



جامعة بنها

قسم العلوم التربوية والنفسية الفرقة : الرابعة "إقتصاد منزلي"

الفصل الدراسي : الأول

التاريخ : ٢٠١٧/ ١/ ١١

الزمن : ساعتان

أ.م.د/هالة يحيى حجازى

إمتحان مادة

الأنشطة المدرسية الترويحية والعلاجية

السؤال الأول:-

‘يعد الترويح وأنشطة المختلفة من أهم من أهم الطرق لإستثمار وقت الفراغ.
فى ضوء ذلك وضحي ما يلى:-

١- أهم خصائص الترويح.

٢- أهمية الترويح.

٣- مستويات المشاركة فى مناشط الترويح.

٤- الطرق الأساسية لتعريف وقت الفراغ.

السؤال الثانى:-

أكمل ما يلى:-

١- أسباب الإعاقة هى:-

٢- أهداف الترويح الرياضى كما تراها "تريزا ولانسكاTeresa Wolanskaهى:-

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

٤- من المعلومات اللآزمة عن الشخص المعوق:-

٥- المداخل العلاجية خلال عملية تأهيل المعوقين هى:-

مع أطيب التمنيات بالنجاح والتوفيق.

أ.م.د/هالة يحيى



جامعة بنها

قسم العلوم التربوية والنفسية الفرقة : الرابعة "اقتصاد منزلي"

الفصل الدراسي : الأول

التاريخ : ٢٠١٧/ ١/ ١١

الزمن : ساعتان

نموذج إجابة إمتحان مادة
الأنشطة المدرسية الترويحية والعلاجية

إجابة السؤال الأول:-

‘يعد الترويح وأنشطة المختلفة من أهم من أهم الطرق لإستثمار وقت الفراغ.
فى ضوء ذلك وضحى ما يلى:-

١-أهم خصائص الترويح:-

للترويح خصائص تميزه 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 المختلفة.
- إختيارى : حيث يختار الفرد نشاطه 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.

٢- أهمية الترويح:-

يعد الترويح مظهرا من مظاهر النشاط الإنسانى ولة دور هام فى تحقيق التوازن بين العمل والراحة من عناية ولة إسهاماته 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.

- ٣- مستويات المشاركة فى مناشط الترويح:-
- المستوى الأول : ويتضمن المشاركة الإبتكارية فى العديد من مناشط وقت الفراغ والتي من أهمها : التأليف والإختراع،أبتكار النماذج والتصميمات.....
 - المستوى الثانى : ويضم المستوى الثانى المشاركة الإيجابية لمناشط وقت الفراغ ومن أهمها: المباريات والمسابقات الرياضية، التمثيل المسرحى، العزف الموسيقى، المعسكرات، الرحلات.
 - المستوى الثالث : ويشمل المشاركة الوجدانية فى مناشط وقت الفراغ ومن أهمها : قراءة القصص والروايات، مشاهدة الأفلام والمسرحيات والتمثيلات، الإستماع إلى الموسيقى.
 - المستوى الرابع : يتضمن المشاركة السلبية فى مناشط الترويح والتي يتم التعبير عنها من خلال : لقاء الأقارب، التسلية والترفية، اللهو وإستهلاك الوقت، تبادل الحديث مع الآخرين.
 - المستوى الخامس : يشمل المناشط التي تلحق الأذى أو الضرر بالفرد وذلك : كالإدمان للمخدرات وللخمر ، إرتكاب أفعال غير تربوية.
 - المستوى السادس : يضم المناشط التي تلحق الأذى أو الضرر بالمجتمع وذلك : كإرتكاب الجرائم، التطرف الدينى، أعمال العنف.

٤- الطرق الأساسية لتعريف وقت الفراغ :-

- وقت الفراغ بمثابة التأمل .
- وقت الفراغ بمثابة نشاط.
- وقت الفراغ بمثابة وقت حر.
- النظرة الشمولية لوقت الفراغ.

إجابة السؤال الثانى:-

أكملى ما يلى:-

- ١- أسباب الإعاقة هى:-
 - أسباب خلقية
 - أسباب مكتسبة

٢- أهداف الترويح الرياضى كما تراها "تريزا ولانسكاTeresa Wolanskaهى:-

- 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- من المعلومات اللازمة عن الشخص المعوق:-
- الخلفية التعليمية والخبرة المهنية.
 - الشخصية والمظهر الخارجى والسلوك العام.
 - أى مشاكل إجتماعية .
 - نتائج أى تقييمات خاصة مثل نتائج التوجيه الفنى.
 - نتائج أى تدريب مهنى.
- ٥- المداخل العلاجية خلال عملية تأهيل المعوقين هى:-
- العلاج السلوكى.
 - العلاج الجماعى.
 - العلاج باللعب والترويح.
 - العلاج بإيجاد المعنى.
 - مدخل تصحيح القيم.

مع أطيب التمنيات بالنجاح والتوفيق.

أ.م.د/هالة يحيى