

نوفمبر 2024

# برنامج «لكل القدرات»

تعزير الشمول من خلال  
الأنشطة الرياضية التكيفية

كاثلين بيتس  
ريان موينارد  
سلطانة أفضل

سبيكة شعبان  
لوجان كوكرين  
مها العاكوم

# المحتويات

مقدمة	1
القسم الأول - الإعاقة والمشهد الرياضي في دولة قطر	3
القسم الثاني - برنامج لكل القدرات	6
القسم الثالث - الخاتمة والتوصيات الخاصة بالسياسات	14
ملحق الأنشطة الرياضية التكيفية في قطر	16
شكر وتقدير	17
المراجع	18

في إمكان الرياضة الشاملة للجميع أن تكون قوة هائلة لتحقيق التغيير؛ إذ تؤدي دورًا حيويًا في إظهار أهمية التنوع من خلال التغلب على العوائق والعقبات، وتمكين الأشخاص ذوي الإعاقة وتعزيز تقبلهم وتفهم وضعهم. وترسخ فكرة أن الرياضة حق أصيل للجميع من دون استثناء. ولا شك في أن للرياضة الشاملة فوائد صحية هائلة واسعة النطاق؛ إذ إنّ النشاط البدني المنتظم يقلل من خطر الإصابة بالأمراض غير الانتقالية مثل السكري وأمراض القلب، ويحسن من قوة العضلات ومرونتها<sup>1</sup>. وعلى مستوى الصحة النفسية، تعزز الرياضة من تقدير المرء لذاته، وتشجع على القبول الاجتماعي والشعور بالانتماء إلى المجتمع<sup>2</sup>. وعلى الرغم من هذه الآثار الإيجابية، فإنّ مشاركة الأشخاص ذوي الإعاقة في الأنشطة الرياضية أقل من غيرهم، ويرجع السبب في ذلك عادةً إلى وجود عقبات هائلة تعترض طريقهم في الوصول إلى المرافق الرياضية الشاملة والمنظمة أو المدارة على نحو جيد.

يوثق هذا التقرير رحلة برنامج «لكل القدرات»، وهو مبادرة قطرية متميزة تعمل بوصفها منصة مستدامة لمستقبل الرياضة الشاملة في قطر. وقد حقق البرنامج النجاح بفضل جمعه بين عدة أمور، هي: إشراك ذوي الإعاقة في الأنشطة الرياضية، واعتماد مناهج مبتكرة في تصميم البرامج الرياضية الشاملة وإعدادها، وتهئية بيئة داعمة. ويسلط التقرير الضوء على مواطن القوة والتحديات التي تواجه البرنامج، ويبرز كيف يمكننا، من خلال تصميم برنامج يشرك الأشخاص ذوي الإعاقة انطلاقًا من حقهم الأصيل في المشاركة على قدم المساواة مع غيرهم، أن نصنع إرثًا مستدامًا من التغيير الذي يعزز من تمكينهم ويخدم المجتمع برقته.

وفي ضوء سعي البرنامج للتوسع والتطور، نأمل أن تسهم هيكلية التحويلية القادرة على التغيير في توفير أساس للحكومات والمنظمات في عموم المنطقة لاستنساخه وتوظيف إمكاناتها في إعداد برامج شبيهة تجسد رسالة «الرياضة للجميع».

### معلومات عامة عن الرياضة الشاملة في قطر

بحسب منظمة الصحة العالمية، هناك ما يزيد على 1,3 مليار شخص (واحد من كل ستة أشخاص على مستوى العالم) يعانون إعاقات كبيرة<sup>3</sup>. ويواجه الأشخاص ذوو الإعاقة مجموعة من العقبات إذا أرادوا الحصول على الخدمات والسلع الأساسية، ولا بد من بذل جهود أكبر كثيرًا لضمان قدرة جميع الأفراد على تحقيق أقصى ما لديهم وإطلاق العنان لقدراتهم<sup>4</sup>. ومن هنا، تسعى دولة قطر لتعزيز مجتمع شامل للجميع لا يُقصي أحدًا؛ وهو طموح تأخذ بتوقيعها على اتفاقية الأمم المتحدة لحقوق الأشخاص ذوي الإعاقة في سنة 2007. ويتجلى هذا الالتزام إلى حد أبعد في رؤية قطر الوطنية 2030 وفي أحدث نسخة من استراتيجية التنمية الوطنية. فعلى سبيل المثال، وفي إطار السعي لتعزيز التماسك الاجتماعي، تهدف الاستراتيجية إلى ضمان معيشة كريمة للجميع، وقد وضعت أهدافًا لضمّ ذوي الإعاقة إلى القوى العاملة. ويستلزم تحقيق هذا الهدف مقاربات متكاملة للشمول الاجتماعي، فضلًا عن توفير مسارات محددة وعوامل تمكينية للتوظيف. كما أن هذه الاستراتيجية «رسخت التزامها بتعزيز مشاركة الشباب عبر الأنشطة الرياضية»<sup>5</sup> وحددت عددًا من الأهداف لسنة 2030. ويستعرض هذا التقرير كيف أن تبني برنامج رياضي مجتمعي للأشخاص ذوي الإعاقة يساهم في دعم جهود دولة قطر في تحسين جودة حياتهم، وتعزيز التماسك الاجتماعي بصورة أكبر، وتمكين البلاد من تحقيق طموحاتها المنشودة لسنة 2030.

قادت مؤسسة قطر،\* منذ انطلاقتها، مبادرات رائدة جرى تنفيذها على نطاق واسع في عموم البلاد، وحققت أثرًا إيجابيًا هائلًا. ومن بين هذه المبادرات برنامج «لكل القدرات» الذي يقدم مجموعة متنوعة من الألعاب الرياضية والأنشطة المتصلة بها التي روعي في تصميمها الشمول والملاءمة

\* مؤسسة قطر هي أكبر مؤسسة غير ربحية في قطر برئاسة صاحبة السمو الشيخة موزا بنت ناصر. وهي ملتزمة بتطوير التعليم والبحوث وتحقيق التنمية المجتمعية، والإسهام في بناء رأس المال البشري وإقامة مجتمع المعرفة.

الثقافية. وقد حقق البرنامج نتائج إيجابية ملموسة في حياة المشاركين فيه وعائلاتهم، وأصبح رائدًا في الجهود المبذولة لتوسيع نطاق الرياضات التكوينية في عموم قطر. وفي هذا الإطار، يستند هذا التقرير إلى الدروس المستفادة من برنامج «لكل القدرات»، ويسعى لتقديم توصيات خاصة بالسياسات لتوجيه مساعي تطوير وتنفيذ سياسات وبرامج توفر فرص الرياضة التكوينية لذوي الإعاقة. كما يقدّم معلومات للجهات المعنية في قطاعات التعليم والصحة والرياضة، ويحدد نقاطًا مهمة يجب على المعنيين في مجال الرياضة ومجتمعات ذوي الإعاقة مراعاتها وأخذها في الاعتبار.

أما القسم الثاني من هذا التقرير، فيقدّم نظرة عامة على الإعاقة والمشهد الرياضي في قطر، في حين يستعرض القسم الثالث على نحو مفصل برنامج «لكل القدرات» وبيّن أثره. وختامًا، يقدّم القسم الرابع توصيات عملية خاصة بالسياسات لمن يسعون لاستنساخ برامج الرياضات التكوينية وتحسين أثرها في منطقتنا.

# القسم الأول الإعاقة والمشهد الرياضي في قطر

## نظرة عامة

يعيش على أرض دولة قطر في منطقة الخليج العربي قرابة 2,9 مليون شخص، تبلغ نسبة المواطنين القطريين منهم 13%<sup>6</sup> وتُبرز استراتيجية التنمية الوطنية الثالثة ضمن البند الخامس في النتائج الاستراتيجية الوطنية الذي يتناول جودة الحياة، زيادة معدل المشاركة في الأنشطة الرياضية في عموم البلاد.<sup>7</sup> وتتنظر قطر إلى الرياضة بوصفها وسيلة فاعلة يمكن توظيفها في تعزيز نمط الحياة الصحية، والمساعدة في تقليل العبء المتزايد للأمراض غير الانتقالية بين السكان<sup>8</sup>، إلى جانب تشجيع التغيير السلوكي على مستوى الدولة عمومًا.<sup>9</sup> وقد أسفر هذا التوجه عن إطلاق عدد من المبادرات مثل «البرنامج الأولمبي المدرسي»، واليوم الرياضي للدولة الذي يُحتفل به في 18 ديسمبر من كل عام، فضلًا عن «أسباير زون» التي تأسست لتكون «المدينة الرياضية» في قطر.<sup>10,11</sup>

وفي خطوة غير مسبوقه على مستوى المنطقة، استضافت دولة قطر بطولة كأس العالم لكرة القدم 2022، التي اتسمت بقدرتها على التغيير وخاصة في الإرث المتعلق بالشمول وإمكانية الوصول والإدماج الاجتماعي.<sup>12</sup> وفي عام 2016، أطلقت اللجنة العليا للمشاريع والإرث «منتدى التمكين»، الذي يضم مجموعة متنوعة من الأشخاص ذوي الإعاقة والأطراف المعنية بهدف الإسهام في تصميم تجربة شاملة لجميع المشجعين. وقد أثمر المنتدى عن تحقيق تقدّم واسع النطاق على صعيد البطولة والبنية التحتية ووسائل النقل والخدمات المقدّمة في شتى أنحاء البلاد.

