

Subject Review



مجلة المقالة لعلوم الرياضة

Article Journal of Sport Science



مجلة الكترونية شهرية تصدر عن رابطة الاكاديميين العرب للتربية البدنية وعلوم الرياضة

رابطة الاكاديميين العرب للتربية البدنية وعلوم الرياضة

Arab Academics Association for Physical
Education and Sport Sciences

<http://www.sajss.icu>

journal@sajss.icu

ISSN: 0317-8471

العدد (61) - شباط - 2023





مجلة المقالة لعلوم الرياضة

مجلة الكترونية شهرية تصدر عن الاتحاد الدولي لعلوم الرياضة
ورابطة الاكاديميين العرب للتربية البدنية وعلوم الرياضة ...
دعوة للأساتذة في مجال التربية الرياضية والرياضيين لنشر نتائجهم
العلمية من المقالات ضمن :

مجلة المقالة لعلوم الرياضة

للإعلان في المجلة يرجى الاتصال على العناوين التالية :



009647711030133 - 009647703200542



<https://www.facebook.com/sajss.icu>



journal@sajss.icu



www.sajss.icu



شروط النشر في مجلة المقالة لعلوم الرياضة (دليل للناشر)

- 1 مجلة المقالة لعلوم الرياضة هي مجلة الكترونية شهرية تصدر عن رابط الاكاديميين العرب للتربية البدنية وعلوم الرياضة .
- 2 تنشر المجلة المقالات العلمية الخاصة بتخصص التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- 3 يتم النشر مجاناً في المجلة ؛ خدمة للعلم وللمساهمة في نشر العلم والمعرفة .
- 4 يراعى ان لا تزيد عدد صفحات المقالة عن 3 صفحات .
- 5 تكتب المقالة بحجم خط (14)
- 6 تكتب المقالة بنوع خط (SimplifiedArabic) للغة العربية ، أما للغة الاجنبية (Times New Roman) .
- 7 التفاصيل المتعلقة بعنوان المقالة :
 - أ عنوان المقالة يكتب اعلى الصفحة بنفس نوع الخط وبحجم 16 مظلل .
 - ب صورة شخصية لصاحب المقالة توضع اسفل عنوان المقالة .
 - ج تكتب تفاصيل صاحب المقالة ولقبه العلمي والاختصاص ومن ثم مكان العمل والبريد الالكتروني الشخصي ورقم الهاتف أسفل الصورة ومن ثم تكتب المقالة .
- 8 تتسم المقالة بأصالتها وسلامة اتجاهها العلمي والفكري ولا تتضمن التجريح للذوات أو الهيئات أو المؤسسات وغيرها اضافة الى دقتها وسلامتها اللغوية .
- 9 يتعهد صاحب المقالة بأن تكون من اعداده وليس نقلاً من المواقع الالكترونية أو الوسائل الاخرى .
- 10 تفاصيل ارسال المقالة :
 - أ يتم إرسال الملف بصيغة MS Word .
 - ب يتم إرسال المقالة على البريد الالكتروني الخاص بالمجلة أدناه :

E-mail : journal@sajss.icu

ج أو على الـ WhatsApp الخاص بالأرقام التالية :

009647702720749

009647703200542

هيئة تحرير مجلة المقالة لعلوم الرياضة



أ.م.د علي عواد جبار
المشرف الاداري



أ.د حيدر سلمان محسن
مدير التحرير



أ.د رحيم حلوعلي
رئيس التحرير



أ.د وسام الشبخي
المشرف العام



أ.م.د محمود مطر علي
عضوا



أ.د صفاء عبد الوهاب
عضوا



أ.د عظيمة عباس السلطاني
عضوا



أ.م ايناس وهاب عبود
سكرتير التحرير



أ.م.د منتظر صاحب النويني
عضوا



أ.م.د سيف علي محمد
عضوا



أ.م.د سكينه شاكر حسن
عضوا



أ.م.د زردشت محمد رؤوف
عضوا



د. رشاد عباس فاضل
عضوا



د. محمد عاصم غازي
عضوا



د. ميثم سعدي علي
عضوا



أ.م.د محمود ناصر راضي
عضوا

الفهرس

دليل الناشر	• شروط النشر في مجلة المقالة لعلوم الرياضة
اعضاء المجلة	• هيئة التحرير
أ.د رحيم حلوعلي	• كلمة العدد
أ.م.د بشار عبود فاضل	• المقالة الاولى
أ.د عدي غانم الكواز	• المقالة الثانية
م.د مصطفى جواد مريدي الفرجاوي	• المقالة الثالثة
د. حسين علي حسين	• المقالة الرابعة
أ.د خالد شاكر حسين العوادي	• المقالة الخامسة
م.د ملاذ حيدر احمد	• المقالة السادسة
أ.م.د منتظر صاحب النويني	• المقالة السابعة
م.د منتظر محمد علي	• المقالة الثامنة
م.د فاطمة كريم نعمة	• المقالة التاسعة
أ.م.د منى كمال أمين عبد العاطي	• المقالة العاشرة

كلمة العدد



أ.د رحيم حلو علي
رئيس هيئة التحرير

لا يخفى على الجميع ان الرياضة اصبحت المكون الاساس لشعوب العالم برمته
وعلماً له منعطفاته الاكاديمية الرصينة ... لذا بات من الضروري تبني هذا العلم تبنياً
صحيحاً. ومن اولى مهام هذا التبني هو اصدار مجلة تهتم بالعلوم الرياضية وتمتلك
الجودة المعرفية المسيرة لبقية علوم العالم ... وعليه انبثقت مجلة المقالة لعلوم
الرياضة عن الاتحاد الدولي لعلوم الرياضة ورابطة الاكاديميين العرب للتربية البدنية
وعلوم الرياضة ومقرها في لندن لتكون حلقة تواصل وتبادل معرفي بين أعضاء هيئة
التدريس والباحثين والمهتمين بمتابعة أنشطة وفعاليات علوم الرياضة ...

التدريب الذهني بين النظرية والتطبيق للاعب كرة القدم

المقال الأول

أ.م.د. بشار عبود فاضل

جامعة الكوفة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



التدريب الذهني هو تدريب اللاعب على مهارات ذهنية معينة يستطيع من خلالها تحقيق الأداء الأفضل... وهو ان يلعب تحت الضغط

ويكون اللاعب بحاجة ماسة الى التدريب الذهني عندما تراوده عدة متغيرات قبل المباراة وأثناء المباراة ايضا عندما يشعر اللاعب بالقلق والخوف والتوتر قبل المباراة ، لا يقدم في التمرين ما لا يستطيع ان يقدمه في المنافسة ، في المباريات الجماهيرية هل يشعر بالخوف من تحقيق متطلبات وتوقعات الجماهير ووردود الافعال اتجاه اللاعبين المنافسين امكانية شعور اللاعب بالثقة بالنفس عند الدخول الى ارضية الملعب .

