



Sports Practices and Their Role in Integrating Individuals with Disabilities in Babil Governorate

Muhannad Nizar Kazar, Dhi Salem Hamza, Hamza Ali Ibrahim

Iraq. University of Babylon. College of Physical Education and Sports Sciences

Abstract

This research titled "The Role of Sports Practices in Integrating Individuals with Disabilities in Babil Governorate" addresses the significance of integrating individuals with disabilities into society as a fundamental social and educational value. The study aims to highlight how sports activities can be utilized as a means to enhance the capabilities of this group and empower them to become self-reliant. It discusses the challenges faced by individuals with disabilities in Babil Governorate, such as the lack of community awareness regarding the importance of their integration into sports activities, the scarcity of specialized sports programs that meet their specific needs, and the social isolation they may experience.

The researcher employed a descriptive survey method to collect data through field visits and personal interviews with individuals with disabilities and officials in their centers. Closed questionnaires were also used to gather participants' opinions on the impact of sports participation on their lives. The results indicated that engaging in sports activities significantly contributes to improving social skills and boosting self-confidence among individuals with disabilities, helping them interact better with society. Additionally, the findings revealed an increasing awareness within the community regarding the importance of supporting individuals with disabilities in participating in sports, which contributes to enhancing their quality of life and promoting their integration into society.

Keywords: Integration of individuals with disabilities, Sports practices, Sports programs.



الممارسات الرياضية ودورها في دمج ذوي الهم في محافظة بابل

مهند نزار كزاز، ضي سالم حمزة، حمزة علي ابراهيم

العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

muhannad.nazar@umous.edu.iq

الملخص

يتناول البحث الممارسات الرياضية ودورها في دمج ذوي الهم في محافظة بابل أهمية دمج ذوي الهم في المجتمع كقيمة اجتماعية وتربوية أساسية. يهدف البحث إلى تسليط الضوء على كيفية استخدام الأنشطة الرياضية كوسيلة لتعزيز قدرات هذه الفئة وتمكينهم من الاعتماد على أنفسهم. يتناول البحث التحديات التي يواجهها ذوي الهم في محافظة بابل، مثل نقص الوعي المجتمعي حول أهمية دمجهم في الأنشطة الرياضية، وقلة البرامج الرياضية المخصصة التي تلبي احتياجاتهم الخاصة، والعزلة الاجتماعية التي قد يعانون منها. استخدم الباحثون المنهج الوصفي المسحي لجمع البيانات من خلال الزيارات الميدانية والمقابلات الشخصية مع ذوي الهم والمسؤولين في مراكزهم. كما تم استخدام استبيانات مغلقة لجمع آراء المشاركين حول تأثير ممارسة الرياضة على حياتهم. أظهرت النتائج أن ممارسة الأنشطة الرياضية تسهم بشكل كبير في تحسين المهارات الاجتماعية وتعزيز الثقة بالنفس لدى ذوي الهم، مما يساعدهم على التفاعل بشكل أفضل مع المجتمع. كما أظهرت النتائج وجود وعي متزايد من قبل المجتمع حول أهمية دعم ذوي الهم في ممارسة الرياضة، مما يسهم في تحسين نوعية حياتهم ويعزز من اندماجهم في المجتمع.

الكلمات المفتاحية: دمج ذوي الهم، الممارسات الرياضية، البرامج الرياضية.



١- المقدمة:

يعتبر دمج وتأهيل ذوي الهم في المجتمع من القيم الاجتماعية والتربية الأساسية التي تسهم في تعزيز قدراتهم وتمكينهم من الاعتماد على أنفسهم. إن توفير بيئة مناسبة لهم يساهم في تخفيف الأعباء الحياتية، مما يساعدهم على التكيف مع المجتمع وتغيير نظرتهم من حالة الإحباط إلى الأمل، مصحوبة بالرغبة والحفز لبدء حياة جديدة. في هذا السياق، تلعب الرياضة وأنشطتها دوراً محورياً في تحقيق هذا الهدف، حيث تسهم في رفع قدراتهم وإمكاناتهم الفكرية والجسدية، وتأهيلهم بشكل يضمن إعدادهم بشكل سليم وفق الفلسفة التي تتبعها التربية البدنية. تعتبر الرياضة وسيلة فعالة للتقارب بين ذوي الهم والمجتمع، مما يساعد على القضاء على حالات العزلة والانفراد التي قد يواجهونها بسبب إعاقتهم. وقد أظهرت التجارب أن انغماس ذوي الهم في الأنشطة الرياضية يساهم في اكتسابهم خبرات متنوعة، مما يعزز من مهاراتهم الاجتماعية ويزيد من رغبتهم في التفاعل مع الآخرين.

(عبد الجيد إبراهيم، 2019)

ومع ذلك، يواجه ذوو الهم العديد من التحديات، أبرزها عدم اندماجهم في المجتمع وتفاعلهم مع الآخرين. إن عملية التفاعل والاندماج لها أهمية كبيرة في حياتهم النفسية والاجتماعية، حيث يؤكد (Bomerry) أن للمعاقين متطلبات واحتياجات خاصة تساهم في نموهم البدني والاجتماعي والعقلي (Bomerry, 2380). تعتبر رياضة ذوي الهم عمليّة تربوية موجهة نحو تحقيق أهداف محددة، وهي تعكس تطور المجتمع الذي يسعى لنقديم الدعم والمساعدة لهذه الفئة. كما يشير (عبد الجيد إبراهيم، 2019) إلى أهمية وجود ذوي الهم في بيئات قريبة من بعضهم البعض، حيث تتيح لهم الفرصة للتلاطف، مما يعزز من روحهم المعنوية ويعكس دور البرامج والأنشطة الرياضية في تحقيق ذلك.

تتمثل أهمية هذا البحث في تسليط الضوء على كيفية استخدام النشاطات الرياضية في دمج ذوي الهم، من خلال تطوير برامج رياضية مبتكرة تلبي احتياجاتهم الخاصة. كما يهدف البحث إلى استكشاف الأثر الإيجابي لهذه الأنشطة على تحسين جودة حياتهم وتعزيز تفاعلهم مع المجتمع، مما يسهم في بناء مجتمع أكثر شمولية وتقابلاً للجميع. تتمثل مشكلة البحث في التحديات التي يواجهها ذوو الهم في محافظة بابل فيما يتعلق بدمجهم في المجتمع من خلال الممارسات الرياضية. على الرغم من أهمية الرياضة كوسيلة لتعزيز التفاعل الاجتماعي وتطوير المهارات الحياتية، إلا أن العديد من ذوي الهم لا يحصلون على الفرص الكافية للمشاركة في الأنشطة الرياضية.