## الأشخاص ذوو الإعاقة في قطر

لا ريب في أنّ تقديم تفسير منطقي لأعداد الأشخاص ذوي الإعاقة يمثّل تحديًا كبيرًا لا يقتصر على قطر وحدها، بل يتعداها إلى عموم الشرق الأوسط.<sup>13</sup> وبحسب آخر بيانات إحصائية، فإن معدل انتشار الإعاقة بلغ نسبة 0,7% في قطر؛<sup>14</sup> أي ما يعادل تقريبًا أقل من عشرين ألف شخص. ويتنوع مفهوم الإعاقة وطرق الإبلاغ عنها بصورة هائلة على مستوى العالم بفعل عدد من العوامل، منها تفاوت المنهجيات، وزيادة الاعتماد على التشخيص الطبي، إلى جانب المعتقدات الثقافية والوصمة الاجتماعية.<sup>15</sup> فضلًا عن أنّ نقص البيانات وعدم اتساقها يؤديان إلى تعميق الاختلاف والتفاوت، نظرًا إلى عدم وضوح العوائق والعقبات؛ ونتيجة لذلك تكون الخدمات الشاملة غير متطورة على نحو كافٍ. ولضمان تحقيق الأجندة الخاصة بأهداف التنمية المستدامة لعام 2030، فمن الضروري ألا نتجاهل أحدًا، وهذا بدوره يستلزم بيانات متنسقة وقوية تكفل وجود برامج وسياسات فاعلة وخدمات مناسبة.<sup>16</sup> وفي هذا الإطار، يمكن توظيف الأبحاث في تحديد الأولويات لاختيار الأساليب المناسبة على جميع المستويات، بما فيها القطاع الرياضي. كما أن من شأن الأدلة المساعدة في تخفيف بعض أوجه الاختلال وتحقيق فوائد متعددة للأشخاص ذوي الإعاقة وللمجتمع بوجه عام.

## سرّ أهمية الرياضة للأشخاص ذوي الإعاقة

ثبت أنّ الرياضة والأنشطة البدنية لها مجموعة هائلة من الفوائد التي تعود على الأشخاص ذوي الإعاقة ومجتمعاتهم.<sup>17</sup> فمن الناحية الفسيولوجية، يمكن أن تحسّن زيادة النشاط البدني اللياقة والقدرة على الحركة، وتقوّي العضلات والعظام، وتقي من الأمراض المزمنة، وتزيد من قدرة الفرد على الاعتماد على نفسه، وتعزز «الثقافة البدنية» والتعلم مدى الحياة من خلال الحركة والنشاط البدني.<sup>18,19</sup> ومن الناحية النفسية الاجتماعية، يُحسّن النشاط البدني من الصحة النفسية، ويقوّي الشعور بالانتماء والقبول، ويؤسس علاقات قوية بين المُرشد والمتعلم، ويتيح فرصًا للتفاعلات

الاجتماعية، ويعيد صياغة التحيزات والتصورات المسبقة تجاه الأطفال والكبار من ذوي الإعاقة، ويشجع على التعامل مع مختلف القدرات والثقافات، ويعزز تقدير الذات، واكتشاف المرء لذاته وثقته بمرونته الاجتماعية.<sup>21,20</sup> كذلك، فإنّ الأنشطة الرياضية الشاملة للجميع والمناسبة من المنظور الثقافي يمكنها إتاحة مسارات للاندماج في المجتمع وإيجاد مجتمع متماسك، ما يدعم على نحو مباشر الاستراتيجية الوطنية الثالثة لدولة قطر.

وعلى الرغم من الفوائد الصحية والاجتماعية، فقد أثبتت الدراسات أنّ غالبية الأشخاص من ذوي الإعاقة البدنية<sup>22</sup> والذهنية<sup>23</sup> لا يشاركون بانتظام في الأنشطة الرياضية؛ ونتيجة لذلك تزيد خطورة إصابتهم بالأمراض غير السارية بواقع ثلاثة أضعاف مقارنةً بغيرهم ممن لا يعانون أيّ إعاقة.<sup>25,24</sup> وتتجلى قلة المشاركة للجنسين بصورة واضحة في مختلف المناطق الجغرافية، وتتجسد في انخفاض عدد الأنشطة المفعمة بالحياة، وقلة التنوع وانخفاض المشاركة في المناسبات الرياضية الرسمية.<sup>26</sup> فعلى سبيل المثال، في واحدة من الدراسات السعودية اتضح أنّ مستوى النشاط البدني لدى 80% من المصابين بالتصلب المتعدد تُراوح ما بين منخفض إلى متوسط.<sup>27</sup> وفي دراسة سعودية أخرى، أخفق نحو 40% من الأشخاص ذوي الإعاقة البدنية في تحقيق أدنى مستوى قياسي للنشاط البدني وفق ما حددته منظمة الصحة العالمية.<sup>28</sup> وبوجه عام، توصلت إحدى الدراسات الأمريكية إلى أنّ 20% فقط من الأطفال الأمريكيين الذين يعانون إعاقات في النمو قد حققوا المستوى الوطني للنشاط البدني لمدة 60 دقيقة يوميًا،<sup>29</sup> بينما في دراسة أخرى أجريت في آيسلندا لم يحقق أيّ طفل المعدل اليومي.<sup>30</sup> وتبيّن الإحصائيات أنّ الأفراد المصابين بالتوحد هم أكثر عرضة لزيادة الوزن أو السمنة بنسبة 40% مقارنةً بأقرانهم الذين ينمون بصورة طبيعية؛ مما يبرز أهمية دعم الأنشطة الرياضية لهم ولذوي الإعاقات الأخرى.<sup>31</sup> وللأسف، فإنّ الأبحاث المعنية بمستويات الأنشطة البدنية للأشخاص ذوي الإعاقة في قطر أو المنطقة محدودة إلى حد ما، وهذا الجانب يستوجب مزيدًا من العناية والانتباه.

**على الرغم من الفوائد الصحية والاجتماعية، فقد أثبتت الدراسات أنّ غالبية الأشخاص من ذوي الإعاقة البدنية والذهنية لا يشاركون بانتظام في الأنشطة الرياضية؛ ونتيجة لذلك تزيد خطورة إصابتهم بالأمراض غير السارية بواقع ثلاثة أضعاف مقارنةً بغيرهم ممن لا يعانون أيّ إعاقة.**



يواجه الأشخاص ذوو الإعاقة عقبات في المشاركة في الأنشطة الرياضية والحصول على الخدمات الترفيهية.<sup>32</sup> ولذا تبرز الحاجة إلى تكييف التصميم والدعم المقدم على نحو يتيح لهم المشاركة. كذلك، هناك تحديات في وضع المزيد من البرامج في مجال الرياضة التكيفية، منها: ضعف الدافع الشخصي وانخفاض الثقة، وتنوع الإعاقات بصورة كبيرة، وكثرة احتياجات الدعم، والوصمة الاجتماعية، وغياب السياسات المناسبة، وعدم تخصيص ميزانية وموارد وفرص مناسبة، ونقص الكوادر التدريبية المؤهلة، وعدم إمكانية الوصول إلى البيئات التدريبية.<sup>35,34,33</sup>

## الأنشطة الرياضية المتاحة في قطر

ينص ميثاق منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة «اليونسكو» على أنّ «ممارسة التربية البدنية، والنشاط البدني، والرياضة حق أساسي للجميع»، ولا بد من إتاحتها لكل إنسان، وبخاصة لذوي الإعاقة.<sup>36</sup> وقد أدركت دولة قطر أهمية الرياضة التكيفية على مدار عقود ممتدة، بداية من سنة 1993 مع انطلاق النادي القطري لرياضة المعاقين.<sup>37</sup> ومنذ ذلك الحين، ظهرت عدة مؤسسات من بينها الاتحاد القطري لرياضة ذوي الاحتياجات الخاصة (الأولمبياد الخاص القطري)، وهو الجهة المسؤولة عن الرياضيين من ذوي الإعاقة ومشاركتهم في المسابقات المحلية والدولية. ويتيح الاتحاد مسارات رياضية لذوي الإعاقة في قطر، ومنذ سنة 1996 وحتى الآن شاركت قطر بعدد قليل جدًا من الرياضيين، وعدد أقل من الرياضيات، في الألعاب الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة، على الرغم من إصرار عدد من الميداليات.<sup>38</sup> ومع ذلك، فإنّ انخفاض نسبة المشاركة لا يشكل أيّ مفاجأة في ظل الفرص الرياضية المحدودة المتاحة حاليًا للأشخاص ذوي الإعاقة.