لذلك اللاعب بحاجة ماسة الى الاعداد الذهني لأنه يعمل على استغلال مهارات وقدرات اللاعب لتحقيق الاداء الافضل وبالذات عندما يلعب تحت الضغط المهارات الذهنية التي يمكن التدريب عليها :

- مهارة الثقة بالنفس
- مهارة التركيز
- مهارة الثقة بالمهارة
- مهارة التغلب على التوقعات العالية

الثقة بالنفس : من المفاهيم المهمة في حياة اي لاعب كرة قدم خلال البطولات المهمة ؟ هي استغلال الامكانيات والمهارات المطلوبة التي تساعد اللاعب ان يكون ناجح ؟ هي مصدر غير متجدد لمواجهة الصعوبات يحتاج جهد حالها حال مفاهيم الحياة وخير دليل على ذلك هو المنتخب القطري وظهوره الاول في المونديال رغم الاعداد الجيد وكل الامكانيات المتوفرة لكن فقدان الثقة بالنفس اخذت الحيز الاكبر من النتيجة السلبية في مباراة الاكوادور عكس ذلك ترجمه المنتخب



العربي السعودي عندما تخلف بهدف امام الارجنتين لا حظنا العودة الى المباراة في الشوط الثاني وقلب النتيجة وهذا هو نتيجة الثقة العالية بالنفس لديهم مما ادى الى تحقيق الفوز على الفريق المرشح لنيل لقب البطولة وهذا هو احد جوانب التدريب الذهني من خلال ترجمته بالتمارين على ارض الواقع مثل تدريبات (الروندو والمربعات القصيرة واللعب عكس الاتجاه تحت ضغط المنافس) مما القى بثماره على اداء وتطبيق لمهارات بمستوى فني عالي جدا ومهارة التركيز : ايضا ادمج نفسي في المهمة الموكلة داخل الملعب دون ان اشرتت تركيزي او التفتت الى الامور الاخرى وهناك مشتتات داخلية ومشتتات خارجية ، فان عدم اهتمام اللاعب بما يصدره الجمهور من مؤثرات وعبارات سلبية هو الطريق نحو تحقيق الافضل في المباراة والثقة بالمهارة: هناك عقلية تمرين وعقلية المنافسة لكي يتعلم اللاعب الثقة بالمهارة لا بد ان يتعلم كيف ينتقل من عقلية التمرين الى المنافسة اقل جهد دون توتر التغلب على التوقعات العالية على الاداء تسبب ضغط كبير التوقع عملية وضع شروط على اداء اللاعب من قبل المدرب وهذه الشروط لازم تحقق هنا يكزن الضغط على اللاعب الشروط العالية على الاداء يأتي وقت المنافسة لا يستطيع تحقيق الشروط فيصاب اللاعب بالإحباط والقلق والضغط والتوتر الانفعالي

ومن خلال ما تكلمنا عنه سلفا" هو حث الاخوة المدربين والمختصين وادارات الاندية والمؤسسات الرياضية بإمكانية تطبيق هذا الاسلوب لسهولة تطبيقه وتقديمه للاعبين وبمختلف الفئات العمرية ...



التدريب الرياضي عالي المستوى ومناعة الجسم

المقال الثاني

أ.د. عدي غانم الكواز

جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



هناك اعتقاد سائد ان التمرينات الرياضية على اختلاف شدها تزيد مناعة الجسم لدى الرياضيين وان الرياضيين يمتلكون مناعة جيدة، لكن في الحقيقة يؤثر مقدار النشاط البدني الذي يقوم به الشخص على خطر الإصابة من خلال التأثير على وظائف المناعة. ومن المعروف أن التمرين المنتظم المعتدل يقلل من خطر الإصابة بالعدوى مقارنة بنمط الحياة الخامل، ولكن نوبات التمرين الطويلة جداً وفترات التدريب المكثف ترتبط بزيادة خطر الإصابة. اذ تسبب النوبات الحادة للتمرين الشاق لفترات طويلة انخفاضاً مؤقتاً في جوانب مختلفة من وظائف المناعة تستمر لمدة تصل إلى (24) ساعة بعد التمرين فالنشاط المعتدل هو الأكثر فائدة لجهاز المناعة.

ووفقاً لبعض الدراسات الاستقصائية، فإن التهاب الحلق والأعراض الشبيهة بالإنفلونزا أكثر شيوعاً في الرياضيين منه في عموم السكان، وبمجرد الإصابة، قد تستمر نزلات البرد لفترة أطول في الرياضيين مقارنة بالأشخاص العاديين،؟ ومن الواضح أن هذا يشكل مصدر قلق للرياضيين، اذ يمكن أن يتسبب في انقطاع الرياضي عن التدريب، أو نقص أدائه، أو حتى تفويت منافسة مهمة، حيث من المسلم به عمومًا أنه حتى العدوى البسيطة يمكن أن تؤدي إلى انخفاض في أداء التمرين اذ يمكن أن ترتبط العدوى الفيروسية الأكثر شدة بتطور التعب المستمر.

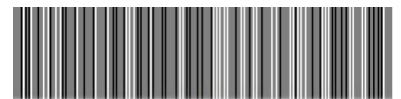
والسؤال الذي يطرح نفسه هل للتمارين الشاقة علاقة بمناعة الجسم والاصابة بالعدوى؟ في الحقيقة أن النوبات المطولة من التمارين الشاقة تؤدي إلى انخفاض عابر في وظائف خلايا الدم البيضاء (الكريات البيض) وتخلق "نافذة مفتوحة" لتقليل حماية الجسم، حيث يمكن للفيروسات والبكتيريا الحصول على موطئ قدم، وزيادة خطر الإصابة بالعدوى، كما ان ارتفاع معدل التنفس وعمقه يزيد من تعرض الرئتين للبكتيريا والفيروسات المحمولة جواً مما يؤدي الى الحساسية والتهاب المسالك الهوائية الناجم عن استنشاق الهواء البارد أو الجاف أو الملوث، وان



التمارين الشاقة ترفع معدلات الكورتيزول Cortisol والإبينفرين Epinephrine اللذان يعملان على تثبيط إنتاج الساييتوكاين cytokine، الامر الذي يعمل على تنشيط الالتهابات بشكل فعال، كذلك عندما تكون نوية التمرين شاقة وطويلة جداً تتعدى الساعة والنصف تؤدي الى انخفاض عدد الخلايا الليمفاوية المنتشرة دون مستويات ما قبل التمرين لعدة ساعات بعد التمرين، اما بعد التمارين الشاقة الطويلة فيتم تثبيط إنتاج الغلوبولين المناعي Immunoglobulin بواسطة الخلايا الليمفاوية B، فضلا عن السحجات الجلدية التي قد تحدث في بعض الألعاب الرياضية التي فيها احتكاك مباشر والتي تزيد من خطر الإصابة بالعدوى عبر الجلد، كما ان وجود الرياضيين على مقربة كبيرة من الحشود الكبيرة قد يسبب انتقال العدوى، وقد يكون السفر جوا إلى الدول الأجنبية للمشاركات الرياضية سببا في انتقال العدوى.

