



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
كنترول الأسئلة



# أمتحانات مقررات الماجستير

\* الفرقة الأولى ماجستير



للعام الجامعي 2021-2022



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم علوم الحركة الرياضية

امتحان مادة المبادئ الميكانيكية الحركية للفرقة الثانية ماجستير 2021 - 2022

اجب عن الاسئلة الاتية:

السؤال الاول

تكلم عن قوانين نيوتن وتطبيقاتها في المجال الرياضي ؟

السؤال الثاني

تكلم عن تطبيقات الخصائص الكينماتيكية والكينماتيكية في تطوير الاداء الحركي للرياضيين؟

مع تمنياتنا بالتوفيق

مادة: سيكولوجية القيادة والجماعات الرياضية  
الفئة: ثانية ماجستير / ادارة - عام جامعي 2022  
الدرجة الكلية: 70 درجة.  
الزمن: ثلاث ساعات



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم علم النفس الرياضي  
مرحلة الدراسات العليا

أجب عن الأسئلة التالي:

(20 درجة)

**السؤال الأول:**

تكلم في 10 نقاط من وجهه نظرك ما هي اهم طرق مواجهه تصدع الجماعات

(20 درجة)

**السؤال الثاني:**

من خلال ما قمت بدراسته عن القيادة واتخاذ القرار - القيادة ومهارات الاتصال الفعال - اشرح كيف تنشأ مناخ نفسي جيد بين الافراد

**السؤال الثالث:**

(30 درجة)

وضح من خلال دراستك وخبرتك العملية :

- 1- كيفية مواجهه ضغوط العمل ؟
- 2- كيف تنشأ تفاعل اجتماعي جيد بين الافراد ؟
- 3- أسباب تماسك الجماعه ؟

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح

الفرقة : الثانية ماجستير (علم نفس)		جامعة طنطا
الدرجة العظمى : ٧٠ درجة		كلية التربية الرياضية
زمن الامتحان : ٣ ساعات		قسم علم النفس الرياضي

امتحان مادة سيكولوجية القيادة والجماعات الرياضية للعام الجامعي ٢٠٢١-٢٠٢٢

( ٤٠ درجة )

السؤال الأول :

اكتب بالتفصيل ما تعرفه عن :

- القيادة الرياضية ( تعريفات القيادة - الخصائص المميزة لمفهوم القيادة - مكونات القيادة - أهمية القيادة - العوامل المؤثرة في قيادة ) .
- أساليب القيادة من وجهة نظر العلماء مع إعطاء مثال علي كل أسلوب يكون فيه المدرب ناجحا عند استخدام هذا الأسلوب .

( ٣٠ درجة )

السؤال الثاني :

تكلم بالتفصيل عن نظريات القيادة في المجال الرياضي

مع اطيب تمنيات النجاح ،،،



جامعة: سيكولوجية الترويم الرياضي

الفرقة: ثانية ماجستير / ترويم - عام جامعي 2022

المرجة الكلية: 70 درجة.

الزمن: ثلاث ساعات

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم علم النفس الرياضي

مرحلة الدراسات العليا

أجب عن الأسئلة التالي:

(10 درجات)

**السؤال الاول :**

وضح في 10 نقاط من وجهه نظرك ما هو تأثير ممارسة النشاط الترويحي على الجوانب النفسية والانفعالية للفرد

(10 درجات)

**السؤال الثاني :**

من خلال دراستك لمراحل النمو المختلفة - اختار احدهما وتكلم في 10 نقاط عن توجيه النشاط الحركي للتلميذ في ضوء الخصائص الاجتماعية والانفعالية لهذه المرحلة ؟

**السؤال الثالث :**

(30 درجة)

**فسر لماذا يحدث :**

1. العزوف المبكر من التلاميذ لممارسة النشاط الحركي ؟
2. النشاط الزائد للأطفال ؟
3. اللعب المنعزل - اللعب الموازي ؟

**السؤال الرابع :**

(20 درجة)

وضح من خلال دراستك وخبرتك العملية :

- 1- كيفية استثارة دافعية اداء التلميذ للنشاط الترويحي ؟
- 2- كيفية اصدار المكافاة للسلوك المرغوب فيه ؟

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح



مادة : دراسة متقدمة في علم النفس الرياضي  
الفرقة : ثانية ماجستير / مناهج - عام جامعي 2022  
الدرجة الكلية: 70 درجة.  
الزمن : ثلاث ساعات

جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم علم النفس الرياضي  
مرحلة الدراسات العليا

أجب عن الأسئلة التالي:

(20 درجة)

**السؤال الأول :**

**من خلال دراستك لمراسل النمو المختلفة - اختاري احدهما وتكلمي عن :**

1. اهم خصائص النمو الاجتماعي والانفعالي لهذه المرحلة ؟
2. توجيه النشاط الحركي للتلميذ في ضوء هذه الخصائص ؟

(30 درجة)

**السؤال الثاني :**

**علل لماذا يحدث :**

1. الانسحاب المبكر من ممارسة النشاط الحركي ؟
2. مرحلة الطفولة الهادئة ؟
3. اللعب المنعزل - اللعب الموازي ؟

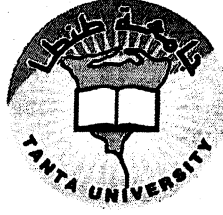
**السؤال الثالث :**

(20 درجة)

**اذكر من خلال عملك المهني وخبرتك العملية :**

- 1- كيفية تدعيم السلوك المرغوب فية ؟
- 2- استثارة دافعية الأداء للتلميذ ؟

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح



مادة : سيكولوجية التدريب والمنافسات

الفرقة : ثانية ماجستير / تدريب - عام جامعي 2022

الدرجة الكلية: 70 درجة.

الزمن : ثلاث ساعات

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم علم النفس الرياضي

مرحلة الدراسات العليا

أجب عن الأسئلة التالي:

(40 درجة)

**السؤال الأول:**

**من خلال دراستك لمفهوم التدريب والمنافسة الرياضية تكلم عن :**

1. اهم الخصائص النفسية للتدريب الرياضي ؟
2. اهم الخصائص النفسية للمنافسة الرياضية ومظاهرها السلبية ؟

(30 درجة)

**السؤال الثاني :**

**من خلال دراستك للعديد من المظاهر النفسية المؤثرة في عملية التدريب والمنافسة الرياضية  اختار احدى هذه المظاهر وتكلم عنها في نقاط من حيث :**

- 1- مفهومك عن هذه الظاهرة
- 2- اهم التوجهات التطبيقية لتحسينها او تعديلها

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح

المادة : دراسة متقدمة في الصحة الرياضية  
الفرقة الثانية ماجستير علوم صحة  
الزمن : ٣ ساعات  
الدرجة : ٧٠ درجة

جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم علوم الصحة الرياضية

امتحان الدراسات العليا للعام الجامعي ٢٠٢٢/٢٠٢١

الفرقة الثانية ماجستير علوم صحة

دراسة متقدمة في الصحة الرياضية

الصحة الرياضية تهتم بتحسين اللياقة الصحية للفرد من خلال الممارسة الرياضية وهذا يتطلب ان يعرف الفرد اهمية الممارسة الرياضية للمحافظة علي الصحة وضبت الوزن بالإضافة الي ذلك فانه من الضروري توافر المنشآت الرياضية التي تتوافر فيها الاشتراطات الصحية المناسبة ومنها حمامات السباحة والصالات المغلقة والتي تساعد علي زيادة الاستفادة للممارسين مع ضمان سلامتهم ويتلزم مع هذا ان يكون هناك تقدير للاحتياجات الغذائية للممارسين لتحقيق اكبر استفادة من الممارسة . وايضا فان الممارسة الرياضية لها دور هام في علاج بعض المشكلات في المجتمع وتصحيح بعض المفاهيم عن المكملات الغذائية لذا فان العناية بصحة الفرد والمجتمع تنطل الممارسة الرياضية السليمة التي يصابها تغذية واشراف صحي مناسب .  
ناقش ما سبق متبع الاسلوب العلمي المناسب ،

مع أطيب تمنياتنا بالتوفيق والنجاح

جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم الإدارة الرياضية

الفرقة : ثانية ماجستير  
المادة : الإدارة فى المجال الترويحي (٢)  
العام الجامعى : ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ م  
الزمن : ثلاث ساعات  
الدرجة : ٧٠

أجب عن الأسئلة الآتية :-

السؤال الأول :

(٢٠ درجة)

" نجاح أى مؤسسة يتوقف على مدى إتباعها للأسس العلمية للإدارة الفعالة " ...

- اشرح العبارة السابقة فى ضوء ما تم تناوله من موضوعات الإدارة ..... موضحاً أهمية الإدارة فى المؤسسات الترويحية .

السؤال الثانى :

(٢٥ درجة)

" المشاركة فى الأنشطة الترويحية مفتاحاً لتحقيق التوازن بين العمل والراحة "

فى ضوء العبارة السابقة تناول بالشرح ما يلى :

- تعريف النشاط الترويحي .
- سمات النشاط الترويحي .
- أنواع النشاط الترويحي .
- نموذج لبرنامج ترويحي " للإداريين العاملين بكلية التربية الرياضية " ... موضحاً المبادئ الواجب مراعاتها عند وضع البرنامج الترويحي .

السؤال الثالث :

(٢٥ درجة)

" تعد القيادة شكل من أشكال التفاعل الإجتماعى فى البيئات الرياضية "

فى ضوء العبارة السابقة تناول بالشرح ما يلى :

- مفهوم القيادة فى المجال الرياضى .
- أهمية القيادة فى المجال الرياضى .
- تعريف القائد الرياضى وصفاته .
- الوظائف الإدارية للقائد الرياضى إتجاه مرسوميه لإنجاز الهدف المطلوب .

مع أطيب تمنياتنا بالتوفيق والنجاح ،،

جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم الإدارة الرياضية

المادة : إدارة المسابقات الرياضية .  
الفرقة : ثانية ماجستير ( إدارة رياضية ) .  
الزمن : ثلاث ساعات .  
النهاية العظمى : ٧٠ درجة .

## إمتحان العام الجامعى ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ م

أجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول :  
الدرجة = ٣٠  
تمثل المسابقات الرياضية أحد المجالات التربوية الهامة التى تؤثر تأثيراً إيجابياً وفعالاً فى نفوس الأفراد والجماعات إذا تم إدارتها بشكل جيد تحت إشراف قيادات تربوية رشيدة ، فى ضوء هذه العبارة تناول بالشرح ما يلى :

- ١- ماهية المسابقات الرياضية ومفهومها .
- ٢- أهداف المسابقات الرياضية وأنواعها .
- ٣- خصائص المسابقات الرياضية .

السؤال الثانى :  
الدرجة = ٤٠  
يُسهم الإعداد الجيد للمسابقات الرياضية فى وضع النظم والأسس والقواعد التى يجب أن تسيّر عليها هذه المسابقات ومن ثم يضمن عدالة هذا التنافس ، فى ضوء هذه العبارة تناول بالشرح ما يلى :

- ١- الخطوات الواجب إتباعها عند تنظيم الدورات الرياضية ( قبل - أثناء - بعد ) الدورات الرياضية .
- ٢- كيفية التخطيط لإعداد ملف لتنظيم أحد البطولات الرياضية العالمية .

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح

أ.د / عمرو الشتيحي

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم التدريب وعلوم الحركة الرياضي

الزمن : 3 ساعات

الدرجة : 70 درجة

طرق البحث في علوم الحركة

( مرحلة اولى ماجستير )

العام الجامعى 2021 / 2022

**السؤال الاول :-**

( 70 درجة )

شهدت السنوات الأخيرة تطورا ملحوظا في البحوث والدراسات التطبيقية المرتبطة بعلوم الرياضة والتربية البدنية مما نتج عنه كما هائلا من المعلومات والمعارف التي ساهمت بشكل كبير في فهم أفضل للسلوك الحركي والأداء البدني، من بين هذه العلوم نجد علوم الحركة

فى ضوء ذلك :-

تكلم من خلال دراستك عن الطرق العلمية لحل المشكلات الرياضية ؟

مع أطيب الامنيات بالتقدم ومزيذا من التميز

أ.د / عمرو حلويش



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم الترويح الرياضي

الزمن : ثلاث ساعات  
المادة : طرق البحث العلمي في الترويح الرياضي  
الفرقة : الأولى ماجستير للعام الدراسي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢

أجب عن الأسئلة التالية :-

- ١ - أذكر الإجراءات البحثية موضعا المناهج المستخدمة والمقارنة بينهم  
اذكر العينات المستخدمة في البحث العلمي  
اذكر سائل جمع البيانات مع المقارنة
- ٢ - تكلم بإيجاز عن خطوات البحث العلمي ثم ضع خطة بحثية متكاملة لإحدى المشكلات في مجال الترويح (إطار بحثي)؟

مع أطيب التمنيات بالتوفيق



المرحلة: ماجستير  
الفرقة: أولى  
اسم المادة: طرق البحث العلمي في التدريب الرياضي  
تاريخ الامتحان: 2022/ 06 /26  
زمن الامتحان: 3 ساعات  
الدرجة الكلية: 70 درجة

### الأسئلة

#### السؤال الأول:

الدرجة: 20 درجة

من خلال دراسة مقرر البحث العلمي في التدريب الرياضي تناول بالشرح مناهج البحث العلمي مع طرح مثال لموضوع بحث يوضح طبيعة المنهج المستخدم؟

#### السؤال الثاني:

الدرجة: 10 درجات

من خلال دراستك لمقرر البحث العلمي، تحدث بإيجاز عن محتوى إطار البحث المبدئي مع شرح مختصر لكل جزء بالإطار؟

#### السؤال الثالث: (بنظام الكتاب المفتوح)

الدرجة: 40 درجة

من خلال الاطلاع على البحث المرفق أمامك تناول بالشرح من خلال دراستك للبحث العلمي مدى اتباع الباحث للمعايير الأكاديمية في كل من:

- باب الإجراءات.
- الاستخلاصات والتوصيات.
- المراجع.

