



جامعة محمد الصديق بن يحيى جيجل

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم: علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التاريخ: الأربعاء 17 جانفي 2024

السنة الجامعية: 2023-2024

التخصص: تدريب رياضي تنافسي

المستوى: السنة الثالثة ليسانس

زمن الإجابة: ساعة ونصف

المادة: علم الحركة

التصحيح النموذجي لاختبار الدورة العادية للسداسي الأول

ملاحظة هامة: عملية تقييم إجابة الطالب على أساس درجة قربها من فكرة أو معنى الإجابة النموذجية

الإجابة النموذجية:

الجواب الأول: (6 نقاط)

*** المقصود بالتصور الحركي:**

- يقصد بالتصور الحركي على أنه استباق الحركة من خلال تنفيذه ذهنيا، وتختلف جودة التصور الحركي من إنسان لآخر تبعا لجودة الجهاز الحركي. (0,75 نقطة)

- لذلك نرى وجود اختلافات بين الرياضيين بالاستجابة لمثير معين في النشاط الرياضي وهذا يعتمد على دقة اختيار البرنامج الحركي من البرامج المتنوعة في الذاكرة الحركية وحسب ما يقتضيه الموقف (البرمجة الحركية). (0,75 نقطة)

- كذلك يمكن تمييز التصور الحركي الجيد عن غيره من خلال قدرة الرياضي على مقارنة الحركة التي تم التفكير بها مسبقا (ما يجب أن يتم) مع المعلومات الراجعة حول التنفيذ الحالي للحركة (ما يتحقق حاليا). (0,75 نقطة)

- ليستطيع الرياضي قدر الإمكان من القيام بالتصحيح خلال أداءه للحركة (مقارنة ما يجب تحقيقه مع ما تحقق). (0,75 نقطة)

*** مكونات التصور الحركي هي:**

- المعيار المكاني: الذي يهتم بتحديد اتجاه الحركة ومدى الحركة إضافة إلى اتجاه ونقل أجزاء الجسم مكانيا (في المكان)، ويتحدد هذا المعيار بواسطة حاسة البصر وحاسة التوازن ويتم تعلمه أولا قبل المعيار الزمني. (1 نقطة)

- المعيار الزمني: يحدده الإحساس الداخلي والتوازن ويكون تعلمه ثانيا بعد تعلم المعيار المكاني ويعمل على توقيت ومدة سرعة نقل أجزاء الجسم خلال الحركة. (1 نقطة)

- المعيار الديناميكي: هو المعيار الذي يربط المعيارين السابقين (الزمني والمكاني) ليحدد المعيار الديناميكي في ما بعد أي أن تكون تدريباته تعد تدريبات المعيارين (المكاني والزمني)، ويعمل على تحديد تتابع قوة التنبيه ومدة قوة التنبيه وشدة قوة التنبيه. (1 نقطة)

الجواب الثاني: (6 نقاط)

* المقصود بالنمو الحركي:

- هو جزء من النمو العام ويمثل التغيرات في السلوك الحركي للطفل والعمليات المسؤولة لهذا التغير، ويعتبر النضج والخبرة من أهم العوامل التي تؤثر في عملية النمو الحركي. (1,50 نقطة)
- * تهدف دراسة النمو الحركي إلى تحقيق أهداف جد هامة نذكر منها:
 - الوصف (Décrire): (0,25 نقطة)
 - وهو معرفة الكيفية التي يسير عليها النمو عبر مختلف المراحل لحياة الإنسان. (0,75 نقطة)
 - التفسير (Expliquer): (0,25 نقطة)
 - وهو معرفة العوامل التي تؤدي إلى ظهور النمو في مرحلة من المراحل وتفسيرها. (0,75 نقطة)
 - التنبؤ (Prédire): (0,25 نقطة)
 - هو توقع معدل تقدم النمو، وتزداد احتمالات التوقع كلما كان التفسير دقيق ومعرفة جيدة لأسباب حدوث النمو والعوامل المؤثرة فيه. (1,25 نقطة)
 - التحكم والضبط (Contrôler): (0,25 نقطة)
 - التمكن من تحقيق التغيرات التي يرغب فيها، وإيقاف أو تقليل التغيرات التي لا يهتم بها. (0,75 نقطة)

الجواب الثالث: (8 نقاط)

* المقصود بالتصور الحركي:

- يقصد بالتصور الحركي على أنه استباق الحركة من خلال تنفيذه ذهنياً، وتختلف جودة التصور الحركي من إنسان لآخر تبعاً لجودة الجهاز الحركي. (0,75 نقطة)
- كذلك يمكن تمييز التصور الحركي الجيد عن غيره من خلال قدرة الرياضي على مقارنة الحركة التي تم التفكير بها مسبقاً (ما يجب أن يتم) مع المعلومات الراجعة حول التنفيذ الحالي للحركة (ما يتحقق حالياً). (0,75 نقطة)

* أهمية القدرات التوافقية:

- إن القدرات التوافقية أثبتت أهميتها في الكثير من الفعاليات الرياضية وأصبحت الركن الثالث للقدرات الحركية (فضلاً عن القدرات البدنية والمرونة) ولهذا نرى أن تطورها سيصب إيجابياً في تطور المستوى العام للرياضي وذلك من خلال: (0,50 نقطة)
- كفاءة القدرات التوافقية تعمل على تقليل الزمن اللازم لتعلم الرياضي المهارة الرياضية. (1 نقطة)
- جودة أداء الرياضي في الحركات والاقتصاد في الجهد المبذول خلال التنفيذ. (1 نقطة)
- درجة استغلال قدراته البدنية لتحقيق الانجاز المنشود. (1 نقطة)
- تساعد الرياضي على الاستخدام السريع والهادف للمهارة الرياضية في الشروط والمواقف المتغيرة. (1 نقطة)

- تعمل على سرعة تعلم الرياضي من خلال تعديل المهارة أو تعلم مهارة جديدة بالنسبة للرياضي المتدرب لسنوات طويلة. (1 نقطة)
- تحدد القدرات التوافقية بالاشتراك مع باقي عناصر الانجاز الأخرى في حدود القدرات الانجازية للرياضي. (1 نقطة)

أستاذ المقياس: بن علي الهادي