقط والشفط مما يؤدي إلى تهتك خلايا الدماغ .

3-5- ما بعد الولادة Postnatally: وهناك الكثير من المسببات تحدث بعد الولادة ولكن من أهمها : الالتهابات التي تصيب الطفل في بداية مرحلة النمو كالتهاب الدماغ والحبل الشوكي ، أو تناول مواد سامة أو كيميائية ، أو التعرض للصددمات والسقوط والحوادث. (سيسالم،1998،ص 48).

4-5- الإعاقة الحركية المكتسبة :

هي تلك الإعاقات الحركية التي لا تولد مع الطفل وتحدث له في المراحل المختلفة من حياته وغالباً ما تكون أسبابها بيئية ومن الأمثلة على ذلك :

- البتر : نتيجة التشوهات أو الحروق ، وحتى الأمراض المزمنة مثل ضغط الدم والسكري .
- الخلع الوركي : الذي يحدث في الغالب جراء بعض الحوادث أو كمضاعفات للشلل الدماغي .
- حوادث الطرقات والحروب والحوادث المهنية والحوادث المنزلية والحوادث الطبيعية .

وغالباً ما تأتي الإعاقة الحركية المكتسبة بعد اختبار الفرد للحياة العادية ، بحيث يتعود على الحركة أو المشي بصفة طبيعية ، ويتقدم في نواحي مختلفة من انشغالاته أو مشاريعه خاصة إذا كانت الحركة هي أساس النجاح في أعماله، حتى تصادفه أو تفاجئه الإعاقة نتيجة لأحد الأسباب الأنفة الذكر ، فتسبب له عجزاً بترك آثار متفاوتة التأثير على جوانب شخصية هذا الفرد ، وقد تحول هذه الإعاقة الحركية دون مواصلته الطريق نحو أهدافه التي رسمها من قبل . (الخطيب،1998،ص 254)

6- خصائص المعوقين حركياً :

1-6- خصائصهم التربوية والاجتماعية :

من خصائص هؤلاء الأطفال أن لديهم مشكلات في:

- عادات الطعام واللباس.
- عادات في مشاكل التبول وضبط المثانة والأمعاء
- الانطواء الاجتماعي وقلة التفاعل الاجتماعي والانسحاب والأفكار الهازمة للذات.
- يعانون من نظرة المجتمع نحو قصورهم الجسمي وأجسامهم بالدونية.
- الاعتمادية على الآخرين والخجل والعزلة.
- صعوبات في مجال اللغة والحواس والتعلم.

2-6- خصائصهم التعليمية:

تعتمد خصائصهم التعليمية على خصائصهم الجسمية والنفسية والعصبية، حيث أن هؤلاء الأطفال لديهم مشكلات في:

- الانتباه وتشنت وصعوبة في التركيز والتذكر والاسترجاع والحفظ والنسيان.
- نقص في تآزر حركات الجسم.
- لديهم صعوبات في مجال التعلم حيث أنهم لا يتعلمون بسهولة ولا يتعلمون بسرعة. لذلك فهم بحاجة إلى مناهج واستراتيجيات تربوية خاصة تراعي إعاقاتهم بحيث تعتمد على التبسيط والانتقال من السهل إلى الصعب، ومن البسيط إلى المركب والاعتماد على النمذجة والتلقين وتشكيل السلوك وتسلسله وتقديم التعزيز الإيجابي والتغذية الراجعة الايجابية والبيولوجية، وتجزئ المهارات والمهام المطلوبة منهم.
- وتتباين درجة الإعاقة الحركية من البسيطة إلى المتوسطة إلى الشديدة وبالتالي يجب على معلم التربية الخاصة معرفة خصائصهم الجسمية والنفسية والاجتماعية والتربوية والعصبية والتعليمية والمهنية والتدريبية، لكي يستطيع تقديم البرامج التربوية التي تناسبهم والارتقاء بهم إلى أقصى درجة ممكنة.

(العزة، 2001، ص 387-388)

ومما لا شك فيه أن الإعاقة الجسمية تشكل مشكلة تربوية وتأهيلية خطيرة، إذ ينتج عنها عدم قدرة المصاب على التوافق النفسي والاجتماعي. حيث تؤثر تأثيراً بالغاً على شخصية المصاب والمكونات المعرفية والانفعالية وإمكانات التفاعل الاجتماعي لديه.

فالإعاقة الجسمية بما تفرضه من حدود على إمكانيات وقدرات وتفاعلات الفرد تؤثر على مفهومه لذاته وتنتقص من ثقته في نفسه وتشعره بالقلق والعجز، ومن ناحية أخرى فإن الإصابة تؤثر على أساليب تفاعل الأسرة مع الطفل المعاق جسماً فقد تلجأ تارة إلى الإنكار وإهمال الطفل، أو تصاب بالقلق والإحساس بالحسرة، أو تلجأ إلى الإشفاق على الطفل وحمايته خوفاً عليه، وبالتالي لا تهتم بعمليات تأهيله تربوياً أو مهنياً مما ينعكس على شخصيته.

3-6- الخصائص الجسمية للمعاق حركياً :

- اضطراب في نمو عضلات الجسم .
- مشكلات في العظام .
- مشكلات في القدرة على العناية بالذات ونشاطات الحياة اليومية .
- ضعف في التآزر والتوازن الحركي .
- تعابير وجه غير عادية .
- سيلان اللعاب من الفم .
- صعوبة في الحراك الاجتماعي .
- ضعف المهارات الدقيقة (مثل عدم مسك القلم بالطريقة الصحيحة أو استخدام المقص)
- ضعف المهارات الكبيرة (مثل عدم القدرة على المشي بطريقة طبيعية وضعف التآزر البصري والحركي). (غنيم ، 2016، ص 44-45)

4-6- الخصائص العصبية للمعاق حركياً :

لدى هؤلاء الأطفال مشاكل تتعلق بتلف الدماغ أو خلل وظيفي في عم الخلايا الحركية، كما أن لديهم مشاكل خاصة بالحبل الشوكي ، ومشكلات في مجال الرؤية والسمع ناتجة عن الإصابات العصبية بسبب أمراض مثل : التهاب السحايا ، والسل ، الحصبة الألمانية ، الزهري ، وغيرها مسئولة عن اتلاف في الجهاز العصبي . إن مثل هؤلاء الأطفال بحاجة إلى معالجة الأمراض التي قد تكون مسئولة عن إعاقتهم الحركية بدءاً بالتطعيم الثلاثي ، والتشخيص ، العلاج ، التأهيل ، والتدريب . وقد تنتج المشاكل العصبية لديهم عن سوء التغذية والحرمان وتعرضهم لإصابات الرأس والرضوض والكسور في الجسم . (العزة 2009،ص198) .

5-6- الخصائص النفسية للمعاق حركياً :

تتباين الخصائص السلوكية عند الأطفال المعاقين حركياً حسب نوع الإعاقة ، وبالرغم من ذلك توجد خصائص سلوكية مشتركة بينهم وتتأثر هذه الخصائص بآراء الآخرين وأحكامهم التي يصدرونها عن الشخص المعوق ، فنوعية معاملة الآخرين للشخص المعوق ونظرتهم إليه وكيفية إدراكه لإعاقته ، كلما زاد القلق والتوتر واضطراب الشخصية ويمكن تقسيم هذه الخصائص إلى :

- الانسحاب والخجل .
- الانطواء على الذات .
- الاكتئاب والحزن .
- عدم الرضا عن الذات .
- الشعور بالعجز والاعتمادية والقلق (غني وغنيم، 2016، ص 41-42) .

6-6- الخصائص المهنية للمعاق حركياً :

- لا يستطيعون القيام بالأعمال التي تحتاج إلى مهارات عالية .
- لا يستطيعون القيام بالأعمال الشاقة .
- تؤثر الإعاقة البدنية على ميول المعاقين المهنية (النوايسية ، 2013ص212)

7- أنواع الإعاقة الحركية :

1-7- الشلل :

هو مرض طارئ ومفاجئ تؤدي الإصابة به إما إلى شلل خفيف لعضو أو لعدة أعضاء ، أو للأعضاء الأربعة ، ويحتاج المصابون بالشلل إلى مجموعة من الخدمات المتعددة منها الطبية والاجتماعية والنفسية والتعليمية ، مما يستدعي إقامة المصاب في المستشفيات والمصحات أو الخضوع لبرنامج طبي علاجي من أجل تدريب العضلات وتقويتها ، أو بالتصحيح الجراحي للعظام مع العلاج الطبي فيما بعد .

2-7- العجز الحركي الدماغي (الشلل المخي) :

يتمثل في صلابة الأعضاء أو في الحركات اللاإرادية فمنها ما يكثر فيه انقباض الأعضاء فتكون الحركات بطيئة جداً وتتطلب جهداً كبيراً ، أو فيه اضطرابات الحركة مثل حركات لاإرادية يتعذر كبحها مع إخلال عام في وضع الجسم ، وعدم التنسيق في الحركات ، وتختلف الأعراض الإكلينيكية

للعجز الحركي الدماغى المخى باختلاف الجزء أو أجزاء المخ التى أصابها التلف ، ويتضمن هذا الاعتراض إصابة بعض أجزاء الجسم على النحو التالى :

- الشلل المنفرد : يكون طرف واحد فى الجسم الذى تأثر بالإصابة .
- الشلل الجانبى : يكون جانب واحد من الجسم الذى تأثر بالإصابة .
- الشلل الثلاثى : إن الإصابة عادة تشمل ثلاثة أطراف عادة تكون الساقين أو أحد الذراعين .
- الشلل النصف سفلى : تحدث الإصابة فى الساقين فقط .
- شلل الجانبين : تتأثر الأطراف الأربعة ، إلا أن الإصابة فى الساقين تكون أكثر وأشد من الذراعين .

- الشلل المزدوج : تتأثر الأطراف الأربعة ، إلا أن الإصابة فى أحد جانبي الجسم تكون بدرجة أشد من الجانب الآخر .

ويقسم الشلل المخى أو العجز الدماغى إلى عدة أنواع حسب مظهره الخارجى فىرى بعض

العلماء تقسيم الشلل المخى إلى ثلاثة أقسام كالتالى :

- الشلل المخى المصحوب بتشنجات .
- الشلل المخى المصحوب بأعراض شبه حركات الرقص .
- الشلل المخى المصحوب بالتخلج (عدم الإنتظام)

7-3- سوء التركيب الخلقى :

- تشوه فى الهيكل العظمى (كسر عظمى أو كسور متكررة سببها هشاشة مرضية للعظام) .
- تشوه القدم .
- تشوه اليد .
- الاجتذاب .

7-4- الكساح :

وهو شلل يصيب النصف السفلى من الجسد ، أو أربعة أعضاء ، وهو ناجم عن رضوض تسبب ضرر فى النخاع الشوكى .

7-5- الفالج الشقى :

وتتمثل في إصابة الذراع والساق في الجهة التي يكون مصدرها جرحي ، وعند الشباب يتسبب هذا النوع من الإعاقات بحوادث الدراجات النارية .

7-6- البتر للعضو :

ويكون إما خلقياً أو مكتسباً ، وينجر عنه العائق الحركي ، ويتطلب إعداد الأجهزة الملائمة للتعويض والتدريب . (المرزوقي ، 1982، ص 131) .

8- درجات الإعاقة الحركية :

8-1- الإعاقة الحركية الخفيفة :

يكون الشخص فيها مستغنياً عن مساعدة الآخرين وهذا بسبب إمكانية تلبية احتياجاته بنفسه ، ويخص هذا النوع من الإعاقة ، الأشخاص الذين يعانون من الألم في العظام وفي المفاصل دون النقاط العصبية وعلى سبيل المثال : انحراف العمود الفقري وانفصال العظام .

8-2- الإعاقة المتوسطة :

تكون للشخص هنا فرصة لإعادة تكييفه المهني والاجتماعي من طرف مختصين ويخص هذا النوع من الإعاقة الأشخاص الذين يعانون من النقص في المناطق العصبية المحاطة بعصب أو عدة أصاب ، ويكون مصحوباً بانخفاض في القوة العضلية كشلل الأطفال مثلاً .

