**المحاضرة: تصنيف نواحي النشاط البدني والرياضي المكيف:**

إن الغرض من تصنيف نواحي النشاط البدني هي تقسيم الأفراد إلى جماعات متجانسة حتى تتاح لهم أفضل فرص الرعاية وأحسن ظروف التعليم، وقد نتجه في تقسيم الأفراد إلى جماعات إلى الوجهات التالية:

* الذين ليس لديهم أي انحراف صحي أو بدني ، وذلك لا نحدّ من نشاطهم الرياضي، وهؤلاء يشتركون في نشاط البرنامج العام.
* الذين يشكون انحراف أو أكثر من الانحرافات الصحية أو البدنية ويحتاجون إلى بعض التحديد في نشاطهم، وهؤلاء يدخلون في نطاق التحديد المتوسط، ومن المحتمل أن يوجد في هذه المجموعة بعض الأفراد من ذوي الحالات المؤقتة أو الدائمة.
* هؤلاء الذين يشكون ناحية أو أكثر من الانحرافات الصحية يحتاجون لتحديد واضح في نشاطهم، وهؤلاء يوضعون في نطاق التحديد الكبير، من المحتمل أيضا أن ويوجد بين هذه المجموعة بعض الحالات المؤقتة أو الدائمة الحادة وأن يدخل ضمنها الأفراد الذين ينصح لهم بفترات خاصة للراحة.

وتستطيع الجماعة المحددة النشاط تحديدا متوسطا أو كبيرا أن تمارس النشاط العلاجي وكذلك تعلم بعض الألعاب الرياضية وبالمثل يمكن توجيه أفرادها في مسائل القوام وميكانيكية الجسم إذا احتاج الأمر لذلك ويمكن كذلك تنظيم بعض ألوان النشاط الذي يجمع أفراد هاتين الجماعتين بأفراد البرنامج العام لغرض اكسابهم خبرات جديدة في اللعب ورفع روحهم المعنوية.

**الاجتماع التمهيدي لمناقشة النشاط الملائم:**

بعد أن يتم إجراء الكشف الطبي وبعد أن يبدأ توزيع الأفراد على جماعات النشاط، يجب أن ننظّم بعض الاجتماعات التمهيدية مع كل فرد لتعريفه بنتائج الكشف الطبي وتوضيح سهولة العلاج ويسره إذا ما عاون الفرد في تنفيذ التعليمات، ولهذه الاجتماعات قيمة كبيرة بالنسبة للفرد ويحضر هذا الاجتماع: الطبيب، الأخصائي الاجتماعي، المشرف الرياضي، العائلة، الطاقم الإداري، وينحصر الغرض الأساسي من هذا الإجتماع التمهيدي فيما يأتي:

1. توطيد أواصر المودة مع الفرد واكتساب ثقته.
2. تحديد أفضل الوسائل لتحسين حالته الوظيفية.
3. وضع أسس السيطرة على الحالة لمنع تفاقمها.
4. استعراض العادات الصحية الخاصة للفرد ووضع الخطط لتحسين الأحوال المعيشية والصحية إن أمكن.
5. تسجيل أي مظاهر انحرافية أو أي اتجاهات عقلية خاصة.
6. تحديد ميول ورغبات الفرد الترويحية.
7. الاتفاق على البرنامج التجريبي للنشاط البدني الرياضي المكيف نتيجة للتفكير المشترك بين الفرد والمشرفين والطبيب وترجمة التشخيص الطبي إلى نشاط رياضي وحركي ملائم.
8. تنمية استيعاب الفرد للخبرات التي سوف يقابلها في البرنامج الذي أتفق عليه وتم رسمه، ويرتبط نجاح البرنامج لمدى فهم الفرد لمشاكله الخاصة ومدى ما يكتسبه من مهارات وقدرات تمنعه من الارتباك أو الفشل وإتاحة الفرصة له لكي يعمل بجهد في تحسين حالته حتى يصبح كسائر الناس.
9. الزمن الكلي للنشاط أو اللعبة: وذلك بالتغيير في زمن الأشواط أو زمن العمل أثناء النشاط والنقاط اللازمة للمباراة.

* **معايير الأمن والسلامة في أنشطة ذوي الاحتياجات الخاصة:**

يجب على المختص أو الجهات الإدارية مراعاة عوامل الأمن والسلامة أثناء برامج التربية البدنية لذوي الإعاقة السمعية، فهي تشكل جانبا أساسيا من كل نشاط، ويجب توفير هذه المبادئ من عدة جوانب كما يلي:

**01/- بالنسبة للمعدات ومكان الممارسة:**

* أن تكون الأرضية جيدة وملائمة حسب نوع النشاط الممارس.
* سلامة الإضاءة وحسن توزيعها خاصة إذا كانت الممارسة في الليل حتى تمكن اللاعبين من الرؤية الجيدة.
* العناية بنظافة أرضية الملاعب المكشوفة من خلوها من المخالفات، والأحجار والزجاج المكسورة، والحفر بالنسبة للملاعب المغلقة خاصة ملاعب الأطفال، يجب مسح أرضيتها يوميا، حيث أن معظم نشاط الأطفال على الأرض، والتأكد من خلوها من الأتربة والمخالفات.
* بالنسبة للأدوات والأجهزة فمن الحكمة تأمينها من النوع الجيد حتى إذا كانت غالية الثمن فهي كذلك على المدى القصير إلا أنها تعتبر رخيصة على المدى الطويل نظرا لكونها تعمر أكثر، إضافة إلى كونها تحوز على درجات أعلى من السلامة، تفقد سلامة هذه الأدوات والأجهزة يجب أن يتم بشكل دوري وأن يوضع لها برنامج صيانة مستمر، مع الاحتفاظ بملف خاص لكل جهاز وأداة يحدد بالساعة واليوم والتاريخ متى تم إجراء آخر معاينة لسلامتها، وآخر صيانة لها موضحا إسم وتوقيع من قام بذلك.

**02/- بالنسبة للاعبين يجب مراعاة ما يلي:**

* ارتداء اللباس المناسب للأنشطة الرياضية والحرص على نظافته.
* في حال الأنشطة الجماعية التأكد من ارتداء حارس المرمى للملابس الواقية.
* ضرورة الإحماء الجيد قبل البدء في النشاط، ومراعاة فترات الراحة والأحمال التدريبية المناسبة أثناء النشاط وضمان العودة إلى الحالة الأصلية بعد نهاية النشاط.
* إلمام المشاركين بقواعد اللعب والقوانين اللازمة.
* الحد من التدخلات الخشنة، والانفعالات والتحكم بها أثناء النشاط.