

الفصل الأول

٠/١ المقدمة ومشكلة البحث

١/١ المقدمة .

٢/١ مشكلة البحث .

٣/١ أهمية البحث والحاجة إليه .

٤/١ أهداف البحث .

٥/١ فروض البحث .

٦/١ المصطلحات المستخدمة في البحث .

الفصل الأول

١/١ المقدمة ومشكلة البحث

١/١ المقدمة :

قد نال مجال الإعاقة والمعوقين اهتماماً بالغاً في السنوات الأخيرة سواء من ناحية الدراسة العلمية أو التقدم التكنولوجي ، ويرجع هذا الاهتمام إلى الاقتناع في المجتمعات المختلفة بأن المعاقين كثيرهم من أفراد المجتمع لهم الحق في النمو بأقصى ما تمكنهم منه قدراتهم وطاقاتهم . حيث تغيرت نظرة المجتمع إلى المعوقين من اعتبارهم عالة اقتصادية إلى النظر إليهم كجزء من الثروة البشرية مما يحتم تنمية هذه الثروة والاستفادة منها إلى أقصى حد ممكن .

ونظراً لزيادة عدد المعاقين بصرياً في العالم حيث بلغ ما يقرب من ١٦١ مليوناً شخص يعانون من ضعف البصر منهم ٣٧ مليون مصاب بالعمى طبقاً لتقارير منظمة الصحة العالمية . (٨٣ : ٥٩)

كما تشير موسوعة المجالس القومية إلى أن المعاقين بصرياً يمثلون ٧٪ من ذوى الاحتياجات الخاصة في المجتمع وحفاظاً على أن تكون هذه الفئات لها مكانة الصدارة في خطط التنمية ، فقد أصدر الرئيس (حسنى مبارك) وثيقة تمثل عقداً لحماية الطفل المصرى واهم ما جاء توفير قدر مناسب من الرعاية الاجتماعية والصحية لهذه الفئات . (٨٤ : ٥٥٦)

وينوه "عبد المطلب أمين" (٢٠٠١) أن ميدان الإعاقة البصرية حظى باهتمام مبكر سبق ميادين الإعاقة الأخرى. ويشكل المكفوفين فئة غير متجانسة من الأفراد وان اشتركوا في المعاناة من المشاكل البصرية إلا أن هذه المشاكل تختلف في مسبباتها ودرجة شدتها فمن المعاقين بصرياً من يعانى من فقدان الكلى للبصر ومنهم من يعانى من فقدان الجزئى للبصر ويمكن الاستفادة من بقايا بصرهم مهما كانت درجاتهم فى التوجه والحركة، كذلك منهم من حدثت إعاقة مع الميلاد أو فى مرحلة مبكرة من عمره ، ومنهم من حدثت إعاقة فى مرحلة متأخرة من عمره، لذا يؤثر كف البصر على الطفل سواء الكفيف كلياً أو جزئياً على ممارسة الكثير من النشاطات والأعمال التى يمارسها الطفل الكفيف وتؤدى إلى اضطراب حركته ، وقصور مقدرته على التنقل ، وعلى التحكم فى بيئته ، وشعوره بالخوف وعدم القلق والتردد والحذر عموماً كما تعوق مقدرته على أداء النشاطات اليومية بكفاءة ، (٤٧ : ٣٦٥)

وقد اتفق كل من "كمال سالم" (١٩٩٧) ، "أسامة راتب وأمين الخولى" (١٩٩٨) ،
و"منى صبحى الحديدى" (١٩٩٨) ، "وعبد الحى محمود" (٢٠٠٢) على أن المكفوفين يعانون من
قصور شديد فى إكتساب المهارات الحركية ومن تطورات الحركات الدقيقة وتأزر اليد فى
مهارات الحياة اليومية لأنه كثيراً من أنشطة الحياة اليومية تعتمد على الإدراك البصرى ،
والطفل المعاق بصرياً يهاب النشاط الحركى ويميل إلى الأعمال التى تؤدى وهو جالس مما
ينعكس على نشاطه الاجتماعى والنتيجة مزيد من المعاناة النفسية والشعور بالوحدة والتكيف غير
السوى . (٥٨ : ٦٤) ، (١٠٥ : ١٠٧) ، (٦٨ : ٦٩) ، (٣٦٩ : ٣٧٠)