تتجلى هذه المشكلة في عدة جوانب:

- 1- نقص الوعي المجتمعي : عدم إدراك المجتمع لأهمية دمج ذوي الهم في الأنشطة الرياضية وتأثير ذلك على تحسين نوعية حياتهم.
- 2- قلة البرامج الرياضية المخصصة : عدم توفر برامج رياضية ملائمة لاحتياجات ذوي الهم، مما يحد من فرصهم في المشاركة الفعالة.
- 3- العزلة الاجتماعية : يعاني العديد من ذوي الهم من العزلة وعدم التفاعل مع أقرانهم، مما يؤثر سلباً على صحتهم النفسية والاجتماعية.
- 4- حاجة إلى تطوير استراتيجيات فعالة : الحاجة إلى استراتيجيات واضحة ومبتكرة لتعزيز دمج ذوي الهم في الأنشطة الرياضية، مما يتطلب تضافر الجهود بين المؤسسات التعليمية، الرياضية، والمجتمعية.

ويهدف البحث إلى:

- 1- دمج الفئات الخاصة في المجتمع من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية.
- 2- استكشاف دور الممارسات الرياضية في تعزيز التفاعل الاجتماعي لذوي الهم.

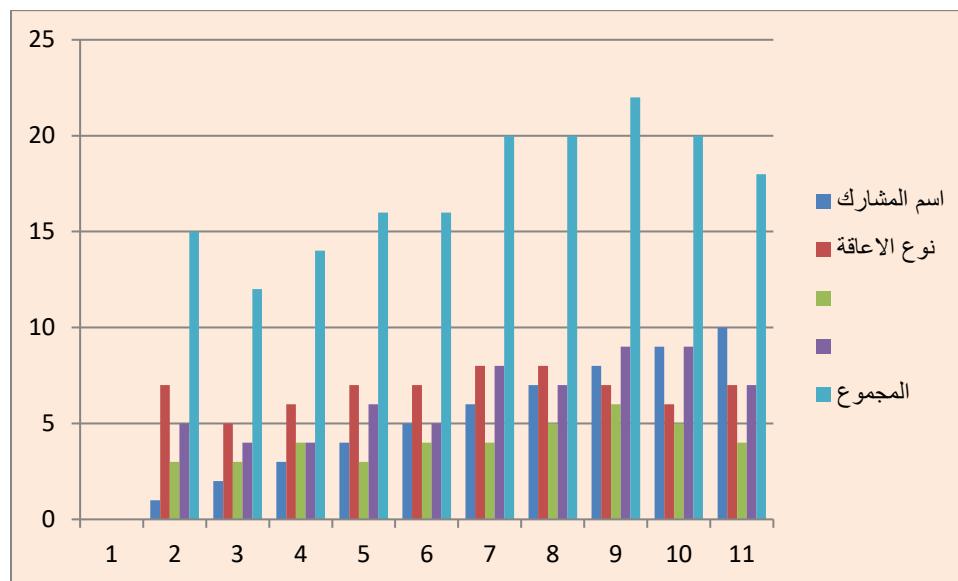
2- إجراءات البحث:

1-2 منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج الوصفي المسحي لملاءمتها لطبيعة مشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

اعتمد الباحثون أسلوب العينة العشوائية لاختيار الأفراد الذين استهدفهم البحث. يتميز هذا الأسلوب بقدرته على ضمان تمثيل عادل لجميع الفئات المستهدفة، مما يعزز من موثوقية النتائج ودقتها.

تم اختيار العينة بشكل عشوائي من مجموعة من الأشخاص والبالغة عددهم 60 شخص، مما يتيح للباحث إمكانية دراسة تأثير الممارسات الرياضية ودمج ذوي الهم في سياقات متعددة. يساهم هذا الأسلوب في تقليل التحيز ويضمن أن تكون النتائج قابلة للتعميم على نطاق أوسع.



جدول يوضح نوع الإعاقة وعدد أفراد العينة



3-2 أدوات البحث:

استخدم الباحثون الأدوات التالية لجمع البيانات:

1- الزيارات الميدانية والمقابلات الشخصية:

قام الباحثون بإجراء زيارات ميدانية إلى مراكز ذوي الهمم، حيث أجرى مقابلات شخصية مع عدد من المسؤولين في هذه المراكز. كان الهدف من هذه الزيارات هو التعرف على مدى ممارسة ذوي الهمم لأنشطة الرياضية ودرجة تشجيع المجتمع لهم. كما تم إجراء مقابلات شخصية فردية مع ذوي الهمم أنفسهم، حيث تم توجيهه أسئلة مثل:

- هل تساهم ممارسة الرياضة في تأهيلك ودمجك مع المجتمع؟
- ما هي نظرة المجتمع لممارسة الرياضة لدى ذوي الهمم؟

من خلال هذه المقابلات والزيارات الميدانية واللاحظات الواقعية، تمكّن الباحثون من جمع معلومات قيمة حول رياضة ذوي الهمم.

1- الاستبيان:

استخدم الباحثون استبياناً مغلقاً ذي التقدير الثنائي (نعم / أحياناً / لا)، حيث تم وضع إشارة فقط للإجابة. وقد راعى الباحثون أن تكون الأسئلة منبثقة من عينة البحث وأن تكون واضحة وسهلة الفهم.

تطبيق استمار الاستبيان:

تم عرض استمار الاستبيان على مجموعة من المهتمين في مجال رياضة ذوي الهمم، وقد أبدى هؤلاء الملاحظات حول فقرات الاستبيان، مما دعا الباحثون إلى تعديلهما وعرضها مرة أخرى.



