


كلية التربية الرياضية		زمن الامتحان: ساعتان
قسم التدريب وعلوم الحركة الرياضية		النهاية العظمى: 80 درجة
		الفرقة: الثالثة
الامتحان النظري لمقرر الميكانيكا الحيوية		
امتحان تخلفات ٢٠١٦ / ٢٠١٧		

السؤال الأول: عرف كلاً من :-

- السلوك الحركي للإنسان .
- الاستاتيكا .
- القوى .
- المتغيرات المتصلة .

السؤال الثاني: من خلال دراستك لمادة الميكانيكا الحيوية – تكلم عن كلاً من :-

- الميكانيكا الحيوية وتقسيماتها .
- مستويات ومحاور الحركة .

السؤال الثالث: ضع علامة ( ✓ ) أمام العبارة الصحيحة وعبارة ( X ) أمام العبارة الخاطئة :-

( ١ ) يتخذ حركة القرص وهو في اليد قبل الانطلاق مساراً منحنياً . ( )

( ٢ ) تعتبر مهارة العدو ٥٠ م في المضمار مثلاً عن الحركة المنحنية . ( )

( ٣ ) تعتبر السرعة من المتغيرات المنفصلة . ( )

( ٤ ) تعتبر حركة ثني المفصل من المتغيرات الكمية . ( )

( ٥ ) يعد مفصل الكرة والحق من المفاصل ثلاثية المحاور . ( )

السؤال الثالث: ضع علامة ( ✓ ) أمام حالات الحركة الزاوية :-

( ١ ) الحركة الدورانية للقرص . ( )

( ٢ ) مرجحة عصا الجولف . ( )

( ٣ ) الانزلاق . ( )

( ٤ ) المشي . ( )

( ٥ ) ثني مفصل المرفق . ( )

( ٦ ) دفع سيارة . ( )



امتحان مادة : جمباز ( ٣ ) ( المقاصة )  
الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي : ٢٠١٦-٢٠١٧ م

\*\*\*\*\*

أجب عن الأسئلة التالية :-

( ١٥ درجة )

السؤال الأول :-

وضح ما يلي :-

- أ - مفهوم الانتقاء الرياضي .
- ب - أهمية الانتقاء الرياضي .
- ج - الوسائل المستخدمة في الانتقاء الرياضي .

( ١٥ درجة )

السؤال الثاني :-

تناول بالشرح كيفية اعداد اللاعب نفسياً خلال الفترات التدريبية في رياضة الجمباز .

( ١٠ درجات )

السؤال الثالث :-

تناول بالشرح مراحل الاداء الفني لمهارة الشقلبة الامامية علي جهاز حسان القفز .

---

مع أطيب التمنيات بالنجاح والتفوق

المادة : جمباز(٣)  
الفرقة الثانية (بنات)  
الزمن / ساعتان

\*\*\*\*\*

جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم الجمباز

\*\*\*\*\*

الامتحان النظرى لمقرر : جمباز(٣)

الفصل الدراسى الاول للعام الجامعى (٢٠١٦-٢٠١٧) دور يناير

السؤال الاول :- (١٥ درجة)

\*\*\*\*\*

- أ- ما هي محددات إنتقاء الناشئين لرياضة الجمباز؟؟  
ب- ما هي الخطوات التعليمية لمهارة الدحرجة الخلفية وقوف على اليدين؟؟  
ج- أذكرى النقاط الفنية لمهارة الشقلبة الجانبية على اليدين من الجرى مع  
ذكر الخطوات التعليمية لها ؟

السؤال الثانى :- (١٥ درجة)

\*\*\*\*\*

- أ- ما هي أنواع الحواس المؤثرة فى تعليم مهارات الجمباز مع توضيح علاقة  
احدى هذه الحواس بالجمباز؟؟  
ب- ما هو الوصف الفنى لمهارة نصف دورة خلفية على الركبة على البار السفلى  
لجهاز المتوازى مع توضيح طريقة السند؟؟  
ج- أذكرى أهم النقاط الفنية لمهارة دورة حوض خلفية على العارضة المنخفضة  
لجهاز المتوازى؟؟

السؤال الثالث :- (١٠ درجة)

\*\*\*\*\*

- أ- أذكرى مقاييس جهاز حسان القفز مع توضيح متطلبات الاداء عليه ؟  
ب- اشرحى مراحل الأداء الفنى لقفزة الفرد خلفاً مع التكور داخلاً على جهاز  
حسان القفز - مع ذكر الخطوات التعليمية لها؟؟

مع اطيب التمنيات بالتوفيق ☺ ☺