8-3- الإعاقة الخطيرة :

هذه الإعاقة تمنع الأشخاص من أن يحصلوا على درجة كافية من الحركة ، فالمعوق هنا في حاجة دائمة إلى مساعدة الآخرين لقضاء حاجته حتى الضرورية منها ، ذلك أن هذه الإعاقة خطيرة تعيب المناطق العصبية المركزية ، كالنخاع الشوكي أو الممر الحركي العصبي ، وهذا بدوره يؤدي للشلل كمرض الميوباتي الذي يصيب الأطراف الأربعة . (بن جعفر ، 1982، ص 223) .

9- الآثار الناتجة عن الإعاقة الحركية :

لا يمكننا وصف الآثار وصفاً دقيقاً ومحدداً ، وهذا لاختلاف المعايير التي يجب التقيد بها مثل : السن فالمعوق الراشد ليس كالمعوق الطفل ، وحسب نوع الإعاقة وصنفها ، فالمعوق إعاقة خلقية ليس كحامل الإعاقة المكتسبة .

وهذا ما سيوضح عند تقسيم الآثار :

9-1- الآثار الاجتماعية :

إن تحدثنا عن الآثار الاجتماعية يتطلب منا التحدث عن مجتمع المعوق الذي نحن بصدد دراسته ، فالمجتمع الإسلامي هو عبارة عن مجتمع خلقي مبني على التكامل والتلاحم الاجتماعي والتآخي ، إلا أن البعض أخطأ بين الشعور بالرحمة والإحساس ، وبين واجب خلطته الظروف . وهنا تسيطر العاطفة على شخصية المعوق على حساب الجانب العلمي ، فمنهم من يحسن للمعوق ببعض الشفقة ولذا أسندت مهمة رعاية وتأهيل المعوقين للجمعيات الخيرية ، وهذا لاحتوائها على أخصائيين أكفاء في مجال التأهيل (بن جعفر ، 1982، ص 17) .

9-2- الآثار البدنية :

إن الحالة الوظيفية والبيولوجية للمعوق تؤدي به إلى صعوبة أو استحالة القيام ببعض الأشياء التي يقوم بها الشخص العادي ، فالمعوق عند رؤيته لما يقوم به الأشخاص العاديين يتأثر ، لذا يستوجب عليه القيام ببعض النشاطات الملائمة لإعاقة ، فالذي لديه شلل نصفي ، لا يمنع من لعب كرة السلة على الكراسي المتحركة وتحقيق ما يحققه الشخص العادي . (حلمي وفرحات ، 1998، ص 75) .

9-3- الآثار النفسية :

تنتج عن الإعاقة آثار نفسية قد تحدث تغيرات كبيرة في شخصية الفرد لذلك يجب توفير أساليب الرعاية النفسية المناسبة للمعاقين . إن الواقع النفسي للإعاقة يختلف باختلاف سببها، فالمعوق إعاقة مكتسبة يتأثر نفسياً أكثر من الذي لديه إعاقة خلقية ، هذا الأخير الذي تعود على الإعاقة منذ ولادته . فرغم ما تؤثر به الععاقة على المعوق فليس معنى هذا أنها تنقص من قدراته أو تضعف من معنوياته ، ولقد اثبتت عدة تجارب ان المعاق إعاقة حسية أو حركية تكون لديه دوافع قوية لتحدي الصعوبات وتنمية موهبته وقدراته . (بن جعفر ، 1982، ص 18) .

10- حاجات المعاق حركياً :

إن احتياجات الفرد المعاق حركياً كثيرة وتعدد وهي تزداد أكثر مع انتشار وباء كورونا ونذكر منها :

10-1- تصنيف " كردينال " :

• الحاجة للحب .

• الحاجة إلى علاقات الأمن مع السلطة .

• الحاجة إلى موافقة الأقران .

10-2- تصنيف " إبراهيم الغمري " :

• الحاجات الفيزيولوجية : الغذاء ، الماء ، الراحة ، المأوى .

• الحاجات الاجتماعية : التعاطف ، القبول .

• حاجات إشباع الذات : التحكم ، الاستقلال ، الإنجاز (غنيم و غني، 2016، ص 128-130) .

10-3- الحاجيات الصحية والتأهيلية للمعاق حركياً :

• العلاج .

• الرعاية البدنية .

• أجهزة تعويضية .

• الحركة والتنقل ، وسيلة للتواصل .

• استعمال المرحاض .

• ارتداء الملابس . (غزال، 2016، ص 187-191) .

10-4- الحاجات النفسية للمعاق حركية :

• الحاجة إلى الإرشاد النفسي .

• الحاجة إلى توفير أجواء نفسية مريحة للمعاقين بدنياً .

• تقديم التشجيع والدعم النفسي .

• إشراكهم في خبرات سارة .

• الحاجة للتأهيل المهني .

10-5- الحاجات التربوية للمعاق حركياً:

• الحاجة إلى مناهج دراسية وأساليب تعليمية مناسبة .

• الحاجة إلى التعزيز الإيجابي والبعد عن أساليب العقاب المختلفة .

• تجزئة المعرفة والمهارات المقدمة إليهم . (النوايسة ، 2013 ، ص 210-211)

11- إرشاد الأشخاص المعوقين حركياً:

يعتبر الإرشاد من الخدمات الأساسية التي يجب أن تسير جنباً مع الخدمات التربوية، والتأهيلية، ذلك أن الإرشاد يعتبر جزءاً هاماً من عملية التربية الشاملة التي تساعد الإنسان على مواجهة المشكلات وحلها.

ويمكن تحديد الأهداف التالية للإرشاد:

- 1- مساعدة المعاقين حركياً على تقبل إعاقتهم والتعايش مع إعاقتهم وما يترتب عليها من نتائج تتعلق بإمكاناتهم وقدراتهم.
- 2- مساعدة المعاقين حركياً على التكيف والتعايش مع إعاقتهم ومواجهة المشكلات المرتبطة بإعاقتهم.
- 3- تزويد المعاقين حركياً لمعلومات أساسية عن التأهيل والتدريب والعلاج المتوفر في المجتمع وكيفية الحصول عليها.
- 4- مساعدة أسر المعاقين حركياً على تقبل إعاقة ابنهم والتكيف معها.
- 5- مساعدة أسر المعاقين حركياً على القيام بالأدوار الموكولة لكل فرد وتحديد مسؤولياته.
- 6- مساعدة أسر المعوقين حركياً على التكيف مع إعاقة ابنهم ومع المجتمع.
- 7- مساعدة أسر المعوقين حركياً على فهم الدور الذي يجب أن تقوم به لمساعدته على النمو وأهمية التربية الخاصة في التأهيل، وكذلك أهمية المشاركة في الرشاطات الاجتماعية والترويحية.
- 8- مساعدة أسر المعوقين حركياً في الحصول على المعلومات وعلى مصادر الدعم والخدمات اللازمة. (الهواملة، 2003ص87).

خلاصة :

تعتبر الإعاقة الحركية أنواع تختلف باختلاف مرجع الإعاقة ، قد تكون إصابة في الجهاز العصبي أو إصابة في عضلية أو أمراض مزمنة ، وتتعكس على الشخص المعاق على عدة مستويات نفسية واجتماعية مما يستدعي الرعاية الخاصة عن طريق التكفل النفسي والتأهيل الجسدي والدمج الاجتماعي والمهني .

ومع انتشار وباء كورونا تزداد احتياجات المعاقين حركيا خاصة وأنهم أكثر عرضة للإصابة بهذا المرض إضافة إلى ضعف مناعتهم لذلك وجب التكفل بهم وتلبية حاجاتهم الصحية والنفسية والاجتماعية لغاية تجاوز مرحلة هذه الجائحة .

الفصل الثالث

فيروس كورونا (كوفيد-19)

تمهيد:

تعتبر الفيروسات أنها من أهم المواضيع التي تناولتها الأبحاث الحديثة نظراً لما تسببه هذه الكائنات من أمراض ومضاعفات خطيرة للإنسان والحيوان حتى في أيامنا هذه ، حيث أن بعضاً من هذه الفيروسات تستطيع البقاء في وضع ساكن لوقت طويل ثم تنشط لإحداث العدوى عند توفر الظروف المناسبة لذلك وبإمكانها إصابة العديد من الكائنات الأخرى كذلك ، وهذا ما شهده العالم في نهاية سنة 2019 إثر تفشي وباء كورونا كوفيد-19 وقدرته على التغلب على الجهاز المناعي للإنسان مما سبب شلل في جميع القطاعات الحياتية في العالم خوفاً من انتشار المرض وفقدان السيطرة عليه .

فقد تركت أزمة كورونا العديد من الآثار على كافة المجتمعات وكافة قطاعات المجتمع (الصحية والاجتماعية والاقتصادية والتعليمية) وقد تأثر قطاع التعليم العام عامة وقطاع التربية والتعليم والإشراف على ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة خاصة ، فهم في معظم الأحوال يحتاجون إلى الإشراف المباشر ، لظروف إعاقاتهم فضلاً عن تنفيذ البرامج والخطط العلاجية لتنمية المهارات وتعديل السلوك وهو ما تأثر بتعليق الدراسة .

1- التعريف بفيروس كورونا :

تشكل فيروسات كورونا عائلة كبيرة من الفيروسات المعروفة بأنها تسبب أمراضاً للحيوان وللإنسان الذي تصيبه بأمراض تتراوح حدتها بين الإصابة بنزلة البرد الشائعة والمتلازمة التنفسية الحادة .

والفيروس الجديد مختلف عن كل الأوبئة المحدثة من طرف فيروس كورونا ، مثل 229E ،
. Sars-cov-HKUI

وهو ينتمي إلى السلالة C والذي أطلقت عليه المنظمة العالمية للصحة مؤخراً بمتلازمة الشرق الأوسط التنفسية .

وتعرفه منظمة الصحة العالمية :

فيروسات كورونا هي سلالة واسعة من الفيروسات التي قد تسبب المرض للحيوان والإنسان. ومن المعروف أن عدداً من فيروسات كورونا تسبب لدى البشر أمراض تنفسية تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد وخامة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس) والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس). ويسبب فيروس كورونا المُكتشف مؤخراً مرض كوفيد-19.

(منظمة الصحة العالمية 2019، www.who.int)

ويعد فيروس كورونا أحد الفيروسات الشائعة التي تسبب عدوى الجهاز التنفسي العلوي، والجيوب الأنفية، والتهابات الحلق ينتقل الفيروس بين البشر من شخص مصاب بالعدوى إلى شخص آخر عن طريق الاتصال المباشر دون حماية (الرداذ، إفرازات الأنف، اللعاب) (منظمة اليونسيف 2019، www.unicef.org).

2- تاريخ وتطور المرض :

قُدِّر أن أحدث سلف مشترك لفيروسات كورونا تواجد حوالي 8000 سنة قبل الميلاد . ويمكن أن يكون أقدم من ذلك بمدة معتبرة حيث يضع تقدير آخر السلف المشترك الأحدث لجميع فيروسات كورونا عند حوالي 8100 سنة قبل الميلاد .وُضِع أحدث سلف مشترك لفيروسات كورونا ألفا، كورونا بيتا و كورونا غاما، وكورونا دلتا عند حوالي 2400 قبل الميلاد، 3300 قبل الميلاد، 2800، قبل الميلاد، و3000 قبل الميلاد على التوالي و يبدو أن الخفافيش والطيور -الفقاريات الطائفة ذات الدم الحار -مضيفات مثالية لمصدر جين فيروس كورونا (الخفافيش لفيروسات كورونا ألفا وبيتا، والطيور لفيروسات كورونا غاما ودلتا) وبيئة مناسبة لدعم تطور فيروس كورونا وانتشاره

وقد تفرع فيروس كورونا البقري وفيروس كورونا الكلبى التنفسي عن سلف مشترك سنة 1951. وتفرع فيروس كورونا البقري وفيروس كورونا البشري OC43 سنة 1899. تفرع فيروس كورونا البقري عن أنواع فيروس كورونا الخيلي في نهاية القرن الثامن عشر. يقترح تقدير آخر أن فيروس كورونا البشري OC43 تفرع عن فيروس كورونا البقري سنة 1890 .

