

الإجابة النموذجية في امتحان الساسي الاول في مقياس علم الحركة

الاجابة عن السؤال الاول: (4 ن)

- ١- الهيكل المحوري: هو الجهاز العظمي المتكون من الجمجمة، العمود الفقري، القفص الصدري.
- ٢- الكينماتيك: دراسة الصفات والخصائص الوصفية للحركة، كذلك الأشكال الهندسية المختلفة من دون التطرق للقوى.
- ٣- البيوميكانيك: هو علم تطبيق القوانين والمبادئ الميكانيكية على سير الحركات الرياضية تحت شروط بايولوجية معينة.
- ٤- المهارات الحركية: هي نمط معين من السلوك الذي يتكرر في ظروف مختلفة، وهذا النمط يتشبه بمجموعة من الحركات تؤدي في تسلسل وتناسق معين بدقة وتوقيت وسرعة معينة.



الاجابة عن السؤال الثاني: (6 ن)

10,5- الأفعال المنعكسة:

حركات الجنين في المراحل الأخيرة والطفل في الشهر الأول انعكاسية في طبيعتها. بمعنى أنها لا إرادية ويمكن التحكم فيها بطريقة بسيطة لأن العديد من هذه الحركات الانعكاسية تشبه الحركات الإرادية المتأخرة ويطلق عليها الحركات الانعكاسية للوضع الجسدي. والحركات الانعكاسية الأخرى يطلق عليها الحركات الانعكاسية الأولية وذلك بسبب تشابهها مع الحركات التي تؤديها الحيوانات. الحركات الأولية الانعكاسية مثل حركات الثبات والتي تعتبر حركات ميكانيكية دائمة وبدون هذه الحركات، فإن المولود الجديد سوف يصبح غير قادر على الحصول على التغذية.

0,5

20,5- القدرات الحركية الأولية:

إن الحركات الأولى الإرادية للطفل يطلق عليها الحركات الأولية. إن القدرات الحركية الأولية هي هذه الحركات التي تنمي خلال السنتين الأوليين من حياة الطفل. إن تطور أشكال الكفاءة والفاعلية للحركة الأولية خلال مرحلة الطفولة تساعد في تشكيل البناء الأساسي للمهام الوظيفية الأكثر صعوبة، والتي سوف يوجهها الطفل مستقبلاً.

0,5

30,5- النماذج الحركية الأساسية:

إن النماذج الحركية الأساسية تكون خارج نطاق نمو القدرات الحركية الأساسية والتي تم نموها في السنتين الأولى من حياة الطفل وبيدؤون في النمو في حوالي السنة الثالثة ويستمررون حتى السنة السابعة تقريباً (الصف الثاني)، هذه تكون السنوات التي فيها الأطفال يكتشفون الحركة المناسبة لأجسامهم أثناء الجري والقفز والرمي ونسك

0,5

وألعاب التوازن ويتميز نموذج الحركة بالقدرة على التحرك بطرق متعددة نتيجة لأوامر معقدة. ويتم التركيز على العمومية في الحركة أكثر منها على الخصوصية.

٥١٥-4 المهارات الحركية العامة:

إن تطور أو تهذيب المهارات الحركية العامة يشكل في المرحلة الرابعة للتطور الحركي. إن القدرة على تعميم القدرات الأساسية تبدأ في حوالي السنة الثامنة من حياة الطفل (الصف الثالث) وتستمر خلال السنة العاشرة تقريبا (الصف الخامس) وتكون المهارة الحركية العامة من نفس العناصر الموجودة في الأداء الأساسي، ولكن التأكيد الآن يوضع بواسطة كل من الطلاب أنفسهم والمدرس وذلك على الدقة والشكل، والأداء المهاري. وفي هذه المرحلة من النمو يبدأ الأطفال في الاشتراك في تنوع كبير في المهارات الرياضية، والتي تكون مهمة للمهارات الفردية والمزدوجة والاجتماعية. إن القدرات الحركية الأساسية والتي تم تطويرها وتهذيبها في المرحلة السابقة يتم تطبيقها في المهارات الرياضية. إن المهارات الرياضية هي "بناء للحركات الأساسية في أشكال أكثر تعقيداً".



