

المقرر : تطبيقات فى إدارة المنافسات الرياضية .		جامعة طنطا
المستوى : الثالث (بنين / بنات) .		كلية علوم الرياضة
البرنامج : الإدارة الرياضية .		قسم الإدارة والترويج الرياضى
زمن الإمتحان : ساعتان .		تاريخ الإمتحان
النهاية العظمى : 40 درجة .		الأحد 2026 / 1 / 4 م

إمتحان الفصل الدراسى الأول 2026 / 2025 م

- أجب عن الأسئلة التالية :

- السؤال الأول : الدرجة = (20)

تمثل المنافسات الرياضية أحد المجالات التربوية الهامة التى يكتسب من خلالها الفرد أعمق الخبرات لما تحتويه من مواقف متنوعة تتطلب من اللاعب تعاوناً وتنافساً شريفاً ، فى ضوء هذه العبارة تناول بالشرح ما يلى :

- 1- تعريف الدورات والبطولات الرياضية .
- 2- أهداف الدورات والبطولات الرياضية .
- 3- أنواع الدورات والبطولات الرياضية .
- 4- أهم طرق إدارة المنافسات الرياضية .

- السؤال الثانى : الدرجة = (20)

تم تكليفك بتنظيم بطولة لعدد (13) فريق رياضى بطريقة خروج المغلوب من مرة واحدة كنموذج لتنظيم المنافسات الرياضية الجماعية ، تناول بالشرح كل ما تعرفه عن :

- 1- إيجابيات وسلبيات طريقة خروج المغلوب من مرة واحدة .
- 2- رسم الجدول الخاص بالإقتراع .
- 3- حساب عدد المباريات الملعوبة فى دور اللعب الأول .
- 4- حساب عدد المباريات الملعوبة فى البطولة ككل .

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح

جامعة طنطا

المستوى الثالث شعبة الرياضة المدرسية

كلية علوم الرياضة

الصحة المدرسية

قسم علوم الصحة الرياضية

الزمن: ساعتان

امتحان دور يناير للعام الجامعي 2025 2026

السؤال الأول : (25 درجة)

1/ تكلم عن طرق التعلم المدرسي في مجال الصحة المدرسية سواء كانت مباشرة أو غير مباشرة ؟

2/ ما هو دور المدرس وواجباته في التربية الصحية ؟.

السؤال الثاني : (25 درجة)

1/ كلما ازداد العقل نشاطا والجسم صحة ارتقى التلميذ في سلم الوجود وأصبح أكثر

إنتاج ، وضح دور الممارسة الرياضية في ذلك ؟

2/ تكلم عن الإشرطات الصحية وعوامل الأمن والسلامة في المدارس ؟

السؤال الثالث : (20 درجة)

للتغذية المدرسية أثر كبير على صحة التلاميذ البدنية والعقلية ، كما أن سوء التغذية

يقلل من استعداد التلاميذ للتعلم والتحصيل الدراسي واكتساب الخبرات والمهارات

الصحية كما تقلل من استعدادهم وطاقاتهم لمواجهة ما تتطلبه تلك الفترة من نشاط زائد ،

تكلم عن التغذية المدرسية وعلاقتها بصحة التلاميذ ؟



امتحان مقرر التأهيل البدني للإصابات الرياضية "الرمز الكودي: 05-11-02317"
دور يناير- للعام الجامعي 2025 - 2026

"الأسئلة على وجهي الورقة"

السؤال الأول (20 درجة): اجب عن الأسئلة التالية باختيار واحد فقط. "يحل بورقة البابل شيبت"