2-4 التجربة الاستطلاعية:

تعتبر التجربة الاستطلاعية من الجوانب الأساسية والمهمة التي اعتمد عليها الباحثون للتعرف على قوة ووضوح أسئلة الاستبيان. قام الباحثون بإجراء دراسة استطلاعية على عينة من مجتمع البحث، وكان الهدف منها:

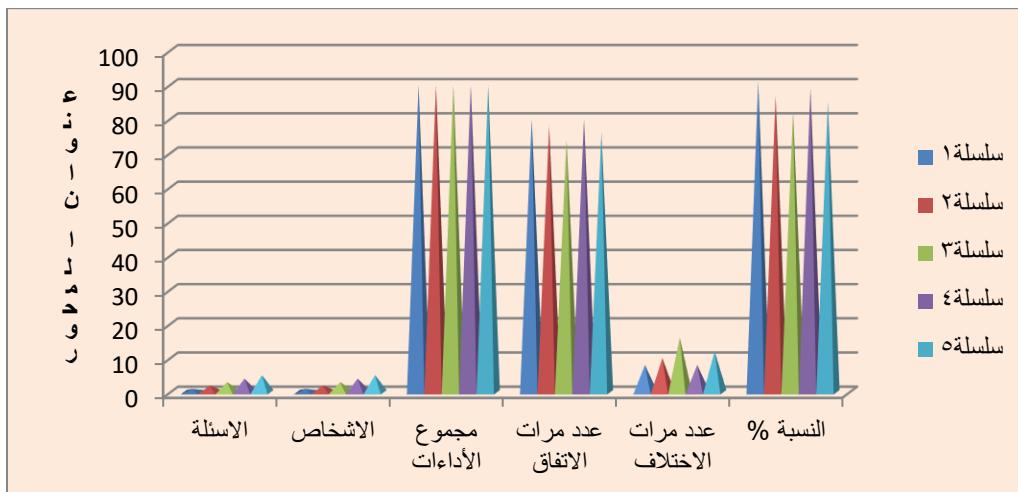
- التأكد من صحة الاستبيان ودقته.
- مدى استيعاب أفراد العينة لمفهوم الاستبيان.
- تشخيص الأخطاء والمشكلات التي قد تظهر لتقادها في التجربة الأصلية.
- الاطمئنان إلى الاتجاه الصحيح لتنفيذ التجربة الأصلية.

نتيجةً لذلك، تم حذف بعض الأسئلة وإضافة أسئلة أخرى، وتصحيح بعض الأسئلة لتناسب مع مدركات عينة البحث. وقد تم تطبيق الاستبيان على عينة استطلاعية من ذوي الهم قوامها 11 شخصاً يمثلون مختلف الإعاقات، وذلك للتعرف على النقاط المذكورة آنفًا. أسفرت نتائج التجربة الاستطلاعية عن وضوح الأسئلة وفهمها من قبل أفراد العينة، حيث تم استخدام بطاقة ملاحظة لضبط البيانات.

2-4 ضبط استماراة الاستبيان:

وقد جاءت النتائج كما هي مبينة بالجدول الآتي: نتائج نسب الاتفاق بين الملاحظتين

وقد جاءت النتائج كما هي مبينة في الجدول التالي:



يتضح من الجدول السابق أن أعلى نسبة اتفاق وصلت إلى 91.00%， بينما أقل نسبة اتفاق بلغت 82.23.13%. تشير هذه النتائج إلى ثبات البطاقة، حيث أوضح Cooper أن نسبة الانفاق إذا انخفضت عن 70% فهذا يدل على انخفاض مستوى الثبات، بينما إذا بلغت نسبة الانفاق 85% فأكثر فهذا يدل على ارتفاع مستوى الثبات.

بناءً على هذه النتائج، يمكن القول إن مستوى الثبات في البيانات المجمعة يعتبر جيداً، مما يعكس موثوقية الاستماراة المستخدمة في البحث.

5-2 التجربة الرئيسية:

تسعى هذه التجربة إلى تقييم تأثير الأنشطة الرياضية على دمج ذوي الهم في المجتمع، من خلال تنفيذ برنامج رياضي متكامل يستمر لمدة 16 أسبوعاً. يهدف البرنامج إلى تعزيز المهارات الاجتماعية والصحة النفسية والبدنية للمشاركين، بدء التجربة تاريخ 26/2/2025.

- العينة المستهدفة: 60 مشاركاً من ذوي الهم في محافظة بابل، تتراوح أعمارهم بين 11 و20 سنة.
- عدد الجلسات: 3 جلسات أسبوعياً، بإجمالي 48 جلسة على مدار 16 أسبوعاً.
- مدة كل جلسة: 90 دقيقة.

وجاءت أهداف التجربة:

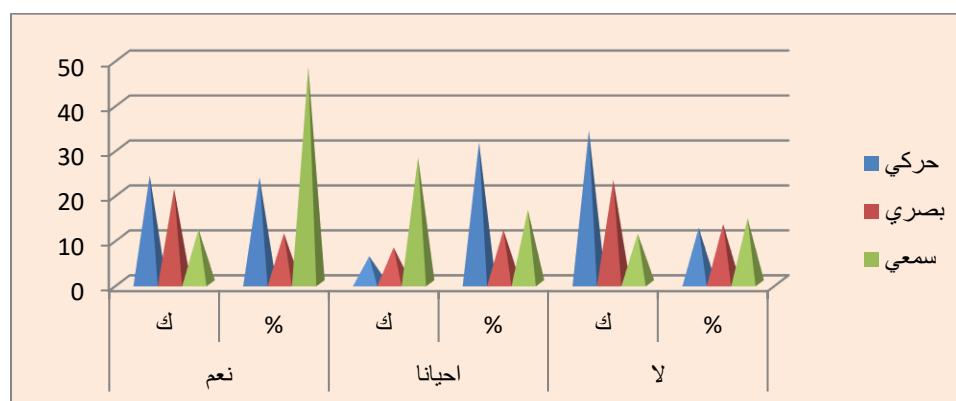
- تعزيز دمج ذوي الهم في المجتمع من خلال الأنشطة الرياضية.
- تحسين المهارات الاجتماعية والصحة النفسية للمشاركين.
- تقييم تفاعل المجتمع مع ذوي الهم خلال الأنشطة الرياضية.

