



جامعة بنها

قسم العلوم التربوية والنفسية الفرقة : الثالثة "تكنولوجيا تعليم"

الفصل الدراسي : الأول

التاريخ : ١٧ / ١ / ٢٠١٧

الزمن : ساعتان

إمتحان مادة

الأنشطة المدرسية الترويحية والعلاجية

السؤال الأول:-

ترتبط الأنشطة الترويحية بوقت الفراغ.

فى ضوء ذلك وضحي ما يلى:-

١ - مكونات وقت الفراغ.

٢ - مستويات المشاركة فى وقت الفراغ.

٣ - أهم خصائص الترويح.

٤ - أهمية الترويح.

السؤال الثانى:-

أكملى ما يلى:-

١ - أسباب الإعاقة هى:-

٢ - أهداف الترويح الرياضى كما تراها "تريزا ولانسكا Teresa Wolanska"هى:-

٣ - يتم تقسيم مناشط الترويح الرياضى إلى المجموعات الرئيسية التالية:-

٤ - المداخل العلاجية خلال عملية تأهيل المعوقين هى:-

٥ - من تصنيفات الأشكال السلوكية للترويح:-

مع أطيب التمنيات بالنجاح والتوفيق.



جامعة بنها

قسم العلوم التربوية والنفسية الفرقة : الثالثة "تكنولوجيا تعليم"

الفصل الدراسي : الأول

التاريخ : ١٧ / ١ / ٢٠١٧

الزمن : ساعتان

نموذج إجابة إمتحان مادة
الأنشطة المدرسية الترويحية والعلاجية

إجابة السؤال الأول:-

ترتبط الأنشطة الترويحية بوقت الفراغ.

فى ضوء ذلك وضحي ما يلى:-

١ - مكونات وقت الفراغ:-

-المكونات الرئيسية لوقت الفراغ كما يراة كابيلن Kaplan:-

- المعنى :-

ويشير المعنى إلى مدى وضوح مفهوم وقت الفراغ لدى الأفراد إدراكهم لأهمية ممارسة

مناشطة ، وكذلك الى مدى المامهم بالبنية المعرفية المرتبطة بنظريات وفلسفة وقت الفراغ

- الوظيفة :-

تحدد وظيفة وقت الفراغ فى ضوء وضوح المعنى ومفهوم وقت الفراغ لدى الأفراد ، فمن

خلال تفهم الأفراد لمعنى وقت الفراغ يتم ادراكهم للأهداف التى يمكن أن تنبثق وتتضح من المعنى

ومن ثم فانة يمكن استنباط وظيفة وقت الفراغ وبذلك نرى ان اهداف وقت الفراغ مرتبطة بالمعنى

ويتم تحديد الوظائف الرئيسية لوقت الفراغ وفقا لما يلى :-

الإسترخاء : ويعبر عنه بالإستجمام

التسلية : ويعبر عنها بأنها وسيلة مضادة للملل ومن روتين الحياة اليومية

تطوير الشخصية : ويعبر عنها بالتنمية المعرفية والعقلية وبالمشاركة الإجتماعية

- الحالة أو الظروف:-

والمقصود بذلك المكون هو أن وقت الفراغ مرتبط بحالة الأفراد أو بظروفهم ، ومن أهم هذه

المتغيرات :

