

التصحيح النموذجي لاختبار السداسي الأول

جواب السؤال الأول:

- طرق إخراج درس التربية البدنية والرياضية:

1- الطريقة الجماعية: حيث يؤدي التلاميذ جميع الحركات والتمارين بشكل جماعي وبحمل موحد مع استخدام الوسائل المتوفرة، وهذا النوع من الإخراج للدرس يخدم المهارات الفردية كالوثب وأنواعه مثل الجري والسباحة، وكذا يُستخدم أحياناً في الألعاب الجماعية. (01ن)

من مميزات هذه الطريقة أنها مُريحة بالنسبة للأستاذ، حيث يستطيع هذا الأخير تعليم مجموعة من التلاميذ في وقت واحد، إلا أن الصعوبة تكمن في تصحيح الأخطاء، ويلعب موضع أو مكان المدرس دوراً كبيراً في ملاحظة الأخطاء.

2- طريقة الأداء التتابعي: في هذه الطريقة يقوم التلميذ بأداء المهارات والحركات بالترتيب واحدة وراء واحدة وبدون توقف، وهذه الطريقة تعتمد على الوسائل والإمكانات المتوفرة، ومن مميزات أنها تُتيح لنا الفرصة في معرفة الفروق الفردية عند التلاميذ إلى جانب تماسك وحدة الدرس مع تنظيم الحمل بشكل أفضل وتُستعمل هذه الطريقة كثيراً في الجُمباز، إلا أن لهذه الطريقة عيب هو الوقوف الذي يقضيه التلميذ في انتظار دوره. (01ن)

3- طريقة المناوبة: يؤدي التلاميذ التمرينات بشكل متناوب، حيث ينقسمون إلى مجموعتين تقوم المجموعة الأولى بأداء التمارين ثم ترجع إلى الخلف، لتقوم المجموعة الثانية بنفس الشيء، ويُركز استعمال هذه الطريقة في الوثب العالي والوثب الطويل...الخ. (01ن)

4- طريقة المجاميع: حيث يقسم المدرس التلاميذ إلى مجموعات ليقوموا بتأدية أنواع المهارات بشكل مفصل، يتم في هذه الطريقة نشاط تطبيقي عند توسيع المكان وتوفر الأجهزة حيث تقوم كل مجموعة بأداء التمارين ثم تتناوب، ويقوم المدرس بالمرور على المجموعات الواحدة تلو الأخرى والاستعانة بالتلاميذ الممتازين. (01ن)

5- الطريقة الفردية: تستعمل هذه الطريقة عند تقويم أو معرفة المستوى الذي وصل إليه التلميذ، حيث يقوم كل تلميذ بأداء المهارات بشكل فردي، ومن خلال هذه الطريقة يستطيع الفرد (الأستاذ) اكتشاف الأخطاء إلى جانب القدرات المتوفرة لديهم. (01ن)

جواب السؤال الثاني:

- تصنيفات الأنشطة الرياضية:

1- النشاط الرياضي الترويحي: تحتل الممارسة الرياضية مكانة بارزة بين الوسائل الترويحية البدنية الهادفة التي تساهم في تحقيق الحياة المتوازنة، وهو الهدف الذي يرمي إلى اكتساب المهارات الحركية والرياضية زيادة إلى المعلومات والمعارف المتصلة بها، وكذلك إثارة الاهتمامات بالأنشطة الرياضية ويشكل اتجاهات إيجابية بحيث تصبح ممارسة الأنشطة الرياضية نشاط ترويحي يستثمره الفرد في وقت فراغه، مما يعود عليه بالصحة الجيدة والارتياح النفسي والانسجام الاجتماعي، وتمثل التأثيرات الإيجابية للترويح من خلال ممارسة النشاط الرياضي فيما يلي:

- الصحة واللياقة البدنية - البهجة والسعادة والاستقرار الانفعالي. - التوجه للحياة وأداء واجباتها بشكل أفضل، - تحقيق

الذات ونمو الشخصية - نمو العلاقات الاجتماعية السليمة ، وتوطيد العلاقات والصدقات.(01ن)

2- النشاط الرياضي المكيف: حسب تعريف "الرابطة الأمريكية للصحة والترويح والرقص" فإن النشاط الرياضي المكيف هو عبارة عن تنوع الألعاب والأنشطة الرياضية لتتناسب مع ميول وحدود الأفراد ممن لديهم نقص في القدرات البدنية ليشتركوا بنجاح وأمان في أنشطة الترويح للبرنامج العام للتربية البدنية والرياضية.