وفي إطار الخريطة الاستراتيجية الجديدة للفترة 2023-2030، يمضي الاتحاد القطري لرياضة ذوي الاحتياجات الخاصة في رسالته لتطوير الفعاليات والأنشطة الرياضية للأشخاص ذوي الإعاقة، ويمهّد الطريق لتكافؤ الفرص في المشاركة في التدريبات والبطولات الرياضية.<sup>39</sup> وينظّم الاتحاد المهرجان الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة سنويًا لتعزيز الوعي، والاندماج، وتشجيع المزيد من برامج الرياضة التكوينية.<sup>40</sup> وقد ظهرت برامج أخرى للرياضة التكوينية في العقود الأخيرة، ومع ذلك تظلّ الأنشطة الترفيهية التكوينية، والأنشطة الترفيهية بوجه عام، محدودة جدًا (انظر الملحق 1). وهناك قيود أكثر فيما يخص مشاركة الأشخاص ذوي الإعاقة بسبب عدم توافر هذه الأنشطة، ونقص الدعم اللوجستي والتمويل، وعقبات تتعلق باللغة وتوافر الخيارات الملائمة ثقافيًا، وغير ذلك.<sup>41</sup>

# القسم الثاني

## برنامج «لكل القدرات»

### معلومات عن البرنامج

انطلق برنامج «لكل القدرات» في مطلع سنة 2018، وركّز حصرياً على تقديم برامج مكيفة للسباحة وكرة القدم للأطفال والبالغين التوحيديين. وانبثقت فكرة وجود برنامج يقدم الألعاب الرياضية والفرص الترفيهية والاجتماعية الشاملة للأطفال والشباب التوحيديين من توصيات تقرير السياسات الخاص بمؤتمر القمة العالمي للابتكار في الرعاية الصحية «ويش» الذي جاء بعنوان: «التوحد: إطار عمل عالمي»، وشدّد على ضرورة وجود مزيد من فرص الشمول الاجتماعي<sup>42</sup> (يبين الشكل أدناه مراحل تطور البرنامج).

### التطورات المحلية والعالمية التي كان لها أثر في تطوير برنامج «لكل القدرات»

2008

#### رؤية قطر الوطنية لعام 2030

- انطلق رؤية قطر الوطنية لعام 2030 التي تضم بين ركائزها الأساسية ركيزة تتعلق بالتنمية الاجتماعية.

2007

#### التوعية العالمية بالتوحد

- تبنت الجمعية العامة للأمم المتحدة بالإجماع المقترح المقدم من دولة قطر يجعل الثاني من أبريل من كل عام يوماً عالمياً للتوعية بالتوحد.
- وتحتفي مؤسسة قطر بهذا اليوم من خلال مجموعة من الفعاليات التي تهدف إلى إرساء التواصل بين مختلف طوائف المجتمع.

2016

#### نشر السياسات + الطلب المحلي على الخدمات

- أبرز تقرير مؤتمر «ويش» بعنوان «التوحد: إطار عمل عالمي» الأسباب الرئيسية لاضطراب طيف التوحد، والتحديات التي يواجهها الأطفال التوحيديون ودور المجتمعات في توفير الدعم اللازم.
- وبالتوازي مع ذلك، شهدت قطر حملة شعبية قوية نظمتها مجموعة من الأمهات للمطالبة بمزيد من فرص الشمول للأطفال التوحيديين.

#### مدرسة خاصة للطلاب التوحيديين

- افتتحت مؤسسة قطر أكاديمية ريناد، وهي مدرسة مخصصة للأطفال من عمر ثلاث إلى خمس سنوات الذين تُراوح إصاباتهم بطيف التوحد ما بين إصابة خفيفة إلى متوسطة.

#### منتدى التمكين الأول لبطولة كأس العالم لكرة القدم 2022

- تعد بطولة كأس العالم لكرة القدم - قطر 2022 النسخة الأكثر إتاحة في تاريخ البطولة من حيث الوصول المبشر.
- انطلق منتدى التمكين الأول بهدف إشراك الأشخاص ذوي الإعاقة والأطراف المعنية من مجتمع الإعاقة لتصميم تجربة شاملة للجميع.

2017

#### الخطة الوطنية للتوحد

- إطلاق خطة قطر الوطنية للتوحد 2017-2021 التي تشكل خريطة طريق لتحسين حياة الأفراد التوحيديين وذويهم. اعتمدت الخطة على ست ركائز: (1) التوعية الجماهيرية والمهنية. (2) الفحص والكشف المبكر. (3) التشخيص في الوقت المناسب. (4) التدخلات الفعالة. (5) دور المدارس. (6) الانتقال إلى مرحلة البلوغ.

2019

#### إطلاق مؤسسة قطر برنامج «لكل القدرات».

- جرى التوسع في نطاق هذا البرنامج في العام ذاته ليستوعب كل أنواع الإعاقة.

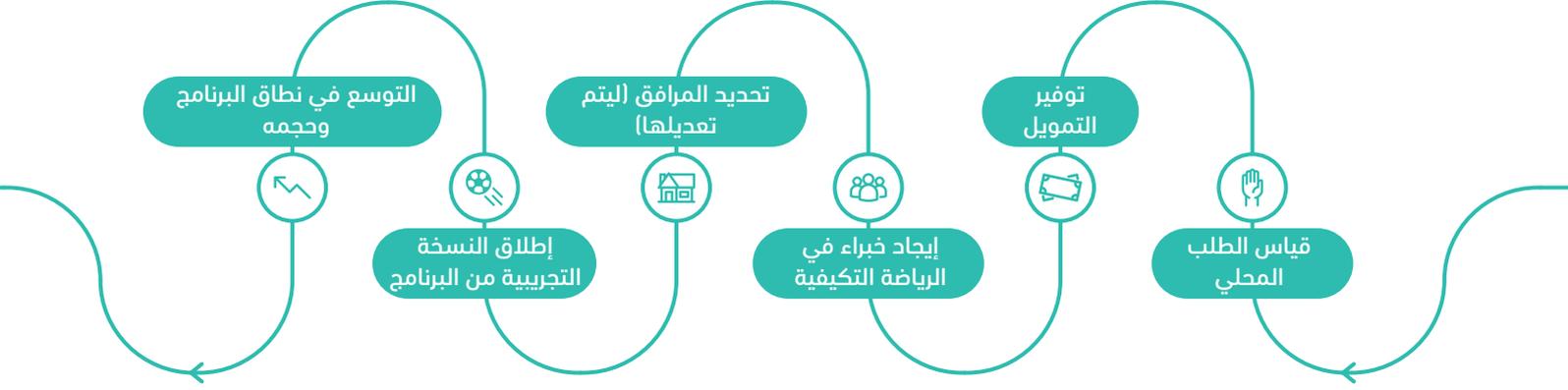
2018

#### برنامج الرياضة لمجتمع التوحد

- تم اعتماد فكرة برنامج رياضي مخصص للأطفال التوحيديين.

وبعد انطلاق البرنامج على مدار فصل دراسي، بات من الجلي أن لديه القدرة على التأثير في قطاعات مجتمعية أكثر؛ ولذا تم التوسع فيه ليشمل كل أنواع الإعاقات من سن 4 سنوات فما فوق.

