

الإجابة النموذجية لامتحان مقياس التوافق الحركي للسداسي الثالث لطلبة السنة الثانية ماستر 2025/2024

الإجابة

ج1: تعريف كل من التوافق الحركي والقدرة على تقدير الوضع:

- التوافق الحركي: هو قدرة الفرد على التحكم في عضلات جسمه مجتمعة أو مفردة حسب متطلبات النشاط.

- القدرة على تقدير الوضع: هي قدرة الرياضي على تحديد وضع حركة جسمه بالمكان نسبة الى الاشياء الاخرى المتحركة كحركة الخصم أو الزميل، أو حركة...

ج2: الفرق بين التعلم الحركي والتطور الحركي:

- التعلم الحركي: هو التجربة العملية المحسوسة والتي تحدث نتيجة تطبيق الفرد للمعلومات المكتسبة والمعارف في المجال، والتي أن ينتج عنها حصوله على مهارات حركية جديدة أو تطور حركي.

- التطور الحركي: هو مرتبط بداية بمقدار النمو والنضج عند الفرد عبر مختلف مراحل النمو، ثم بالأداء العملي جراء التعلم الحركي.

ج3: الفرق بين السلوك الحركي والتصرف الحركي:

- السلوك الحركي: هو ما نراه من أداء الفرد للمهارة الحركية سواء بإرشادات لفضية كالشرح أو عن طريق الغرض.

- التصرف الحركي: هو تحقيق الهدف ذهنياً قبل الأداء الحركي أو توقع مسبق للحركة أو المهارة وتصورها مقرونة بالأداء والارشادات المطلوبة لفضيا أو بالعرض.

ج4: تحديد مرحلة التوافق الحركي لكل ميزة من هذه المميزات:

- | | |
|-----------------------------|--|
| مرحلة التوافق الحركي الخام | - عدم توازن الجهد المبذول مع متطلبات الحركة. |
| مرحلة التوافق الحركي الدقيق | - عدم وجود فواصل واضحة بين أجزاء الحركة. |
| مرحلة التوافق الحركي الخام | - مقدار الاستجابة كبير بالنسبة للحركة |
| مرحلة التوافق الحركي الدقيق | - يكون التوقع والنقل الحركي منسجم مع الهدف. |
| مرحلة التوافق الحركي الثابت | - تنظم الحركة وفق الوضعيات المختلفة. |
| مرحلة التوافق الحركي الدقيق | - تطابق الحركة مع الهدف المطلوب والتصور المرسوم بالدماع. |
| مرحلة التوافق الحركي الخام | - التصور والتصرف الخاطئ. |
| مرحلة التوافق الحركي الثابت | - انسجام البناء الحركي، وترابطه مع تحقيق الهدف المطلوب. |
- المعرفة الكاملة بالحركة والوعي العضلي بالمهارة.