فضلا عن ان نقص الطاقة الغذائية والحرمان من النوم والضغط النفسانية. من المحتمل أن تثير هذه العوامل المتعددة نمطاً من استجابات الغدد الصماء المناعية التي تضخم الاثار التي يسببها التمرين.

لذلك على رياضي المستوى العالي الالتزام بالمكملات الغذائية وبخاصة فيتامين (d) والزنك وفيتامين (c) والاحماض الامينية، وبالنظام الغذائي الصحي الذي يحتوي على البروتينات والخضراوات والالياف والكاربوهيدرات التي ترفع المناعة وتساعد على سرعة استشفاء الجسم وادماده بالطاقة اللازمة لمواصلة التمرين.



الثقافة الرياضية وأهدافها



المقال الثالث

م.د مصطفى جواد مريدي الفرجاوي
وزارة التربية العراقية

mustafa1979125@gmail.com

الثقافة الرياضية هي مجموعة من القيم الاجتماعية والتربوية والصحية المرتبطة بالمفاهيم الرياضية التي تنصب في خلق الافضل والاحسن من السلوك والافكار والاعراف الثقافية يستند اليها نشاط الفرد في المجالات المختلفة أو في المجتمعات المختلفة .

وتعرف ايضاً بأنها "مجموعة السمات الروحية والمادية والفكرية والعاطفية الخاصة التي تميز مجتمعاً بعينه وأنها تشمل الفنون والآداب وطرائق الحياة والإنتاج الاقتصادي كما تشمل الحقوق الاساسية للإنسان والنظم والقيم والتقاليد والمعتقدات .

ويتعين على الفرد الرياضي ممارساً ومشاهداً أن يفهم ويستوعب قدرأً ملائماً من الثقافة الرياضية فهناك أمور وموضوعات للثقافة الرياضية ولها طبقة ثقافية عامة كما في التاريخ المتصل بالإنجازات الاولمبية والدولية الرياضية خاصة البدنية والتغذية الصحية وبعض قواعد اللعبة، كما أن هناك ما يمكن أن تطبق عليه الثقافة الرياضية والخاصة والنوعية وهي تلك الثقافة المتصلة بالرياضة وقواعد المنافسات التي تنظمها وتديرها الخطط والاستراتيجيات الخاصة، كما أن للثقافة الرياضية دوراً مؤثراً وفعالاً في نشر مبادئ الروح الرياضية وترسيخها بين اللاعبين وكذلك نشر الوعي وحجب السلوك غير المرغوب به من جهة اخرى .

ومن أهداف الثقافة الرياضية فأن للثقافة الرياضية دور مميز في نشر الوعي الثقافي الرياضي بين المجتمعات، وأهمها تربية الفرد جسدياً ونفسياً وسلوكياً وفكرياً، وإكتساب المهارات المفيدة للحياة الاجتماعية، إذ أن للثقافة الرياضية أثر تربوي في جميع أفراد المجتمع صغاراً وكباراً، ذكوراً وإناثاً .



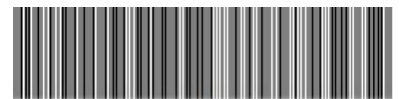
ومن خصائص الثقافة الرياضية بأن الثقافة الرياضية تؤثر في تشكيل شخصية الفرد والجماعة عن طريق المواقف الثقافية العديدة ومن خلال التفاعل الاجتماعي المستمر، وأيضاً فإن الثقافة تزود الفرد بنظرة مطابقة للحياة الاجتماعية .

أما أهمية الثقافة الرياضية فتكمن في تنشيط الاطر المعرفية وإثارة الاهتمام لتوسيع دائرة المعرفة الإنسانية المرتبطة بالرياضة، وتأصيل المعرفة النظرية للرياضة والترويج وتأسيس بنية معرفية للنظام الاكاديمي، وتكمن أيضاً في زيادة الوعي بأهمية النشاط البدني على مختلف جوانب الشخصية الإنسانية، حيث تشكل اهتمامات وبناء اتجاهات تروحية ورياضية مؤسسه على قواعد معرفية صحيحة وراسخة .

وهناك عدد من المجالات الثقافة الرياضية منها المجال المعرفي (المعرفة الرياضية)

وهي مجموع كل المعلومات الرياضية التي لدى الفرد وتشمل معرفة قواعد الألعاب وقوانينها وخططها مما تخص المجال الرياضي، وأيضاً هنالك المجال الاجتماعي ويقصد به هو تنشئة الأفراد وتثقيفهم رياضياً وتعليمهم السلوك المقبول اجتماعياً ورياضياً فضلاً عن تلقينهم المعارف والعقائد الرياضية التي تشكل بيئتهم الثقافية والحضارية نحو الرياضة، كما أنه يوجد المجال التربوي وهو إعداد الفرد وتقويم سلوكه جسدياً ونفسياً واخلاقياً واجتماعياً وفنياً واكتسابه الخصائص والسمات البيولوجية والاخلاقية والاجتماعية والفنية والعلمية والاقتصادية عن طريق الرياضة، ويجب أن نتطرق الى المجال الصحي لما له من أهمية كبيرة وهو قدرة الفرد على الاهتمام بسلامة جسمه والعناية به وإشباع حاجاته العضوية وتحقيق حالة من الاتزان بين الوظائف الجسمية المختلفة تشعره بالصحة والسلامة الجسمية .

وهناك ثقافات متعددة تم الكشف عنها مؤخراً في ملاعب كرة القدم وفي مختلف الدوريات المحلية والعالمية ومنها ثقافة حضور وانصراف بعض اللاعبين المهمين والذين تركوا بصمة في الرياضة بشكل عام وفي كرة القدم خاص، ومثال على ذلك اللاعب الكرواتي الحاصل على افضل لاعب في اوروبا عام (2018) وحاصل على الكرة الذهبية عام (2018) وغيرها من الاستحقاقات، والذي يلعب ضمن صفوف نادي ريال مدريد الاسباني وقائد المنتخب الكرواتي (لوكا مودريتش) الذي يبلغ من العمر (37 /عام) فلاحظنا انه عند خروجه من المباريات لغرض التبديل والراحة ويتم استبداله بلاعب اخر عندها تقوم جماهير الفريقين بالوقوف والتصفيق الحار احتراماً وأجلاً للاعب فيعتبرونه رمزاً أيضاً، ولما قدمه من متعة طيلة مسيرته الكروية وتشجيعاً لبقية اللاعبين ليحذوا حذوه ويكملوا البقية، وفي هذه الرسالة نستنبط أن الرياضة رسالة انسانية مهمة وليس مجرد الجري خلف الكرة .



