



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
كثروول الأسئلة

أمتحانات مقررات الفرقة الثانية

الفصل الدراسي الثاني
للعام الجامعي 2021-2022

جامعة طنطا

المادة : تكنولوجيا التعليم

كلية التربية الرياضية

الفرقة : الثانية (بنين - بنات)

قسم المناهج وطرق التدريس

الزمن : ساعتان

امتحان مادة تكنولوجيا التعليم للفصل الدراسي الثاني ٢٠٢٢/٢٠٢١

اجب عن الاسئلة الاتية :

السؤال الاول :

" ان التكنولوجيا ليست هدفا في حد ذاته وانما هي اداة ووسيلة لسرعة الوصول الي الهدف الحقيقي "
في ضوء ذلك :

- عرف تكنولوجيا التعليم مع ذكر اهميتها في التربية الرياضية ؟
- عرف الوسائل التعليمية مع توضيح تصنيفها ؟
- اذكر مواد تعليمية بدون اجهزة وتتمشي مع طبيعة التربية الرياضية مع شرح واحدة ؟

السؤال الثاني :

تكلم عن الاهداف التعليمية ودورها في تكنولوجيا التعليم موضحا :

- تعريف الاهداف في التربية الرياضية ومستوياتها ؟
- تقسيم الاهداف وكيفية صياغة الاهداف السلوكية ؟
- نموذج للاهداف السلوكية لمهارة استلام الكرة بباطن القدم ؟

السؤال الثالث :

اذكر الاساليب التكنولوجية في :

- تعلم مهارات الانشطة الرياضية ؟
- اعداد الطالب المعلم ؟

مع شرح اثنان من كلا منهما بالتفصيل ؟

انتهت الاسئلة.



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم التدريب الرياضي

زمن الإمتحان : ساعتان
النهاية العظمى : 60 درجة
الفرقة : الثانية بنين فقط

الامتحان النظري لمقرر مبادئ الرياضات الفردية (رفع الأثقال + كاراتيه) الفصل الدراسي الثاني "دور مايو"
للعام الجامعي 2021 : 2022
لانحة قديمة بنظام التشعيب

السؤال الأول : الدرجة 30

أمامك مجموعه من الأدعاءات الفنية لمهارة الكلين والنظر في رياضة رفع الأثقال ، وضح ما إذا كانت هذه الأدعاءات

صحيحة أم خاطئة مع تصحيح الخطأ .

1. ابتعاد عمود الثقل عن الجسم .

2. المبالغة في سحب الثقل للخلف .

3. لمس الركبتين بالمرفقين .

4. عدم دفع الثقل للأمام في النظر

5. السقوط العميق في حركة فتح الرجلين split "

السؤال الثاني : الدرجة 30

اذكر عناصر اللياقة البدنية الخاصة برياضة الكاراتيه وتناول إثنان منهم بالشرح ؟

موضحا :-

- مفهوم وتعريف العنصر .

- أهميته برياضة الكاراتيه .

- خصائص مكونات الحمل لتنمية العنصر برياضة الكاراتيه .

مع أطيب تمنياتنا بالتوفيق ...

المادة : طرق التدريس والنقد

الفرقة : الثانية (بنين - بنات)

الزمن : ساعتان

امتحان مادة طرق التدريس والنقد للفصل الدراسي الثاني ٢٠٢٢/٢٠٢١

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم المناهج وطرق التدريس

اجب عن الاسئلة الاتية :

السؤال الاول :

- عرف طرق تدريس التربية الرياضية مع ذكر العوامل التي يتوقف عليها اختيار طريقة التدريس ؟
- اذكر المتطلبات الاساسية التي يجب علي المدرس مراعاتها عند (اعداد مكان الدرس - تنفيذ الدرس) ؟
- تكلم عن مراحل تعلم المهارات الحركية بدرس التربية الرياضية؟
- وضح (صفات - واجبات) مدرس التربية الرياضية؟

السؤال الثاني :

- عرف درس التربية الرياضية ؟
- ضع نموذج لدرس التربية الرياضية ؟
- من خلال النموذج السابق اشرح :
- (اجزاء الدرس - انواع دروس التربية الرياضية)

