

نموذج إجابة  
المقرر  
طبيعة وأسس المهارات  
الحركية  
الفرقة : الرابعة ( نظام  
حديث)  
تخصص رياضة مدرسية  
التاريخ : ٩ / ١ / ٢٠١٣  
إعداد  
دكتور  
احمد شوقي محمد

الفرقة : الرابعة (نظام حديث)  
الفصل الدراسي الأول  
التاريخ : ٩ / ١ / ٢٠١٣  
العام الجامعي : ٢٠١٢ / ٢٠١٣  
الزمن : ساعتان



جامعة بنها  
كلية التربية الرياضية  
قسم المناهج وطرق التدريس  
المقرر : طبيعة وأسس المهارات الحركية  
الدرجة : ٧٠ درجة

## إجابة السؤال الاول :

أ - أكمل العبارات الآتية ( اكتب في ورقة الإجابة الكلمات المستكملة فقط )

رقم العبارة	الجزء المستكمل
1	التأكد ان الادوات كافية - التأكد ان ان الطلاب في اعلي معدلات الدافعية
2	تنفذها كوحدة واحدة دون تجزئتها
3	الطريقة الكلية - الطريقة الجزئية
4	استخدمها عند تعلم المهارات الحركية المركبة
5	التوصل الايجابي لاثـر التعلم
6	عوامل نفسية -تغير اسلوب المهارة -تطوير العناصر البدنية

ب - أذكر أهم النقاط التي يجب أن يضعها المدرب في المرحلة التطبيقية ؟ على إن تأخذ الإجابة الشكل التالي :

رقم العبارة	النقاط
1	الاختبارات الجيدة للتمرينات
2	الزمن اللازم لكل تطبيق
3	تناسب الاداء مع درجة التعب
4	تناسب الاداء مع مستوى الدافعية

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

أ - وضح العبارات الصحيحة والخاطئة فيما يلي مبينا الجزء الخاطئ من العبارة وتصحيح هذا الخطأ على ان يكون ذلك في شكل جدول بأخذ الصورة التالية :

رقم العبارة	صح ام خطأ	الجزء الخاطئ من العبارة	تصحيح الخطأ
١	عبارة صحيحة		
٢	عبارة صحيحة		

	عبارة صحيحة	٣
	عبارة صحيحة	٤
	عبارة صحيحة	٥

ب - أذكر العناصر المؤثرة في اختلاف الزمن الذي تستغرقه المرحلة التطبيقية ؟

- ١- درجة تعقيد المهارة
- ٢- قدرات اللاعبين
- ٣- كفاءة التعليمات المقدمة

ج - متى تعرف ان المرحلة العقلية قد انتهت ؟  
يستطيع المدرس التعرف ان المرحلة العقلية قد انتهت عندما يصبح الطالب قادر على اداء المهارة بشكل مقبول

السؤال الثالث (وقت مقترح ١٥ دقيقة ) الدرجة ( ١٠ )

( أ ) ضع المصطلح العلمي الذي يعبر عن تلك العبارات الآتية

- ١- المهارة
- ٢- مهارات مفتوحة
- ٣- حركات ذات سرعة ذاتية
- ٤- هضبة التعلم
- ٥- الحركة

(ب) ترجم المصطلحات الآتية باللغة العربية على ان تأخذ الإجابة الشكل التالي

المصطلح	الترجمة باللغة العربية
motor program	البرنامج الحركي
motor skills	مهارات حركية
skills cognitive	مهارات مفتوحة

مهارات انتقالية	locomotors skills
مهارات ادراكية	perceptual skills

#### السؤال الرابع

( أ ) - ماذا تعني العبارات الآتية

- ١- المهارة لها نتيجة نهائية
- ٢- المهارة تحقق النتائج بالثبات
- ٣- تتسم الاداءات المتتالية بالمشابهة و التوافق في درجة الدقة

( ب ) - اذكر خصائص المهارة الحركية الرياضية

- ١- المهارة لها نتيجة نهائية
- ٢- المهارة تحقق بثبات
- ٣- المهارة تؤدي باقتصادية في الوقت والجهد
- ٤- المهارة تعلم
- ٥- مقدرة المؤدين للمهارة على التحليل