إن العمل مع المعوقين حركيا شيء صعب فلذلك يجب الأخذ في الحسبان بعض من النقاط عند اختيار تمارين الألعاب

الرياضية:

✓ يجب أن يتم اختيار الأنشطة والفعاليات والمهارات الرياضية بصورة متنوعة لكي تؤثر في جميع أنحاء الجسم.

✓ أن يراعى أسلوب التدرج في إلقاء التمارين (من السهل إلى الصعب).

✓ أن يكون النشاط البدني والرياضي يهدف إلى إكساب صفة اجتماعية حميدة.

✓ يجب أن يكون التمرين متمشيا مع قدرات وقابلية المعوق الجسمية والنفسية.

✓ لا يجب إشراك العضو المصاب بصفة كبيرة (ملفت للانتباه) في الحركات والنشاطات.(01ن)

3- النشاط الرياضي التنافسي: هو موقف نزال حركي مشروط بقواعد تحدد الأداء، ومن خصائصه أنه غالبا ما يتميز

بالاستثارة الانفعالية التي تدفع الرياضي إلى تعبئة وتوظيف طاقاته البدنية، من أجل تحقيق ذاته الرياضية وتأكيدا وتمييزها

عن من ينافسه. وإذا ما تم التنافس الرياضي في إطار الأسس التربوية التي تؤكد ضرورة: الالتزام بقواعد الشرف الرياضي، قبول

قرارات الحكام، اللعب النظيف، التواضع عند الفوز،... وغيرها، فإنه يصبح من أهم القوى التي تدفع الأفراد إلى ممارسة

النشاط الرياضي، والتي تحفز الرياضي للوصول لأعلى المستويات الرياضية.

تتطلب المنافسة الرياضية ضرورة استخدام الرياضي لأقصى قدراته وعملياته العقلية والبدنية، لمحاولة تسجيل أفضل

مستوى ممكن، الأمر الذي يسهم في الارتقاء ب: الانتباه، الإدراك، التذكر، التصور والتخيل لدى الرياضي. (01ن)

4- النشاط الرياضي التربوي: هو نشاط تربوي يعمل على تربية النشء تربية متزنة ومتكاملة من النواحي: الوجدانية

والاجتماعية والبدنية والعقلية، عن طريق برامج ومجالات رياضية متعددة، تحت إشراف قيادة متخصصة تعمل على تحقيق

أهداف النشاط الرياضي بما يسهم في تحقيق الأهداف العامة للتربية البدنية في مراحل التعليم العام.

كما يعتبر النشاط البدني التربوي عبارة عن نظام متكامل وشامل لا يهدف إلى إعداد الطفل بدنيا أو تلقينه بعض

المهارات الحركية، وإيجاد فرص للترويح فحسب، بل هو تعليم الفرد الخلق الحسن والتربية المثلى، في إطار اجتماعي نظيف

لإعداده بذلك لمستقبل زاهر، و ناجح وفعال.(01ن)

5- النشاط الرياضي لذوي المستوى العالي (النخبة) : يتميز هذا النشاط على باقي الأنشطة بمشاركة رياضي النخبة، وهو نشاط يتميز بمستوى عال في المهارات الفنية والبدنية لدى اللاعبين في مختلف الأنشطة الرياضية سواء كانت فردية أو جماعية، ويشارك فيه اللاعبين الممتازين فقط يشاركون في مختلف المنافسات الوطنية والدولية من أجل تحقيق ألقاب أو كؤوس سواء للنوادي أو المنتخبات التي ينتمون إليها.(01ن)

جواب السؤال الثالث:

تعريف المصطلحات:

1- تعريف التربية: يقصد بالتربية عملية النمو والتطور والتكيف التي تحدث للفرد منذ ولادته وطوال مراحل نموه مع البيئة والمجتمع الذي يعيش فيه، فالتربية عملية مستمرة تحدث نتيجة ما يمر به الفرد من أحداث وما يخوضه من تجارب يكتسبها عن طريق الممارسة وطوال حياته سواء أكان ذلك في المدرسة أو المسجد أو المنزل أو العمل أو الملعب، وفي مفهوم البعض الآخر أنها تأتي عن طريق عملية التعليم والتعلم إلا أن التربية في حد ذاتها هدفها طموح الجنس البشري لتعززه وترعاه وتعمل على الارتقاء به، في الوقت الذي تحرر فيه العقول وتنمي المهارات وتشجع روح الابتكار والاختراع، وتغرس الاتجاهات السليمة من نظام وحب وتعبد حتى يصبح مواطنًا صالحًا.(01ن)

2- تعريف النشاط الرياضي:

وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه، وذلك من خلال تهيئة المواقف التعليمية التي تماثل المواقف التي يتلقاها الفرد في حياته اليومية".