انتهت الأسئلة،

مع خالص الأمنيات بالتوفيق.

اسم المقرر: طرق البحث العلمي تدريس التربية الرياضية  
الزمن : 3 ساعات.  
العام الجامعي : ٢٠٢٢/٢٠٢١  
الفرقة : الأولى ماجستير  
شعبة : المناهج وطرق التدريس



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا  
قسم المناهج وطرق التدريس

## امتحان مقرر : طرق البحث العلمي في تدريس التربية الرياضية

فى العام الجامعى ٢٠٢٢/٢٠٢١ الفرقة الاولى ماجستير (المناهج وطرق التدريس)

### السؤال الأول :

ضع عنوان بحث تعتمد فيه على المنهج التجريبي مع توضيح

- هدف البحث
- فروض البحث
- العينه المستخدمه وطريقة اختيارها
- كيفية تصميم اختبار تحصيل معرفي في ضوء عنوان البحث

### السؤال الثاني :

"يعد الاقتباس العلمي هو استفادة الباحث من بحوث وكتابات الاخرين " في ضوء ذلك وضح دور الباحث في الحالات التاليه

ازدياد حجم النص عن ٦ اسطر

حذف جزء من النص المقتبس لعدم أهميته بالنسبه لفكرتك

الاقتباس باعاده الصياغه

مع تمنياتي بالنجاح والتوفيق

امتحان دور يونيو للعام الجامعي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢

اجب عن الأسئلة الآتية :

(٢٠ درجة)

السؤال الأول :

- ما هي أهمية واهداف البحث العلمي ؟
- اذكر أنواع التصميمات التجريبية ؟
- تكلم عن المعايير التي يجب مراعاتها عند اختيار المشكلة ؟

(٥٠ درجة)

السؤال الثاني :

من خلال قرأتك الموجهة ودراستك لمادة طرق البحث العلمي ومن خلال الأبحاث التي تم مناقشتها خلال هذا العام ، اختار احد الموضوعات البحثية في مجال تخصصك وتناولها بالتوضيح من خلال بروتوكول عام للبحث يشتمل على :

- مقدمة ومشكلة البحث
- أهمية البحث
- هدف البحث
- فروض البحث
- أهم المصطلحات المستخدمة في البحث
- الإجراءات التنفيذية للبحث ( المنهج المستخدم وفقاً لطبيعة البحث ، مجتمع وعينة البحث ، وسائل جمع البيانات ، الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث ، النتائج المتوقعة من البحث ، كتابة بعض المراجع المستخدمة في البحث ؟

خالص تمنياتي للجميع بالتوفيق والنجاح ،،،،



المادة: طرق البحث فى الادارة الرياضية  
الفرقة : اولى ماجستير  
الزمن : ثلاث ساعات  
العام الجامعى : ٢٠٢٢/٢٠٢١

جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم الادارة الرياضية  
الدراسات العليا

أجب عن الاسئلة التالية

السؤال الأول :

"ناقش المصطلحات العلميه التاليه "  
- العلم .  
- المعرفة .  
- البحث العلمى .

السؤال الثانى:

- عرف المشكله البحثيه ثم اشرح مصادرها و معاييرها وكيفية صياغتها مع ذكر نموذجا لمشكله بحثيه فى مجال الادارة الرياضية ؟

السؤال الثالث:

- عرف المنهج العلمى ثم اشرح خطواته مع الاشارة الى اكثر أنواع المناهج شيوعا و استخداما فى مجال الادارة الرياضية و كذلك اكثر ادوات جمع البيانات استخداما فى بحوث الادارة الرياضية

تمنياتى بالتوفيق ،،،

الفرقة : الأولى ماجستير (علم النفس الرياضي)		جامعة طنطا
الدرجة العظمى : ٧٠ درجة		كلية التربية الرياضية
زمن الامتحان : ٣ ساعات		قسم علم النفس الرياضي

## امتحان مادة طرق البحث في علم النفس الرياضي للعام الجامعي ٢٠٢١ - ٢٠٢٢ م

اجب عن الأسئلة الآتية :

(٣٥ درجة)

السؤال الأول :

اصبحت الحاجة الي البحث العلمي في وقتنا الحاضر أشد منها في أي وقت مضى حيث أصبح العالم في سباق للوصول الي أكبر قدر من المعرفة الدقيقة التي تكفل الراحة والرفاهية للإنسان وتضمن التفوق علي نفسه في ضوء ذلك أجب عما يلي :

أ- عرف كل من ( البحث العلمي - مشكلة البحث - المتغير المستقل - المتغير التابع - الفرض - الملاحظة - المقابلة - الاستبيان ) .

ب- اشرح خطوات البحث العلمي ( الطرق العلمية لحل المشكلات البحثية ) .

ج- أنواع الفروض المستخدمة في البحث العلمي .

(٣٥ درجة)

السؤال الثاني :

أ - تختلف مناهج البحث العلمي باختلاف موضوع البحث وباختلاف الباحثين وقدراتهم .

اذكر تلك المناهج المستخدمة مع شرح احدي المناهج بالتفصيل .

ب- من أدوات جمع البيانات في مجالات العلوم الانسانية والتربوية والنفسية والاجتماعية ( الملاحظة - المقابلة - الاستبيان - الاختبار ) .

ناقش ذلك من خلال :

- الأنواع
- الشروط التي يجب مراعاتها
- المزايا
- العيوب

ج - يعد ( الصدق - الثبات - الموضوعية ) من الشروط التي يجب توافرها لضمان سلامة وصحة الاختبارات واعتماد نتائج قياسها .

اشرح ذلك مع توضيح أنواع وطرق كل من هذه الشروط .