السؤال الثالث :

تكلم عن :

- انواع طرق تدريس التربية الرياضية ؟
- كيفية استمرارية درس التربية الرياضية ؟
- الادوات في درس التربية الرياضية ؟

انتهت الاسئلة

<p>الزمن : ساعتان</p> <p>الفرقة : الثانية</p> <p>الدرجة النهائية : 70</p>	 <p>علم الحركة فى المجال الرياضى</p>	<p>جامعة طنطا</p> <p>كلية التربية الرياضية</p> <p>قسم التدريب وعلوم الحركة</p> <p>الرياضية</p>
	<p>2022-2021 م</p>	

من خلال دراستك لمادة علم الحركة فى المجال الرياضى أجب عن الأسئلة الآتية:

السؤال الاول:

لتسهيل دراسة الحركات حاول العديد من العلماء تقسيم الحركات من وجهات نظر خاصة وبأساليب مختلفة "اشرح بالتفصيل تقسيم الحركات مع ذكر أمثلة من المجال الرياضى (30)

السؤال الثانى :

اشرح بالتفصيل مستويات ومحاور الحركة مع ذكر أمثلة من المجال الرياضى ؟ (20)

السؤال الثالث :

العضلة يمكن أن تنقبض بأكثر من طريقة ويتوقف ذلك على نوع العمل المطلوب" قارن بين الإنقباض المركزى واللامركزى؟ (20)

مع تمنياتى بالتوفيق

رقم كود المقرر :		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ساعتان		كلية التربية الرياضية
النهاية العظمى : 40 درجة		قسم الرياضات المائية
الفرقة : الثانية - (بنين+بنات)		
الامتحان النظري لمقرر : سباحة (4) + انقاذ		
الترم الثاني - للعام الجامعي : 2022/2021		

(10 درجة)

السؤال الاول:

تتميز سباحة الدولفن بالحركة التموجية للجسم والتي تبدأ من الجذع حتي أصابع القدمين وكذلك حركات الذراعين مع بعضهما..... من خلال العبارة السابقة تكلم عن التحليل الفني لسباحة الدولفن مع الشرح..... مع ذكر خطئين من الأخطاء الشائعة وكيفية إصلاحها

(10 درجة)

السؤال الثاني :

من خلال دراستك لماده سباحة (4) + انقاذ..... تكلم عن

1- الشروط الواجب توافرها في المنقذ؟

2- الصفات التي يتطلبها البدء الجيد

(10 درجة)

السؤال الثالث :

أكمل العبارات السابقة....

1- تمر حركة الذراعين في سباحة الدولفن بمرحلة تمهيدية و..... و.....

2- من مهارات الانقاذ سباحة الانقاذ،.....، القدرة علي أداء الاسعافات الأولية

3- تعتمد ضربات الرجلين في سباحة الدولفن علي مرونة مفصل.....،.....

4- تدخل اليدين في سباحة الدولفن في نقطة أمام مستوي.....، وتكون..... قليلا

5- تتمثل مراحل الانقاذ في الاستغاثة،.....،.....، السحب

(10 درجة)

السؤال الرابع :

ضع علامة () امام العبارة الصحيحة وعلامة () امام العبارة الخاطئة

1- يعتبر الطيران إحدى مراحل التحليل الفني لسباحة الدولفن ()

2- وضع الجسم في سباحة الدولفن افقيا مع مراعاة أن يكون النظر متجها للامام ()

3- تعتبر ضربات الرجلين في سباحة الدولفن تماثلية ()

4- سباحة الدولفن من أسرع السباحات الاربعية ()

5- تعتبر سباحة الدولفن من السباحات الاساسية في مهارات الانقاذ ()

مع تمنباتي بالتوفيق

تاريخ الامتحان ٢٠٢٢/٦/١١ م

جامعه طنطا

مدة الامتحان : ساعتين

كلية التربية الرياضية

درجة الامتحان : ٧٠ درجة

قسم علوم الصحة الرياضية

امتحان دور يونيه لمادة الصحة الرياضية (الفرقة الثانية بنين وبنات)

