

جامعة محمد خضر بسكرة
إمتحان الدورة العادية - التاريخ: 15.01.2025
- معهد التربية البدنية - قسم : التربية الحركية
- رقم الفوج : 08-10 سا - التوقيت : 08 سا
- المسنوي: أولى ماستر - التخصص: التربية البدنية
- مقاييس : نظريات ومنهجية التربية البدنية والرياضية

الاسئلة

1- هناك طرائق لتدريس التربية البدنية والرياضية في شقها التطبيقي،
أذكر هذه الطرائق مع الشرح (08ن)

2- عدد مبادئ التعلم في التربية البدنية والرياضية شرح وجيز
(05ن)

3- ما الفرق بين التمارين البدنية والحركات العادية ؟ (06ن)

ملاحظة : + نقطة على الاهتمام بورقة الاجابة



- جامعة محمد خضر بسكرة
- قسم : التربية الحركية
- معهد التربية البدنية
- التصحيح النموذجي
- مقاييس : نظريات ومنهجية التربية البدنية والرياضية
- التخصص : التربية البدنية
- المستوى : أولى ماستر

الاجوبة

س 1- هناك طرائق لتدريس التربية البدنية والرياضية في شقها التطبيقي، أذكر هذه الطرائق مع الشرح (08ن)

الجواب الأول : هناك أربعة طرائق :

1-الطريقة الكلية : 2ن

إن هذه الطريقة تتماشى مع الطرائق الحديثة للتدرис، حيث يقوم المدرس بعرض نموذج للتمرين ككل ويدركه التلاميذ كوحدة واحدة غير مجزأة، وتناسب هذه الطريقة تدريس التمرينات السهلة غير المعقدة، كما تستخدم أيضا عند عمل بعض التمرينات التي يصعب تحزيتها، بينما لا تناسب التمرينات المركبة والمعقدة وكذلك التمرينات التي تتكون من بعض الأجزاء السهلة، وبعض الأجزاء المعقدة نظراً لأن تكرار الأداء ككل يضيع الوقت في بذل الجهد لأداء الأجزاء السهلة التي تم إتقانها. والمنطلق لهذه الطريقة هو أن العقل البشري لا يدرك المواقف الحسية كجزئيات ولكنه يدركها ككل وهو مذهب الجشتالت الذي أسسه ماكس فيرتيمير الألماني سنة 1912 .

2-الطريقة الجزئية : 2ن

تستخدم هذه الطريقة في التمرينات الصعبة والمركبة، ولسهولة القيام بالعمل يقوم المدرس بتقسيم التمرين إلى عدة أجزاء صغيرة ويشرح كل جزء دون الإطالة في الكلام ثم يقوم التلميذ بأداء كل جزء على حدة بعد شرحه ثم ينتقل إلى الجزء التالي بعد إتقانه للجزء الأول وهكذا حتى تكتمل أجزاء التمرين ثم تخرج كافة الأجزاء وتعطى مرة واحدة فيقوم التلميذ بأدائها دفعة واحدة وحسب تسلسل الأجزاء.

3-الطريقة الكلية الجزئية (المختلطة) :2ن

وهذه الطريقة عبارة عن مزج لكل من الطريقتين السابقتين حيث تكون الطريقة مرنة فيلجاً المدرس إلى الطريقة الكلية في الأجزاء البسيطة الغير معقدة وإلى الطريقة الجزئية في المهارات المعقدة أوالصعبة.

هنا في هذه الطريقة يقوم المتعلم بتعلم التمرين ككل في البداية ثم تعلم بعض الأجزاء التي تحتاج إلى إتقان.

4-الطريقة الاستكشافية : 2ن

مبدأ هذه الطريقة هو حل المشكلة من قبل التلاميذ عن طريق التفكير العلمي ويستعمل فيها أسلوب الاكتشاف الموجه.

س2- عدد مبادئ التعلم في التربية البدنية والرياضية مع الشرح (05ن)

ـ الجواب الثاني : مبادئ التعلم في التربية البدنية والرياضية هي :

1-مبدأ المعرفة الوعية والفعالية :01ن

إن الدور الرائد والأساس في عملية التعلم يشغله الأستاذ و تكمن قدراته الخاصة و كفاءاته في خلق الرغبة في المعرفة و الاشتراك بفعالية في النشاط أثناء الدرس.

2- مبدأ الوضوح :01ن

يعتبر الوضوح من أهم الواجبات الأساسية في مرحلة التعرف على التدريبات البدنية و أدواتها، و يظهر في طريقة عرض الحركات و التحليل الدقيق لمرحلتها المختلفة. والوضوح يعني توصيل المعلومة النظرية و طريقة تطبيقها بالشكل الصحيح إلى أجهزة الإدراك الحسي (الحواس الخمس) لدى الممارسين.

إن مبدأ الانتظام والتسلسل يعني الالتزام الحقيقى و العقلاى و المستمر في تلقي المادة المتعلمة وفق برنامج التربية البدنية و الرياضية سواء في المدرسة أو في النادى أو في أي مكان آخر، و هو التدرج في تعلم الواجبات الحركية وفق نظام يسمح باستيعاب المهارات الحركية بحيث يعتمد كل واجب على ما قبله و في نفس الوقت يدعمه، و تحسين ما سبقه من نتائج.

ـ مبدأ السهولة : 01

لتحقيق مبدأ السهولة في استيعاب المادة في التربية البدنية و الرياضية يجب الاختيار و التوزيع المناسبين لتدريج مستوى الصعوبة للتمرينات الحركية، و الأخذ بعين الاعتبار السن و الجنس و الفروق الفردية للتلاميذ. كما يجب إدخال كل العناصر الالازمة في تعلم الحركة من حيث العرض، الشرح والحمل البدني.

إذن، فالمقصود من مبدأ السهولة هو أن يكون التمرين في متناول التلاميذ مع ضمان درجة من الصعوبة التي تتناسب مع مستوى العمر و الجنس و الفروق الفردية.

ـ مبدأ الثبات : 01

الثبات في التربية البدنية و الرياضية معناه الحفاظ على الخبرات الحركية و الكفاءات البدنية في عملية التعلم و التدريب لأطول فترة ممكنة.

- التخصص : التربية البدنية - المستوى : أولى ماستر

س 3-ما الفرق بين التمارين البدنية والحركات العادية ؟ (06ن)

-الجواب الثالث : الفرق بين التمارين البدنية والحركات العادية :

الحركات العادية	التمارين البدنية
1 - حركات بدنية فقط. 0.5ن	1 - أوضاع وحركات بدنية 0.5ن
2 - قد يكون لها تأثير على الجسم في بعض الحالات 0.5ن	2 - تشكل الجسم وتنمى مقدراته الحركية 0.5ن. 3 - تؤدي لغرض تربوي (اتجاهات، مهارات
3 - لا تؤدي لغرض تربوي وقد يكون لها غرض آخر. 0.5ن	اجتماعية ، مهارات نفسية ، مهارات معرفية ، عادات صحية) 0.5ن
4 - قد يكون لها تأثير في مدى قدرة الفرد على الأداء. 0.5ن	4 - هدفها الوصول لأحسن قدرة ممكنة على الأداء في المجال الرياضي والمهنى و مجالات الحياة المختلفة 0.5ن
5 - ليس لها قواعد اختيار. 0.5ن	5 - لها قواعد اختيار (علمية - تربوية) 0.5ن
6 - ليس لها قواعد لكتابتها أو النداء عليها وتصويف حركتها. 0.5ن	6 - لها قواعد خاصة في الكتابة والنداء والتوصيف الحركي . 0.5ن