

الفرقة : الثالثة (بنين)

المادة : عروض رياضية

الزمن : ساعتان

امتحان الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠٢١/٢٠٢٠ م

السؤال الأول : (١٥ درجة)

"العروض الرياضية هي تعبر عن مدى ما وصلت إليه جماعة من الإتقان والبراعة وهي مرآة تعكسن عليها صورة المجتمع وما وصل إليه من مستوى ثقافي وعلمي وفني وتربيوي."

من خلال دراستك لمادة العروض الرياضية أجب عن الآتي :

- أ - منهوم العروض الرياضية وأنواعها . ب - خصائص العروض الرياضية . ج - أغراض إقامة العروض الرياضية .

السؤال الثاني : (١٥ درجة)

أ- اختر الإجابة الصحيحة مما بين الفوسين : (١٠ درجات)

- ١) من الأسس التي يجب مراعاتها لمصممي العروض من الناحية التنبية (عدد المشتركون - طرق النقل والمواصلات - الأدوات والأجهزة)
٢) عملية التقييم في العروض الرياضية يقصد بها تحديد
٣) يقسم مصمم العرض الرياضي ببعض القرارات الفعلية مثل
٤) من المراحل التي يمر بها الفرد أثناء تصميم العرض
٥) يتوقف الجمال في العروض الرياضية على نقاط عديدة منها

ب- أذكر مكونات الهيكل التنظيمي لإدارة وتنفيذ المهرجانات والعروض الرياضية ؟ (٥ درجات)

السؤال الثالث : (١٠ درجات)

ضع علامة (✓) أو علامة (✗) أمام العبارات الآتية :

- () ١) يعتبر انساقه الموسيقي للتمرين من الأساليب المساعدة لمرحلة الإتقان والتثبيت .
() ٢) خطوات تعليم التمرين هي تعليم التمرين بالعد ثم باللفظ ثم بالعد واللفظ .
() ٣) شكل مرحلة اكتساب التوافق الجيد للتمرين الأساس الأول لتعليم التمرين .
() ٤) من عيوب الطريقة الجزئية تقسيم التمرين لأجزاء قد تغير من شكل أو مكونات التمرين .
() ٥) عند الانتهاء من العرض يكتب ترتير العرض .
() ٦) الخبرة عندما تصل إلى تحقيق أهدافها فهي خبرة جمالية في العروض الرياضية .
() ٧) لابد من تقييم العرض ككل (وحدة واحدة) .
() ٨) ميزانية العرض وطرق الصرف من الناحية التنظيمية في العروض الرياضية .
() ٩) الفرد الذي يقوم بالأداء والممارسة بنفسه في العروض هو الفرد المستهلك .
() ١٠) أهم طرق التعلم الحركي بشكل عام والتمرينات بشكل خاص هي الطريقة الكلية والجزئية والكلية الجزئية .

مع أطيب التمنيات بالنجاح والتوفيق ...

رقم كود المقرر :	جامعة طنطا
زمن الامتحان : ساعات	كلية التربية الرياضية
النهاية العظمى: 40 درجة	قسم الرياضيات المائية
الفرقه : الاولى (بنين+بنات)	
الامتحان النظري لمقرر : سباحه (1)	
دور يناير/ للعام الجامعي : 2021/2020	



(الدرجة 20)

تعتبر سباحة الزحف على البطن من أكثر طرق السباحة ملائمة للانسان ولهذا فإن سباحة الزحف احتفظت بأسpecietها لجميع طرق السباحة من حيث سرعتها بالرغم من التقدم الكبير لبعض الطرق الأخرى في ضوء العبارة السابقة تكلم عن ::

(ا) التحليل الحركي للذراعين في سباحه الزحف على البطن مع ذكر الاخطاء الشائعة لحركات الذراعين؟
ومن خلال دراستك للرياضيات المائية تكلم عن :

ب) هناك تقسيمات للرياضيات المائية تتبعا للتقييم والادوات والاجهزه واماكن المزاولة ووضع الجسم والتقسيم التناصفي ما هي؟

(الدرجة 10)

ضع علامه صح () امام العبارة الصحيحه او علامه خطأ () امام العبارة الخاطئه

- (1) تعتبر سباحه الصدر هي أقدم طرق السباحه التي استخدمها الانسان البدائي
- (2) كانت للمصريين الاسبقيه في الانقاد بمد اليد والاخراج من الماء
- (3) تأسس الاتحاد المصري للهواء في عام 1910
- (4) تعتبر حركات الذراعين هي القوة الاساسيه المحركه في سباحة الزحف على البطن
- (5) المسافه المسموحة للسباح بالغطس تماما اثناء البدء او الدوران 10 متر

(الدرجة 10)

من خلال دراستك لمادة سباحة (1) أكمل ما يلى:

- 1). الرياضيات المائية هي مجموعة من يجمع بينهما حيث يعتمد عليه اعتمادا كليا بشرط اجاده لموازيتها.
- 2) أهداف الرياضيات المائية ، ، ، ، ،
- 3) التحليل الوصفي لسباحه الزحف على البطن ، ، ، ، ،
- 4) البدء يتعرض لعده مراحل ، ، ، ،
- 5) زمن مهاره البدء تمثل تقريرا من المسافه الكلية لسباق (50 متر) وتمثل من المسافه الكلية لسباق (100 متر) وتمثل من الزمن الكلي لسباق (200 متر)

مع تمنياتي بالنجاح

رقم كود المقرر :		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ساعات		كلية التربية الرياضية
النهاية العظمى: 40 درجة		قسم الرياضيات المائية
الفرقه : الاولى (بنين+بنات)		
الامتحان النظري لمقرر : سباحه (1)		
دور يناير/ للعام الجامعي : 2021/2020		

(الدرجة 20)

تعتبر سباحة الزحف على البطن من أكثر طرق السباحة ملائمة للانسان ولهذا فإن سباحة الزحف احتفظت بأسبقيتها لجميع طرق السباحة من حيث سرعتها بالرغم من التقدم الكبير لبعض الطرق الأخرى في ضوء العبارة السابقة تكلم عن ::