للعام الجامعي ٢٠٢١-٢٠٢٢ م

السؤال الاول :

٢٠ درجة

تكلم عن

- الفوائد الصحية لدرس التربية الرياضية
- دور مدرس التربية الرياضية في تقويم صحة التلاميذ

٢٠ درجة

السؤال الثاني :

- تكلم عن تأثير التدريب على صحة اللاعبين في المرتفعات
- تكلم عن علاقه التدخين باللياقة البدنية والصحية

٣٠ درجة

السؤال الثالث :

تكلم عن

- ١- ما هي تغذية الرياضي يوم المباراة
- ٢- ما هي شروط الغذاء الكامل
- ٣- ما هي العوامل التي تساعد على ظهور السمنه وانتشارها

تمنياتنا بالنجاح



امتحان النهائي

مقرر: (جودو)

درجة الامتحان: 40 درجة



جامعة طنطا / كلية التربية الرياضية

قسم المنازلات والرياضات الفردية

الفصل الثان 2021 / 2022

الفرقة الثانية لائحة عام 2014 المعدلة

تاريخ الامتحان الاثني 2022/6/13

زمن الامتحان 2 ساعة

كود المادة: (2212م)

عدد الأوراق: 1 ورقة (2 صفحة)

التعليمات:

1. ضرورة الالتزام بالاجابة على الأسئلة المقررة فقط ولن ينظر إلى الاسئلة الزائدة،
2. يستخدم فقط القلم الأزرق والقلم الرصاص في ورقة الاجابة وتصرف ورقة اجابة لكل طالب.
3. لا يسمح بتداول الأدوات(الاقلام، المسطرة، أدوات الرسم، الآلات الحاسبة... وغيرها).
4. لا يسمح تواجد التليفون المحمول أمام الطالب، ولا استخدام تطبيق الآلة الحاسبة على التليفون المحمول.

السؤال الأول: (10 درجة)

1. أذكر آداب وتقاليد رياضة الجودو التي يجب أن يتعلمها ويمارسها لاعب الجودو؟
2. أذكر أنواع السقطات في رياضة الجودو، وشرح كيفية تعليم وأداء أحداها، والأخطاء الشائعة في أدائها؟
3. أذكر أحد مهارات الرمي من أعلى موضعا، كيفية أداء هذه المهارة بمراحلها الثلاثة ؟

السؤال الثاني: اختر الاجابة المناسبة مكان النقاط من الخيارات (أ،ب،ج،د،هـ) ممَّا بين القوسين لكل عبارة. (15د)

1. تؤدي "هيدارى يوكو اوكىمى" بالسقوط على.....(أ. الظهر، ب. الجانب الأيمن، ج. الجانب الأيسر، د. كلا الكفين، هـ. الساعدين وباطن الكفين).
2. تظهر اتجاهات اخلال توازن المنافس فىاتجاهات يستخدمها المهاجم فى افقاد توازن منافسه.(أ. 2، ب. 4، ج. 6، د. 8، هـ. 10).
3. زمن "الوسايكومى" للحصول على "ايون" هو..... (أ. 5 ث، ب. 10 ث، ج. 20 ثانية، د. 25 د، هـ. 30 ثانية).
4. عرض منطقة الأمان بين ملاعب الجودو تكون عرضها..... (أ. 1م، ب. 2م، ج. 3م، د. 4م، هـ. 5م)
5. يصطف ناشئى الجودو بداية التدريب حسب(أ. سبق النزول، ب. العمر، ج. الطول، د. الأقدمية، هـ. الوزن).
6. من الاساليب الدفاعية التي يستخدمها متسابق الجودو..... (أ. هيدارى جيجوتاي، ب. ميجى شيزن تاي، ج. تاتامى، د. هيدارى شيزن تاي، هـ. هاجيمى)
7. لابد لمتسابق الجودو المهارة فى أداء حتى يستطيع الأداء الناجح لكثير من مهارات الرمي (أ. ماى موارى سباكى، ب. اوجوشى، ج. توكيتا، د. اوكىمى، هـ. تاتشى راى)
8. يحصل اللاعب على شيديو عند (أ. رمى المنافس، ب. ارتكاب خطأ، C. تثبيت المنافس ارضا، د. الهجوم السريع، هـ. سرعة الهجوم المضاد)
9. يسجل اللاعب "ايون" عند تنفيذ مهارة ناجحة. (أ. اوكىمى، ب. تاي سباكى، ج. شيمى وازا، د. يوكو اوكىمى، هـ. جودجى).
10. أسلوب المشى الطبيعي على البساط يعرف ب..... (أ. تاي-سباكى، ب. هون تاي، ج. جوجى تاي، د. تسوجى-آشى، هـ. أيومى-آشى).
11. تشمل رياضة الجودو على بعض الاوضاع والمهارات الأساسية يجب على اللاعب أن يتقنها قبل الدخول على عملية التعليم والتدريب والتي يصل عددها إلى أوضاع ومهارات أساسية. (أ. 2، ب. 4، ج. 6، د. 8، هـ. 10).

