

الكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية  
السداسي: الثاني (السادس)  
اسم المادة: التربية البدنية والرياضية المكيفة  
الأستاذة: رقاد العونية  
قسم: علم النفس وعلوم التربية  
السنة الجامعية: 2023/2022  
السنة الثالثة: علوم التربية / إرشاد وتوجيه  
البريد الإلكتروني: [raounia@yahoo.fr](mailto:raounia@yahoo.fr)  
الثلاثاء: 11.30 – 13.00  
مدرج: 07  
الحصة رقم: 07

## المحاضرة الرابعة

### أهداف النشاط البدني الرياضي المكيف والعوامل المؤثرة في تعميمه

#### المحور الثاني:

- أهداف النشاط البدني الرياضي المكيف والعوامل المؤثرة في تعميمه
  - الأهداف الداخلية والخارجية للنشاط البدني الرياضي المكيف
  - العوامل المؤثرة في تعميم النشاط البدني الرياضي المكيف

#### تمهيد:

تعتبر التربية الرياضية في العصر الحديث كأحد المتطلبات العصرية بالنسبة لكل شرائح المجتمع ولها مكانة وموقع معتبر في قيم واهتمامات الشباب خاصة. وبذلك تصبح من أهم النشاطات التربوية الحيوية المفيدة للأشخاص المعنيين.

#### 1. الأهداف الداخلية والخارجية للأنشطة البدنية المكيفة:

تسعى الأنشطة البدنية والرياضية المكيفة إلى مساعدة ومرافقة كل الأشخاص المعوقين على إبراز كفاءتهم وقدراتهم البدنية والنفسية والحركية والحسية وتنميتها عن طريق النشاطات البدنية الترفيهية أو عن طريق النشاطات الرياضية. وتتمثل تلك الأهداف في التالي:

#### أولاً: هدف التنمية البدنية: يتمثل هدف التنمية البدنية والرياضية فيما يلي:

- إسهام النشاط البدني والرياضي في الارتقاء بالأداء الوظيفي الإنساني.
- تكسبه المهارات الحركية التي تساعد على أنشطته اليومية وكفاءته والتحكم في الجسم.
- تحسين وظائف الجسم، وكذا المحافظة على مستوى أداء هذه الوظائف وصيانتها.
- تنمية الوظائف الفيزيولوجية لتعزيز العامل الصحي.

#### ثانياً: هدف التنمية المعرفية: يهتم الهدف المعرفي بما يلي:

- تحسين المعلومات والمهارات المعرفية كالفهم والتطبيق والتخيل والتقدير للجوانب المعرفية.
- يتعرف على جسمه وقدراته وإمكاناته.
- يتعرف على تاريخ الرياضة وسيطرة الأبطال.
- يتعرف على مواصفات اللعب الصحيح ولوائح المنافسة من بينها الروح الرياضية والتسامح والمنافسة الشريفة.
- يتعرف على علاقة الصحة بالرياضة والمنافسة.
- يتعرف على أنماط التغذية وطرق ضبط الجسم.
- يتعرف على أخطار والانعكاسات السلبية لتناول المنشطات.

**ثالثا: هدف تشكيل الشخصية:** يعبر هدف التنمية النفسية عن مختلف القيم والخصال الانفعالية الطيبة والمقبولة والتي يمكن أن تكسبها برامج التربية البدنية والرياضية للمشاركين والمتمثلة في الآتي:

- تنمية مواهبهم وقدراتهم الشخصية.
- التخفيف من الاضطرابات النفسية والعقلية والعصبية، وتهذيب السلوك.
- تنمية الجانب السيكولوجي والذهني لتعزيز الشخصية والثقة بالنفس والاستقرار الشامل.

**رابعا: هدف تربوي:** إن استعمال الأنشطة البدنية والرياضية المكيفة كوسيلة تربوية تسمح بما يلي:

- تنمية وسائل أخرى للتواصل.
- مساعدة الفرد على رفع الروح المعنوية عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية المعدلة.
- التعرف على المغزى الرئيسي لجسم الإنسان ودوره في تشكيل سماته الوجدانية والعاطفية.
- التعرف على أنواع السلوك وتعديل السلوكات العدوانية والسلوك الخاطيء.

**خامسا: هدف التنمية الاجتماعية:** النشاط البدني والرياضي المكيف يساعد المعاقين في تحقيق ما يلي:

- إعادة تأقلم ذوي الاحتياجات الخاصة والتحاقهم ببيئتهم المحيطة بهم.
- مساعدتهم على التعبير الكلي وإثبات وجودهم ضمن الجماعة والخروج من الانطواء.
- محاولة تكيفه مهنيا وإعداده للحياة العادية العامة.
- تنمية الاستقلالية للتكفل بالذات.
- التنمية العلانية والمجتمعية وديناميكية سيرورة الدمج.

## 2. العوامل المؤثرة في تعميم النشاط البدني الرياضي المكيف:

هناك صعوبات تعترض تعميم النشاط البدني الرياضي المكيف تتمثل فيما يلي:

- القصور الحركي الدماغي والإعاقة البصرية بمستوياتهما المختلفة.
- الأوتيسية أو الذهانية أو الانطوائية (التوحيدي)، والتخلف الذهني بمستوياته المختلفة.
- الصعوبات الاجتماعية (الحدث، المسعف، المسجون)
- الإعاقة السمعية أو الكلامية أو اللغوية بمستوياتها المختلفة.
- الاضطرابات السلوكية والانفعالية.
- صعوبات التعلم الأكاديمية والإنمائية (التأخر الدراسي وبطء التعلم)
- الحالات الصحية الخاصة (الأمراض المزمنة)
- الإدمان (المخدرات والتدخين والكحول)
- الإعاقة المتعلقة بالوزن أو السمنة، والشيخوخة وحالات أخرى مثل (المرأة الحامل)

## خلاصة:

نستنتج مما سبق أن الأنشطة البدنية والرياضية المكيفة تهدف إلى مساعدة الفرد على النمو جسديا ونفسيا واجتماعيا، وبذلك يستطيع ذوي الاحتياجات الخاصة من خلالها تحقيق ذواتهم، ويكونون فعالين في مجتمعهم، ويخرجون من قوقعة الإحساس بالنقص ليكملوها بانجازات ونجاحات في المجال الرياضي، ولتعميم هذا النوع من الرياضات لابد من تقادي بعض الصعوبات والعراقيل التي تعترض هذا الهدف.