(أ) التحليل الحركي للذراعنين في سباحة الزحف على البطن مع ذكر الاخطاء الشائعة لحركات الذراعنين؟
ومن خلال دراستك للرياضيات المائية تكلم عن :

(ب) هناك تقسيمات للرياضيات المائية تتبعاً للتقييم والادوات والاجهزه واماكن المزاولة ووضع الجسم والتقسيم التنافسي ما هي؟

(الدرجة 10)

ضع علامة صح () امام العبارة الصحيحة او علامة خطأ () امام العبارة الخاطئة

- () تعتبر سباحة الصدر هي أقدم طرق السباحة التي استخدمها الإنسان البدائي
- () كانت للمصريين الاصيقيه في الانقاد بمد اليد والاخراج من الماء
- () تأسس الاتحاد المصري للهواء في عام 1910
- () تعتبر حركات الذراعنين هي القوة الاساسية المحركه في سباحة الزحف على البطن
- () المسافة المسموحة للسباح بالغطس تماماً اثناء البدء او الدوران 10 متر

(الدرجة 10)

من خلال دراستك لمادة سباحة (1) أكمل ما يلى:

- 1). الرياضيات المائية هي مجموعة من يجمع بينهما حيث يعتمد عليه اعتماداً كلياً بشرط اجاده لموازيتها.
- 2) أهداف الرياضيات المائية ، ، ، ،
- 3) التحليل الوصفي لسباحة الزحف على البطن ، ، ، ، ،
- 4) البدء يتعرض لعدة مراحل ، ، ،
- 5) زمن مهاره البدء تمثل تقريراً من المسافة الكلية لسباق (50 متر) وتمثل من المسافة الكلية لسباق (100 متر) وتمثل من الزمن الكلي لسباق (200 متر)

مع تمنياتي بالنجاح

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم : علم النفس الرياضي

الدرجة العظمى : ٧٠ درجة

امتحان مادة علم الاجتماع

الفصل الدراسي الأول ٢٠٢١ - ٢٠٢٠ م

أجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول :

"تعتبر القيادة وظيفة مهمة وضرورية لكل المجتمعات العامة وذلك لتحقيق الاغراض الهامة في داخل المؤسسة سواء كانت تعليمية او غيرها "

في ضوء هذه العبارة تكلم بالتفصيل عن :

أ - مصادر السلوك القيادي ؟

ب - متطلبات القيادة وعناصرها ؟

ج - نظريات السلوك القيادي .. مع شرح واحدة ؟

السؤال الثاني :

"ان دراسة علم الاجتماع الرياضي تأخذ اهميتها من الدور التربوي الهام الذي تلعبه الرياضة في حياة الفرد والمجتمع "

في ضوء هذه العبارة تكلم بالتفصيل عن :

أ - تعريف الجماعة ؟

ب - اهداف علم الاجتماع ؟

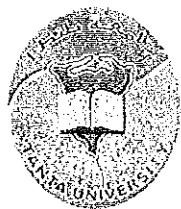
ج - العوامل المؤثرة في التنشئة الاجتماعية ؟

مع تمنياتنا بالنجاح والتوفيق



العام الجامعي : 2021/2020 م
مادة: القوم والتسلیک الرياضى
الزمن: ساعتان
الدرجة الكلية : 40 درجة
الفرقه : الثالثة لاحقة جديدة

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الصحة



(20 درجة)

• السؤال الأول : (القوم والتسلیک)

من خلال دراستك لمقرر مادة القوم والتسلیک الرياضى والمفاهيم العامة لها فضلاً أجب عن التالي:

1. وضح كل من (تعريف الانحراف القوامى مع ذكر فقط اسبابه وأنواعه)؟
(10 درجة)
2. تكلم عن انحراف تقوس الساقين ؟
(10 درجة)

(20 درجة)

• السؤال الثاني : (التسلیک الرياضى)

التسلیک الرياضي لا شك انه يسهم في رفع كفاءة الرياضي وأجهزته الحيوية المختلفة بما له من تأثيرات إيجابية مختلفة ، وفي ضوء ذلك فضلاً أجب عن التالي :

1. تكلم عن التسلیک الرياضي (فوائده - تنبيهات اساسية به - استخدام التسلیک في الرياضة) ؟
(10 درجات)
2. وضح (اشتراءات غرفة التسلیک - مواصفات المدلك) ؟
(10 درجات)

مع أطيب الأمانيات بال توفيق والنجاح الباهر

الزمن: ساعتان		جامعة طنطا
الفرقة : الثالثة (بنين-بنات)		كلية التربية الرياضية
الشعبة : شعبية عامة		قسم التدريب وعلوم الحركة الرياضية

امتحان دور أول مادة الميكانيكا الحيوية في المجال الرياضي

(٣٥ درجة)

السؤال الأول:

يبحث علم الميكانيكا الحيوية في الأداء الحركي للإنسان ، ويسعى هذا العلم في الميدان الرياضي إلى دراسة منحنى الخصائص للمسار الحركي للمهارة الرياضية سعياً وراء تحسين التكنيك الرياضي .

- أـ. تكلم عن الميكانيكا الحيوية في المجال الرياضي وأقسامها.
- بـ. عرف أقسام الميكانيكا الحيوية من حيث المادة.

(٣٥ درجة)

السؤال الثاني :

تكلم عن التحليل الأسمى للمفاصل من حيث (تعريف المفصل - الأنواع الأساسية للمفاصل - وصف هرفة المفاصل السمة الأساسية طريقة الحركة).