### تطور برنامج «لكل القدرات» من الفكرة النظرية إلى التنفيذ



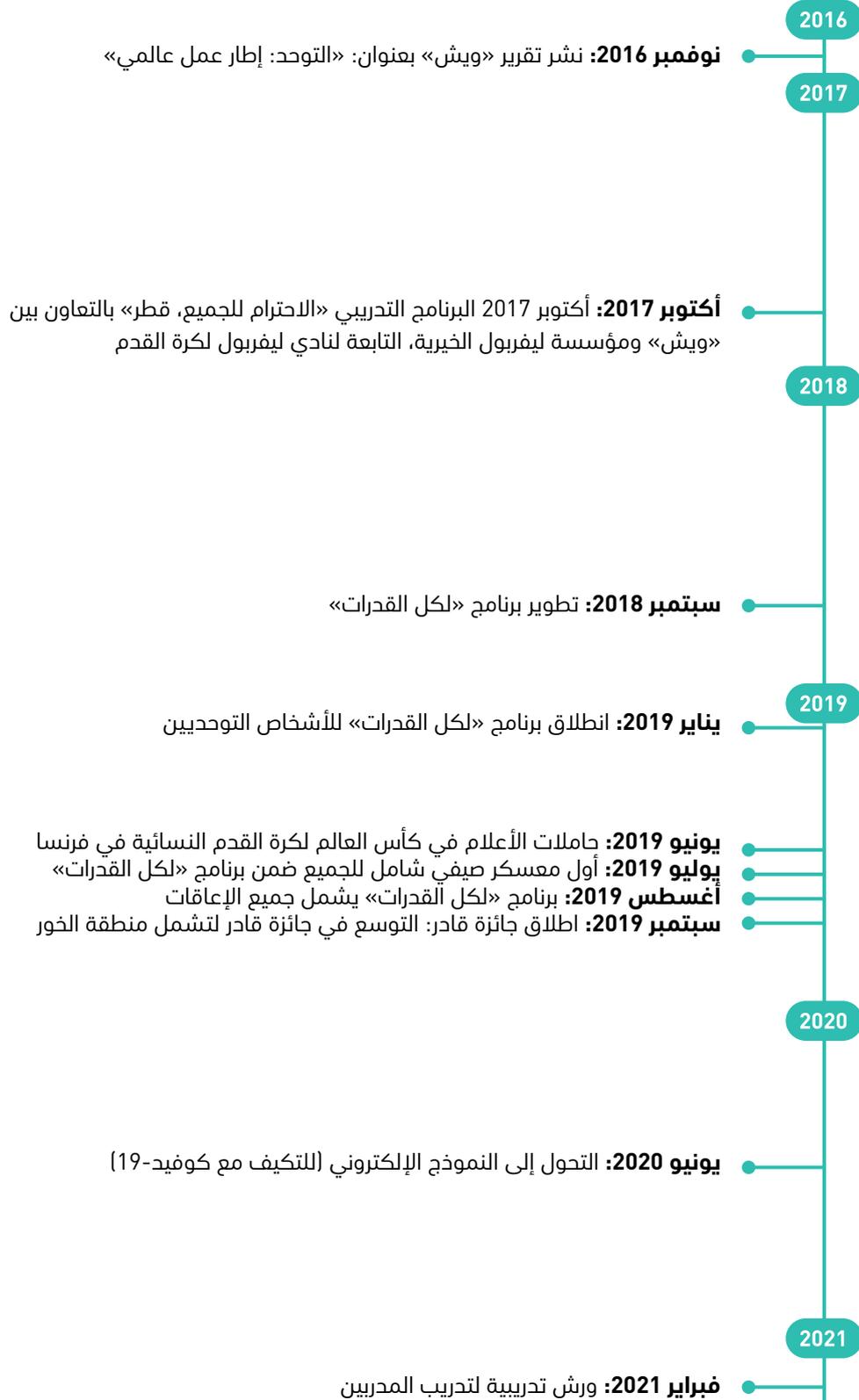
دخل برنامج «لكل القدرات» عامه السادس، وهو يشهد توسعًا سنويًا في نطاقه وجودته وتنوع الخدمات المقدمة لمجتمع ذوي الإعاقة في قطر. وقد بدأ البرنامج بمسار واحد مجتمعي، وقُدّم بسعر مدعوم لتيسير انضمام أفراد العائلات المقيمة في قطر من الناحية المالية. ثم تطوّر البرنامج إلى مسارين إضافيين: مسار في المدارس داخل مؤسسة قطر وخارجها، ومسار بناء القدرات لزيادة فرص الرياضة الشاملة في قطر.

تتضمن جميع اللقاءات المجتمعية مجموعات مصفرة من المشتركين ذوي الإعاقة. ويتولى قيادتهم مدرب أو معلم يعاونه عدد من المساعدين والمتطوعين. ويكون هناك مدرب واحد لكل خمسة مشاركين، إلى جانب ثلاثة من المعاونين أو المتطوعين لبعض الأنشطة مثل كرة القدم. ويتم تنظيم هذه اللقاءات بحسب الفئة العمرية أو القدرات، أو كليهما معًا، وتشمل المشاركين من أصحاب الكراسي المتحركة، والعم، وضعاف البصر، والأطفال والكبار ممن يعانون إعاقات في النمو. أما السباحة فتكون بنظام فردي.

### أصبح برنامج «لكل القدرات» فاعلاً أساسيًا في مشهد الإعاقة في دولة قطر، ويلبّي حاجة مجتمعية ملحة إلى التعليم المبني على الرياضة الشاملة للجميع. وشهد البرنامج نموًا سريعًا، استجابةً للطلب المجتمعي على برامج الرياضة التكيفية في قطر.



وفي النهاية، أصبح برنامج «لكل القدرات» فاعلاً أساسيًا في مشهد الإعاقة في دولة قطر، ويلبّي حاجة مجتمعية ملحة إلى التعليم المبني على الرياضة الشاملة للجميع. وشهد البرنامج نموًا سريعًا، استجابةً للطلب المجتمعي على برامج الرياضة التكيفية في قطر. كما يتولى البرنامج إدارة عدد من الأنشطة المؤثرة المتعددة، ومنها ورش التوعية بالإعاقة والبرامج التدريبية ذات الصلة، وبرامج بناء القدرات المهنية، وبرامج التطوع، وضمان الشمول في الفعاليات، إلى جانب المعسكرات الشاملة للجميع.



## نمو البرنامج: ست سنوات من العمل

سنوات



14,674

ساعة من التواصل

562 مشاركًا مميزًا



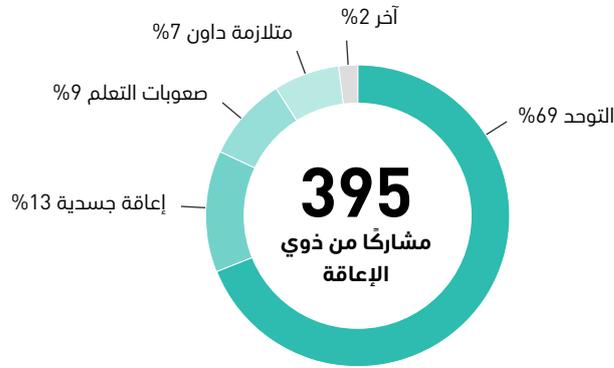
إجمالي الوصول 1,619,046

### البرنامج المجتمعي

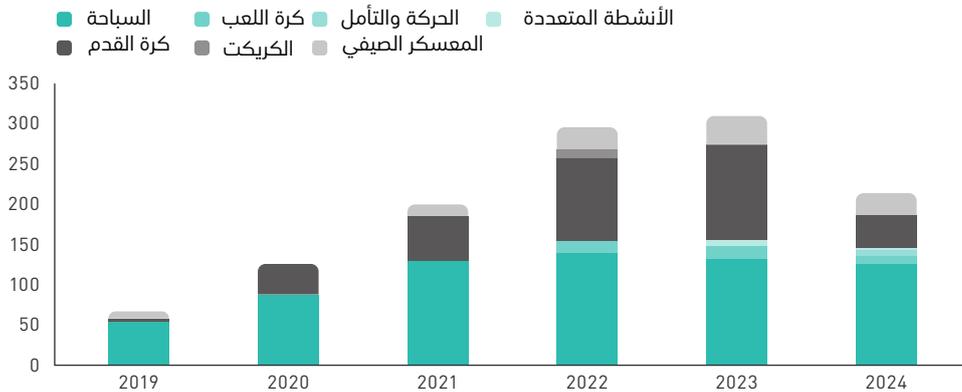
أبرز الإنجازات:

- امتد تأثير برامج الرياضة المجتمعية المقدمة ضمن برنامج «لكل القدرات» ليشمل 395 شخصًا من ذوي الإعاقة من أصحاب القدرات المتفاوتة والمجموعات السكانية المختلفة في قطر، وقرّر كثير منهم الاستمرار في البرنامج بعد تسجيلهم في البرامج الرياضية المجتمعية. ويوفر البرنامج مساحة آمنة ومناسبة لتطوير القدرات الرياضية إلى جانب التنمية الشخصية والمجتمعية.
- تعدّ رياضة كرة القدم التكميلية والسباحة التكميلية من الأنشطة الأساسية التي يفدّهما البرنامج، بينما يعكس التوازن في الحقبة المجتمعية تغيّر القدرة المؤسسية وتطوّر الاحتياجات المجتمعية كل عام.

