

رياضة المعاقين

إعداد:

محمد أحمد عبد الرحمن طباشة

تحت إشراف : جمعية أفاق للتنمية المجتمعية

المكتبة الإلكترونية

أطفال الخليج ذوي الإحتياجات الخاصة

www.gulfkids.com

المقدمة

لا شك في أن الإعاقة توهن من قدرة صاحبها ، وتجعله في أمس الحاجة إلى عون خارجي ...

فمع هذا فإن للمعاقين الأثر الكبير في قلوبنا لأنهم هم اللذين ضحوا بدمائهم من أجل رفعة الوطن والمواطن لذا يجب علينا أن نكون لهم عوناً معيناً وسنداً ونصيراً لأن الإسلام حثنا على رعايتهم والاهتمام بهم فعلياً أن نعمل جميعاً كما قال عمر بن الخطاب رضي الله عنه " علماً أولادكم الرماية والسباحة وركوب الخيل " ولم يحدد أبناء معينين بل كل الأبناء بدون استثناء...

كان المعوقون في الماضي يلجئون إلى العزلة والانطواء ، وما يحدث ذلك من تأثيرات سلبية على سلوكياتهم ، فالإحساس بالعجز يتزايد ويتفاقم ويتضاعف ، وبالتالي كانت نظرتهم إلى الحياة نظرة ضيقة يلفها اليأس والقنوط والكآبة . إلا أن البعض استطاع أن يقضي على هذه النظرة ، ويحطم أسوار اليأس والعزلة وقيود الخوف والرغبة ، ويتبوأ مكان الصدارة على صفحات تاريخ الإنسانية ، وينتزع نظرات الإعجاب والتقدير من الجميع ، ولم تعد العاهة كما كانت يخجل منها ، ويتوارى معها المعوق عن الأنظار .

وهاهي هيلين كيلر (1880-1968 م) الكاتبة المشهورة ، والتي كانت تعاني من الصمم والبكم والعمى ، مازال صوتها يدوي في أرجاء العالم عندما قالت " إن العمى ليس بشيء وأن الصمم ليس بشيء ، فكلنا في حقيقة الأمر عمي وصم عن الجلائل الخالدة في هذا الكون العظيم ، وأنه على الرغم من امتلاك الإنسان خمس حواس ضئيلة عاجزة ، هناك حاسة سادسة هي التي وحدها تستطيع أن ترى ما لا تراه العيون ، وتسمع ما لا تسمعه الآذان ، وتدرك ما لا تدركه العقول ، وهذه الحاسة التي تغنيها عن الحواس الأخرى هي دليلنا في هذه الحياة وعزائونا في العالم .

وترجع فكرة رياضة المعوقين إلى أيام الحرب العالمية الثانية عندما جاء الدكتور لوديج جوثمان إلى المركز الخاص بجرحى العمود الفقري في مستشفى ستومانديفل

بانجلترا ، حيث كان المقعدون يقضون حياة ساكنة وخاملة ، وفي عزلة تامة يتجرعون ذكريات الماضي وآلام الحاضر ، وبالتالي يفقدون ثقتهم بأنفسهم ، وبكل شيء يحيط بهم .

وقد كان الدكتور جوثمان من مؤيدي الفكرة القائلة إن باستطاعة الرياضة أن تساعد أصحاب العاهات على إستعادة توازنهم الجسدي والمعنوي ، وتحقق لهم اتصالاً أفضل بالمجتمع ، كما تنمي قدراتهم البدنية والعقلية ، وأن هدف العاب المعوقين سواء الرجال أو النساء ، أن تحفز وتدفع لديهم الأمل والإلهام فالمعوق يستمد رؤيته لذاته من خلال رؤية الآخرين له .

1. مقدمة ...

تولي الدول أهمية خاصة للمعاقين من مواطنيها، وفق ظروف كل دولة، لما يشكله المعاقون من ثروة يمكن استثمارها للمساهمة في تنمية المجتمع. وقد تم لهذا الغرض اشتراك المعاقين من مختلف الأعمار في أنواع عديدة من الألعاب الرياضية و تكييف تلك الألعاب لمواكمة نوع الإعاقة ، و ما يستلزمه ذلك من تشريعات و قواعد تتاسب كل حالة. و قد أقيمت دورات خاصة و مباريات محلية و دولية للمعاقين في مختلف دول العالم. و شكلت منافسات (دورة برشلونة للمعاقين عام 1992م) نقطة هامة للاهتمام الدولي بهذه الفئة من الناس.