مع تمنياتي بالنجاح والتوفيق

المادة: جمباز (٣)
الزمن: ساعتان
النهاية العظمى: ٤٠ درجة
الفرقة: الثالثة (بنات لائحة جديدة)

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم الجمباز والتمرينات
والتعبير الحركي والعرض الرياضية

الامتحان النظري لمقرر | مادة الجمباز (٣) لطالبات الفرقة الثالثة
للفصل الدراسي الأول للعام الجامعي (٢٠٢١م - ٢٠٢٠م)

أجبني على الأسئلة الآتية:

السؤال الأول :

(١٠ درجات)

- "من خلال دراستك في مادة الجمباز طلب منكى عمل بحث في الصعوبات التي تواجهه المعلم في تعليم الجمباز" في ضوء ذلك تناولى احدى المشكلات من حيث
- اسم المشكلة وعرض مبسط لها
 - أسباب اختيارك لهذه المشكلة
 - وضع بعض حلول مبتكرة من وجه نظرك

(١٠ درجات)

- كيف يتم تقويم المهارات العلمية في الجمباز مع ذكر كيفية احتساب درجة الملاعبة وفقاً لقانون الجمباز الدولي؟

السؤال الثاني:

(١٠ درجات)

- عرف في الوسائل التكنولوجية في تعليم المهارات الحركية مع توضيح واحدة منها؟

(١٠ درجات)

- ما هي العوامل المؤثرة في تحضير درس الجمباز؟

زمن الامتحان: ساعتان
النهاية العظمى : ٤٠ درجة
الفرقة الثالثة
الفصل الدراسي الأول 2020 / 2021



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم الجمباز والتمريض والتعبير
الحركي والعروض الرياضية

امتحان مادة جمباز (٣)

(أجب على الأسئلة الآتية)

السؤال الاول :

- يعتبر جهاز حصان القفز احد اجهزة الجمباز الفني للرجال والآنسات والذي يتميز بالتكامل بين عناصر اللياقة البدنية والتي تعتبر المطلب الأساسي لنجاح المهارات الحركية
- تكلم عن المتطلبات البدنية الخاصة بجهاز حصان القفز
 - مراحل الاداء علي جهاز حصان القفز
 - الاخطاء الشائعة لمهارة الشقلبة الأمامية علي اليدين علي جهاز حصان القفز
- (١٥ درجة)

السؤال الثاني :

- يعتبر الانتقاء من اهم المراحل التي تعمل على تقدم مستوى الاعبين والوصول الى المستويات العليا
- تكلم عن اهميه الانتقاء في مجال الجمباز
 - اذكر الاختبارات التي يتم تطبيقها اثناء مرحله الانتقاء لاختيار افضل العناصر في مجال الجمباز مع شرح احدها
- (١٥ درجه)

السؤال الثالث :

- تكلم بالتفصيل عن السمات النفسية الخاصة بلاعبي الجمباز
- (١٠ درجات)

نهائي الذهاب باللوفيف والنباخ

الفرقة الثالثة : بنين - بنات زمن الاجابة : ساعتين	الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٠	جامعة طنطا كلية التربية الرياضية قسم الادارة والتربية الرياضي
	امتحان مادة الترويج وانشطة الخلاء والتربية الكشفية	

السؤال الأول : أكمل ما يلي (١٥ درجة)

- ١- للأسطول الترويحيه مميزات متعددة منها ، ، ،
 - ٢- مرت المعسكرات بمراحل للتطور كالتالي ، ، ،
 - ٣- أنواع برامج المعسكرات ، ، ،
 - ٤- للبطلة أنواع كثيرة تختلف في تصميمها وفق ما تؤديه من أعمال ومن أشهرها ، ، ، ،
 - ٥- تتلخص المبادئ الكشفية في ، ، ، ،

السؤال الثاني : ضع علامة صح امام العبارة الصحيحة وعلامة خطأ امام العبارة الخاطئة (١٠ درجة)

- ١- للأنشطة الترويحية سبعة خصائص (الهادفية - الدافعية - الاختيارية - الممارسة في وقت الفراغ - التوازن النفسي- حالة سارة - نشاط استثماري) ()

٢- بعد التقدم العلمي والتقني والاستغناء عن الأيدي العاملة احد اهم مسببات الاهتمام المتزايد بالترويج ()

٣- جرافية المكان وميزانية المعسكر من العوامل التي تؤثر في برنامج المعسكر ()

٤- يعد يادن باول أول من قام بنشر الطبعة الاولى من كتاب الكشافة الفتيا م عام ١٨٠٩ م ()

٥- تسمى النار النجمية بآم النيران وتنستخدم في الطهي السريع . ()

٦- تستخدم العقدة لثبت حبل بقائم مثل (الحطاب - الوندية) ()

٧- مرحلة الكشاف المتقدم من سن ١٤ حتى ١٧ سنة ()

٨- تمتاز الحبال الصناعية بالطول والسمك واللون الذي يتحكم فيه الصانع ()

٩- تستخدم النار المنعكسة في تجفيف الخشب و الملابس ()

١٠- يقصد بالداعفية رغبة الممارس في الاشتراك في النشاط الترويحي بدافع من ذاته ()

السؤال الثالث : تكلم بالتفصيل عن (١٥ درجة)

- ١- أهمية الترويج للأسرة .
 - ٢- علاقة الترويج بالعلوم الأخرى .
 - ٣- الوعد والقانون الكشفي.



الزمن: ٣ ساعة
الدرجة الكلية: (١٢٠)
الفرقة: الثالثة (بنين - بنات)

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم الألعاب الجماعية ورياضات المضرب

امتحان مادة تدريب رياضة تخصص (١)

كرة القدم للعام الجامعي (٢٠٢١ - ٢٠٢٠)

الدرجة (٦٠)

السؤال الأول :

يهدف الإحماء إلى تهيئة أجهزة الجسم ، لكي يستعد لاعب كرة القدم للتفاعل مع مجريات التدريب أو المباراة بفاعلية وكفاءة عالية ، من خلال هذه العبارة وضح الآتي:

أ- ذكر تعريف الإحماء وأنواعه؟

ب- ذكر أهمية الإحماء وفوائده؟

ج- ما هي النقاط التي يجب مراعاتها عند تنفيذ برنامج الإحماء؟

د- ما هي طرق الإحماء؟

الدرجة (٦٠)

السؤال الثاني :

تتعدد الاختبارات لقياس مستوى لاعب كرة القدم خلال البرنامج التدريسي الذي وضعه المدرب ، من خلال دراستك ضع الآتي:

أ- اختبار لقياس الحالة الفسيولوجية؟

ب- اختبار لقياس الحالة البدنية؟

ج- اختبار لقياس الحالة المهارية؟

انتهت الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق ...