### الشكل 4: المشاركون في برنامج «لكل القدرات» بحسب فئة الإعاقة



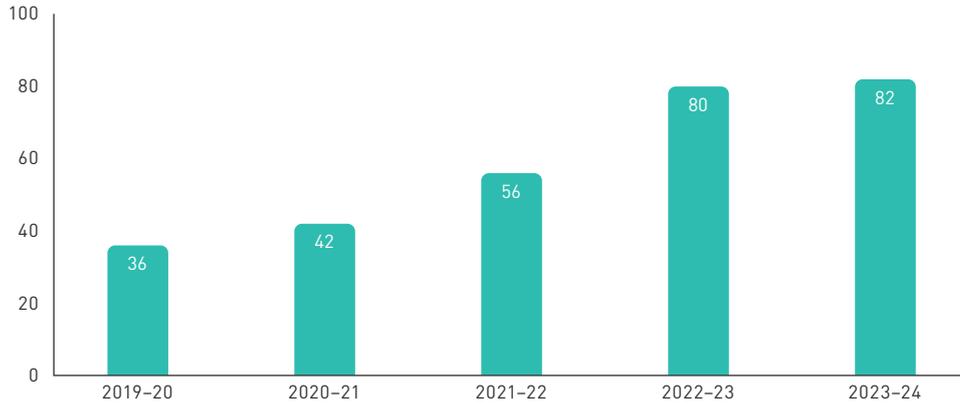
### التطور السنوي في البرامج المجتمعية ضمن برنامج «لكل القدرات»



## جائزة قادر

تعزز جائزة قادر من المقدرة المالية للعائلات التي تحتاج إلى المساعدة من خلال تقديم حزمة برنامج «لكل القدرات» لعدد مختار من العائلات التي تنتمي إلى طبقة اجتماعية واقتصادية متدنية، من دون أيّ مقابل مدة عام دراسي كامل. والهدف من ذلك أن يكون البرنامج في متناول الأشخاص من ذوي الإعاقة الذين تكون فرصتهم محدودة بسبب المقدرة المالية.

### معدل الزيادة في طلبات الحصول على جائزة قادر



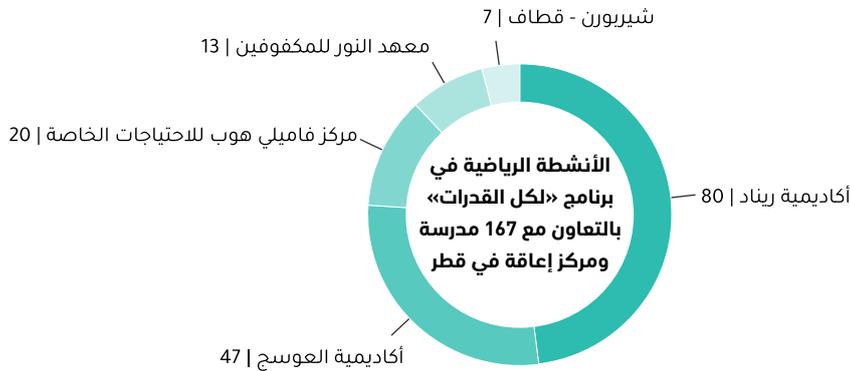
وهناك إقبال متزايد من جانب العائلات على التقدم إلى جائزة قادر كل عام. ويتم تقييم ملف كل متقدم بعناية، ثم اختيار الحاصلين على الجائزة بناءً على وضعهم المالي والفسيولوجي.

### البرامج المقدمة داخل المدارس

أبرز الإنجازات:

- يقدم برنامج «لكل القدرات» عددًا من برامج السباحة وكرة القدم التكميلية لفائدة 167 مشاركًا متميزًا في مدارس متخصصة لمجتمع المكفوفين ولمن لديهم إعاقات نمو.

### الأنشطة الرياضية في برنامج «لكل القدرات» بالتعاون مع المدارس ومراكز الإعاقة في قطر



## برامج بناء القدرات

أبرز الإنجازات:

- يوفر برنامج «لكل القدرات» فرصًا لبناء القدرات على شكل برامج تدريب للتوعية، وورش عمل، ووحدة تدريبية لكرة القدم، وذلك لمدرّبي الألعاب الرياضية في قطر.
- يعمل برنامج «لكل القدرات» على تطوير مناهج منظمة لبرنامج تعليم المدربين، وسيضمن هذا البرنامج ثلاث مستويات من ورش العمل المتخصصة والدورات التدريبية المصممة خصيصًا لمدرّبي السباحة وكرة القدم.
- قدّم البرنامج عددًا من ورش التوعية بالإعاقة لجمهور رياضة السباحة وكرة القدم، فضلًا عن وحدة تعليمية عن التدريب على كرة القدم الشاملة لمدرّبي الألعاب الرياضية بالتعاون مع مؤسسة الجبل المبهر.

76 ورشة توعية في مجال  
كرة القدم التكيفية



44 وحدات تعليمية  
لكرة القدم الشاملة

158

متدرّبًا

38 ورشة توعية في مجال  
السباحة التكيفية

## تحليل مواطن القوة والضعف والفرص والتحديات في برنامج «لكل القدرات»

يُظهر تحليل مواطن القوة والضعف والفرص والتحديات في برنامج «لكل القدرات» حاجة كبيرة إلى البرنامج وطلبًا هائلًا عليه، في ضوء ما له من أثر إيجابي، سواء على مستوى الفرد أو المجتمع. ومع ذلك، يُبرز التحليل جوانب حرجة يمكن أن تهدّد جدواه، إلى جانب الفرص المتاحة أمام الأطراف المعنية للإسهام بدعم هادف لضمان تمتّع الأشخاص ذوي الإعاقة بفرص متكافئة في مجال الرياضة، وصولًا إلى تحسين صحتهم النفسية بوجه عام.

## تحليل مواطن القوة والضعف والفرص والتهديدات في برنامج «لكل القدرات»

### نقاط الضعف

- قوائم انتظار تتجاوز 200 شخص وفترات انتظار تمتد لسنوات، مما يخلق إحباطاً عميقاً بين الراغبين في الانضمام ويؤثر سلباً على سمعة البرنامج داخل المجتمع.
- إجراءات غير فعّالة ونقص في دعم البنية التحتية، مما يستدعي تحسينها لتعزيز الكفاءة والإنتاجية.
- غياب الحضور القوي على وسائل التواصل الاجتماعي مع ضياع فرص كبيرة للتواصل.
- تحديات في الوصول إلى المرافق الرياضية مثل (نقص مواقف السيارات، ممرات غير ملائمة، قلة غرف التبديل المخصصة لأفراد العائلة، ووضع البرنامج كأولوية ثانوية في استخدام المنشآت).
- هيكل تنظيمي محدود يعيق فرص النمو والتطوير.

### نقاط القوة

- سمعة طيبة متميزة تنعكس في الأقبال الكبير على البرامج.
- طلب متزايد للمشاركة في البرنامج.
- خدمات راسخة/ سجل حافل بالنجاح.
- فريق تدريب شغوف ومؤهل ومتفاني.
- برنامج رائد ضمن مبادرات مؤسسة قطر.

### التهديدات

- قلة التمويل وصعوبة جذب الرعاية.
- عدم استقرار عقود الموظفين خاصة للكوادر النسائية وأصحاب الدرجة التاسعة.
- صعوبة الاحتفاظ بالموظفين والمدربين، نقص في الكوادر.
- تأخيرات تشغيلية داخل مؤسسة قطر.
- تأثيرات على السمعة واستدامة العمليات، فقدان المصداقية وعدم القدرة على الاستمرار إذا لم يتم تقديم الدعم اللازم.

### الفرص

- تعددية الأثر: تعزيز التأثير عبر مؤسسة قطر، وداخل قطر، وفي دول مجلس التعاون الخليجي.
- توسيع البرنامج: زيادة عدد المدربين والوصول إلى مناطق جغرافية أوسع.
- شراكات وتعاونات دولية: بناء شراكات للحصول على فرص الرعاية، والتطوير المهني، وتوفير الفرص للمشاركين، وتعزيز العلاقات.
- زيادة إقليمية في تعليم المدربين: تقديم دورات الشهادات التخصصية وتوسيع قاعدة المعرفة في المنطقة.
- تعزيز مكانة وتأثير مؤسسة قطر: إذا توفرت الموارد اللازمة، يمكن للبرنامج أن ينمو ويعزز من تأثير مؤسسة قطر على المستويات المحلية والإقليمية.

## أثر البرنامج

لتقييم أثر برنامج «لكل القدرات»، تعاون مؤتمر «ويش» مع فريق عمل البرنامج سنة 2021 لتصميم استبيان قصير وتوزيعه على قاعدة بيانات أولياء الأمور ومقدمي الرعاية<sup>43</sup>. وسعى الاستبيان إلى دراسة وتقييم تصورات أولياء الأمور/ مقدمي الرعاية عن التغييرات التي حدثت في سلوكيات أطفالهم بوجه عام بعد التسجيل في البرنامج. ويمكن الاطلاع على بعض النتائج في الشكل التالي.

45.9%

لاحظوا أن الطفل أصبح أكثر هدوءاً من المعتاد

55.7%

أظهر الطفل أمارات لزيادة الثقة بالنفس

96.7%

لاحظوا تغيراً إيجابياً في نمو الطفل

تُعدّ عملية جمع البيانات جزءًا مهمًا من التقييم الذاتي لبرنامج «لكل القدرات». وهي عملية متكررة، إذ يتولى فريق البرنامج توزيع استبيان سنوي في نهاية كل عام أكاديمي. وتكون مهمة هذا الاستبيان جمع الآراء وإبراز مجالات الإنجاز، والجوانب التي تحتاج إلى مزيد من التطوير، وتوجيه عملية تنفيذ التطويرات الإضافية التدريجية التي تأتي تلبيةً لاحتياجات المشاركين. كما أن إعداد هذه التقارير السنوية يمثل نقطة مهمة يتم فيها تجميع الشهادات ومقارنتها لفهم الأبعاد المتعددة لأثر هذا البرنامج.

