

الزمن: (٣) ساعات

الكود:

الدرجة : ٧٠ درجة

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

الدراسات العليا

الامتحان النظرى لمادة الأنشطة الرياضية المدرسية لمرحلة دبلوم الرياضة المدرسية

السؤال الاول:

"من خلال دراستك لمادة مدخل الأنشطة الرياضية تناول بالشرح "

أ . النظرة القديمة والحديثة للتربية الرياضية .

ب . تعريف الأنشطة الرياضية .

ج . كيفية اختيار الأنشطة الرياضية .

د . المعايير الخاصة باختيار الأنشطة الرياضية .

(٢٠ درجة)

السؤال الثانى :

"مدرس التربية الرياضية هو الاساس فى اتمام العملية التعليمية فى ضوء هذه العبارة تكلم عن"

أ . الصفات الواجب توافرها فى معلم التربية الرياضية .

ب . واجبات مدرس التربية الرياضية بصفة عضو فى المجتمع وعضواً فى المهنة .

(٢٠ درجة)

السؤال الثالث :

- اذكر تقسيمات الأنشطة الرياضية بأشكالها المختلفة مع ذكر التقسيم المناسب الذى
يتمشى مع مدارسنا ووجهة نظرك ثم اختر لعبة من الالعاب الفردية والجماعية وتكلم
عنها من حيث التطور التاريخى ومبتكر اللعبة - البلد والمنشأ

(٣٠ درجة)

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

مرحلة : الدبلوم

الدراسات العليا

العام الجامعى : 2014-2015

قسم المناهج وطرق التدريس

الزمن : ثلاث ساعات

امتحان مادة مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية

السؤال الاول (30 درجة)

منهاج التربية الرياضية المدرسية يجب ان يبنى على تخطيط علمى فى ضوء ذلك وضح اسس بناء منهج التربية الرياضية .

السؤال الثانى (20 درجة)

تعتبر المناهج علما له اهمية فى حياة الفرد معلماً كان ام متعلم اذكر التنظيمات المنهجية المختلفة مع شرح احداها .

السؤال الثالث (20 درجة)

اذكر كل من

- انماط درس التربية الرياضية .
- اسس التقويم الناجح .

مع تمنياتى بالتوفيق والنجاح



امتحان سيكولوجية التدريب الرياضى
الفرقة دبلوم عام تدريب رياضى

السؤال الأول :-

تنمية الدافعية تعنى تطوير السلوك الانجازى أو دافع الانجاز العالى لدى الرياضى .

١- اشرح هذه العبارة موضحا :-

مفهوم الدافعية - الدافعية الرياضية - أنواع الدوافع .

٢- اذكر العوامل المؤثرة على تنمية الدافعية الرياضية ؟

السؤال الثانى :-

المدرب هو محور نجاح العملية التدريبية

اشرح العبارة موضحا:

١- موصفات المدرب الناجح

٢- الأدوار التى يقوم بها المدرب أثناء عملية التدريب

٣- السمات النفسية التى يجب ان يتصف بها المدرب

٤- المهارات العقلية التى يجب ان يتقنها كأدوات يستخدمها فى عملية التدريب

مع أطيب التمنيات

المادة / نظم ومشكلات التعليم
المرحلة / دبلوم الرياضة المدرسية
الزمن / ثلاث ساعات

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم المناهج وطرق التدريس

إمتحان دور يونيو ٢٠١٤ / ٢٠١٥

أجب عن الأسئلة التالية :

(٣٥) درجة

السؤال الأول :

- يتكون كل مركب من مجموعة من الاجزاء المترابطة والمتفاعلة التي يختص كل جزء منها بوظيفة معينة ، مع وجود درجة من التعاون والتكامل بين تلك الاجزاء في ادائها لوظائفها .وضح ما يلي :
- ١- تعريف النظام وعناصره وانواعه و خصائصه
- ٢- ماهية التغذية الراجعة ، خصائصها ، انواعها ، شروطها ، ابرز العوامل المؤثرة في النظام التعليمي .

(٣٥) درجة

السؤال الثاني :

- من خلال عملك في مجال التربية الرياضية واجهت العديد من المشكلات وضح ما هي هذه المشكلات تبعا لمجال عملك من وجهة نظرك ، وكيفية مواجهة هذه المشكلات و إيجاد حلول لها من وجهة نظرك .