مع اطيب تمنياتنا للنجاح ،،،



المرحلة: أولى  
الفرقة: ماجستير  
اسم المادة: تطبيقات تخصصية - كاراتيه  
تاريخ الامتحان: 2022/ 07 /5  
زمن الامتحان: 3 ساعات  
الدرجة الكلية: 70 درجة

### الأسئلة

الدرجة: 20 درجة

السؤال الأول:

من خلال دراستك لمقرر الكاراتيه، وضح التسلسل التاريخي لرياضة الكاراتيه منذ نشأتها وحتى أولمبياد طوكيو 2020؟

الدرجة: 10 درجات

السؤال الثاني:

تحدث بالتفصيل عن الأهمية النسبية لعناصر اللياقة البدنية الخاصة للكاتا والكومتيه؟

الدرجة: 40 درجة

السؤال الثالث:

تمثل استراتيجيات ومشروعات البطل الأولمبي أهمية بالغة للدول التي تستهدف الإنجاز الرياضي الأولمبي، من خلال دراستك التخصصية .. وضح بالتفصيل ما يلي:

- مفهوم الانتقاء وأهميته.
- مراحل الانتقاء الرياضي.
- المراحل العمرية للانتقاء في النشاط الرياضي.
- المبادئ الإرشادية للانتقاء الموهوبين.

انتهت الأسئلة،

مع خالص الأمنيات بالتوفيق.

المادة : تطبيقات تخصصية ملاكمة  
الفرقة الأولى ماجستير تدريب رياضي  
الزمن : ٣ ساعات

جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم التدريب الرياضي

### الفرقة الأولى ماجستير تدريب رياضي للعام الجامعي ٢٠٢٢ / ٢٠٢١

اجب عن الأسئلة الآتية : ٧٠ درجة

السؤال الاول : ٢٥ درجة

سوف يقوم الاتحاد الدولي للملاكمة بتغيير الاوزان في اولمبياد باريس ٢٠٢٤ وذلك لتقريب اوزان الرجال مع اوزان السيدات .

ناقش ذلك في ضوء المستحدثات في عملية الوزن للملاكمة

السؤال الثاني : ٣٠ درجة

هناك بعض الشروط الواجب الالتزام بها عند تنظيم بطولة ملاكمة واي خلل في هذه الشروط قد يؤدي الي ارباك عملية تنظيم البطولة و يجعلها غير قادرة علي تحقيق اهدافها .

ناقش ذلك في ضوء :

أ- الخطوات الواجب دراستها والالتزام بها ( قبل البطولة – اثناء البطولة - بعد البطولة).

ب- ماهي عدد المباريات لعدد ١٤ ملاكم في وزن ٧٥ كم مع توضيح ذلك بالرسم .

السؤال الثالث : ١٥ درجة

- ماهي الخطوات العلمية لعمل خطة تدريبية لفريق الناشئين مع وضع نموذج لوحدة تدريبية اسبوعية .

**مع اطيب التمنيات بالتوفيق والنجاح**

الزمن : ثلاث ساعات  
التاريخ : 2022 / 7 / 5  
الفرقة : أولى ماجستير  
الدرجة الكلية : 70  
العام الجامعي : 2022 / 2021



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا

امتحان مادة تطبيقات تخصصية ( مبارزة )

السؤال الاول :

من خلال دراستك لتنظيم وأدارة مباريات المبارزة أحسب من الجدول الآتى :

( 40 درجة )

No	Name	1	2	3	4	5	6	%	V	HS	HR	DEF	Rank
1	مصر		V5	V5	V5	V2	V5						
2	فرنسا	2		V5	V5	2	1						
3	ايطاليا	3	4		V5	1	3						
4	اسبانيا	2	3	3		V5	V5						
5	تونس	1	V5	V3	1		V4						
6	الجزائر	4	V5	V4	0	1							

- 1- نسبة الانجاز .
- 2- عدد مباريات الفوز
- 3- عدد اللمسات الايجابية التي أحرزها اللاعب .
- 4- عدد اللمسات السلبية التي استقبلها اللاعب .
- 5- فرق عدد اللمسات .
- 6- الترتيب .
- 7- مع مراعاة تطبيق قواعد التأكد من صحة النتائج .
- 8- أرسم جدول خروج المغلوب وتسجيل الفرق تبعاً للترتيب .

( 30 درجة )

السؤال الثاني :

يُعد الأنتقاء في رياضة المبارزة هو أحد العوامل الهامة والمؤثرة في الوصول بالرياضى الى اعلى مستوى رياضى ممكن ، حيث أن الأفراد لا يتساون في إمكانياتهم وقدراتهم إذ أن هناك فروق فردية بينهم والتي تعرف بأنها "التباين والاختلاف في القدرات العقلية والبدنية والحركية والجسمية " لذا " فان اكتشاف القدرات الحركية والخصائص الفسيولوجية التي يتميز بها كل إنسان ثم توجيهه لممارسة نوع معين من الأنشطة الرياضية يتلائم مع ما يتميز به إنما يعجل بالحصول على النجاح وتحقيق المستويات المطلوبة مع الاقتصاد في الوقت والجهد والمال . وضح بالشرح :

- أ- مفهوم الأنتقاء الرياضى .
- ب- أهمية الأنتقاء في مجال رياضة المبارزة .
- ج- أهداف الأنتقاء .
- د- خصائص الأنتقاء .

تمنياتى بالنجاح



الامتحان النظري لمقرر : تطبيقات تخصصية (رفع الأثقال) / الفرقة الأولى ماجستير  
شعبة : التدريب الرياضي / للعام الجامعي : 2021 : 2022

40 درجة

السؤال الأول :

20 درجة

ا- في ضوء ما درست عرف حمل التدريب ومكوناته ( الشده ، الحُجم ، الراحة ) ، ثم قم بتصميم وحدة تدريبية سنوية لرياضة رفع الأثقال علي أن تكون الوحدة في فترة الإعداد

20 درجة

ب- ان رفعة الخطف باليدين في رياضة رفع الأثقال هي الرفعة الأولى التي تؤدي في المسابقة ، وتعرف بأنها ذلك الأداء الحركي الذي يتمكن الرباع من خلاله رفع الثقل من الأرض إلي أقصى امتداد للذراعين فوق الرأس طبقاً لأحكام القانون الدولي لرفع الأثقال، وهذه الرفعة تؤدي دون توقف وتستغرق حوالي " 3 : 4.5 ث "، وهي أصعب الرفعات من الوجهة الفنية حيث أنها تحتاج إلي توافق ومهارة حركية علاوة علي المرونة المطلوبة في مفصل الفخذين والكتفين

في ضوء هذه العبارة قم بتصميم جدول يوضح مراحل الأداء الفني لمهارة الخطف باليدين ، علي أن يشتمل الجدول الآتي : " مراحل الأداء الفني - أجزاء الجسم - أوضاع الجسم - العضلات العاملة في كل مرحلة "

30 درجة

السؤال الثاني :

يعد العمل الخططي الصورة النهائية للأداء الرياضي والذي يظهر بشكل واضح كلما ارتفع مستوى الفريق ، حيث احتلت مصر المركز الأول عربياً في الترتيب العام لعدد الميداليات برصيد 3 برونزيات في دورة الألعاب الأولمبية بريو دي جانيرو، بينما تحتل المركز الـ 72 على مستوى الميداليات عن بفضل سارة سمير ومحمد إيهاب لاعبا رفع الأثقال :

في ضوء هذه العبارة تناول بالشرح مفهوم وأهمية الإعداد الخططي ، ثم تناول بالشرح تخطيط أو تكتيك المنافسة "Competition tactic" في بطولات رياضة رفع الأثقال مع توضيح أهم النقاط السلبية والإيجابية التي ظهر بها المنتخب الوطني لرفع الأثقال في دورة الألعاب الأولمبية بريو دي جانيرو من وجهة نظرك

مع أطيب تمنياتنا بالتوفيق ... ..