1-	من أهداف التمرينات التأهيلية:	(ب) الاتزان بين المجموعات العضلية	(ج) منع التشنجات والتقلصات العضلية	(د) ب&ج معا
2-	من عيوب التمرينات الساكنة:	(ب) وسيلة آمنة للبدء بمرحلة تأهيل ميكرة	(ج) فقدان العضلة قوتها سريعاً.	(د) أ&ب معا
3-	من اسس بناء البرامج التأهيلية:	(ب) تطبيق البرنامج بشكل جماعي	(ج) تثبيت مدى مراحل التأهيل والتمرينات	(د) كل ماسبق
4-	ميكانيكية حدوث إصابة خلع مفصل الكتف الامامي:	(ب) إصابة مباشرة لرأس العضد من أعلى مع التدوير للداخل	(ج) صغر تجويف فوق الشوكة	(د) كل ماسبق
5-	من أسباب إصابات عضلات الكفة الدوارة:	(ب) التهاب الكيس الزلالي تحت النتوء الاخرومي	(ج) التعرض لإصابة أخرى بمنطقة الكتف	(د) كل ماسبق
6-	من أسباب تيبس الكتف:	(ب) الإصابات الرياضية بدون تنفيذ برامج تأهيلية	(ج) مرض السكري والشلل النصفي	(د) ب&ج معا
7-	عند حدوث التمزق العضلي فإن المخ يرد على هذا الضرر أو الإصابة ب:	(ب) إنتاج الهستامين، الهيبارين، والفيبرين لخلق الجزء المتمزق	(ج) مطاطية الالياف العضلية	(د) ب&ج معا
8-	من اختبارات العضلة الخلفية لبيان شدة التمزق ...	(ب) الرقود فتحا: ضم الرجلين	(ج) الوقوف ثني انجذع اماماً: دوران الزراع	(د) كل ماسبق
9-	قصر العضلات التشريحي وعدم مطاطيتها بالدرجة التي تتطلبها:	(ب) من مسببات التمزق العضلي	(ج) من مسببات الإصابة العصبية	(د) كل ماسبق
10-	الرقود ثني الركبتين: رفع منطقة الحوض لاعلى ثم يتم تبعيد الرجل المصابة والثبات، من تمارين:	(ب) المرحلة الاولى لتأهيل ما بعد تمزق عضلات العضد	(ج) المرحلة الحادة لتأهيل ما بعد تمزق العضلات المبعدة	(د) المرحلة الثالثة لتأهيل ما بعد تمزق عضلات العضد الخلفية
11-	الرباط الخارجي بالركبة Lateral Collateral Ligament	(ب) يرتبط بالعضروف الهلالي الوحشي للركبة	(ج) يعمل على ثبات والحد من ازاحة القصبه للامام	(د) جميع ما سبق
12-	من فوائد العضلات الهلالية: ...	(ب) يعوض عدم تماثل لقمتي عظم الفخذ والساق	(ج) تساعد في توزيع الضغط بين عظم الفخذ وعظم القصبه	(د) جميع ما سبق
13-	من أفضل التمرينات التأهيلية لخشونة الركبة:	(ب) وضع سادة تحت الركبة والضغط عليها لمدة 15 ث	(ج) تمرين الاسكود العميق مع التكرار	(د) كل ماسبق