أمنياتي بالتوفيق

زمن الامتحان : ٣ ساعات		جامعة طنطا
النهاية العظمى : ٧٠ درجة		كلية التربية الرياضية
الفرقة : دبلوم		قسم المناهج وطرق التدريس
امتحان مادة التدريس الرياضي كمهنة		
للعام الجامعي : ٢٠١٤/٢٠١٥ م		

أجب عن الأسئلة الآتية :-

(٤٠ درجة)

السؤال الأول :-

((تعتبر التنمية المهنية هي العملية التي تتضمن مجموعة من الإجراءات المخططة والمنظمة التي ينتج عنها النمو المهني للمعلمين متمثلة في زيادة وتحسين ما لديهم من معارف ومفاهيم ومهارات))

في ضوء ذلك ، تكلم عن :

- ١- أهداف التنمية المهنية للمعلم ؟
- ٢- أبعاد التنمية المهنية ؟
- ٣- توظيف التكنولوجيا في العملية التعليمية ؟
- ٤- احدي التجارب الدولية في التنمية المهنية للمعلم ؟

(٣٠ درجة)

السؤال الثاني :

((يفرض التغير الاقتصادي والتقني علي المؤسسات التربوية الاهتمام بأكساب الطلاب المعارف والمهارات واحتياجات سوق العمل ومتطلبات العصر وأدي هذا التطور الي ارتفاع مستوي التأهيل المطلوب للمعلم ولقد طور لهذا الغرض معايير مهنية جديدة ليتمكن المعلم المبتدئ من تدريس تخصصه بكفاءة وأقتدار))

تناول بالشرح معايير معلمي التربية الرياضية ؟

مع تمنياتي بالنجاح والتوفيق ...

زمن الامتحان : ٣ ساعات		جامعة طنطا
النهاية العظمى : ٧٠ درجة		كلية التربية الرياضية
الفرقة : دبلوم		قسم المناهج وطرق التدريس
امتحان مادة مشكلات الرياضة المدرسية		
للعام الجامعي : ٢٠١٤/٢٠١٥ م		

أجب عن الأسئلة الآتية :-

(٢٥ درجة)

السؤال الأول :-

((من الحقائق الثابتة ان المعلم يشكل محورا رئيسيا لتلاميذه في بناء مستقبلهم))
في ضوء ذلك اشرح بالتفصيل كل ما يتعلق بمدرس التربية الرياضية من صفات ومسئوليات ؟

(٤٥ درجة)

السؤال الثاني :

((تعد الرياضة المدرسية بمراحل التعليم المختلفة الاساس في بناء واعداد جيل يتمتع باللياقة البدنية والصحية)) تكلم عن :

- ١- جوانب القصور في الامكانيات وأساليب مواجهتها ؟
- ٢- جوانب القصور في السياسات التعليمية وأساليب مواجهتها ؟
- ٣- جوانب القصور في المعلم وأساليب مواجهتها ؟

مع تمنياتي بالنجاح والتوفيق ...

جامعة طنطا		زمن الامتحان : ثلاث ساعات
كلية التربية الرياضية		النهاية العظمى : ٧٠ درجة
قسم المناهج وطرق التدريس		الفرقة : دبلوم رياضة مدرسية
الامتحان النظري لمادة : النشاط الرياضي خارج الدرس		
للعام الجامعي : ٢٠١٤/٢٠١٥ م		

أجب عن الأسئلة الآتية :-

١- السؤال الأول:

(٣٠ درجة)

تكلم عن النشاط الداخلي للدرس مع وضع نموذج لدرس التربية الرياضية للحلقة الأولى من التعليم الأساسي؟

٢- السؤال الثاني:

(٢٠ درجة)

تكلم عن :-

(أ) الكشافة

(ب) دورة بيبسي

٣- السؤال الثالث:

(٢٠ درجة)

تكلم عن المعسكرات مع وضع نموذج لمعسكر يومي؟

مع تمنياتنا بالنجاح والتوفيق

الفرقة: دبلوم رياضة مدرسية

التاريخ: ٢٠١٥ / ٧ / ١٤

الزمن: ٣ ساعات

الدرجة العظمى: ١٤٠ درجة

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم المناهج و طرق التدريس

امتحان مادة تطبيقات في الرياضة المدرسية

(٦٠ درجة)

السؤال الأول

هناك العديد من المشكلات التي تواجه المعلم أثناء تنفيذ الدرس، حلل هذه المشكلات مع وضع مقترحات لأساليب مواجهتها من وجهة نظرك.