هذه الورقة مستخلصة من التعديلات التي أجراها الاتحاد الدولي لكرة القدم (الفيفا FIFA) على قواعد لعبة كرة القدم لتتاسب المعاقين بصرياً . و عليه سيتم تحاشي أوجه التشابه مع لعبة كرة القدم المعروفة و التركيز على مواصفات كرة القدم للمعاقين بصرياً و حسب.

2. مواصفات الملعب ...

الملعب مستطيل الشكل لا يزيد طوله على 42 متراً و لا يقل عن 25 متراً، و عرضه لا يزيد عن 25 متراً و لا يقل عن 15 متراً . أما في المباريات الدولية فتكون أبعاد الملعب كالاتي: الطول 38 – 42 متراً و العرض 18 – 22 متراً . و يؤشر الملعب بخطوط واضحة المعالم يبلغ عرض الواحد منها 8 سنتمترات، و توجد في منتصف الملعب دائرة نصف قطرها ثلاثة أمتار.

على بعد ستة أمتار من قائمتي المرمى هناك قوس دائرة نصف قطرها ستة أمتار، و هناك نقطتا جزاء ؛ الأولى تبعد ستة أمتار و الثانية مؤشرة على بعد 12 متراً من نقطة منتصف خطي المرمى. و يبلغ عرض كل مرمى ثلاثة أمتار و ارتفاعه مترين. أما الكرة فيجب ألا يزيد وزنها عند بدء اللعب على (430 غراماً) و لا يقل عن (390 غراماً) ، و لا يسمح باستخدام الكرات المصنوعة من اللباد في المباريات الدولية. و الكرة المستعملة قد تكون بيضاء أو خضراء أو برتقالية اللون أو أي لون آخر يسهل تبيئتها من قبل اللاعبين.

و يتعين توفير الحماية ضد الانعكاسات المحتملة لضوء الشمس أو أية مصادر ضوء أخرى قد تؤثر على ساحة اللعب و حركة اللاعبين. كما يجب أن يكون الضوء مسلطاً بشكل متماثل على أجزاء ساحة اللعب، و أن يكون بدرجة الإضاءة نفسها أثناء اللعب، و لا يسمح بإجراء أي تغيير في درجة الإضاءة بأي شكل.

3. اللاعبون ...

يؤدي المباراة فريقان يتألف كل منهما من خمسة لاعبين أحدهم حارس المرمى، و يبلغ عدد اللاعبين الذين يمكن استبدالهم كحد أقصى سبعة لاعبين، و هناك أيضاً الاستبدال الآني أو السريع = Flying الذي يجري أثناء اللعب، و هو استبدال غير محدد باستثناء حارس المرمى الذي يمكن استبداله حين تكون الكرة خارج الملعب فقط. و بإمكان اللاعب الذي تم استبداله من قبل أن يعود إلى المباراة بصفة لاعب

بديل للاعب آخر. و يستطيع حارس المرمى أن يبديل مكانه مع أي لاعب آخر شرط الحصول على موافقة أحد الحكّمين مسبقاً، و يتم التغيير أثناء حصول توقف في المباراة بسبب ارتكاب أخطاء مقصودة، و بقاء ما لا يزيد عن لاعبين في أي من الفريقين فإن المباراة سوف تُلغى.

4. التحكيم ...

يحكم المباراة حكم رئيسي Referee و حكم مساعد واحد. يتمتع الحكم بالصلاحيات المعروفة في لعبة كرة القدم، و يعيّن مساعد الحكم للعمل في الجانب المقابل من الملعب، و للحكم المساعد الصلاحيات نفسها التي يتمتع بها الحكم الرئيسي، و هو يتمتع بصلاحيّة إيقاف المباراة إذا حصل انتهاك لقوانين اللعبة وفق ما يراه مناسباً، و يقوم مساعد الحكم بأداء المهمات الآتي ذكرها :

1. إذا بدأ اللعب دون وجود (ميقاتي = Timekeeper) فإنه فإنه سيقوم بمتابعة و احتساب فترة العقوبة البالغة دقيقتين في حال طرد لاعب من الملعب .
 2. عليه التأكّد من أن استبدال اللاعبين السريع (الآني) يجري بشكل صحيح .
 3. متابعة الوقت المستقطع Tim-Out البالغ دقيقة واحدة.
- و في حال عدم أداء الحكم المساعد واجبه بالشكل المناسب فإن للحكم الرئيسي الحق في الاستغناء عنه و اتخاذ ما يلزم لاستبداله بحكم مساعد آخر بعد إشعار الجهة المسؤولة في الملعب عن ذلك.

