

الفصل الأول

١/٠ الإطار العام للبحث

١/١ مقدمة ومشكلة البحث.

٢/١ أهمية البحث.

٣/١ هدف البحث.

٤/١ فرضيات البحث.

٥/١ مصطلحات البحث.

الفصل الأول الإطار العام للبحث

١/١ مقدمة ومشكلة البحث :

قدرت نسبة المعاقين في العالم حتى عام ٢٠٠٩ إلى ١٣٥ مليون ومنهم ٣٧ مليون إعاقة بصرية كاملة ، أما بالنسبة لتعداد المكفوفين في مصر فقد وصل المكفوفين حتى عام ٢٠٠٩ طبقاً لإحصاء منظمة اليونيسيف ٥ آلاف كفيف وهذه النسبة تمثل ٠.٢٥% من إجمالي ٢ مليون و ٣٠٠ ألف حالة إعاقة في مصر ، وبالنظر إلى تلك التقديرات يمكننا التعرف على حجم مشكلة المعاقين في العالم عامة وفي مصر خاصة لذلك أصبح من الضروري تقييم العديد من البرامج الوقائية ورعايتهم وتأهيلهم . (٣٢ : ٣٧)

وقد اهتمت الأديان السماوية بالمعاق وخير دليل على ذلك أن شفاء المريض والمعاق كان آية من آيات المسيح عليه السلام ، كما نادى الإسلام بحسن معاملتهم وخير دليل على ذلك لما تضمنته سورة عبس والتي تروى قصة العتاب الإلهي لسيدنا محمد ﷺ « لعبوسه وإعراضه عن ابن مكتوم فضربت بذلك المثل في معامل المعاق حيث جاءت الآيات القرآنية حيث قال الله تعالى « عَبَسَ وَتَوَلَّى (١) أَنْ جَاءَهُ الْأَعْمَى (٢) وَمَا يُدْرِيكَ لَعَلَّهٗ يَزَكَّى (٣) أَوْ يَذَّكَّرُ فَتَنْفَعَهُ الذِّكْرَى » (مكية) . (١٩ : ١ - ٤)

لتقرير مبدأ عام وأساسي في رعاية المعاقين وهو الذي يقوم على فلسفة التأهيل الآن وهو إمكانية الانتفاع به ، ولقد أرست الدولة قواعد خاصة باستراتيجيات بناء الطفل عامة والطفل المعاق خاصة ولعل أبرزها اهتمام الدولة بعقد المؤتمرات لوضع برامج مخططة قابلة للتنفيذ لبناء الطفل على أسس علمية وتربوية ، حيث يواجه العالم الآن العديد من التحديات ولعل أهم هذه التحديات في الوقت الراهن تتمثل في إمكانية دمج المعاقين في مجتمعاتهم وتعايشهم مع الإعاقة بحيث يتحولون إلى أفراد قادرين على المساهمة والمشاركة في تطوير المجتمع ورقية . (٣٩ : ٣) ، (٥٩ : ٩٥)

وقد أرست الدولة اهتماماً بارزاً للمعاقين حيث وفرت لهم فرصاً متكافئة من التعليم وأعدت لهم سبل الانتفاع بالخدمات التربوية المتخصصة من بينها مدارس التربية الخاصة بجميع أنحاء الجمهورية التي تساعدهم على النمو الطبيعي والتكيف الاجتماعي الشخصي في

حدود قدراتهم المتاحة حتى يستطيعوا التغلب على إعاقتهم ويتحقق لهم الرضا النفسى والتوافق والاستقرار فى الحياة . (٦٤ : ١٢٤) ، (٨٤ : ١٠٤)

