

الملتقى العلمي الوطني الأول

04 ديسمبر 2022

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية جامعة البليدة 2 لونيبي علي- البليدة - الجزائر

مخبر الصحة النفسية _ التربية _ الموهبة والابداع

النشاطات البدنية والرياضية المكيفة وأثرها الإيجابي على الشخص في وضعية إعاقة

السيد بوكراع رشيد

مستشار مكون في الإعاقة والنشاط البدني المكيف ورياضة الإعاقة
وأستاذ مكون المكونين سابقا للعمل الاجتماعي بوزارة التضامن الوطني

النشاط البدني والرياضي المكيف - مفهوم حديث العهد بالجزائر

- قبل ادخاله إلى الجزائر عام 1994، لم يكن المفهوم معروفاً لذا الجميع، حيث تضاربوا في تعريفه بينه وبين رياضة المعاقين والتي تعد جزءاً لا يتجزأ منه.
- أخذ هذا المفهوم مصار طويل منذ ذلك الحين لإدخاله التدريجي ابتداء من العام الدراسي 1994/1995، ضمن برامج التكوين الأساسي ودورات التكوين المستمر، والتي تم تفعيلها على مستوى المركز الوطني لتكوين الإطارات المتخصصة بمؤسسات الإعاقة بقسنطينة CNFPH (تحت وصاية وزارة التضامن الوطني...)
- نظمت العديد من دورات التكوين المستمر في عدة ولايات لمختلف المهنيين في القطاع الاجتماعي وكذلك لمختلف الإطارات والجمعيات التي تتكفل بالفئة المستهدفة.
- بعد عدة سنوات من التوعية والتحسيس والتعميم على جميع المستويات...، وبعد ذلك، تم تحديد هذا المفهوم على أنه نشاط أساسي ومهم لفائدة جميع الأشخاص في وضعية إعاقة، وبدون استثناء.

أهمية ومنافع النشاطات البدنية والرياضية المكيفة

- تهدف النشاطات البدنية والرياضية المكيفة عن طريق "خصوصياتها" إلى مساعدة ومرافقة كل الأشخاص في وضعية إعاقة على إبراز كفاءتهم ومؤهلاتهم وقدراتهم الذاتية (البدنية والنفسية الحركية والحسية الحركية...) لتنمي وتوظف توظيفاً حسناً.
- تلقن لجميع الأشخاص (الأطفال والكبار) بغرض الوقاية أو التأهيل أو إعادة التأهيل أو التعافي أو الاسترجاع أو التنمية أو المشاركة (الدمج) الاجتماعية.
- بواسطة الممارسة لمختلف للنشاطات البدنية والرياضية المكيفة، التي تعتبر وسيلة لتجسيد ثقافة الإعاقة لدى المجتمع وتساعد لا محالة في بناء علاقة تواصلية صريحة وفعالة تساهم في بناء مجتمع تواصلية.
- النشاطات البدنية اليومية هي ضرورية لتحسين العامل الصحي ووسيلة للوقاية من الخمول والركود المجر والمخاطر المرتبطة بهم.

- منذ السن المبكرة، نلاحظ التفاوت في حق التمدرس ومن حيث الممارسة النشاطات البدنية والرياضية المكيفة والتي لا تدرج كجزء من المناهج المدرسية الإلزامية بالمؤسسات التربوية والتعليمية أو المؤسسات المتخصصة على سبيل المثال.
- تعتبر ممارسة «النشاطات البدنية» من الصعب الوصول إليها اعتمادًا على أساس احتياجاتهم الضرورية، ولهذا السبب، أن الأشخاص الذين يعانون من إعاقات أو اضطرابات في النمو يجدون أنفسهم وأغلبهم مجبرون على الركود وليست لديهم الفرصة على ممارسة النشاطات البدنية المختلفة، مما يتسبب في ظهور اضطرابات أخرى تؤثر على صحتهم ويصبحون أكثر عرضة للإصابة بالأمراض المزمنة، مثل مرض السكري، وارتفاع ضغط الدم، وهشاشة العظام، الخ.
- هم بالطبع، لا ينتفعوا بنفس الحظوظ التي تمكنهم من الحصول على الخدمات الصحية والتربوية والترفيهية كعامة الناس.