5. الميقاتي Time-keeper ...

يقوم الميقاتي بتسجيل جميع الأوقات المستقطعة لكل فريق و اطلاع الحكمين و الفريقين على ذلك و كذلك تسجيل عملية السماح بالأوقات المستقطعة لدى طلب ذلك من أحد مدربي الفريقين. كما يعمل أيضاً على تسجيل أول خمس مخالفات Fouls يرتكبها كل فريق في كل شوط. كما يعمل على متابعة تسجيل كل التوقفات أثناء

المباراة و أسباب ذلك. أما إذا تدخل الميقاتي بشكل غير مناسب فإن الحكم الرئيسي سيستغني عنه و يعمل على استبداله بالتشاور مع الجهة المسؤولة في الملعب .

6. وقت المباراة ...

تجري المباراة على شوطين أمد كل شوط عشرون دقيقة. و يحق لكل فريق طلب وقت مستقطع مدته دقيقة واحدة في كل شوط. و تتم العملية هذه عن طريق الميقاتي وينبغي ألا تتجاوز فترة الراحة بين الشوطين عشر دقائق .

7. المخالفات و العقوبات ...

في حال طرد أحد اللاعبين من قبل الحكم فإنه يحرم من العودة إلى الملعب، و لا يسمح له بالجلوس في المكان المخصص للاعبين الاحتياط. و قد يمنح فريقه دقيقتين بعد طرده، إلا إذا تم إحراز هدف قبل انقضاء الدقيقتين، عند ذاك يتعين مراعاة ما يأتي:

1. إذا كان هناك خمسة لاعبين مقابل أربعة، و حصل أن أحرز الفريق الأكثر عدداً هدفاً فإن الفريق الآخر يمكن إكماله.
2. إذا كان كلا الفريقان يلعبان بأربعة لاعبين و تم إحراز هدف، عندها يتم إكمال عدد الفريقين كليهما.
3. في حال لعب خمسة لاعبين ضد ثلاثة / أو أربعة ضد ثلاثة و أحرز الفريق ذو العدد الكبير هدفاً فإن الفريق ذي اللاعبين الثلاثة يمكن زيادته بلاعب واحد فقط .
4. إذا كان كلا الفريقين يلعبان بثلاثة لاعبين و تم إحراز هدف، عندها يقوم كل فريق بإضافة لاعب واحد فقط.
5. إذا أحرز الفريق ذو العدد الأقل هدفاً فإن اللعبة ستواصل دون تغيير عدد اللاعبين .

8. المخالفات المترابطة ...

1. في حال ارتكاب أي فريق خمس مخالفات متتالية فإنه سيتم احتساب ضربات مباشرة ضده، بصرف النظر عن المخالفة التي يرتكبها أي لاعب فيما بعد.
2. بعد ارتكاب المخالفة السادسة المترابطة لا يسمح بوقوف أي جدار من اللاعبين لصد الضربة المباشرة. و عند تنفيذ الضربة المباشرة فإن على اللاعبين أن يمتنعوا عن لمس الكرة إلا بعد لمسها من قبل حارس المرمى أو ارتدادها عن قائمة المرمى أو خروجها الملعب .

ما هي أنواع الإعاقة التي يمكن أن يمارس أصحابها الرياضة ؟

وهل الرياضة مناسبة للمعاقين كما هي للأصحاء ؟..