الفرقة الأولى ماجستير (تدريب رياضى)  
تاريخ الامتحان الثلاثاء 2022/7/5  
زمن الامتحان 3 ساعة



جامعة طنطا- كلية التربية الرياضية  
قسم المنازلات والرياضات الفردية

امتحان مادة: تطبيقات تخصصية (جودو)

العام الجامعى 2022/2021 درجة الامتحان: 70 درجة عدد الأوراق: 1 ورقة

أجب على ثلاثة أسئلة فقط مما يلى، ويكون الأول منهم، بخط واضح وتنظيم الاجابة والفصل بين الأسئلة:  
السؤال الأول: (اجبارى) (30 درجة)

تعتبر أساسيات رياضة الجودو من حركات وأوضاع العمود الفقرى لكل أداء مهارى فهى الركيزة التى يعتمد عليها اللاعب خلال التدريب والمنافسات...

1. أذكر هذه الأساسيات متتولاً أحدها بالإيضاح والأهمية فى الارتقاء باللاعب وتفوقه بالمنافسات؟
2. أذكر بعض النقاط التى يمكن استفادة المهاجم منها لإخلال توازن منافسه واسقاطه لاحتساب أعلى نقاط؟

السؤال الثانى: (20 درجة)

ظهرت العديد من التقسيمات الخاصة بفنون رياضة الجودو والتي تعتبر ذات أهمية عند دراسة وتعلم مهارات الجودو... تناول بعض هذه التقسيمات الفنية بالإيضاح؟

السؤال الثالث: (20 درجة)

تحتاج رياضة الجودو من ممارستها أداء مهارى دقيق، والاستخدام الأمثل للعقل والجسم معاً وفقاً لما وضعه "جيجور كانو" مؤسس رياضة الجودو...  
- أذكر كيف يفوز اللاعب بالمباراة، والأفعال الممنوعة التى تسوجب الحصول على الجزاءات؟

السؤال الرابع: (20 درجة)

لمهارة الرمى فى الجودو مراحلها المعروفة على المستوى العالمى للجودو والتي يجب أن تؤدى بالترتيب دون توقف حتى يستطيع المتسابق رمى منافسه والحصول على أعلى نتيجة...  
- وضح مراحل مهارة الرمى فى الجودو، وما يقوم به المهاجم خلال كل مرحلة حتى يحقق نجاح هجومه؟

انتهت الأسئلة

أطيب التمنيات بالنجاح والتفوق،

لجنة الممتحنين

## الفرقة الأولى ماجستير تدريب رياضي للعام الجامعي ٢٠٢٢ / ٢٠٢١

اجب عن الأسئلة الآتية : ٧٠ درجة

السؤال الاول : ٢٥ درجة

مسابقة العشاري يتم توزيع مسابقاتها علي يومين :

- اذكر مسابقات اليوم الاول .....،.....،.....،.....،.....،.....

- اذكر مسابقات اليوم الثاني .....،.....،.....،.....،.....،.....

- ثم اختار احدي هذه المسابقات و اكتب فيها من النواحي التالية :

( الناحية الفنية – الخطوات التعليمية – النقاط القانونية – بعض الاخطاء الشائعة

السؤال الثاني : ٢٠ درجة

- كلفت بتنظيم وادارة بطولة مسابقات العاب القوى اذكر اللجان التي ستقوم بعملية التنظيم

- ما الاشخاص المتخصصين الذين يقوموا بالعمل في هذه اللجان

السؤال الثالث : ٢٥ درجة

- اذكر بعض الوسائل التعليمية الحديثة التي تساعد في رفع الكفاء البدنية للاعب مع ذكر

عناصر اللياقة البدنية الخاصة بأحدي المسابقات وكيفية تنميتها .

**مع اطيب التمنيات بالتوفيق والنجاح**



المادة : تخصص جمباز  
الفرقة : اولى ماجستير  
الزمن : ثلاث ساعات  
العام : ٢٠٢١-٢٠٢٢

جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم التدريب الرياضى  
الدراسات العليا

السؤال الأول:

- ا- اذكرى انواع الجمباز المختلفة التى ينظمها الاتحاد الدولى للجمباز .ثم تناول بالشرح الجمباز الفنى ؟  
ب- ماهى القواعد التى يجب مراعاتها عند ممارسة رياضة الجمباز الفنى ؟

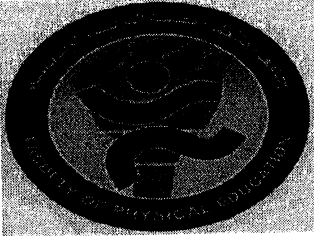
السؤال الثانى:

- ا- نكلمى عن انواع الاحماء و مراحل بناء الاحماء و ماهى الاعتبارات التى يجب مراعاتها عند تصميم برامج الاحماء ؟  
ب- عرفى الانتقاء الرياضى وماهى اهمية و اهداف الانتقاء فى رياضة الجمباز ؟

السؤال الثالث:

- ا- اذكرى تقسيم الصعوبات و تقييمها لمهارات الجمباز الفنى – ومما تتكون لجنة التحكيم لتقييم مستوى اداء الجملة الحركية ؟  
ب- اذكرى انواع الادوات و الاجهزة المساعدة فى رياضة الجمباز ؟

تمنياتى بالتوفيق ،،،

	جامعة طنطا كلية التربية الرياضية الدراسات العليا	
	امتحان الفرقة الاولى ماجستير تدريب رياضى	
	اسم المقرر : تطبيقات تخصصية (تنس طاولة )	
التاريخ : ٢٠٢٢/٧/٥	الدرجة الكلية : ٧٠ درجة	زمن الامتحان : ٣ ساعات

اجب عن ثلاثة اسئلة فقط من الاسئلة الاتية:

**السؤال الأول:**

وضح الإنتقاء الرياضي – تعريفه – اهميته – أهدافه – الاسس العلمية للإنتقاء فى رياضة تنس طاولة، مع ذكر احد نماذج التطبيق ؟

**السؤال الثانى:**

توجد اختبارات مهارية لاختيار لاعبين تنس الطاولة ، اشرح (٢) اثنان فقط من تلك الاختبارات المهارية ؟