كما يشير "محمد كامل" (١٩٩٨) أن كف البصر أو ضعفه يعتبر من الإصابات التى
تشكل صعوبة فى ممارسة معظم الأنشطة الرياضية مما يؤثر على استجابة المعاق
بصرياً للحركة فلا يستطيع إكتساب المهارات الحركية للأنشطة الرياضية المختلفة بصورة سليمة.
(٧٢ : ٤٨)

تضيف " نهى إسماعيل" (٢٠٠٠) أن الأطفال المكفوفين يعانون من العديد من
المشكلات الحركية، وهى محدودية الخبرة فى المجال الرياضى ، وعدم القدرة على إكتساب
وتطوير المهارات الحركية الجديدة كما أن قدرتهم فى نواحى التوازن الجسدى والركض والرمى
ضعيف بشكل عام . (٨٩ : ٦٩)

كما تؤكد "أميره شبل" (٢٠٠٥) أن الطفل الكفيف يحتاج إلى اللعب أكثر من الأطفال
الأخرين لأنه يساعده على التطور كما أنه يمنع العجز من أن يزداد سوءاً ، والطفل المعاق
بصرياً يمكنه تحسين تفاعله مع البيئة المحيطة من خلال تنظيم النشاطات تشجعه على الاستكشاف
والتعلم من خلال حواسه السمع واللمس والشم . (١٨ : ٤)

ويضيف "عبد الفتاح صابر" (١٩٩٧) ، "محمد نشأت" (١٩٩٧) أن تدريب الكفيف
او المعاق بصريا على الحركة لابد من استخدام مهارتين لازمتين هما الحركة الجسمية وأعمال
الفكر ويقصد بالأولى الانتقال من مكانه لآخر مع تلاقى أى عوائق تكون موجودة ، ويقصد
بالثانية قدرة الشخص فى التعرف على الأشياء المحيطة به وتميز العلاقات بينها سواء العلاقات.
الزمانية أو المكانية بالنسبة له وكلا المهارتين لازمتان للحركة والتنقل ، على أن تكون التدريبات
الخاصة بالمكفوفين تتسم بالسهولة والتنوع والتشويق فى سن مبكرة حيث أن لديهم طاقة كامنة
نحو اللعب والحركة وهذه التدريبات تعتبر مدخلاً هاماً يساعدهم فى التعرف على البيئة المحيطة
وتعطيهم الثقة بالنفس وتجعلهم يخرجون من عزلتهم حيث أن عدم الحركة يؤدى إلى
عزلتهم . (٤٦ : ٣٦) ، (٧٧ : ٤٠)

ويشير "حلمى ابراهيم وليلى فرحات" (١٩٩٨) الى ان هناك بعض الأنشطة التي لابد ان يمارسها المكفوفين والخاصة بتنمية اللياقة البدنية والحركية وذلك لانخفاض لياقتهم البدنية إلى حد ما والناجمة عند الخوف من السقوط على الأرض والاصطدام بالأشياء حتى لا يحدث لهم تيبس فى الحركة. (٢٧ : ١٦٤)

كما يضيف "محمد كامل" (١٩٩٨) أن ممارسة الأنشطة والبرامج الرياضية تحسن مستوى عناصر اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية مما ينعكس على حالة الجسم كله فيزداد نشاط الكفيف ويتحسن أدائه الوظيفى ومستوى إنجازه . (٧٥ : ١٧٥)

٢/١ مشكلة البحث :

تفرض الإعاقة البصرية الكثير من المشكلات الحركية لدى الطفل الكفيف حيث ذكرت " ليلي زهران " (١٩٩١) أن هؤلاء الأطفال يعانون من عدم التناسق وانتظام الحركات التى تتطلب عمل العضلات الصغيرة فى الجسم وكذلك عدم القدرة على أداء الأنشطة التى تتطلب السرعة والقوة والرشاقة والمهارة . (٦٢ : ٢٥٩)