دور ومكانة النشاطات البدنية والرياضية المكيفة لفائدة الشخص في وضعية إعاقة

- هي أداة لتفعيل الأهداف العامة من خلال "خصوصياتها" وبرؤية أكثر شمولية وتنتهج مقاربة شاملة (تستهدف الشخص ككل في جميع الأبعاد)، أي، تشمل كل جوانب الشخص في وضعية إعاقة.
- يُعترف بها كنشاط أساسي لنجاح عملية المرافقة ووسيلة فعالة لتطوير عمليات التنشئة الاجتماعية وتكوين وترقية الأشخاص في وضعية إعاقة "بالمؤسسات" المتخصصة بالجزائر، من جمعيات ونوادي رياضية، إلخ.
- تعزز وتطور سيرورة المشاركة الاجتماعية (الدمج) في نشاطات الحياة اليومية.
- تعميم النشاطات البدنية والرياضية المكيفة دون تمييز على مستوى كل المؤسسات مهما كانت خصوصياتها، هو منهج ضروري وملزم يتأسس على المراجع القانونية السارية المفعول والاتفاقيات الدولية الممضى عليها.

• بالإمكان أن نتعرف على أن " النشاطات البدنية " هي أداة شاملة ووسيلة حقيقية ومهمة للغاية لتحقيق الأهداف العامة التي تحددها المؤسسة المعنية فيما يلي:

1. إعطاء الفرصة لكل الأشخاص في وضعية إعاقة للتعبير واثبات الوجود.
2. تعزيز التنمية الشاملة (تنمية كل الجوانب).
3. اكتشاف واستخدام وتوظيف كل إمكانياتهم المكبوتة ولو كانت محدودة.
4. التخفيف من الأثر السلبي للاضطرابات والمعوقات التي يعيشونها يوميا.
5. تحقيق الإستقلالية الذاتية وتسهيل المشاركة المثلى في شتى مجالات الحياة اليومية.

• تهدف النشاطات البدنية والرياضية المكيفة على مساعدة ومرافقة كل الشخص في وضعية إعاقة على إبراز كفاءتهم ومؤهلاتهم وقدراتهم الذاتية منها النفسية والحركية والحسية والعقلية والعضوية، الخ. لكي تنمي وتستغل و تسهل عليهم لبناء " المشروع الحياتي " الخاص بهم.

• الاعتراف بها كأداة فعالة ومتعددة الأقطاب تسمح بتحقيق مجموعة كبيرة من الغايات على عدة مستويات ومن عدة جوانب لكل شخص في وضعية إعاقة وأبرزها الأبعاد : **التربوية والصحية والاجتماعية.**

• وسيلة مهمة وضرورية لتحسين وتعزيز عملية المرافقة الاجتماعية للوصول إلى المشاركة الحقيقية في جميع المجالات.

• لها أثر إيجابي وعميق على المدى البعيد لتنمي لديهم الإستقلالية والرفاهية الذاتية والمشاركة في النشاطات اليومية (الدمج)، دون إقصاء أو تهميش لأي طرف من جميع الشرائح الاجتماعية للمجتمع.

أهمية النشاطات البدنية والرياضية المكيف في تحقيق وتعزيز المشاركة الاجتماعية (الدمج)

- أهمية النشاطات البدنية والرياضية المكيفة فيما يتعلق بالمشاركة (الدمج) للأشخاص في وضعية إعاقة؛ يمكن إدراج بعض الأدوار الهامة المتمثلة فيما يلي:
 - هي من أهم الوسائل الناجحة والفعالة في تفعيل المشاركة الحقيقية ؛
 - تساعد على تجاوز " عقدة " الإعاقة والتغلب على " الاختلاف والاختلال " لديهم؛
 - تساهم وبشكل كبير في تميز هذا الفرد ونجاحه في حياته ونشاطاته اليومية، وهذا دليل على سلامة صحته من الجانب الفسيولوجي والحسي والحركي والنفسي الحركي؛
 - يمكن استخدامها للتخفيف من بعض المعوقات لديهم والتخفيف من مشاعر الإقصاء والتهميش؛
 - تساعد على تنمية المهارات الحركية الأساسية، والمهارات العقلية والاجتماعية واللغوية، كأداة لبناء علاقات تواصلية مبسطة ومريحة بالنسبة لهم.