جامعة طنطا / كلية التربية الرياضية امتحان النهائي مقرر: (جودو) الفرقة الثانية لائحة عام 2014 المعدلة
الفصل الثان 2021 / 2022 درجة الامتحان: 40 درجة، عدد الأوراق: 1 ورقة (2صفحة)

تابع / السؤال الثاني:

12. تستخدم "زا-راى" خلال (أ. تحية المنافس بداية ونهاية المباراة، ب. الدفاع، ج. النزال فى اللعب الارضى ، د. مصافحة المنافس ، هـ. ناجى وازا).
13. تقسم مهارات "ستيمى وازا" إلى (أ. ماى ، يوكو سوتيمى، ب. أشى، كوشى وازا، ج. ميجى، هيداي سوتيمى وازا، د. ناجى، كتامى وازا، هـ. كوزوشى، كومى كاتا)
14. "ايبون سيوناچى" من مهارات (أ.تى وازا، ب. جوشى وازا ، ج. اشى وازا، د.سوتيمى وازا، هـ .اوكى وازا)
15. هن كيسا جاتاميه" مهارة (أ. ناجى وازا، ب. شيمى وازا، ج. كنستسو وازا، د. اوساى وازا، هـ. سواينى وازا)

السؤال الثالث: اختر الإجابة (أ) عندما تكون العبارة صحيحة واختر الإجابة (ب) عندما تكون العبارة خاطئة. (15د)

16. شعاع الرياضة عند المصريين القدماء الذى انتقل إلى كثير من الثقافات والحضارات، هو: "صحة النفس من صحة العقل، وصحة العقل من صحة الجسد".
17. كان لبداية رياضات النزال تقاليدھا التى صورتھا النقوش التاريخية عند المصرى القديم حيث تبدأ المباراة بأن يشد كل يد منافسه بيُسراه ويجذب عنقه بيمناه وهو تقليد يهدف للاعب به اختبار قوة منافسه.
18. فى المصارعة الحرة للهواة يسمح بتطبيق المسكات على الرجلين والذراعين والرأس، وفنون الخنق وحبس المفصل.
19. انتشرت مصارعة السومو "sumo wrestling" بالصين وحركاتها تتوع بين المصارعة الحرة والرومانية والجودو.
20. "الكودوكان " هى أول مدرسة اسست لنشر وتعليم وتدريب الجودو بمدرينة طوكيو باليابان.
21. يوجد نوعان للوقوف الطبيعي فى الجودو وهما (ماى شيزن تاى، هيدارى شيزن تاى).
22. دخل البطل "محمد رشوان" تاريخ رياضة الجودو مرتين، مرة بخلقه الرياضى الرفيع وأخرى بمستواه الرياضى كبطل عالمى معروف وأحراز الميدالية الفضية فى أولمبياد لوس أنجلوس عام 1984م.
23. قصد "جيجور كانو" فى مبدأه الأخلاقى لنشر الجودو "المصلحة المتبادلة مع اليسر (جيتا-كيو Jito-Kyo)" تدريب ممارس الجودو على السيطرة الشخصية والتركيز والانتباه والتحكم فى الانفعال للمحافظة على سلامته وسلامة منافسه.
24. "جيجور كانو" هو من اعتبر الجودو طريقة الاستخدام الأمثل لقوة الفرد العقلية والبدنية بالتدريب على فنون الهجوم والدفاع مع غرس القيم الروحية والارتقاء بالحواس.
25. مساحة ملعب الجودو الاجمالية 100م² بحد أقصى، والذى يمكن إقامة منافسات الجودو عليه.
26. تحتاج ممارسة رياضة الجودو قدرات ومواصفات خاصة فلا يستطيع ممارستها إلا الأحجام البدنية الكبيرة والقوية.
27. كثرة أداء "أوكيمى" "Ukemi" خلال تعلم رياضة الجودو يؤدي إلى حدوث كثير من الاصابات أثناء اللعب.
28. يتواجد حكم الجودو بوجه عام داخل منطقة اللعب، ويكون مسئول عن ادارة المباراة ويقوم بتسجيل قرارات التحكيم بانتظام على لوحة التسجيل.
29. تتنوع فنون "كتامى وازا" بين فنون "اوساى وازا" وفنون "شمى وازا" وفنون "كانستسو وازا".
30. أوزان متسابقى الجودو الرجال سبعة هى (-60كجم، -66كجم، -73كجم، -81كجم، -90كجم، +100كجم).

