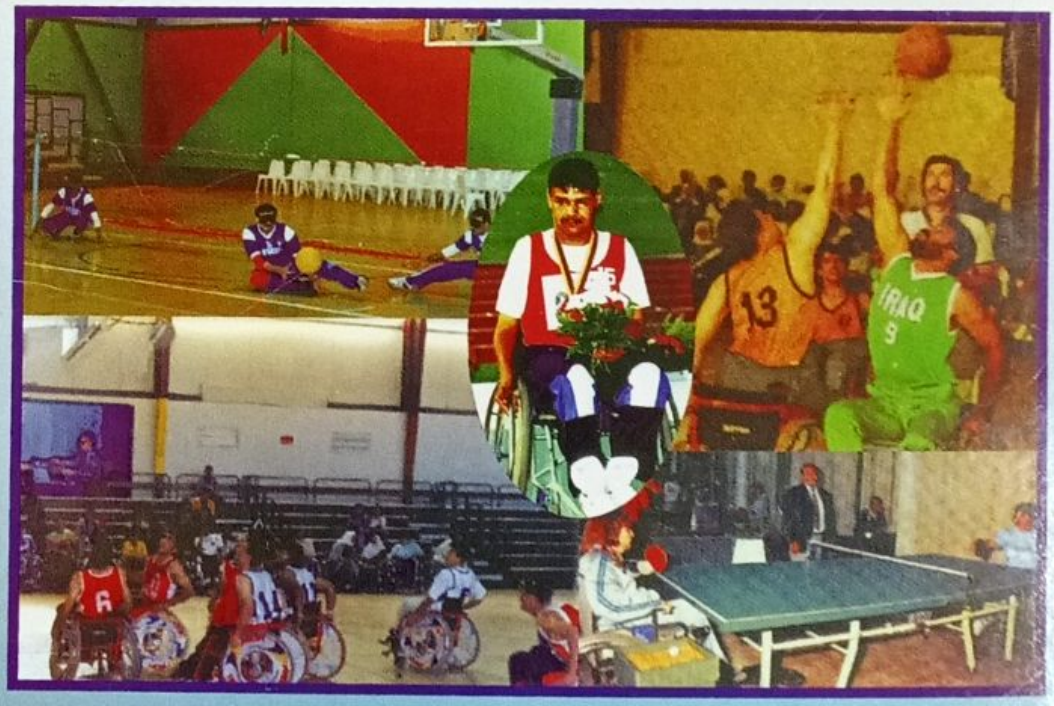
الألعاب الرياضية للمعوقين



تأليف الدكتور
مروان عبد المجيد ابراهيم

Preview sample - page 1 of 13 - Soran University Academic Digital Library

رقم التصنيف : ٠٨١٦ ر ٧٩٦
المؤلف ومن هو في حكمة : مروان عبد المجيد ابراهيم
عنوان المصنف : الالعاب الرياضية للموقين

الموضوع الرئيسي : ١ ـ الفنون
٢ ـ الالعاب الرياضية/تعليم
رقم الايداع : (١٣٧٦/١٠/١٩٩٦)
بيانات النشر : عمان : دار الفكر
• تم اعداد بيانات الفهرسة الاولية من قبل دائرة المكتبة الوطنية

حقوق الطبع محفوظة للناشر

Copyright ©
All rights reserved

الطبعة الأولى

1997م ـ 1417هـ

دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع
سوق البتراء (الحسيني) هاتف ٦٢١٩٣٨ ـ فاكس ٦٥٤٧٦١
ص.ب ١٨٣٥٢٠ عمان ١١١١٨ الأردن

DAR AL-FIKR Printing · Publishing · Distributing
Husseini Mosque - Tel. : 621938 - Fax. : 654761
P.O.Box : 183520 Amman 11118 Jordan

