



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
وَمَا تَشَاءُونَ إِلَّا أَنْ يَشَاءَ اللَّهُ إِنَّ
اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا حَكِيمًا ﴿٣٠﴾

صدق الله العظيم



جامعة كفر الشيخ
كلية التربية الرياضية
قسم الترويح الرياضي

محاضرات في البرامج الترويحية إعداد

دكتور

صبحى محمد محمد سراج

أستاذ الترويح و رئيس قسم الترويح

الرياضي كلية التربية الرياضية

جامعة كفر الشيخ

دكتور

حنان عبد الناصر جمال

مدرس بقسم الترويح الرياضي كلية

التربية الرياضية جامعة كفر الشيخ

LOGO

الموضوع / الترويج للمعاقين بصريا

تعريف المعاقين بصريا

تقسيم المكفوفين

أسباب كف البصر

أثار كف البصر

التعرف على الاعاقة البصرية مبكرا

الحواس المتبقية لدى الكفيف فن الحركة للمكفوفين

الانشطة الرياضية للمكفوفين

الانشطة الترويحية للمكفوفين

برنامج تروحي رياضي لتعديل سلوكيات المكفوفين

تعريف المعاقين بصريا

المعاق بصريا هو من فقد القدرة كلية على الابصار ،أو الذى لم تتح له البقايا البصرية القدرة على القراءة والكتابة العادية حتى بعد استخدام المصححات البصرية مما يحتم عليه اللمس لتعلم القراءة والكتابة بطريقة برايل

والمعاق بصريا من وجهة نظر التربية الخاصة هو الذى لا يستطيع أن يعتمد على حاسة الإبصار لعجز منها في أداء الأعمال التي يؤديها غير باستخدام هذه الحاسة

تقسيم المكفوفين

ضعاف البصر

الذين لا يمكنهم الرؤية بسبب نقص جزئي في قوة الإبصار إلى متابعة الدراسة العادية ولكن يمكنهم تعليمهم بأساليب خاصة تساعدهم في استخدام البصر

مكفوفين جزئياً

هم الذين يستطيعون قراءة بعض الحروف المكتوبة بخط كبير واضح، أو باستخدام النظارات الطبية أو أي وسيلة تكبير وتتراوح حدة ابصار هذه المجموعة ما بين 7/20 إلى 20/200 قدم في احسن العينين او حتلى باستخدام النظارة الطبية

مكفوفين كلياً

هم الذين يمكنهم التعلم باستخدام الطرق الخاصة بهم فقط كطريقة برايل

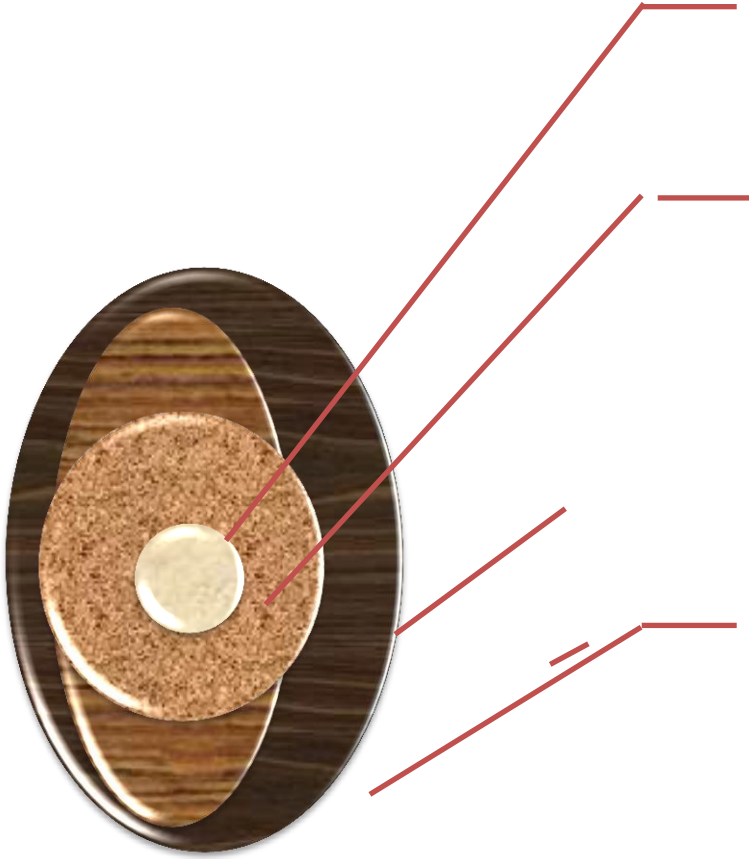
أسباب كف البصر

عامل الوراثة

الأمراض المعدية .