14-	سماع صوت "فرقة" مع وجود ألم عند الحركة السلبية والإيجابية، وقد يحدث قفل بالمفصل؛ من أعراض إصابة:	(أ) قطع غضروف الركبة	(ب) تمزق الرباط الصليبي	(ج) تمزق عضلات الاخمص	(د) كل ماسبق
15-	لتأهيل تمزق غضروف الركبة بعد الجراحة وبالمرحلة الاولى من التأهيل:	(أ) (جلوس): قبض وبسط القدم	(ب) الانبطاح: دفع الارض باليدين، مع التكرار	(ج) الجرى على السير المتحرك لمدة 15 دقيقة	(د) كل ماسبق
16-	مفصل الكاحل عبارة عن مفصل زلالي قوي تحفظه أربطة ليفية، وأوتار تحيط به من كل جانب لتثبيتته وحفظه كاربطة:	(أ) الصليبي الخلفي	(ب) الشظوي القنزعي الأمامي	(ج) الرباط المأبضي	(د) كل ماسبق
17-	من أسباب حدوث إصابة التواء الكاحل: ...	(أ) الهبوط الخبير سليم على إحدى القدمين	(ب) الالتحام والاصطدام المباشر مع المنافس	(ج) ارتداء أحذية غير مناسبة	(د) كل ماسبق
18-	لإسعاف ما بعد إصابة التواء الكاحل مباشرة:	(أ) PRICE	(ب) كمادات دافئة	(ج) المشي الخفيف	(د) كل ماسبق
19-	لتثبيت ... يتم وضع القدم في درجة ثني احمصي بسيطة، وضع شريط حول الساق عند أسفل عضلة السمانة والشريط الآخر يلف حول بدايات سلاميات القدم، يتم وضع شريط يمتد من بداية الشريط الأول وحتى الشريط الثاني.	(أ) عضلات الساق الامامية	(ب) الرباط الدالي للقدم	(ج) وتر اكيلس	(د) كل ماسبق
20-	لتأهيل ما بعد التواء الكاحل بالمرحلة الثالثة: ...	(أ) المشي بعكاز	(ب) وقوف: حركات بدولية للكتف	(ج) الوقوف على مشط القدم فوق بورد الاتزان	(د) كل ماسبق

السؤال الثاني (10 درجة) ضع علامة $\sqrt{}$ او \times أمام العبارات التالية: "يحل بورقة الجابل شيت"

- 1 - التأهيل الرياضي يعني سرعة عودة اللاعب المصاب إلى الأنشطة اليومية كالمشي وطلوع السلم.
- 2- من أسس التأهيل البدني: التخلص الفوري من الألم للمنطقة المصابة.
- 3- الوقاية من حدوث تكرار الإصابة في نفس المنطقة التي أصيبت من قبل، تعتبر من الاهداف بعيدة المدى للتأهيل البدني.
- 4- تعمل التمرينات الايجابية على اكساب ثقة المريض في قدرته على عمل العضلات والتحكم فيها.
- 5- من مميزات التمرينات المتحركة: تقل فيها قوة الانقباض العضلي عن التمرينات الساكنة.
- 6 - الاختبارات البدنية والنفسية، من عناصر التقييم البدني.
- 7- الضغط الهيدروستاتيكي للماء يستخدم في التأهيل المائي لتقليل الألم حيث تصل درجة حرارة الماء ل 70 درجة.
- 8 - عضلة فوق الشوكة تعمل على تبعيد الذراع من صفر حتى (30°) درجة و تثبيت رأس عظم العضد.
- 9 - يمنع استخدام الكمادات الدافئة لإسعاف الكتف المتجمد.
- 10 - حركات قبض بسط المرفق بدون مقاومة، الى جانب إطالة للعضلات الباسطة لرسغ اليد من تمارين المرحلة الاولى من التأهيل لإصابة تنس اليو"مرفق التنس".

السؤال الثالث (10 درجة): "يحل بورقة الاجابة"

تناول إصابة تمزق الاربطة الصليبية بالشرح موضعاً:

- أهمية الاربطة الصليبية، ميكانيكية واسباب، وأعراض إصابة الرباط الصليبي الامامي.
- تصميم 10 تمارين تأهيلية لما بعد إصابة الصليبي الامامي مع ذكر (وصف التمرين - هدف التمرين - نوع التمرين - العضلات المستهدفة - مرحلة التأهيل المناسبة للتمرين).