(٤٠ درجة)

السؤال الثاني

هناك أسس علمية لإعداد وتنفيذ البطولات الرياضية و الحفلات الختامية للأنشطة الرياضية، وضح تلك الأسس مع تطبيقها على نموذج في مدرستك المكونة من ١٢ فصل دراسي

(٤٠ درجة)

السؤال الثالث

تتضمن أنشطة التربية البدنية في المدرسة العديد من الأنشطة لجميع المراحل السنية ، منها: الكشفية و المرشدات و الجواله، المعسكرات و التي تقدم العديد من الأنشطة التربوية والترفيهية. تناول احدى تلك الأنشطة بالشرح التفصيلي و التحليل لجميع جوانبها.

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح



فضلاً أجب عن الأسئلة التالية:-

السؤال الأول: (30 درجة)

من الإصابات الشائعة بالمجال الرياضي (التمزقات - الخلع) فضلاً قارن بين الإصابتين من حيث النقاط التالية (تعريف الإصابة - أنواعها - درجاتها - أعراضها - أماكن الحدوث الشائعة)؟ (في جدول إن أمكن)

(30 درجة)

السؤال الثاني: (80 درجة)

من خلال التطبيق العملي لخطوات الإسعافات الأولية للإصابات المختلفة وضح التالي:

- جبيرة إصبع اليد؟ (5 درجات)
- جبيرة العضد؟ (5 درجات)
- جبيرة الساق؟ (5 درجات)
- جبيرة الساعد؟ (5 درجات)
- جبيرة الكتف المرفقي؟ (5 درجات)
- تثبيت العضلة ذات الأربع رؤوس الفخذية؟ (5 درجات)
- تثبيت العضلة الخلفية للفخذ؟ (5 درجات)
- تثبيت الكاحل؟ (5 درجات)
- تثبيت الرباط الداخلي للركبة؟ (5 درجات)
- تثبيت الرباط الخارجي للركبة؟ (5 درجات)
- الإنعاش القلبي للرياضيين CPR؟ (10 درجات)
- طرق حمل المصاب مع التعزيد بالشكل المبسط إن أمكن؟ (10 درجات)
- وضح مع الشرح مراحل الإصابة الرياضية - درجات الإصابة الرياضية؟ (10 درجات)

السؤال الثالث: (30 درجة)

من خلال دراستكم للمقرر الدراسي فضلاً وضح أهمية مبدأ الأولوية في بدء الإسعاف الأولي للإصابات الرياضية مع إيضاح أولوية قراركم الأمثل للإسعاف الأولي بالإصابات التالية موضحاً الإجراءات الإسعافية لكل منها على حده:

- دراسة حالة (1): في إحدى مباريات الملاكمة وأثناء عنف الممارسة أصيب لاعب بنزيف أنفي مع كسر بالساعد الأيمن مع تمزق شديد بالكاحل الأيسر، أي الإصابات تسعف أولاً وما هي إجراءات الإسعافية للإصابات الحادثة؟

(15 درجة)

- دراسة حالة (2): بإحدى جولات رياضة الكيك بوكسينج سقط لاعب مصاباً بجرح قطعي غائر في الحاجب بالوجه، مع كسر برسغ اليد، ونتائج السقوط القوي على الأرض حدث كسر برضفة الركبة تولد عنه تورم كبير بنزيف خارج الركبة، أي الإصابات تسعف أولاً ثم باقى الإصابات الحادثة، موضحاً إجراءات الإسعاف الأولي لكل إصابة؟

(15 درجة)

المادة / التأهيل الرياضى
المرحلة / دبلوم الإصابات الرياضية
الزمن / ثلاث ساعات

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الصحة الرياضية

إمتحان دور يونيو ٢٠١٤ / ٢٠١٥

أجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول : (٣٠) درجة

- وضح أهمية العلاج الحركى ودوره فى التأهيل الرياضى .
- أهداف برامج التأهيل الرياضى .
- أهداف برامج التمرينات التأهيلية وتقسيماتها .

السؤال الثانى : (٤٠) درجة

- إختار إصابتين من الإصابات التالية وتكلم عنهما بالتفصيل
- تمزق الرباط الداخلى لمفصل الركبة .
- تمزق غضروف الركبة .
- خلع مفصل الكتف .
- تمزق الرباط الخارجى لمفصل الكاحل .
- ألأم الرقبة .

أمنياتى بالتوفيق
أ . د / مجدى وكوك

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الصحة الرياضية

الفرقة: دبلوم اصابات رياضية
التاريخ: ٢٠١٥ / ٧ / ٩
الزمن: ٣ ساعات

امتحان مادة التغذية الرياضية

السؤال الأول

(٤٠ درجة)

«يتكون جسم الانسان مما يأكل لذا أمرنا الله للنظر الى طعامنا نظرة تدبر وشكر والجسم كالبناى لابد من توافر مجموعة من العناصر بنسب معينة للحفاظ على بنيانه».

