

**كلية التربية الرياضية بنات**

**قسم:التمرينات والجمباز والتعبير الحركى**

**مرحلة:البكالريوس**

**نموذج إجابة مقرر (الإيقاع الحركى) الفرقة (الأولى) الفصل الدراسى (الأول) العام الجامعى (2014- 2015م)**

**إجابة السؤال الأول :- (15) درجة**

1. **أذكرى أهمية الموسيقى فى التربية الرياضية؟ (5) درجة**
2. **تساعد فى تعلم الحركات بسهولة وبسرعة**
3. **تعطى الممارس فرصة التعبير عن نفسه**
4. **تساعد على حفظ الحركات بسهولة وبسرعة**
5. **تساعد على الإنفعال الإنسيابى بين الشد والإرتخاء**
6. **تأخر ظهور التعب**
7. **تلعب دورا هاما فى تنمية الشخصية**
8. **من هو رائد علم الإيقاع الحركى ؟ تكلمى عن سيرته ؟مع ذكر أهم أعماله. (5) درجة**

**يعتبر" إميل جاك دالكروز" المؤسس والمخترع لعلم الإيقاع الحركى ولد "إميل جاك دالكروز" فى فيينا من شهر يوليو عام 1856 من أب سويسرى وأم ألمانية الأصل ،وتوفى فى جينيف عام 1950 وعندما بلغ الثامنة من عمره رحل عن والدية إلى جينيف حيث إلتحق بالكنسرفتوار لدراسة الموسيقى. ثم إلى فيينا حيث أتم دراسته الموسيقية على يد كلا من (بروكز- فوكس) ومنها إلى باريس حيث درس على يد "ليودليب" أثناء فترةة دراسته منحت له فرصة الذهاب إلى الجزائر حيث عمل مديرا لإحدى المسارح الصغيرة .**

**وعاد "دالكروز" بعد ما أتم دراسته إلى جينيف حيث عمل مدرس ومؤلفا ومدرسا لعلم الهارمونى بالكنسرفتوار .**

**ومن أهم أعماله المشهورة ذات الأنغام الجميلة المبتكرة للأطفال وقد قام بتأليف أربع أوبرات وبعض السيمفونيات والمؤلفات للمناسبات المختلفه**

**ج) عرفى ميزان2 وطابعه، وأهم الحركات التى تؤدى عليه، ثم إذكرى الفرق بينه**

**4**

**وبين ميزان 3**

**4 (5) درجه**

* **ميزان 2**

**4**

**" يمتاز هذا الميزان بالإيقاع السريع والقصير فى الحركة المصاحبة ولذلك تؤدى عليه حركات سريعه سهلة معروفه ومألوفه للمشاهد . لا تحتاج إلى جهد أو شرح من المدرسة . وغالبا تؤدى هذه الحركات بداية دروس التمرينات الفنية الحديثة لتنشيط الدورة الدموية وتعد وتهيىء العضلات وأجهزة الجسم المختلفه .**

**" الحركات التى تؤدى عليه**

**الجرى بخطوات واسعه - الجرى العالى السريع - الجرى المنخفض المتقاطع الجانبى**

**الحجل بأنواعه وأهم الحركات التى تؤدى عليه هى البولكا**

**" أما ميزان 3**

**4**

**يتميز هذا الميزان الموسيقى بالحركات ذات المدى الواسع والإنسيابية والسلاسه ولذلك فى حركات التموجات والمرجحات سواء بالرجلين أو بالذراعين أو بالجذع أو بالرأس ومن أنسب الحركات له الحركات ( المشى الثلاثى "الفالس" – الجرى الثلاثى - إيقاع المازوركا)**

**إجابة السؤال الثانى :- (15) درجة**

1. **ضعي الميزان المناسب للعبارات الايقاعية الاتيه :**

* **الميزان الأول 2 (3) درجة**

**4**

* **الميزان الثانى 4 (3) درجة**

**4**

* **الميزان الثالث 3 (3) درجة**

**4**

* **اجابة رقم ( 2) ، ( 3) (6) درجات**

**تترك حرية الإجابة للطالبة**