ويرجع تاريخ السلف المشترك الأحدث لفيروسات كورونا البشرية OC43 إلى العقد 1950. يبدو أن فيروس كورونا المرتبط بمتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس) الذي له صلة بالعديد من أجناس الخفافيش قد يكون تفرع من هذه الأخيرة منذ عدة قرون مضت. فيروس كورونا البشري NL63 وفيروسات كورونا الخفاشية تشارك في أحدث سلف مشترك منذ 563-822 سنة مضت. و تفرع أكثر فيروسات كورونا صلة بفيروسات كورونا الخفاشية وفيروس كورونا سارس سنة 1986. وقد تم اقتراح مسار تطور فيروس كورونا سارس وعلاقاته المتينة بالخفافيش. اقترح الباحثون أن فيروسات كورونا تطورت بشكل مشترك مع الخفافيش لمدة طويلة وأن أسلاف فيروس سارس أصابت بالعدوى لأول مرة أنواعا من جنس هيوسديردات ثم انتشر إلى أنواع خفاش حدوة الفرس وبعد ذلك إلى قط الزباد وفي النهاية إلى البشر.

وقد اكتُشفت فيروسات كورونا في عقد 1960، وأول الفيروسات المكتشفة كانت فيروس التهاب القصبات المعدي في الدجاج وفيروسان من جوف الأنف لمرضى بشر مصابين بالزكام سُميا فيروس كورونا البشري E 229 وفيروس كورونا البشري [6].OC43 منذ ذلك الحين تم تحديد عناصر أخرى من هذه العائلة بما في ذلك: فيروس كورونا سارس سنة 2003، فيروس كورونا البشري NL63 سنة 2004، فيروس كورونا البشري HKU1 سنة 2005، فيروس كورونا ميرس سنة 2012، وفيروس كورونا الجديد nCoV-2019 ، ومعظم هذه الفيروسات لها دور في إحداث عدوى جهاز تنفسي خطيرة بل وقد تؤدي إلى الموت . (ويكيبيديا 2019 ، www.wikipedia.org)

3- أصل تسمية فيروس كورونا :

اشتق اسم "coronavirus" عربياً: فيروس كورونا. باللاتينية (corona) :وتعني إكليل زهور أو الإكليل، كما تعني التاج أو الهالة. يُشير الاسم إلى المظهر المميز للفيروسات الشكل المُعدي للفيروس والذي يظهر عبر المجهر الإلكتروني، حيث تمتلك حُملاً/زغاباتٍ من البروزات السطحية البصلية الكبيرة، مما يُظهرها على شكل تاج الملك أو الهالة الشمسية. يحدث هذا التشكُّل عبر قسيماتٍ فولفية للشوكة الفيروسيّة(S) ، وهي بروتيناتٌ تملأ سطح الفيروس وتحدد انتحاء مضيف. (ويكيبيديا 2019 ، www.wikipedia.org)

في اللغة العربية، تُعتبر تسمية فيروس كورونا أكثر شيوعاً من باقي التسميات الأخرى، ولكن التسميات الأخرى أكثر دقة في الوصف، حيث يُسمى: الفيروس التاجي، فيروس الهالة أو الفيروس المكلل، الحمى التاجية الحمى الإكليلية، الحمى التاجية المكلفة. (ترجمة كلمة كورونا : alqamoos.com) .

4- تصنيفات فيروس كورونا البشري :

اعتقد أن فيروسات كورونا تُسبب نسبةً كبيرةً من حالات الزكام الحاصلة في البالغين والأطفال. تُسبب فيروسات كورونا الزكام مع أعراضٍ رئيسية، مثل الحمى وتورم الزوائد، خاصةً في البشر في فصل الشتاء وأوائل الربيع. قد تُسبب فيروسات كورونا ذات الرئة، سواء ذات الرئة الفيروسي مباشرةً أو ثانويًا مع ذات الرئة البكتيري. قد تُسبب أيضًا التهاب القصبات، سواء التهاب القصبات الفيروسي مباشرةً أو ثانويًا لالتهاب القصبات البكتيري. اكتُشف فيروس كورونا البشري المُنتشر في عام 2003، وهو فيروس كورونا المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (فيروس كورونا المرتبط بمتلازمة سارس)، والذي يسبب المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (السارس)، ويمتلك إمكانيةً مرضيةً فريدة من نوعها؛ وذلك لأنه يسبب العلوية والسفلية معاً. (forgie s , marrie tj,2009).

تُوجد سبع سلالاتٍ من فيروسات كورونا البشرية:

1. فيروس كورونا البشري (HCoV-229E)E229 .
2. فيروس كورونا البشري OC43 (HCoV-OC43) .
3. فيروس كورونا المرتبط بمتلازمة سارس (SARS-CoV) .
4. فيروس كورونا البشري NL63 (HCoV-NL63) .
5. فيروس كورونا البشري HKU1 .
6. فيروس كورونا المرتبط بمتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS-CoV) ، وعرف سابقًا باسم فيروس كورونا الجديد 2012. (HCoV-EMC) .
7. فيروس كورونا المستجد nCoV2019-، ويُعرف باسم ذات رئة ووهان أو فيروس كورونا ووهان.

(novel coronavirus,2019,www.cdc.gov)

5- تشخيص المرض :

نشرت منظمة الصحة العالمية عدة بروتوكولاتٍ لاختبارات فيروس كورونا المستجد يستخدم اختبار تفاعل البوليمراز المتسلسل للنسخ العكسي (rRT-PCR) يمكن إجراء الاختبار على عينات من الجهاز التنفسي أو الدم. تظهر النتائج عمومًا في غضون ساعات قليلة إلى أيام

تمكن علماء صينيون من عزل سلالة من فيروس كورونا ثم نشرها التسلسل الجيني بحيث يمكن للمختبرات في جميع أنحاء العالم تطوير اختبارات تفاعل البوليميراز المتسلسل (PCR) بشكل مستقل للكشف عن الإصابة بالفيروس .

حتى تاريخ السادس والعشرين من فبراير عام 2020، لم يصل العلماء إلى اختبارات أجسام مضادة أو تحاليل جاهزة لنقطة الرعاية الصحية لكن الجهود ماضية في طريق تطويرها .

اقترحت التوصيات التشخيصية التي أصدرها مشفى "زونغان" التابع لجامعة ووهان طرقاً لتشخيص العدوى بناء على العلامات السريرية والخطورة الوبائية. تضمنت هذه المعايير تحديد الأشخاص الذين يملكون اثنتين على الأقل من الأعراض التالية بالإضافة إلى قصة سفر إلى ووهان أو تواصل مع أحد المصابين: الحمى أو العلامات الشعاعية لذات الرئة أو ثبات عدد الكريات البيض أو نقصها أو نقص عدد الخلايا للمفاوية. أظهرت دراسة نشرها فريق من مشفى تونغجي في ووهان بتاريخ السادس والعشرين من فبراير عام 2020 أن التصوير المقطعي المحوسب يملك حساسية أعلى (98%) من تفاعل البلمرة التسلسلي (71%). يمكن أن تحدث النتائج السلبية الكاذبة نتيجة فشل العدة المخبرية، أو بسبب مشاكل في سحب العينة أو إجراء الاختبار. تعتبر النتائج الإيجابية الكاذبة نادرة نسبياً. (ويكيبيديا 2019 ، www.wikipedia.org)

6- أعراض المرض :

تتمثل الأعراض الأكثر شيوعاً لمرض كوفيد-19 في الحمى والإرهاق والسعال الجاف. وتشمل الأعراض الأخرى الأقل شيوعاً ولكن قد يُصاب بها بعض المرضى: الآلام والأوجاع، واحتقان الأنف، والصداع، والتهاب الملتحمة، وألم الحلق، والإسهال، وفقدان حاسة الذوق أو الشم، وظهور طفح جلدي أو تغير لون أصابع اليدين أو القدمين. وعادة ما تكون هذه الأعراض خفيفة وتبدأ بشكل تدريجي. ويصاب بعض الناس بالعدوى دون أن يشعروا إلا بأعراض خفيفة جداً .

ويتعافى معظم الناس (نحو 80%) من المرض دون الحاجة إلى علاج خاص. ولكن الأعراض تشتد لدى شخص واحد تقريباً من بين كل 5 أشخاص مصابين بمرض كوفيد-19 فيعاني من صعوبة في التنفس. وتزداد مخاطر الإصابة بمضاعفات وخيمة بين المسنين والأشخاص المصابين بمشاكل صحية أخرى مثل ارتفاع ضغط الدم أو أمراض القلب والرئة أو السكري أو السرطان. وينبغي لجميع الأشخاص، أيًا كانت أعمارهم، التماس العناية الطبية فوراً إذا أصيبوا بالحمى و/أو السعال المصحوبين بصعوبة في التنفس/ضيق النفس وألم أو ضغط في الصدر أو فقدان القدرة على النطق أو الحركة. ويوصى، قدر الإمكان، بالاتصال بالطبيب أو بمرفق الرعاية الصحية مسبقاً، ليتسنى توجيه المريض إلى العيادة المناسبة. (منظمة الصحة العالمية 2019، www.who.int) .

7- كيفية انتقال المرض :

يمكن أن يلقط الأشخاص عدوى كوفيد-19 من أشخاص آخرين مصابين بالفيروس. وينتشر المرض بشكل أساسي من شخص إلى شخص عن طريق القطرات الصغيرة التي يفرزها الشخص المصاب بكوفيد-19 من أنفه أو فمه عندما يسعل أو يعطس أو يتكلم. وهذه القطرات وزنها ثقيل نسبياً، فهي لا تنتقل إلى مكان بعيد وإنما تسقط سريعاً على الأرض. ويمكن أن يلقط الأشخاص مرض كوفيد-19 إذا تنفسوا هذه القطرات من شخص مصاب بعدوى الفيروس. لذلك من المهم الحفاظ على مسافة متر واحد على الأقل (3 أقدام) من الآخرين. وقد تحط هذه القطرات على الأشياء والأسطح المحيطة بالشخص، مثل الطاولات ومقابض الأبواب ودرابزين السلم. ويمكن حينها أن يصاب الناس بالعدوى عند ملامستهم هذه الأشياء أو الأسطح ثم لمس أعينهم أو أنفهم أو فمهم. لذلك من المهم غسل المواظبة على غسل اليدين بالماء والصابون أو تنظيفهما بمطهر كحولي لفرك اليدين.

وتعكف المنظمة على تقييم البحوث الجارية حول طرق انتشار مرض كوفيد-19 وستواصل نشر أحدث ما تتوصل إليه هذه البحوث من نتائج. (منظمة الصحة العالمية 2019، www.who.int)

وقد ذكرت منظمة اليونسيف على موقعهم الرسمي طرق انتقال فيروس كورونا كالتالي :

- الانتقال المباشر من خلال الرذاذ المتطاير من المريض أثناء السعال أو العطس
- الانتقال غير المباشر عبر لمس الأسطح والأدوات الملوثة، ومن ثم لمس الفم أو الأنف أو العين
- الاتصال المباشر مع المصابين.
- تناول الأطعمة دون طهي خاصة اللحوم والبيض .
- مشاركة أدوات الطعام والشراب (قنينة الماء، الملعقة، السندويش).
- الاتصال غير المحمي مع الحيوانات البرية أو حيوانات المزرعة الحية.