أ.د/ هاني سعيد



**امتحان مادة (التعبير الحركي والايقاع)
الفصل الدراسي الاول للعام الجامعي ٢٠٢١/٢٠٢٠م**

اجيبني عن الاسئلة الآتية :

(١٥ درجة)

السؤال الأول :

بر詹姆 قراءة الاسئلة جيدا واختيار الاجابة المناسبة :

١- العالم الذي ابتكر باليه جميلة الغابه النائمه ،وكسارة البندق . وبعierre البعع من تأليف موسيقى تشاسكوفيسكي هو :

- باچايف

- مارسوس بيتا

- بانتست لاند

٢- تم افتتاح أول مسرح للجمهور في فرنسا عام

١٦٣٦ -

١٦٤٣ -

١٦٦١ -

٣- هي ذلك الجانب والمظاهر من السلوك الذي يصدره عن الفرد كوسيلة للتعبير ،ولها انجالاتها وأهدافها ومعاناتها الخاصة بها.

- الحركة

- التعبير الحركي

- فن الحركة

٤- تعرف التعبير الحركي بأنه أحد انواع الفنون المعاصرة عن الأراء والأفكار والانفعالات من خلال حركات مختلفة ومتعددة يقوم بها الجسم في حدود امكاناته الطبيعية.

- باربارا

- روجر زمة ومارجريت

- بيلنج

٥- يمكننا أن نفرق بين رقصات المناطق الحارة والباردة والبلاد المرتفعة والمنخفضة عن سطح البحر من خلال معرفة :

- علاقة التعبير الحركي بعلم الجغرافيا

- علاقة التعبير الحركي بعلم التاريخ

- علاقة التعبير الحركي بعلم الاجتماع

٦- علم له دخل كبير في معرفة مميزات الرقصات المختلفة.

- الاخلاق

- الاجناس

- الحركة

٧- يعتبر الرواد الأوائل الذين قدموا الرقص واهتموا بهم :

- الابطاليون

- الاغريق القدماء

- المصريين القدماء

- فرنسا

- روسيا

- ايطاليا

٨- ترجع نشأة البالية الأولى في

- ٩- تفريغ الطاقات الداخلية من مشاعر وانفعالات بلغه الحركة تكمن في أهمية التعبير الحركي
- العلاجية
 - الخلفية
 - الترويحية
- ١٠- نشأ الرقص الحديث في بداية القرن في أمريكا
- الخامس عشر الميلادي
 - التاسع عشر الميلادي
 - العشرين الميلادي
- ١١- يلزم جملي مناسبات دورة الحياة الإنسانية من الميلاد حتى الممات . يعد ذلك من مميزات وخصائص :
- الرقص الأتيكتاري
 - الرقص الكوميدي
 - الرقص الشعبي
- ١٢- لللات الموسيقية ثلاثة أنواع هي :
- وترية، ونفخية، وايقاعية.
 - وترية، وقوسية، وايقاعية.
 - قوسية، خشبية، نحاسية.
- ١٣- يعبر عن فكرة أو موضوع معين يستلزم توصيلها المشاهد ولعب الارتجال دور اساسيا فيه . يعد ذلك من مميزات :
- الرقص الشعبي
 - الباليه
 - الرقص الحديث
- ٤- الايقاع هو تنسيق النسب بشكل منتظم في المساحة والزمن . الى من ينتمي هذا التعريف:
- ارسطو
 - ماتي لوتس
 - داندي
- ٥- المرجة، والتوازن، والسقوط ،والدوران من الحركات الأساسية :
- الانقالية
 - الغير انقالية

(١٥ درجة)

السؤال الثاني :-

ضع خلامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات الآتية مع تصحيح الخطأ:-

- ١- رقص المناطق الحارة يتميز بالأداء البطئ، بينما رقص المناطق الباردة يتميز بالأداء السريع. ()
- ٢- تعتبر المهارات الأساسية للباليه من أهم مكوناته نظراً لسهولة حركاته. ()
- ٣- تدهورت مكانة الرقص في السنوات الأولى للعصر المسيحي والعصر الوسطي. ()
- ٤- بدأت المرحلة الثانية للهبة الباليه الروسي في منتصف القرن التاسع عشر. ()
- ٥- في مرحلة اكتساب التوافق الجيد تصل الطالبة إلى ما يسمى بالآوتوماتيكي في الأداء. ()
- ٦- الحركات الأساسية الانقالية هي الحركات التي تؤدي في نطاق ضيق حيث تشفل أقل مساحة ممكنة من الفراغ المحظوظ وتؤدي على نفس الموضع. ()
- ٧- ظهر الرقص الشعبي ليكون استجابة للثقافة المعاصرة أكثر من أي وقت مضى في فترات التاريخ. ()
- ٨- قدمت فرقة الباليه المصري أول باليه مصرى قومى باسم الصمود عام ١٩٧١ م. ()
- ٩- هناك علاقة وثيقة بين الزي والرقص ،فالزي يدخل دائماً في ديناميكية فحين يطول ويتعدد حفظ الحركة وتعدد الخطوات. ()
- ١٠- هناك ارتباط بين فن الرقص وعلم الأخلاق. ()
- ١١- يعتبر الرقص الأتيكتاري من أقدم أنواع التعبير الحركي. ()
- ١٢- يتسم التعبير الحركي بتنمية الصفات العقلية مثل الشعور، بالمسؤولية ، والتعاون والالتزام ، وأحترام الآخرين. ()
- ١٣- تزامن ظهور الرقص الأتيكتاري الحديث مع حركة ابراهام لنيكون في مناداته بتحرير العبيد. ()
- ٤- يؤكد مبدأ التدرج على ترتيب مهارات التعبير الحركي وعدم تسلسلها بصورة تدريجية. ()
- ٥- الايقاع هو الحياة - والحياة هي الايقاع. هذا التعريف يعد تعريفاً فلسفياً لبافلوف.

