

نموذج

اجابة الامتحان التحريري في المقرر الدراسي التربية الحركية اعداد دكتور

محسن حسيب السيد
احمد شوقي محمد



جامعة بنها

كلية التربية الرياضية

قسم المناهج وطرق التدريس

المقرر: التربية الحركية

الدرجة: ٧٠ درجة

اليوم: الثلاثاء

الفرقة الأولى (نظام حديث)
الفصل الدراسي الثاني
التاريخ: ٢٠١٤ / ٦ / ٢
العام الجامعي: ٢٠١٣ / ٢٠١٤
الزمن: ساعتان
الفترة الزمنية: ٩.٣ - ١١.٣٠

اسم الطالب رباعيا:رقم الجلوس:

ملحوظات هامة: يجب قراءة هذه التعليمات بدقة قبل بدء الإجابة على أسئلة هذا الامتحان

- يراعى الزمن المقترح للإجابة على كل سؤال + ١٠ دقائق مراجعة

- يراعى الإجابة عن فقرات كل سؤال في صفحات مستقلة

- عدم إجابة السؤال أكثر من مرة
- حسن الخط و عرض الإجابة له اثر كبير فى تقدير الدرجات
- عدد صفحات الأسئلة (٣)

السؤال الأول : اجب عن الأسئلة الآتية في حدود الوقت المقترح للإجابة
(وقت مفتوح ٢٠ دقيقة) الدرجة الكلية (١٠ درجات)

- (أ) - أكمل العبارات الآتية (اكتب في ورقة الإجابة الكلمات المستكملة فقط)
- ١- تعتبر التربية الحركية المرحلة الأساسية لتعليم الأطفال المهارات الحركية والبدنية.
 - ٢- تعتبر الطفولة من أهم المراحل في حياة الإنسان.
 - ٣- فى عام ١٩٣٠ م اصبح لاپان مديرا عاما لجميع مسارح برلين.
 - ٤- الوعى المكاني يشتمل على معرفة الطفل بحجم الفراغ وعلاقته بالأشياء الخارجية
 - ٥ - هو عملية تشخيصية وقائية علاجية التقويم

رقم العبارة	الجزء المستكمل

(ب) - اذكر إغراض التربية الحركية ؟

المسلسل	الإغراض
1	*التربية الشاملة للطفل حركياً ووجدانياً ومعرفياً. *تعلم الحركة على أسس صحية. *تحقق سيطرة الطفل على جسمه. *تعويد الطفل مبكراً على مهارة الاستكشاف. *استثارة القدرات الإبتكارية. *اكتساب الطفل مبادئ حل المشكلات. *تطوير العمليات العقلية مثل قوة التصور البدء مبكراً باستثارة قدرات الأطفال *الاستمتاع بأداء الحركة. *نمو الحس الجمالي.

السؤال الثاني : (وقت مقترح ٢٠ دقيقة) الدرجة (١٠ درجات)
أ - وضح العبارات الصحيحة والخاطئة فيما يلي مبينا الجزء الخطأ من العبارة وتصحيح هذا الخطأ على أن يكون ذلك في شكل جدول بأخذ الصورة التالية :

- ١ - التربية الحركية عبارة عن نظام اجتماعي .
- ٢ - تسهم التربية الحركية فى علم الرياضة فقط .
- ٣ - الحركة تعنى الخصائص السلوكية لطرف معين من أطراف الجسم .
- ٤ - المهارات الحركية الوحيدة هي مهارات منتهية .
- ٥ - المفصل هو نقطة اتصال بين عظمتين او أكثر .

رقم العبارة	صح ام خطأ	الجزء الخاطئ من العبارة	تصحيح الخطأ
١	خطأ	اجتماعي	تربوي
٢	خطأ	علم الرياضة فقط	كل العلوم
٣	صح		
٤	صح		
٥	صح		

ب - أذكر أهداف التربية الحركية ؟

- ١- تطوير فهم الحركات الأساسية وأهميتها في حياة الطفل.
- ٢- إحساس الطفل بالمرح والمتعة بممارسة الحركة .
- ٣- التعزيز الناتج عن نجاح الطفل في أداء الحركات مما يكسبه الثقة بالنفس .
- ٤- إعطاء الفرصة للطفل كي يبتكر ويبدع ويفكر .
- ٥- تعويد الطفل على توجيه ذاته والتعبير عن الذات .
- ٦- إحساس الطفل بالمتعة والسرور والرضا عن الذات .
- ٧- تعليم الطفل بعض الصفات الاجتماعية والبيئة المرغوبة .
- ٨- نمسب الطفل كيفية السيطرة على جسمه وحركاته .
- ٩- استخدام الأنشطة الحركية والخاصة بالتربية الحركية في المساعدة في تعليم مواد دراسية أخرى .
- ١٠- المساهمة في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية .
- ١١- تعليم الطفل الحركة بأسلوب سليم وصحيح .
- ١٢- تعويد وتعليم الطفل تصحيح أخطائه .