أطيب الأمنيات بالنجاح والتوفيق 😊😊



الموقت: ساعتان
التاريخ: 2025/12/30

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم علوم الصحة الرياضية



المستوى: الثالث ساعات معتمدة (بنين- بنات)
الدرجة الكلية: 40 درجة

نموذج (2)

امتحان مقرر التأهيل البدني للإصابات الرياضية "الرمز الكودي: 05-11-02317"
دور يناير- للعام الجامعي 2025 - 2026

"الأسئلة على وجهي الورقة"

السؤال الأول (20 درجة): اجب عن الأسئلة التالية باختيار واحد فقط. "يحل بورقة الجابل شيت"

1-	من اسس بناء البرامج التأهيلية:	(ب) تطبيق البرنامج بشكل جماعي	(ج) تثبيت مدى مراحل التأهيل والتمرينات	(د) كل ماسبق
2-	من أسباب تيبس الكتف:	(ب) الإصابات الرياضية بدون تنفيذ برامج تأهيلية	(ج) مرض السكري والشلل النصفي	(د) ب&ج معا
3-	الرباط الخارجي بالركبية Lateral Collateral Ligament	(ب) يرتبط بالعضروف الهلالي	(ج) يعمل على ثبات والحد من اراحة القصبة للامام	(د) جميع ما سبق
4-	من أفضل التمرينات التأهيلية لخشونة الركبة:	(ب) وضع سادة تحت الركبة والضغط عليها لمدة 15 ث	(ج) تمرين الاسكواد العميق مع التكرار	(د) كل ماسبق
5-	إسعاف ما بعد اصابة التواء الكاحل مباشرة:	(ب) كمادات دافئة	(ج) المشي الخفيف	(د) كل ماسبق
6-	PRICE عند حدوث التمزق العضلي فإن المخ يرد على هذا الضرر أو الإصابة ب....	(ب) إنتاج الهستامين، الهيبارين، والفيبرين لغلغ الجزء المتمزق	(ج) مطاطية الالياف العضلية	(د) ب&ج معا
7-	مفصل الكاحل عبارة عن مفصل زلالي قوي تحفظه أربطة ليفية، وأوتار تحيط به من كل جانب لتثبيته وحفظه كاربطة:	(ب) الشظوي القنزعي الأمامي	(ج) الرباط المأبضي	(د) كل ماسبق
8-	من أهداف التمرينات التأهيلية:	(ب) الاتزان بين المجموعات العضلية	(ج) منع التشنجات والتقلصات العضلية	(د) ب&ج معا
9-	التثبيت ... يتم وضع القدم في درجة ثني اخمصي بسيطة، وضع شريط حول الساق عند أسفل عضلة السمانة والشريط الآخر يلف حول بدايات سلاميات القدم، يتم وضع شريط يمتد من بداية الشريط الأول وحتى الشريط الثاني.	(ب) الرباط الدالي للقدم	(ج) وتر اكبلس	(د) كل ماسبق
10-	من فوائد العضاريق الهلالية: ...	(ب) يعوض عدم تماثل لقمتي عظم الفخذ والساق	(ج) تساعد في توزيع الضغط بين عظم الفخذ وعظم القصبة	(د) جميع ما سبق
11-	سماع صوت "فرقعة" مع وجود ألم عند الحركة السلبيه والايجابية، و قد يحدث قفل بالمفصل؛ من اعراض اصابة:	(ب) تمزق بالرباط الصليبي	(ج) تمزق عضلات الاخمص	(د) كل ماسبق
12-	قصر العضلات التشريحي وعدم مطاطيتها بالدرجة التي تتطلبها....	(ب) من مسببات التمزق العضلي	(ج) من مسببات الاصابة العصبية	(د) كل ماسبق
13-	من عيوب التمرينات الساكنة:	(ب) وسيلة آمنة للبدء بمرحلة تأهيل مبكرة	(ج) فقدان العضلة قوتها سريعاً	(د) أ&ب معا
14-	من أسباب حدوث اصابة التواء الكاحل: ...	(ب) الالتحام والاصطدام المباشر مع المنافس	(ج) ارتداء أحذية غير مناسبة	(د) كل ماسبق