الوضعية الخاطئة للصغار



المقال الرابع

د. حسين علي حسين

إن أسمى النعم هي الصحة، ومن البديهي إن الممارسات الرياضية البدنية منها والحركية لها التأثير الأكبر على الصحة. ولما كانت تلك الممارسات تبدأ مع بداية العمر لدى الأطفال وتظهر جلياً في الوضعيات والحركات التي يقوم بها الصغار كالجلوس، البروك، المسك، الرمي والمشي الخ. ثم تتخذ أشكالاً أكثر تطوراً لتصل لدرجة الحركات المنظمة والتي تؤدي بغرض مُحدد، ومنها لتصبح أكثر نضجاً وتطوراً مُستقبلاً لتصل مرحلة التمرينات والمهارات لاسيما في الرياضات التي تبدأ مع أعمار صغيرة كالسباحة والجمناستك. من هنا تتجلى أهمية مُتابعة الأطفال أثناء أدائهم لوضعياتهم وحركاتهم اليومية وتقويمها لتتخذ أشكالها الصحيحة مما يُكون روابط عصبية عضلية صحيحة لديهم.

فالوضعيات الخاطئة التي يتخذها الطفل قد تُشكل ضرراً عليه ربما يكون دائماً، ومن أكثر تلك الحركات والوضعيات الخاطئة التي يؤديها الأطفال هي ما يتعلق بالجدع والرجلين، وفيما يلي أبرز تلك الوضعيات الواجب الإنتباه اليها وتصحيحها:

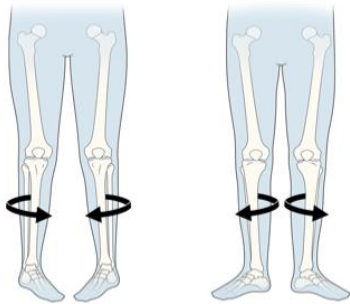
1 وضعية الجلوس W : وهي الوضعية التي يجلس فيها الطفل على مؤخرته مع ثني ركبتيه ووضع القدمين خارج الوركين والتي تظهر على شكل حرف W عند النظر الى الطفل من الأعلى والتي تؤثر سلباً على أربطة مفصلي الركبة.





2 إنحناء الجذع : وهي الوضعية التي يحني بها الطفل ظهره أثناء اللعب أو الرسم والكتابة، بالتالي تقوس العمود الفقري وتحذب الظهر.

3 حني الرأس : والتي يحني فيها الطفل رأسه للأمام لفترات طويلة كالنظر للأسفل أثناء اللعب والتي تؤدي الى خلل في الفقرات العنقية بالتالي سقوط الرأس للأمام.



4 إلتفاف الأقدام : وهي الحالة التي يتعود فيها الطفل على لف قدميه سواءً للخارج أو للداخل مما يؤثر تدريجياً على الشكل التشريحي الطبيعي للقدمين والرجلين على حدٍ سواء.

5 ثبات الوضعية : ويُعنى بها تغيير الوضعية والانتقال لوضعية أخرى وعدم الثبات على وضعية واحدة لفترة طويلة وإن كانت صحيحة.

تحديثات القانون الدولي بكرة اليد (اللعب السلبي)



الاقبال الخامس

أ.د خالد شاكر حسين العوادي

جامعة الكوفة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ان جميع الرياضات بشكل عام تستقطب الجماهير وهذا ما يميز رياضة عن أخرى فنجد ان بعض الرياضات ذات استقطاب جماهيري اكثر من غيرها وهذا يدل على ان الاثارة والمنافسة فيها في اعلى المستويات ونجد أيضا ان التواجد الاعلامي مهم جدا في نشر الألعاب والرياضات وتسويقها وتحقيق التنمية المستدامة وهو الهدف الذي يسعى اليه الجميع .

ومن هنا نجد ان التحديثات المستمرة في قواعد الألعاب الرياضية هو من اجل ان تتطور الألعاب وتصل الى أستقطاب الجماهير والاعلام بكافة اشكاله ، ونجد من غير الواضح للبعض ان أي تحديث في قواعد اللعبة تكون بدايته من خلال الاجتماعات المستمرة بين لجنة المدربين ولجنة الحكام في الاتحادات الدولية لغرض اجراء تعديلات او إضافة بعض القواعد الجديدة الى قوانين وقواعد الألعاب الرياضية وواحدة من الألعاب الجامعية التي تحدث قواعد اللعبة باستمرار هي لعبة كرة اليد حيث نشهد في العشر سنوات الأخيرة تحديثات مستمرة في كافة قواعد اللعبة وواحد من اهم هذه التغيرات في القاعدة السابعة للعب الكرة واللعب السلبي .

بدأ تطبيق عدد محدد من الرميات بعد ان يرفع الحكم إشارة التحذير للعب السلبي في عام 2015 في بطولة كأس العالم للناشئين والشباب وكانت في بداية التعديل ينص على ان الحكم بعد إشارة التحذير يسمح بـ (خمسة الى ثمان) تمريرات وبعد سنة واحدة تم تحديث نفس القاعدة لتصبح ستة تمريرات بعد إشارة التحذير للعب السلبي وبعد مرور خمس سنوات تم تعديل نفس القاعدة لتصبح أربعة تمريرات بعد إشارة التحذير للعب السلبي وهي المعتمدة حاليا والمطبقة في جميع بطولات المحلية والقارية والدولية .



وعليه نجد ان الاهتمام الكبير في تسريع رزم المباريات وتقليل الأوقات التي تهدر إضافة كبيرة جداً للعبة كرة اليد حيث نجد ان الاثارة والتشويق والمنافسة والندية في اعلى مستوياتها وهذا بدأ ينعكس على استقطاب جماهيري كبير للعبة كرة اليد هذا من جهة ومن جهة أخرى نجد ان أساليب اللعب والتدريب والتخطيط قد تغيرت بصورة كبيرة بسبب التحديث في هذه القاعدة حيث نجد ان اغلب الفرق العالمية سرعت من أسلوب بناء الهجمة بصورة كبيرة حتى تتمكن من التسجيل قبل ان يأخذ الحكم القرار برفع اشارة التحذير للعب السلبي وأيضا نجد ان اغلب الفرق قد وضعت عدة حلول تكتيكية لأجل الاستفادة من أربعة تمريرات عند التحذير للعب السلبي وقد تحقق ذلك بالفعل حيث نجد ان اغلب الإشارات للتحذير للعب السلبي قد تم الاستفادة منها في تسجيل اهداف قبل استنفاد عدد التمريرات الأربعة حسب اخر الاحصائيات للبطولة الأخير لكأس العالم بكرة اليد .