- للنشاطات البدنية والرياضية المكيفة دور كبير في "إشراكهم" مع بعضهم البعض كما يحسن في التخفيف من حدة النفور من بعض المواقف الاجتماعية أثناء تأدية النشاطات المقترحة؛
- من سماتها البارزة، أنها تهدف إلى تعزيز المشاركة (سيرورة الدمج) الاجتماعية في نظام مدرسي أو عائلي أو رياضي بالنسبة للأشخاص في وضعية إعاقة مع الأطفال العاديين؛
- تساعد على التقليل من الفوارق الفردية وزيادة التفاعلات الاجتماعية ما بينهم وما بين العاديين؛
- تساهم أيضا في التخفيف من خاصية العزلة الاجتماعية عندهم، وتغيير نظرة المجتمع لهذه الفئة على أساس أحكام مسبقة ونظرة سلبية (التصور الاجتماعي للشخص المعاق)؛
- لها نصيب كبير في جعلهم قادرين على تكوين صداقة داخل المدارس على سبيل المثال، وطريقة "دمج" الفئة مع أقرانهم العاديين.

- لها دور أساسي في التقليل من العزلة بالنسبة لهم ويظهرون زيادة في التفاعل الاجتماعي والتقليل من الانطواء وذلك عندما يشاركون في اللعب من خلال مختلف النشاطات البدنية المقترحة؛
- بالاستناد إلى ما يقوله "عبد المجيد مروان الخولي: "بأن النشاطات البدنية تنمي في الشخص في وضعية إعاقة الثقة بالنفس والتعاون فضلا عن شعوره بالسرور وكذلك شعوره بالانتماء للجماعة والتواصل معهم".
- نصل بذلك إلى أن نؤكد مرة أخرى أن للنشاطات البدنية والرياضية المكيفة لها دور كبير في التخفيف من حدة الانطواء وهو الدور البارز والفعال الذي تلعبه، وتجعلهم يفكرون في مشاركة الآخرين وتساعدهم على التأقلم والتواصل معهم بكل سهولة.
- تتأثر سلوكياتهم بشكل ايجابي من خلال ممارسة الأنشطة البدنية المقترحة والمناسبة باعتبارها أنها تقدم فوائد ومنافع متعددة ومتنوعة لضبط والتخفيف من السلوكيات السلبية والقلق والعدوانية مع زيادة مستوى الاستجابة.

- بإمكان للنشاطات البدنية والرياضية المكيفة، كوسيلة وأداة للتدخل أن يكون لها أثر حسن وعميق على كل الأشخاص في وضعية إعاقة للتخفيف من الاضطرابات الناجمة عن الإعاقة أو من جراء الإقصاء والتهميش؛
- تساهم حقيقة في إبراز قدراتهم ومؤهلاتهم وكفاءاتهم الفردية المكبوتة، لإنمائها وتوظيفها للوصول بسرعة إلى إدراك المحيط الذي يترعرعون فيه ويتقبلون التغيير والتخفيف من الأثر السلبي للاضطرابات الناجمة عن الحالة التي يعيشونها.

الإعاقة والرياضة

- في الماضي القريب كلمتان لهما فرص ضئيلة للتعايش الناجمة عن الفهم السيئ والمخاطئ للإعاقة ورسخ ثقافة التميز والتميز والإقصاء لشريحة كبيرة من المجتمع، لسوء الحظ لم تتخطى حتى الآن كل هذه العراقيل والإيديولوجيات السلبية المتعلقة بهذه الفئة من المجتمع الجزائري.
- الممارسة البدنية والرياضية بكل أصنافها كانت ومازالت حكرًا على الأغلبية من الأشخاص العاديين وبالرغم من ذلك، تمكنوا (الأشخاص في وضعية إعاقة) من إثبات بجدارة وعزم على جعل ممارسة النشاطات البدنية والرياضية في متناولهم وتتكيف مع مطالبهم واحتياجاتهم الطبيعية والمشروعة.
- أظهرت وتميزت الفئة بالتحدي والشجاعة الخارقة للتفوق حتى على العاديين في عدة مجالات ومنها الرياضة النخبوية، حيث تمكنت من احتلال رتب جد مشرفة والحصول على ألقاب وميداليات ومراكز عالمية وقارية للفرق الرياضية الجزائرية باختلاف اختصاصاتها.