**”يعرف المدربون كيفية التعامل مع ابنتي، وكيفية بناء شخصيتها، ومنحها القوة، ويعرفون نقاط ضعفها وسبل تحسينها، ويساعدوني في التعامل مع ابنتي.“**



**ولي أمر إحدى المشاركات في رياضة السباحة، تبلغ من العمر ثمان سنوات، مصابة بمتلازمة داون**

**”ابني عمّار يعتمد على نفسه الآن، ويمشي ويركض على نحو أفضل. هناك تحسّن كبير بالنسبة إليه. لم يكن في مقدوره التحرك بالكرة في خط متعرج من قبل، وبات قادرًا على ذلك. كذلك أصبح شخصًا ودودًا وأكثر ثقة في التحدث مع الآخرين.“**



**ولي أمر أحد المشاركين في رياضة كرة القدم، يبلغ من العمر 11 سنة، مصاب بالشلل الدماغي**

**”تستخدم ميشيل كرسياً متحركاً طوال الوقت، لذا فإن القدرة على النزول في المياه، والاستمتاع بأمور لم تكن قادرة على فعلها من قبل بصورة طبيعية هي تجربة ممتازة بحق. كانت هذه فرصة رائعة لها ولأسرتنا.“**



**ولي أمر إحدى المشاركات في رياضة السباحة، تبلغ من العمر 13 سنة، مصابة بإعاقات متعددة**

يُبرز برنامج «لكل القدرات» بمختلف مجالاته نهجًا مبتكرًا في تقديم برامج الرياضة التكميلية للأشخاص ذوي الإعاقة، من خلال الجمع بين عدد من المحترفين الخبراء في الرياضة الشاملة، وتوفير التمويل الموجه، والمرافق المجتمعية. كما أن حقبة البرامج التي تشهد توسعًا تدريجيًا تعكس التطوير المتواصل للبرنامج بما يلبي مختلف القدرات، ويكفل له أداء دور على مستوى البلاد في خلق إرث يدوم، وبناء مسارات ملموسة لتشجيع تدابير الشمول وسهولة الوصول لذوي الاحتياجات الخاصة.

# القسم الثالث

## الخاتمة وتوصيات السياسة

### الخاتمة

ثُبت أن النشاط البدني المتزايد والمشاركة في الرياضة الترفيهية، بوجه عام، لهما أثر إيجابي كبير في النمو والتطور. وبالنسبة إلى الأشخاص ذوي الإعاقة على وجه الخصوص، فإن المشاركة في الأنشطة الرياضية مرتبطة بتحسين النتائج الصحية، ويمكنها أن تؤثر في شتى النواحي الوظيفية إيجابيًا. ويعدّ برنامج «لكل القدرات» مؤسسة فريدة من نوعها في قطر، ولا يزال هناك الكثير الذي يمكن فعله، ولا شك في أن الدروس المستفادة من هذا البرنامج والتوصيات الواردة في هذه الدراسة يمكنها أن تساعد في توجيه خطى تصميم المبادرات الشبيهة وتطويرها لتلبية الطلب المتزايد باستمرار على مثل هذه الخدمات في قطر والمنطقة كلها.

### التوصيات الخاصة بالسياسات

في ضوء نقص الفرص والخدمات المتاحة لذوي الإعاقة على مستوى العالم، من الضروري تبادل الأفكار وأفضل الممارسات في هذه الجوانب. وإذا كان من غير الممكن استنساخ البرامج والنماذج بحذافيرها بسبب عوامل تتعلق باختلاف السياقات، مثل اختلاف البيئة أو الثقافة أو التمويل، فإن هناك عددًا من الدروس والتوصيات الرئيسية العامة التي يمكن الخروج بها من برنامج «لكل القدرات» وتفعيلها على مستوى العالم.

**1. البيئة المحفزة:** توظيف الوزارات المختلفة لإيجاد بيئة تكفل تمكين وتحفيز البرامج الرياضية التكوينية أو الشاملة المقدّمة للأشخاص من ذوي الإعاقة في قطر.

(أ) **تحسين عملية جمع البيانات وتحليلها:** إعداد بيانات وإحصائيات شاملة استنادًا إلى تصورات أعمّ للإعاقة، وفهم أفضل لاحتياجاتها المتنوعة. وهذا من شأنه توجيه عملية التخطيط للخدمات والتوسع فيها، وتوفير الموارد اللازمة، وتقديم البرامج الرياضية الموجهة وتوفيرها.<sup>44</sup>

(ب) **الترسيخ المؤسسي لمعايير الوصول إلى المرافق الرياضية:** ترسيخ وتفعيل معايير الوصول في إعداد البرامج وتجهيز البنية التحتية استنادًا إلى أفضل الممارسات العالمية. ومن الضروري تعديل المرافق الرياضية الحالية وتحديثها على نحو يلبي هذه المعايير، ومراعاة متطلبات إتاحة الوصول بالكامل في تصميم أيّ مرافق جديدة. ويمكن استخلاص الدروس المستفادة من الخبرات التي تراكمت خلال التجربة الشاملة لمشجّعي بطولة كأس العالم لكرة القدم التي تضمنت مرافق تلبي الاحتياجات الخاصة، وتتسم بالمرونة وتوفير الراحة، والواقعية.<sup>45</sup>

(ج) **تحفيز البرامج الرياضية الشاملة للجميع:** توفير الحوافز التي تضمن إعداد برامج تقدّم نموذج الرياضة الشاملة التكوينية لضمان أكبر قدر من الشمول وإتاحة الوصول.

(د) **تدبير الأجهزة الرياضية المتخصصة:** تيسير عملية شراء المعدات الرياضية المتخصصة التي تحتاج إليها برامج الرياضة التكوينية وتدريبها وتوزيعها.

**2. الشراكات الخارجية:** الاعتماد على خبرات وتجارب مجموعات الإعاقة المتنوعة، والوزارات المعنية، والكيانات الحكومية، والمنظمات الأهلية، والشركات الخاصة، والمشاريع المجتمعية، للتعاون في تصميم حلول تكفل قدرًا أكبر من الاستفادة للرياضة التكوينية.

(أ) **تطوير آليات تمويل استراتيجية:** تُعدّ الاستدامة المالية أحد العوامل الأساسية لضمان المرونة والاستمرارية والتأثير.<sup>46</sup> ومن المنظور المثالي، ينبغي تمويل البرامج عبر مسارات تمويل منتظمة كجزء من التخطيط السنوي للأعمال. وإذا كان هذا غير ممكن عمليًا، فمن الضروري تقييم فرص التمويل الخارجي المبتكرة، بما في ذلك مسارات المسؤولية المجتمعية للشركات. ومن الضروري كذلك دراسة إمكانية إنشاء مسارات تمويلية استراتيجية مخصصة للبرامج التي تستهدف بناء القدرات الرياضية داخل مجتمع الإعاقة المحلي.

(ب) **تعزيز الممارسات الشاملة للجميع في الأنشطة الرياضية الاحترافية:** يستلزم هذا من النوادي الرياضية الاحترافية والكيانات التنظيمية المحلية وشركات الأعمال الخاصة أن تتبنى الممارسات الشاملة لجميع الأشخاص من ذوي الإعاقة. وينبغي لمقدمي البرامج الرياضية التعامل مع العوامل المقيدة من خلال تطوير الدعم المجتمعي، وتدريب المعدات المناسبة لذوي الاحتياجات الخاصة، وضمان الشمول المالي، والدعوة إلى توفير مزيد من خيارات النقل والمواصلات المناسبة وذلك بغية توفير الفرص القادرة على إحداث التحول المنشود من خلال هذه البرامج.<sup>47</sup> ولا بد من أن تعتمد البرامج والمرافق على الأدلة، وتتم مراجعتها دوريًا (وليكن كل ثلاث سنوات مثلًا).

3. **تحسينات على مستوى البرامج:** ينبغي بذل الجهود المتواصلة لتعزيز برنامج «لكل القدرات» وتقويته بما يضمن بقاءه نموذجًا رائدًا لمقدمي البرامج الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة يتعلمون منه ويشاركون أفضل الممارسات المتبعة محليًا.

(أ) **زيادة الاستثمار في الموارد البشرية:** تخصيص الوقت والموارد اللازمة لإيجاد المدربين المناسبين وتوظيف المتطوعين. وتعتمد فاعلية البرنامج على نوعية الأفراد المشاركين.

(ب) **تقييم الأثر والفاعلية:** من الضروري إجراء تقييم مستمر لأثر البرامج وفعاليتها. ويُعدّ التقييم المتواصل وجمع البيانات باستمرار أمرًا ضروريًا لإرساء المصداقية، وتأمين التمويل المستدام، وإبرام شراكات جديدة.