السؤال الثالث (وقت مقترح ٢٠ دقيقة) الدرجة (١٠ درجات)

(أ) اذكر المصطلح الذي يعبر عنه تلك العبارات الآتية على إن تأخذ الإجابة الشكل التالي:

المصطلح	العبارات
1	المهارة الحركية
2	الحركة
3	الأساس العلم حركي
4	التغذية الرجعية الداخلية
5	الأساس العلم حركي

(ب) ترجم المصطلحات الآتية من اللغة الأجنبية الي اللغة العربية على إن تأخذ الإجابة الشكل التالي

المصطلح باللغة العربية	المصطلح باللغة الأجنبية
Directional Awareness-1	الوعي ألتجاهي
movement education	التربية الحركية
Spatial Awareness	الوعي المكاني
Temporal Awareness	الوعي الزمني
motor skill	المهارة الحركية

السؤال الرابع : (وقت مقترح ٢٠ دقيقة) الدرجة (١٠ درجات)

(أ) - اذكر الخطوات المستخدمة في تعلم الحركة باستخدام التربية الحركية

- ١ - اختيار وتحديد مهمة حركية مناسبة تشكل جزء فرعي من موضوع حركي (Theme) في التربية الحركية
- ٢ - محاولة الأطفال التوصل للأساليب المختلفة واستعراض الحلول الحركية التي تساعدهم على القيام بهذه الحركات تنفيذاً للمهمة الموكلون
- ٣ - التوصل للحركات والأساليب التي بمقتضاها التوصل للهدف في نطاق المهمة المطلوبة
- ٤ - القيام بالتكرار والتدريب الذي يعمل على التوصل والإتقان عن طريق تصحيح الأخطاء

(ب) - اذكر اهم الاعتبارات التي يجب مراعاتها في تصميم قاعة درس التربية الحركية

- ١ - يجب ان يكون تصميم القاعة نابعاً من حياتهم ومجتمعهم
- ٢ - يجب ان تكون القاعة محدوده غير متسعه بدرجة كبيرة
- ٣ - يجب ان تتوافر بالقاعة اهم ضمانات الامان
- ٤ - تكون القاعة بعيدة عن الضوضاء
- ٥ - يتوافر للقاعة صفة الخروج والدخول من باب آخر غد الطوارئ

(ج) - اذكر الفرق بين الحركة الإرادية و الحركة اللإرادية مع ذكر مثال في المجال الرياضي ؟ على إن تأخذ الإجابة الشكل الاتي

الفرق	الحركة الإرادية	الحركة اللإرادية
التعريف	هي حركة مقصودة واعية	هي حركة تتم بطريقة غير واعية
مثال	المشي والجري والثني	حركة التنفس

السؤال الخامس : (وقت مقترح ٢٠ دقيقة) الدرجة (١٠ درجات)

أكمل الكلمات الناقص فقط على إن تأخذ الإجابة الشكل الاتي

المسلسل	الكلمة الناقصة
1	تربوي
2	الإمكانات النفس حركية
3	التربية العامة
4	النشاط البدني أو الحرك

..... الطبيعية المتاحة لدى الطفل، وهي جزء من، تتم عن طريق ممارسة، فهي تعرف الطفل بنفسه وبجسمه، ومن خلالها ينمي لياقته.....، ومفاهيمه وعلاقاته وانفعالاته ومعارفه في ضوء الظروف البيئية المحيطة به.

اجب عن سؤال واحد فقط من الأسئلة الآتية

السؤال السادس : (وقت مقترح ١٠ دقيقة) الدرجة (١٠ درجات)

(أ) اختر الإجابة الصحيحة من بين الأقواس على إن تأخذ الإجابة الشكل التالي :

- ١- التربية الحركية عبارة عن نظام.....
 - ٢- يكون وزن الطفل الطبيعي عند الميلاد حوالي.....كيلو جرام
 - ٣- مؤسس التربية الحركية هو.....
 - ٤- تصنف المهارات الحركية من منظور العمل العضلي الي.....
 - ٥- يتلخص..... للتربية الحركية في أنها تحتوي على مجموعة من الأنشطة المتخصصة الموجهة الهادفة
- (الأساس الفلسفي- الأساس العلم حركي- الأساس الاجتماعي الثقافي)

(ب) اكتب مقالا لا يزيد عن عشرة اسطر في احدي الموضوعات الآتية

١- تصنيف المهارات الحركية في التربية الرياضية .