• أثبتوا لنا جميعا على مدا الكفاءات العالية التي يتمتعون بها والتحدي الكبير لتجاوز الصعوبات والمعوقات للحصول في الأخير على نتائج مذهلة في كافة المجالات والتي كانت غير متوقعة عند الغالبية من الناس.

• كما لا يخفى على الجميع أن فئة كاملة من المجتمع أُجبرت على الركود والخبول اللذان يفاقمان الوضعية ويصعب عليهم المشاركة.

• بإمكانهم ممارسة النشاطات البدنية والرياضية المكيفة للحصول على الفوائد التي توفر لهم الفرصة للعيش الكريم والمشاركة في الحياة اليومية والانخراط في التنمية الشاملة للوطن.

• كل المؤسسات والجمعيات المتطرق لها من قبل، هي حقيقة بمثابة خزان لتطوير رياضة الإعاقة للنخبة على المدى المتوسط والبعيد.

الخاتمة

• ينبغي أن نؤكد على الدور الذي تلعبه النشاطات البدنية والرياضية المكيفة في تحقيق المشاركة "الدمج" في الحياة المدرسية خاصة بالنسبة للأطفال؛ ولما لها من دور فعال في التحديد أو التقليل من السلبيات المختلفة والاضطرابات التي يعانون منها سواء من الناحية النفسية أو الحركية أو الحسية الحركية، والأهم من ذلك من الجانب الاجتماعي.

• انطلاقاً مما سبق ذكره، نستنتج أن النشاطات البدنية والرياضية المكيفة لا سيما بالنسبة للأطفال والمراهقين في وضعية إعاقة، يحتاجون إلى المزيد من التطور وخصوصاً فيما يتعلق بالجانب المادي والتربوي والعلمي، وفيما يخص كذلك التأطير البيداغوجي والتربوي والتدريبي، الذي يجب أن يكون في مستوى الحدث والتغيرات...

• من الأهم والأفضل أن يكون للفريق المتدخل له أهداف مشتركة تتمحور حول الشخص، لمعرفة قدراتهم ومهاراتهم والصعوبات التي تعترضه وكيفية الاستجابة لمطالبه وحاجياته الضرورية (مقاربة مهنية).

• جميع التدخلات يجب أن تتركز على القدرات والاستعدادات وحاجيات ورغبات الشخص في وضعية إعاقة مع الأخذ بعين الاعتبار إمكانيات المؤسسة، لأن لها أهمية كبيرة لنجاح عملية المرافقة (ليس على أساس الإعاقة).

• الأهداف المتبعة تعني من جهة تنمية القدرات والكفاءات والمؤهلات الذاتية، ومن جهة أخرى التخفيف من الاضطرابات والثمين الذاتي وتنمية الثقة في النفس، والتي تحقق الإستقلالية الذاتية والتكيف مع الطوارئ التي تعترضهم ليطمحوا إلى المشاركة الفعلية في نشاطات الحياة اليومية.

• التعاون والانسجام بشكل موضوعي كمهنيين والعمل من أجل مرافقة الأشخاص في وضعية إعاقة، ستكون مفيدة للجميع.

• من الأهم، ومن الضروري على المتدخلين والمرافقين لكل الأشخاص في وضعية إعاقة أن يضعوا من أولوياتهم القصوى الشخص في مركز اهتماماتهم المهنية وبالطبع منها الانسانية.

- برنامج التكوين في النشاطات البدنية والرياضية المكيفة سيعمق من معرفة المهنيين المختصين ويوفر المستجدات في هذا المجال للتدخل من عدة جوانب والتي تتعلق بالتنمية والصحة والمشاركة في الحياة اليومية.
- برنامجا مكيفا وثرى مندمجا ضمن برامج المؤسسة أو الجمعية سيدعم المرافقة الحقيقية لهذه الشريحة من المجتمع، والتي لها الحق في العيش الكريم كفرد لا يتجزأ من المجتمع لبناء مشروع حياته والمشاركة الفعلية في التنمية الشاملة للبلاد.

• لا نسنى أن كل شخص في وضعية إعاقة يختلف عن غيره واحتياجاته مميزة وشخصية والنشاط الذي يريد الانخراط فيه هو وعائلته.

الشكر لكم مع تحياتي الخالصة

boukrachid@gmail.com

الفرنسية: <http://algerie-apa.jimdo.com>

العربية: <http://algerie-apa.blogspot.com>