ويعد الترويج بأنشطته المتعددة والمتنوعة أفضل الوسائل لشغل أوقات الفراغ المتزايدة والنامية فى مجتمعنا المعاصر لذلك دخل الترويج ضمن نسيج النظم الاجتماعية التى يتألف منها المجتمع . هذا بالإضافة لدوره الفعال فى تنمية العديد من الصفات والقدرات البدنية والصحية والجسمانية لكافة أفراد المجتمع وعلى الأخص الأفراد المعاقين ، لذلك كان من الضرورى تقديم البرامج العلاجية والبدنية والترويحية وغيرها من البرامج التى تساهم فى تدريب تلك الفئة من المكفوفين حتى يمكنهم من الوصول إلى حالة التوازن البدنى والنفسى والاجتماعى . (٦١ : ١٧٠)

وبما أن البحث العلمى هو سمة من سمات العصر الحديث فقد استعانت به العديد من الدول المتقدمة فى حل العديد من المشكلات التطبيقية وعلى الأخص منها المشكلات المرتبطة بالحركة الرياضية والبرامج الترويحية للأسوياء والمعاقين .

ويذكر محمد صبحى حساين (١٩٨٤) أن القياس قد أثر تأثيراً مباشراً فى تعديل وتغيير فلسفة أهداف التربية الرياضية حيث أصبح لها دور بارز فى التقويم والتوجيه ووضع الدرجات والاختبار بل بلغ من الأهمية أن أصبح أساساً فى التخطيط لمناهج وبرامج التربية الرياضية فى كافة المجالات . (٨٤ : ٨)

وقد تمكن العديد من العلماء والخبراء فى المجال الرياضى من بناء عدد كبير من أدوات القياس ثبت صلاحيتها للتطبيق فى كثير من المجالات ولعل من أبرز هذه الأجهزة جهاز رسام العضلات الكهربى E.M.G الذى يستخدم فى تحليل النشاط الكهربى للعضلات .

والتحليل الكهربائى كما يعرفه كارپوفيتس Karpovich (١٩٧١) أنه عبارة عن تسجيل التغيرات الكهربائية التى تحدث فى العضلات أثناء الانقباض العضلى كما يمكن الحصول على معلومات أكثر فهماً فيما يحدث فى العضلة من خلال تسجيل التغيرات الكهربائية أثناء الانقباض العضلى باستخدام جهاز رسام العضلات الكهربى . (١١٣ : ١٥)

ويشير عبد المطلب أمين (٢٠٠١) أن ميدان الإعاقة البصرية حظى باهتمام مبكر سبق ميادين الإعاقة الأخرى. ويشكل المكفوفين فئة غير متجانسة من الأفراد وان اشتركوا فى المعاناة من المشاكل البصرية إلا أن هذه المشاكل تختلف فى 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 قدرته على التنقل ، وعلى التحكم فى بيئته ، وشعوره بالخوف وعدم القلق والتردد والحذر عموماً كما تعوق قدرته على أداء النشاطات اليومية بكفاءة ، (٥١ : ٣٦٥)

مما تقدم يتضح أنه من خلال تسجيل النشاط الكهربى للعضلات يمكن تحديد العضلات العاملة أثناء الأداء الحركى ونسبة مساهمتها فى الأداء .لذا كان من الضروري أن يهتم القائمون على كافة مجالات الأنشطة الرياضية باستخدام هذا الجهاز ، وهذا ما سوف يتخذه الباحث فى الاعتبار فى استخدام جهاز رسام العضلات الكهربى الـ E.M.G للمحاولة على التعرف على طبيعة الاستجابات العصبية والعضلية للعضلات العاملة لدى المكفوفين بهدف تنميتها ومحاولة الارتقاء أو تحسين بعض القدرات البدنية من خلال البرنامج المقترح . (١١٣ : ١٥)

ويصاب الكفيف ببعض الانحرافات القوامية وذلك لاتخاذ بعض الأوضاع الخاطئة والتي تؤثر بالتالى على أجهزة الجسم مما يؤدى إلى عدم التناسق الحركى والصحى فى النمو ويعد المكفوفين من أكثر فئات المعاقين إصابة بانحرافات قوامية ومن أمثلة تلك الانحرافات (تشوهات الرقبة - تشوهات الكتفين واستدارة الظهر - انحناء العمود الفقرى إلى أحد الجانبين - تشوهات الأرجل والقدمين) . (٥٣ : ٢)

