

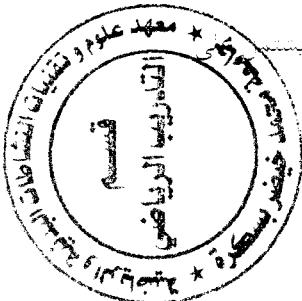
## الإجابة المودجية في امتحان الساسي الاول في مقياس علم الحركة

### الاجابة عن السؤال الاول: (٤ ن)

Ⓐ - الهيكل المحوري: هو الجهاز العظمي المتكون من الجمجمة، العمود الفقري، القفص الصدري.

Ⓑ - الكينماتيك: دراسة الصفات والخصائص الوصفية للحركة، كذلك الأشكال الهندسية المختلفة من دون التطرق للقوى.

Ⓒ - البيوميكانيك: هو علم تطبيق القوانين والمبادئ الميكانيكية على سير الحركات الرياضية تحت شروط باليولوجية معينة



Ⓓ - المهارات الحركية: هي نمط معين من السلوك الذي يتكرر في ظروف مختلفة، وهذا النمط يتناسب مع مجموعة من الحركات تؤدي في تسلسل وتناسق معين بدقة وتوقيت وسرعة معينة.

### الاجابة عن السؤال الثاني: (٦ ن)

#### ٥١٥ - الأفعال المنشورة:

حركات الجنين في المراحل الأخيرة والطفل في الشهر الأول انعكاسية في طبيعتها. يعني أنها لا إرادية ويمكن التحكم فيها بطريقة بسيطة لأن العديد من هذه الحركات الانعكاسية تشبه الحركات الإرادية المتأخرة ويطلق عليها الحركات الانعكاسية للوضع الحسدي. والحركات الانعكاسية الأخرى يطلق عليها الحركات الانعكاسية الأولية وذلك سبب تشابها مع الحركات التي تؤديها الحيوانات. الحركات الأولية الانعكاسية مثل حركات الشتات والتي تعتبر حركات ميكانيكية دائمة وبذور هذه الحركات، فإن المؤود الجديد سوف يصبح غير قادر على الحصول على التغذية.

#### ٥١٥ - القدرات الحركية الأولية:

إن الحركات الأولى الإرادية للطفل يطلق عليها الحركات الأولية. إن القدرات الحركات الأولية هي هذه الحركات التي تنمو خلال الستين الأولين 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 مستقبلا.

#### ٥١٥ - النماذج الحركية الأساسية:

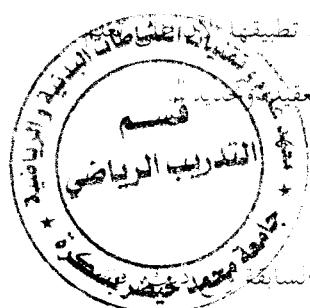
إن النماذج الحركية الأساسية تكون خارج نطاق نمو القدرات الحركية الأساسية والتي تم تناولها في الستين الأولين من حياة الطفل ويدوون في النمو في حوالي السنة الثالثة ويستمرون حتى السنة السابعة تقريباً (الصف الثاني)، هذه تكون السنوات التي فيها الأطفال يكتشفون الحركة المناسبة لأحجامهم أثناء الجري والقفز والرمي ومسك

وألعاب التوازن ويتميز بموج الحركة بالقدرة على التحرك بطرق متعددة نتيجة لأوامر معصاً، وبينما يتميز عنى العمومية في الحركة أكثر منها على المخصوصية.

#### ٥٤- 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 تقريباً

(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 نوع كبير في المهارات الرياضية، والتي تكون مهمة للمهارات المندربية والمزدوجة



#### ٥٥- المهارات الحركية المحددة (مرحلة الإنقان):

إن المهارات الحركية المحددة هي امتداد للمهارات الحركية التي تم التأكيد عليها في المرحلة السابقة، وهي تطبيقها في المهام الرياضية. إن المهارات الرياضية هي "بناء للحركات الأساسية في أشكال أكثر تعقيداً، وذلك على مستوى الممارسة والتجربة والتجدد والابتكار".

٥٦- المهارات الرياضية الأكثر تعقيداً في أداء الأنشطة القيادية المتقدمة وكذلك الرياضة الرسمية نفسها. إن مرحلة المهارات الرياضية المحددة تتطابق بصورة كبيرة مع السنوات المدرسية المتوسطة من عمر الحادية عشر إلى ثلاثة عشر، وأيضاً تكون مرحلة تهذيب قوي للمهارات الحركية العامة في توسيع كبير لنشاطات الرياضية.

#### ٥٧- المهارة المتخصصة:

إن تطور المهارة المتخصصة هي المرحلة السادسة من تطور الحركة. إنها تبدأ في حوالي الرابعة عشر وستمر حتى ٥٨- الشباب. إنها متباينة مع تطور المهارة المحددة في أغلب الطرق ماعداً أن نمو المهارة المتخصصة تعزز ويزكر فيها

عدد محدود من المهارات المحددة ليتم ممارستها وإتقانها على مستويات عالية من الأداء.

إن مستوى الأداء يعتمد على مواهب الشخص ودرجة التخصص.

#### الإجابة عن السؤال الثالث: (٥٧)

##### ١- مهام علم الحركة:

٥٩- دراسة تطور الحركات الرياضية للإنسان.

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

٥٥ - تصفيف سير الحركات الرياضية.

٥٥ - تصفيف الحركات الرياضية الأساسية وترتيبها.

٥٤ - التعلم الحركي.

## ٢- وظائف علم الحركة:

٥٣ - تربية التلامذة وتعليمهم بواسطة عنم الحركة.

٥٣ - تعليم الحركة والتواافق الحركي والقدرة على تحليل سير الحركة.

٥٣ - الارقاء بقدرة الأداء الحركي وبمهاراته للوصول إلى أعلى المستويات.

٥٣ - القدرة على كيفية تحديد الأخطاء ووضع الحلول المناسبة.

٥٣ - القدرة على التطور الحركي للوصول باللامذة إلى تنفيذ حركات متناسقة صحيحة.

الاجابة عن السؤال الرابع: (٥٣)

## ١- خصائص النمو الحركي في سنوات الطفولة المبكرة:

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

الخصائص العامة المميزة لننمو الحركي في هذه الفترة ما يلي:

### ٥٤- التعطش الجامح للنشاط والحركة:

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



بالتعلم الحركي في هذا المجال عمليات التعلم المقصودة المنظمة، بل يقصد به كل ما يكتسبه ويتعلمه الطفل في محيط البيئة التي يعيش فيها". شكل: 13.

### ٥٥- الإفراط في بذل الجهد:

إذ تتسنم حركات الطفل في الإفراط في بذل الجهد، وبإشراف عدد كبير من العضلات في معظم حركاته، مما يضر بـ

### ٥٦- الحركات غير الهدافة:

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

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

### ٥٧- سرعة الانتقال من نشاط حركي إلى آخر:

فلا يتميز طفل هذه المرحلة باستمراره لدمة طويلة في مزاولة نشاط حركي معين، بل تجده سريعاً الانتقال من نشاط إلى

آخر إذ أن درجة تركيزه لممارسة مهارة معينة تكون لدمة وجيزة وسرعان ما يضيق ذرعاً بما يمارسه من نشاط، ويصبح بعد

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

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

حضرت إمارة التحرر تكون يوم الخميس ٢٠٢٠/٥/١٦  
علم الشاهدة المتميزة بـ بالقاهرة رقم ٥٨