الأمراض غير المعدية .

الإصابات والحوادث



أثار كف البصر

من الناحية النفسية

- ضعف فى مفهوم
الذات وصورة الجسم
عند الكفيف

- تتأثر العمليات
العقلية العليا لدى
الكفيف حيث أنها
تعتمد على البصر

- ضعف الثقة
بالنفس وقد يصاب
بالإحباط

- انخفاض مستوى
الطموح لدية

- يشعر الكفيف بعدم
الامان والخوف الدائم
من كل ما يحيط به

- تتأثر قدرة الكفيف
على التفاعل الوجدانى
التي تعتمد على
الرؤية

أثار كف البصر

من الناحية البدنية

- ضعف حاسة اللمس
نتيجة الخوف من
الحركة

- تغيير نبران الصوت
فهو يتكلم وكأنه في
قاعة كبيرة

- عدم قدرة الكفيف
على القيام بأعمال
معينة

- عدم القدرة على
استعمال بعض
الادوات كالساعة

- تعرض الجسم إلى
بعض التشوهات مثل
تحذب الظهر

- صعوبة الحركة
والانتقال

أثار كف البصر

من الناحية الاجتماعية

الشعور
بالاكتفاء الذاتى

-فقدان
الصلاحية
الاجتماعية
واعتمادة على
الغير

الميل للعزلة وكثرة
التعرض للإكتئاب
- كف البصر يؤثر
فى السلوك
الاجتماعى للطفل
تأثيراً سلبياً

كيفية التعرف المبكر على الإعاقة
البصرية

وجود حول في العين

صعوبة القراءة

افراز الدموع بشكل مستمر

تقريب الكتب من العين

الحواس المتبقية للكفيف

حاسة الشم

حاسة اللمس

حاسة السمع

حاسة التذوق

الحواس المتبقية للكفيف

تعريفها

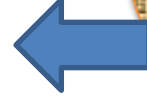
هي مجموعة من التدريبات المتكاملة حسيًا ونفسيًا حيث تساعد الكفيف على التحرك باستقلالية وتمكنه من استخدام قدراته وحواسه وذكائه واحساسه ووضع جسمه في الهواء المحيط وادراكه للاتجاهات واستخدام حواسه كالشم والاحساس بالحرارة وذلك للاستقلال حواسه وقدراته

تظهر فيما يلى

- تساعد الكفيف على نمو وتطور الحواس المتبقية لديه
- يساعد الكفيف على التخلص من العزله والتغلب على المشكلات التى تواجهه

- سهولة اشتراك الكفيف فى النشاط الرياضى
- الاعتماد على نفسه فى السير أثناء التدريب
- سهولة مرافقته فى الرحلات والأنشطة الرياضية

