

جامعة محمد خير بكرة
 معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية
 والرياضية

السنة الجامعية 2021/2022
 الأستاذ : قيد و ام الطيب

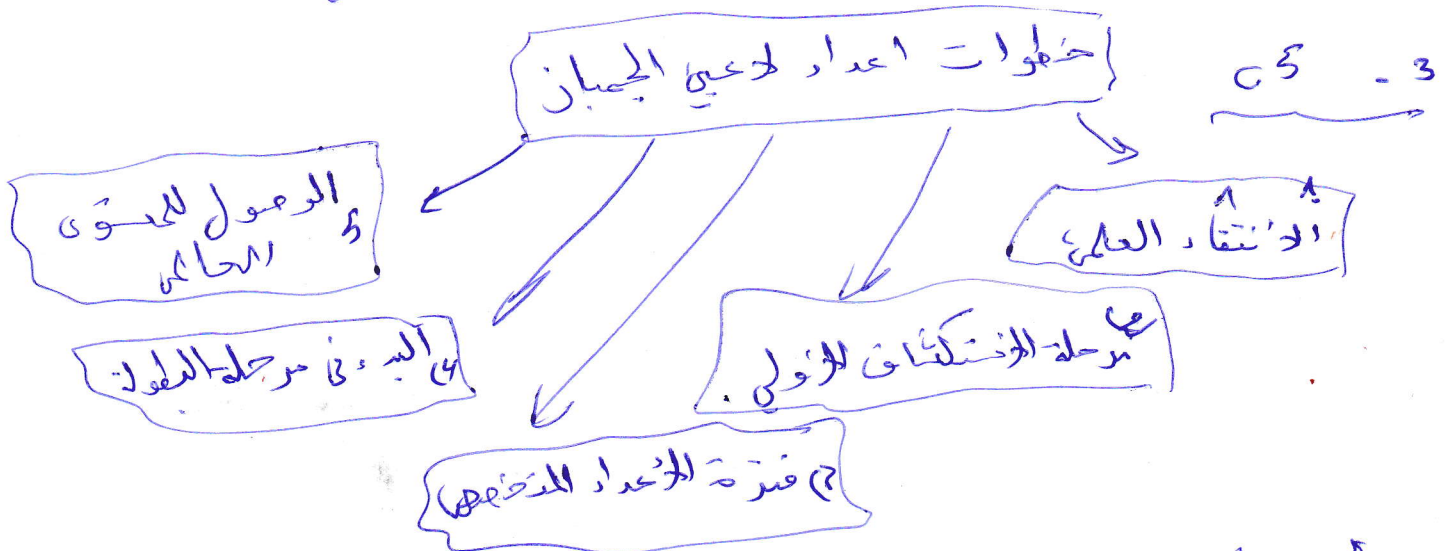
السنة الاولى ليسانس
 السادس الثاني

الواجب النموذجي لامتحان مقياس
 الجيز

الجواب الأول:

1. شروع الاختلافات:
 1. رياضة تمارس في سن مبكر جدا .
 2. لا يمكن ممارستها إلا تحت إشراف مدربين .
 3. الانتقاء يكون مبكرا بغية التوجيه للبطولة مبكرا .
 4. الهدر الرياضي قصير مقارنة بباقي الرياضات .
2. تعريف الانتقاء الرياضي:

هو عملية اختيار أفضل الرياضيين الممارسين والموهوبين والذين يتبوؤ لهم الوصول إلى أعلى مستويات في الأجناس الرياضية .



4 - اشرح موجزا خطوات هذا الخطوات مع الطالب الشرح حسب الفهم

الجواب الثاني :

1- معنى البصر في البياني : كـ

هو واجب حركي أو مهاري يتلخص محتواه أداء لفترة زمنية محددة أو مجموعة تكرارية بخوفها تحقيق هدف محدد.

2- مبدأ نجاح المبر في البياني : كـ

1- أن يؤدي لفترة زمنية لا تقل عن 15 ثا أو تكرار لا يقل عن 15 تكرار

2- أن يكون له هدف أو غرض محدد.

3- أن تخضع لقاعدة علمية.

4- أن يؤدي نحو أهداف و شروط محددة.

5- و هناك مجموعة اقتراحات أخرى حسب فهم الطالب.

3- المراحل الأساسية في التعلم الحركي : كـ

1- المعرفة الأولية للحركة نظرياً.

2- التلميح الأولي للمهارة « الاستكشاف ».

3- مرحلة التحسين والانتقاء.

4- المرحلة المتقدمة الأولية للأداء الحركي.

بعض أن يذكر الطالب ثلاث مراحل

4- التدرج نحو مهارة حركية في موقف تعليمي واحد : كـ

على الطالب تسمية مهارة معينة واقتراح تمرين واحد للتدريب عليها ؟