

ببينة الحركية كمفهوم تربوى تستند فى تحقيق مراميها وأغراضها الصياغة الإجرائية السلوكية لأهدافها كطريقة ميسرة فى إدارة تعليمية، حيث يتمكن المعلم من التعرف على الأداءات المختلفة من خلال حصائل محددة، الأمر الذى يساعد على القيام بواجباتهم

ضمن هذا الكتاب خمسة أبواب وأربعة عشر فصلا إذ يعالج مقدمة فى الحركة والتربية الحركية والتعلم الحركى، بينما باب الثانى لدراسة النمو البدنى والحركى وتنشيطه، ويتصدى باب البحث والدراسة للمدخل التعليمى للتربية الحركية من حيث حركة الأساسية وتعلم المهارات الحركية وأنماطها والكفاءة الحركية، وميكانيكية الجسم والقوام، ثم يختص الباب الرابع بتناول علاقة الحركية وبرامجها ابتداء من سنوات ما قبل المدرسة حتى نهاية التعليم الأساسى، ثم يأتى الباب الخامس والأخير شارحا كيفية تنمية البدنية والحركية لدى التلاميذ وكيفية تقويمها.

كتاب بهذا المحتوى الشامل يمكن أن يسد ثغرة واضحة فى المكتبة العربية، ويساعد المربى الرياضى العربى على إتقانه لعمله التربوى

يسعدنى أن أقدم للقارئ العربى الدكتور / أمين أنور الخولى، أسامة كامل راتب اللذان قاما بإعداد هذا الكتاب وهما من الوجوه المحاول أن تشق طريق البحث العلمى من بدايته على أسس علمية

يراء، أرجو من الله سبحانه وتعالى أن يعم النفع والفائدة من هذا بر فتية الأمة العربية.

والله ولى التوفيق

محمد حسن علاوى

محتوى الكتاب

الباب الأول

مقدمة فى التربية الحركية والتعليم الحركى

الفصل الأول

مقدمة فى الحركة والتربية الحركية

الصفحة

الموضوع

- مفهوم الحركة ٢٥
- تقسيم المجال النفسحركى ٢٦
- جوانب الحركة وأبعادها ٢٩
- أولا الوعى الفراغى ٢٩
 - ١- الفراغ ٢٩
 - ٢- الاتجاه ٣٠
 - ٣- المستوى ٣١
 - ٤- المسار ٣٢
- ثانيا: الوعى بالجسم ٣٢
 - ثالثا: نوع الحركة ٣٣
 - ١- الزمن ٣٤
 - ٢- الجهد ٣٤
 - ٣- الانسيابية ٣٥
 - ٤- شكل الجسم ٣٦
 - رابعا: العلاقات ٣٦
 - ١- العلاقات مع الأشياء ٣٦
 - ٢- العلاقات مع الناس ٣٧
 - مفهوم التربية الحركية ٣٩



الباب الثاني
النمو البدنى والحركى وتنشيطه
الفصل الثالث
النمو البدنى والحركى

- ٦٧ • مقدمة فى النمو البدنى والحركى
- ٧٢ • مرحلة الطفولة المبكرة (من الميلاد حتى ٣ سنوات)
- ٧٢ - النمو البدنى
- ٧٢ نمو الطول
- ٧٢ نمو الوزن
- ٧٣ - النمو الحركى
- ٧٣ الاستجابات الحركية للرضيع
- ٧٣ بداية الانتقال الحركى للطفل
- ٧٤ الاتزان الحركى ونمو حركة الطفل
- ٧٧ تطور الحبو
- ٨٠ تطور المشى
- ٨٢ مهارة القبض
- ٨٣ تقدم مهارة القبض
- ٨٤ • مرحلة الطفولة ما قبل المدرسة (من ٣-٦ سنوات)
- ٨٤ - النمو البدنى
- ٨٥ - نمو المهارات الحركية
- ٨٨ • مرحلة الطفولة المتوسطة (من ٦ - ١٢ سنة)
- ٨٨ - النمو البدنى
- ٩٠ اختلاف البيئة والنمو البدنى
- ٩٠ التغيرات فى المظهر البدنى
- ٩١ مؤثرات النمو البدنى
- ٩١ - نمو المهارات الحركية
- ٩٣ - المهارات الحركية الدقيقة