3-عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

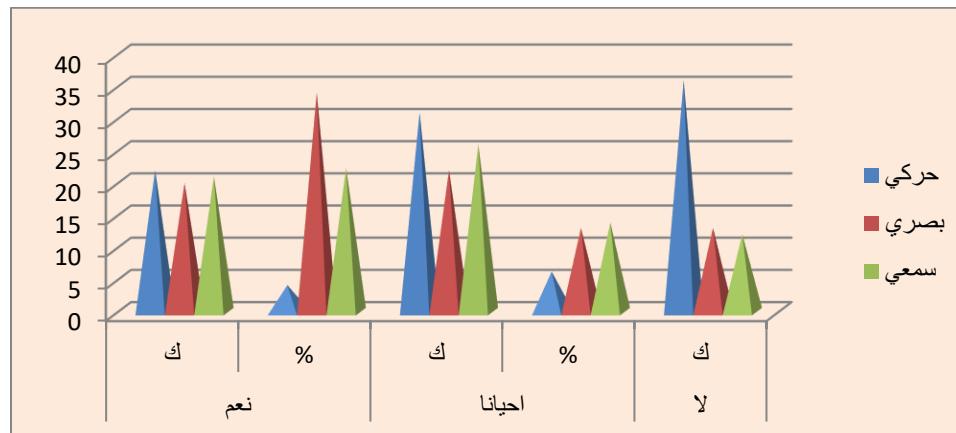
تعتبر الأنشطة الرياضية وسيلة فعالة لتعزيز التفاعل الاجتماعي لذوي الهم، حيث تسهم في تطوير المهارات الاجتماعية وتعزيز الثقة بالنفس. في هذا السياق، تم إجراء استبيان لقياس مدى تأثير ممارسة الرياضة على اكتساب المهارات الاجتماعية لدى المشاركين. سيتم تحليل النتائج المستخلصة من الاستبيان ومناقشتها لتحديد مدى فعالية الأنشطة الرياضية في تحقيق هذا الهدف.

عرض الجداول:

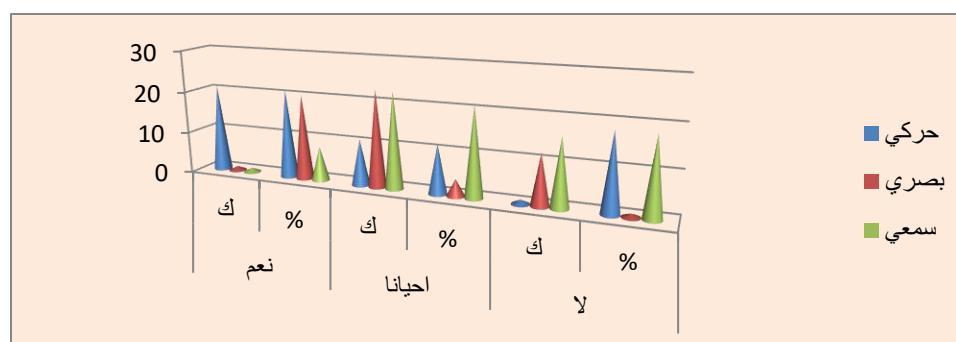
س 1: هل تزودك ممارسة الرياضة بالمهارات الاجتماعية المرغوبة؟



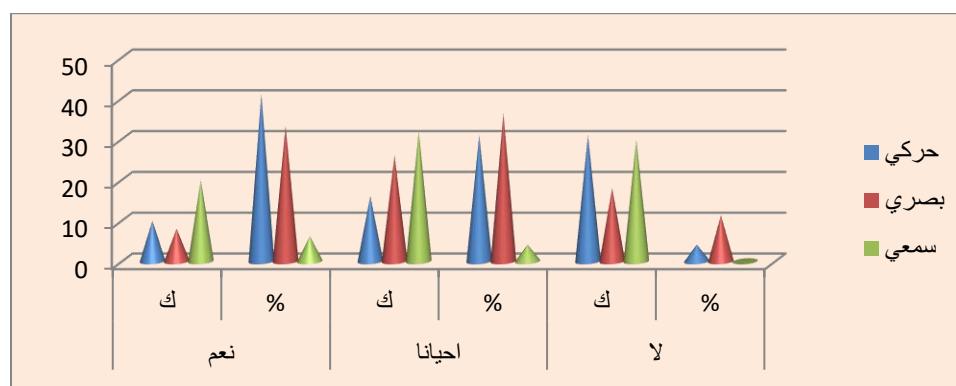
س2: هل تساعدك ممارسة الرياضة على تعاقلك الاجتماعي؟



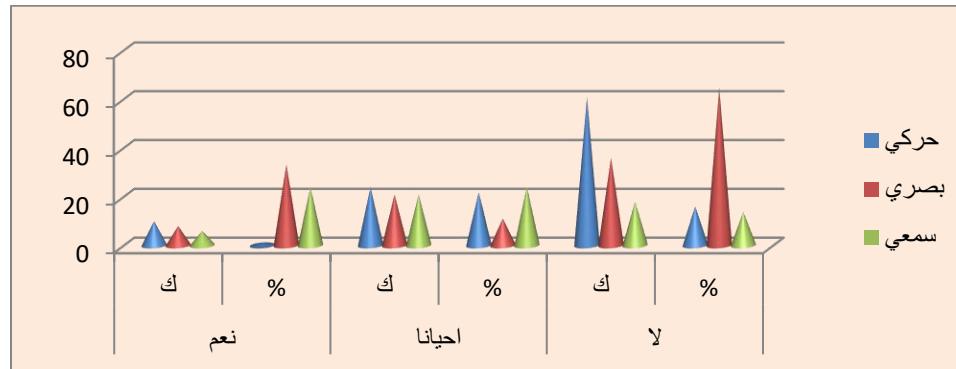
س3: هل تتيح لك ممارسة الرياضة فرصةً لتكوين علاقات اجتماعية؟



