

الإجابة النموذجية لمقياس التصنيف الرياضي للمعاقين 1

الجواب الأول (6ن):

- النشاط الرياضي المكيف: يعني الرياضات والألعاب التي يتم التغيير فيها لدرجة يستطيع بها المعوق غير القادر الممارسة والمشاركة في الأنشطة الرياضية، ومعنى ذلك هي البرامج الارتقائية والوقائية المتعددة والتي تشتمل على الأنشطة الرياضية والألعاب، والتي يتم تعديلها بحيث تلائم حالات الإعاقة وفقاً لنوعها وشدةها.

- يعد التصنيف في رياضة ذوي الإحتياجات الخاصة مرحلة أساسية وضرورية قبل كل منافسة، نظراً إلى اختلاف أسباب أنواع العجز الملحوظة ومظاهرها، فإن التصنيف الرياضي يسمح بتجميع الرياضيين ضمن أصناف متكافئة (متجانسة) مع الأخذ بعين الاعتبار القدرات الحركية المتوفرة، حيث يسمح لهم بالتنافس بالتساوي في القدرات البدنية والوظيفية.

الجواب الثاني (6ن):

كرة السلة على الكراسي المتحركة: وهي رياضة معدلة من كرة السلة التقليدية، مصممة لتناسب مع إحتياجات اللاعبين من ذوي الإعاقة الحركية تلعب على كراسي متحركة، وتعتبر واحدة من أكثر الرياضات شعبية ضمن الألعاب البارالمبية، وتعتمد على السرعة، المهارة، والعمل الجماعي. قواعد اللعبة:

الملعب والسلة: يستخدم نفس حجم ملعب السلة التقليدي. عدد اللاعبين: يتكون كل فريق من 05 لاعبين على الكراسي المتحركة. النقاط: 2 نقاط للرميات القريبة، و 3 نقاط للرميات من خارج قوس الثلاث نقاط. التصنيف الطبي: يعطى لكل لاعب تصنيف من 1.0 إلى 4.5 بناءً على مدى الإعاقة، ومجموع التصنيفات على أرض الملعب لا يجب أن يتجاوز 14 نقطة لكل فريق. التنقل بالكراسي المتحركة: يجب أن يلمس اللاعب الكرة مرة واحدة على الأقل بعد كل دفعتين للكرسي. مدة المباراة: المباراة مكونة من 4 أشواط، كل شوط مدته 10 دقائق.

الجواب الثالث (8ن):

عند ممارسة ذوي الإعاقة العقلية للرياضة، من المهم تقديم توجيهات وتعليمات مناسبة لضمان بيئة آمنة وممتعة تساعدهم على تحقيق أقصى استفادة، وفي ما يلي مجموعة من التوجيهات والتعليمات: تقييم قدرات كل رياضي ومستوى الإعاقة لتحديد الأنشطة المناسبة، واختيار الرياضة المناسبة مع تحديد أهداف بسيطة وقابلة للتحقيق لتعزيز ثقتهم بأنفسهم. استخدام لغة بسيطة وواضحة مع تكرار التعليمات عدة مرات لضمان الفهم الكامل بالإضافة إلى استخدام الإشارات البصرية والحركية.

التشجيع المستمر وإعطاء ملاحظات إيجابية لتعزيز ثقتهم بأنفسهم مع التشجيع على العمل الجماعي ومنح الوقت الكافي لتعلم المهارات وتنفيذها.

التأكد من أن مكان التدريب خال من المخاطر مثل العوائق أو المعدات غير المناسبة والتأكد من أن الرياضيين لا يكونون بدينياً لممارسة النشاط الرياضي.

تعديل القواعد أو تقليل عدد اللاعبين إذا لزم الأمر مع استخدام معدات مناسبة.



متابعة التطورات في القوة، التوازن، والمهارات الإجتماعية مع إعادة تعديل الأنشطة أظهرت الحاجة إلى ذلك.
التركيز على المتعة بخلق بيئة مريحة ومشجعة على المشاركة بدل التركيز على الأداء.