(١)

- ١- المهارات الانتقالية
- ٢- المهارات الغير الانتقالية
- ٣- مهارات التناول

- (ب) مهارة حركية من منظور ثبات البيئة
- (ج) مهارة حركية من منظور العمل العضلي
- (د) مهارة حركية من منظور البنية الحركية

٢- اتجاهات انتقال اثر التعلم .

١- الاتجاه الايجابي

٢- الاتجاه السلبي

٣- الاتجاه المحايد

الامان فى التعليم :

ان اعتبارات الامان فى التعليم يبدا باختيار خبرات حركيه مناسبه ، مختاره حسب نضج ومستوى تنميه الاطفال ولا يجب ان يتعدى النشاط نفسه بمافيه من مخاطر مقدره الطفل فكل نشاط له مخاطره الطبيعيه التى يمكن تقبلها .

ثانيا يجب على المدرس الاهتمام بالنشاط الجديد وهو مطلوب للمشاركة الامنه فيه ولذلك يجب ان يمر الاطفال اولا على الانشطه التمهيديه لانجاز التعليم فى الخبره الجديده فاذا كان النشاط يتطلب عوامل الامان فيجب ان يعرفها الاطفال ويقوم بملاحظتها اثناء الدرس .

التقدم بالمهاره نفسها تعتبر عامل للامان فالخطوات التعليميه المستخدمه فى تدريس المهارات يجب ان تكون متدرجه فى الصعوبه ويجب ان يتعلم الطفل المهارات بترتيب منطقى بحيث ان كل مرحله من التعلم تقابل حكا معترف به من حيث الامان .

والقواعد التى تحكم الانشطه المختلفه وبعض الاجهزه يجب ان يقوم بوضعها كل من المعلم والتلاميذ معا ويجب ان يعرفها ويلاحظها الاطفال ومن الحكمة اعلان هذه القوانين على الاطفال فى معلقات اذا امكنهم القراءه والفهم .

فاذا جمعت الاطفال فى مجموعتين او اكثر يجب ان يكون هناك مسافه كافيه بين هذه المجموعات حتى لا يحدث اصطدام بينهم وحتى لاتذهب كرات المجموعه الى مكان المجموعه الاخرى .

يجب ان يتعلم الاطفال ان يكزوا النظر دائما على حركه الكره ولا يجب ان تقذف لفرد اخر غير منتبه لها ويجب ان يكون هناك قواعد عن الكرت التى تترك مكان النشاط فطفل واحد فقط هو الذى يجرى لاعادتها ولايجد ثلاثه او اربعه فى منافسه ممايؤدى الى سوء النظام والمخاطره بسبب حمى المنافسه .

ويجب ان يكون هناك قواعد صارمه عن الكرات التى تخرج فى طريق عام او الى مكان ملعب اخر فينصح بالتوقف يمه والنظر قبل محاوله استعادتها وهناك قواعد اخرى عندما تجرى الاطفال فى تتابع فيجب ان يكون هناك مسافه معينه بينهم .

يجب الاياتى الاطفال باشياء حاده فى درس التربيه البدنيه مثل الاقلام الرصاص او اقلام حبر حيث انها قد تسبب اخطار بدنيه ويجب ملاحظه الصغار الذين يلبسون نظارات فيجب ان يكون لهم مكان امن .

يجب ربط رباط الحذاء وباسرع مايمكن ان يتعود عليه الطفل عاى اداء هذا الواجب الصغير ويمكن التنبيه على اطفال الابتدائى بان تكون ملابسهم مناسبه ويتضمن ذلك لبس الحذاء الرياضى .

الابتعاد عن الاصطدام هو هدف له قيمه يجب ان ننشده ف برامج الامان ففى اثناء الحركه فى مكان عام خاصه عندما تكون الاطفال فى حركه سريعه يجب توجيههم ان يتجنبوا الاصطدام ببعضهم او عدم لمس بعضهم البعض .

السؤال السابع : (وقت مقترح ١٠ دقيقة) الدرجة (١٠ درجات)
 ماذا تعني العبارات الآتية على إن تأخذ الإجابة الشكل التالي
 (١)
 ١- النمو يختلف في معدلاته

رقم العبارة	العبارة	التفسير
1	النمو يختلف في معدلاته	ف نمو القلب يكون بطيئا في الطفولة سريعا في المراهقة

٢- تسهم التربية الحركية في تعلم العلوم التربوية الأخرى .