ما يجب على الكفيف مراعاته فى
المراحل الاولى من التدريب



المشى مع المدرب

الدوران للخلف

تبديل خطوة من زراع إلى أخرى

صعود وهبوط المستويات المختلفة

الجلوس على المقاعد

التتبع

سيطرة الكفيف على
موقف عارض

البطء العام في الحركة
وعدم التأكد مما يحيط به

ينتج عدم التوازن
للمكفوفين في بعض
الحالات

يمكنهم التمتع
ببعض الأنشطة إذا
وجد الإرشاد من
الآخرين

عدم تناسب التفاعل
وذلك لصعوبة تأزر
متطلبات الحركة

التأثير على القابلية
للحركة



تتضمن التأثيرات التالية

أهداف الأنشطة الرياضية للمكفوفين

تتمة لياقتهم

استعادة كفاءتهم الوظيفية

التعبير الخلاق عن الذات

تدريب الجهاز العضلي

برنامج التربية الرياضية للمكفوفين

الالعاب
الصغيرة

التمرينات

الجمباز
ورفع الاثقال

ألعاب
القوى

ألعاب
الكرة

السباحة

الرياضيات التنافسية المحلية والدولية للمكفوفين



الأنشطة الترويحية للمعاقين بصريا



الانشطة الفنية التي يمكن أن يمارسها الكفيف



الانشطة الاجتماعية والثقافية التي ممكن أن يمارسها الكفيف

الاشتراك في الأندية والجمعيات الادبية

حضور الندوات الثقافية

حضور الحفلات الترفيهية والمخيمات الكشفية

الزيارات الميدانية لمواقع الخدمة والانتاج في المجتمع

برنامج ترويحى لتعديل سلوكيات المكفوفين نحو بيئتهم الاجتماعية

مشكلة البحث

- ▶ مشكلة البحث :
- ▶ تفرض الإعاقة الكثير من المشكلات الاجتماعية على الأفراد المعاقين ومنهم المكفوفين فتظهر الإضطرابات والمشكلات الاجتماعية ويتأثر النمو الاجتماعي لديهم ويقل التوافق مع البيئة لذا يكونوا في إحتياج إلى المهارات الاجتماعية اللازمة للمعيشة والإنغماس في المجتمع والتي يفتقدونها بسبب الإعاقة .
- ▶ وتعد ممارسة الأنشطة الترويحية بهدف الترويح عن النفس عمل اجتماعي يُقصد به إعلاء الغرائز الطبيعية وتقوية الفضائل الخلقية وتهذيب الميول والنزعات
- ▶ النشاط الترويحي يعتبر من الأساليب الهامة في العلاج النفسي حيث أن اللعب هو أحد الميول الفطرية العامة التي تنطلق فيها إخراج الطاقة الإنفعالية كما أنه يفيد في توسيع دائرة العلاقات الاجتماعية ويساعد على كيفية التعامل مع الآخرين ويقضى على العزلة الاجتماعية وذلك بإعادة إختلاطهم عن طريق وسائل الترويح المختلفة

أهمية البحث والحاجة إليه

► يكتسب البحث أهميته من مجموعة النتائج التي سوف يتوصل إليها الباحثان والعينة التي سوف يطبق عليها البحث من خلال دراسة مشكلات الأطفال المكفوفين والوصول إلى أي مدى يمكن تعديل بعض سلوكيات المكفوفين نحو بيئتهم الاجتماعية بواسطة برنامج تروحي رياضي للمكفوفين ليكون الركيزة الأولى للمدرسين والمدرسين لعلاج بعض سلوكيات المكفوفين نحو بيئتهم الاجتماعية .

هدف البحث :

▶ التعرف على تأثير برنامج ترويحى رياضى لتعديل بعض سلوكيات المكفوفين نحو بيئتهم الإجتماعية.

مجتمع وعينة البحث :

▶ يمثل مجتمع البحث تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمعهد النور والأمل في العام الدراسي 2004 / 2005 وقد قام الباحثان بإختيار عينة عمدية قوامها (15) تلميذ بنسبة مئوية قدرها (28.84) من إجمالي عينة البحث البالغ عددها (52) تلميذ وتلميذة .

سلوكيات المكفوفين نحو بيئتهم الإجتماعية :

- ▶ التفاعل مع الجماعة .
- ▶ الانتماء للجماعة .
- ▶ التفاعل مع البيئة .
- ▶ القيم الأخلاقية البيئية .
- ▶ ارتقاء اللغة الاجتماعية
- ▶ التنشئة الاجتماعية
- ▶ الثقافة الاجتماعية

البرنامج الترويحي الرياضى :

قام الباحثان ببناء برنامج ترويحي رياضى وذلك بعد الإطلاع على المراجع العلمية المتخصصة والدراسات والبحوث السابقة والتي تناولت برنامج ترويحي رياضى للمكفوفين ، حيث قام الباحثان بإختيار مجموعة من الأنشطة الحركية الترويحية بما تشتمل عليه من ألعاب صغيرة وتمهيدية ومناسبة لطبيعة العينة والإمكانات الموجودة وقد اجمع الخبراء على أهمية تلك التمرينات والأنشطة الترويحية المقترحة للأطفال المكفوفين حيث تراوحت النسبة المئوية لأرائهم ما بين (77.77 %) كأصغر نسبة، (100 %) كأكبر نسبة وتم توزيعها كوحدة لبرنامج الترويحي الرياضى المقترح.