دور الاعلام الرياضي في مكافحة ظاهرة المخدرات



الاقبال السادس

م.د ملاذ حيدر احمد

وزارة التربية - الكلية التربوية المفتوحة

تتعرض المجتمعات في اثناء الازمات والحروب الى الكثير من المشكلات والظواهر السلبية والتي تكون ذات تأثير مباشر على الفرد ابرزها ظاهرة المخدرات التي اخذت تهدد كيان أي مجتمع تنتشر فيه وخصوصا المجتمع العراقي الذي اخذت المشكله لديه بالازدياد بشكل خطير بعد الغزو الامريكي عام 2003 والتي انعكست بشتى مجالات الحياة الاجتماعية ، فأصبح لزاما التصدي لهذه الظاهرة الاجتماعية الخطيرة بمختلف الوسائل خاصة الاعلامية لما لها من دور مؤثر وفاعل في مواجهة انتشار المخدرات وتعاطيها والتصدي لآثارها المدمرة من خلال البرامج التثقيفية والتنموية وترسيخ الثقافة والتوعية لدى الشباب ضد انتشار المخدرات وتعاطيها بانواعها .

ولعل من اساسيات الوقاية والعلاج من هذه الآفة تكون عن طريق وسائل الاعلام الرياضي من خلال تنمية حب ممارسة الرياضة في نفوس الشباب حيث تعمل على تسليط الضوء على نماذج مشرقة ومؤثرة من الرياضيين وبيان فوائد الرياضة من الناحيتين الذهنية والبدنية حيث ان الرياضة تكمن اهميتها في الفوائد الصحية والاجتماعية الناتجة عن تلك الممارسة وكذلك بالاهتمام بالرياضة والرياضيين وانشاء النوادي الرياضية في جميع المناطق ، حيث ان الانشطة الرياضية الترويحية لها دور كبير في محاربة آفة المخدرات لدى الوسط الشبابي حيث ان الاهتمام بفئة الشباب يعني الاهتمام بالاجيال ومستقبل المجتمعات ، حيث ان النوادي الرياضية هي إحدى المؤسسات الاجتماعية التي أقامها المجتمع من اجل تحقيق أهداف ثقافية ورياضية واجتماعية ولعل الهدف من إنشاء هذه المؤسسة من اجل خلق إنسان واعي ومفكر في كل الجوانب العقلية والبدنية والاجتماعية ، فالنشاط الذي تقوم به المؤسسات الرياضية يتيح الفرصة للشباب ببناء أجسامهم ووسيلة للتدريب على ممارسة العلاقات الاجتماعية السليمة واكتساب الخلق القويم وتنمية الاتجاهات الديمقراطية الحقيقية ، وممارسة أساليب التعاون المطلوب كما انه يمكن بالتوجيه السليم ربط الأنشطة بالتحصيل الأكاديمي الدراسي وبالتالي تكون هذه الأنشطة دافعا إلى التحصيل والى تنمية القدرات

وتعميق القيم الاجتماعية السليمة وترجمتها إلى أفعال وسلوك للشباب ، لذلك تعد النوادي الرياضية صورة مصغرة لميادين الحياة عامة وما ينبغي ان نركز عليه دور هذه الأندية في محاربة الانحراف .

إن الدور الملقى على عاتق المؤسسات الرياضية كبير في دعم أهداف مؤسسات المجتمع المختلفة في إطار محاربة ظاهرة الانحراف حيث يمكن اكتساب وتنمية مهارات الشباب وتطوير قدراتهم كذلك تنمية شخصية الشباب من خلال غرس القيم الايجابية للشباب وشغل أوقات الشباب بطريقة صحية ومفيدة كذلك الإسهام في إعداد متكامل للشباب روحيا وعمليا وفكريا وجديا وتنمية الثقة بالنفس لأداء واجبهم تجاه بلادهم وأمتهم بالإضافة إلى إدماج الشباب في المجتمع وتشجيعهم على الإبداع والابتكار .

ومن الأمور الهامة التي تقوم بها المؤسسات الرياضية أنها تعمل على تعديل السلوك المنحرف لدى الشباب حيث ان الهدف من الأنشطة الرياضية المختلفة هو إعداد إنسان واعي مثقف متوازن وغرس القيم والأخلاق والقيم وتنمية الابتكار والإبداع ومساعدته على التكيف الاجتماعي وبث روح المحبة والتعاون والترابط بين أبناء المجتمع الواحد إضافة إلى تهذيب نفوس الشباب وتوجيه أفكارهم نحو التائق الإبداع والعمل على إبعاد الأمور السلبية التي تكون ملازمة لبعض الشباب لان هذه الأمور تشجع الشباب على الابتكار والعمل على إبعاد الشباب عن كل ما يشعرون بالإحباط والفشل واليأس وتعتبر عاملا هاما في الحيلولة بينهم وبين الوقوع في مظاهر الانحراف بما فيها تعاطي المخدرات لذلك تعتبر الرياضة دورا أساسيا في بناء الأجسام وتكاملها حيث إن معظم الأندية تشهد تراجع في غياب الجانب الاجتماعي والثقافي في مؤسساتنا والتركيز في اغلب الأندية على الجانب الرياضي فقط وفي العاب رياضية تكون محددة مسبقا .

لذلك يعتبر إهمال الجانب الاجتماعي يعد من الأمور التي تنقص الأندية الرياضية وعلية يجب العمل على تفعيل الدور الاجتماعي لهذه الأندية من خلال العمل على التعاون مع وسائل الإعلام المختلفة من اجل نشر وتوضيح خطورة هذه الظاهرة على الشباب لذلك يجب ملء أوقات الفراغ لدى الشباب بأنشطة رياضية ترفيهية أو ثقافية واجتماعية تبعدهم عن الشعور بالملل والعزلة وإعطاء أهمية للجوانب الاجتماعية التي يكون لها دور في محاربة الانحراف والتقليل منه من خلال ورش العمل والمحاضرات والندوات كما انه يجب عمل نشرات وملصقات تبين خطورة تعاطي المخدرات والمؤثرات الناتجة عن هذه الظاهرة وخطورتها على الشباب وعلى المجتمع كذلك الرجوع إلى الباحثين والمختصين والخبراء النفسيين والاجتماعيين من خلال عمل الندوات واللقاءات من اجل توضيح خطورة المخدرات والعمل على تشجيع الشباب على ممارسة الأنشطة الرياضية والاجتماعية والثقافية لما لها من دور في الحد من انتشار الانحراف بين الشباب .