- عرف الغذاء المتوازن مع ذكر المجموعات الغذائية.
- اذكر العناصر الأساسية للغذاء مع شرح أهميتها ووظائفها.
- كيف تختار غذائك.

السؤال الثاني

(٣٠ درجة)

- ا) تخير إحدى عناصر الغذاء و تناوله بالشرح موضحا علاقته بنوع النشاط الممارس.
- ب) ما المقصود بالمكملات الغذائية، اذكر أنواعها والطريقة الصحيحة لتناولها.

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

العام الجامعي: 2014/ 2015م

مادة: التدليك الرياضي

الزمن: ثلاث ساعات

الدرجة الكلية : 70 درجة



جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم علوم الصحة

دبلوم إصابات رياضية

فضلاً أجب عن الأسئلة التالية:-

السؤال الأول : (40 درجة)

- أذكر الأنواع المختلفة لتقنيات التدليك مع شرح إحداها بالتفصيل ؟ (10 درجات)
- وضح نموذجاً تخطيطياً لجلسة تدليك مقترحة ؟ (10 درجات)
- اذكر ما تعرفه عن التدليك بالريفلوكسولوجي مع ذكر بعض الأمثلة ؟ (10 درجات)
- ماهية تدليك الكيروبراكتيك، وحالات استخدامه، وماذا يبره ؟ (10 درجات)

السؤال الثاني : (15 درجة)

- وضح كل ما تعرفه مفصلاً عن الاشتراطات الفنية والصحية لكافة أركان غرفة التدليك (المدك - المتدك - الغرفة) ؟ (15 درجة)

السؤال الثالث : (15 درجة)

- للتدليك الرياضي تأثيرات مختلفة على الأجهزة البيولوجية والأعضاء المختلفة للجسم وضح ذلك بالتفصيل ؟ (15 درجة)

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح الباهر



قسم علوم الصحة

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم علوم الصحة الرياضية

الفرقة: دبلوم اصابات رياضية

التاريخ: ٢٠١٥ / ٧ / ٥

الزمن: ٣ ساعات

امتحان مادة الصحة الرياضية

(٣٠ درجة)

السؤال الأول

(أ) اذكر تعريف السلوك الصحي والوعى الصحي.

(ب) وضح علاقة الصحة بالرياضة.

(ج) تكلم بالتفصيل عن الاشتراطات الصحية لحمامات السباحة.

(٢٠ درجة)

السؤال الثاني

من خلال دراستك تناول إحدى المشكلات الصحية بالشرح مع توضيح كيفية التعامل معها من خلال النشاط الرياضي

(٢٠ درجة)

السؤال الثالث

ضع علامة (صح) أمام العبارة الصحيحة و علامة (خطأ) أمام العبارة الخاطئة مع تصحيح الخطأ.

(١) تقتصر المنشآت الرياضية على الرياضات التنافسية فقط.

(٢) يمكن إلحاق صالة رياضية مغلقة داخل مبنى سكنى أو ادارى.

(٣) يتناسب عدد مخارج الملاعب مع عدد المترددين بحيث تبلغ سرعة اخلاء الملاعب المفتوحة (١٠ الى ١٢) دقيقة بينما الملاعب المغلقة (٥) دقائق.

(٤) يتم ضبط درجات الحرارة و الرطوبة للملاعب المغلقة بحيث تتراوح درجة الحرارة من (١٢ الى ٢٢) درجة.

(٥) يتم مراعاة خامات ارضيات الملاعب المفتوحة بحيث تقاوم الصدا و الغبار وان تكون متعددة الاستخدامات.

(٦) في حالة ارتفاع درجة حرارة الجسم يمارس نشاط بدنى متوسط الشدة.

(٧) تعتبر رياضة السباحة من اهم الرياضات لتقوية العضلات و العظام.

(٨) تعتبر تدريبات المقاومة مهمة لمرضى قصور القلب.

(٩) يجب مراعاة نسبة سكر الدم لمرضى السكر قبل التدريب بحيث تكون أقل من ١٠٠ ملجم.

(١٠) تعتبر تدريبات الهيبوكسيا من تدريبات تكيف الجسم لانخفاض نسبة الاكسجين.