(١٠ درجة)

السؤال الثالث:-

نقاش أصلية الأمم وعراقتها بما تمتلك من حضارة وتراث إنساني توارثه الأجيال وتذرره جيلاً بعد جيلاً لا ولادها واحفاظها معززة بكل ما خلفه لهم الأجداد ،ويعتبر الرقص الشعبي وسيلة هامة لترجمة احساسis ومعتقدات الشعوب .

من خلال هذه العبارة السابقة :

تكلسي عن طرق جمع (تراث الشعبي) الرقص الشعبي ؟

مع تمنياتنا بالتوفيق ،

Choose The Correct Answer

1-.....is often the hottest month in summer
(July- the July – winter)

2-.....is a hard worker
(They –Students – Joseph)

3-Ahmed gave a gift
(they – I – her)

4-come to the class late
(He – it – They)

5-The bus arrived8:30 AM
(on- at- into)

6-Jack climbsthe tree
(down- up – into)

7-He repented of his past mistakes
(noun- adjective- adverb)

8-The elevator in my sister's apartment moves.....
(slowly- slow- more)

Translate This Passage Into Arabic

Hot Bath for Insomnia. When you cannot sleep, a nice hot bath before bedtime can help you. In one study, nine women with *Insomnia* took a hot bath for one hour before bedtime for two nights. The next week, the same women took a lukewarm bath. The women slept better after the hot baths than after lukewarm ones. *Ginger tea for Nausea*. Ginger can help you feel better if you feel sick to your stomach. It may also prevent motion sickness. Drinking ginger tea is one way to take ginger. To make the tea: use a small piece of fresh ginger. Take the skin off and cut the ginger into little squares. Put these squares in a cup with a little sugar and add boiling water. Let the tea sit for five minutes before drinking.

Best of Luck,

Dr. Asmaa Kashef

English

Time: 2 hrs

I-Read The Passage And Answer The Following Questions:

Margarita Suarez dreams of the day when she won't have to carry groceries from her car to her house. That day has come. A growing number of people are shopping the aisles of grocery stores on the Internet.

"I've never done it, but it sounds great," Ms. Suarez said. "It is so hot here in the summer. It's also really cold in the winter. I would love to stay inside and have the groceries come to me."

Of course, people already buy books, do their banking, and shop for gifts on the Internet. But when they need to shop for food, most still get in the car and go to the supermarket. In fact, fewer than 1 million people have bought groceries online. The average American visits a supermarket 2.2 times a week.

Part of the problem is obvious. Many shoppers want to see the food they buy. While they might buy a CD or a book without seeing it, most people don't want to buy produce the same way. They also enjoy going to the supermarket. They like to walk in the aisles, and see what new items are available. Shoppers also worry about spoiled food, large delivery charges, and late deliveries. But all this is slowly changing. Consumers are beginning to find that buying food online saves them time. They are finding that delivery is fast, cheap, and the food is good.

"it was not sure what to expect when I started ordering online", said Michael Koklos. Mr. Koklos started shopping online when he had to work longer hours. "I never had time to shop. It is really easy and convenient to buy over the internet. The vegetables are better than ones I would pick out myself", he added. "And I never have to find a parking space."

While online shopping appeals to a certain group of the people, there will always be some who enjoy shopping for their own groceries.

Mart Lavelle, a shopper in a local grocery store, says she will never shop for groceries online. "I still do not know how to use a computer," she explained.

- 1- Why does Ms. Suarez like the idea of internet grocery shopping?
- 2- Why is food shopping online not as popular as other types of online shopping?
- 3- What kinds of things do people buy on the internet?
- 4- Why did Mr. Koklos start food shopping online?
- 5- Why does he like it?

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم المناهج وطرق التدريس

المادة : تـ الأسس التربوية

الشعبة : للشعب الثالث

امتحان مادة الأسس التربوية

- السؤال الأول :

ان المذهب النفعي ينادي بأن قيمة اي مبدأ او عقيدة فلسفية يجب ان تعتمد على الأثر العملي لها ... في ضوء ذلك ووضح ما هي الأسس التي ترتكز عليها الفلسفة النفعية مع الشرح .

- السؤال الثاني :

ما هي مكونات الحكمية مع شرح اثنان بالتفصيل ؟

- السؤال الثالث :

ما هي المعالم التربوية للفلسفة الواقعية ؟

- السؤال الرابع :

عرف الفلسفة التربوية ووضح وظيفتها بالتفصيل .

مع تمنياتي بالنجاح والتوفيق ...

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم الألعاب الجماعية ورياضات المضرب



الزمن: ٤ ساعة

الدرجة الكلية: (٦٠)

الفرقه: الثالثة شعبه تدريس

امتحان مادة طرق تدريس الألعاب الجماعية للعام الجامعي (٢٠٢١ - ٢٠٢٠)

الدرجة (١٥)

أولاً : كرفة القدم :

يعتبر الإعداد المهاري في كرة القدم هو إكساب اللاعب المهارات الأساسية وإتقانها والتي يتأسس عليها الوصول للمستويات الرياضية العليا فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للاعب ومهما تصنف به من سمات خلقية وإرادية فإنه لن يتحقق النتائج المرجوة مالم يرتبط ذلك كله بالإتقان التام للمهارات الأساسية في كرة القدم. في ضوء هذه العبارة:

- أ- ذكر مراحل تعليم المهارات الأساسية في كرة القدم مع شرح إحداها؟ (٧ درجة)
ب- ذكر المهارات الأساسية في كرة القدم ثم تناول إحداها بالشرح من حيث الخطوات الفنية، والتطبيقية؟ (٨ درجة)

الدرجة (١٥)

ثانياً : كرفة اليد :

- ذكر المهارات الأساسية في كرة اليد ثم تناول إحداها بالشرح ؟

الدرجة (١٥)

ثالثاً : كرفة السلة :

- ذكر المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة ثم تناول إحداها بالشرح ؟
- ارسم ملعب كرة السلة موضحا عليه الأبعاد القانونية؟ (٥)

الدرجة (١٥)

رابعاً : الكورة الطائرة :

- ذكر المهارات الأساسية في الكورة الطائرة ثم تناول إحداها بالشرح ؟
- ما هي مواصفات ملعب الكورة الطائرة مع الرسم؟ (٥)

انتهت الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق ...