الحواس (السبعة!) في الرياضة

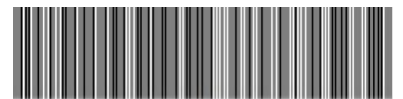
المقال السابع

ا.م.د منتظر صاحب النويني

جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



تعد الحواس المدخل الذي عن طريقه يستطيع الكائن الحي التعرف على الأشياء الموجودة معظمها في عالمه الخارجي وعن طريق الحواس يمكنه التوافق مع الاستجابات المختلفة والمناسبة في البيئة التي يعيش فيها، وقد يعتقد الكثيرون ان الحواس هي خمسة فقط لكن علماء النفس والطب اضافوا حاستين وهي حاسة التوازن والمسؤول عنها الجهاز الدهليزي وحاسة (استقبال الحس العميق)، وفي الوقت الذي تطورت فيه أساليب التدريب الحديثة بكل مجالاتها إلا إنها لم تعطي الجانب العقلي الأهمية الكافية وبالخصوص الاحساسات العاملة في كل لعبة ليتم تدريب وتنشيط تلك الاحساسات والتي لا تقتصر على الحواس الخمسة بل تتعدى ذلك بإحساسات أخرى مثل الإحساس بالتوازن واستقبال الحس العميق والتي يمكن الكشف عنها وعن أكثرها مساهمة ضمن متطلبات اللعبة وخصوصيتها. وفي المجال الرياضي والحركي يعتبر الإحساس في مقدمة العمليات العقلية والذي يعتبر المدخل بين البيئة الخارجية (المثيرات) والجانب العقلي الداخلي الذي يفسر المثيرات وكيفية التعامل معها باستجابات تتلاءم والخبرة الإدراكية للاعب، ومن بين هذه الاحساسات هي الإحساس بالتوازن والذي قد يختلف عن التوازن الديناميكي لأن كل حاسة تعتمد على جهاز ومستقبل حسي معين، واستقبال الحس العميق والذي يعتبر من اهم الاحساسات في المجال الرياضي والتي لم يتم التطرق عنها في بحوث التربية الرياضية وخاصة الرياضيين الاسوياء، ومن الواضح عدم اهتمام أغلب المدربين بالحواس المذكورة قياساً وتدريباً ليتسنى لهم اعداد البرنامج التدريبي الأكثر ملائمة في مختلف الألعاب الفردية والجماعية، علاوة على ضرورة الفصل بين التدريب الفردي والجماعي وفق الفروق الفردية، ومن خلال ماتقدم يظهر لنا جلياً هذا المتغير الجديد (استقبال الحس العميق) والذي قام الباحث بتصميم اختبار خاص به لقياس هذا المتغير للرياضيين الاسوياء (اختبار النويني) حيث تم تصميم هذا الاختبار المهم من خلال دراسته لما بعد الدكتوراه والتي سيتم نشر تفاصيل هذا المتغير في المقالة القادمة لنسلط الضوء على احدث الاهتمامات العالمية المتبعة لتطوير وسائط القدرة الإنجازية في مختلف الميادين الرياضية والتي يفترض الاهتمام بها من قبل الباحثين والمدربين والمختصين لذا كان لنا ان نضع هذه المعلومات في متناول ايديكم لتعم الفائدة للجميع ان شاء الله.



اسلوب TABATA التدريبي



المقال الثامن

م.د منتظر محمد علي

جامعة الكوفة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

يُعدُّ هذا الإسلوب من ابتكار العالم الياباني إيزومي تاباتا في جامعة ريتسوميكان في اليابان إذ كان الهدف من هذا الاسلوب هو معرفة ما إذا كانت التمرينات القصيرة عالية الشدة متبوعة بالراحة القصيرة يمكن أن تجعل الجسم أفضل من التمرين المتواصل المعتدل الشدة ، وان فكرة هذا الاسلوب أن يقوم اللاعب إكمال دورة واحدة تتكون هذه الدورة من أربع دقائق ، اذ يكون العمل فيها لمدة 20 ثانية والراحة 10 ثواني .

وقد تطور إسلوب تاباتا الآن وذلك لاستخدامه مجموعة كبيرة من التدريبات مثل الركض والقفز وركوب الدراجات وغيرها الكثير ، ويمتاز هذا الاسلوب بالمرونة في طريقة عمل التمرينات طالما تم مراعاة فترة العمل للراحة كما هو الحال مع جميع أشكال التدريبات ، إذ يجب الالتزام بمبادئ الأربع دقائق وأن لا يكون زمن التدريب الكلي لهذا الاسلوب اكثر من 20 دقيقة وأن الشيء الرئيسي في هذا الشكل من أشكال التدريب هو أنه يتم الحفاظ على أقصى كثافة في جميع الأوقات من أجل تحقيق النتائج المراد الوصول اليها .

ويمكن تعريف إسلوب التاباتا بأنه احد الاساليب التي يتم خلاله تنفيذ التدريبات بشدد مرتفعة ، اذ يعتمد على ممارسة التمرينات الرياضية لفترات قصيرة تليها فترة راحة ثم معاودة التمرين مرة أخرى في جلسة تمتد من 4 دقائق إلى 20 دقيقة .

وأنَّ اسلوب تدريب تاباتا هو أحد أشكال التدريب عالي الكثافة (HIIT) ، والذي يتكون من ثماني جولات من التمارين عالية الكثافة في فترة اداء 20 ثانية محددة و 10 ثواني راحة للمتقدمين او تدريب 15 ثانية واستراحة 15 ثانية للمبتدئين ، اذ يستغرق الأمر أربع دقائق فقط لإكمال دائرة تاباتا ولكن تلك الدقائق الأربع قد تدفع جسمك إلى أقصى حد له وان تمارين التاباتا هي من أنواع

التدريبات الجديدة التي تساعد على التخلص من الوزن الزائد ، وتزوّدك بالطاقة الضرورية ، كما أنّها تبني العضلات وتُظهر اللياقة .