(ج) - اذكر مراحل تعلم المهارة الحركية الرياضية مع شرح احدهما

الرأي الثاني	الرأي الاول
أ- مرحلة اكتساب التوافق الاولي ب- مرحلة اكتساب التوافق الجيد ت- مرحلة اتقان وتثبيت المهارة	أ- المرحلة العقلية ب- المرحلة التطبيقية ت- مرحلة مستوي الاداء المتقدم

الدرجة ( ١٠ درجات )

( وقت مقترح ٢٠ دقيقة )

السؤال الخامس :

رقم العبارة	التفسير العلمي
1	حيث تعتبر الدافعية هي مفتاح التحصيل
2	لان كلما يتعلم المؤدي لانستطيع نهاية تعلم المهارة

اذكر  
العلمي

لتحسين كفاءة الاداء وتصحيح النماذج الحركية	3
--	---

( أ ) -  
التفسير

للعبارات الآتية موضعا إجابتك بأمثلة في المجال الرياضي على إن تأخذ الإجابة الشكل الآتي

( ب ) - اذكر الاختلاف بين المهارات المغلقة و المهارات المفتوحة مع ذكر مثال في المجال الرياضي على إن تأخذ الإجابة الشكل الآتي

مثال في المجال الرياضي	المهارات المفتوحة	المهارات المغلقة	أوجه الاختلاف
المهارات المغلقة مثل الجلة - الغطس - العدو ١٠٠	هي تلك المهارات التي يتأثر ادائها بالمنافسين اةالاداء المستخدمة في التنافس	هي تلك المهارات التي تؤدي دون تدخل اى عنصر من عناصر البيئة التنافسية	التعريف
المهارات المفتوحة مهارات كرة القدم السلة- اليد			

( ج ) - اذكر العوامل المؤثرة في كفاءة مشاهدة النموذج للمهارة الحركية

١- التشكيل الذي يجب ان يتخذة الطلاب

٢- زوايا مشاهدة النموذج

٣- استخدام المرايا

الدرجة ( ١٠ درجات )

( وقت مقترح ٢٥ دقيقة )

السؤال السادس :

( أ ) - تكلم عن نقطتين فقط من النقاط التالية

١ - مساعدة الصوت لنموذج اداء المهارة الحركية

٢ - أسباب حدوث ظاهرة هضبة تعلم المهارات الجديدة



## مساعدة الصوت لنموذج اداء المهارة الحركية

يمكن ان يقدم الصوت مساعدة جيدة لتعلم بعض المهارات الحركية كما هو في الحال في الوثبة مثلا كما ان الزمن التي يستغرقها تنفيذ الحيلة يختلف عن تنفيذ الخطوة يختلف ايضا عن زمن تنفيذ الوثبة لذا فاستخدام الصوت في تقنين هذه الخطوات يعتبر عاملا مساعدا للنموذج  
أسباب حدوث ظاهرة هضبة تعلم المهارات الجديدة

- ١- العوامل النفسية
  - ٢- الحاجة لتطوير العناصر البدنية
  - ٣- تغير اسلوب المهارة
- ( ب ) - كيف يمكنك التغلب على هضبة تعلم المهارات الحركية الجديدة
- ١- يكون من الضروري توجيه الطالب الى التغير النفسى
  - ٢- تحليل المتطلبات للياقة البدنية المؤثرة في رفع كفاءة اداء المهارة في ضوء قدرات الطلاب

### السؤال السابع :

( ا ) - إمامك مجموعة من المهارات الحركية الرياضية والمطلوب تصنيف تلك المهارات طبقا لتصنيف المهارات الحركية على ان تأخذ الإجابة الشكل الاتي

م	المهارات الحركية الرياضية	التصنيف	م	المهارات الحركية الرياضية	التصنيف
١		المهارات المغلقة	٦		المهارات المفتوحة
٢		المهارات المفتوحة	٧		المهارات المغلقة
٣		المهارات المغلقة	٨		المهارات المفتوحة
٤		المهارات المفتوحة	٩		المهارات المغلقة
٥		المهارات المفتوحة	١٠		المهارات المفتوحة

( ب ) - اذكر الحصائل التي تؤدي إلى تحسين المهارة خلال المرحلة التطبيقية

- ١- تحسن البرنامج الحركي
- ٢- تحسن دقة اداء المهارة المعلمة
- ٣- تحسن القدرة على التوقع
- ٤- تحسن الثقة بالنفس