امتحان الصحه الرياضيه

الفصل الدراسي الأول ٢٠٢١/٢٠٢٠

من خلال دراستك لمادة الصحة الرياضية تكلم عن ثمانى نقاط فقط مما يلى: (٨٠ درجة)

- الفوائد الصحية للنشاط الرياضي.
- الأمراض التي يسببها التدخين.
- الصحه واللياقه البدنية.
- الممارسة الرياضية والمعاقين.
- مفهوم الصحه واللياقه البدنية.
- دور مدرس التربية الرياضية في تقويم صحة التلاميذ.
- الفوائد الصحية لدرس التربية الرياضية.
- أهمية الممارسه الرياضيه فى علاج بعض الأمراض.
- تغذية الرياضى يوم المباراة.
- تغذية الرياضى بعد المباراة.
- التغيرات الفسيولوجيه لرياضيين نتيجة التدريب فى طبقات الجو العليا.
- العوامل التي تساعد على ظهور السمنه وانتشارها.
- إذكر بعض الأمراض التي تستخدم الرياضة فى علاجها.

تمنياتنا بال توفيق والنجاح

الفرقة الثالثة : شعبة الإدارة الرياضية لانحة قديمة زمن الاجابة : ساعتين	الفصل الدراسي الأول للعام ٢٠٢١/٢٠٢٠	جامعة طنطا كلية التربية الرياضية قسم الإدارة والترويح الرياضي
امتحان مادة التطبيقات الترويحية		

(٢٠ درجة)

السؤال الأول :

تعتبر المعسكرات وسيلة من أهم الوسائل التربوية والحديثة بما تتوفر فيها فرص طبيعية للتزويج والاندماج مع الأفراد والجماعات وفن أساليب التربية الحديثة. وتتميز حياة المعسكرات بالمعيشة الخلوية البسيطة الخالية من التكلف والتي يتعامل فيها الأعضاء بعضهم مع البعض الآخر . في ضوء تلك العبارة وضح التالي :

- ١- أنواع المعسكرات .
- ٢- الأهداف العامة للمعسكرات

(٢٠ درجة)

السؤال الثاني : أشرح ما يلي :

- ٣- تقسيم الأنشطة الترويحية .
- ٤- خصائص الأنشطة الترويحية
- ٥- أهمية الترويج للأسرة .

(٢٠ درجة)

السؤال الثالث : تكلم بالتفصيل عن

- ١- انواع النيران واستخداماتها .
- ٢- انواع الخيام .
- ٣- انواع الخيام .



رقم كود المقرر:
زمن الامتحان: ساعتان
النهاية العظمى: ٨٠ درجة
الفرقة: الثالثة (الاتحة قديمة)

الامتحان النظري لمقرر التربية الترويحية

للفصل الدراسي الأول - العام الجامعي ٢٠٢١/٢٠٢٠

(٢٥ درجة)

السؤال الأول:

- تكلم عن دور الجامعة في تنمية ميول واتجاهات الطلاب نحو المشاركة في المناشط الترويحية

(٣٠ درجة)

السؤال الثاني:

- تكلم عن التربية الترويحية من خلال مفهومها وأهميتها ودورها في الحياة المعاصرة.

(٢٥ درجة)

السؤال الثالث:

- تكلم عن مكانة وقت الفراغ والترويح في النظام التعليمي .

بع زبيب الأنسبر بالتفصين،



التاريخ : ٢٠٢١ / ٣ / ١١
الفرقة : الثالثة لاتحة قديمة تدريس بنين
الزمن : ساعتان
الدرجة : ٨٠

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الصحة الرياضية

امتحان طرق تدريس منازلات

الفصل الدراسي الأول ٢٠٢١ / ٢٠٢٠

أولا الملاكمه : س ١ تكلم عن الخطوات التعليمية لمهارة وقفه الاستعداد في الملاكمه
مع توضيح الوصف الفنى لتلك المهارة

ثانيا المصارعة س ١ اشرح كيف يمكنك تعليم مهارة الكوبيرى مع ذكر الاخطاء الشائعة .

مع خالص تمنياتنا بال توفيق والنجاح

رقم كود المقرر:		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ساعتان		كلية التربية الرياضية
النهاية العظمى : ٨٠ درجة		قسم التدريب وعلوم الحركة
الفرقه : الثالثة " تدريب "		الرياضية
لائحة قديمة		
الامتحان النظري لمقرر : القياس البدنى والحرکى		
للعام الجامعى : ٢٠٢١ / ٢٠٢٠		

اجب عن الاسئلة التالية

(٤٠ درجات)

السؤال الاول :

- ١ - عرف كلام من:-
أ - التقويم
ب - القياس
- ٢ - اشرح عوامل الاختبار الجيد ؟

(٤٠ درجات)

السؤال الثاني :

- ١ - اشرح أنواع التقويم بالتفصيل مع ذكر امثلة ان امكن ؟
- ٢ - اذكر اهداف واغراض القياس ؟

مع تمنياتي بالتوفيق

كود المقرر :	جامعة طنطا
زمن الامتحان : ساعتان	كلية التربية الرياضية
النهاية العظمى : ٦٠ درجة	قسم الجمباز والتمرينات والعرض
الفرقة الثالثة بين شعبية تدريس (الاحقة قديمة)	
الامتحان النظري لمقرر : طرق تدريس التمرينات	
الفصل الدراسي الأول العام الجامعي ٢٠٢٠ / ٢٠٢١ م دور يناير ٢٠٢١ م	

أجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول : (٢٠ درجة)

" تمثل التمرينات البدنية المظهر الأساسي للأنشطة الحركية بشكل عام ، والأبسطة الرياضية بشكل خاص " في ضوء ذلك عرف التمرينات البدنية مع ذكر ثلاث تقسيمات مختلفة لها .