8- طرق الوقاية من فيروس كورونا :

- نظرًا لأنه من غير المتوقع توفر لقاح لفيروس كورونا 2 المرتبط بالمتلازمة التنفسية الشديدة قبل عام 2021 على أقل تقدير، يعتمد تدبير جائحة كوفيد-19 على خفض ذروة الجائحة، الأمر المعروف أيضًا باسم «تسطيح منحنى الجائحة» من خلال عدة تدابير هادفة إلى خفض معدل ظهور إصابات جديدة. يساعد إبطاء انتشار الإصابة على تقليل احتمال إغراق الخدمات الصحية، الأمر الذي يسمح بحصول المصابين على عناية صحية أفضل، ويوفر وقتًا أكبر من أجل تطوير لقاح أو علاج نوعي .

- تشبه الإجراءات الوقائية المنصوح بها لتقليل احتمال العدوى في المناطق الموبوءة إجراءات الوقاية التي نُشرت لفيروسات كورونا الأخرى: ابق في المنزل وتجنب السفر والنشاطات الاجتماعية واطبخ يديك كثيراً بالصابون والماء الساخن وطبق شروط النظافة التنفسية الجيدة وتجنب لمس عينيك أو أنفك أو فمك بيديك لتقليل احتكاك المصابين مع مجموعات كبيرة من خلال إغلاق المدارس وأماكن العمل وتقييد السفر وإلغاء التجمعات الكبيرة.

تبعاً لمنظمة الصحة العالمية، يُنصح باستخدام الكمامة الطبية إذا كان الشخص يسعل أو يعطس، أو عندما يعتني هذا الشخص بمصاب أو بمن يُشتبه بإصابته. فيما يخص الوقت الحالي، توصي كل من مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) ومنظمة الصحة العالمية بارتداء الأقنعة لعامة الناس في الأماكن العامة، (على الرغم من أن كلتا المنظمتين أبلغتا بعكس ذلك تمامًا في بداية اندلاع الوباء). قد يكون هذا التغيير قد أثار الحيرة بين عامة الناس حول فائدة الأقنعة. لكن خبراء الصحة يقولون أن الدليل أصبح واضحاً على أن الأقنعة يمكن أن تساعد في منع انتشار الجائحة وأنه كلما زاد عدد الأشخاص الذين يرتدون الأقنعة، كان ذلك أفضل. من المهم اتباع التعليمات الخاصة بارتداء الأقنعة وعدم إهمالها وتنظيفها بالشكل الصحيح وغسل اليدين قبل خلعها وبعده .

(منظمة الصحة العالمية 2019، www.who.int) .

كما يمكنك الحد من احتمالات إصابتك بعدوى كوفيد-19 أو نشرها باتخاذ بعض الاحتياطات البسيطة:

- واطب على تنظيف يديك جيداً بفركهما بمطهر كحولي لليدين أو بغسلهما بالماء والصابون.
- إن تنظيف يديك بالماء والصابون أو فركهما بمطهر كحولي يقتل الفيروسات التي قد تكون على يديك.
- حافظ على مسافة متر واحد (3 أقدام) على الأقل بينك وبين الآخرين.
- عندما يسعل شخص أو يعطس، فإنه يفرز من أنفه أو فمه قطرات سائلة صغيرة قد تحتوي على الفيروس. فإذا كنت قريباً جداً منه يمكن أن تنتفس هذه القطرات، بما في ذلك الفيروس المسبب لمرض كوفيد-19 إذا كان ذلك الشخص مصاباً به.
- تجنب الأماكن المزدحمة
- تجنب لمس عينيك وأنفك وفمك.

تأكد من إتباعك أنت والمحيطين بك ممارسات النظافة التنفسية الجيدة. ويعني ذلك أن تغطي فمك وأنفك بثني المرفق أو بمنديل ورقي عند السعال أو العطس. تخلص من المنديل بعد استعماله فوراً.

- إلزم المنزل واعزل نفسك حتى لو كانت لديك أعراض خفيفة مثل السعال والصداع والحمى الخفيفة، إلى أن تتعافى. اطلب من شخص آخر أن يحضر لك مشترياتك. وإذا اضطررت إلى مغادرة المنزل، ضع كمامة لتجنب نقل العدوى إلى الآخرين .

- إذا كنت مصاباً بالحمى والسعال وصعوبة التنفس، التمس الرعاية الطبية واتصل بمقدم الرعاية إن أمكن قبل التوجه إليه، واتبع توجيهات السلطات الصحية المحلية.

. (منظمة الصحة العالمية 2019، www.who.int) .

9- تأثير فيروس كورونا على ذوي الاحتياجات الخاصة :

تشير العديد من الدراسات إلى تفاوت واختلاف الآثار التي سببتها جائحة كورونا على الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة، ففي حين تشير دراسة (Kara Jolliff Gould 2020) إلى تحسن بعض حالات الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة الذين كانوا يعانون من التمر والقلق الاجتماعي وكذلك الذين كانوا يعانون من صعوبة في الاستجابة لتعليمات المعلمين بالكتابة بالورقة والقلم. (Jolliff , 2020)

كذلك أتاحت جائحة كورونا إضافة معلمين جدد من أولياء الأمور وإخوة الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة؛ حيث اكتسبت تلك الفئات مهارات تعليمية لتعليم ذويهم من ذوي الاحتياجات الخاصة خلال فترات حظر التجول والبقاء بالمنزل جراء الجائحة.

وعلى النقيض من ذلك، فإن معظم الطلاب من ذوي الاحتياجات الخاصة تعرضوا للحرمان من نظام التعليم وجهاً لوجه - الذي تتطلبه حالاتهم وظروف إعاقتهم- مما أثر على مستوياتهم التعليمية؛ لفقدانهم التعليم المباشر الذي يحفز طاقاتهم وينمي مهاراتهم ويراعي ظروفهم وقدراتهم المعرفية والمهارية، حيث أن تعليم ذوي الاحتياجات الخاصة يعتمد في معظم الأحوال على الجلسات الفردية والمجموعات الصغيرة طبقاً لنوع وحالة الإعاقة

كذلك تأثرت فئات الطلاب من ذوي الإعاقة السمعية الذين يعتمدون على قراءة الشفاه من وضع جميع الناس الكمامات على وجوههم مما أعاق هؤلاء الطلاب عن جزء من برامج تعليمهم، وهو ما جعل المعلمين يبحثون عن علاج لتلك المشكلات

ويشير تقرير لمدونة التعليم الدولي إلى تأثر الطلاب ذوي الإعاقة البصرية من نظام التعليم عن بعد الذي لا يوفر قراءتهم للحروف من خلال طريقة برايل، إلا أن بعض الدول ككندا وفرت تقنية تحويل الكتابة

على الإنترنت لأحرف ضوئية يمكن قراءتها من خلال طريقة برايل، وبالطبع فتلك التقنية غير متوفرة في معظم دول العالم . (world education blog , eportunesco.wordpress.com)

ونستخلص مما سبق مدى تأثير جائحة كورونا على الطلاب تعليمياً بالسلب حيث:

- تأثر معظم الطلاب من ذوي الاحتياجات الخاصة جراء فقدانهم للتدريس المباشر الذي يلبي احتياجاتهم، ويجعل المعلمين على تواصل مباشر معهم.
- فقد طلاب الإعاقة السمعية ميزة قراءة الشفاه نتيجة وضع الكمامات على وجوه الجميع.
- فقد طلاب الإعاقة البصرية ميزة القراءة بطريقة برايل التي قد لا يوفرها نظام التعلم عن بعد.

10- كيف نساعد ذوي الاحتياجات الخاصة لمجابهة المرض :

يمكن للمشرفين أن يساعدوا أولاً وقبل كل شيء من خلال مراعاة اتباع التعليمات الأساسية لغسل اليدين وارتداء الأقنعة والحفاظ على التباعد الاجتماعي ، من شأنه أن يمنع الفيروس من الانتشار علاوة على ذلك يجب مساعدة الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة في المهام التي تتطلب التواجد في الأماكن العامة ، كما يوصى بالتبرع بالدم حيث يوجد نقص حالياً .

وتقوم لجنة المدافعين عن الإعاقة أيضاً بتجميع الموارد من أجل إعلام مجتمع المعاقين والمشرفين عليهم بالمكان الذي يمكن العثور فيه على المساعدة وأين يمكن للمرء تقديم المساعدة إذا رغب في ذلك .

(gibilisco 2020 ,the imbact og covid-19 on students with disabilities)

خلاصة :

من خلال عرضنا السابق لفيروس كورونا وما سببه من أزمات على مستوى جميع القطاعات ، وآثاره الكبيرة على الإنسان وخاصة فئة ذوي الاحتياجات الخاصة ، حيث تعتبر هذه الفئة في المجتمع حساسة جداً ، وإذا لم تلقى الدعم الكافي قد يفتك بها المرض ، لذلك على الحكومات أن تبذل جهوداً إضافية لحماية حقوقهم في الاستجابة للجائحة ، كما ينبغي للحكومات أن تنتظر لذوي الاحتياجات الخاصة عند وضع استراتيجيات الوقاية مثلاً يجب وضع إرشادات إضافية حول غسل اليدين للأشخاص ذوي الإعاقة الذين لا يستطيعون غسل أيديهم بشكل متكرر .

ففيروس كورونا ينتشر بسرعة ويشكل خطورة خاصة على الأشخاص الذين يعيشون قرب الآخرين في أماكن مغلقة حيث يمكن أن يواجهوا الإهمال وسوء المعاملة والرعاية الصحية .

الجانب القطبي

للداسة

الفصل الرابع

منهجية الدراسة

تمهيد :

تعد منهجية الدراسة والدراسة الميدانية وسيلة هامة من أجل الوصول إلى الحقائق الموجودة في مجتمع الدراسة عن طريق الميدان حيث يمكننا من جمع البيانات وتحليلها وهذا كله لتدعيم الجانب النظري وتأكيد ، وفي هذا الفصل سنستعرض منهجية الدراسة التي اتبعها الباحثان ، وذلك بإعطاء فكرة حول الدراسة الاستطلاعية والمنهج المتبع في الدراسة وسبب اختياره وتحديد متغيراتها بالإضافة إلى ذكر أدوات جمع البيانات .

بعد دراستنا للجانب النظري والجانب المنهجي سنحاول الانتقال إلى الميدان لإجراء الدراسة التطبيقية على أرض الواقع باستعمال منهجية علمية ، حيث سيتم ذلك باستجواب العينة التي قمنا بتحديدنا للتحقق من صحة فرضياتنا والوصول إلى حل للإشكالية .

1- الدراسة الاستطلاعية :

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة عامة حول جوانب الدراسة الميدانية لبحثه حيث يقوم الباحث بتنظيم زيارات لميدان دراسته أو الإطلاع على بعض محاور دراسته الميدانية (أنجرس ، 2004،ص 298) . كما تعتبر الدراسة الاستطلاعية دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته . (كريم ،2013،ص 397) ، ولجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول موضوع البحث ،إلى جانب التحقق من وجود العينة بجميع الخصائص المراد البحث فيها ، قام الباحثان بإجراء دراسة استطلاعية كان الهدف منها معرفة مدى تقبل العينة للأسئلة ومدى قابليتها واهتمامها نحو موضوع دراستنا ، حيث تم تقديم استبيان في صورته الأولية وتم اختيار 14 لاعبين من أصل 14 ، ينتمون إلى نادي النور لكرة السلة على الكراسي المتحركة بالمسيلة وهدفت الدراسة أيضا إلى التأكد من ملائمة تطبيق إجراءات البحث في حدود الإمكانيات والظروف المتاحة والتعرف على أهم الصعوبات والمشاكل التي قد تعيق السير السلس للدراسة ومعرفة الزمن المناسب وقياس صدق وثبات أداة الدراسة .