**السؤال الثالث:**

اذكر عناصر اللياقة البدنية الخاصة فى رياضة تنس طاولة مع شرح (٢) اثنان منها ، مع وضع الاختبارات البدنية الخاصة؟

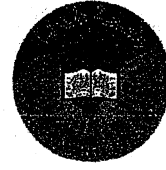
**السؤال الرابع:**

يلعب التوقع الحركى دور كبيرا فى رياضية تنس الطاولة ، اذكر المواقف التوقعية فى تلك الرياضة ، مع شرح عدد (٢) اثنان منها فقط من المواقف التوقعية ؟

مع التمنيات بالنجاح والتوفيق



الماده: تطبيقات فى الإدارة الرياضيه  
الدرجه: 70 درجه  
الزمن: 3 ساعات



جامعه طنطا  
كلية التربيه الرياضيه  
قسم الإدارة الرياضيه

مرحله الدراسات العليا  
أولى ماجستير  
الإختبار التحريري للعام الجامعي  
2022/2021

أجب عن الأسئلة الآتية:

السؤال الأول: ( 30 درجه )

فى مطلع القرن الحادي والعشرين ظهرت إتجاهات حديثه فى تقييم الأفراد أهمها الإتجاه إلى إختبارات القياس النفسى أولاً قبل اللجوء إلى الإتجاهات الحديثه... فى ضوء هذه العبارة أذكر مع الشرح والتفسير ما يلى :

- المقصود بكفايه الأداء ( تقويم كفايه العاملين)
- الاتجاهات الحديثه فى تقييم أداء العاملين
- مزايا تقويم كفايه الأداء
- المشكلات التى تواجه أساليب تقويم كفايه الأداء
- المجالات التى تستخدم فيها نتائج تقويم الكفايه
- ما يجب مراعاته عند وضع تقارير كفايه الأداء

السؤال الثانى: ( 40 درجه )

يعد التدريب الإداري إحدى الركائز الأساسيه لتنمية الموارد البشرى ويحتل مكانه الصداره فى أولويات الكثير من دول العالم بإعتباره أحد السبل الهامه لتكوين جهاز إداري كُفء وسد العجز والقصور فى الكيانات الإداريه .... فى ضوء هذه العبارة وضح مع الشرح ما يلى :

- مفهوم التدريب الإدارى وأنواعه
- خطوات التدريب الإدارى
- الأهداف العامه لتنمية الموارد البشرى بالتدريب الإدارى
- أنواع برامج التدريب الإدارى

مع تمنياتي بالنجاح، والتوفيق

العام الجامعى : ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ م  
الدرجة الكلية للامتحان : ٧٠ درجة  
زمن الإمتحان : ثلاث ساعات



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا  
قسم الترويح الرياضي

امتحان مادة تطبيقات الترويح الرياضي  
الفرقة الأولى - ماجستير

درجة السؤال / ٣٥ درجة

السؤال الأول :-

تناول بالتحليل الترويح من خلال المفهوم، الأهمية، الأهداف، الأغراض، أنماط الأنشطة الترويحية مع شرح أربعة أنماط.

درجة السؤال / ٣٥ درجة

السؤال الثانى :-

اذكر أهم المؤسسات الخدمية الترويحية ثم تناول إحدى هذه المؤسسات من خلال مقارنة الوضع الراهن للخدمات الترويحية المقدمة وما يجب أن تكون عليه مع اقتراح نموذج لتطوير تلك المؤسسة.

مع أطيب التمنيات بالتوفيق ؛

أجب عن سؤالين فقط من الاسئلة الآتية :

**السؤال الاول :**

تلعب الجينات دورا هاما في المجال الرياضي ، حيث تعتبر مسؤولة عن نصف متغيرات الأداء البدنى بين أفراد المجتمع ، والنصف الآخر الى عوامل بيئية من أهمها التدريب والتغذية .

في ضوء ذلك تكلم عن أهمية دراسة الجينات في المجال الرياضى .

**- السؤال الثانى :**

تكلم عن التدريب في الاجواء المختلفة وكيفية الاستفادة من دراسته .

**- السؤال الثالث :**

عرفت الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات ، المنشطات الجينية بأنها الاستخدام غير العلاجى للجينات و العناصر الجينية / أو الخلايا التى لديها القدرة على تحسين الأداء الرياضى .

أكتب ما تعرفه عن المنشطات الجينية .

مع تمنياتي للجميع بالتوفيق والنجاح ،

أستاذ المادة

ا. د / محمد سعد اسماعيل



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم التدريب وعلوم الحركة الرياضية  
الدراسات العليا



الفرقة: الأولى ماجستير  
الدرجة العظمى : 70 درجة

التاريخ: 2022-7-5  
زمن الإمتحان: 3 ساعات

إمتحان مادة "تطبيقات في علم الحركة" للفرقة الأولى ماجستير- علوم  
الحركة الرياضية، للعام الدراسي 2021-2022

من خلال دراستك لمادة تطبيقات في علم الحركة أجب عن الأسئلة الآتية:

السؤال الأول:

تقسيم الحركات وتحليلها مهم جدا لتسهيل دراستها وبحثها بشكل مستفيض "اختار مهارة رياضية وصنفها من الناحية (الفسيولوجية-الشكلية-الميكانيكية-المستويات الفراغية ومحاور الحركة- الانقراض العضلي) ؟ (20 درجة)

السؤال الثاني :

يوجد العديد من الميادين الأساسية للتطبيقات المهنية لعلم الحركة الميكانيكي "إشرح بالتفصيل تطبيق علم الحركة الميكانيكي في الميدان الرياضى مع توظيف ذلك في مجال تخصصك ؟ (20 درجة)

السؤال الثاني

تمثل خصائص الحركة أهمية كبيرة في تقويم مستوى الأداء سواء في مرحلة الأولى أو المتقدمة حيث لا يكفي أن يكون للاعب القدرة علي أداء الحركة بل يجب أن يكون الأداء علي مستوى يتناسب مع المعدلات القياسية لهذه الحركة المختلفة ، "فسر هذه العبارة موضحا بالتفصيل ( الإنسياب الحركى-النقل الحركى وأنواعه مع ذكر أمثلة في

(30 درجة)

مجال تخصصك ؟

أطيب الأمنيات بالتوفيق

جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا  
قسم المناهج وطرق التدريس

الفرقة : اولي ماجستير  
المادة : تطبيقات في الرياضة المدرسية  
الزمن : ثلاث ساعات

### امتحان مادة تطبيقات في الرياضة المدرسية

اجب عن الاسئلة الاتية :

#### السؤال الاول :

"تعد الرياضة المدرسية الزاوية الاساسية لدفع الحركة الرياضية بجميع العابها نحو الامام حيث تشكل الرافد الحقيقي والمهم لأديبتنا ولمنتخباتنا الوطنية لكونها تضم الشريحة الواسعة من ابنائنا"

في ضوء ذلك ..

