

جامعة العربي بن مهيدي البواقي

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

أستاذة المقياس: الدكتور نواصرية منى

المستوى: سنة أولى ليسانس

الجزئي الأول: مقياس فلسفة وتاريخ النشاطات البدنية والرياضية

الأسئلة:

س1/ أذكر مع الشرح مواد الميثاق الدولي للتربية البدنية والرياضية؟ (05ن)

س2/ فيماذا تتمثل أهمية دراسة تاريخ التربية البدنية والرياضية؟ (05ن)

س3/ ماهي الأنشطة الرياضية التي مارسها المصريون القدماء؟ (مع الشرح) (05ن)

س4/ ماهو برنامج التربية البدنية والرياضية المتبع في بلاد فارس؟ (05ن)

بالتوفيق أستاذة المقياس...

الاجابة النموذجية في مقياس تاريخ وفلسفة النشاطات البدنية والرياضية الأجوبة:

ج1/"الميثاق الدولي للتربية البدنية والرياضية"(05ن)

- 1-المادة الأولى:ان ممارسة التربية البدنية والرياضة حق أساسي للجميع.
- 2-المادة الثانية:ان التربية البدنية والرياضة تشكلان عنصرا أساسيا من عناصر التربية البدنية في اطار النظام التعليمي الشامل.
- 3-المادة الثالثة:ينبغي أن تلي برامج التربية البدنية والرياضة احتياجات الأفراد والمجتمع.
- 4-المادة الرابعة:يجب أن ينادى تعليم التربية البدنية والرياضة وتوجيهها وإدارتهما بموظفين مختصين .
- 5-المادة الخامسة:ان توفير المرافق والتجهيزات الملائمة أمر لا غنى عنه للتربية البدنية والرياضية.
- 6-المادة السادسة :ان البحث والتقييم عاملان لا غنى عنهما للتنمية التربية البدنية والرياضة.
- 7-المادة السابعة:ان الاعلام والتوثيق يساهمان في تعزيز التربية البدنية والرياضة.
- 8-المادة الثامنة:ينبغي أن يكون لوسائل الاعلام تأثير ايجابي على التربية البدنية والرياضة
- 9-المادة التاسعة:ان المؤسسات الوطنية تضطلع بدور رئيسي في التربية البدنية والرياضة.
- 10-المادة العاشرة:ان تحقيق التنمية الشاملة والمتوازنة للتربية البدنية والرياضة يشترط وجود تعاون .

ج2/تتمثل أهمية دراسة تاريخ التربية البدنية والرياضية في:(05ن)

- حيث يهتم الباحثون في مجال التربية البدنية والرياضية بتاريخ النشاط البدني والرياضي للانسان لعدة اعتبارات لعل من أبرزها :
- استخلاص الدروس والعبر من الماضي والتعرف على الأخطاء وتجنب الوقوع فيها مستقبلا.
 - استقراء تأثير المتغيرات والنظم الاجتماعية على نظام الرياضة والتربية البدنية وذلك لتوجيهها نحو التقدم بالاستفادة من هذه المتغيرات.
 - دراسة تاريخ التربية البدنية والرياضة والألعاب من أجل تقديم حجم التقدم واتجاهه في مجال التربية البدنية المعاصرة .
 - دراسة المدارس الفلسفية الكبرى وتأثيرها في التربية البدنية والرياضية من خلال العصور المختلفة لحضارة الانسان .

-تكوين اتجاهات مهنية قوية نحو التربية البدنية لدى طلاب التربية البدنية وذلك بالتعرف على اسهاماتها في الارتقاء بالانسان عبر الحضارات المختلفة.

-تشجيع البحث العلمي في مجال التربية البدنية.

