



جامعة العزني بن مهدي أم البواقي

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

السنة الجامعية: 2024-2025

السادسي: الأول

المقياس: مدخل إلى ميدان ع.ت.ن البدنية والرياضية

المستوى: سنة أولى ليسانس

امتحان الدورة العادية

الأسئلة

- 1- يعج ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالعديد من المفاهيم. استعرض خمسة من هذه المفاهيم (تعريف). (5ن)
- 2- اشرح أبعاد التدريب الرياضي. (5ن)
- 3- تعتبر الأنشطة البدنية والرياضية عناصر أساسية للتربية، تساهم في التفتح الفكري للمواطنين وتهيئتهم بدنيا والمحافظة على صحتهم.
تحدث عن التربية البدنية والرياضية من جهة، والرياضة المدرسية والجامعية من جهة أخرى، مقدما في النهاية أهم أوجه التشابه والاختلاف بينهما. (10)

بالتوفيق



جامعة البوأي بن مهدي أم البوأي

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

السنة الجامعية: 2024-2025

السادسي: الأول

المقياس: مدخل إلى ميدان ع.ت.ن البدنية والرياضية

المستوى: سنة أولى ليسانس

الإجابة النموذجية لامتحان الدورة العادية

الأجوبة

1- مفاهيم ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية حسب الاختيار:

1

المفهوم الأول

1

المفهوم الثاني

1

المفهوم الثالث

1

المفهوم الرابع

1

المفهوم الخامس

2- أبعاد التدريب الرياضي:

0.5 المكون الانفعالي

التنظيم المسؤول عن استثارة السلوك وتوجيهه ومواصلته وإضفاء الصفات المميزة له من حيث القوة أو الضعف، وينقسم إلى:

0.5

0.5 المكون العقلي

مسؤول عن معرفة والتعامل مع متغيرات الموقف الرياضي ويصنف إلى:

0.5

0.5 المكون البدني

المسؤول عن التنفيذ الحركي لما يستثيره ويوجهه المكون العقلي، ويمكن تحليله إلى:

0.5

- الاستعدادات البدنية.
- القدرات البدنية العامة.
- القدرات البدنية الخاصة.

0.5

- البعد الفزوعي: كعب الاستطلاع وتحقيق الذات.
- البعد الدينامي الانفعالي: المسؤول عن قوة اندفاع الأداء

0.5

- النشاط العقلي المعرفي: المعارف والمعلومات لاستدعائها في المواقف الرياضية.
- النشاط العقلي الوظيفي: إدراك عناصر الموقف الرياضي والعلاقات بينها، وتذكر واستدعاء الذاكرة المناسبة للأداء.

0.5

3- التربية البدنية – الرياضة المدرسية والجامعية

- التربية البدنية والرياضية: مادة تعليمية:

تهدف إلى تطوير السلوكات الحركية، العقلية، النفسية والاجتماعية

0.5

للطفل من خلال الحركة والتحكم في الجسم.

إجبارية في كل مستويات التربية الوطنية والتكوين والتعليم المهنيين،

0.5

وتتوج باختبارات تقييم.

ت ب ر المكيفة إجبارية في المؤسسات المخصصة للأشخاص المعوقين.

0.5

ت ب ر إجبارية في المؤسسات والهيكل المخصصة لاستقبال الأشخاص

0.5

الموضوعين في وسط إعادة التربية والوقاية وكذا المؤسسات العقابية.

على مؤسسات التربية والتعليم العالي والتكوين والتعليم المهنيين وكذا

المؤسسات المخصصة للأشخاص المعاقين، تخصيص حجم ساعي

0.5

لفائدة تلاميذهم وطلبتهم ومرتبيهم للممارسة الرياضية الاختيارية.

ترخيص طبي مسبق

تعليمات ب ر

1

المصالح الطبية

الطب المدرسي

- الرياضة المدرسية والجامعية:

تعد من أهم دعائم الحركة الرياضية الوطنية، كونها تهتم بالنخبة الموهوبة من التلاميذ في المجال الرياضي، حيث تتوفر على المستوى الوطني الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، وعلى مستوى كل ولاية توجد الرابطة الولائية للرياضة المدرسية، تسهر هذه الأخيرة على برمجة وتنظيم وتأطير منافسات رياضية بين مختلف المدارس، يشارك فيها أحسن التلاميذ.

0.5

تنظيم ممارسة الأنشطة الرياضية وتنشيطها ضمن مؤسسات التربية الوطنية والتعليم

العالي والتكوين المهني (نظام منافسات، جمعيات رياضية).

تنظيم البرامج الرياضية وتنشيطها وتطويرها وتسييرها في نظام منافسات من طرف

0.5

اتحادية الرياضة المدرسية والجامعية. (الجمعيات والرابطات)

الانتقاء
الرياضي

أهداف الرياضة المدرسية

• **هدف الجانب البدني:** من أهداف المنافسة الرياضية المدرسية في هذا الجانب ما يسمى :

- تنمية القدرات البدنية للرياضيين المتنافسين.
- تقوية العضلات والأجهزة المختلفة للجسم.
- تحقيق الأداء لمجسم.
- تحقيق تحمل الأداء الخاص لكل المباراة: كالسرعة، الرشاقة، القوة، المقاومة...الخ.
- الصحة البدنية.
- تنمية قدرات النشاط الجسدي عن طريق التدريب.

• **من الجانب العقلي:** تفيد الناحية البدنية والعقلية وحتى يتحقق التفكير واكتساب المعارف

المختلفة دلت بطبيعة المنافسة الرياضية المدرسة كتاريخ اللعبة التي نمارس فوائدها. 1

• **من الجانب الاجتماعي:** إن الرياضة المدرسية هدف اجتماعي، يتمثل في خلق جو التعاون،

فكل فرد يقوم بدوره عن طريق مساهمته بما عنده، بالتنازل عن بعض الحقوق في سبيل القدوة والمثل من أجل تحقيق هدف اجتماعي تعود فوائده على الجميع. 1

• **من الجانب النفسي:** إن الرياضة المدرسية كغيرها من الرياضات تحرر الفرد من المكبوت

وتغمره بالسرور والابتهاج، زد إلى هذا فهي تهدف إلى إشباع الميول العدوانية والعنف لدى بعض المراهقين عن طريق الألعاب التنافسية العنيفة كالملاكمة مثال فعند تسديد الملاكم ضربا للخصم فإنه في هذه الحالة يعبر عن دوافعه المكبوتة بطريقة مقبولة. 1

أوجه التشابه والاختلاف بين التربية البدنية / الرياضة المدرسية والجامعية

أوجه التشابه	أوجه الاختلاف
- الأنشطة البدنية والرياضية. - الفئة المستهدفة. - حيز الممارسة. - التخطيط والبرامج. - الترخيص الطبي.	- وقت الممارسة. - عملية الانتقاء. - قوانين الممارسة. - الأهداف المنشودة. - قيود الممارسة.

بالتوفيق