السن

الجنس

الظروف الأسرية والعائلية

الخصائص النفسية للفرد

المستوى الإجتماعى والإقتصادى

نوع ودرجة التعليم

طبيعة وحجم العمل



اتقان الفرد للمهارات وإهتمامة بالهوايات

- الإختيار:-
يرتبط الإختيار بطريقة وثيقة بحالة أو ظروف الفرد ، ففي ضظء المتغيرات السابقة يمكنة تحديد كم وقت الفراغ وكذلك نوعية المناشط التي يمكن اختيارها لإستثمار وقت الفراغ
- ٢- مستويات المشاركة فى وقت الفراغ:-
 - المستوى الأول : ويتضمن المشاركة الإبتكارية فى العديد من مناشط وقت الفراغ والتي من أهمها : التأليف ، الإختراع ، ابتكار النماذج والتصميمات
 - المستوى الثانى : ويضم المشاركة الإيجابية امناشط وقت الفراغ من قبل الممارسين ، ومن أهم هذة المناشط : المباريات والمسابقات الرياضية، التمثيل المسرحى ، العزف الموسيقى
 - المستوى الثالث : ويشمل المشاركة الوجدانية فى مناشط وقت الفراغ والتي تتمثل فى : قراءة القصص والروايات ، مشاهدة الأفلام والمسرحيات والتمثيلات ، زيارة المتاحف والمعارض
 - المستوى الرابع : يتضمن المشاركة السلبية فى مناشط وقت الفراغ والتي يتم التعبير عنها من خلال : لقاء الأقراب والأصدقاء ، التسلية والترفيه ، اللهو ، استهلاك الوقت
 - المستوى الخامس : ويشمل المناشط التي تلحق الأذى أو الضرر بالفرد وذلك : كالادمان للمخدرات ، والخمر ، ارتكاب أفعال غير تربوية
 - المستوى السادس : يضم المناشط التي تلحق الأذى أو الضرر بالمجتمع وذلك : كارتكاب الجرائم ، التطرف الدينى ، أعمال العنف
- ٣- أهم خصائص الترويح:-
للترويح خصائص تميزة عن غيره من المناشط الأخرى ،ومن دراستنا لمفهوم الترويح يتضح أن أهم الخصائص هي :-
 - نشاط بناء : وذلك يعنى أن الترويح يعد نشاطا هادفا فهو يساهم فى تنمية وتطوير شخصية الفرد من خلال المشاركة فى ممارسة مناشطة مختلفة.
 - إختيارى : حيث يختار الفرد نشاطة وفقا لرغبته ودوافعه،وذلك لا يعنى إغفال التوجيه التربوى نحو إرشاد الفرد لممارسة نوع من النشاط يتفق وميولة ودوافعه وحاجاته وإستعداداته.
 - حالة سارة : أى أن الترويح يجلب السرور والمرح والسعادة إلى نفوس الممارسين لمناشطة نتيجة للتعبير عن الذات والإبداع فى النشاط مع مراعاة عدم الإضرار بمشاعر الآخرين.
 - يتم فى وقت الفراغ : فالترويح عن الذات يتم فى الوقت الذى يتحرر فيه الفرد من قيود العمل أو من أية إرتباطات أو واجبات أو إلتزامات.
 - يحقق التوازن النفسى : وذلك من خلال إشباع الفرد الممارس لمناشط الترويح لحاجاته النفسية وتلك الحاجات النفسية لا يمكن إشباع بعضها إلا من خلال وقت الفراغ.



٤- أهمية الترويح:-

يعد الترويح مظهرا من مظاهر النشاط الإنساني وله دور هام فى تحقيق التوازن بين العمل والراحة من عناية وله إسهاماتة فى تحقيق السعادة للإنسان ، وان إسهامات الترويح فى الحياة العصرية فى النقاط التالية:-

- تحقيق الحاجات الإنسانية للتعبير الخلاق عن الذات.
- تطوير الصحة البدنية والصحة الإنفعالية والصحة العقلية للفرد.
- التحرر من الغوط والتوتر العصبى المصاحب للحياة العصرية.
- توفير حياة شخصية وعائلية زاخرة بالسعادة والإستقرار.
- تنمية ودعم القيم الديمقراطية.

إجابة السؤال الثانى:-

أكملى ما يلى:-

١- أسباب الإعاقة هى:-

- أسباب خلقية
- أسباب مكتسبة

٢- أهداف الترويح الرياضى كما تراها "تريزا ولانسكا Teresa Wolanska هى:-

- تعويض نقص الحركة البدنية للفرد.
- التخلص من من الوزن الزائد.
- تحسين وتطوير الحالة الصحية للفرد.
- الترويح عن النفس والتخلص من التوتر العصبى.

٣- يتم تقسيم مناشط الترويح الرياضى إلى المجموعات الرئيسية التالية:-

- الألعاب والمسابقات ذات التنظيم البسيط.
- الألعاب أو الرياضات الفردية.
- الألعاب أو الرياضات الزوجية.
- ألعاب أو رياضات الفرق.



٤- المداخل العلاجية خلال عملية تأهيل المعوقين هي:-

- العلاج السلوكي.
- العلاج الجماعي.
- العلاج باللعب والترويح.
- العلاج بإيجاد المعنى.
- مدخل تصحيح القيم.
- ٥- من تصنيفات الأشكال السلوكية للترويح:-
- السلوك الإجتماعي.
- السلوك التنافسي.
- سلوك المشاركة.
- السلوك الإستكشافي.
- سلوك المخاطرة.
- خبرات تفويضية.
- الإستثارة الحسية.
- السلوك الإبتكاري.
- السلوك التذوقي.

مع أطيب التمنيات بالنجاح والتوفيق.