انتهت الأسئلة

لجنة الممتحنين

مع أطيب التمنيات بالنجاح والتفوق

زمن الامتحان: ساعتان		جامعة طنطا
النهاية العظمى : ٤٠ درجة		كلية التربية الرياضية
الفرقة الثانية		قسم الجمباز والتمرينات والتعبير
الفصل الدراسي الثاني ٢٠٢١/٢٠٢٢م		الحركي والعروض الرياضية
امتحان مادة تمرينات (٢) بنات		
ملحوظة : (الأسئلة على وجهي الصفحة)		

السؤال الأول : الاختيار من متعدد

(١٠ درجات)

١. من تقسيمات التمرينات من حيث الغرض والهدف تمرينات
 أ- باستخدام الاجهزة. ب- الأساسية العامة .
 ج- الإطالة.
٢. الهدف من طريقة استخدامها مع التمرينات المركبة.
 أ- تثبيت واتقان المهارة. ب- الجزئية.
 ج- الكلية.
٣. تمر التمرينات بثلاث مراحل في التعلم ومنها
 أ- تثبيت واتقان المهارة. ب- التوافق العضلي العصبي.
 ج- الكلية.
٤. يبلغ قطر الكرة من الىسم.
 أ- (٢٠ : ٢٤) ب- (١٨ - ٢٠) ج- (١٢ : ٢٤)
٥. من أنواع التوازن.....
 أ- التوازن العام . ب- التوازن الديناميكي.
 ج- التوازن المميز بالسرعة.
٦. من أهم أنواع العروض الرياضية.....
 أ- العروض الزوجية . ب- العروض التليفزيونية.
 ج- العروض المسرحية.
٧. تعتبر المصاحبة الموسيقية من أهم العناصر في
 أ- التمرينات الحرة ب- التمرينات الزوجية
 ج- العروض الرياضية
٨. يقوم فيه المعلم بعرض نموذج التمرين إما بنفسه أو على لاعب ماهر أو بعض صور للحركة
 أ-التقديم السمعي . ب- التقديم المرئي .
 ج- التقديم السمعي المرئي.
٩. يجب أن يتم اصلاح الاخطاء بصورة اذا كان الخطأ عاماً .
 أ- فردية . ب- زوجية .
 ج- جماعية.
١٠. من الأدوات القانونية في التمرينات الفنية.....
 أ- (الكرة والطوق والشريط) ب- (الطوق والصولجان والعصا)
 ج- (الكرة والعصا والشريط).