المستوى: ساعتان
التاريخ: 2025/12/30

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم علوم الصحة الرياضية



المستوى: الثالث ساعات معتمدة (بنين- بنات)
الدرجة الكلية: 40 درجة

15-	ميكانيكية حدوث إصابة خلع مفصل الكتف الامامي:	(أ) تبعيد الذراع وتدويره للخارج بشده أثناء الاداء	(ب) إصابة مباشرة لرأس العضد من أعلى مع التدوير للداخل	(ج) صغر تجويف فوق الشوكة	(د) كل ماسبق
16-	لتأهيل ما بعد التواء الكاحل بالمرحلة الثالثة ...	(أ) المشي بعكاز	(ب) وقوف حركات بندولية للكتف	(ج) الوقوف على مشط القدم فوق بورد الاتزان	(د) كل ماسبق
17-	من اختبارات العضلة الخلفية لبيان شدة التمزق ...	(أ) الانبطاح: ثني الركبة بالمقاومة	(ب) الرقود فتحاً: ضم الرجلين	(ج) الوقوف ثني الجذع اماماً: دوران الزراع	(د) كل ماسبق
18-	لتأهيل تمزق عضروف الركبة بعد الجراحة وبالمرحلة الاولى من التأهيل:	(أ) (جلوس): قبض وبسط القدم	(ب) الانبطاح: دفع الارض باليدين، مع التكرار	(ج) الجرى على السير المتحرك لمدة 15 دقيقة	(د) كل ماسبق
19-	الرقود ثني الركبتين رفع منطقة الحوض لاعلى ثم يتم تبعيد الرجل المصابة والثبات، من تمارين:	(أ) المرحلة الثانية لتأهيل ما بعد تمزق العضلات الضامة	(ب) المرحلة الاولى لتأهيل ما بعد تمزق عضلات العضد	(ج) المرحلة الحادة لتأهيل ما بعد تمزق عضلات العضد الخلفية	(د) المرحلة الثالثة لتأهيل ما بعد تمزق عضلات العضد الخلفية
20-	من أسباب إصابات عضلات الكفة الدوارة:	(أ) زوائد عظمية بالنتوء الأخرومي	(ب) التهاب الكيس الزلالي تحت النتوء الأخرومي	(ج) التعرض لإصابة أخرى بمنطقة الكتف	(د) كل ماسبق

السؤال الثاني (10 درجة) ضع علامة \checkmark او x أمام العبارات التالية: "يحل بورقة اليابل شيت"

- 1 - من مميزات التمرينات المتحركة: نقل فيها قوة الانقباض العضلي عن التمرينات الساكنة.
- 2 - " الاختبارات البدنية والنفسية"، من عناصر التقييم البدني.
- 3- يمنع استخدام الكمادات الدافئة لاسعاف الكتف المتجمد.
- 4 - حركات قبض بسط المرفق بدون مقاومة، الى جانب إطالة للعضلات الباسطة لرسغ اليد من تمارين المرحلة الاولى من التأهيل لإصابة تنس البو"مرفق التنس".
- 5 - التأهيل الرياضي يعني سرعة عودة اللاعب المصاب إلى الانشطة اليومية كالمشي وطلوع السلم.
- 6- من أسس التأهيل البدني: التخلص الفوري من الألم للمنطقة المصابة.
- 7- الوقاية من حدوث تكرار الإصابة في نفس المنطقة التي أصيبت من قبل، تعتبر من الاهداف بعيدة المدى للتأهيل البدني.
- 8- تعمل التمرينات الايجابية على اكساب ثقة المريض في قدرته على عمل العضلات والتحكم فيها
- 9 - الضغط الهيدروستاتيكي للماء يستخدم في التأهيل المائي لتقليل الألم حيث تصل درجة حرارة الماء ل 70 درجة.
- 10 - عضلة فوق الشوكة تعمل على تبعيد الذراع من صفر حتى (30°) درجة و تثبيت رأس عظم العضد.