يهدف برنامج تروحي لتعديل سلوكيات المكفوفين نحو بيئتهم الاجتماعية

أغراض البرنامج
التروحي

- اغراض معرفية
- أغراض مهارية
- أغراض انفعالية

أهداف البرنامج
التروحي

يهدف البرنامج إلى السعادة
الشخصية وتعديل بعض
سلوكيات البيئة الاجتماعية
للأطفال المكفوفين

أهداف برنامج الترويج الرياضي :

- ▶ **الهدف العام :**
- ▶ يهدف البرنامج إلى السعادة الشخصية وتعديل بعض سلوكيات البيئة الإجتماعية للأطفال المكفوفين
- ▶ **وذلك من خلال الأغراض التالية :-**
- ▶ **الأغراض المعرفية :**
- ▶ 1 - إكتساب الأطفال المكفوفين لمجموعة من السلوكيات المرغوبة وتخليهم عن الصفات غير المرغوبة .
- ▶ 2 - تنمية قدرة الطفل الكفيف على العمل ضمن فريق يسوده روح المحبة والتعاون بين الأطفال .
- ▶ 3 - الإهتمام بتزويد الطفل الكفيف بسلوكيات البيئة الإجتماعية التي تتناسب ومستوى إدراكه في هذه المرحلة والتي يمكن الإستفادة منها وإستخدامها عمليا فى حياته .

الاسس التي يقوم عليها البرنامج

هي

أن يتوافر
في الألعاب
عوامل
الأمن
والسلامة

أن تكون
الألعاب
سهلة
واضحة بقدر
الإمكان

أن تكون
الألعاب
مناسبة
لخصائص
المرحلة
السنية

أن يكون
البرنامج
متنووعاً
ويستخدم
طرق مختلفة

أن يراعى
البرنامج
ميول
واتجاهات
 واحتياجات
 الافراد
 المكفوفين

محتوي البرنامج الترويحي

هو

الجزء
الختامي

الجزء الرئيسي

الجزء
التمهيدي

يهدف إلى تهدئة
الجسم والعودة به
إلى الحالة الطبيعية
ومدته 5 دقائق

يهدف إلى تحسين الحالة
الوظيفية والمهارية
والإنفعالية وكذلك تعديل
سلوكيات البيئة
الإجتماعية ومدته
30 دقيقة.

يهدف إلى إعداد
الجسم بدنيا
وفسيولوجيا لتقبل
العمل في المراحل
التالية
ومدته 10 دقائق

أسلوب تنفيذ البرنامج الترويحي

هي

الاسلوب
الغير مباشر

الاسلوب
المباشر



أساليب التقييم

هي

ثالثا

ثانيا

أولا

- القياس القبلي

- القياس التتبعي

- القياس البعدي

- القياس البعدي

- القياس البعدي

- القياس القبلي

- تنفيذ التجربة

- القياس البعدي

نماذج من وحدات برنامج الترويج الرياضي المقترح تطبيقه على الأطفال المكفوفين

الوحدة.....

الأهداف	المحتوى	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none"> - معرفة الطفل - طبيعة إعاقة . - الميول - للملاحظة - والانتباه . - القدرة على - إبداء الرأي . 	<p>لعبة واحد يخرج :</p> <p>يوضع علي خط النهاية المحدد بحبل مطاطي عدد من الأعلام أو الأطواق وعددها اقل من عدد الأطفال بواحد وعند إعطاء إشارة البدء يجري الأطفال نحو الأدوات الموضوعة ويحاول كل منهم الحصول علي واحدة والطفل الذي لم يأخذ أي أداة يخرج وتستبعد إحدى الأدوات ويكرر السباق بحيث يخرج في كل مرة طفلا وأحد الأدوات حتى يتبقى لاعباً واحداً هو الفائز .</p>	10	الجزء التمهيدي