وقد أكد كلا من " كوثر عبد العزيز " (١٩٩٣) ، " محمد حسين " (٢٠٠٠) ، " نهى إسماعيل " (٢٠٠٠) على أهمية وضع البرامج التى تهتم بالأنشطة الرياضية لهذه الفئة من الأطفال وكذلك تحسين ورفع مستوى قدراتهم الحركية والبدنية من خلال الممارسات الإيجابية والتي تتلائم مع قدراتهم البصرية. (٦٠ : ٢٠٣) ، (٦٩ : ٦٣) ، (٨٩ : ٧٨)

وفى ضوء ما سبق عرضه وبعد الإطلاع على العديد من المراجع والبحوث والدراسات العلمية وفى حدود علم الباحثة تبين أن فئة المكفوفين فى هذه المرحلة السنية (٩-١٢) سنة تحتاج إلى مزيد من الدراسات للارتقاء بقدراتهم البدنية والحركية من خلال ممارسة النشاط الرياضى.

حيث أوضحت العديد من المراجع والأبحاث ضعف المستوى البدنى لدى المكفوفين عن أقرانهم من الأفراد الطبيعيين ، وأرجعت الأسباب إلى عدم ممارستهم للأنشطة الرياضية المختلفة والتي تتناسب مع قدراتهم وإمكانياتهم البصرية ، وخاصة التمرينات الرياضية على اختلاف أنواعها حيث تهدف إلى تشكيل وتنمية الجسم وقدراته البدنية والحركية المتعددة للوصول للكفاءة التى تمكنهم من الأداء فى ميادين الحياة بصفة عامة . (٦٦ : ٥٢)

ومن تلك الدراسات الدراسة التي قام بها " سكاجس وهوبر Skaggs & Hopper " (١٩٩٦) ودراسة " كليمين Kleemen ، وريمير Rimmer " (١٩٩٩) التي أوضحت ضعف مستوى اللياقة البدنية والقدرات الحركية لدى الكفيف، وأشارت نتائجها إلى ارتفاع مستوى تلك القدرات الحركية واللياقة البدنية من خلال الممارسة الإيجابية للنشاط الرياضي بما يتلائم مع قدراتهم البصرية والحركية . (١٠٠ : ٢٩ - ٣٤) ، (١٠٣ : ٢٦ - ٣٢)

وهذا ما دعى الباحثة إلى تصميم برنامج تمارين رياضية مقترح ومحاولة معرفة أثره على بعض القدرات الحركية للمكفوفين .

٣/١ أهمية البحث والحاجة إليه :

إن كف البصر أحد الإعاقات الحسية التي تفرض على الكفيف الكثير من القيود والعوائق التي تضع الكفيف أمام مشكلات معينة تتعلق بالنواحي البدنية فتحد من حركته وتجعلها تفتقر لصفة الرشاقة عند أداء الحركات المركبة ، والتي تتطلب التوافق من مختلف أجزاء الجسم ، وعدم الإتران والارتباك أثناء المشى والجرى ، والقيام بحركات غير مقصودة كما أن عدم ممارسة للأنشطة الرياضية بصورة مناسبة فإنه قد يتعرض للبدانة ، لذا تتصف حركته بالبطئ وعدم التوافق . (٧٠ : ١٣)

كما اتفقت العديد من المراجع العلمية مع ما أوضحتها دراسة " سكاجس Skaggs ، وهوبر Hopper " (١٩٩٦) من ضعف بعض القدرات الحركية عن غيرها للمعاقين بصرياً مثل القوة ، الرشاقة ، التوازن ، وأتفقا على أهمية تنمية عنصر التوازن من خلال عناصر أخرى حيث لا يتوقف الإتران على حاسة الإبصار بل يتأثر الإتران كثيراً بعنصر القوة العضلية . (١٠٣ : ٢١٣)

ومع حاجة الكفيف الى توسيع دائرة نشاطه وسهولة تنقلاته مع قدرته على الحركة برشاقة ومواجهة ما يفرضه عليه نموه الزمني والتعليمي والاجتماعي من متطلبات ، وضرورة التفاعل مع مكونات وعناصر بيئية ، رأت الباحثة أهمية عمل برنامج تمارين رياضية .