اذ يساعد أداء التمرينات بكثافة عالية على استهداف مجموعة أكبر من مجموعات العضلات العاملة مقارنة بالتمرينات التقليدية الأخرى ، كما ان تدريب تاباتا لا يساعد فقط على الحفاظ على لياقتك بل يحرق المزيد من السعرات الحرارية في أثناء التدريبات ومن فوائده زيادة القدرة على التحمل لدى الفرد ، حماية الانسجة العضلية وخاصة الأشخاص اللذين يحاولون خسارة اوزانهم ، يساعد على حرق الدهون أذ يرفع تدريب تاباتا عملية التمثيل الغذائي ومعدل ضربات القلب في أي وقت من الأوقات مما يؤدي بدوره إلى زيادة التمثيل الغذائي أثناء الاداء بمستوى عالي من الكثافة ، لذا يجب أن يعمل الجسم بجدية أكبر لمواكبة ذلك وستبقى عملية التمثيل الغذائي مرتفعة ليس فقط في أثناء التمرين ولكن بعد الانتهاء أيضًا هذا يعني أنّ الجسم سيستمر في حرق الدهون طوال اليوم ، ومن اهم مميزات هذا الاسلوب هو توفير الوقت للأشخاص اللذين لا يمتلكون الوقت لقضاء ساعات في صالة الألعاب الرياضية لممارسة الرياضة فهم ليسوا بحاجة إلى الذهاب إلى صالة الألعاب الرياضية أو الحصول على أي معدات خاصة باهظة الثمن لجني فوائد تدريب تاباتا كل ما تحتاجه هو وزن جسمك أو بعض المعدات المنزلية مثل الأثقال ، كما أن هذا أسلوب قصير وبسبب كثافة التمرين العالية لا تحتاج للقيام بذلك كل يوم فالتدريب مرتين في الأسبوع بهذه الطريقة يكفي للحصول على الفوائد .

ومما تجدر الاشارة اليه ان الخطأ الأكثر شيوعاً الذي يقع فيه الأشخاص في تدريب تاباتا هو افتراضهم بأنهم قادرون على التأقلم من خلال التدريب بوتيرة يمكن اعتبارها تعمل بمستوى مرضي ولكنها في الواقع أقل بكثير من أقصى حد ممكن لك ، اذ يجب أن تكون التمرينات بهذا الاسلوب تمرينات شاقة للغاية وإذا كنت لا تشعر بالتعب الشديد وتجاوزت مستوياتك الطبيعية في نهاية تمرين تاباتا ، فأنت ببساطة لم تعمل بكثافة عالية بما يكفي أقصى كثافة هي أقصى ما يمكن أن تقدمه ، وتحتاج إلى العمل على هذا المستوى لمدة 20 دقيقة كاملة لتحقيق أقصى استفادة من هذا النوع من التمرين .

مسرح المناهج في التربية الرياضية (مسرح الطفل)

المقال التاسع

م.د فاطمة كريم نعمة

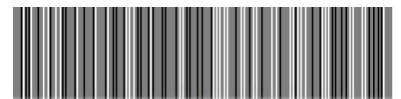
وزارة التربية - الكلية التربوية المفتوحة

fatimhkareem@gmail.com

تعد مسرح المناهج من الوسائل التعليمية الضرورية والمهمة بالنسبة للمتعلمين وخاصة الاطفال فتعمل هذه الطريقة على نقل المعلومة بطريقة مشوقة محبة الى نفس الطفل تتميز بالإثارة والمتعة فريدة من نوعها تختلف عن الطرق التقليدية في التعلم فالمسرح بحد ذاته يصب في مصلحة التعلم فهي طريقة تمزج بين الفن والرياضة لنقل المعلومة بصورة تتميز بالذوق الفني وتحتوي على جمال في إداء الفكرة وغايتها تربوية تعليمية وتكون القالب المناسب الذي يصب فيه المعلم معلوماته وما يريد تعليمه ويجسد تعليمه في صورة محسوسة وينقل المهارات الرياضية التي يتعلمها في الدرس بصورة يقوم بها شخصيات محبة اليه من خلال صوتها ، لغتها البسيطة ، الوانها ومسرح المناهج تتطلب من المعلم اضافة الى معرفته بالمنهج عليه أن يتميز بالذوق الفني الجمالي ويمتلك الاساليب التعبيرية ومن الضرورة جذب وشد انتباه الفئة المتعلمة وخصوصاً إذا كانت من الاطفال "من الضروري أن نمثل للاطفال كما هو ضروري أن نمثل للكبار" ، ومما لاشك فيه أن المسرح الموجه للطفل يحتوي على العناصر الفنية ذات خصوصية درامية وتمثل هذه الخصوصية بدورها الفاعل في العرض المسرحي التعليمي المشوق التي تدفع بخيال الطفل الى تصور أفضل عند إداءه للمهارات الرياضية وتغني معلوماته وتكمن أهمية المسرح التربوية في المشاهدة والاستمتاع والتخاطب فضلاً عن الأهمية النفسية والاجتماعية والثقافية ويجب أن يكون الاسلوب في عرض المهارات بالشكل المسرحي متناسب ومستوى الاطفال ومراحل الطفولة وتثير اهتمامهم ومن الامور التي تدفع الطفل للتعلم الايجابي أن يكون الممثل من اللعب والدمى وتجنب الكثرة في الشخصيات والاحداث وأن تكون المسرحيات مناسبة من حيث طول الوقت حتى لا يشعر الطفل بالملل ويدخل الى المسرح وله الرغبة في التعلم ممزوجة بالمرح والاثارة ويعتبر



النشاط المسرحي من اسرع الانشطة وأبرزها تأثيراً على الاطفال لما يحتويه من بساطة في الاداء الحركي وما يتميز به من الاضاءة والموسيقى والديكورات ويقدم المعلومة بصورة ملموسة محسوسة تخاطب أكثر من حاسة في وقت واحد ويتفوق مسرح الطفل باعتباره وسيلة تعليمية تعمل إيصال المعلومة على الوسائل الأخرى لأنه وسيلة مثيرة للانتباه حية تجذب إدراك الطفل كما أنه نشاط يكتسب الطفل من خلاله الخبرات ومسرح الطفل من الفنون الحديثة العظيمة وهو أقوى معلم وخير دافع لأن التعلم من خلاله لا يتم عن طريق الكتب والحفظ بطريقة مملة مرهقة بل يتميز بالحركة والحماس وتصل بصورة مباشرة الى قلب الطفل ويعتبر أنسب طريقة للتعلم لذا تعتبر مسرحية المناهج من الوسائط التعليمية الناجحة ويعمل على خروج العملية التعليمية من معلومات نشغل بها عقول الاطفال الى خبرات تعليمية يكتسبها الطفل ويتفاعل معها فيعمل مسرح الطفل على ربط التعلم بالفن المسرحي بطريقة فعالة وتبسيط المنهج ومساعدة الاطفال على الاستيعاب وبذلك يكون وسيلة تعليمية متميزة في يد المعلمين وتتجلى قيمة المسرح وفي تحويل المادة العلمية بشكل عام وتعلم المهارات الرياضية بشكل خاص الى عرض مسرحي راقٍ يأخذ طريقه الى شغاف القلب .