الوحدة الأساسية

<p>- الاعتماد على النفس . - تنمية المهارات الاجتماعية .</p>	<p>1. (وقوف) الجري في المكان مع الموسيقى 2. (وقوف علي أربع) تبادل نقل القدمين والذراعين أماما 3. (وقوف فتحا) ثني الجذع أماما أسفل لكل دوائر بالذراعين . 4. (وقوف) تبادل المشى والجري بخطوات صغيرة .</p>	<p>15</p>	<p>أولاً : الأعداد البدني</p>	
<p>- اكتساب الحس الحركي للمهارات الانخراط في الجماعة - تنمية روح المنافسة</p>	<p>بأحبال مطاطيه ويقسم الأطفال إلي فريقين ويقفوا علي شكل قطارين خلف خط البدء وعند صفاره البدء يجري الطفل الأول من كل فريق في اتجاه خط النهاية وعند سماع صفارة أخري يقوم الطفل بعمل دحرجة أمامية ويقوم ويكمل مرة أخري وهكذا وعند وصوله إلي خط النهاية يقوم زميله بالجري في نفس الاتجاه والفريق الفائز الذي ينهي جميع لاعبيه أولاً .</p>	<p>15</p>	<p>ثانياً : الألعاب التمهيدية</p>	
<p>- القدرة على إبداء الرأي</p>	<p>وقوف فتحا) مرجحة الذراعين مع تنظيم التنفس .</p>	<p>5</p>	<p>الجزء الختامي</p>	

▶ ما تم التوصل اليه من نتائج :

▶ هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لمجموعة البحث التجريبية في المتغيرات قيد البحث لصالح القياس البعدي في متغيرات التفاعل مع الجماعة والانتماء للجماعة والتفاعل مع البيئة والقيم الأخلاقية البيئية وارتقاء اللغة الاجتماعية والتنشئة الاجتماعية والثقافة الاجتماعية ، ويعزو ذلك إلى أن البرنامج المقترح بما يحتويه من ألعاب صغيرة وتمارين بأدوات وبدون ادوات والألعاب التمهيدية التي تتمشى وفق قدرات وإمكانات التلاميذ المكفوفين له تأثيره الإيجابي في تنمية هذه المتغيرات من خلال المشاركة في وحدات البرنامج الترويحي الرياضي .

الاستنتاجات :

▶ في ضوء هدف البحث وفرضه ، وفي حدود عينة البحث والمعالجات الإحصائية المستخدمة ومن خلال النتائج التي توصلنا إليها الباحثان تمكنا من استنتاج ما يلي :

▶ برنامج الترويح الرياضي يؤثر تأثيراً إيجابياً على تعديل بعض سلوكيات المكفوفين نحو بيئتهم الاجتماعية مما يؤدي إلى تحسن ملحوظ في متغيرات البحث والتي تتمثل في التفاعل مع الجماعة ، الانتماء للجماعة ، التفاعل مع البيئة ، القيم الأخلاقية البيئية ، ارتقاء اللغة الاجتماعية ، التنشئة الاجتماعية ، الثقافة الاجتماعية لصالح القياس البعدي .

التوصيات

- ▶ في ضوء النتائج التي أسفر عنها البحث يوصي الباحثان بالآتي :
- ▶ تطبيق البرنامج الترويحي الرياضي المقترح على التلاميذ المكفوفين بمجتمع البحث والمجتمعات المماثلة بجمهورية مصر العربية مع إخضاعه للدراسة والتقويم في فترات منتظمة .
- ▶ العمل على إعداد برنامج لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية المنظمة للمكفوفين بالأندية ومراكز الشباب والساحات الشعبية للأعمار السنية المختلفة .
- ▶ إجراء المزيد من البحوث والدراسات المشابهة باستخدام البرامج الفنية والثقافية والاجتماعية على المعاقين بصفة عامة والمكفوفين على وجه الخصوص .
- ▶ الاهتمام بتوفير المقاييس اللازمة لقياس الجوانب السلوكية للأطفال المكفوفين في المراحل السنية المختلفة .

الخاتمه