مشكلة البحث :

على الرغم مما ذكرنا من أن المعاق بصريا لابد له من مناهج وبرامج خاصة به ترعى ظروفه البدنية والعقلية والاجتماعية والشخصية ؛ إلا أننا نجد ما يقف حائلا دون تنفيذ هذه المناهج والبرامج تنفيذاً عملياً من قبل وزارة بصفة التربية والتعليم ، وكذلك إدارة التربية الخاصة التابعة لها ، والتي هي مسئولة عن المعاقين بصفة عامة ، ومن بينهم المعاقين بصريا ، فلقد جعلت وزارة التربية والتعليم المنهج الدراسى للتربية الرياضية للمعاقين بصريا بالمدارس الابتدائية والإعدادية وكذلك الثانوية تسير وفقاً للخطة الدراسية فى ضوء مناهج التعلم العام ، ومن خلال البحث بمدارس المعاقين بصريا وجد انه لا توجد هيئة تدريس متخصصة فى التربية الرياضية للمعاقين بصريا وكذلك هناك قلة من الأدوات والأجهزة

ومعظم الأجهزة الموجودة بالمراكز أو المدارس لا يستفاد منها لأنها قديمة ولا تعمل وتحتاج إلى صيانة ، كما أنها لم تصمم للمعاقين بصريا ، وتعتبر أجهزة لياقة بدنية عامة .

كما أن العمل في مدارس المعاقين بصريا يختلف من مدرسة لأخرى ، وهذا على حسب ما يترأى للمدرس ، وفي حدود الإمكانيات المتاحة ، وهذا يتعارض مع الأهداف العلمية المطلوبة التي تريد أن تصل بالمعاق بصريا إلى المستويات العالية في اللياقة البدنية والارتقاء به مثل أقرانه المبصرين لكي ينفع نفسه ووطنه .

بناءً على هذا يري الباحث من خلال دراساته ومطالعاته والدراسات المرتبطة ، وزياراته للمدارس المتكررة أن دراسة برنامج تروحي رياضي لتحسين بعض عناصر اللياقة البدنية والنشاط الكهربى للعضلات العاملة للمكفوفين لم تتل قدرا كافيا من الدراسة بما يتناسب مع ما نالته على الأسوياء وفي حدود علم الباحث أنه لا توجد دراسة بعض عناصر اللياقة البدنية والنشاط الكهربى للعضلات العاملة للمكفوفين مما سبق يري الباحث : أن هذا البحث قد يسهم في معرفة شئ جديد يضاف لقواعد بناء مناهج وبرامج خاصة بالمعاقين بصريا في المستقبل كما يري أنه المهم أن تتجه بعض الدراسات العلمية نحو الاهتمام بالمعاقين بصريا ، وربما يخصهم من الناحية الرياضية وأدواتهم وأجهزتهم الخاصة .

٢/١ أهمية البحث :

يشير رينولد كارلسون **Renold Carlson** إلى أن أهداف التعليم وأهداف الترويح غير منفصلة عن بعضها حيث يعملان في اتجاه واحد وهو جعل حياة الأفراد ذات قيمة ومعنى بل أن الخبرات التربوية هي التي نكتسبها على أسس تروحية . ولأهمية الدور التربوي للتعليم نحو أوقات الفراغ والترويح فإن العديد من الدول المتقدمة قامت بتضمين مقرراتها الدراسية موضوعات عن أوقات الفراغ أو الترويح وذلك في مختلف مؤسساتها التعليمية (المدارس - المعاهد - الجامعات) كما تهتم تلك المؤسسات بتدريب المتعلمين على مناشط الترويح ومجالاته المختلفة وذلك كالرياضة والفنون والآداب بوجه عام . (٤١ : ١٢٤)