2- المنهج المتبع في الدراسة :

يقصد بالمنهج تلك المجموعة من القواعد والأنظمة العامة التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى حقائق مقبولة حول الظواهر موضوع الاهتمام من قبل الباحثين في مختلف مجالات المعرفة الإنسانية (عبيدات 1999،ص 35) ، كما أن مناهج البحث تختلف في البحوث باختلاف مشكلة البحث وأهدافها و نظراً لطبيعة موضوع البحث وسعياً من صاحب البحث لإيجاد حل علمي لمشكلة البحث المطروحة في الدراسة فقد اعتمد على الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي، كمنهج مناسب وملائم لموضوع الدراسة .

ويعرف المنهج الوصفي بأنه طريقة من التحليل والتفسير بشكل منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لوظيفة اجتماعية أو مشكلة اجتماعية . (الحسن 1982،ص157) .

-3- متغيرات الدراسة :

-1-3- المتغير المستقل :

وهو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر (أنجرس 1999، ص168) والمتغير المستقل في بحثنا هذا هو " النشاط البدني الرياضي "

-2-3- المتغير التابع :

هو ناتج تأثير العامل المستقل في الظاهرة ، والمتغير التابع في دراستنا هو " ذوي الاحتياجات الخاصة فئة المعاقين حركياً "

-4- مجتمع وعينة الدراسة :

-1-4- مجتمع الدراسة :

هو إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بحصة أو مقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تؤخذ القياسات أو البيانات المتعلقة بالدراسة أو البحث ، وبذلك يعرض تعميم النتائج التي يتم التوصل إليها من العينة عن المجتمع الأصلي المحسوب من العينة .

وإن الباحث لا يمكن له أبداً الشروع في إنجاز أي دراسة قبل التعرف على مجتمع دراسته .

ويشمل مجتمع بحثنا ذوي الاحتياجات الخاصة فئة المعاقين حركياً الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني والرياضي ، وقد قدر المعاقين حركياً في نادي جمعية النور لكرة السلة للكراسي المتحركة بالمسيلة والبالغ عددهم 14 لاعب .

-2-4- عينة الدراسة :

يعرفها عمر " المكي " على أنها " مجموعة من الأفراد يبني الباحث أمله عليها ، وهي مأخوذة من المجتمع الأصلي ، فتكون ممثلة له تمثيلاً صادقاً " . (مكي ، 1994) .

وتمثلت عينة بحثنا هذا في 14 فرد من المعاقين حركياً الممارسين للنشاط البدني من أصل 14 لاعب من نادي النور لكرة السلة على الكراسي المتحركة بولاية المسيلة .

5- أدوات الدراسة :

بالاعتماد على نوع البيانات التي كان الباحث سيقوم بجمعها وعلى الدراسة الاستطلاعية التي أجريت والظروف والإمكانات المتاحة لنا ، وجدنا أن الأداة الأكثر ملائمة لإجراء هذه الدراسة هي الاستبيان والاستبيان هو عبارة عن صحيفة أو كشف يتضمن عددا الأسئلة تتصف باستطلاع الرأي أو بخصائص أي ظاهرة متعلقة بنشاط اقتصادي أو فني أو اجتماعي أو ثقافي ومن مجمل الإجابات عن الأسئلة نحصل على المعطيات الإحصائية .

ولهذا قمنا بقراءة ومراجعة لمختلف الاستبيانات المتوفرة لدينا من الدراسات السابقة .

ويتحلى الأسلوب المثالي في وجود الباحث بنفسه ليسجل الأجوبة والملاحظات التي تثري البحث وكون الاستبيان تقنية شائعة الاستعمال ، ووسيلة علمية لجمع البيانات والمعلومات مباشرة من مصدرها الأصلي والأسئلة هي استجابة للمحاور وبالتالي استجابة للفرضيات ، فكل سؤال مطروح له علاقة بالفرضيات .

6- الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة :

6-1- الصدق :

تعتبر درجة الصدق هي العامل الأكثر مصداقية بالنسبة للمقاييس والاختبارات وهو يتعلق أساساً بنتائج الاختبار " كما يشير تايلر " أن الصدق يعتبر أهم اعتبار يجب توافره في الاختبار (علاوي 1996،ص321)

❖ **صدق المحكمين :** قام الباحث باستخراج الصدق الظاهري للبرنامج من خلال عرضه على

المحكمين والأساتذة المختصين بمجال النشاط البدني الرياضي المكيف بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة لتعديله وتصحيحه والخروج بالصورة النهائية له .

وبعد عرض البرنامج على الأساتذة المحكمين قام بالعمل على ملاحظات وتعديلات الأساتذة المحكمين أصبح جاهزاً للتطبيق وكان عدد الأساتذة المحكمين 5 أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية .

6-2- الموضوعية :

يذكر بعض الباحثين أن : الاختبار الموضوعي يقل فيه التقدير الذاتي للمحكمين ، فموضوعية الاختبار قلة أو عدم وجود اختلاف في طريقة تقويم أداء المختبرين مهما اختلف المحكمون ، فكلما قل التباين بين المحكمين دل ذلك على أن الاختبار أو الاستبيان موضوعي .

7- تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية : بعد تطبيق برنامج مبادئ التربية الصحية تخضع البيانات للتحليل الإحصائي بواسطة الحزم المحسوبة للعلوم النفسية والاجتماعية spss بالمعالجة الإحصائية

واستعمل الباحث الأساليب الإحصائية التالية :

النسب المئوية و كاف تربيع المحسوبة وكا تربيع المجدولة .

خلاصة :

من خلال ما سبق نستنتج أنه لا دراسة علمية من دون منهج متبع ، وكل دراسة علمية ناجحة ومفيدة لا بد لها وأن تتوفر لدى الباحث الذي يقوم بها منهجية علمية معينة، ومناسبة تتماشى مع موضوع ومتطلبات البحث ، ولا بد أن تتوفر لديه أدوات البحث مختارة بدقة من عينة ومتغيرات واستبيان.....الخ تتماشى مع متطلبات البحث وتخدمه بصفة تسمح له بالوصول إلى حقائق علمية صحيحة ومفيدة للباحث والمجتمع ، ومنه فإن العمل بالمنهجية يعد أمرا ضروريا في البحوث العلمية الحديثة قصد ربح الوقت والوصول إلى نتائج مؤكدة إضافة إلى وجوب أن تكون المنهجية والأدوات المستخدمين في البحث واضحة وخالية من الغموض والتناقضات .

الفصل الخامس

عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

(01) عرض وتحليل بيانات الفرضية الجزئية الأولى: لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في

تحسين الجانب النفسي للمعاقين حركياً في ضل انتشار وباء كورونا.

العبارة (01): النشاط البدني الرياضي ليس له أهمية كبقية الأنشطة الأخرى في ضل انتشار كوفيد 19.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	01	%7.1	7	5.99	02	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	04	%28.6				
لا أوافق	09	%64.3				
المجموع	14	%100				

الجدول (01): يبين النشاط البدني الرياضي ليس له أهمية كبقية الأنشطة الأخرى في ضل انتشار كوفيد 19.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (01) ، تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا²الجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 7، وبالتالي كا² المحسوبة أصغر من كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا مايدل على أن النشاط البدني الرياضي له أهمية كبقية الأنشطة الأخرى في ضل انتشار كوفيد 19 والعكس صحيح.

الاستنتاج : من خلال ما سبق نستنتج أن النشاط البدني الرياضي له أهمية كبقية الأنشطة الأخرى في ضل انتشار كوفيد 19 .

العبارة (02): يساعد النشاط البدني الرياضي في التحكم في انفعالاتي أثناء انتشار كوفيد 19.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	03	%21.4	1	5.99	02	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	05	%35.7				
لا أوافق	06	%42.9				
المجموع	14	%100				

الجدول (02): يبين النشاط البدني الرياضي هل يساعد في التحكم في انفعالاتي أثناء انتشار كوفيد 19.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (02) ، تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا²المجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 1، وبالتالي كا² المحسوبة أصغر من كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن النشاط البدني الرياضي لايساعد في التحكم في الانفعالات أثناء انتشار كوفيد 19

الاستنتاج :

من خلال ما سبق نستنتج النشاط البدني الرياضي لا يساعد في التحكم في الانفعالات أثناء انتشار كوفيد 19 .

العبارة (03): أرى أن النشاط البدني الرياضي يساعد على تنمية الثقة بالنفس خاصة مع انتشار كوفيد 19.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	00	%00	1.14	3.84	01	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	05	%35.7				
لا أوافق	09	%64.3				
المجموع	14	%100				

الجدول (03): يبين النشاط البدني الرياضي يساعد على تنمية الثقة بالنفس خاصة مع انتشار كوفيد 19.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (03) ، تحت درجة حرية ن=1 نجد قيمة كا²المجدولة تساوي 3.84 وكا² المحسوبة 1.41، وبالتالي كا² المحسوبة أصغر من كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن النشاط البدني الرياضي يساعد على تنمية الثقة بالنفس خاصة مع انتشار كوفيد 19.

الاستنتاج : من خلال ما سبق نستنتج أن النشاط البدني الرياضي يساعد على تنمية الثقة بالنفس خاصة مع انتشار كوفيد 19.

العبارة (04): أرى أنه لا ينبغي التخلي عن النشاط البدني الرياضي في مراكز التربية الخاصة مع مراعاة البروتوكول الصحي لوباء كورونا.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	04	%28.6	0.57	5.99	02	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	06	%42.9				
لا أوافق	04	%28.6				
المجموع	14	%100				

الجدول (04): يبين التخلي عن النشاط البدني الرياضي في مراكز التربية الخاصة مع مراعاة البروتوكول الصحي لوباء كورونا.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (04)، تحت درجة حرية $n=2$ نجد قيمة كا^2 الجدولة تساوي 5.99 و كا^2 المحسوبة 0.57، وبالتالي كا^2 المحسوبة أصغر من كا^2 الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على التخلي عن النشاط البدني الرياضي في مراكز التربية الخاصة مع مراعاة البروتوكول الصحي لوباء كورونا.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج التخلي عن النشاط البدني الرياضي في مراكز التربية الخاصة مع مراعاة البروتوكول الصحي لوباء كورونا.

العبارة (05): الأنشطة الرياضية تساعد على خفض التوترات في ضل انتشار كوفيد 19.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	03	%21.4	1.85	5.99	02	غير دال إحصائيا
لا رأي لي	04	%28.6				
لا أوافق	07	%50				
المجموع	14	%100				

الجدول (05): يبين الأنشطة الرياضية تساعد على خفض التوترات في ضل انتشار كوفيد 19.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (05) ، تحت درجة حرية $n=2$ نجد قيمة $كا^2$ المجدولة تساوي 5.99 و $كا^2$ المحسوبة 1.85، وبالتالي $كا^2$ المحسوبة أصغر من $كا^2$ المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على الأنشطة الرياضية لاتساعد على خفض التوترات في ضل انتشار كوفيد 19.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج الأنشطة الرياضية لاتساعد على خفض التوترات في ضل انتشار كوفيد 19.

العبارة (06): ممارسة النشاط البدني الرياضي هي السبيل للتحرك من الضغوط النفسية مع تزايد عدد المصابين بوباء كوفيد 19.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	00	%00	1.14	3.84	01	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	05	%35.7				
لا أوافق	09	%64.3				
المجموع	14	%100				

الجدول (06): يبين ممارسة النشاط البدني الرياضي هي السبيل للتحرك من الضغوط النفسية مع تزايد عدد المصابين بوباء كوفيد 19.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (06) ، تحت درجة حرية ن=1 نجد قيمة كا²المجدولة تساوي 3.84 وكا² المحسوبة 1.14، وبالتالي كا² المحسوبة أصغر من كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن ممارسة النشاط البدني الرياضي ليست هي السبيل للتحرك من الضغوط النفسية مع تزايد عدد المصابين بوباء كوفيد 19.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن ممارسة النشاط البدني الرياضي ليست هي السبيل للتحرك من الضغوط النفسية مع تزايد عدد المصابين بوباء كوفيد 19.