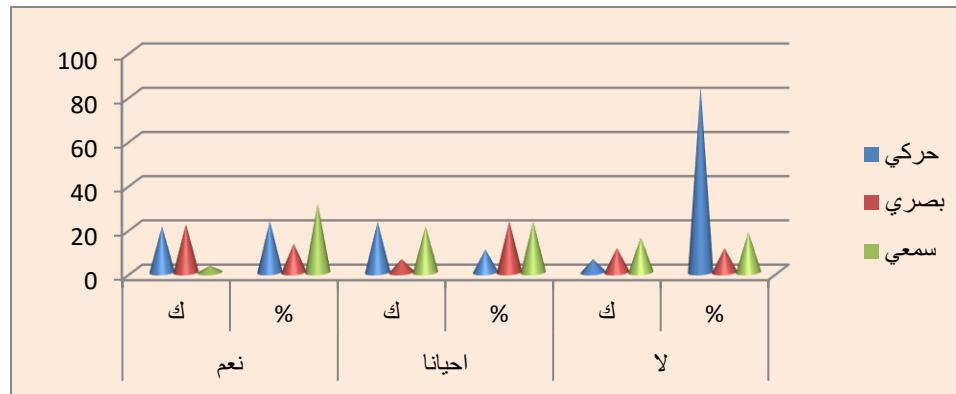
س4: هل هناك وعي كافٍ من قبل المجتمع حول أهمية الرياضة للمقيمين؟



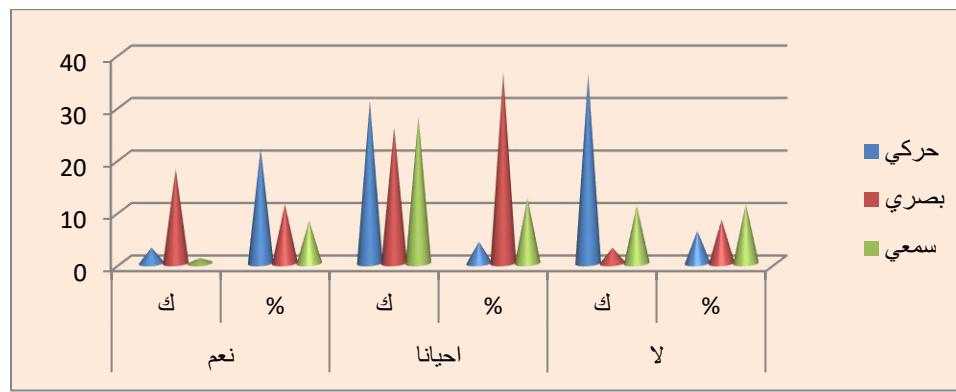
س5: هل تساهم ممارسة الرياضة في تأهيلك؟



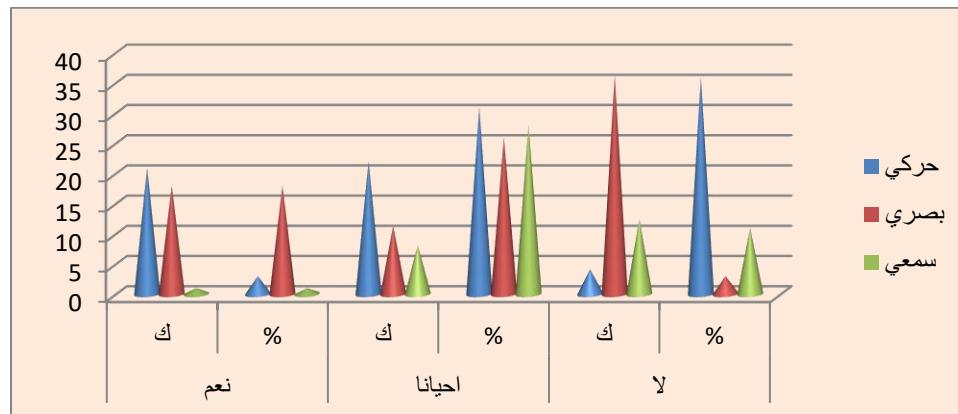
س6: هل هناك تشجيع من قبل الأسرة والأصدقاء حول ممارستك الرياضية؟



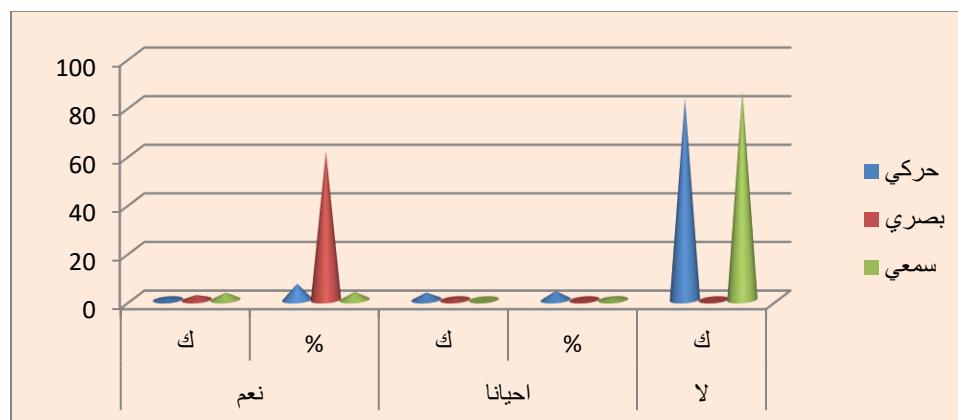
س7: نظرة الجمهور إلى ممارسة ذوي الهم للرياضة؟



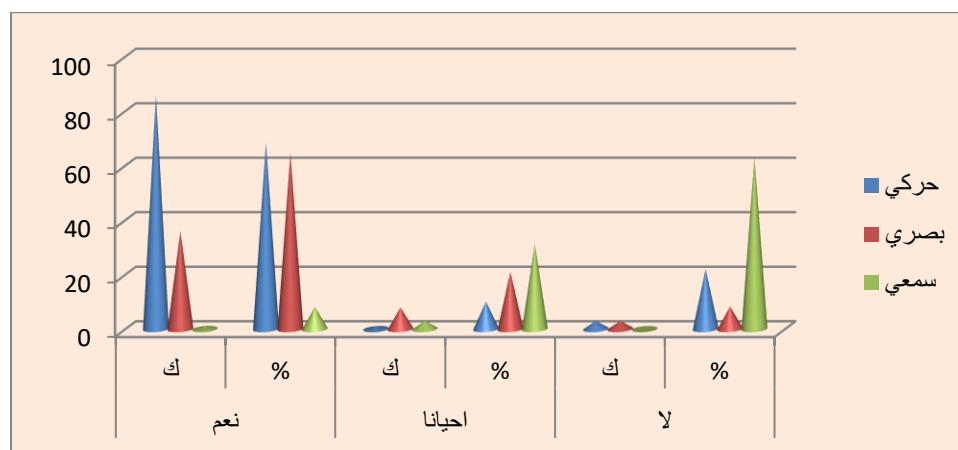
س8: هل تساعدك ممارسة الرياضة على التكيف مع ظروف وحالات الإعاقة؟