السؤال الثالث (10 درجة): "يحل بورقة الاجابة"

تناول إصابة تمزق الاربطة الصليبية بالشرح موضعاً:

- أهمية الاربطة الصليبية، ميكانيكية واسباب، وأعراض إصابة الرباط الصليبي الامامي.
- تصميم 10 تمارين تأهيلية لما بعد إصابة الصليبي الامامي مع ذكر (وصف التمرين - هدف التمرين - نوع التمرين - العضلات المستهدفة - مرحلة التأهيل المناسبة للتمرين).

أطيب الأمنيات بالنجاح والتوفيق 😊😊

المستوى : الثالث (بنين - بنات) ساعات معتمدة (تخصص إدارة رياضية)		جامعة طنطا
الدرجة الكلية : ٧٠ درجة		كلية علوم الرياضة
زمن الامتحان : ساعتين		قسم الادارة والترويج الرياضى

إمتحان الفصل الدراسى الأول للعام الجامعى ٢٠٢٥ - ٢٠٢٦
لمقرر إدارة إقتصاديات الرياضة

نموذج (ب)

أجب عن الأسئلة الآتية :

السؤال الأول : (٢٠ درجة) :

الإختيار من متعدد :

م	العبارة
١-	الخدمات الرياضية تُعتبر أ- منتج استهلاكي ب- منتج خدمي ج- منتج تجارى د- منتج بدون مقابل
٢-	الإحتراف الرياضى هو أن يعطى اللاعب كل وقته وجهده للنادى مقابل أ- الشكر والتقدير ب- الشهرة والأضواء ج- ارضاء النادي د- عائد مادي
٣-	فلسفة التسويق الرياضى أن الرياضة أ- تجارة ب- إبداع ج- فلسفة د- لياقة
٤-	النظرية التسويقية للرياضة تعنى جمع بيانات عن السوق أ- الرياضى ب- الثقافى ج- الاجتماعى د- الفنى
٥-	تسويق تذاكر المباريات أحد أشكال التسويق أ- الاعلانى ب- الاعلامى ج- التجارى د- الرياضى
٦-	العلامة التجارية للنادى الرياضى هى إحدى العلامات التجارية أ- للشركات ب- للأندية ج- للاتحادات الرياضية د- لمراكز الشباب
٧-	الإعلانات داخل الملاعب الرياضية هى بهدف الدعاية أ- للشركات المنتجة ب- للرياضة ج- للجماهير د- للأندية
٨-	الاقتصاد الرياضى يربط بين كل من أ- الإقتصاد والاستثمار ب- الإقتصاد والرياضة ج- الإقتصاد والرياضيات د- الإقتصاد والمال
٩-	التسويق الرياضى هو أ- منتج زراعى ب- منتج تجارى ج- منتج ترفيهى د- منتج رياضى
١٠-	مجموعة الأنشطة التسويقية يطلق عليها المزيج أ- الثقافى ب- الاجتماعى ج- التسويقى د- الفنى

"باقي الاسئلة خلف الورقة "

المستوى : الثالث (بنين - بنات) ساعات معتمدة (تخصص إدارة رياضية)		جامعة طنطا
الدرجة الكلية : ٧٠ درجة		كلية علوم الرياضة
زمن الامتحان : ساعتين		قسم الادارة والترويج الرياضى

إمتحان الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠٢٥ - ٢٠٢٦
لمقرر إدارة إقتصاديات الرياضة

نموذج (ج)

أجب عن الأسئلة الآتية :
السؤال الأول : (٢٠ درجة) :
الإختيار من متعدد :