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح



فضلاً أجب عن الأسئلة التالية:-

السؤال الأول : (15 درجة)

- وضح النقاط الآتية مع الشرح (ماهية الإسعافات الأولية - حقبة الإسعافات الأولية - واجبات المسعف)؟
(15 درجة)

السؤال الثاني : (15 درجة)

- وضح النقاط الآتية (تعريف توقف القلب المفاجئ - أسبابه - علاماته وأعراضه) ؟
(5 درجات)
- ماهية الجروح (أشكالها - إسعافاتها) ؟
(5 درجات)
- ماهية النزيف (أنواعه - مضاعفاته - إسعافاته) ؟
(5 درجات)

السؤال الثالث : (40 درجة)

- وضح قاعدة تقييم حالة المصاب (A.B.C.D.E.) ؟
(5 درجات)
- وضح قاعدة الإجراءات الإسعافية (R.I.C.E.) ؟
(5 درجات)
- وضح الإنعاش القلبي الرئوي لمصاب بالغ وطفل رضيع C.P.R. ؟
(5 درجات)
- اذكر ما تعرفه عن الغرق وإسعافه ؟
(5 درجات)
- ماهية كل من (الأربطة - الجبائر - اللف - التثبيت) في مجال الإسعافات الأولية ؟
(5 درجات)
- ماهية (الصدمة الحرارية - الإنهاك الحراري) أعراضهما - إسعافتهما ؟
(5 درجات)
- تكلم عن وضعية الإفاقة في مجال الإسعافات الأولية ؟
(5 درجات)
- تكلم عن كيفية تصنيف المصابين موضحاً مبدأ الأولوية في مجال الإسعافات الأولية ؟
(5 درجات)

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح الباهر



قسم علوم الصحة

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الصحة الرياضية

(٢٠) درجة

السؤال الأول :-

(५०)

السؤال الثاني :-

(୧୦)

السؤال الثالث :-

أمنيائى بالتوفيق

أ. د / مجدى وكوك

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
امتحان مادة تطبيقات تخصصية
دبلوم تدريب رياضي
الزمن ٣ ساعات
الدرجة ٧٠
الثلاثاء
٢٠١٤ - ٢٠١٥
٢٠١٥/٧/١٤

اجب عن الاسئلة التالية :-
السؤال الاول
تخير مشكلة في مجال تخصصك الدقيق اشرح
(٣٥ درجة)

السؤال الثاني :-
تحليل الفنى لسباحة الزحف على البطن والظهر والصدر والفراشة
والاخطاء الشائعة وطرق اصلاحها .
(٣٥ درجة)

مع تمنياتى بالتفوق والنجاح.....



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم التدريب الرياضي

الزمن : ثلاث ساعات
الدرجة الكلية ١٤٠ درجة

إمتحان مادة تطبيقات تخصصية (تنس أرضى)

دبلوم تدريب رياضي

للعام الجامعي ٢٠١٤ / ٢٠١٥ م

أجب عن الأسئلة التالية

السؤال الأول : (سبعون درجة)

أ- من خلال دراستك للنشاط الرياضي التخصصي (التنس الأرضي) هناك العديد من عناصر اللياقة البدنية الخاصة تكلم عن كلاً مما يلي وإرتباطه بتخصصك :

- ١- القوة (القوة المميزة بالسرعة – القوة الانفجارية) . ٢- السرعة .
- ٣- التحمل العضلي . ٤- المرونة . ٥- التوافق .

ب- من خلال الإطلاع على القانون الدولي للتنس الأرضي إذكر المواصفات القانونية الخاصة بكلاً مما يلي :

- ١- أنواع الملاعب . ٢- أبعاد الملعب وخطوطه . ٣- وزن الكرة والمضرب .
- ٤- عدد ومهام الحكام . ٥- طريقة احتساب نقاط المباراة . ٦- حالات فقدان اللاعب النقطة في المباراة . ٧- الشبكة . ٨- زمن المباراة . ٩- حالات إلغاء المباراة . ١٠- عدد أشواط المباراة .