- ٤٢ • أهمية التمييز بالتربية الحركية
- ٤٢ • قيم التربية الحركية وأغراضها
- ٤٤ • برامج التربية الحركية واتجاهات المنهج
- ٤٧ • صياغة الأهداف التعليمية
- ٤٨ • الأبعاد المعرفية والإدراكية للتربية الحركية
- ٥٠ • الأبعاد الوجدانية للتربية الحركية
- ٥٠ • علاقة التربية الحركية بالتربية الرياضية
- الفصل الثانى**
- مقدمة فى التعلم الحركى**
- ٥٣ • مقدمة فى التعلم الحركى
- ٥٣ • مبادئ التعلم الحركى
- ٥٣ - الاستعداد
- ٥٤ - الدافعية
- ٥٤ - الأهداف
- ٥٤ - الإدراك
- ٥٥ - التعليم الجزئى مقابل التعليم الكلى
- ٥٥ - التوتر والقلق
- ٥٦ - التقدم فى التعلم الحركى
- ٥٦ - التغذية المرتدة والتدعيم
- ٥٦ - انتقال أثر التعلم الحركى
- ٥٧ - الشكل والأداء الفنى
- ٥٧ - مفهوم التعميم الحركى
- ٥٨ • الاستكشاف الحركى
- ٥٩ • فن التدريس للتربية الحركية
- ٦١ • إطار عام لتدريس الأنشطة الحركية
- ٦٢ • مفاهيم الأداء الحركى فى التربية الحركية



الباب الرابع

نمو الانماط الحركية وتنشيطها

- مراحل التغيرات الحركية وتنميتها ٩٥
- أهمية تنمية التغيرات الحركية ٩٦
- النمو الحركي من وجهة نظر طريقة المكون ٩٧
- أولا: نمو الحركة الانتقالية (في القدمين) ٩٨
- ١- نمو الحركة الانتقالية (في القدمين) ٩٨
- نمط الحركة الانتقالية للقدمين ٩٨
- (أ) أنماط عمل القدم الواحدة ٩٨
- (ب) أنماط عمل مزدوجة ٩٩
- نمو الحجل ١٠١
- ملاحظات التقدم في تعلم الحجل ١٠٤
- ٢- الانتقال الحركي لأجزاء الجسم الأخرى (الدرجة) ١٠٤
- ملاحظة التقدم في تعلم الدرجة ١٠٧
- ثانيا: الحركة غير الانتقالية ١٠٨
- رمي الأشياء ١٠٨
- ملاحظة التقدم في تعلم الرمي ١١٢

الباب الثالث

المدخل التعليمي للتربية الحركية

الفصل الخامس

مفاهيم الحركة الأساسية

- مفاهيم الحركة الأساسية ١١٧
- المهارة ١١٨
- ميكانيزمات النشاط المهاري (في ضوء مدخل النظم) ١١٨
- تقسيم أنماط الحركة الأساسية ١٢٣
- الحركة غير البنائية ١٢٣
- الحركة البنائية ١٢٣
- تقسيم المهارات الأساسية (الأصلية) ١٢٤
- المهارات الخاصة ١٢٥

- جوانب التعليم في الحركة الأساسية ١٢٦
- أولا: غرض برنامج الحركة الأساسية ١٢٦
- ثانيا: الحركة الأساسية ومجالات الأداء ١٢٦
- ثالثا: الحركة الأساسية والفراغ ١٢٧
- رابعا: كفايات الحركة الأساسية ١٢٧
- خطوات تنمية (المشكلة الحركية) ١٢٧
- تشكيل التحدى أو المشكلة الحركية ١٢٩
- إرشادات لتنمية الحركات الأساسية وأنماطها ١٢٩
- عوامل اتساع الحركة وتنوعها ١٣٠
- اعتبارات في برنامج تعليم الحركة الأساسية ١٣٤