العبارة (07): أرى أن الممارسة الرياضية وسيلة هامة من وسائل الترويح في ضل الانتشار الواسع لمرض كوفيد 19.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	05	%35.7	0.14	5.99	02	غير دال إحصائيا
لا رأي لي	05	%35.7				
لا أوافق	04	%28.6				
المجموع	14	%100				

الجدول (07):يبين الممارسة الرياضية وسيلة هامة من وسائل الترويح في ضل الانتشار الواسع لمرض كوفيد 19.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (07) ، تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا²المجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 0.14، وبالتالي كا² المحسوبة أصغر من كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن الممارسة الرياضية يمكن أن وسيلة هامة من وسائل الترويح في ضل الانتشار الواسع لمرض كوفيد 19.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن الممارسة الرياضية يمكن أن وسيلة هامة من وسائل الترويح في ضل الانتشار الواسع لمرض كوفيد 19

العبرة (08): تزداد قناعتى بأهمية النشاط البدني الرياضي من حين لآخر مع تزايد التدابير الصحية للوقاية من مرض كوفيد 19.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	02	14.3%	2.71	5.99	02	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	07	50%				
لا أوافق	05	35.7%				
المجموع	14	100%				

الجدول (08): يبين ازدياد القناعة بأهمية النشاط البدني الرياضي من حين لآخر مع تزايد التدابير الصحية للوقاية من مرض كوفيد 19.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (08) ، تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا²المجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 2.71، وبالتالي كا² المحسوبة أصغر من كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن ازدياد القناعة بأهمية النشاط البدني الرياضي من حين لآخر مع تزايد التدابير الصحية للوقاية من مرض كوفيد 19. الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن ازدياد القناعة بأهمية النشاط البدني الرياضي من حين لآخر مع تزايد التدابير الصحية للوقاية من مرض كوفيد 19.

العبارة (09): ممارسة النشاط البدني الرياضي له أهمية في التخفيف من الكبت الذي نعاني منه بسبب الإجراءات التحذيرية من وباء كوفيد 19.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	02	%14.3	2.71	5.99	02	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	05	%35.7				
لا أوافق	07	%50				
المجموع	14	%100				

الجدول (09): يبين ممارسة النشاط البدني الرياضي له أهمية في التخفيف من الكبت الذي نعاني منه بسبب الإجراءات التحذيرية من وباء كوفيد 19.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (09) ، تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا²المجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 2.71، وبالتالي كا² المحسوبة أصغر من كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن ممارسة النشاط البدني الرياضي ليس له أهمية في التخفيف من الكبت الذي نعاني منه بسبب الإجراءات التحذيرية من وباء كوفيد 19.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن ممارسة النشاط البدني الرياضي ليس له أهمية في التخفيف من الكبت الذي نعاني منه بسبب الإجراءات التحذيرية من وباء كوفيد 19.

العبارة (10): عدم إتقاني لبعض الحركات الرياضية التي تخفف من حدة القلق في ضل انتشار الوباء يشعرنى بالخلج.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	02	%14.3	2.28	5.99	02	غير دال إحصائيا
لا رأي لي	06	%42.9				
لا أوافق	06	%42.9				
المجموع	14	%100				

الجدول (10): يبين عدم الإتقان لبعض الحركات الرياضية التي تخفف من حدة القلق في ضل انتشار الوباء يشعرنى بالخلج.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (10) ، تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا²المجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 9.60، وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن عدم الإتقان لبعض الحركات الرياضية التي تخفف من حدة القلق في ضل انتشار الوباء لا يشعر بالخلج.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن عدم الإتقان لبعض الحركات الرياضية التي تخفف من حدة القلق في ضل انتشار الوباء لا يشعر بالخلج.

عرض وتحليل بيانات الفرضية الجزئية الثانية: لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب البدني للمعاقين حركياً في ضل انتشار وباء كورونا.

العبارة (11): يهتم النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 ببناء العضلات فقط.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	03	%21.3	6.14	5.99	02	دال إحصائياً
لا رأي لي	02	%14.3				
لا أوافق	09	%64.3				
المجموع	14	%100				

الجدول (11): يبين النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 يهتم ببناء العضلات فقط.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (11) ، تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا²المجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 6.14، وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 لا يهتم ببناء العضلات فقط.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 لا يهتم ببناء العضلات فقط.

العبارة (12): يسبب النشاط البدني الرياضي الإرهاق الشديد خاصة مع الإجراءات الوقائية الصارمة لوباء كوفيد 19.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	02	%14.3	4	5.99	02	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	04	%28.6				
لا أوافق	08	%57.1				
المجموع	14	%100				

الجدول (12): يبين النشاط البدني الرياضي يسبب الإرهاق الشديد خاصة مع الإجراءات الوقائية الصارمة لوباء كوفيد 19.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (12) ، تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا²المجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 4، وبالتالي كا² المحسوبة أصغر من كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على النشاط البدني الرياضي لايسبب الإرهاق الشديد خاصة مع الإجراءات الوقائية الصارمة لوباء كوفيد 19.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن النشاط البدني الرياضي لا يسبب الإرهاق الشديد خاصة مع الإجراءات الوقائية الصارمة لوباء كوفيد 19.

العبارة (13): يساهم النشاط البدني الرياضي في زمن الكورونا في إكساب لياقة بدنية بدرجة قليلة.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	03	%21.4	1.85	5.99	02	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	04	%28.6				
لا أوافق	07	%50				
المجموع	14	%100				

الجدول (13): يبين النشاط البدني الرياضي في زمن الكورونا يساهم في إكساب لياقة بدنية بدرجة قليلة.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (13) ، تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا²المجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 1.85، وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن النشاط البدني الرياضي في زمن الكورونا لا يساهم في إكساب لياقة بدنية بدرجة قليلة.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن النشاط البدني الرياضي في زمن الكورونا لا يساهم في إكساب لياقة بدنية بدرجة قليلة.

العبارة (14): أرى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 للأسوياء بدنيا فقط.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	02	%14.3	2.71	5.99	02	غير دال إحصائيا
لا رأي لي	07	%50				
لا أوافق	05	%35.7				
المجموع	14	%100				

الجدول (14): يبين ممارسة النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 للأسوياء بدنيا فقط

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (14)، تحت درجة حرية $n=2$ نجد قيمة كا^2 المجدولة تساوي 5.99 و كا^2 المحسوبة 2.71، وبالتالي كا^2 المحسوبة أصغر من كا^2 المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن ممارسة النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 ليس للأسوياء بدنيا فقط.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن ممارسة النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 ليس للأسوياء بدنيا فقط.

العبارة (15): أكتسب مرونة بعد ممارسة النشاط البدني الرياضي خاصة بعد الخمول الذي سببه الحجر الصحي.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	02	%14.3	2.71	5.99	02	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	07	%50				
لا أوافق	05	%35.7				
المجموع	14	%100				

الجدول (15): يبين بعد ممارسة النشاط البدني الرياضي خاصة بعد الخمول الذي سببه الحجر الصحي أكتسب مرونة.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (15) ، تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا²المجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 2.71، وبالتالي كا² المحسوبة أصغر من كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن ممارسة النشاط البدني الرياضي خاصة بعد الخمول الذي سببه الحجر الصحي لا تكتسب مرونة.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن ممارسة النشاط البدني الرياضي خاصة بعد الخمول الذي سببه الحجر الصحي لا تكتسب مرونة.

العبارة (16): تعد ممارسة الأنشطة الرياضية فرصة للاسترخاء خاصة مع انتشار كوفيد 19.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	02	%14.3	2.28	5.99	02	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	06	%42.9				
لا أوافق	06	%42.9				
المجموع	14	%100				

الجدول (16): يبين ممارسة الأنشطة الرياضية فرصة للاسترخاء خاصة مع انتشار كوفيد 19.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (16) ، تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا² الجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 2.25، وبالتالي كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن ممارسة الأنشطة الرياضية ليست فرصة للاسترخاء خاصة مع انتشار كوفيد 19.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن ممارسة الأنشطة الرياضية ليست فرصة للاسترخاء خاصة مع انتشار كوفيد 19.

العبارة (17): أفضل ممارسة الأنشطة البدنية التي لا تتطلب جهد كبير والتي تكون وفق البروتوكول الصحي لكوفيد 19.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	03	%21.4	3.57	5.99	02	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	03	%21.4				
لا أوافق	08	%57.1				
المجموع	14	%100				

الجدول (17): يبين أفضل ممارسة الأنشطة البدنية التي لا تتطلب جهد كبير والتي تكون وفق البروتوكول الصحي لكوفيد 19.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (17) ، تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا²المجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 3.57، وبالتالي كا² المحسوبة أصغر من كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن أفضل ممارسة الأنشطة البدنية التي تتطلب جهد كبير والتي تكون وفق البروتوكول الصحي لكوفيد 19.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن أفضل ممارسة الأنشطة البدنية التي تتطلب جهد كبير والتي تكون وفق البروتوكول الصحي لكوفيد 19.

العبارة (18): يعد النشاط البدني فرصة لاكتساب لياقة بدنية والتخلص من بعض المشاكل الصحية والوقاية من بعض الأمراض مثل كوفيد 19.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	01	7.1%	4.42	5.99	02	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	06	42.9%				
لا أوافق	07	20%				
المجموع	14	100%				

الجدول (18): يبين النشاط البدني يعد فرصة لاكتساب لياقة بدنية والتخلص من بعض المشاكل الصحية والوقاية من بعض الأمراض مثل كوفيد 19.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (18)، تحت درجة حرية $n=2$ نجد قيمة كا² المجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 4.42، وبالتالي كا² المحسوبة أصغر من كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن النشاط البدني يعد فرصة لاكتساب لياقة بدنية وليس للتخلص من بعض المشاكل الصحية والوقاية من بعض الأمراض مثل كوفيد 19..

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن النشاط البدني يعد فرصة لاكتساب لياقة بدنية وليس للتخلص من بعض المشاكل الصحية والوقاية من بعض الأمراض مثل كوفيد 19..

العبارة (19): لا أحبذ ممارسة النشاط البدني الرياضي خوفاً من تطور إعاقتي مع تزايد الإصابات بكوفيد 19.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	02	14.3%	2.71	5.99	02	غير دال إحصائياً
لا رأي لي	07	50%				
لا أوافق	05	35.7%				
المجموع	14	100%				

الجدول (19): يبين لا أحبذ ممارسة النشاط البدني الرياضي خوفاً من تطور إعاقتي مع تزايد الإصابات بكوفيد 19.

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (19) ، تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا²المجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 2.71، وبالتالي كا² المحسوبة أصغر من كا² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن أحبذ ممارسة النشاط البدني الرياضي خوفاً من تطور إعاقتي مع تزايد الإصابات بكوفيد 19.

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن أحبذ ممارسة النشاط البدني الرياضي خوفاً من تطور إعاقتي مع تزايد الإصابات بكوفيد 19.

العبارة (20): ممارسة النشاط البدني الرياضي له أهمية في التعويض عن قلة الحركة الناتجة عن الإعاقة وعن إجراءات الحجر الصحي .

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة عند 0.05
موافق	02	%14.3	6.14	5.99	02	دال إحصائياً
لا رأي لي	03	%21.4				
لا أوافق	09	%64.6				
المجموع	14	%100				

الجدول (20): يبين ممارسة النشاط البدني الرياضي له أهمية في التعويض عن قلة الحركة الناتجة عن الإعاقة وعن إجراءات الحجر الصحي .

التحليل الإحصائي: حسب التحليل الإحصائي، وبالرجوع إلى القيم الحرجة المبينة في الجدول رقم (20) ،

تحت درجة حرية ن=2 نجد قيمة كا² الجدولة تساوي 5.99 وكا² المحسوبة 6.14، وبالتالي كا²

المحسوبة أكبر من كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يدل على أن ممارسة النشاط البدني الرياضي ليس له أهمية في التعويض عن قلة الحركة الناتجة عن الإعاقة وعن إجراءات الحجر الصحي

الاستنتاج: من خلال ما سبق نستنتج أن ممارسة النشاط البدني الرياضي ليس له أهمية في التعويض

عن قلة الحركة الناتجة عن الإعاقة وعن إجراءات الحجر الصحي .