طبع في شركة الشرق الأوسط للطباعة ـ هاتف ٨٩٤٩٤١

Preview sample - page 2 of 13 - Soran University Academic Digital Library

الألعاب الرياضية

للمعوقين

٧٩١
م٢٧٤
٢٦٦٢١

تأليف: الدكتور
مروان عبدالمجيد ابراهيم
أستاذ مشارك

الطبعة الأولى
1997م - 1417هـ

دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع - عمّان

Preview sample - page 3 of 13 - Soran University Academic Digital Library

المحتويات

المقدمة 13

الباب الأول ـ مدخل تاريخي 15

الفصل الأول ـ نبذة تاريخية عن المعوقين 17

المبحث الأول ـ المعوقون في العصور القديمة ومنذ آلاف السنين 19

المبحث الثاني ـ المعوقون في العصور الوسطى 21

المبحث الثالث ـ المعوقون في الأديان السماوية 22

المبحث الرابع ـ المعوقون في العصر الحديث 26

الفصل الثاني ـ تاريخ الألعاب الأولمبية للمعوقين 29

المبحث الأول ـ جولة تاريخية للألعاب الأولمبية للمعوقين 31

المبحث الثاني ـ رياضة المعوقين في العراق 37

المبحث الثالث ـ رياضة المعوقين بين الحاضر والمستقبل 40

المبحث الرابع ـ اساليب رعاية المعوقين في العراق 42

المبحث الخامس ـ المدخل النفسي لرياضة المعوقين 44

المبحث السادس ـ العزيمة والاصرار في رياضة المعوقين 49

الفصل الثالث ـ اتجاهات المعوقين الرياضية 51

المبحث الأول ـ تنمية الاتجاهات نحو المعوقين 53

المبحث الثاني ـ وضع المعوق وظروفه في المجتمع 54

المبحث الثالث ـ الاعاقة والمشكلات الناتجة عنها 56

المبحث الرابع ـ احتياجات المعوقين وبرامج رعايتهم 59

الفصل الرابع ـ الاعاقة والتأهيل 63

المبحث الأول ـ مفاهيم ومصطلحات عن العوق 65

المبحث الثاني ـ تأهيل المعوق رياضياً 67

Preview sample - page 4 of 13 - Soran University Academic Digital Library

المبحث الثالث ـ خطوات تأهيل المعوق رياضياً 69
المبحث الرابع ـ كيفية اختيار الالعاب الرياضية للمعوقين 70
الفصل الخامس ـ الكراسي المتحركة 73
المبحث الأول ـ الكرسي المتحرك 75
المبحث الثاني ـ كرسي الرياضين 78
المبحث الثالث ـ أهمية الكرسي المتحرك وكيفية التدريب عليه 82
المبحث الرابع ـ التسهيلات التي تقوم على أساسها المنشآت
الرياضية للمعوقين 84
المبحث الخامس ـ احتياجات المعوقين داخل الأبنية 88
الفصل السادس ـ اللياقة البدنية للمعوقين 89
المبحث الأول ـ تنمية عناصر اللياقة البدنية للمعوقين 91
المبحث الثاني ـ التدريبات والمنافسات الرياضية للمعوقين ببتر
الأطراف السفلى 93
المبحث الثالث ـ التدريب الرياضي 99
المبحث الرابع ـ التأثيرات الفسيولوجية للتدريب الرياضي للمعوقين 102
المبحث الخامس ـ اغراض التربية الرياضية للمعوقين وأهميتها 108
المبحث السادس ـ التقويم والقياس في رياضة المعوقين 113
المبحث السابع ـ أهمية التقويم والقياس في رياضة المعوقين 115

الباب الثاني ـ التصنيف والتقسيم الطبي للمعوقين 117
الفصل الأول ـ تصنيف المعوقين 119
المبحث الأول ـ الاعاقات الجسمية 123
المبحث الثاني ـ الاعاقات الحسية 125
الفصل الثاني ـ التقسيم الطبي 131
المبحث الأول ـ الشلل 136
المبحث الثاني ـ البتر 142
المبحث الثالث ـ الشلل الدماغي (الشلل التقلصي) والمخي 149

Preview sample - page 5 of 13 - Soran University Academic Digital Library

المبحث الرابع ـ ضعاف البصر والمكفوفون 155
المبحث الخامس ـ المنظمات الدولية الرياضية للمعوقين 161
المبحث السادس ـ دور الاخصائي الرياضي في رياضة المعوقين 164

الباب الثالث ـ الألعاب الرياضية للمعوقين 167
الفصل الأول ـ رياضة السباحة 169
المبحث الأول ـ نبذة عن رياضة السباحة للمعوقين 171
المبحث الثاني ـ الاسس التعليمية في السباحة للمعوقين 173
المبحث الثالث ـ تدريبات قفزة البداية والدوران في سباحة المعوقين 175
المبحث الرابع ـ قواعد منافسات السباحة للمعوقين 177
المبحث الخامس ـ المعوقون في مستوى الفقرات العنقية 178
المبحث السادس ـ المعوقون في مستوى الفقرات الصدرية 179
المبحث السابع ـ المعوقون في مستوى الفقرات الصدرية السفلى والقطنية 180
المبحث الثامن ـ مواصفات حمام السباحة لمنافسات المعوقين بالشلل ... 181
المبحث التاسع ـ انواع السباحة للمعوقين 182
المبحث العاشر ـ تقسيمات العوق في رياضة السباحة 185
المبحث الحادي عشر ـ رياضة السباحة للمعوقين ببتر الأطراف العليا 186
المبحث الثاني عشر ـ رياضة السباحة للمعوقين ببتر الأطراف السفلى 188
المبحث الثالث عشر ـ رياضة السباحة للمعوقين بالشلل الدماغي (المخي) 189
المبحث الرابع عشر ـ أنواع مسابقات السباحة للمعوقين 190
المبحث الخامس عشر ـ رياضة السباحة للمكفوفين وضعاف البصر ... 194
الفصل الثاني ـ رياضة الغطس للمعوقين 197
المبحث الأول ـ القفز في الماء 199