السؤال الثاني : (٢٠ درجة)

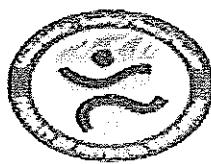
- ا) أكتب خمس تمرينات لعضلات الجسم المختلفة مع مراعاة الطريقة الصحيحة لكتابية التمرين
- ب) " يمكن للمربى الرياضي تعليم التمرينات من خلال عدة طرق مختلفة حتى يمكن تحقيق الهدف المقصود من العملية التعليمية "
- اشرح طرق تعليم التمرينات مع ذكر مميزات وعيوب كل منها .

السؤال الثالث : (٢٠ درجة)

ا) عرف العروض الرياضية ، مع ذكر أهم النواحي التنظيمية والفنية التي يجب الأخذ بها عند التحضير للعروض الرياضية .

- ب) ب) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة الخاطئة :
- ١ - تصنع حبال التمرينات عادةً من المطاط أو القطن أو الكتان . (✓)
 - ٢ - تعكس العروض الرياضية مدى التقدم الرياضي والحضارى للدول . (✓)
 - ٣ - يمر تعلم التمرينات بخمس مراحل حتى يصل المتعلم إلى الدقة والكمال في الأداء . (✓)
 - ٤ - الرقود والجثو والتعليق جميعها من الأوضاع ذات التسمية الخاصة . (✓)
 - ٥ - عند تدريس التمرينات يجب التدرج في الأداء من التمرينات الصعبة أولًا ثم التمرينات السهلة ومن المركبة إلى البسيطة . (✓)

مع أطيب التمنيات بالتفوق



التاريخ: ٢٠٢١/٣/١١
زمن الامتحان : ساعتان
درجة الامتحان : ٨٠ درجة
الفرقه: الثالثة - لانحة قديمة
شعبة : تدريب رياضي

الامتحان النظري لمقرر : سيكولوجية التدريب الرياضي
الفصل الدراسي الأول
للعام الجامعي : ٢٠٢١ / ٢٠٢٠ م

أجب عن الأسئلة التالية:-

(٤٠ درجة)

السؤال الأول :-

"تهدف عملية التدريب الرياضي إلى الوصول باللاعب إلى أعلى مستوى ممكн تسمح به قدراته واستعداداته ، وكلما تميز المدرب الرياضي بالتأهيل التخصصي العالي وكلما زاد إتقانه للمعارف النظرية وطرق تطبيقها كان أقدر على تحديد عملية التدريب والمنافسات الرياضية بصورة علمية تسهم في تطوير وتنمية المستوى الرياضي للاعبين إلى أقصى درجة ".

من خلال ذلك وضح ما يلي :-

- أ- دور المدرب في بناء تماسك الفريق الرياضي .
- ب- خصائص المدرب الرياضي الناجح .
- ج- أعراض الضغوط النفسية لدى المدرب الرياضي .
- د- مواجهة المدرب الرياضي للضغط النفسي .

(٤٠ درجة)

السؤال الثاني :-

النجاح في العمل القيادي والتدربي للمدرب الرياضي يعتمد بدرجة كبيرة على قدرة القائد الرياضي على الاتصال الفعال في العديد من المواقف ومع العديد من الأفراد المختلفون في مستوياتهم العمرية والثقافية والمهارية .

أشرح هذه العبارة موضحاً ما يلي :-

- أ- عناصر الاتصال في المجال الرياضي .
- ب- خطوات عملية الاتصال في المجال الرياضي .
- ج- معوقات الاتصال في المجال الرياضي .
- د- أنواع الاتصال في المجال الرياضي .

رقم كود المقرر:
زمن الامتحان: ساعتان
النهاية العظمى: ٨٠ درجة
الفرقة: الثالثة (لائحة قديمة)



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم اطناهه وطرق التدريس

الامتحان النظري لمقرر طرق تدريس التربية الرياضية (٢)

للصل الدراسي الأول - العام الجامعي ٢٠٢١ / ٢٠٢٠

السؤال الأول:

"تختلف طرق التدريس باختلاف كل ما يتعلق بعملية التدريس من أهداف ومحنتى تعليمي وطبيعة المتعلمين وخصائص نموهم.. بالإضافة إلى خبرة المعلم".

- ناقشت هذه العبارة مع ذكر أسس اختيار طريقة التدريس، متناولًا بالشرح أربعة أسس منهم.

السؤال الثاني:

- تكلمت عن طرق التدريس موضحًا المبادئ العامة للتدريس.

السؤال الثالث:

"يلعب معلم التربية الرياضية دورا هاما في حياة التلاميذ، فهو مسؤولًا عن تربيتهم وتعليمهم وتنشئتهم ورعايتهم".

- ناقشت العبارة موضحًا صفات معلم التربية الرياضية الناجح.

بع النسب (الأسنان) بالتوقيف،"



التاريخ: ٢٠٢١/٣/٩
زمن الامتحان : ساعتان
درجة الامتحان : ٨٠ درجة
الفرقه: الثالثة - لائحة قديمة
شعبة : الأدارة الرياضية

الامتحان النظري لمقرر : سيكولوجية القيادة الرياضية
الفصل الدراسي الأول
للعام الجامعى : ٢٠٢١ / ٢٠٢٠ م

أجب عن الأسئلة التالية:-

(٤٠ درجة)

السؤال الأول :-

تكلم فيما يلي :-

أ- القيادة في المجال الرياضي (تعريف القيادة – السلوك القيادي –

الفرق بين القائد والرئيس) .

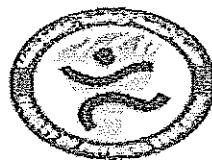
ب- أساليب القيادة في المجال الرياضي .

(٤٠ درجة)

السؤال الثاني :-

أذكر نظريات القيادة في المجال الرياضي مع شرح واحدة بالتفصيل .