ولعل الترويح بكافة مجالاته الرياضية والبدنية والاجتماعية والثقافية خير وسيلة تساعد في تدريب وتأهيل تلك الفئة من المكفوفين والوصول بهم إلى حالة التوازن النفسى والاجتماعى والبدنى حيث تتميز البرامج الرياضية التروحية بأن بها مواقف وخبرات تساعد الأفراد المعاقين بتعريفهم طبيعة إعاقاتهم (الذات الجسمى) والتفاعل والتأقلم مع أفراد المجتمع . (٦٤ : ١٧١)

هذا بالإضافة إلى أن المعلومات التي يمكن الحصول عليها من جهاز تسجيل النشاط الكهربى تساهم فى تصحيح المعلومات التشريحية والملاحظات البصرية لحركات الجسم المختلفة بالإضافة إلى ما يمكن أن يقدمه جهاز تسجيل النشاط الكهربى من معلومات أكثر شمولاً وتوضيحاً على العمليات العصبية العضلية وعلاقتها بالجهاز العصبى مما يعطى لنا صورة أدق وأعم وأشمل بما قد يبسر لنا وضع برامج أنشطة رياضية وترويحية مناسبة وذات جدوى .

ومن هنا يكمن أهمية البحث في انه يعد استجابة لمتطلبات الواقع الذى تعيشه مصر كدولة نامية والذي يتطلب العمل لتلاشى كافة العقبات التي تقف في طريق العمل والبناء ومن بينها مشكلة الإعاقة واقتراح برنامج ترويحي رياضي ومعرفة أثره على تحسين بعض عناصر اللياقة البدنية للمكفوفين وأثره أيضاً على النشاط الكهربى لبعض العضلات العاملة لديهم .

وذلك لأن ترك المعاقين دون رعاية تدفعهم إلى سلوكيات انحرافية تعطل طاقات المجتمع كما ان ممارسة الرياضة لهم تعمل على سرعة ارتفاع قدراتهم البدنية وتجعلهم أكثر قدرة على الإنتاج الفعال فى المجتمع .

٣/١ هدف البحث :

١- بناء برنامج ترويحي رياضي ومعرفة تأثيره فى بعض عناصر اللياقة البدنية والنشاط الكهربى لبعض العضلات العاملة للمكفوفين .

٤/١ فروض البحث :

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لمجموعة البحث التجريبية فى متغيرات (القوة- التوافق - المرونة - الرشاقة - التحمل) لصالح القياس البعدى.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والقياس البعدى لمجموعة البحث التجريبية فى متغير النشاط الكهربى لبعض العضلات العاملة للمكفوفين لصالح القياس البعدى.

٥/١ المصطلحات المستخدمة في البحث :

الترويح - الاستجمام Recreation :

هو الحالة التي تصاحب الإنسان عند ممارسته لنشاط استمتع به وقد يكون هذا النشاط
بدنياً أو عقلياً أو وجدانياً . (٦٤ : ١٣)

النشاط الكهربى للعضلات (E.M.G) :

وهى عملية استجابة العضلات كهربياً عن طريق الإشارات العصبية الواردة
إلى العضلة من الجهاز العصبى ، ويقصد به أيضاً تسجيل النشاط الكهربى
للعضلات . (٧٧ : ١٤)

الكفيف Blind :

وهو الشخص الذى فقد القدرة على الإبصار ولا يستطيع تمييز الظلام من النور . (٧٩ : ١٥)

المكفوفين جزئياً Partial Blindness :

هم الذين يستطيعون القراءة وتصل حدة إبصارهم إلى أكثر من ٢٠ / ٢٠٠ ويمكنهم
قراءة الخط الواضح (بنط ١٤) إلا أن حدة إبصارهم لا تكفى لممارسة مهام الحياة اليومية
بصورة عادية . (٣٥ : ١٥٢)