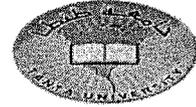
م	العبارة
١-	النظرية التسويقية للرياضة تعنى جمع بيانات عن السوق أ- الرياضى ب- الثقافي ج- الاجتماعي د- الفني
٢-	تسويق تذاكر المباريات أحد أشكال التسويق أ- الاعلاني ب- الاعلامي ج- التجاري د- الرياضي
٣-	العلامة التجارية للنادى الرياضى هى إحدى العلامات التجارية أ- للشركات ب- للأندية ج- للاتحادات الرياضية د- لمراكز الشباب
٤-	الإعلانات داخل الملاعب الرياضية هى بهدف الدعاية أ- للشركات المنتجة ب- للرياضة ج- للجماهير د- للأندية
٥-	الاقتصاد الرياضى يربط بين كل من أ- الإقتصاد والاستثمار ب- الإقتصاد والرياضة ج- الإقتصاد والرياضيات د- الإقتصاد والمال
٦-	التسويق الرياضى هو أ- منتج زراعى ب- منتج تجارى ج- منتج ترفيهي د- منتج رياضى
٧-	مجموعة الأنشطة التسويقية يطلق عليها المزيج أ- الثقافي ب- الاجتماعي ج- التسويقي د- الفني
٨-	الخدمات الرياضية تُعتبر أ- منتج استهلاكي ب- منتج خدمي ج- منتج تجارى د- منتج بدون مقابل
٩-	الإحتراف الرياضى هو أن يعطى اللاعب كل وقته وجهده للنادى مقابل أ- الشكر والتقدير ب- الشهرة والأضواء ج- ارضاء النادى د- عائد مادي
١٠-	فلسفة التسويق الرياضى أن الرياضة أ- تجارة ب- إبداع ج- فلسفة د- لياقة

"باقي الاسئلة خلف الورقة"



الوقت: ساعتان
التاريخ: 2026/1/4

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم التدريب وعلوم الحركة
الرياضية



المستوى: الثالث (تخصص الترويج الرياضي)
الدرجة الكلية: 40 درجة

نموذج (1)

أمتحان مقرر الحركة وكبار السن للعام الجامعي 2025 - 2026

السؤال الأول : (15 درجة) أختار الإجابة الصحيحة مما بين القوسين :

- 1- تحدث نتيجة انقباض وانبساط العضلات بتنسيق محكم بين الجهاز العصبي والعضلي.
أ- التكيف ب- السكون ج- الحركة د- كل ماسبق
- 2- تحدث في جزء محدد من الجسم مثل حركة اليد أو أصبع القدم .
أ- حركة خطية ب- حركة موضعية ج- حركة انتقالية د- كل ماسبق
- 3- تظهر أهمية الحركة بالنسبة لكبار السن في
أ- الوقاية من السقوط ب- تحسين الدورة الدموية ج- الحفاظ على صحة العظام د- كل ماسبق
- 4- تعتبر مرحلة الشيخوخة من المراحل التي تشهد تغييرات بيولوجية منها
أ- انخفاض الكتلة العضلية ب- زيادة الكتلة العضلية ج- ثبات الكتلة العضلية د- كل ماسبق
- 5- يعتبر من مبادئ النمو
أ- النمو عملية مستمرة ب- النمو عملية منفصلة ج- النمو عملية ثابتة د- كل ماسبق
- 6- هو مرض يتميز بانخفاض كتلة العظم وتدهور بنية النسيج العظمي
أ- هشاشة العظام ب- قوة العظام ج- مرونة المفصل د- كل ماسبق
- 7- تمارين الشد الخفيفة للمفاصل (مد وثني) تحافظ على
أ- سرعة المفصل ب- مرونة المفصل ج- قوة المفصل د- كل ماسبق
- 8- تؤثر على نمو الفرد وتحدد الصفات الموروثة من الوالدين مثل الطول وشكل الجسم هي
أ- العوامل النفسية ب- العوامل الاجتماعية ج- العوامل الوراثية د- كل ماسبق
- 9- الامراض المزمنة تؤثر على النمو .
أ- سلبيا ب- ايجابيا ج- غير مؤثرة د- كل ماسبق
- 10- هو العلم الذي يدرس تطور القدرات والمهارات الحركية منذ الميلاد حتى سن الشيخوخة .
أ- الميكانيكا ب- علم الحركة ج- النمو الحركي د- كل ماسبق
- 11- تعتبر من أختبارات قياس الحركة الوظيفية .
أ- أختبار المشي ب- أختبار الوقوف ج- أختبار الجلوس د- كل ماسبق
- 12- تمارين تستخدم لتقليل خطر السقوط لدى كبار السن .
أ- تمارين القوة ب- تمارين الرشاقة ج- تمارين التوازن د- كل ماسبق
- 13- تستخدم لتحسين كفاءة الرنتين وتقليل ضيق التنفس.
أ- التمارين المائية ب- التمارين التنفسية ج- التمارين الترويحية د- كل ماسبق
- 14- من الاسباب الفسيولوجية لعزوف كبار السن عن ممارسة النشاط الحركي .
أ- الامراض المزمنة ب- الاكتئاب ج- العزلة د- كل ماسبق
- 15- هي التمرينات التي يحرك فيها المعالج أطراف المريض للحفاظ على المدى الحركي في المفاصل.
أ- التمارين الايجابية ب- التمارين السلبية ج- تمارين التوازن د- كل ماسبق