الفصل السادس

برنامج تعليم المهارات الحركية الأساسية

- الحركات الأساسية الانتقالية ١٣٧
- المشي ١٣٧
- الجرى ١٣٩
- القفز (الخط) ١٤٠
- الحجل ١٤١
- الوثب ١٤١
- الوثب مع الهبوط على قدم واحدة ١٤٢
- الجرى والوثب على قدم واحدة ١٤٣
- الخطو والحجل بالتبادل ١٤٥
- الزحلفة الجانبية ١٤٦
- السقوط ١٤٧
- الرفع ١٤٩
- الدفع ١٤٩
- الشد ١٥٠
- دحرجة الكرة ١٥٠
- الرمي باليدين من أسفل ١٥١
- الرمي بيد واحدة من أسفل ١٥١



- ١٧٧ • أهمية مهارات الإدراك الحركي
- ١٧٩ • برنامج الإدراك الحركي
- ١٨٠ • أنشطة مقترحة لبرنامج الإدراك الحركي
- ١٨٠ • أولا: أنشطة الوعي بالجسم
- ١٨١ • ثانيا: أنشطة الاتزان
- ١٨٢ • ثالثا: أنشطة الوعي بالفراغ
- ١٨٣ • رابعا: أنشطة توافق العين واليد - والعين والقدم
- ١٨٣ • خامسا: أنشطة التوافق بين العين واليد - والعين والقدم
- ١٨٤ • نمو الشخصية وبناء الجسم

الفصل الثامن

ميكانيكا الجسم والقوام

- ١٨٧ • القوام والتربية الحركية
- ١٨٧ • اكساب عادات قوامية جيدة
- ١٨٨ • اعتبارات في نمو القوام الجيد للطفل
- ١٨٨ • ١- الدافع
- ١٨٨ • ٢- النمو العضلي
- ١٨٨ • ٣- العناية بالقوام أثناء التعليم
- ١٨٩ • ٤- الدور العلاجي للتربية الحركية
- ١٨٩ • ٥- البيئة المدرسية الصحية
- ١٩٠ • معايير قوام الطفل
- ١٩٣ • ارشادات تعليمية للقوام الجيد
- ١٩٣ • الانحرافات الجانبية للقوام
- ١٩٧ • تقويم وملاحظة القوام
- ١٩٨ • طريقة فحص القوام
- ١٩٨ • - الملاحظة غير المباشرة للقوام
- ٢٠٢ • - طريقة الأذن - الكتف
- ٢٠٢ • - الأدوات البصرية
- ٢٠٢ • تمارينات القوام

- ١٥٢ • الرمي باليدين من أعلى الكتف
- ١٥٣ • الرمي بيد واحدة من أعلى الكتف
- ١٥٥ • المسك بالذراعين
- ١٥٦ • المسك باليدين
- ١٥٧ • ضرب الكرة - بيد واحدة من أسفل
- ١٥٧ • ضرب الكرة - باليدين من أسفل
- ١٥٨ • ضرب الكرة - بيد واحدة من أعلى
- ١٥٨ • ضرب الكرة (دفعها) - واليدان أعلى الرأس
- ١٥٩ • الضرب بأداة - لشيء ثابت
- ١٥٩ • الضرب بأداة - شيء متحرك
- ١٦٠ • تنطيط الكرة - باليدين
- ١٦٠ • تنطيط الكرة - بيد واحدة
- ١٦١ • ركل الكرة بداخل القدم
- ١٦١ • ركل الكرة بالأصابع
- ١٦١ • ركل الكرة وهي طائرة
- ١٦٢ • السيطرة على الكرة
- ١٦٢ • الوثب بالحبل - فردي
- ١٦٢ • الوثب بالحبل لمجموعة
- ١٦٣ • أنماط حركية مركبة