س9: هل ترغب في المشاركة في أنشطة اجتماعية مع الأصحاء؟



س10: هل تشعر بالحرج من إعاقتك عندما تمارس الرياضة أمام الجمهور؟





جدول (1) يبين قيمة مربع كاي (کا²) لكل سؤال ودالتها ودرجة الحرية

الفئة	رقم السؤال	قيمة کا المحسوبة	درجة الحرية	الدالة
حركي		12.00	2	دالة معنوية
بصري	1	28.14	2	دالة معنوية
سمعي		24.23	2	دالة معنوية
حركي		21.13	2	دالة معنوية
بصري	2	26.28	2	دالة معنوية
سمعي		13.33	2	دالة معنوية
حركي		12.13	2	دالة معنوية
بصري	3	1.23	2	دالة معنوية
سمعي		80.00	2	دالة معنوية
حركي		3.38	2	دالة معنوية
بصري	4	24.13	2	دالة معنوية
سمعي		21.31	2	دالة معنوية
حركي		32.81	2	دالة معنوية
بصري	5	6.40	2	دالة معنوية
سمعي		11.33	2	دالة معنوية
حركي		14.48	2	دالة معنوية
بصري	6	23.8	2	دالة معنوية
سمعي		88.41	2	دالة معنوية
حركي		21.13	2	دالة معنوية
بصري	7	11.33	2	دالة معنوية
سمعي		10.03	2	دالة معنوية
حركي		33.61	2	دالة معنوية
بصري	8	3.46	2	دالة معنوية
سمعي		11.32	2	دالة معنوية
حركي		243.36	2	دالة معنوية
بصري	9	82.13	2	دالة معنوية
سمعي		224.38	2	دالة معنوية
حركي		33.61	2	دالة معنوية
بصري	10	6.40	2	دالة معنوية



3-2 تحليل ومناقشة النتائج:

يتبيّن من خلال عرض الجداول الخاصة بالأسئلة الموجهة إلى عينة البحث أن ممارسة الرياضة تزود المشاركين بالمهارات الاجتماعية المرغوبة وتساعد على تعزيز تفاصيلهم الاجتماعي. كما تتيح لهم فرصاً لتكوين علاقات اجتماعية، مما يعكس وجود وعي كافٍ من المجتمع حول أهمية ممارسة الرياضة للأشخاص ذوي الإعاقة. وقد أظهرت نسبة عالية من فئات الإعاقة المشمولة في البحث أن ممارسة الرياضة تساهم في تأهيلهم، بالإضافة إلى وجود تشجيع ومساندة من الأسرة والأصدقاء لممارستهم الرياضة. يشير عبد الجيد إبراهيم (2019) في دراسته إلى أن الأنشطة الرياضية تعزز من قدرات ذوي الهم وتساعدهم على التفاعل بشكل أفضل مع المجتمع. أما بالنسبة للسؤال السابع، فقد أظهرت النتائج أن فئتي الإعاقة الحركية والسمعية ذكرتا أن نظرة الجمهور لممارستهم للرياضة كانت مشجعة، بينما كانت نظرة الجمهور تجاه فئة الإعاقة البصرية أقل تشجيعاً، حيث أظهرت عينة البحث نسبة عالية من المشاركين الذين أشاروا إلى أن نظرة المجتمع لهم كانت غير مشجعة. وفقاً لدراسة Guttman (1986)، فإن الدعم الاجتماعي والتقبل من المجتمع يلعبان دوراً حاسماً في تعزيز مشاركة ذوي الإعاقة في الأنشطة الرياضية. ومن خلال السؤال الثامن، أفادت نسبة عالية من عينة البحث بأن ممارسة الرياضة تساعدهم على التكيف مع ظروف وحالات الإعاقة. وفيما يتعلق بالسؤال التاسع، تبيّن أن فئتي الإعاقة الحركية والسمعية ترغبان في المشاركة في الأنشطة الاجتماعية مع الأصحاء، بينما أبدت فئة الإعاقة البصرية عدم رغبتها في المشاركة، مما قد يعود إلى عدم اندماج هذه الفئة في المجتمع. تشير دراسة Weiss و Chaumeton (1992) إلى أن ممارسة الرياضة تعزز من قدرة الأفراد على التكيف مع التحديات الاجتماعية والنفسية، مما يساهم في تحسين نوعية حياتهم. أما بالنسبة للسؤال العاشر، فقد أظهرت النتائج أن فئة الإعاقة البصرية هي الوحيدة التي ذكرت أنها تشعر بالحرج عند ممارسة الرياضة أمام الجمهور. بناءً على ذلك، يوصي الباحثون بضرورة اندماج فئة المكفوفين في المجتمع من خلال مشاركتهم في الأنشطة الرياضية والثقافية والفنية والاجتماعية مع الأصحاء، لكي يتغلبوا على المشاعر النفسية السلبية التي قد تنتابهم نتيجة لهذه الحالة. يشير Buchanan (2010) إلى أن المشاركة في الأنشطة الرياضية يمكن أن تساعد الأشخاص ذوي الإعاقة على التغلب على مشاعر الإحباط والحرج، مما يعزز من ثقتهم بأنفسهم. تشير العديد من الدراسات إلى أهمية ممارسة الرياضة للأشخاص ذوي الإعاقة بمختلف فئاتهم، حيث تساعدهم على النمو البدني والنفسي والاجتماعي. كما أن ممارسة الرياضة تلعب دوراً إيجابياً في الحد من الآثار السلبية للإعاقة على الجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية. لذا، ينبغي توفير برامج رياضية تناسب مع احتياجاتهم، كما قام العديد من المؤسسات بتوفير الفرص للأشخاص ذوي الإعاقة لممارسة أنشطة رياضية متعددة من أجل دعمهم



وتتأهيلهم، مما يجعلهم أعضاء فاعلين في المجتمع. وفقاً لدراسة Sherrill (2004)، فإن النشاط البدني والتكيف الرياضي لهما تأثيرات إيجابية على حياة الأشخاص ذوي الإعاقة، مما يعزز من اندماجهم في المجتمع.