رقم العبارة	العبارة	التفسير
2	تسهم التربية الحركية في تعلم العلوم التربوية الأخرى	تسهم التربية الحركية في تعلم العلوم التربوية الأخرى بصورة فعالة نظرا لجاذبية انشطتها بالنسبة للأطفال وللتربية الحركية صلة قوية بالعلوم التربوية إذ يمكن من خلالها تحقيق الأهداف التالية:

- اذكر نبذة مختصرة عن مؤسس التربية الحركية...

هو راقص مجرى واستاذ باليه ، وله العديد من النظريات المتعلقة بعلم الحركة ، وهو المؤسس الاول للرقص الاوروبي الحديث ، وقد ولد في مدينه بوسوني (براتيسلافا او سلوفاكيا حاليا) ونال دراسته في ميونيخ وباريس ، واقام معهد لتصميم وتدريس الرقص في زيورخ اثناء الحرب العالميه الاولى ١٩٢٣ م بمعاونه بعض الزملاء من الراقصين الالمان مثل ماري ويجمان ، وكريت جوس ، وسيجريد ليدر حيث قام بببسيط شرح التعبير الحركي . وابتكر طرق جديده في ملاحظه الحركة البشريه تسمى اللابانوتشن عام ١٩٢٨ ، وكانت طريقه مرنة يمكن تطبيقها على كافة الانشطة الحركيه ، وقد استخدمها اخصائى العلاج الطبيعى كاستراتيجية علاجية فيما بعد.

وفي عام ١٩٣٠ م اصبح لابان مديرا عاما لجميع مسارح برلين ، كما كان مشرفا على العرض الراقص لحفل افتتاح اولمبياد برلين عام ١٩٣٦ ، وقد قام النازيون بمنعه من مزاوله اى نشاط ليقوم بالهجره الى انجلترا عام ١٩٣٨ واستقر بها ، وقام بتدريس الرقص وطرق الملاحظة الحركيه ، بجانب التدريبات الوقائية لعمال وموظفي المصانع في انجلترا .

وقد عرف لابان بانه مؤسس نظريه الرقص الحديث ، حيث طور نظاما للتحليل الحركي للحركة الانسانية اعتمادا على عنصرى الزمن والفراغ واستمر في اكتشافاته ونظرياته الجديده وتطبيقاته ، ومنها الرقص التعليمي والرقص العلاجي ، ودراسه علاقته بالحركة بالزمن وارتباطها بمستوى الانتاج الصناعى وكانت تعرف باسم اسلوب التربية الحركيه والنظم التى وضعها لابان تستخدم حتى الان فى التحليل الحركي الرياضى والتطبيقي بجانب طريقته فى تسجيل جميع حركات الجسم الصغيره والكبيره ، ولينتقل بعد ذلك من انجلترا الى الولايات المتحدة الامريكيه ليعمل فى هينه الفنون بنيويورك مشرفا على نشاط الرقص فى الولايات المتحدة باسرها.

ومن اهم كتاباته :

اجاده الحركة المسرحيه ١٩٥٠ .

اسس الرقص والملاحظة الحركيه ١٩٥٦ .

الاقتصاد فى الجهد والحركة ١٩٧٤ .

(ب)

٢ - أذكر نبذة مختصرة عن السمات الشخصية لمعلم التربية الحركية

- أن يكون المعلم نموذجياً يحتذى به في مظهره وتصرفاته .
- الحرص على ارتداء الملابس الرياضية وإتباع العادات الصحية السليمة، حيث يساعد ذلك في تنمية اتجاهات صحية مرغوبة لدى المتعلمين عن طريق إعطاء القدوة الحسنة والمثل الأعلى لهم .
- الابتعاد عن العنف والتفوه بألفاظ غير لائقة .
- الاتصاف بالاتزان الانفعالي وعدم الانفعال وتحمل المسؤولية والروح الرياضية .
- التعاون التام مع الزملاء والموجه وباقي المعلمين والإداريين وإدارة المدرسة .
- الاطلاع على كل جديد في المادة والعلوم الإنسانية والطبيعية المرتبطة بها .
- أن يخطط المعلم لعمله ويتعد عن الارتجال .
- أن يحرص المعلم على استخدام لغة مبسطة مناسبة لقدرات المتعلمين .
- أن يعتنى المعلم بمهنته ويدافع عنها ويظهر انتماء واضحاً لها .

٣- أذكر الخصائص التي تحكم نمو الطفل .

- ١- النمو يختلف في معدلاته
- ٢- النمو عملية متصلة
- ٣- النمو متماثل لدى الأطفال
- ٤- النمو مترابط
- ٥- النمو متكامل
- ٦- النمو يتأثر بالبيئة