تابعى ... باقى الاسئلة بالخلف ؛

السؤال الثاني : أسئلة الصواب والخطأ

(١٠ درجات)

- ١ . تنقسم التمرينات من حيث الأداء والأسلوب الى تمرينات (حررة - بالأدوات - باستخدام الأجهزة) ()
- ٢ . يجب إصلاح الخطأ فور حدوثه حتى لا يثبت الخطأ ويصبح عادة . ()
- ٣ . من أنواع التمرينات الزوجية تمرينات المقاومة . ()
- ٤ . الوضع (الظهر مواجه) يعني أن يكون ظهر (أ) مواجه لظهر (ب). ()
- ٥ . تعد مرحلة تثبيت واتقان المهارة الحركية واحدة من طرق تعليم التمرينات . ()
- ٦ . من أكثر عيوب الطريقة الجزئية مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ. ()
- ٧ . يصنع الشريط في التمرينات الفنية من الحرير الطبيعي أو الصناعي والمقبض من البلاستيك ()
- ٨ . يعتمد تحضير العروض الرياضية على ناحيتين هامتين وهما الناحية التنظيمية والناحية الفنية فقط ()
- ٩ . ينبغي التنوع في اختيار التمرينات حتى لا يتسرب الملل وعدم الاقبال إلى نفوس التلاميذ. ()
- ١٠ . يبلغ قطر الطوق من ٨٠ : ٩٠ سنتيمتر تقريباً . ()

السؤال الثالث :

(٢٠ درجة)

- ١ . اذكرى تقسيم أدوات الجمباز الإيقاعي طبقاً لخواصها الفيزيائية مع توضيح المهارات باستخدام الشريط (١٠ درجات)
- ٢ . اذكرى تقسيم الوثبات من حيث شكل الارتقاء والهبوط (٥ درجات)
- ٣ . اذكرى تعريف العروض الرياضية وأنواعها موضحة كيفية التحضير للعروض الرياضية . (٥ درجات)

انتهت الاسئلة ؛

مع أطيب التمنيات بالتوفيق والنجاح ؛

أ.م.د/ زيزيت عزيز

أ.م.د/ داليا السيد عنتر

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم الألعاب الرياضية ورياضات المضرب
رقم الكود :
زمن الإمتحان : ساعتان
النهاية العظمي : ٤٠ درجة
الفرقة : الثانية (بنين – بنات)

إمتحان مقرر - كرة يد

الفصل الدراسي الثاني – للعام الجامعي ٢٠٢١/٢٠٢٢

السؤال الأول :- (١٠ درجات)

تعتبر السرعة جانب هام من جوانب الأداء البدني في كرة اليد و أحد عوامل نجاح العديد من المهارات الحركية ، اشرح ذلك موضحا مجالات السرعة .

السؤال الثاني :- (١٠ درجات)

إذكر المهارات الهجومية و الدفاعية الخاصة بكرة اليد ، ثم تناول بالشرح الخطوات الفنية لإحدي المهارات الهجومية .

السؤال الثالث :- (٢٠ درجة)

أكمل العبارات الآتية :-

- (١) عناصر اللياقة البدنية الخاصة بكرة اليد هي
- (٢) من أنواع الإنتقاء
- (٣) المهارات الهجومية بدون كرة هي
- (٤) ملعب كرة اليد مستطيل الشكل طوله وعرضه
- (٥) من أنواع التصويب في كرة اليد

أنظر خلف الورقة.....

- (٦) محددات الإنتقاء هي،،،؛
- (٧) ينقسم الوقت الإضافي إلي مدة كل منهما وبينهما فترة راحة
- (٨) وزن الكرة للرجال فوق ١٦ سنة بينما وزنها للسيدات فوق ١٤ سنة
- (٩) إتساع مرمي كرة اليد و إرتفاعه
- (١٠) يتكون الفريق من لاعب ولا يسمح لأكثر من داخل الملعب .
- (١١) مهارات حارس المرمي تنقسم إلي،
- (١٢) تتكون المباراة للاعبين ١٦ سنة فيما فوق من زمن كل منهما
- بينهما فترة راحة
- (١٣) من أهداف الإنتقاء،،
- (١٤) أنواع الإستلام في كرة اليد هي،،
- (١٥) المهارات الدفاعية ضد مهاجم غير مستحوز علي الكرة

مع أطيب التمنيات بالتوفيق