**جامعة بنها**

**قسم العلوم التربوية والنفسيةالفرقة : الثالثة"تكنولوجيا تعليم"**

**الفصل الدراسى : الأول**

**التاريخ : 17 /1 /2017**

**الزمـن : ساعتان**

**إمتحان مادة**

**الأنشطة المدرسية الترويحية والعلاجية**

ــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــ

***السؤال الأول:-***

***ترتبط الأنشطة الترويحية بوقت الفراغ.***

***فى ضوء ذلك وضحى ما يلى:-***

1. ***مكونات وقت الفراغ.***
2. ***مستويات المشاركة فى وقت الفراغ.***
3. ***أهم خصائص الترويح.***
4. ***أهمية الترويح.***

***السؤال الثانى:-***

***أكملى ما يلى:-***

1. ***أسباب الإعاقة هى:-***

***............... ...............***

1. ***أهداف الترويح الرياضى كما تراها "تريزا ولانسكاTeresa Wolanskaهى:-***

***............... ............... ............... ...............***

1. ***يتم تقسيم مناشط الترويح الرياضى إلى المجموعات الرئيسية التالية:-***

***............... ............... ............... ...............***

1. ***المداخل العلاجية خلال عملية تأهيل المعوقين هى:-***

***............... ............... ............... ............... .............***

1. ***من تصنيفات الأشكال السلوكية للترويح:-***

***............... ............... ............... ............... .............***

***مع أطيب التمنيات بالنجاح والتوفيق.***

**جامعة بنها**

**قسم العلوم التربوية والنفسيةالفرقة : الثالثة"تكنولوجيا تعليم"**

**الفصل الدراسى : الأول**

**التاريخ : 17 /1 /2017**

**الزمـن : ساعتان**

**نموزج إجابة إمتحان مادة**

**الأنشطة المدرسية الترويحية والعلاجية**

ــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــ

***إجابة السؤال الأول:-***

***ترتبط الأنشطة الترويحية بوقت الفراغ.***

***فى ضوء ذلك وضحى ما يلى:-***

1. ***مكونات وقت الفراغ:-***

***-المكونات الرئيسية لوقت الفراغ كما يراة كابلن Kaplan :-***

* ***المعنى : -***

***ويشير المعنى إلى مدى وضوح مفهوم وقت الفراغ لدى الأفرادإدراكهم لأهمية ممارسة مناشطة ، وكذلك الى مدى المامهم بالبنية المعرفية المرتبطة بنظريات وفلسفة وقت الفراغ***

* ***الوظيفة :-***

***تتحدد وظيفة وقت الفراغفى 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 عنة بالإستجمام***

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

***تطوير الشخصية : ويعبر عنها بالتنمية المعرفية والعقلية وبالمشاركة الإجتماعية***

* ***الحالة أو الظروف:-***

***والممقصود بذلك المكون هو أن وقت الفراغ مرتبط بحالة الأفراد أو بظروفهم ، ومن أهم هذة 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 ، ففى ضظء المتغيرات السابقة يمكنةتحديد كم وقت الفراغ وكذلك نوعية المناشط التى يمكن اختيارها لإستثمار وقت الفراغ***

1. ***مستويات المشاركة فى وقت الفراغ:-***

* ***المستوى الأول : ويتضمن المشاركة الإبتكارية فى العديد من مناشط وقت الفراغ والتى من أهمها : التأليف ، الإختراع ، ابتكار النمازج 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 والتى تتمثل فى : قراءة القصص والروايات ، مشاهدة الأفلام والمسرحيات والتمثيليات ، زيارة المتاحف والمعارض***
* ***المستوى الرابع : يتضمن المشاركة السلبية فى مناشط وقت الفراغ والتى يتم التعبير عنها من خلال : لقاء الأقارب والأصدقاء ، التسلية والترفيه ، اللهو ، استهلاك الوقت***
* ***المستوى الخامس : ويشمل المناشط التى تلحق الأذى أو الضرر بالفرد وذلك : كالادمان للمخدرات ، وللخمر ، ارتكاب افعال غير تربوية***
* ***المستوى السادس : يضم المناشط التى تلحق الأذى أو الضرر بالمجتمع وذلك : كارتكاب الجرائم ، التطرف الدينى ، أعمال العنف***

1. ***أهم خصائص الترويح:-***

***للترويح خصائص تميزة عن غيرة من المناشط الأخرى ،ومن دراستنا لمفهوم الترويح يتضح أن أهم الخصائص هى :-***

* ***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 نشاطة وفقا لرغبتة ودوافعه،وذلك لا يعنى إغفال التوجية التربوى نحو إرشاد الفرد لممارسة نوع من النشاط يتفق وميولة ودوافعة وحاجاتة وإستعداداتة.***
* ***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 فية الفرد من قيود العمل أو من أية إرتباطات أو واجبات أو إلتزامات.***
* ***يحقق التوازن النفسى : وذلك من خلال إشباع الفرد الممارس لمناشط الترويح لحاجاتة النفسية وتلك الحاجات النفسية لا يمكن إشباع بعضها إلا من خلال وقت الفراغ.***

1. ***أهمية الترويح:-***

***يعد الترويح مظهرا من مظاهر النشاط الإنسانى ولة دور هام فى تحقيق التوازن بين العمل والراحة من عنائة ولة 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:-***

1. ***أسباب الإعاقة هى:-***

* ***أسباب خلقية***
* ***أسباب مكتسبة***

1. ***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.***

1. ***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.***

1. ***المداخل العلاجية خلال عملية تأهيل المعوقين هى:-***

* ***العلاج السلوكى.***
* ***العلاج الجماعى.***
* ***العلاج باللعب والترويح.***
* ***العلاج بإيجاد المعنى.***
* ***مدخل تصحيح القيم.***

1. ***من تصنيفات الأشكال السلوكية للترويح:-***

* ***السلوك الإجتماعى.***
* ***السلوك التنافسى.***
* ***سلوك المشاركة.***
* ***السلوك الإستكشافى.***
* ***سلوك المخاطرة.***
* ***خبرات تفويضية.***
* ***الإستثارة الحسية.***
* ***السلوك الإبتكارى.***
* ***السلوك التذوقى.***

***مع أطيب التمنيات بالنجاح والتوفيق.***