2-مناقشة وتفسير نتائج الدراسة حسب الفرضيات:

بعد عرض النتائج الإحصائية التي قدمت صورة عن مضمون البيانات المجدولة سوف نتطرق إلي تفسير النتائج ومناقشتها.

الفرضية الأولى جاءت كما يلي : " لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب النفسي للمعاقين حركياً في ضل انتشار وباء كورونا. "

من خلال نتائج المتوصل إليها على ضوء الفرضية الأولى إثبات وتحقق هذه الفرضية أي : أن لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب النفسي للمعاقين حركياً في ضل انتشار وباء كورونا، ويعد ذلك حسب النتائج المتحصل عليها في الجداول: (01) (02) (03) (04) (05) (06) (07) (08)(09)(10) ، حيث وضحت إجابات اللاعبين لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب النفسي للمعاقين حركياً في ضل انتشار وباء كورونا، من خلال استغلال الرياضي لوقت فراغه في ممارسة النشاط البدني الرياضي كما أنها تساعده في الترويح عن النفس في ظل جائحة كورونا وهذا ما تطرقنا إليه في الجانب النظري من الدراسة وقلنا أن اللاعب الرياضي الذي يتميز بالثقة بالنفس تكون صحته النفسية جيدة ، حيث يرى " عبد المجيد مروان " أن الممارسة الرياضية تنمي في الشخص المعوق الثقة بالنفس والتعاون والشجاعة ، كما أن للبيئة والمجتمع والأصدقاء الأثر الكبير على نفسية المعاق، ومن خلال تحليلنا لأسئلة هذا المحور وجدنا أن النتائج التي تحصلنا عليها إن دلت على شيء فإنما تدل على أن للنشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب النفسي للمعاقين حركياً في ضل نقشي وباء كورونا و هذا ما يثبت صحة الفرضية الأولى .

الفرضية الثانية جاءت كما يلي : " لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب البدني للمعاقين حركياً في ضل انتشار وباء كورونا. "

من خلال النتائج المتوصل إليها على ضوء الفرضية الثانية جاءت إجابات الأساتذة كلها في إثبات وتحقق هذه الفرضية أي : أن لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب البدني للمعاقين حركياً في ضل انتشار وباء كورونا وذلك حسب النتائج المحصل عليها في الجداول التالية : (11) (12) (13) (14) (15) (16) (17) (18) (19) (20) ، أن لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب البدني للمعاقين حركياً في ضل انتشار وباء كورونا من خلال مساهمة النشاط البدني الرياضي في زمن الكورونا في إكساب لياقة بدنية بدرجة كبيرة وأفضل ممارسة الأنشطة البدنية التي تتطلب جهد كبير والتي تكون وفق البروتوكول الصحي لكوفيد 19 .

وهذا ماتطرقنا إليه في الجانب النظري أن ممارسة الأنشطة والفعاليات الرياضية للمعوقين تساعد على بناء الكفاءة البدنية عن طريق تقوية وبناء أجهزة الجسم بواسطة هذه الفعاليات ، وتمكن الفرد المعوق من تحمل المجهود البدني ومقاومة التعب وتلعب الفعاليات الرياضية التي تشمل العضلات الكبيرة دوراً هاماً في بناء أجهزة الجسم الحيوية ، كالجهاز الدوري والجهاز التنفسي حيث، ويرى " مروان عبد المجيد " أن ممارسة المعوق للأنشطة الرياضية ستعمل على محاربة هذه العيوب والتشوهات وتساعد على النمو الطبيعي ، وما ينتج عنها من تكوين الجسم القوي المتناسق ، وبذلك فإن النشاط البدني والرياضي كفيل بنمو وبناء الشخص المعوق وتأهيله تأهيلاً صحيحاً وسليماً كي يصبح قادراً على العمل والإبداع

ومن خلال تحليلنا لأسئلة هذا المحور وجدنا أن النتائج التي تحصلنا عليها إن دلت على شيء فإنما تدل على أن للنشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب البدني للمعاقين حركياً في ظل تفشي وباء كورونا و هذا ما يثبت صحة الفرضية الثانية .

وهذا ما يثبت صحة الفرضية الثانية.

• مناقشة الفرضية العامة :

من خلال عرض وتحليل نتائج الفرضيات :الأولى (لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب النفسي للمعاقين حركياً في ظل انتشار وباء كورونا) ، والفرضية الثانية (لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب البدني للمعاقين حركياً في ظل انتشار وباء كورونا) ، واثبات صحتها يمكن القول أن الفرضية العامة (أهمية ممارسة النشاط البدني والرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة) فئة المعاقين حركياً) مع انتشار وباء كورونا كوفيد 19" قد تحققت إلى حد بعيد.

الفصل السادس

الاستنتاجات والاقتراحات والفرضيات

المستقبلية

1-الاستنتاج العام :

من خلال هذه النتائج والمعطيات التي تم التحصل عليها نلاحظ أن النتائج المتحصل عليها من خلال المرحلة الإحصائية لمحاور الاستمارة المعتمدة في دراستنا أنها كانت نتائج مقبولة تخدم دراستنا، حيث استنتجنا أن للنشاط البدني والرياضي أهمية للمعاقين حركياً خلال تفشي فيروس كورونا وهذا ما يتفق مع الدراسات السابقة والمشابهة تماما من حيث الأهداف المرجوة وكذا النتائج المتحصل عليها والتي تتقارب جدا مع نتائج دراستنا الحالية، وهو الأمر الذي يدعم كثيرا من صدق بحثنا الحالي. كما أن النتائج المتحصل عليها اتفقت تماما والإطار النظري والتراث الفكري الذي قمنا بجمعه خلال فترة إعداد المذكرة، والذي كان يثبت أهمية دراستنا الحالية وصدق نتائجها.ويمكن تلخيص نتائج الدراسة الحالية في النقاط التالية :

- للنشاط البدني الرياضي أهمية لذوي الاحتياجات الخاصة فئة المعاقين حركياً .
- للنشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب النفسي لذوي الاحتياجات الخاصة فئة المعاقين حركياً
- للنشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب البدني لذوي الاحتياجات الخاصة فئة المعاقين حركياً

2- الاقتراحات :

- الاهتمام أكثر بالأنشطة البدنية الرياضية المكيفة خلال زمن الكورونا لما لها من أهمية في تحسين نفسية المعاق و إدماجه داخل المجتمع
- تخصيص مربين مختصين في مجال النشاط البدني ورعاية المعاقين .
- توفير الحيز الملائم لممارسة النشاط البدني خلال فترات الحجر الصحي والحرص على استخدام البروتوكولات الصحية بدقة .
- تصميم أنشطة بدنية ورياضية تتلاءم مع الأهداف والمشاكل والمواقف التي يمر بها المعاق في حياته اليومية مما يساعده على تحقيق قدر من التوافق الشخصي .

3- الفرضيات المستقبلية :

- اقتراح برامج رياضية موجهة لذوي الاحتياجات الخاصة خلال تفشي فيروس كورونا .
- دراسة العلاقة بين مستوى الصحة النفسية والبدنية والتواصل الاجتماعي لذوي الاحتياجات الخاصة .
- دراسات اتجاهات ذوي الاحتياجات الخاصة نحو النشاط البدني الرياضي خلال تفشي فيروس كورونا .

المراجع

📌 المراجع باللغة العربية :

1. إبراهيم حلمي وليلى السيد فرحات 1998: التربية الرياضية والترويح للمعاقين ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
2. انشراح المشرفي 2007 ،: الاكتشاف المبكر لإعاقات الطفولة ، ط1، مؤسسة حورس الدولية ، الاسكندرية ، مصر .
3. جمال الخطيب 1998 :مقدمة في الإعاقة السمعية، ط1 ، دار الفكر الاسلامي الحديث ، عمان.
4. جمال الخطيب ، 2003 : الشلل الدماغي والإعاقة الحركية (دليل المعلمين والآباء) ، ط1 ، دار الفكر ، عمان ، الأردن.
5. حابس الهواملة ، 2003: سيكولوجية الأطفال غير العاديين (الاعاقة الحركية)، ط1 ، الدار الأهلية للنشر والتوزيع ، عمان.
6. حسن مصطفى عبد المعطي، 2005 : الإعاقة الجسمية، ط1 مكتبة زهراء الشرق ب ب .
7. حسن الساعاتي ، 1980 :التطبيع والعمران، ط3، دار النهضة العربية ، بيروت .
8. حنا مريم ابراهيم وآخرون 1997 : الخدمة الاجتماعية مع الفئات الخاصة، مركز نشر وتوزيع الكتاب الجامعي ، القاهرة .
9. حمد عوض البسيوني : نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية ، ط2 ،ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر.
- 10.السويدان ،2007 ، أمل استخدام التكنولوجيا في التربية الخاصة، ط1، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- 11.السيد أحمد خليفة وليد ، 2006 ، الاتجاهات الحديثة في مجال التربية الخاصة ، التخلف العقلي، دار مراد علي ، الاسكندرية .
- 12.سليمان وعبد الرحمان سيد ،2002 : سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة،مجلة الطفولة والتنمية ، المجلس العربي للطفولة والتنمية ، القاهرة .
- 13.سعيد حسني العزة ، 2001: الإعاقة الإعاقة السمعية واضطرابات الكلام والنطق، ط1، دار العلم والثقافة للنشر والتوزيع ، عمان .
- 14.سعيد حسني العزة 2009 : المدخل إلى التربية الخاصة (الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة -التشخيص) ، أساليب التدريس ، ط2 ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
- 15.الشاذلي بن جعفر 1982 : المفهوم الطبي للإعاقة ، دار النشر ، تونس .

16. الشيباني ، عمر التوم 2989: الرعاية الثقافية للمعاقين ، دار العربية للكتاب طرابلس ، ليبيا.
17. العوالمة أحمد صالح وعبد الله ، 2000، التربية الرياضية للحالات الخاصة ، ط1، دار الصفاء للطباعة .
18. عادل خطاب وكمال الدين زكي ، 1965: التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية ، دار النهضة العربية ، بيروت .
19. علي عمل المنصوري 1980 ، الرياضة والمجتمع ، ط 2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
20. غنيم أحمد صبري وغني محمد صبري 2016 : الإعاقة الحركية بين التعليم والتكوير ، ط1 ، دار المعرفة الجامعية للطبع والنشر والتوزيع ، الإسكندرية ، مصر .
21. غزال عبد الفتاح علي ، 2016 : علم النفس فئات خاصة ، د ط، دار المعرفة الجامعية للطباعة والنشر والتوزيع الاسكندرية ، مصر .
22. فؤاد البهي السيد 1969، الذكاء ، د ط، دار الفكر العربي ، القاهرة .
23. فاروق الروسان ، 2001 ، سيكولوجية الأطفال غير العاديين (مقدمة في التربية الخاصة) ط5 ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
24. قاسم حسن حسين 1990 : علم النفس الرياضي ، مبادئه وتطبيقه في مجال التدريب ، د ط ، مطابع التعليم العالي ، جامعة بغداد .
25. كمال سالم السيسالم 1998 : المعاقون جسمياً وحركياً في المدارس العامة ، ط1، دار الكتاب الجامعي .
26. كمال درويش ومحمد الحماحمي 1997 : رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ، ط1، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
27. محمد سيد فهمي 1983 : السلوك الاجتماعي للمعوقين (دراسة في الخدمة الاجتماعية) ، ط1 ، المكتب الجامعي الحديث ، القاهرة ، مصر .
28. منى صبحي الحديدي 1996 : مقدمة في الإعاقة البصرية ، ط1 ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان .
29. النوايسة فاطمة عبد الرحيم ، 2013: نوي الاحتياجات الخاصة (التعريف بهم وارشادهم) ، ط1 ، دار المناهج للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
30. يحي المنصوري 1987 ، المكونات النفسية للتفوق الرياضي في ت ب ر ، د ط، دار الفكر العربي ، الاسكندرية .

