

برنامج "متساوون في الرياضة"

فرصة متساوية للأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة لممارسة الرياضة

مركزة المشروع: امه عاصي جبارين

للتواصل: sport.fahm079@gmail.com

رقم الهاتف:

النتوء والعطاء في مجتمع أكثر أخلاقية وقائم على هذه القيم. ندعوك

للانضمام إلى عائلة دافئة، وهو نشاط مثير وهادف، يسعى لتحقيق الذات في

الجانب الرياضي.

ملاحظة: مكان وجود الصور في هذه الصفحات لا يدل بالضرورة على نوعية المشكلة التي يعاني منها الشخص، وقد تم الحصول على موافقة المعنيين لاطهار صورهم في هذا الموقع.

المشروع



مشروع متساوون
في الرياضة هو
مشروع جديد
ومميز بمشاركة
كل من بلدية ام
الفحم ومؤسسة
"الجوينت" ووزارة
الثقافة والرياضة

ويعتبر الأول على مستوى المجتمع العربي، ويهدف لاعطاء الفرص المتساوية والمتكافئة في مجال الرياضة لذوي الاحتياجات الخاصة، والى تجنيد أكبر عدد من ذوي الاحتياجات الخاصة من جيل 15 عاما فما فوق لممارسة الرياضة، كون

هذه الشريحة بعيدة نوعاً ما عن ممارسة اللياقة البدنية، ولعدم وجودهم في مؤسسات ترعى هذا الجانب. كما يهدف هذا المشروع الى دمج هذه الشريحة مجتمعياً وتحسين الفكر الرياضي لديهم وتوعيتهم بأهمية الرياضة لصحتهم.



ويعمل البرنامج التجريبي "متساوون في الرياضة" في خمس سلطات محلية على المستوى القطري في البلاد عامة وهي: بئر السبع، نتانيا، أم الفحم، عكا والمجلس الإقليمي عيمق حيفر، بهدف تسهيل الوصول إلى الأشخاص من ذوي الاحتياجات الخاصة وتشجيعهم على الاندماج في فعاليات رياضية شخصية في المجتمع.

رؤية القسم

يؤمن القائمون على قسم الرياضة في البلدية بتدويت الاستقرار الذاتي، ويرون أهمية كبيرة في الأنشطة التي توفر إطار عمل منتظماً ومستمرأ يساعد على أداء النشاط البدني الرياضي، والحفاظ على نمط حياة نشط وصحي في وقت الفراغ.

هدفنا هو فتح دورات رياضية منتظمة ملائمة للأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة.

جمهور الهدف

يمكن لأي شخص من ذوي الاحتياجات الخاصة أن يشارك في الفعاليات الرياضية التي يختارها بالقرب من مكان سكناه. والمشروع معد للأشخاص الذين تتراوح أعمارهم من 15 عاما فما فوق والبالغون من ذوي الاحتياجات الخاصة.

برنامج العمل



في كل سلطة محلية من السلطات المشاركة في البرنامج، يوجد لدى قسم الرياضة مركز لبرنامج "متساوون في الرياضة" مسؤول عن توفير فعاليات رياضية ملائمة لأي شخص من ذوي الاحتياجات الخاصة، من مهامه تجنيد أكبر عدد من ذوي الاحتياجات الخاصة لفعاليات رياضية، وتجنيد مدربين ومتطوعين وتأهيلهم وإثرائهم، وفتح مجموعات جديدة والاندماج في الدورات الرياضية مع أشخاص بدون إعاقات.

لكل مشارك، سيتم تخصيص النشاط البدني الرياضي المنتظم أو التنافسي، وفقاً لاحتياجاته.

- مجموعة الأشخاص الذين يعانون من مشاكل في النظر

هذه المجموعة يتم تنظيم نوعين من الرياضة خاصة بها وهي:

1. مجموعة كرة الهدف

2. رياضة ملائمة للمكفوفين

فكم من إنسان يرى بعينه ولكن بصيرته لا تجيد مشاهدة الحياة بالشكل الصحيح. فأن تكون مؤثراً وناجحاً لا بد أن ترى ببصيرتك قبل أن ترى ببصرك

نشاط مشترك بين المكفوفين وغير المكفوفين معاً كمجموعة متماسكة

لدى هذه المجموعة تدريب مشترك مرة واحدة في الأسبوع، كل شهرين هناك نزهة في أحضان الطبيعة في جميع أنحاء البلاد بالإضافة إلى أنشطة إثراء.

- مجموعة الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات نفسية وعقلية

هذه المجموعة يمكنها

الانضمام لفريق كرة

قدم، هو "فريق

متساوون"، الفريق

يدمج ذوي



الاحتياجات الخاصة وجمهوراً رياضياً من مشجعي فريق "هبوعيل ام الفحم".

تسعى هذه الدورة لتطوير الرياضة ودمج ذوي الاحتياجات الخاصة فيها، وتسليط الضوء على تقبل الآخر في مجتمعنا.

- الدورات الخاصة بفئة النساء والفتيات من ذوي الاضطرابات النفسية والعقلية

هناك عدة دورات رياضية خاصة بالنساء والفتيات اللاتي يعانين من اضطرابات نفسية وعقلية، من بينها دورة ايروبيكا، حيث تساعد الدورة على تنشيط الدورة الدموية، الحفاظ على لياقة بدنية، تقليل التوتر والإجهاد والقلق والاكتئاب.

كما يسعى برنامج "متساوون بالرياضة" إلى دمج ذوي الاحتياجات الخاصة في دورات تقام في المركز الجماهيري للنساء والرجال على

حد سواء. من هذه الدورات: زومبا، بيلاتس، ايروبيكا، شطرنج، دبكة، كيك بوكس. كما يتم دمج بعض الحالات في دورات سباحة.



- مجموعة الأشخاص ذوي الإعاقات الجسدية يتمتعون بالدورات الرياضية التالية

دورة تنس طاولة ودورة البوتشا وهي رياضة تتطلب مهارات التفكير الاستراتيجي، حيث الهدف منها أن يتمكن الفريق من تحريك أكبر عدد من كراته إلى أقرب نقطة من كرات الفريق المنافس. ويشتمل كل فريق على لاعبين اثنين أو أربعة أو ثمانية على الأكثر. دورة الشطرنج والتي تدمج اشخاصاً مع وبدون إعاقة. تعد لعبة الشطرنج نوعاً من أنواع الرياضة الذهنية أيضاً، حيث اننا نسعى لتشكيل مجموعة من ذوي الاحتياجات الخاصة لممارسة هذه الرياضة.

للاطلاع وتعريفك والتسجيل للمشروع يمكنك الخول على الرابط التالي

اضغط هنا

لمزيد من التفاصيل حول الفعاليات الرياضية المتنوعة للأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة يمكن التواصل مع مركزة المشروع آمنة عاصي جبارين

على بريد الكتروني sport.fahm079@gmail.com