Preview sample - page 6 of 13 - Soran University Academic Digital Library

المبحث الثاني ـ رياضة الغطس تحت الماء للمعوقين بالشلل 200
المبحث الثالث ـ الغطس (القفز في الماء) للمعوقين ببتر الأطراف
العليا 201
الفصل الثالث ـ كرة القدم للمعوقين 203
المبحث الأول ـ رياضة كرة الهدف (الجرس) للمكفوفين 205
المبحث الثاني ـ رياضة كرة القدم بطريقة التنس الأرضي للمعوقين
ببتر الأطراف العليا 218
المبحث الثالث ـ رياضة كرة القدم لضعاف السمع والصم 220
المبحث الرابع ـ رياضة كرة القدم الخماسية «خمسة افراد لكل فريق»
للصم 221
المبحث الخامس ـ كرة القدم السداسية (ستة لاعبين) للصم 222
الفصل الرابع ـ رياضة رفع الاثقال للمعوقين 223
المبحث الأول ـ نبذة تاريخية 225
المبحث الثاني ـ التدريب في رفع الأثقال للمعوقين 226
المبحث الثالث ـ الفحوص الطبية لرياضة رفع الأثقال للمعوقين 232
المبحث الرابع ـ القواعد الفنية لرياضة رفع الأثقال للمعوقين
بالشلل النصفي 234
الفصل الخامس ـ رياضة الرماية بالسهام للمعوقين 237
المبحث الأول ـ نبذة تاريخية 239
المبحث الثاني ـ ماهية رياضة الرماية بالسهام للمعوقين 241
المبحث الثالث ـ بعض القواعد العامة لمنافسات الرماية بالسهام
للمعوقين 243
المبحث الرابع ـ التدريب على الرماية بالسهام للمعوقين 246
المبحث الخامس ـ الرماية المصغرة بالسهام للمعوقين 248
الفصل السادس ـ رياضة المبارزة (الشيش ـ المبارزة ـ السيف) بالكراسي
المتحركة للمعوقين 251
المبحث الأول ـ نبذة تاريخية 253

Preview sample - page 7 of 13 - Soran University Academic Digital Library

المبحث الثاني ـ رياضة المبارزة للمعوقين 255
المبحث الثالث ـ القواعد العامة للمبارزة التنافسية للمعوقين
بالكراسي المتحركة (الشيش ـ المبارزة ـ السيف) 258
المبحث الرابع ـ القواعد الخاصة للمبارزة باستخدام الكراسي
المتحركة 261
المبحث الخامس ـ فكرة مبسطة عن المبارزة التنافسية (المباريات) 263
الفصل السابع ـ رياضة تنس الطاولة 265
المبحث الأول ـ نبذة تاريخية 267
المبحث الثاني ـ رياضة تنس الطاولة للمعوقين 268
المبحث الثالث ـ مميزات وأهداف لعبة تنس الطاولة للمعوقين 270
المبحث الرابع ـ القواعد العامة لرياضة تنس الطاولة للمعوقين 271
المبحث الخامس ـ التدريب على تنس الطاولة للمعوقين 276
الفصل الثامن ـ رياضة التنس الأرضي 279
المبحث الأول ـ نبذة تاريخية 281
المبحث الثاني ـ رياضة التنس الارضي للمعوقين 283
الفصل التاسع ـ رياضة كرة السلة للمعوقين على الكراسي المتحركة 285
المبحث الأول ـ نبذة تاريخية 287
المبحث الثاني ـ الخطوات التعليمية في رياضة كرة السلة للمعوقين
على الكراسي المتحركة 290
المبحث الثالث ـ قوانين رياضة كرة السلة حسب نظام الاتحاد
الدولي للمشلولين 300
الفصل العاشر ـ الكرة الطائرة للمعوقين 309
المبحث الأول ـ الكرة الطائرة للمبتورين 312
المبحث الثاني ـ الكرة الطائرة من الجلوس 314
المبحث الثالث ـ مسابقات المضمار بالكراسي المتحركة 316
الفصل الحادي عشر ـ رياضة ألعاب القوى للمعوقين 317
المبحث الأول ـ نبذة تاريخية 319