الرياضة في الإعاقة متعددة ومتنوعة، والحقيقة جميع فئات الإعاقة، ما عدا الإعاقات الشديدة جداً، تستطيع أن تمارس وتؤدي دوراً في مجال الرياضة، في مجال الرياضة بمستوياتها، وباستخدام المعينات المختلف في هذا الموضوع. فهناك من الإعاقات الحركية أنواعٌ متعددة من الألعاب الرياضية، رياضية في انتظامها الرياضي، وفي قوانينها الرياضية، وفي ترتيبها الرياضي السليم فيها، ولذلك المعوق لديه الطاقات الكثيرة بالتدريب، وباستخدام المعينات يستطيع أن يؤدي أدواراً كثيرة في مجال الرياضة، وفي مجال الغير رياضة.

وضع رياضة المعاقين في العالم العربي ؟

الوضع بالنسبة إلى المعوقين وخدماتهم الحقيقة في الوطن العربي، وفي كثير من الدول العربية، قد تكون دون المستوى المطلوب حتى في مجال الرياضة، يعني الرياضة لا تختلف كثيراً عن مجالات الرعاية والخدمات الأخرى في مدى توفرها بدرجة أفضل من الأخرى.

ربما الرياضة تأتي في بعض الحالات متأخرة عن باقي الخدمات، ولكن أيضاً باقي الخدمات أيضاً فيها تأخر في الوطن العربي بشكل ملحوظ.

لأنها هي رياضة، لأن العقل السليم في الجسم الرياضي، الجسم السليم في الجسم الرياضي، فحتى المعوق الذي جسمه ليس سليماً إذا كان جسمه رياضياً يستطيع أن يتحرك ويتفاعل في المجتمعات بطريقة فاعلة وجيدة.

هو قضية اندماج في المجتمع، الرياضة تساعد المعوق عن الابتعاد عن الانزواء، والانكفاء في البيت، والشعور بالعبء على المجتمع، تساعد على التأهيل الجسماني، فاللاعب الذي لديه ضمور في العضلات عندما يحرك الكرة ويتحرك على هذا، هو يعطي تمرين (Physical) جسماني

هل هناك سنٌ معين بالنسبة للمعاقين لممارسة الرياضة التنافسية؟

يعني على مستوى نسبة هذه الفئات لخاصة

هل الأمر كما للأصحاء هناك سنٌ معينة أم أن هنا الأمر يختلف؟

هو رياضة المعاقين ممكن الواحد يمارسها حتى منذ الولادة كلما كان التدخل مبكر كلما كان الشيء أفضل، وخسارة أفضل سواء كان في العلاج الطبيعي، أو البدني الوظيفي.. يكون أفضل بالرياضة وسائل وقالت الأبحاث والدراسات كلما كانت مبكرة كلما كانت أفضل، لا يوجد سنٌ، ولا يعني ممكن من الصفر للسنوات الستينات وما فوقها. يعني لا شك أن إحدى مشاكل المعاقين تتعلق بالجانب النفسي والاجتماعي بدرجة كبيرة جداً، فكيف يمكن أن تتعامل مع هذا الجانب

كيف يمكن معالجته من خلال الرياضة؟

الرياضة تعطي للإنسان أولاً الاختلاط والاندماج، ثم تعطي له -أيضاً- أن يقدم ما لديه من قدرات ومن إمكانيات، إنه أنا عندي إمكانيات، الإنسان المعوق عنده إمكانيات ليس خالي، عنده بواقي هذه الإمكانيات، إذا صقلت ستنتال إعجاب الآخرين، أن يُقدَّر من الآخرين بأن يعطوا له نوع من الإعجاب، نوع من التصفيق، نوع من إنه يستمعوا إليه، يشاهدوا لعبه، هذا في حد ذاته يعتبره بالنسبة إليه تقدير واحترام ورفع من قيمته الذاتية.

الأناس الموجودين في خارج المجتمع ينظرون له من زاوية أنه لا يعمل شيء، ولا يستطيع إنه يعمل، وما رأيك لما تنقل المباراة على التليفزيون -كمان- ويصفق له التليفزيون والناس كلها، هو يخرج عند ذلك عن هذا الضعف، وعن هذه عقدة النقص والعجز اللي عنده، بأن لديه ما يعوضها في المجال الآخر، فيبني نفسه، هو بناء للنفس التي يهدمها الظروف الاجتماعية (..) المدمرة..