إن الأشخاص ذوي الإعاقة هم أعضاء في المجتمع ولهم نفس الحقوق والواجبات مثل أي عضو آخر، بالإضافة إلى حقوق إضافية يجب على المجتمع توفيرها لهم.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1- تساعد ممارسة الرياضة على تعزيز التفاعل الاجتماعي للأشخاص ذوي الإعاقة.

تشير النتائج إلى أن الأنشطة الرياضية تسهم في تحسين مهارات التفاعل الاجتماعي، مما يعزز من قدرة الأفراد على التواصل مع الآخرين.

2- تتيح ممارسة الرياضة فرصاً لتكوين علاقات اجتماعية للأشخاص ذوي الإعاقة.

أظهرت النتائج أن المشاركة في الأنشطة الرياضية تسهم في بناء علاقات اجتماعية جديدة، مما يعزز من شبكة الدعم الاجتماعي.

3- هناك وعي كافٍ من قبل المجتمع حول أهمية ممارسة الرياضة للأشخاص ذوي الإعاقة.

تشير النتائج إلى أن المجتمع بدأ يدرك أهمية دعم ذوي الإعاقة في ممارسة الرياضة، مما يسهم في تحسين نظرتهم تجاه هذه الفئة.

4- تسهم ممارسة الرياضة في تأهيل الأشخاص ذوي الإعاقة.

أظهرت النتائج أن الأنشطة الرياضية تلعب دوراً مهماً في تأهيل الأفراد ذوي الإعاقة، مما يساعدهم على تحسين نوعية حياتهم.

5- هناك تشجيع من قبل الأسرة والأصدقاء لممارسة الأشخاص ذوي الإعاقة للرياضة.

تشير النتائج إلى أن الدعم الأسري والاجتماعي يعزز من رغبة الأفراد ذوي الإعاقة في المشاركة في الأنشطة الرياضية.



6- نظرة الجمهور تجاه ممارسة الأشخاص ذوي الإعاقة للرياضة مشجعة.

أظهرت النتائج أن فئات الإعاقة الحركية والسمعية تتلقى دعماً إيجابياً من المجتمع، مما يعزز من مشاركتهم في الأنشطة الرياضية.

7- تساعد ممارسة الرياضة الأشخاص ذوي الإعاقة على التكيف مع ظروفهم وحالاتهم.

تشير النتائج إلى أن الأنشطة الرياضية تساهم في تحسين قدرة الأفراد على التكيف مع التحديات التي يواجهونها بسبب إعاقتهم.

8- يشعر المكفوفون بالحرج عند ممارسة الرياضة أمام الجمهور، بينما لا تشعر الفئات الأخرى بنفس القدر من الإحراج.

أظهرت النتائج أن فئة المكفوفين تعاني من مشاعر الإحراج عند ممارسة الرياضة، مما يستدعي ضرورة توفير بيئة داعمة لهم لتعزيز ثقتهم بأنفسهم.



2-4 التوصيات:

- 1- تشجيع الأشخاص ذوي الإعاقة على الزواج لتعزيز العلاقات الاجتماعية بينهم والقضاء على عزلتهم من خلال هذه الرابطة الاجتماعية المقدسة.
من المهم تعزيز الروابط الاجتماعية بين الأفراد ذوي الإعاقة، مما يسهم في تحسين نوعية حياتهم وتفاعلهم مع المجتمع.
- 2- إدماج الأشخاص ذوي الإعاقة في المجتمع من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية أمام الجمهور.
يجب توفير الفرص للأشخاص ذوي الإعاقة للمشاركة في الأنشطة الرياضية بشكل علني، مما يعزز من تقبل المجتمع لهم ويقلل من العزلة.
- 3- تكيف الأنشطة الرياضية لتتناسب ظروف وحالات الأشخاص ذوي الإعاقة.
ينبغي تطوير برامج رياضية تتناسب مع احتياجات الأفراد ذوي الإعاقة، مما يسهل عليهم المشاركة ويعزز من تجربتهم.
- 4- تشجيع الأشخاص ذوي الإعاقة على تكوين علاقات اجتماعية مع أفراد المجتمع.
يجب تعزيز فرص التواصل بين الأشخاص ذوي الإعاقة وأفراد المجتمع، مما يسهم في بناء شبكة دعم اجتماعي قوية.
- 5- توعية المجتمع بأهمية ممارسة الأشخاص ذوي الإعاقة للأنشطة الرياضية وما لها من فوائد نفسية وبدنية واجتماعية.
من الضروري نشر الوعي حول الفوائد العديدة لممارسة الرياضة، مما يعزز من دعم المجتمع للأشخاص ذوي الإعاقة.
- 6- تأهيل الأشخاص ذوي الإعاقة بدنياً من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية.
يجب توفير برامج رياضية تهدف إلى تحسين اللياقة البدنية والصحة العامة للأشخاص ذوي الإعاقة.



7- مساعدة الأشخاص ذوي الإعاقة في تكوين علاقات جيدة مع الهيئات الاجتماعية والرياضية.

ينبغي تعزيز التعاون بين الأشخاص ذوي الإعاقة والهيئات الاجتماعية والرياضية، مما يسهم في تحسين فرصهم في المشاركة.

8- تشجيع جميع فئات الأشخاص ذوي الإعاقة على ممارسة الأنشطة الرياضية مع الأصحاء وأمام الجمهور.

يجب توفير بيئات داعمة تشجع على المشاركة المشتركة بين الأشخاص ذوي الإعاقة والأصحاء، مما يعزز من التفاعل الاجتماعي.

9- القضاء على المشاعر النفسية السلبية التي تنتاب الأشخاص ذوي الإعاقة عند المشاركة أمام الجمهور من خلال تنظيم المزيد من البطولات والمسابقات الرياضية المحلية والدولية.

ينبغي تنظيم فعاليات رياضية تتيح للأشخاص ذوي الإعاقة فرصة المشاركة والتفاعل مع الجمهور، مما يعزز من ثقتهم بأنفسهم.

10- تشجيع الأسر على دعم الأشخاص ذوي الإعاقة في ممارسة الأنشطة الرياضية.

يجب على الأسر تقديم الدعم والتشجيع للأفراد ذوي الإعاقة للمشاركة في الأنشطة الرياضية، مما يسهم في تعزيز صحتهم النفسية والجسدية.