Preview sample - page 8 of 13 - Soran University Academic Digital Library

المبحث الثاني ـ القواعد الفنية في مسابقات الرمي للمعوقين 323
المبحث الثالث ـ تدريبات الجري بالكراسي المتحركة قبل الموسم
التنافسي 330
المبحث الرابع ـ القواعد العامة لمسابقات الجري بالكراسي المتحركة
للمعوقين 333
المبحث الخامس ـ مسابقات المضمار للمعوقين ببتر الأطراف العليا. 352
المبحث السادس ـ فعالية الموانع للبتر 360
المبحث السابع ـ نظام المسابقات لخماسي البتر 362
المبحث الثامن ـ ألعاب القوى للمكفوفين 364
المبحث التاسع ـ رياضة الخماسي للمكفوفين 369
المبحث العاشر ـ الرياضة التنافسية للمعوقين بالشلل الدماغي
(المخي) 371
المبحث الحادي عشر ـ رياضة العاب القوى للمعوقين بتر الأطراف
السفلى 372
الفصل الثاني عشر ـ رياضة الريشة الطائرة 373
المبحث الأول ـ نبذة تاريخية 375
المبحث الثاني ـ مميزات وأهداف رياضة الريشة الطائرة للمعوقين 376
المبحث الثالث ـ قوانين وانظمة كرة الريشة الطائرة للمعوقين 378
الفصل الثالث عشر ـ رياضة البولنج أو البولز للمعوقين 383
المبحث الأول ـ نبذة تاريخية 385
المبحث الثاني ـ بعض قواعد ممارسة رياضة البولنك للمعوقين 387
الفصل الرابع عشر ـ رياضة البلياردو الانجليزي للمعوقين 389
المبحث الأول ـ نبذة تاريخية 391
الفصل الخامس عشر ـ رياضة الكريكت والبيسبول للمعوقين 393
المبحث الأول ـ نبذة تاريخية 395
الفصل السادس عشر ـ رياضة التجديف ، الكانوى ، الشراع ،
التزحلق على الماء 397

Preview sample - page 9 of 13 - Soran University Academic Digital Library

الفصل السابع عشر ـ رياضة التزحلق على الجليد للمعوقين 401
الفصل الثامن عشر ـ رياضة الدراجات 405
الفصل التاسع عشر ـ رياضة الفروسية للمعوقين 409
الفصل العشرون ـ رياضة الجولف للمعوقين 413
الفصل الحادي والعشرون ـ رياضة التنشين والصولجان 417
الفصل الثاني والعشرون ـ رياضة رمي الصولجان (الزجاجية) الخشبية 421
الفصل الثالث والعشرون ـ توصيات خاصة برعاية المعوقين 427
الفصل الرابع والعشرون ـ شعارات خاصة للمعوقين 431

قائمة المراجع
المراجع العربية 435
المراجع الأجنبية 437

المؤلف في مجال رياضة المعوقين 439

Preview sample - page 10 of 13 - Soran University Academic Digital Library

المقدمة

إنّ قضية المعوقين قضية قديمة من قضايا الانسان والانسانية ، وان التعوق لم يكن أمراً مرغوباً من لدن الانسان ، لذا حارب الانسان التعوق منذُ القدم . وقد أولى المجتمع الإسلامي اهتمامه الشديد برعاية المعوقين وخصص لهم من يساعدهم على الحركة والتنقل ، وأكد على حسن معاملاتهم ، واعتبرت حالة العوق اختباراً من الله سبحانه وتعالى ، كما جاء في محكم كتابه الكريم ﴿ ونبلوكم بالخير والشر فتنة ﴾ . وما زال المفكرون المخلصون لخدمة الانسانية جادين في توفير سبُل الراحة للمعوق ، وهذا يجعله كفيلاً في نمو وبناء شخصيته وتاهليه بالشكل الصحيح والسليم كيما يصبح قادراً على العمل والابداع .

ان التربوي حينما يرى أن «الانسان قيمة عليا» فهو يختار العملية التربوية كهدف لتحقيق ذلك ، فنقول (التربية حياة) وهذا نابع من وظيفة العملية التربوية ، وهي مساعدة الفرد على التكيف في واقع البيئة التي يعيش فيها واعادة صياغة هذا الواقع بما يضمن للفرد ولبيئته اضطراد التقدم والرفاه الدائم .