السؤال الثاني : (سبعون درجة)

إشرح كلاً مما يلي :

- ١- الضربة الأمامية وضربة الإرسال من حيث الخطوات الفنية وتحركات القدمين والأخطاء الشائعة مع ذكر تمرين لكل مهارة مع الرسم ؟
- ٢- الإصابات الشائعة في رياضة التنس الأرضي ؟
- ٣- تعريف الإنتقاء – مراحل الإنتقاء – محددات الإنتقاء ؟
- ٤- التصنيف الدولي الأخير للاعب التنس (رجال) ؟

مع تمنياتي بدوام النجاح

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم التدريب الرياضي

المرحلة / دبلوم تدريب رياضي

الزمن / ثلاث ساعات

امتحان ماده أسس انتقاء الناشئين العام الجامعى ٢٠١٥ - ٢٠١٦

يعتبر الانتقاء في المجال الرياضي هو الأساس الذي يبنى عليه كافة العمليات التدريبية للاعب في مختلف الأنشطة الرياضية وكلما كان الانتقاء التخصصي سليم كلما كان هناك إمكانية تطور اللاعب إذا ما توفرت العوامل المساعدة في الوصول إلى المستويات العليا

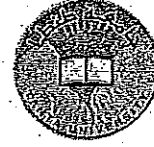
من خلال ما درست تكلم عن الانتقاء من حيث:

- مفهوم الانتقاء
- مراحل الانتقاء
- الانتقاء في مجال تخصصك

مع التمنيات بالتوفيق



رقم كود المقرر :
زمن الامتحان : ثلاثة ساعات
النهاية العظمى : ٧٠ درجة



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم التدريب وعلوم الحركة الرياضية

الامتحان النظري لمقرر : التدريب الرياضى كمهنة
دبلوم التدريب الرياضى - للعام الجامعى ٢٠١٤ / ٢٠١٥

اجب على الاسئلة التالية

(٣٥) درجة

السؤال الاول

المدرّب الرياضى هو الشخصية التربوية التى تتولى عملية تربية وتدريب اللاعبين وتؤثر فى مستواهم الرياضى تأثيرا مباشرا ، وله دور فعال فى تطوير شخصية اللاعبين تطويرا شاملا ومتزنا. فى ضوء هذه العبارة تكلم بالتفصيل عن خصائص ومميزات المدرّب الرياضى الناجح؟

(٣٥) درجة

السؤال الثانى

ان العملية التدريبية تخطط على أسس ومبادئ علمية والتي تحتاج إلى تفهم كامل من قبل المدرّب قبل البدء فى وضع برامج تدريبية طويلة المدى. فى ضوء هذه العبارة تكلم عن الخطوات التنفيذية لفترة الاعداد خلال الموسم التدريبى؟

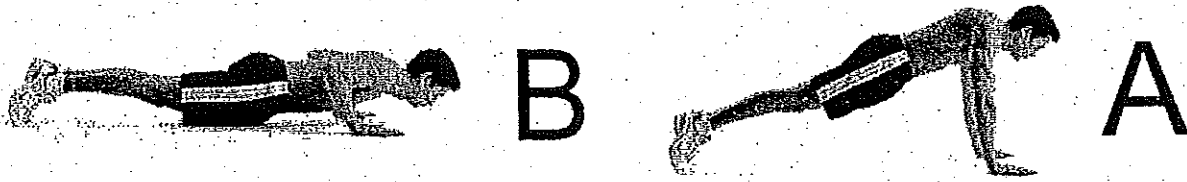
مع أطيب التمنيات بالتوفيق والنجاح

جامعة طنطا		زمن الإمتحان : ٣ ساعات
كلية التربية الرياضية		النهاية العظمى : ٧٠ درجة
قسم : التدريب وعلوم الحركة		الفرقة : دبلومة تدريب رياضي
المادة / الأسس الحركية للتدريب الرياضي		
إمتحان ٢٠١٥		

أجب عن الأسئلة الآتية :

السؤال الأول :

من خلال دراستك قم بتحليل حركة مفصل المرفق للحركة التالية من A الى B من حيث:-



- ١- نوع الحركة .
 - ٢- تقسيمات الحركة .
 - ٣- المستويات والمحاور .
 - ٤- نوع المفصل وخصائصه .
 - ٥- نوع الانقباض العضلي .
 - ٦- العضلات العاملة .
- (١٠ درجات)
- (١٠ درجات)
- (١٠ درجات)
- (١٠ درجات)
- (١٠ درجات)
- (١٠ درجات)

السؤال الثاني:

اشرح أحد تطبيقات علوم الحركة في مجال تخصصك . (١٠ درجات)

مع التمنيات بالتوفيق

جامعة طنطا

الفرقة : دبلوم شعبية (تدريب رياضى)

كلية التربية الرياضية

الزمن : ثلاث ساعات

قسم علوم الصحة الرياضية

المادة : فسيولوجيا التدريب الرياضى

الدرجة : (٧٠) درجة

امتحان دور مايو للعام الجامعى ٢٠١٤ / ٢٠١٥

أجب عن الاسئلة الآتية :-

١ - الطاقة التى تتحرر من المواد الغذائية لا تستخدم بشكل مباشر فى العمل الحركى ولكنها تستخدم فى تكوين مركب كيميائى يسمى ثلاثى فوسفات الادينوسين الذى يخزن فى جميع خلايا الجسم .