١- اذكر ( المفهوم – الاهمية – الاهداف ) للرياضة المدرسية ؟

#### السؤال الثاني :


" يعتبر النشاط الداخلي حقا لتنمية المهارات التي يتعلمها التلاميذ في المدرسة "

في ضوء ذلك ..

١- اذكر تعريف النشاط الداخلي واهميته ؟

٢- مراحل نجاح النشاط الداخلي واهدافه ؟

مع تمنياتي بالنجاح والتوفيق

الفرقة : الأولى ماجستير (علم النفس الرياضي)		جامعة طنطا
الدرجة العظمى : ٧٠ درجة		كلية التربية الرياضية
زمن الامتحان : ٣ ساعات		قسم علم النفس الرياضي

## امتحان مادة تطبيقات علم النفس الرياضي للعام الجامعي ٢٠٢١ - ٢٠٢٢ م

اجب عن الأسئلة الآتية :

(٤٠ درجة)

السؤال الأول :

يعد الانتباه من أهم العمليات المعرفية في علم النفس المعرفي حيث تمثل المدخل الرئيسي لجميع العمليات المعرفية مما تساعد الفرد علي الاتصال مع البيئة المحيطة به وتوجيهه نحو الموقف السلوكي . من خلال دراستك ناقش ما يلي :

- عرف كلا من ( الانتباه كمفهوم نفسي - الانتباه الانتقائي ) مع شرح أنواع الانتباه .
- مظاهر الانتباه مع توضيح أبعاده .
- العوامل التي تؤدي الي كل من ( جذب الانتباه - تشتيت الانتباه )
- الخصائص النفسية للرياضيين وفق أسلوب الانتباه .

(٣٠ درجة)

السؤال الثاني :

يعتبر الادراك عملية عقلية معرفية تنظيمية تتم عن طريق التعرف علي الأشياء في طبيعتها الأولية ويتوقف ذلك علي ( العمر الزمني - الجنس - مستوي الذكاء - الخبرات السابقة ) من خلال ذلك أجب عن الآتي :

- تعريف الادراك مع شرح العوامل الذاتية التي تؤثر في الادراك وتحدهه .
- أنواع الادراك مع شرح خطوات عملية الادراك في علم النفس .
- ترجم الكلمات الآتية من اللغة العربية الي اللغة الانجليزية :

- |                     |                |
|---------------------|----------------|
| - علم النفس الرياضي | - التذكر       |
| - سلوك              | - التفكير      |
| - قياس نفسي         | - الشخصية      |
| - الانتباه          | - الأنا        |
| - الادراك           | - الأنا الأعلى |

مع اطيب تمنياتنا النجاح ،،،

رقم كود المقرر : .....		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ثلاث ساعات		كلية التربية الرياضية
النهاية العظمى : 70 درجة		قسم التدريب الرياضي
الفرقة : الاولى ماجستير- تدريب		
الامتحان النظري لمقرر : تطبيقات تخصصية (سباحة) / برنامج : التدريب الرياضي		
للعام الجامعي : 2022/2021		

( الدرجة 30 )

السؤال الأول:

إن متطلبات الإنجاز في تدريب السباحين وفقا لمراحل اداة المتمشية مع قدرات السباح بدنيا ومهاريا وفسيوولوجيا ونفسيا ، في كل مرحل من مراحل التدريب حتي تمكنة من مقابلة تلك المتطلبات ببرامج تدريبية معينة وفقا لأسس علمية..

في ضوء العبارة السابقة تكلم عن:

1) ماهي مراحل الموسم التدريبي في السباحة مع شرح هدف ومحتوي كل مرحلة ؟  
مع وضع وحدة تدريبية لكل مرحله موضحا تشكيل حمل التدريب لكل وحدة (عام - خاص - ماقبل المنافسات) ؟

( الدرجة 20 )

السؤال الثاني:

من خلال دراستك لمادة تطبيقات تخصصية في السباحة تكلم بالتفصيل عن :

أ) مبادئ تدريب السباحة مع الشرح ؟  
ب) العوامل المؤثرة في تدريب السباحة مع الشرح؟

( الدرجة 20 )

السؤال الثالث

السباحة نشاط يعتمد على كل من نظام الطاقة الهوائية و اللاهوائية بنسب متفاوتة حسب النوع و الشدة والزمن ، حيث يوجد علاقة وثيقة بين المتغيرات الفسيولوجية . في الدم ونوع و مستوى التدريب و النشاط الممارس و المستوى الرقمي ... من خلال العبارة السابقة وضح مايلي:

1) العلاقة بين أنظمة الطاقة اللاهوائية والهوائية والنسبة المئوية طبقا لأزمة استمرارها ؟  
2) كيف يمكن تقنين حمل تدريب فريق سباحة 14 سنة عن طريق النبض عند شدة (60% - 85% - 95% ) حيث ان معدل النبض في الراحة 75%

مع تمنياتي بالنجاح

**امتحان أولى ماجستير ( تدريب رياضي – مصارعة )**

**للعام الجامعي 2021/2022م**

**السؤال الأول :**

ماهي عناصر اللياقة البدنية التي يجب توافرها لدى المصارع موضحا كيفية تنميتها لدى المبتدئين وطرق التدريب المستخدمة لكل عنصر مع ذكر نماذج لتمرينات تخدم كل عنصر ؟

**السؤال الثاني :**

في ضوء دراستك لرياضة المصارعة تكلم عن كيفية زيادة قاعدة الممارسة من وجهة نظرك وكيفية الارتقاء بها .

**السؤال الثالث :**

تحدث باستفاضة عن العلاقة بين ممارسة رياضة المصارعة والأجهزة الحيوية .

**مع تمنياتنا بدوام التوفيق**

الفرقة الاولى ماجستير

كلية التربية الرياضية

الزمن : ثلاث ساعات

الامتحان النظرى لمقرر

الدراسات العليا

الدرجة : 70 درجة

تطبيقات تخصصية (كرة السلة)

قسم التدريب الرياضي

امتحان دور يونيو 2022/2021

تتميز لعبة كرة السلة الحديثة بديناميكية تبادل الفريقين الهجوم والدفاع وهى رياضة جماعية ذات شعبية واسعة يمارسها أعداد كبيرة على مستوى العالم وتعد من الالعاب الاسرع تطورا" ونموا" من الجوانب (البدنية - المهارية - الخطئية).