حيث أن التمارين لا تحتاج إلى إمكانيات كبيرة او وقت محدد لممارستها، ولكنها تحتاج الى مكان بسيط مجهز بعوامل الأمن والسلامة للكفيف بما يتفق مع درجة اعاقته، كما أنه يمكن استخدام أدوات بسيطة ومن البيئة لممارستها ، وأثر ذلك على بعض القدرات الحركية للمكفوفين .

٤/١ هدف البحث :

١/٤/١ التعرف على تأثير برنامج التمرينات الرياضية المقترح على بعض القدرات الحركية قيد البحث لدى التلاميذ المكفوفين.

٥/١ فروض البحث :

١/٥/١ توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي في بعض القدرات الحركية قيد البحث لدى التلاميذ المكفوفين لصالح القياس البعدي .

٢/٥/١ توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي في بعض القدرات الحركية قيد البحث لدى التلميذات الكفيفات لصالح القياس البعدي.

٣/٥/١ توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدي للبنين المكفوفين والبعدي للبنات الكفيفات لصالح البنين في بعض القدرات الحركية والبنات في القدرات الحركية الأخرى قيد البحث.

٦/١ المصطلحات المستخدمة في البحث :

١/٦/١ البرنامج *Program* :

يذكر "سالم عبد اللطيف" (١٩٩٩) أن البرنامج هو مجموعة من المقررات والخبرات التي تنظم بدقة في وحدات تعليمية مسلم بأنها أفضل طريقة لتحقيق الأهداف . (٣٤ : ٢٥١)

٢/٦/١ التمرينات الرياضية *Physical Exercise* :

وتذكر "عنايات على" (١٩٨٠) ان التمرينات الرياضية هي كافة الأنشطة الرياضية التي يمكن أن يمارسها الفرد ويبدل فيها جهداً بدنياً أكثر مما اعتادوا لحد الإجهاد ، بهدف تنشيط أجهزة الجسم المختلفة وتحسين لياقته البدنية ، دون الإلتزام بضرورة تحقيق مهارات خاصة . (٥٤ : ٦)

-v-

٣/٦/١ القدرات الحركية *Motor Ability* :

يرى كل من "وفاء ياقوت" (١٩٩١) "يسرى عبد الغنى" (٢٠٠١) أن القدرات الحركية هي ذلك الاستعداد والمستوى الحركى الذى يكتسبه الفرد ويظهر دائماً فى المهارات الحركية الأساسية (جرى - وثب - تسلق) وذلك أكثر من كونها مستوى عالى التخصص فى المسابقات والألعاب. (٩٥ : ٧) (٩٣ : ٥)

٤/٦/١ الماق بصرياً (الكفيف) *Visual Impaired* :

يذكر "يوسف شلبى" (٢٠٠٠) أن الكفيف هو كل فرد يعانى من قصور أو عجز فى قدرته البصرية يعيق أدائه التعليمى أو المهني أو فرص تفاعله مع المثيرات البيئية والاجتماعية ويحد من قدرته على الانتقال . (٩٧ : ٢١٩)

٥/٦/١ المكفوفين جزئياً *Partial Blindness* :

ترى "زينب شقير" (٢٠٠٦) أن المكفوفين جزئياً هم الذين يستطيعون القراءة وتصل حدة إبصارهم إلى أكثر من ٢٠٠ / ٢٠ ويمكنهم قراءة الخط الواضح (بنط ١٤) إلا أن حدة إبصارهم لا تكفى لممارسة مهام الحياة اليومية بصورة عادية. (٣٣ : ١٥٢)