فى ضوء العبارة السابقة تكلم عن نظم انتاج الطاقة وعلاقتها بالأحمال التدريبية مختلفة الشدة ؟

٢ - إشرح الاحجام والسعات الرئوية - انواع الالياف العضلية وخصائصها لدى الرياضيين ؟

٣ - فسر اهمية المواد الكربوهيدراتية للرياضى ؟

مع تمنياتنا بالتوفيق ،

المادة/ مدخل التدريب الرياضي
الفرقة/ دبلوم (تدريب رياضي)
الزمن/ ثلاث ساعات -الكود: 5001



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم التدريب الرياضي

امتحان نهاية العام الجامعي 2014م-2015م

الدرجة الكلية/70 درجة

أجب علي الأسئلة التالية:-

السؤال الأول: (15) درجة

أكمل العبارات :-

- الحمل الخفيف تتراوح درجة الشدة فيه من وحدود النبض للاعب
- الحمل المتوسط تتراوح درجة الشدة فيه من وحدود النبض للاعب
- الحمل فوق المتوسط تتراوح درجة الشدة فيه من وحدود النبض للاعب
- الحمل الأقل من الأقصى تتراوح درجة الشدة فيه من وحدود النبض للاعب
- الحمل الأقصى تتراوح درجة الشدة فيه من وحدود النبض للاعب

السؤال الثاني : (20) درجة

اختر الإجابة الصحيحة وفقاً للعبارات الآتية :-

- ب- من مكونات الحمل للاعب ؟ براعي شرح المكونات
- أ- حجم وحمل وكثافة ب- شدة وحجم وراحة (سلبية وإيجابية) ج- تكرار وشدة ومجموعات

السؤال الثالث: (10) درجة

ضع علامة (√) أو (x) أمام كل عبارة من العبارات التالية :-

- 1- حمل التدريب للاعب هو الجهد البدني والعصبي الواقع علي كاهل اللاعب. () (5 درجات)
- 2- يعتبر الحمل الداخلي والخارجي هي أنواع حمل التدريب للاعب . () (5 درجات)

السؤال الرابع:- (25) درجة

ضع نموذج لخطّة تدريبية لأحدي الفرق في الفترة الإعدادية علماً بأن مدة تلك الفترة هي شهر واحد وموضحاً ما يلي:-

- 1- الرسم البياني لتوضيح شدة الحمل في كل أسبوع وطرق التدريب المستخدمة؟ (5 درجة)
 - 2- زمن الإعداد العام والخاص و المهاري والتكتيكي والنفسي في تلك الفترة ؟ (10 درجة)
 - 3- ضع نموذج لوحدّة يومية تدريبية في تلك المرحلة ؟ (10 درجة)
- ملحوظة(عدد مرات التدريب في تلك الفترة هي 20 وحدة تدريبية بهما 3 وحدات حمل عالي زمن الوحدة 120ق و 7 وحدات حمل أقل من الأقصى زمن الوحدة 110ق و 10 وحدات حمل متوسط زمن الوحدة 100ق؟)

مع أطيب التمنيات بالتوفيق والنجاح

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
الدراسات العليا
دبلوم إدارة المؤسسات الرياضية
العام الجامعي ٢٠١٤/٢٠١٥ م
قسم الإدارة الرياضية
الدرجة : (٧٠) درجة
الزمن : (٣) ثلاث ساعات
التاريخ : ٢٠١٥ / ٧ / ٢ م

الإختبار التحريري لمقرر التشريعات والقوانين الرياضية للعام الجامعي
٢٠١٤/٢٠١٥ م

أجب عن الأسئلة الآتية :

السؤال الأول: (٢٠ درجة)

اكتب بإيجاز عن: التشريع ، الدستور ، القانون ، القاعدة القانونية ؟

السؤال الثاني: (٥٠ درجة)

تناول بالشرح والتحليل لائحة لائحة الأندية الرياضية ولائحة مراكز الشباب من حيث : الماهية ، الأهداف ، الموارد ، شروط الترشيح لمجلس الإدارة ، تكوين مجلس إداره ، الجمعية العمومية ؟

مع أطيب التمنيات بالتوفيق

جامعة طنطا	دبلوم إدارة المؤسسات الرياضية	الدرجة : (٧٠) درجة
كلية التربية الرياضية	العام الجامعى ٢٠١٤/٢٠١٥ م	الزمن : (٣) ثلاث ساعات
الدراسات العليا	قسم الإدارة الرياضية	التاريخ : ٢٠١٥ / ٧ / ٥ م