ذلك الجانب من التربية الذي يهتم في المقام الأول بتنظيم وقيادة الفرد من خلال أنشطة العضلات لاكتساب التنمية والتكيف في المستويات الاجتماعية والصحية والنفسية والوجدانية والتربوية وإتاحة الظروف الملائمة للنمو الطبيعي ويرتبط ذلك بقيادة تلك الأنشطة من أجل استمرار العمليات التربوية دون معوقات لها.(01ن).

3- حصة التربية البدنية والرياضية:

أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل علوم الطبيعة والكيمياء واللغة، ولكنه يختلف عن هذه المواد بكونه يمدّ التلاميذ ليس فقط بمهارات وخبرات حركية ولكنه يمدّهم أيضاً بالكثير من المعارف والمعلومات التي تُعطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية بالإضافة إلى المعلومات التي تُعطي الجوانب العلمية بتكوين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الجوانب الحركية مثل التمرينات والألعاب الجماعية والفردية، وتتسم تحت إشراف التربوي عن طريق مربيين أعدوا لهذا الغرض.(01ن)

4- النشاط الرياضي الداخلي:

أوجه النشاط التي يمارسها التلاميذ وينظمها ويشرف على تنفيذها مدرسو التربية الرياضية خارج أوقات الدوام المدرسي وغير مقيدة بالجدول الدراسي وتكون داخل أسوار المدرسة .

ويهدف هذا النشاط إلى إتاحة الفرصة المناسبة لكل تلميذ أن يشترك في لون أو أكثر من ألوان النشاط الرياضي عن رغبة نابعة من الذات وهذا النشاط يتيح الفرصة لكل تلميذ في المدرسة لأن يختار النشاط المناسب له حيث ميوله وقدراته وحاجاته . والنشاط الداخلي امتداد لدرس التربية الرياضية فهو يتيح للتلاميذ فرصة ممارسة وتطبيق ما تعلموه من مهارات أساسية في درس التربية الرياضية وتطبيقه على مستوى المنافسات .(01ن)

5- النشاط الرياضي الخارجي:

أوجه النشاط التي يمارسها التلاميذ خارج أسوار المدرسة ويقوم بتنظيمه والإشراف عليه المدرسة حيث إن هذه الأنشطة تكون بعيدة عن التقيد بالجدول الدراسي بالمدرسة.

فالنشاط الداخلي كما ذكرنا سابقاً هو امتداد لدرس التربية الرياضية أما النشاط الخارجي فهو استمرار للنشاط الداخلي الذي يزوده بالتلاميذ المتفوقين في مختلف الأنشطة الرياضية وتشكيل أعضاء الفرق الرياضية للمدرسة , هؤلاء التلاميذ هم الذين يشاركون في المسابقات الرياضية التي تشترك فيها المدرسة خارج أسوارها ضد مدارس أخرى أو فرق رياضية أخرى .

ممارسة النشاط الرياضي الخارجي يكسب التلاميذ الكثير من القيم والعادات السليمة التي تسعى المدرسة والتربية الرياضية إلى تحقيقها كإشباع حاجات ورغبات التلاميذ وتنمية الميول لديهم..(01ن)

جواب السؤال الرابع:

- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية نحو النشاط الرياضي اللاصفي:

+ واجبات المدرس نحو النشاط الرياضي الداخلي:

- وضع الجدول الزمني للمنافسات والمباريات في مكان واضح بالمدرسة. (0.5ن)

- اختيار الأنشطة وفق الرغبات وميول وخصائص التلاميذ. (0.5ن)

- اشتراك تلاميذ المدرسة أو هيئة التدريس في تخطيط وتنظيم وتنفيذ برامج النشاط الداخلي. (0.5ن)

- تناسب الأنشطة والإمكانية المادية بالمدرسة. (0.5ن)

- مراعاة أن تكون برامج النشاط الداخلي مكملات لمنهاج الدروس اليومية. (0.5ن)

+ واجب المدرس اتجاه النشاط الرياضي الخارجي:

- انتقاء التلاميذ لتشكيل فريق المؤسسة. (0.5ن)

- الإشراف على الفرق الرياضية في الأنشطة المختلفة وتدريبها. (0.5ن)

- تبادل الزيارات مع المدارس المجاورة وبرمجة لقاءات رياضية ودورية معها. (0.5ن)

- التصميم والتدريب والإشراف على العروض الرياضية على المستوى المدرسي. (0.5ن)

- الاهتمام بالنشاط الكشفي وخدمة البيئة المحلية. (0.5ن)