مشكلات المعالجة الحسية لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية

Sensory processing problems in children with Intellectual disabilities

المقال العاشر

أ.م.د منى كمال أمين عبد العاطي

كلية علوم ذوي الاحتياجات الخاصة - جامعة بني سويف - مصر

Mona.kamal@ssn.bsu.edu.eg

يتسم الأطفال ذوي الإعاقة العقلية بقصور في القدرات المعرفية ؛ ومن ثم قصور أو عجز عن ممارسة الأنشطة ، والمشاركة. فتعد الإعاقة العقلية اضطراباً عاماً يتسم بقدرات معرفية دون المتوسط وعجز في مجالين أو أكثر من مجالات السلوك التكيفي ، مما يؤثر على أداء الفرد في بيئته. ولا شك أن القصور بالجهاز العصبي المركزي للأطفال ذوي إعاقة العقلية لا يضعف فقط قدراتهم المعرفية ولكنه يؤثر سلباً على وظائفهم الحسية الحركية، والمعالجة الحسية (Van Essen et al., 2006).

وتؤثر الإعاقة العقلية على جميع جوانب النمو ؛ فيعاني المعاقون عقلياً من قصور في القدرات المعرفية ، والحركية واللغوية ، والإجتماعية ، والحسية. ولعل مشكلات المعالجة الحسية من أبرز المشكلات التي يعاني منها المعاق عقلياً فتنتشر مشكلات المعالجة الحسية بين الأطفال ذوي الإعاقة العقلية ، وتساهم في ظهور السلوكيات اللاتكيفية وتضعف قدرتهم على أداء الأنشطة الحياة اليومية والروتين اليومي (Kiani Rogers, et al., 2003). (Wuang et al., 2008). (Parham & maillox, 2001), (and Miller, 2010).

يعتمد الناس على الأنظمة الحسية (الشم- التذوق- اللمس- البصر- السمع- الحس الدهليزي) في استقبال كل ما يتعلق بالمعلومات والمثيرات الموجودة في البيئة ، إذ تعمل هذه الأنظمة على جلب المعلومات للجهاز العصبي المركزي لمعالجتها. فبعض الأفراد لديهم درجة مشكلات حسية عالية للمثيرات ، أي أن بداية استجابتهم للمثيرات الحسية تكون عند مستوى مرتفع ، وهذا يتطلب التعرض لمثيرات حسية مكثفة قبل استقبال المثير وتخزينه ، وقد يدفع ذلك هؤلاء الأشخاص للبحث عن مثيرات حسية إضافية. أما البعض الآخر لديهم درجة مشكلات حسية منخفضة للمثيرات ؛ أي أن بداية استجابتهم للمثيرات الحسية تكون عند مستوى منخفض تسمح لهم بالإحساس وتسجيل المعلومات الحسية ، وربما تسجل الحواس أكثر من مرة.

يعاني الطفل ذا الإعاقة العقلية من عدم قدرة على دمج ومعالجة المعلومات الحسية التي يتلقاها من الأنظمة الحسية ، مما يسبب خللاً في العلاقة المستمرة بين السلوك وعمل الدماغ، وظهور بعض



السلوكيات التي قد تبدو غريباً دون سبب ظاهري واضح. هذه الاضطرابات يمكن أن تحدث في أي أو كل الأنظمة الحسية (Bundy and Murray ، 2002 ، Miller,2007)) وهناك ثلاثة أنواع من مشكلات المعالجة الحسية : مشكلات النمط الحسي (بما في ذلك فرط الاستجابة ونقص الاستجابة والشغف الحسي) والتمييز الحسي والمشكلات الحس حركية (Miller,2005).

فغالبا ما يظهر الأطفال ذوي الإعاقة العقلية زيادة أو نقصان في الإستجابة للمثيرات الحسية بكل أشكالها البصري والسمعي واللمسي والتذوق والحس الدهليزي. ففي الغالب يتجاهلوا بعض الإحساسات مثل الألم والحرارة والبرودة ؛ بينما يظهرون حساسية مفرطة لإحساسات معينة مثل قفل الأذنين تجنباً لسماع صوت قطرات الماء .. الخ ويتجنبوا ان يلمسهم أحد وأحيانا يظهرون استجابات لبعض الاحساسات مثل ردود الفعل المبالغ فيها للضوء والروائح ، وعادة ماتظهر في صورة شدة الإستجابة أو انخفاضها وتعني عدم الإستجابة أو استجابة غير كافية للمثيرات الحسية . كذلك يؤدي الخلل في المثيرات الحسية الي اضطراب في علاقته بالآخرين وعلى مقدار تحمله للمسؤولية ، وعلى أمنه وأمن الآخرين وفي بعض الحالات قد يحتاج بعض الأطفال من ذوي الإعاقة العقلية الي نوع من المراقبة المتقطعة أو الدائمة ، وبعض الإجراءات الخاصة بسلامتهم أو حمايتهم من أخطار يحتمل أن يتعرضوا لها في مجال الحياة اليومية

وتشير نتائج دراسة (مني كمال 2017) (Baranek G.,et al.,2002) (Germak ، carvill,s.2001) (S.,2010) ، (Engel Yeger,2011) ، (Kiani R.,2010) ، (Carvill,2001)) على انتشار مشكلات المعالجة الحسية بين المعاقين عقلياً. ولعل الاضطراب في حاسة الشم هو الأكثر انتشاراً بين الأطفال ذوي الإعاقة العقلية: فتظهر أعراض مثل الابتعاد عن مصدر الروائح ، وضع اليد على الأنف متأذياً من الروائح أو تفضيل بعض الروائح ، والبحث عن الروائح القوية. كما كشفت نتائج البحث الحالي عن معاناة المعاقين عقلياً من مشكلات في حاسة التذوق؛ فنجد الطفل ذو الإعاقة العقلية يستجيب استجابات مختلفة لنفس المذاق ، صعوبات في التمييز بين الحار والبارد أو المالح والحلو أو الساخن والبارد، وصعوبات في التمييز بين النكهات . كما تضيف نتائج البحث الحالي على معاناة الطفل المعاق عقلياً من مشكلات في حاسة اللمس ؛ حيث نجد الطفل المعاق عقلياً من صعوبات في التمييز بين الملامس، الاستجابات المفرطة للمثيرات اللمسية، الصراخ أثناء الاستحمام، كراهية غسيل الأسنان. كما تشير نتائج الدراسات أن الذكور والإناث متكافئون في مشكلات التذوق الشم فكلاهما يعانون بدرجة كبيرة من تلك المشكلات، أما بالنسبة لحاسة اللمس فإن الإناث أكثر اضطراباً من الذكور في معالجة هذه الحاسة.

وبوجه عام يعاني الاطفال المعاقين عقلياً مشكلات في المعالجة الحسية؛ مما يستلزم توجيه برامج تدريبية لهم تزيد من وعيهم بالحواس الخمس ، بشكل يسمح لهم بممارسة حياتهم المعيشية بشكل أقرب إلى الطبيعي.