(ج) **تعزيز بناء القدرات:** بالنسبة إلى البرامج التي تشهد إقبالًا كبيرًا وطلبًا هائلًا، من الضروري التركيز على بناء القدرات لضمان تكافؤ فرص الوصول إليها لمن يحتاج إليها، ولضمان استمراريته فترة طويلة. كما أن البرامج التدريبية وإبرام اتفاقيات التعاون مع شبكات منسقي الاحتياجات التعليمية الخاصة، والاستعانة بالمتطوعين وتدريبهم، ووجود مراكز تنمية المهارات بصفة منتظمة، كل هذا من شأنه توفير التدريب اللازم وتعزيز الثقة والمعرفة لدى المدربين الرياضيين.<sup>48</sup>

(د) **إدراج الوحدات التدريبية لبرنامج «لكل القدرات» في المقررات الدراسية:** يمكن التوسع في نشر وحدات الشمول والتوعية التي أعدها البرنامج لتشمل البرامج الجامعية والمراكز التدريبية، والمقار الرياضية. وهذا من شأنه أن يعود بفائدة كبيرة على البرامج الحالية مثل كالجوربوس العلوم في التدريب الرياضي في جامعة قطر، وفي الوقت نفسه يُقدّم البرنامج مقرّرًا ثانويًا في التدريب الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة، إلى جانب ماجستير العلوم في إدارة الأنشطة الرياضية والفعاليات الذي تقدمه جامعة حمد بن خليفة.

4. **ضمان دمج برامج الرياضة التكميلية في برامج مؤسسية أوسع نطاقًا:** من الضروري التعامل مع أيّ معارضة ممكنة للدمج والتكامل عبر إبرام اتفاقيات مع المنظمات الرياضية لتحسين البرامج المعروضة المعدة بصورة جيدة وتناسب ذوي الإعاقة من خلال أشكال متخصصة تشمل كل القدرات وتستوعب كل الإعاقات.<sup>49</sup>

## ملحق الأنشطة الرياضية التكميلية في قطر

سنة التأسيس	مقدم الرياضة	نوع الرياضة	الفئة المستهدفة
2012	الرياضات المائية الحرة	رياضة السباحة والغطس	كل الإعاقات، 4 سنوات فما فوق
2013	دوري قطر للصغار: فئة التحدي (البيسبول)	البيسبول	جميع الإعاقات، الأطفال والشباب
2018	برنامج "لكل القدرات"	السباحة، كرة القدم، كرة اللعاب، برنامج الأنشطة المتعددة، وغير ذلك	كل الإعاقات، 4 سنوات فما فوق
2021	مركز رياضة الكريكت للصم في قطر	الكريكت	الصم/الإعاقة السمعية، الشباب والكبار

المصدر: مجلة مرعبا (2017)؛ دوري قطر للصغار (بلا تاريخ)؛ مجلة Qatar Tribune (2021).

## شكر وتقدير

قام بإعداد التقرير كلٌّ من:

- **سبيكة شعبان**، جامعة حمد بن خليفة
- **لوجان كوكرين**، جامعة حمد بن خليفة
- **مها العاكوم**، مؤتمر القمة العالمي للابتكار في الرعاية الصحية «ويش»، مؤسسة قطر
- **كاثلين بيتس**، مؤسسة قطر
- **ريان موينارد**، مؤسسة قطر
- **سلطانة أفضل**، مؤسسة قطر

ويطيب لنا أن نتوجه بالشكر والتقدير إلى **سليم سلامة** و**ديدي طومسون** من فريق عمل «ويش» على دعمهما وتوجيهاتهما التحريرية في إخراج هذا التقرير.

يتحمل المؤلفون وحدهم مسؤولية أي خطأ أو سهو ورد في التقرير.

- 1 Shephard RJ. Benefits of Sport and Physical Activity for the Disabled: Implications for the individual and for society. *Scandinavian Journal of Rehabilitation Medicine*. 1991; 23 (2): 51-59.
- 2 Zheng L et al. The Effect of Physical Activity on the Quality of Life of Athletes with Disabilities and the Mediating Role of Life Satisfaction and Physical Self-esteem. *Acta Psychologica*. 2023; 240: 104044. [doi.org/10.1016/j.actpsy.2023.104044](https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2023.104044) [Accessed 2 September 2024].
- 3 World Health Organization. *Disability: Key facts*. Geneva: World Health Organization; 2023. <https://bit.ly/3Cp9ctx> [Accessed 2 September 2024].
- 4 United Nations Department of Economic and Social Affairs. *Disability and Development Report: Realizing the Sustainable Development Goals by, for and with Persons with Disabilities*. New York: United Nations Department of Economic and Social Affairs; 2018. <https://bit.ly/4fxCjcv> [Accessed 2 September 2024].
- 5 Planning and Statistics Authority. *Third Qatar National Development Strategy 2024–2030*. Qatar National Vision and Planning and Statistics Authority; 2024. <https://bit.ly/4ac4b2W> [Accessed 2 September 2024].
- 6 Mills A. Qatar population surges 13.2% in year leading up to World Cup. *Reuters*. 9 October 2022. <https://bit.ly/3YRpq7B> [Accessed 2 September 2024].
- 7 Planning and Statistics Authority. *Third Qatar National Development Strategy 2024-2030*. Qatar National Vision and Planning and Statistics Authority; 2024. <https://bit.ly/4ac4b2W> [Accessed 2 September 2024].
- 8 Doraiswamy S et al. Scoring Lifestyle Medicine Goals with FIFA 2022: An Opportunity to Strike Big! *American Journal of Lifestyle Medicine*. 2022; 16 (1): 155-159. [doi.org/10.1177/15598276211026590](https://doi.org/10.1177/15598276211026590) [Accessed 2 September 2024].
- 9 Ishac W and Swart K. Social Impact Projections for Qatar Youth Residents from 2022: The case of the IAAF 2019. *Frontiers in Sports and Active Living*. 2022; 4. [doi.org/10.3389/fspor.2022.922997](https://doi.org/10.3389/fspor.2022.922997) [Accessed 2 September 2024].
- 10 Al-Thani T. The Relationship Between Physical Education and Cognitive Development of Preschool Children. *Journal of Educational and Developmental Psychology*. 2022; 12 (2), Article 2. [doi.org/10.5539/jedp.v12n2p83](https://doi.org/10.5539/jedp.v12n2p83) [Accessed 2 September 2024].
- 11 Brannagan PM and Grix J. Nation-state Strategies for Human Capital Development: The case of sports mega-events in Qatar. *Third World Quarterly*. 2023; 44 (8): 1807-1824. [doi.org/10.1080/01436597.2023.2200159](https://doi.org/10.1080/01436597.2023.2200159) [Accessed 2 September 2024].

- 12 FIFA. *Sustainability: Wider accessibility in Qatar*. Switzerland: FIFA. <https://bit.ly/4emeAem> [Accessed 2 September 2024].
- 13 Pineda VS et al. *Ensuring Rights in Development*. Open Hands Initiative and Victor Pineda Foundation; 2011. <https://bit.ly/3UDjGM6> [Accessed 2 September 2024].
- 14 Planning and Statistics Authority. *Qatar Census 2020 Detailed Results: Disability Characteristics*. Planning and Statistics Authority; December 2020. <https://bit.ly/3Uzt6s8> [Accessed 2 September 2024].
- 15 Groce N. Cultural beliefs and practices that influence the type and nature of data collected on individuals with disability through national census. In Altman BM and Barnartt SN (eds.). *International Views on Disability Measures: Moving Toward Comparative Measurement* (Vol. 4, pp. 41–54). Bingley, UK: Emerald Group Publishing Limited; 2006. [doi.org/10.1016/S1479-3547\(05\)04004-2](https://doi.org/10.1016/S1479-3547(05)04004-2) [Accessed 2 September 2024].
- 16 Abualghaib O et al. Making Visible the Invisible: Why disability-disaggregated data is vital to “leave no-one behind.” *Sustainability*. 2019; 11 (11): 3091. [doi.org/10.3390/su11113091](https://doi.org/10.3390/su11113091) [Accessed 2 September 2024].
- 17 Borland RL et al. Effects of Physical Activity on Behaviour and Emotional Problems, Mental Health and Psychosocial Well-Being in Children and Adolescents with Intellectual Disability: A systematic review. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*. 2022; 35 (2): 399-420. [doi.org/10.1111/jar.12961](https://doi.org/10.1111/jar.12961) [Accessed 2 September 2024].
- 18 Aspetar Orthopaedic and Sports Medicine Hospital. *Qatar National Physical Activity Guidelines*. 2nd ed. Qatar: Aspetar Orthopaedic and Sports Medicine Hospital; 2021. <https://bit.ly/4hKxL4C> [Accessed 2 September 2024].
- 19 UNESCO. *International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport*. Paris: UNESCO; 2015. <https://bit.ly/4hCvgRB> [Accessed 2 September 2024].
- 20 Alhumaid M et al. Insider Perspectives on Saudi Arabia’s Fakher Disability Sports Programme. *Sustainability*. 2022; 14 (17): 10706. [doi.org/10.3390/su141710706](https://doi.org/10.3390/su141710706) [Accessed 2 September 2024].
- 21 UNESCO. *International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport*. Paris: UNESCO; 2015. <https://bit.ly/4hCvgRB> [Accessed 2 September 2024].
- 22 Jaarsma EA et al. Barriers to and Facilitators of Sports Participation for People with Physical Disabilities: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 2014; 24 (6): 871-881. [doi.org/10.1111/sms.12218](https://doi.org/10.1111/sms.12218) [Accessed 2 September 2024].
- 23 Harada CM et al. Promoting Social Inclusion for People with Intellectual Disabilities Through Sport: Special Olympics International, global sport initiatives and strategies. *Sport in Society*. 2011; 14 (9): 1131-1148. [doi.org/10.1080/17430437.2011.614770](https://doi.org/10.1080/17430437.2011.614770) [Accessed 2 September 2024].