الفصل السابع

الكفاية الإدراكية الحركية

- ١٦٩ • الكفاية الإدراكية الحركية
- ١٦٩ • تعريف الإدراك الحركي
- ١٧٠ • الأهمية التربوية للإدراك الحركي
- ١٧٠ • عوامل الإدراك الحركي
- ١٧١ • نظرية كيفارت للإدراك الحركي
- ١٧٣ • نظرية جيتمان للرؤية الحركية
- ١٧٥ • نظرية بيريكلي في الرؤية
- ١٧٧ • عملية الإدراك الحركي



الباب الرابع

الطلاقة الحركية وبرامجها

الفصل التاسع

برامج الحضانة حتى الصف الثاني

● مدخل إلى الطلاقة الحركية

- مفهوم برنامج الطلاقة الحركية
- أغراض برنامج الطلاقة الحركية
- اعتبارات الأمان في برنامج الطلاقة الحركية
- اعتبارات في طرق تدريس الطلاقة الحركية
- أنشطة الإحماء

● برنامج الطلاقة الحركية للحضانة والصف الأول

- أولاً: حركات تقليد الحيوان
- ثانياً: التشقلب واللاتزان المقلوب
- ثالثاً: حركات براعة الاتزان
- رابعاً: حركات البراعة الفردية
- خامساً: حركات البراعة مع الزميل

● برنامج الطلاقة الحركية للصف الثاني

- أولاً: حركات تقليد الحيوان
- ثانياً: التشقلب واللاتزان المقلوب
- ثالثاً: حركات براعة الاتزان
- رابعاً: حركات البراعة الفردية
- خامساً: حركات البراعة مع الزميل

الفصل العاشر

برنامج الصف الثالث - الرابع

● برنامج الصف الثالث

- أولاً: حركات تقليد الحيوان
- ثانياً: التشقلب واللاتزان المقلوب
- ثالثاً: حركات براعة الاتزان



رابعاً: حركات البراعة الفردية

خامساً: البراعة الحركية مع الزميل

● برنامج الصف الرابع

أولاً: حركات تقليد الحيوان

ثانياً: التشقلب واللاتزان المقلوب

ثالثاً: حركات براعة الاتزان

رابعاً: حركات البراعة الفردية

خامساً: حركات البراعة مع الزميل

الفصل الحادي عشر

برنامج الصف الخامس - السادس

● برنامج الصف الخامس

أولاً: التشقلب واللاتزان المقلوب

ثانياً: حركات براعة الاتزان

ثالثاً: حركات البراعة الفردية

رابعاً: حركات البراعة مع الزميل

خامساً: حركات بمساعدة الزميل

● برنامج الصف السادس

أولاً: التشقلب واللاتزان المقلوب

ثانياً: حركات براعة الاتزان

ثالثاً: حركات البراعة الفردية

رابعاً: البراعة الحركية مع الزميل والمجموعة

الباب الخامس

اللياقة - التكيف - التقويم

الفصل الثاني عشر

اللياقة البدنية والحركية

● مفهوم اللياقة البدنية والحركية

● فوائد التمرينات الحركية على اللياقة البدنية

● دراسة الحالة والطفل غير اللائق

● اكتساب الطفل اللياقة البدنية والحركية



- أنشطة البرنامج واللياقة البدنية
- التخطيط للياقة البدنية والحركة للأطفال
- أولاً: أطفال الحضنة حتى الصف الثانى
- تنمية الجذع
- تنمية حزام الكتف والذراعين
- تنمية رشاقة الرجلين
- ثانياً: أطفال الصف الثالث إلى السادس
- التمرينات
- ١- تمرينات المرونة
- ٢- تمرينات حزام الكتف والذراع
- ٣- تمرينات عضلات البطن
- ٤- تمرينات رشاقة الأرجل
- ٥- تمرينات لف وثنى الجذع
- ٦- تمرينات القوة الثابتة
- التدريب الدائرى
- إجراءات تعليمية
- الزمن والجرجات
- التمرينات المستمرة
- تمرينات الأرض الخضراء
- تمرينات الموانع