المصادر

- إبراهيم، رحومة زايد. (2360). أوقات واجراءات الأنشطة الرياضية. طرابلس.
- إحصاء الوصفي والاستدلالي. (1444). دار الفكر، عمان.
- إحسان حمد حسن وعبد حسن زيدي. (2362). إحصاء اجتماعي. دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- أسامة رياض. (1442). القياس والتأهيل الحركي للمعدين. دار الفكر التربوي، القاهرة.
- العزاوي، م. (2021). أهمية الرياضة في دمج ذوي الإعاقة. مجلة العلوم الرياضية.
- السالم ر. (2022). الرياضة كوسيلة لتمكين ذوي الهمم. مجلة التربية الرياضية.
- بوميراري، (2380). احتياجات المعاقين. مجلة العلوم الاجتماعية.
- جدة إبراهيم علي سليمان. (1444). نظام التعليم في التربية الخاصة. الشمس للطباعة، القاهرة.
- سيد حمد فرات. (1442). سيكولوجية مبتوري الأطراف. مكتبة زهراء الشرف، القاهرة.
- عبد الجيد إبراهيم، (2019). دور الأنشطة الرياضية في دمج ذوي الهمم. مجلة التربية البدنية والرياضية.
- عبد الرحمن، سيد سليمان. (1444). سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة. مكتبة الفكر للطباعة والنشر، عمان.
- عمر التومي الشيباني. (2363). الرعاية الثقافية للمعدين. طرابلس.
- مروان عبد الجيد إبراهيم. (1441). الموسوعة الرياضية للفئات الخاصة. دار الثقافة، عمان.



- Adams, R. C., & Daniel, A. N. (1964). *Recreation for the Physically Handicapped*. The Moamillev Company, New York.
- Block, M. E. (2020). *A Teacher's Guide to Including Students with Disabilities in General Physical Education*. Human Kinetics.
- Buchanan, A. (2010). The Role of Sports in Overcoming Disability Stigma. *Journal of Disability Studies*.
- Guttman, A. (1986). The Role of Social Support in Sports for the Disabled. *International Journal of Sports Psychology*.
- Ludwig. Games, Sport and Exercises for the Physically Handicapped. 2nd Edition, Philadelphia, 1967.
- Pomersrys. "The Rules of the Stock Man deville Games. London, 1948.
- Rimmer, J. H., & Rowland, J. L. (2019). "Physical Activity for People with Disabilities: A Review of the Literature. *Disability and Health Journal*.
- Sherrill, C. (2004). *Adapted Physical Activity, Recreation, and Sport: Crossdisciplinary and Lifespan*. McGraw-Hill.
- Weiss, M. R., & Chaumeton, N. (1992). Motivational Processes in Sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*.



الملاحق

استبيان حول دمج ذوي الهم من خلال الممارسات الرياضية			
السؤال	نعم	أحياناً لا	ت
هل تشعر أن ممارسة الرياضة تساعدك في تحسين مهاراتك الاجتماعية؟			1
هل لديك الفرصة للمشاركة في الأنشطة الرياضية في مجتمعك؟			2
هل تشجعك عائلتك على ممارسة الأنشطة الرياضية؟			3
هل تعتقد أن المجتمع يدعم ذوي الهم في ممارسة الرياضة؟			4
هل تشعر أن الأنشطة الرياضية تساعدك في التغلب على العزلة الاجتماعية؟			5
هل لديك معرفة ببرامج هاكونات الابتكار التي تدعم ذوي الهم في الأنشطة الرياضية؟			6
هل تعتقد أن هاكونات الابتكار يمكن أن تسهم في تطوير حلول رياضية جديدة لذوي الهم؟			7
هل تشعر بأن لديك المهارات الازمة للمشاركة في الأنشطة الرياضية؟			8
هل تعتقد أن ممارسة الرياضة تؤثر إيجابياً على صحتك النفسية؟			9
هل تشعر أن هناك نقصاً في البرامج الرياضية المخصصة لذوي الهم في مجتمعك؟			10
هل تعتقد أن ممارسة الرياضة تعزز من ثقتك بنفسك؟			11
هل لديك أصدقاء يشاركونك في الأنشطة الرياضية؟			12
هل تشعر أن الأنشطة الرياضية تساعدك في تطوير مهارات جديدة؟			13
هل تعتقد أن هناك حاجة لمزيد من الفعاليات الرياضية لذوي الهم؟			14
هل لديك اقتراحات لتحسين دمج ذوي الهم في الأنشطة الرياضية؟			15
هل تشعر أن ممارسة الرياضة تساعدك في تحسين مهاراتك الاجتماعية؟			16
هل لديك الفرصة للمشاركة في الأنشطة الرياضية في مجتمعك؟			17
هل تشجعك عائلتك على ممارسة الأنشطة الرياضية؟			18
هل تعتقد أن المجتمع يدعم ذوي الهم في ممارسة الرياضة؟			19
هل تشعر أن الأنشطة الرياضية تساعدك في التغلب على العزلة الاجتماعية؟			20



		هل لديك معرفة ببرامج هاكانثونات الابتكار التي تدعم ذوي الهم في الأنشطة الرياضية؟	21
		هل تعتقد أن هاكانثونات الابتكار يمكن أن تسهم في تطوير حلول رياضية جديدة لذوي الهم؟	22
		هل تشعر بأن لديك المهارات الالزمة للمشاركة في الأنشطة الرياضية؟	23
		هل تعتقد أن ممارسة الرياضة تؤثر إيجابياً على صحتك النفسية؟	24
		هل تشعر أن هناك نقصاً في البرامج الرياضية المخصصة لذوي الهم في مجتمعك؟	25
		هل تعتقد أن ممارسة الرياضة تعزز من ثقتك بنفسك؟	26
		هل لديك أصدقاء يشاركونك في الأنشطة الرياضية؟	27
		هل تعتقد أن الأنشطة الرياضية تساعد في تعزيز روح الفريق بين ذوي الهم	28
		هل تشعر أن هناك دعماً كافياً من المؤسسات الحكومية لذوي الهم في مجال الرياضة	29
		هل لديك أي تعليقات أو ملاحظات إضافية حول دور الرياضة في تحسين جودة حياة ودمج ذوي الهم	30