الإختبار التحريرى لمقرر التنظيمات الرياضية المحلية والدولية للعام الجامعى
٢٠١٤/٢٠١٥ م

أجب عن الأسئلة الآتية :

السؤال الأول: (٢٥ درجة)

اكتب بإيجاز عن: ماهية التنظيم ، أنواع التنظيم ، دعائم التنظيم ، مبادئ التنظيم ، الهيكل التنظيمى؟

السؤال الثانى: (٤٥ درجة)

تناول بالشرح والتحليل ما درسته فيما يتعلق ب:

- أحد التنظيمات الرياضية الدولية؟
- أحد التنظيمات الرياضية المحلية؟

مع أطيب التمنيات بالتوفيق

الزمن : ثلاث ساعات	قسم الادارة الرياضية	جامعة طنطا
التاريخ: ٢٠١٥ / ٧/٧	مرحلة الدبلوم العام	كلية التربية الرياضية
الدرجة: (٧٠) سبعون	دبلوم ادارة المؤسسات	الدراسات العليا

الامتحان التحريري لمقرر مدخل الاعلام الرياضي
للعام الجامعي ٢٠١٤/٢٠١٥ م

اجب عن السؤال التالي :

كلفنا بإعداد ورقة دراسية حول موضوع الاعلام الرياضي تناول

بالشرح ما طرحته من فكر علمي في هذه الورقة ؟

مع أطيب التمنيات بالنجاح و التوفيق

الزمن : ثلاث ساعات	قسم الادارة الرياضية	جامعة طنطا
التاريخ: ٢٠١٥ / ٧/٩	مرحلة الدبلوم العام	كلية لتربية الرياضية
الدرجة: (٧٠) سبعون	دبلوم ادارة المؤسسات	الدراسات العليا

الامتحان التحريري لمقرر الإدارة الرياضية كمهنة
للعام الجامعي ٢٠١٤/٢٠١٥ م

اجب عن السؤال التالي :

كلفتم بإعداد ورقة دراسية حول موضوع الإدارة الرياضية كمهنة..... تناول

بالشرح ما طرحته من فكر علمي في هذه الورقة ؟

مع أطيب التمنيات بالنجاح و التوفيق

المادة : طرق البحث فى الإدارة الرياضية

الزمن : ٣ ساعات

الفرقة : دبلوم

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم الإدارة الرياضية

طرق البحث فى الإدارة الرياضية

(٧٠ درجة)

أجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول :

- أ- تناول بالشرح مفهوم البحث العلمى ، ثم إشرح خطوات البحث العلمى .
ب- ماهى أدوات جمع البيانات ، ثم تناول إحداها بالشرح .

السؤال الثانى :

- أ- ما هى خصائص البحث العلمى الجيد .
ب- تناول أهداف البحث العلمى بالشرح .

السؤال الثالث :

- إذكر أنواع مناهج البحث العلمى ، ثم تناول إحداها بالشرح .

تمتباتى بالتوفيق

أستاذ المادة

المادة : تطبيقات إدارة تخصصية

امتحان : دبلوم إدارة المؤسسات

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم الإدارة الرياضية

امتحان الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ٢٠١٤ / ٢٠١٥

اجب عن الأسئلة التالية :

" كلما ارتقى الفرد في مستويات الإدارة كلما أصبح لزاما عليه ان يفكر مذهبيا تبعا للمذاهب التي تؤمن بها الدولة كما يجب ان يتعرف على الهيكل الاجتماعي والاقتصادي و الحكومي للدولة حتى يتمكن من اتخاذ قرارات تحقق المصالح طويلة الأجل فالإدارة بمعناها الواسع هي الأهداف النهائية للدولة نفسها وهي المحافظة على السلام والنظام وتحقيق العدالة ورعاية الشباب وتنقيفة وحماية الناس من الزمن وضمان الاستقرار الاجتماعي وتوفير الطمأنينة وتقديم الخدمات والمنافع العامة والتوفيق بين الجماعات وبين المصالح المعارضة وبالاختصار فإن الإدارة الحسنة تهدف الى تحقيق حياة طيبة "

تكلم بالتفصيل من وجهة نظرك عن اهم الإدارات التي يجب ان تتواجد بالمؤسسات الرياضية.

مع اطيب امنياتى بالنجاح والتفوق

د / نيرمين كريمة