- 24 Ma Y et al. Exploring Physical Activity in Children and Adolescents with Disabilities: A bibliometric review of current status, guidelines, perceived barriers, and facilitators and future directions. *Healthcare*. 2024; 12 (9): 934. [doi.org/10.3390/healthcare12090934](https://doi.org/10.3390/healthcare12090934) [Accessed 2 September 2024].
- 25 Schmid SM et al. Physical Activity & People with Disabilities: A qualitative process and outcome pilot evaluation of the non-profit organization AccesSurf Hawai'i. *Hawai'i Journal of Medicine & Public Health*. 2019; 78 (2): 52-60.
- 26 Ma Y et al. Exploring Physical Activity in Children and Adolescents with Disabilities: A bibliometric review of current status, guidelines, perceived barriers, and facilitators and future directions. *Healthcare*. 2024; 12 (9): 934. [doi.org/10.3390/healthcare12090934](https://doi.org/10.3390/healthcare12090934) [Accessed 2 September 2024].
- 27 Alkahtani RF. Physical Activity Assessment Among Patients with Multiple Sclerosis in Saudi Arabia. *Neurosciences*. 2023; 28 (4): 243-249. [doi.org/10.17712/nsj.2023.4.20230024](https://doi.org/10.17712/nsj.2023.4.20230024) [Accessed 2 September 2024].
- 28 Said MA and Alhumaid MM. Appraising the Physical Activity Levels of Saudis with Physical Disabilities: Effects of Disability Type, Mobility Assistive Devices, and Demographic Factors. *Healthcare*. 2024; 12 (9): 937. [doi.org/10.3390/healthcare12090937](https://doi.org/10.3390/healthcare12090937) [Accessed 2 September 2024].
- 29 Case L et al. Physical Activity Guideline Compliance Among a National Sample of Children with Various Developmental Disabilities. *Disability and Health Journal*. 2020; 13 (2): 100881. [doi.org/10.1016/j.dhjo.2019.100881](https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2019.100881) [Accessed 2 September 2024].
- 30 Einarsson ÍÓ et al. Differences in Physical Activity among Youth with and without Intellectual Disability. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. 2015; 47(2): 411. [doi.org/10.1249/MSS.0000000000000412](https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000000412) [Accessed 2 September 2024].
- 31 MacDonald M et al. The Physical Activity Patterns of Children with Autism. *BMC Research Notes*. 2011; 4(1): 422. [doi.org/10.1186/1756-0500-4-422](https://doi.org/10.1186/1756-0500-4-422) [Accessed 2 September 2024].
- 32 Moran TE and Block ME. Barriers to Participation of Children with Disabilities in Youth Sports. *TEACHING Exceptional Children Plus*. 2010; 6 (3). [eric.ed.gov/?id=EJ879597](https://eric.ed.gov/?id=EJ879597) [Accessed 2 September 2024].
- 33 Al-Harashsheh ST et al. Inclusion of Persons with Disability in Sport, Part 1: Rights and challenges in Qatar. *British Journal of Sports Medicine*. 2022; 56 (22): 1257-1258. [doi.org/10.1136/bjsports-2022-106224](https://doi.org/10.1136/bjsports-2022-106224) [Accessed 2 September 2024].
- 34 Darcy S et al. Enabling Inclusive Sport Participation: Effects of disability and support needs on constraints to sport participation. *Leisure Sciences*. 2017; 39 (1): 20-41. [doi.org/10.1080/01490400.2016.1151842](https://doi.org/10.1080/01490400.2016.1151842) [Accessed 2 September 2024].
- 35 National Center on Health, Physical Activity and Disability. *Physical Activity and Sport in Youth with a Disability*. Birmingham, Alabama: National Center on Health, Physical Activity and Disability; 2023. <https://bit.ly/3AtA2QM> [Accessed 2 September 2024].

- 36 UNESCO. *International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport*. Paris: UNESCO; 2015. <https://bit.ly/4hCvgRB> [Accessed 2 September 2024].
- 37 Swart K. The Paralympic Movement in Qatar. Qatar: Josoor Institute – Knowledge Hub; 2021. <https://bit.ly/4faAuTe> [Accessed 2 September 2024].
- 38 Neves J. Inclusion of Persons with Disability in Sport, Part 2: Best practices and policy recommendations from Qatar. *British Journal of Sports Medicine*. 2022; 56(22): 1259-1260. [doi.org/10.1136/bjsports-2022-106225](https://doi.org/10.1136/bjsports-2022-106225) [Accessed 2 September 2024].
- 39 Qatar Olympic Committee. *Qatar Olympic Committee Strategy Map 2023-2030*. 2023. <https://bit.ly/4faAyCs> [Accessed 2 September 2024].
- 40 Ministry of Development Planning and Statistics. *Qatar's Fourth National Human Development Report: Realising Qatar National Vision 2030: The Right to Development*. Ministry of Development Planning and Statistics; 2015. <https://bit.ly/4eemzKr> [Accessed 2 September 2024].
- 41 Neves J. Inclusion of Persons with Disability in Sport, Part 2: Best practices and policy recommendations from Qatar. *British Journal of Sports Medicine*, 56(22), 1259-1260. 2022. [doi.org/10.1136/bjsports-2022-106225](https://doi.org/10.1136/bjsports-2022-106225) [Accessed 2 September 2024].
- 42 Munir K et al. Autism: A Global Framework for Action. Qatar: World Innovation Summit for Health. 2016
- 43 El Akoum M et al. Road to Success: Lessons from the Qatar Foundation Ability Friendly Program. *BMJ Innovations*. 2023; 9(0): 109-115. [doi.org/10.1136/bmjinnov-2021-000928](https://doi.org/10.1136/bmjinnov-2021-000928) [Accessed 2 September 2024].
- 44 Al-Harashsheh ST. Inclusion of Persons with Disability in Sport, Part 1: Rights and Challenges in Qatar. *British Journal of Sports Medicine*, 56(22), 1257-1258. 2022. [doi.org/10.1136/bjsports-2022-106224](https://doi.org/10.1136/bjsports-2022-106224) [Accessed 2 September 2024].
- 45 El Akoum M and Dyer M. *Accessible by Design: Building a Legacy of Inclusion*. Qatar: World Innovation Summit for Health; 2022. <https://bit.ly/4fAc7hh> [Accessed 2 September 2024].
- 46 Alhumaid MM et al. Insider Perspectives on Saudi Arabia's Fakher Disability Sports Programme. *Sustainability*. 2022; 14 (17): 10706. [doi.org/10.3390/su141710706](https://doi.org/10.3390/su141710706) [Accessed 2 September 2024].
- 47 Darcy S et al. Enabling Inclusive Sport Participation: Effects of disability and support needs on constraints to sport participation. *Leisure Sciences*. 2017; 39 (1): 20-41. <https://doi.org/10.1080/01490400.2016.1151842> [Accessed 2 September 2024].
- 48 Moran TE and Block ME. Barriers to Participation of Children with Disabilities in Youth Sports. *TEACHING Exceptional Children Plus*. 2010; 6 (3). [eric.ed.gov/?id=EJ879597](https://eric.ed.gov/?id=EJ879597) [Accessed 2 September 2024].

- 49 Hammond AM et al. Enactments of Integrated, Disability-Inclusive Sport Policy by Sporting Organizations. *Sociology of Sport Journal*. 2021; 39 (1): 35-46. doi. [org/10.1123/ssj.2020-0151](https://doi.org/10.1123/ssj.2020-0151) [Accessed 2 September 2024].

# شركاء البحوث

وزارة الصحة العامة  
Ministry of Public Health  
دولة قطر • State of Qatar



تتقدم مبادرة « ويش » بخالص الشكر والتقدير لوزارة الصحة العامة على الدعم الكبير



Cicely Saunders  
International  
Better care at the end of life