ج3/الأنشطة الرياضية التي مارسها المصريون القدماء:(05ن)

1-كرة اليد:كان اللعب باليد معروفا عند المصريين فالثابت على جدران المقابر الفرعونية أن قدماء المصريين مارسوا لعبة كرة اليد ولأول مرة في تاريخ البشرية يسمح للفتيات بممارسة الرياضة حيث ظهرت المناظر العديدة لتلك اللعبة على جدران مقابر "بني حسن" بمحافظة المنيا مما يثبت أنهم أصحاب لعبة "كرة اليد".

2-العدو:كانت رياضة العدو معروفة في مصر منذ العصر الفرعوني فكانوا يتبارون بسرعة الجري ومن تلك الأمثلة التي توضح ممارسة العدو مناظر في مقبرة "بتاج حتب" ترجع الى الأسرة الخامسة ولقد وصلت رياضة العدو درجة كبيرة من الأهمية اذ انه اذا نجح ابن الفرعون تولى عرش مصر ، حيث كان شرطاً أساسياً لتولي الحكم .

3-المصارعة:تعتبر رياضة المصارعة أحد الأنشطة المنتشرة لدى قدماء المصريين ، حيث أظهرت المناظر التي تصورها هذه الرياضة في الدولة القديمة، فظهرت أشكال رياضة المصارعة بين الأطفال والصبيان على مقبرة "بتاج حتب"، كما صورت مناظر أخرى تمثل رياضة المصارعة بين الرجال المحترفين في وضعيات متعددة على جدران مقبرة الأمير "باكت ببني" ببني حسن بالمنيا

4-السباحة:كان المصريون القدماء مغرمين بممارسة رياضة السباحة فكانوا دائماً يخرجون الى شاطئ النيل لممارسة رياضة السباحة وقد صورت المناظر الاثرية و العديد من مناظر السباحة.

5-الفروسية:وقد أخذها المصريون بعين الاعتبار حيث أصبحت رياضة الفروسية من الرياضات التي يجب ممارستها وظهرت مناظر عديدة للفروسية على الآثار المصرية منها منظر على معبد "رمسيس الثاني".

6-المبارزة بالسيف:لعبة المبارزة "الشيش حاليا" لعبة مصرية خالصة توصل المصريون القدماء الى ممارستها حيث أعدوا لها أدواتها والأقنعة التي استخدمت لحماية الوجه وقد ظهرت أول مباراة للمبارزة عند قدماء المصريين في نقوش معبد بمدينة "هابو" القريبة من الأقصر والذي يرجع الى عصر الملك "رمسيس الثالث".

7-التجديف: كان من الطبيعي أن يمارس المصريون القدماء رياضة التجديف سواء في نهر النيل أو البحار المحيطة بمصر وتحتفظ الآثار المصرية بالعديد من النقوش والنماذج التي توضح رياضة التجديف في الدولة القديمة.

ج4/ برنامج التربية البدنية المتبع في بلاد فارس (505 ن): إن أعداد الشباب لميدان الحرب هو المادة الغالبة في برنامج التربية البدنية وقد أوضح المؤرخ "هيرودوت" أن الطابع العام للبرنامج المتبع كان يشمل ناحيتين وهي:
ركوب الخيل استخدام القوس.

كان الشباب في بلاد الفرس يبتدؤون تمارينهم قبل شروق الشمس بممارسة "الجري ورمي الرمح" كانوا يدربون على عبور الأنهار دون أن تبطل الأسلحة التي يملكونها والنوم في العراء وكان ركوب الخيل والصيد يعتبران أحب أنواع النشاط وبلوغ السابعة من العمر يبدأ الشباب في أن يقضي معظم حياته فوق سراج الجواد، واشتمل التدريب على الوثب فوق ظهر الحصان أو النزول منه وكذلك دقة تصويب السهم أو الرمح إلى الهدف من فوق ظهره وهو بأقصى سرعة ، حيث كان تعليم الفرسان موجهًا نحو تزويدهم بالسرعة والرشاقة الضرورية اللازمة لأعمال الفروسية وشغل الصيد جانبًا كبيرًا من أوقات الفراغ.