٥١٥-5 المهارات الحركية المحددة (مرحلة الإتقان):

إن المهارات الحركية المحددة هي امتداد للمهارات الحركية التي تم التأكيد عليها في المرحلة السابقة. إن المهارات الرياضية الأكثر تعقيداً في أداء الأنشطة القيادية المتقدمة وكذلك الرياضة الرسمية نفسها. إن مرحلة المهارة الحركية المحددة تتطابق بصورة كبيرة مع السنوات المدرسية المتوسطة من عمر الحادية عشر إلى الثالثة عشر، وأيضاً تكون مرحلة تهذيب قوي للمهارات الحركية العامة في تنوع كبير للنشاطات الرياضية.

٥١٥-6 المهارة المتخصصة:

إن تطور المهارة المتخصصة هي المرحلة السادسة من تطور الحركة. إنها تبدأ في حوالي الرابعة عشر وتستمر حتى الشباب. إنها متشابهة مع تطور المهارة المحددة في أغلب الطرق ماعداً أن نمو المهارة المتخصصة يعبر ويركز فيها عدد محدود من المهارات المحددة ليتم ممارستها وإتقانها لمستويات عالية من الأداء.

إن مستوى الأداء يعتمد على مواهب الشخص ودرجة التخصص.

الاجابة عن السؤال الثالث: (٥ ن)

1- مهمات علم الحركة:

٥١٥ - دراسة تطور الحركات الرياضية للإنسان.

٥١٥ - دراسة تطور الحركات الرياضية بالنسبة إلى تطور نمو الفرد.

٥١٥ - تصنيف سير الحركات الرياضية.

٥١٥ - تصنيف الحركات الرياضية الأساسية وترتيبها.

٥١٥ - التعلم الحركي.

2- وظائف علم الحركة:

٥١٥ - تربية التلامذة وتعليمهم بواسطة علم الحركة.

٥١٥ - تعليم الحركة والتوافق الحركي والقدرة على تحليل سير الحركة.

٥١٥ - الارتقاء بقدرة الأداء الحركي ومهاراته للوصول إلى أعلى المستويات.

٥١٥ - القدرة على كيفية تحديد الأخطاء ووضع الحلول المناسبة.

٥١٥ - القدرة على التطور الحركي للوصول بالتلامذة إلى تنفيذ حركات متناسقة صحيحة.

الاجابة عن السؤال الرابع: (5)

خصائص النمو الحركي في سنوات الطفولة المبكرة:

يتطور النمو الحركي للطفل في الفترة من عامه الثاني حتى نهاية العام الخامس بصورة كبيرة ويتخذ أشكالاً متعددة، وأهم

الخصائص العامة المميزة للنمو الحركي في هذه الفترة ما يلي:

٥١٥ - التعطش الجامح للنشاط والحركة:

فالتعطش الجامح للنشاط والحركة من أهم مميزات هذه المرحلة ويكون أساس هام للتعلم الحركي للطفل. ولا تصد

بالتعلم الحركي في هذا المجال عمليات التعلم المقصودة المنظمة، بل يقصد به كل ما يكتسبه ويتعلمه الطفل كانشغالاته البدنية والرياضية

لتعامله مع الأشخاص والأشياء في محيط البيئة التي يعيش فيها". شكل: 13.

٥١٥ - الإفراط في بذل الجهد:

إذ تتسم حركات الطفل في الإفراط في بذل الجهد وبإشراك عدد كبير من العضلات في معظم الحركات

٥١٥ - الحركات غير الهادفة:

فمعظم حركات الطفل في هذه المرحلة لا تكون هادفة، أي لا تهدف إلى تحقيق عرض معين، إذ أن التحكم هادف

٥١٥ - الواعي للطفل في حركاته لا يكون متوافر لديه في هذه المرحلة، بل يبدأ اكتسابه لذلك تدريجياً.

٥١٥ - سرعة الانتقال من نشاط حركي إلى آخر:

فلا يتميز طفل هذه المرحلة باستمراره لمدة طويلة في مزاولته نشاط حركي معين، بل نجده سريع الانتقال من نشاط إلى

٥١٥ - آخر إذ أن درجة تركيزه لممارسة مهارة معينة تكون لمدة وجيزة وسرعان ما يضيق ذرعاً بما يمارسه من نشاط. ويصبح بعد

ذلك في حاجة إلى التغيير والتنويع في النشاط حتى لا يصاب بالتعب والإرهاق مبكراً.



التناسق بين الأعضاء، لا يزال ضعيفاً فيجد كثير من الأطفال صعوبة في أداء بعض المهارات التي تتطلب حفظ التوازن والدقة والمهارة الفائقة. ٥١٥

حصة إعادة التطوير يوم الخميس 2020/01/16
على الساعة الثامنة صباحاً بالقاعة رقم 01