مع تمنياتنا بالنجاح والتوفيق



التاريخ: ٢٠٢١/٣/٩
زمن الامتحان : ساعتان
درجة الامتحان : ٨٠ درجة
الفرقة: الثالثة - لائحة قديمة
شعبة : الأدارة الرياضية

الامتحان النظري لمقرر : سيكولوجية القيادة الرياضية
الفصل الدراسي الأول
لعام الجامعي : ٢٠٢١ / ٢٠٢٠ م

أجب عن الأسئلة التالية:-

(٤٠ درجة)

السؤال الأول :-

تكلم فيما يلي :-

أ- القيادة في المجال الرياضي (تعريف القيادة – السلوك القيادي –

الفرق بين القائد والرئيس) .

ب- أساليب القيادة في المجال الرياضي .

(٤٠ درجة)

السؤال الثاني :-

أذكر نظريات القيادة في المجال الرياضي مع شرح واحدة بالتفصيل .

مع تمنياتنا بالنجاح والتوفيق

زمن الامتحان : ساعتان
النهاية العظمى : ٦٠ درجة
الفترة : الثالثة بنين لائحة قديمة



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم مسابقات الميدان والمضمار

امتحان مقرر : طرق تدريس مسابقات الميدان والمضمار
الفترة الثالثة بنين لائحة قديمة الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠٢١/٢٠٢٠ م

أجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول :-

(٢٠ درجة)

- ١ - درست مسابقة الوثب الطويل في العاب القوى ذكر الآتي
- المراحل الفنية - بعض النقاط القانونية لهذه المسابقة - المحاولات الفاشلة في هذه المسابقة

(٢٠ درجة)

السؤال الثاني :-

- ذكر المراحل الفنية لمهارة قذف القرص مع شرح أهم مرحلة من وجهة نظرك ؟

(٢٠ درجة)

السؤال الثالث :-

- ضع درساً مناسباً لمهارة ٤٠٠ متر عدو مع توزيع أجزاء الدرس طبقاً للمهارة موضحاً فيها
(المراحل الفنية - الخطوات التعليمية - عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالمهارة)

مع أطيب التمنيات بالنجاح والتفوق

زمن الامتحان : ساعتان
النهاية العظمى : ٦٠ درجة
الفرقـة : الثالثة بنين لائحة قديمة



- جامعة طنطا -
كلية التربية الرياضية
قسم مسابقات الميدان والمضمار

امتحان مقرر : طرق تدريس مسابقات الميدان والمضمار
الفرقة الثالثة بنين لائحة قديمة الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠٢١/٢٠٢٠ م

أجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول : -

(٢٠ درجة)

- ١ - درست مسابقة الوثب الطويل في ألعاب القوى أنكر الآتي
- المراحل الفنية - بعض النقاط القانونية لهذه المسابقة - المحاولات الفاشلة في هذه المسابقة

(٢٠ درجة)

السؤال الثاني : -

- ذكر المراحل الفنية لمهارة قذف القرص مع شرح أهم مرحلة من وجهة نظرك ؟

(٢٠ درجة)

السؤال الثالث : -

- وضع درساً مناسباً لمهارة ٤٠٠ متر عدو مع توزيع أجزاء الدرس طبقاً للمهارة موضحاً فيها
(المراحل الفنية - الخطوات التعليمية - عناصر اللياقة البدنية الخصبة بالمهارة)

مع أطيب التمنيات بالنجاح والتفوق

المادة : تنظيم الأنشطة الرياضية .
الفرقة : الثالثة (لائحة قديمة) .
الشعبة : إدارة رياضية .
الزمن : ساعتان .
النهاية العظمى : (٦٠) درجة .

امتحان الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠٢١/٢٠٢٠

- أجب عن الأسئلة التالية :

الدرجة = ٣٠

- السؤال الأول :

يعتبر النشاط الرياضي من أهم المجالات التي تتحقق فيها ذاتية الفرد بما يحتويه من مواقف إنسانية كالمنافسة والتعاون داخل إطار من القواعد والقوانين التي تحكم طبيعة هذا النشاط ، في ضوء هذه العبارة تناول بالشرح ما يلى :

- ١ - مفهوم وتعريف النشاط الرياضي .
- ٢ - أهمية النشاط الرياضي وتصنيفاته .
- ٣ - أهداف النشاط الرياضي .

الدرجة = ٣٠

- السؤال الثاني :

تم تكليفك بتنظيم بطولة لعدد (١٣) فريق رياضي بطريقة خروج المغلوب من مرّة واحدة كنموذج لتنظيم المنافسات الرياضية الجماعية ، تناول بالشرح كل ما تعرفه عن :

- ١ - إيجابيات طريقة خروج المغلوب من مرّة واحدة .
- ٢ - سلبيات طريقة خروج المغلوب من مرّة واحدة .
- ٣ - رسم الجدول الخاص بالإقتراع .
- ٤ - رسم الجدول الخاص بتوزيع مباريات البطولة .
- ٥ - حساب عدد المباريات الملعوبة في دور اللعب الأول .
- ٦ - حساب عدد المباريات الملعوبة في البطولة كل .



الدرجة العظمى: (٨٠) درجة
الزمن: ساعتان
التاريخ: ٢١/٣/١٤٢٠ م

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم الادارة والتربية الرياضي

**الامتحان التحريري لمادة الأسس العلمية للادارة للفرقـة الثالثـة
لائحة قديمة (ادارة) للفصل الدراسي الأول من العام الجامعي
٢٠٢١/٢٠٢٠**

أجب على سؤالين فقط من الاسئلة التالية:

السؤال الأول: (٤ درجة)

تعد الإدارة في العصر الحالي من أهم ركائز التقدم فما من اكتشاف أو نشاط أو تغير أو تطور أو انجاز إلا وبالتحليل لأسبابه نجد أنها أساس وجوده.

ناقش هذه العبارة موضحاً :

- ١ - تعريف الادارة وأهميتها .
 - ٢ - مستويات الادارة .
 - ٣ - عناصر الادارة مع شرح و

السؤال الثاني: (٤ درجة)

عرف القرار؟ وما هي أنواع القرارات ؟ ثم اذكر خطوات (مراحل) اتخاذ القرار مع شرح الثنين منها ؟

السؤال الثالث: (٤ درجة)

أذكر نظريات الإدارة مع شرح واحدة منها بالتفصيل؟