وعندما يعتبر الانسان قيمة عليا وهدفاً كبيراً لا يقصد بذلك ان يكون معزولاً عن لمجتمع في الحركة وفي العمل ، بل يجب ان يكون قوة فاعلة ومؤثرة في مجتمعه وفي وطنه . وان تبني الجامعات والاتحادت الرياضية في وضع سياسة إعداد الكوادر الفنية للعمل في مجال تاهيل المعوقين ، واسهام جميع أجهزة الاعلام في عمليات التوعية بمشكلات المعوقين وكيفية التعامل لهم ، له الدور المحفز والمؤثر في جعل المعوق العضو العامل والنافع في

Preview sample - page 11 of 13 - Soran University Academic Digital Library

المجتمع .. لان الهدف من النشاط البدني للمعوق هو زيادة القدرة الوظيفية له مما يجعله معداً لمجابهة كافة متطلبات الحياة اليومية ، فالشخص المعوق شانه شان أي كائن حي يمتلك القدرة الوظيفية ، وهذه القدرة يمكن أن تعبئ أو تحرك عن طريق المجهود الارادي الطبيعي .

إن ممارسة المعوق للأنشطة الرياضية تساعده على بناء الكفاءة البدنية عن طريق تقوية وبناء أجهزة جسمه وتمكن الفرد المعوق من تحمل المجهود البدني ومقاومة التعب ، لذا فان ممارسة المعوق للأنشطة الرياضية ستعمل على محاربة العيوب والتشوهات وتساعد على النمو الطبيعي ، وما ينتج عنها من تكوين الجسم القوي المتناسق . والتجارب تدل على انه كلما انغمر المعوق في أداء الفعاليات الرياضية اكسبته خبرات متنوعة وهذا بدوره يؤدي الى اكتسابه العادات الاجتماعية المرغوبة .

ان رياضة المعوقين هي عملية تربوية موجهة لها أغراضها وأهدافها وأهميتها في الوقت الحاضر فهي لم تعد العاباً وبطولات ولكنها وسيلة لتحقيق غاية وهدف شاملين ، وسيظل المعوق قادراً على العطاء والابداع مهما كان عوقه مادام هناك قلباً نابضاً وعقلاً مفكراً .

وبعد ، انه ليسرني ويسعدني ان أقدم هذا الكتاب المنهجي لطلبة كليات التربية الرياضية والذي يخص المعوقين ..

وفقنا اللّهُ لما فيه خدمة طلبتنا الاعزاء ومن الله التوفيق .

المؤلف

Preview sample - page 12 of 13 - Soran University Academic Digital Library



إنّ قضية المعوقين قضية قديمة من قضايا الانسان والانسانية . وان التعوق لم يكن أمراً مرغوباً من لدن الانسان . لذا حارب الانسان التعوق منذُ القدم . وقد أولى المجتمع الإسلامي اهتمامه الشديد برعاية المعوقين وخصص لهم من يساعدهم على الحركة والتنقل . وأكد على حسن معاملاتهم . واعتبرت حالة العوق اختباراً من الله سبحانه وتعالى .

إن ممارسة المعوق للأنشطة الرياضية تساعده على بناء الكفاءة البدنية عن طريق تقوية وبناء أجهزة جسمه وتمكن الفرد المعوق من تحمل المجهود البدني ومقاومة التعب . لذا فان ممارسة المعوق للأنشطة الرياضية ستعمل على محاربة العيوب والتشوهات وتساعد على النمو الطبيعي . وما ينتجُ عنها من تكوين الجسم القوي المتناسق . والتجارب تدل على انه كلما انغمر المعوق في أداء الفعاليات الرياضية اكسبته خبرات متنوعة وهذا بدوره يؤدي الى اكتسابه العادات الاجتماعية المرغوبة .

ان رياضة المعوقين هي عملية تربوية موجهة لها أغراضها وأهدافها وأهميتها في الوقت الحاضر فهي لم تعد ألعاباً وبطولات ولكنها وسيلة لتحقيق غاية وهدف شاملين . وسيظل المعوق قادراً على العطاء والابداع مهما كان عوقه ما دام هناك قلباً نابضاً وعقلاً مفكراً .

دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع
سوق البتراء (الحجيري) ـ هاتف : ٦٢١٩٣٨ ـ فاكس : ١٥٤٧٦١
ص.ب : ١٨٣٥٢٠ عمان ١١١١٨ الأردن

Preview sample - page 13 of 13 - Soran University Academic Digital Library