هل هناك هذه الأندية متخصصة في ذلك؟

الحقيقة فيه تفاوت كبير جداً بين الدول العربية في مستوى الاهتمام بالمعوقين بشكل عام، ورياضة الفئات الخاصة بشكل خاص، وكل دولة لها تاريخها في هذا الموضوع..

هل تجد رياضة المعاقين اهتمام من قبل بلدان العالم العربي؟

لا تجد رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة اهتماماً واسعاً على مستوى الوطن العربي كشأن منافسات الأسوياء، وإن كانت بعض الدول بدأت توليهم بعض الاهتمام، فبدأنا نجد أندية خاصة بهذه الفئة، أو مؤسسات وجمعيات أصبحت تتخصص بنوع معين من الإعاقة.

لا تقف رعاية هذه المؤسسات عند تقديم الخدمات الأساسية لهم مثل القراءة، والكتابة، وبعض المهارات المهنية التي تنفعهم في حياتهم الخاصة، بل أصبحت تتعدى حدود ذلك نحو الاهتمام بالجوانب الترفيهية، والتنافسية في أحيان أخرى.

وفي الجانب الرياضي بدأت الدول العربية تهتم بإشراك ذوي الاحتياجات الخاصة في البطولات التنافسية، سواء الودية أو الرسمية، وزاد تبادل الزيارات بين المنتخبات الممثلة لبلادها بين الأشقاء العرب.

ولعل فكرة تنظيم أول دورة رياضة عربية للفئات الخاصة يعد ترجمة واقعية للاهتمام المتنامي بهذه الفئة، فتصدى الأردن لتنظيم أول دورة، مما دفع الجزائر للتقدم رسمياً لاحتضان الدورة الثانية بحيث تتزامن مع الدورة الرياضية العربية العاشرة والمزمع إقامتها عام 2003م في الجزائر.

الدعوة لدمج اتحاد الأسوياء والمعاقين

نحن ما نقدر أن نستأصل رياضة المعوقين عن باقي خدمات التي يحتاجها المعوقين من إعادة تأهيل، وهي بيت القصيد، لأنه لو معظم الملاحظات اللي ذكروها الإخوة السابقين تصب في.. في مشكلة.. في جوهر المشكلة اللي يعانيتها المعوق، وهي نقص الخدمة الأساسية في إعادة التأهيل والاندماج الاجتماعي.

فلا بد من وجود إستراتيجية رياضية جديدة تدمج الاتحادات الرياضية للمعوقين مع الاتحادات الرياضية للناس الأصحاء، فأخذ على سبيل المثال كرة الهدف إحدى اللعبات اللي ممكن يمارسها الطرفان: يعني المعوق والصحيح لأنه تعتمد على عصبه العين.

ولعبة عصبه العين هي القيام بعصب العينين للأناس الأصحاء والعب مع الإخوة المعاقين لتكون اللعبة على الكفاءة التامة وهي كرة يوجد فيها جرس وتعتمد على السمع.

ما هي أبرز الاحتياجات ربما المعاناة بالنسبة لهذا الصنف من الرياضة؟

الحقيقة من أبرز معاناة هذا الصنف من الرياضة إن هذه الرياضة تحتاج إلى تكنولوجيا، إلى أدوات معينة، وهذه الأدوات المعينة يجب أن تكون من أحدث ما يكون في التكنولوجيا- زي ما ذكر الأخ بو شايب- إن الكرسي كان وزنه أربعة عشر كيلو، الآن وزنه أربعة كيلو التكنولوجيا، فالتعامل مع المعوقين يجب أن يكون تعامل مع أحدث تكنولوجيا..

وهذا يتطلب تمويل كبير، هذا التمويل يجب أن يتم فيه من أطراف ثلاثة: المعوقين المقندين، ثم المواطنين، والدولة، هذه ثلاثة أشياء، لذلك أنا بتأمل أن أرى 3 أشياء تتحقق، اهتمام أكثر من الجامعة العربية، ومن الاتحاد العربي للألعاب الرياضية، رغم إنه ما دعمنا وشجعنا في هذا الموضوع، اهتمام أكثر من الجامعة العربية، اهتمام أكثر من الاتحاد العربي للألعاب الرياضية، واهتمام أكثر من الدول في تقوية ودعم الاتحادات الوطنية.