من خلال ماسبق أجب عن الأسئلة التالية:

( 35 درجة )

**السؤال الأول**

أذكر تصنيف المهارات الاساسية (الهجومية - الدفاعية ) مع توضيح وشرح لمهارة هجومية وأخرى دفاعية من حيث (التعريف - مراحل الاداء الفني للمهارة - الأخطاء الشائعة وكيفية تصحيحها - الخطوات التعليمية - تدريبات للأرتقاء بالمهارة)

( 35 درجه )

**السؤال الثانى:**

أذكر عناصر اللياقة البدنية الخاصة برياضة كرة السلة بالشرح والتوضيح مع توضيح اختبار لقياس كل عنصر من عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالعبة.

**مع تمنياتي لكم بالنجاح والتوفيق**



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم الألعاب الجماعية ورياضات المضرب

الزمن : ثلاث ساعات  
الدرجة الكلية ٧٠ درجة

إمتحان مادة تطبيقات تخصصية ( تنس أرضى )  
للفرقة الأولى ماجستير  
للعام الجامعى ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ م  
أجب عن الأسئلة التالية

السؤال الأول : ( عشرون درجة )

١- إذكر المهارات الأساسية الخاصة بلاعبى التنس الأرضى مع شرح ضربة الإرسال والضربة الأمامية من حيث المراحل الفنية والأخطاء الشائعة ؟

السؤال الثانى : (عشرون درجة )

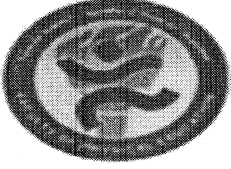
١- إذكر عناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبى التنس الأرضى وتكلم عن عنصرى القوة والتحمل مع ذكر تمرين لكل عنصر ؟

السؤال الثالث : (خمسة عشر درجة )

١- فى ضوء القواعد الدولية برياضة التنس الأرضى إذكر ما يلى :  
- المقاييس الخاصة بملعب التنس الأرضى ، الكرة ، المضرب ، عدد الحكام ، طريقة إحتساب النقاط ، عدد المجموعات فى المباراة ، عدد الاشواط فى كل مجموعة ، زمن فترة الراحة بين المجموعات ؟

السؤال الرابع : (خمسة عشر درجة )

١- إذكر الإصابات الشائعة لدى لاعبى التنس الأرضى مع شرح واحدة ؟  
٢- إشرح التغذية الخاصة بلاعبى التنس قبل وأثناء وبعد المباراة ؟  
٣- إشرح إستخدام التكنولوجيا فى مجال تدريب التنس الأرضى؟

تاريخ الامتحان ٥ / ٧ / ٢٠٢٢		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ثلاث ساعات		كلية التربية الرياضية الدراسات العليا
النهاية العظمى : ٧٠ درجة		قسم الألعاب و رياضات المضرب
الفرقة : الأولى ماجستير		
الإمتحان النظرى لمقرر تطبيقات تخصصية (كرة طائرة)		
للعام الجامعى : ٢٠٢١ \ ٢٠٢٢		

السؤال الاول : ( ٣٥ درجة )

تعتبر القوة العضلية من أهم القدرات البدنية لما لها من تأثير كبير في الحياة بصفة عامة وفي المجال الرياضي بصفة خاصة من خلال هذه العبارة :

١- اذكر القدرات البدنية في الكرة الطائرة.

٢- تناول قدرة القوة العضلية بالشرح المفصل.

السؤال الثانى : ( ٣٥ درجة )

" إن الإنتقاء هو إختيار أفضل العناصر البشرية التي تتمتع بمقومات النجاح في النشاط

الرياضي التخصصى " من خلال هذه العبارة السابقة تكلم عن :

١- تعريف الإنتقاء وأهدافه.

٢- محددات الإنتقاء في الكرة الطائرة مع ذكر مراحل الإنتقاء.

خالص الأمنيات بالنجاح والتوفيق،،،،،

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

الدراسات العليا

الزمن: ٣ ساعة

الدرجة الكلية: (٧٠)

الفرقة: الأولي ماجستير (تدريب رياضي)

## امتحان مادة تطبيقات تخصصية (كرة قدم)

للعام الجامعي ( ٢٠٢١ - ٢٠٢٢ )

الدرجة (٧٠)

السؤال الأول:

هناك العديد من الموضوعات الهامة التي تواجه القائمين بالعمل في مجال تدريب كرة القدم.

في ضوء هذه العبارة اختر أحد تلك الموضوعات وتناولها بالشرح:

١- الاتجاهات الحديثة للانتقاء في كرة القدم.


٢- تخطيط التدريب في كرة القدم.

٣- الذكاء الاصطناعي في كرة القدم.

٤- إعداد الهداف في كرة القدم.

٥- التحليل الفني للمباراة في كرة القدم .

انتهت الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق...

الدراسات العليا		الفرقة: أولى ماجستير
قسم التدريب الرياضى		
امتحان مادة تطبيقات تخصصية في رياضة التايكوندو		
للعام الجامعي 2021 / 2022 م		

في ضوء دراستك لمنهج تطبيقات في رياضة التايكوندو هذا العام اجب عن الاسئلة الاتية :-

**25 درجة**

**السؤال الأول :-**

اكتب خطة بحث في مجال تخصص التايكوندو موضحا ( العنوان ، المقدمة ومشكلة البحث ، الاهداف ، الفروض ، الاجراءات ) وكيفية معالجتها من وجهة نظرك.

**35 درجة**

**السؤال الثاني :-**

أ- وافق الاتحاد الدولي للتايكوندو ، بشأن مقترحات اللجنة العليا للحكام الدولية على الكثير من التعديلات الجوهرية في قانون رياضة التايكوندو للكروجي ، اذكرى التعديلات الطارئة خلال 5 سنوات الماضية في قانون رياضة التايكوندو موضحة اهميتها وكيفية الاستفادة منها .

ب - إن لاعبي التايكوندو الذين يتعلمون تناول الطعام بشكل جيد وكذلك تدريب عقولهم وأجسادهم هم الأشخاص الذين تجدهم في القمة في رياضتهم ويفوزون في بطولات التايكوندو.

اشرح تلك العبارة موضحا :-

- ماهى التغذية السليمة للاعبى التايكوندو ؟
- ما يمكن للاعب التايكوندو تناولة قبل واثناء وبعد المنافسة .

**10 درجات**

**السؤال الثالث :-**

هناك العديد من الموضوعات الهامة في مجال الارتقاء برياضة التايكوندو مبنية على اسس علمية ويستخدمها المدرب بقصد رفع مستوى اللاعبين من اجل الوصول الى المستويات العليا وبالتالي يجب على المدرب مراعاة عدة عوامل عند بناء البرامج التدريبية في الموسم التدريبى مع مراعاة تشكيل حمل التدريب لرفع المستوى المهارى والخططى .

من خلال تلك العبارة تكلم عن

- علاقة نظم انتاج الطاقة بتدريب رياضة التايكوندو .
- مفهوم واهمية الاعداد الخططى .

مع اطيب تمنياتنا بالنجاح والتوفيق