الفصل الثالث عشر التربية الحركية للمعوقين

- التربية الحركية للمعوقين
- اكتشاف الأطفال المعوقين وملاحظتهم
- أولاً: الأطفال المتخلفون عقلياً
- تنظيم برنامج التربية الحركية للمتخلفين عقلياً
- ١- اهتمامات الطفل
- ٢- طبيعة الأنشطة
- ٣- الأجهزة والتسهيلات

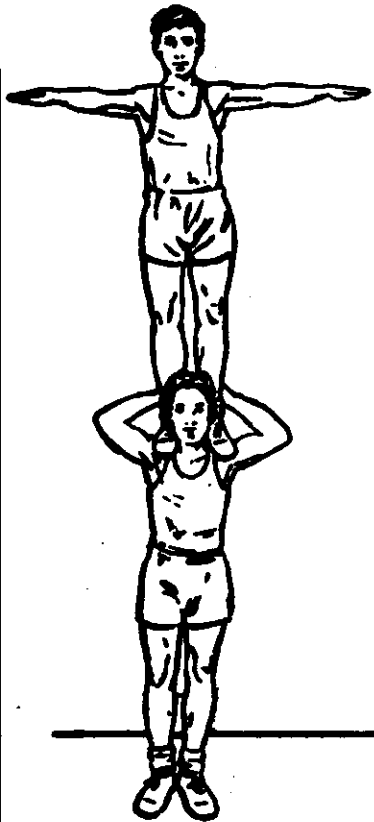


- ٤- اعتبارات فى طرق التدريس والوسائل التعليمية
- برنامج المتخلفين عقلياً
- ثانياً: الأطفال ضعاف السمع
- برنامج المعوقين فى السمع
- ١- الألعاب والأنشطة الحركية
- ٢- الأنشطة الإيقاعية الحركية
- ٣- ميكانيكية الجسم واللياقة الحركية
- ثالثاً: الأطفال المعوقون بصرياً
- الأطفال المكفوفون
- برنامج الأطفال المعوقين بصرياً
- رابعاً: الأطفال المعوقون حركياً
- الفصل الرابع عشر**
- التقويم فى التربية الحركية**
- اكتشاف الأطفال ذوى الكفاية الإدراكية الحركية المنخفضة
- أولاً: اختبار كيفارت (مقياس التقدير الإدراكي)
- ثانياً: مقياس دايتون للوعى الحاسحركى للأطفال أربع
- خمس سنوات
- ثالثاً: اختبار هيتشنسون
- قائمة اكتشاف التلاميذ المحتاجين لتدريب فى جوانب الإدراك الحركى
- مقياس نتر للرضى الحركى
- بطارية اختبار (مارجورى) للمهارة الحركية للأطفال (الصفوف الرابع والخامس والسادس)
- اختبار (روبرت جونسون) لقياس: تحصيل المهارات الأساسية ومعاييرها لأطفال المدرسة الابتدائية
- اختبار (هبلنك، بورمز) لقياس الأداء الحركى ومعاييرها لأطفال
- ١٣-٦ سنة
- اختبار اللياقة البدنية الأمريكى ومعاييرها لأطفال ١٠-١٣ سنة
- اختبار (أورجون) للياقة الحركية ومعاييرها لأطفال الصفوف (٤-٦)
- التقويم المعرفى فى التربية الحركية



التربية الحركية والتعلم الحركي

الفصل الثانى: مقدمة فى التعلم الحركى.

[illegible]

- الاختبارات المعرفية الموضوعية
- اختبار فرجينيا هارت لقياس التحصيل المعرفي لأطفال الصفوف (٤-٦) ابتدائي
- الإعفاء من برامج التربية الحركية
- اعتبارات بيولوجية في تقويم نمو الأطفال البدني
- التكيفات الخاصة للتربية الرياضية لمقابلة احتياجات الفرد

المراجع:

أولاً: المراجع العربية

ثانياً: المراجع الأجنبية

- الكشف التحليلي