تنبثق الأهداف العامة للتربية الرياضية والتي تهدف إلى تقوية المواطن المؤمن بربه ، المنتمي لوطنه و أمته ، المتحلي بالفضائل الإنسانية ، النامي في مختلف جوانب الشخصية الجسمية ،

والعقلية ، و الروحية ، و الوجدانية ، و الاجتماعية ، و انسجاما مع هذه الأهداف فإن التربية الرياضية تسعى إلى تحقيق الأهداف العامة التالية:

الهدف الأول: تثبيت المبادئ الدينية و القومية و إذكاء الحماس و توجيه الاندفاع أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية لحب الوطن و التعريف بمكتسباته و الحافظة عليها.

الهدف الثاني: تنمية العلاقات الاجتماعية ، من خلال العمل الجماعي المنظم في أثناء الممارسة الرياضية التي تنطوي على المحبة و التعاون ، و تحمل المسؤولية، و الإخلاص للجماعة لتحقيق الانتماء للوطن

الهدف الثالث: اكتساب الخبرات الأساسية للأنشطة الرياضية المتنوعة و تنمية و تطوير اللياقة البدنية ، في ضوء الحقائق العمرية البيئية لمواجهة ظروف الحياة المختلفة.

الهدف الرابع: التمتع الكامل بالنشاط البدني الترويحي وفق الميول و القدرات و الرغبات البدنية و ضمن الإمكانيات المتاحة و التزود بالخبرات التربوية النافعة في الحياة.

الهدف الخامس: تنمية القدرة الإبداعية في إطار ديمقراطي ، يضمن حرية التفكير و التعبير لاكتساب القدرة على حل المشكلات اليومية و إثارة الدافعية للاستجابات البناءة

الهدف السادس: معرفة حاجات النمو الجسمي عن طريق ممارسة الحياة الصحية السليمة و الوصول إلى قوام بدني معتدل.

الهدف السابع: ترقية النمو الانفعالي و التحكم في الانفعالات و التعبير و تعزيز الثقة في النفس

الهدف الثامن: تشجيع و تنمية القدرات و المواهب الرياضية العالية ، و إتاحة المجال لها للوصول إلى مستويات البطولة.

الهدف التاسع: التدريب على اكتساب صفات القيادة و التبعية السليمة من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المتنوعة.

الترويج والرياضة

تتخذ الدول تدابير تكفل تكافؤ الفرص أمام المعوقين لممارسة الأنشطة الترويحية والرياضية.

1- ينبغي للدول أن تستحدث تدابير تستهدف تيسير دخول المعوقين إلى أماكن الترويج والرياضة، وإلى الفنادق والشواطئ وساحات الألعاب الرياضية وقاعات الرياضة البدنية، وما إلى ذلك. وينبغي أن تتضمن تلك التدابير توفير الدعم للموظفين العاملين في البرامج الترويحية والرياضية، بما في ذلك المشاريع الرامية إلى استحداث طرائق للوصول إلى هذه الأماكن والمشاركة في أنشطتها، وصوغ برامج لإعلام وتدريب العاملين في تلك المجالات.

2- ينبغي للسلطات السياحية ووكالات السفر والفنادق والمنظمات الطوعية وغيرها من الجهات المعنية بتنظيم الأنشطة الترويحية أو فرص السفر أن تقدم خدماتها للجميع، مع مراعاة ما للمعوقين من احتياجات خاصة. وينبغي توفير التدريب المناسب للحفز على تلك العملية.

3- ينبغي تشجيع المنظمات الرياضية على أن تتيح للمعوقين مزيداً من فرص المشاركة في الأنشطة الرياضية. وقد يكفي أحياناً لإتاحة فرص المشاركة، اتخاذ تدابير لتيسير الوصول. وفي أحيان أخرى تقضي الحاجة باتخاذ ترتيبات خاصة وإتاحة ألعاب خاصة. وينبغي للدول أن تدعم مشاركة المعوقين في المباريات الوطنية والدولية.

4- ينبغي أن تتاح للمعوقين المشتركين في الأنشطة الرياضية فرص تعليم وتدريب تعادل في نوعيتها ما يتاح من فرص للآخرين.

5- ينبغي لمنظمي الأنشطة الرياضية والترفيهية أن يستشيروا منظمات المعوقين لدى تطوير الخدمات الموجهة إلى المعوقين.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