📌 المراجع باللغة الأجنبية :

1. Marie- charlotte busch , 1975 : la sociologie du temps liber mouton , paris
1. J. Dumazadier,1982 : vers une civilisation du loisir, editions du seuil , paris
2. Norber sillamy,1978 :dictionnaire de psychologie , larousse, paris
3. Roymond. tomas , 1983 :psychologie du sport , P.U.F,1er edition , paris
4. j- Cozcheuve, 1980: sosiologie de la radio- television , , P.U.F ,5 eme edition , paris
5. novel coronavirus,2019, wuhan,china ,www.cdc.gov
6. forgie S,marrie TJ ,2009 : associated atypical pneumonia , siminars inrespiratory and critical car medicine

📌 قائمة الأطروحات والرسائل العلمية والمجلات العلمية :

1. رائد محمد 2008 :رعاية المعاقين في الفكر التربوي الإسلامي في ضوء المشكلات التي يواجهونها ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة النيلين ، السودان .
2. عبد العظيم قياز 1980 ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، مجلة التربية البدنية والرياضية ، الاسكندرية .
3. منصف المرزوقي 1982 : مجلة قراءات في التربية الخاصة ، مصر .
4. adriann gibilisco 2020 , the imbact og covid-19 on students with disabilities ,www.diversity.unc.edu .
5. kara Jolliff Gould(2020): Study Shows How COVID-19 Impacts College Students with Special Needs,

المواقع : منظمة الصحة العالمية 2019،فيروس كورونا "" www.who.int

منظمة اليونيسيف2019 ، جائحة كورونا www.unicef.org

ويكيبيديا 2019 ،كورونا www.wikipedia.org

الملاحق

الملحق (1) الاستبيان قبل التحكيم

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استبيان موجه للأساتذة

المحكمين

السلام وعليكم ورحمة الله تعالى وبركاته

في إطار انجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تحت عنوان :

" أهمية ممارسة النشاط البدني والرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة (فئة المعاقين حركياً) مع انتشار وباء كورونا كوفيد 19"

نرجو منكم أن تبدو رأيكم حول عبارات الاستبيان وتصحيح الأخطاء إن وجدت أو تعديلها وأن تتحلى بالثقة اتجاهنا لأن إجابتك تستخدم لأغراض علمية فقط

وفيما يلي بعض العبارات المتعلقة بالنشاط البدني والرياضي والمطلوب منك هو أن تحدد مدى موافقتك على هذه العبارات بوضع علامة (x) في الخانة التي تبين درجة موافقتك تعديل / لا يوجد .

الفقرات

لا يوجد	تعديل	المحور الأول : لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب النفسي للمعاقين حركياً في ضل انتشار وباء كورونا
		1 النشاط البدني الرياضي ليس له أهمية كبقية الأنشطة الأخرى في ضل انتشار كوفيد 19
		2 يساعد النشاط البدني الرياضي في التحكم في انفعالاتي أثناء انتشار كوفيد 19
		3 أرى أن النشاط البدني الرياضي يساعد على تنمية الثقة بالنفس خاصة مع انتشار كوفيد 19
		4 أرى أنه لا ينبغي التخلي عن النشاط البدني الرياضي في مراكز التربية الخاصة مع مراعاة البروتوكول الصحي لوباء كورونا
		5 الأنشطة الرياضية تساعد على خفض التوترات في ضل انتشار كوفيد 19
		6 ممارسة النشاط البدني الرياضي هي السبيل للتحرر من الضغوط النفسية مع تزايد عدد المصابين بوباء كوفيد 19
		7 أرى أن الممارسة الرياضية وسيلة هامة من وسائل الترويح في ضل الانتشار الواسع لمرض كوفيد 19
		8 تزداد قناعاتي بأهمية النشاط البدني الرياضي من حين لآخر مع تزايد التدابير الصحية للوقاية من مرض كوفيد 19
		9 ممارسة النشاط البدني الرياضي له أهمية في التخفيف من الكبت الذي نعاني
		10 عدم اتقاني لبعض الحركات الرياضية التي تخفف من حدة القلق في ضل انتشار الوباء يشعرني بالخجل

الفقرات

لا يوجد	تعديل	المحور الثاني : لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب البدني للمعاقين حركياً في ضل انتشار وباء كورونا
		1 يهتم النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 ببناء العضلات فقط
		2 يسبب النشاط البدني الرياضي الإرهاق الشديد خاصة مع الإجراءات الوقائية الصارمة لوباء كوفيد 19
		3 يساهم النشاط البدني الرياضي في زمن الكورونا في إكساب لياقة بدنية بدرجة قليلة
		4 أرى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 للأسوياء بدنياً فقط
		5 أكتسب مرونة بعد ممارسة النشاط البدني الرياضي خاصة بعد الخمول الذي سببه الحجر الصحي
		6 تعد ممارسة الأنشطة الرياضية فرصة للاسترخاء خاصة مع انتشار كوفيد 19
		7 أفضل ممارسة الأنشطة البدنية التي لا تتطلب جهد كبير والتي تكون وفق البروتوكول الصحي لكوفيد 19
		8 يعد النشاط البدني فرصة لاكتساب لياقة بدنية والتخلص من بعض المشاكل الصحية والوقاية من بعض الأمراض مثل كوفيد 19.
		9 لا أحبذ ممارسة النشاط البدني الرياضي خوفاً من تطور إعاقتي مع تزايد الإصابات بكوفيد 19
		10 ممارسة النشاط البدني الرياضي له أهمية في التعويض عن قلة الحركة الناتجة عن الإعاقة وعن إجراءات الحجر الصحي

الملحق (2) : الاستبيان بعد التحكيم :

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استبيان

السلام وعليكم ورحمة الله تعالى وبركاته

في إطار انجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تحت

عنوان :

" أهمية ممارسة النشاط البدني والرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة (فئة المعاقين حركياً)

مع انتشار وباء كورونا كوفيد 19"

نرجو منكم أن تجيبوا عن أسئلة الاستبيان بدقة وعناية ، وأن تتحلى بالثقة اتجاهنا لأن إجابتك ستستخدم

لأغراض علمية فقط.

وفيما يلي بعض العبارات المتعلقة بالنشاط البدني والرياضي والمطلوب منك هو أن تحدد مدى موافقتك

على هذه العبارات بوضع علامة (×) في الخانة التي تبين درجة موافقتك (موافق / لارأي لي / غير

موافق).

*في الأخير نرجو منكم الإجابة بجدية ، وأتمنى لكم النجاح في مشاركتكم الدراسي .

الفقرات

لا أوافق	لا رأي لي	موافق	المحور الأول : لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب النفسي للمعاقين حركياً في ضل انتشار وباء كورونا
			1 النشاط البدني الرياضي ليس له أهمية كبقية الأنشطة الأخرى في ضل انتشار كوفيد 19
			2 يساعد النشاط البدني الرياضي في التحكم في انفعالاتي أثناء انتشار كوفيد 19
			3 أرى أن النشاط البدني الرياضي يساعد على تنمية الثقة بالنفس خاصة مع انتشار كوفيد 19
			4 أرى أنه لا ينبغي التخلي عن النشاط البدني الرياضي في مراكز التربية الخاصة مع مراعاة البروتوكول الصحي لوباء كورونا
			5 الأنشطة الرياضية تساعد على خفض التوترات في ضل انتشار كوفيد 19
			6 ممارسة النشاط البدني الرياضي هي السبيل للتحرر من الضغوط النفسية مع تزايد عدد المصابين بوباء كوفيد 19
			7 أرى أن الممارسة الرياضية وسيلة هامة من وسائل الترويح في ضل الانتشار الواسع لمرض كوفيد 19
			8 تزداد قناعاتي بأهمية النشاط البدني الرياضي من حين لآخر مع تزايد التدابير الصحية للوقاية من مرض كوفيد 19
			9 ممارسة النشاط البدني الرياضي له أهمية في التخفيف من الكبت الذي نعاني منه بسبب الإجراءات التحذيرية من وباء كوفيد 19
			10 عدم اتقاني لبعض الحركات الرياضية التي تخفف من حدة القلق في ضل انتشار الوباء يشعرني بالخجل

الفقرات

لا أوافق	لا رأي لي	موافق	المحور الثاني : لممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تحسين الجانب البدني للمعاقين حركياً في ضل انتشار وباء كورونا
			1 يهتم النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 ببناء العضلات فقط
			2 يسبب النشاط البدني الرياضي الإرهاق الشديد خاصة مع الإجراءات الوقائية الصارمة لوباء كوفيد 19
			3 يساهم النشاط البدني الرياضي في زمن الكورونا في إكساب لياقة بدنية بدرجة قليلة
			4 أرى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي في ضل انتشار وباء كوفيد 19 للأسوياء بدنياً فقط
			5 أكتسب مرونة بعد ممارسة النشاط البدني الرياضي خاصة بعد الخمول الذي سببه الحجر الصحي
			6 تعد ممارسة الأنشطة الرياضية فرصة للاسترخاء خاصة مع انتشار كوفيد 19
			7 أفضل ممارسة الأنشطة البدنية التي لا تتطلب جهد كبير والتي تكون وفق البروتوكول الصحي لكوفيد 19
			8 يعد النشاط البدني فرصة لاكتساب لياقة بدنية والتخلص من بعض المشاكل الصحية والوقاية من بعض الأمراض مثل كوفيد 19.
			9 لا أحبذ ممارسة النشاط البدني الرياضي خوفاً من تطور إعاقتي مع تزايد الإصابات بكوفيد 19
			10 ممارسة النشاط البدني الرياضي له أهمية في التعويض عن قلة الحركة الناتجة عن الإعاقة وعن إجراءات الحجر الصحي

الملحق (3) : قائمة الأساتذة المحكمين :

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة قطر - حادياف - المسيلة -
معهد علوم التقنيات البدنية والرياضية

فائمة الأساتذة المحكمين:

الإمضاء	الدرجة العلمية	الاسم واللقب	لرقم
Mahab	أستاذ محاضر أ	مهدي عز الدين	01
	أستاذ محاضر أ	مرزوقي سمير	02
Sah	أستاذ محاضر أ	سعيدان سعد	03
	الأستاذ	رامي عز الدين	04
Ram	الدكتور (بروفيسور)		
Mahab	أستاذ محاضر أ	منجحي مخلوف	05

العنوان : أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة مع انتشار وباء كورونا كوفيد-19 (فئة المعاقين حركياً)
إشكالية الدراسة : هل لممارسة النشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة (فئة المعاقين حركياً) أهمية مع انتشار وباء كورونا كوفيد-19 ؟

الفرضية العامة للدراسة : لممارسة النشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة (فئة المعاقين حركياً) أهمية مع انتشار وباء كورونا كوفيد-19

هدف الدراسة : التعرف على أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة (فئة المعاقين حركياً) في ضل تفشي وباء كورونا على الجانب النفسي وعلى الجانب البدني

المنهج العلمي المتبع في الدراسة : المنهج الوصفي

عينة الدراسة : 14 لاعب من نادي النور لكرة السلة على الكراسي المتحركة بالمسيلة .

أدوات الدراسة : الاستبيان والدراسة النظرية .

نتائج الدراسة : لممارسة النشاط البدني والرياضي أهمية في تحسين الجانب النفسي والبدني للمعاقين حركياً خلا تفشي وباء كورونا

الاقتراحات : الاهتمام أكثر بالأنشطة البدنية الرياضية المكيفة خلال زمن الكورونا لما وتوفير الحيز الملائم لممارسة النشاط البدني خلال فترات الحجر الصحي والحرص على استخدام البروتوكولات الصحية بدقة .