الوقت: ساعتان
التاريخ: 2026/1/4

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم التدريب وعلوم الحركة
الرياضية



المستوى: الثالث (تخصص الترويح الرياضي)
الدرجة الكلية: 40 درجة

السؤال الثاني : (15 درجة) ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة :

- 1- الحركة هي التغيير المستمر في وضع الجسم أو احد أجزائه بالنسبة لنقطة مرجعية في الفراغ.
- 2- يعرف كبار السن بأنهم الافراد الذين يبدأ لديهم ارتفاع تدريجي في القدرات الحركية والوظيفية.
- 3- النمو هو عملية تسير من من الخاص إلى العام.
- 4- ممارسة الرياضة والحركة تنشط العضلات وتساعد على النمو الغير متوازن.
- 5- النظرية النضجية هي التي ترى النمو الحركي يعتمد على النضج العصبي والجيني.
- 6- تتميز مرحلة الشيخوخة بانخفاض الالياف العضلية وخاصة الالياف البيضاء سريعة التقلص.
- 7- تبدأ مرحلة الشيخوخة عادة بعد سن 20-25 سنة وتتميو بتراجع كفاءة الاجهزة الحيوية.
- 8- من الخصائص الفسيولوجية لمرحلة الشيخوخة انخفاض كفاءة القلب في ضخ الدم.
- 9- هشاشة وترقق العظام يؤثر ايجابيا على كفاءة الحركة لدى كبار السن.
- 10- التمارين التي تعزز القوة العضلية والتوازن والمرونة تزيد من مخاطر السقوط لدى كبار السن.
- 11- فقدان الدافعية والشعور بعدم الجدوى من الاسباب الفسيولوجية لعزوف كبار السن عن النشاط الحركي.
- 12- المشاركة في إحضار الادوات وتوزيعها واحدة من أساليب تشجيع كبار السن على مزاولة النشاط الحركي.
- 13- المتطلبات البدنية والحركية لكبار السن الملازمين للفراش تتركز على الوقاية من مضاعفات قلة الحركة.
- 14- يجب عدم التوقف عن الاداء الحركي حتى عند الشعور بألم شديد أو ضيق في التنفس لدى كبار السن.
- 15- الحركة الارادية هي التي تتم وفقا لارادة الفرد.

السؤال الثالث : (10 درجة)

من خلال دراستك لمادة الحركة وكبار السن عرف النمو الحركي مع توضيح المبادئ الاساسية للنمو.

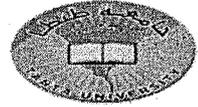


أطيب الأمنيات بالنجاح والتوفيق



الوقت: ساعتان
التاريخ: 2026/1/4

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم التدريب وعلوم الحركة
الرياضية



المستوى: الثالث (تخصص الترويح الرياضي)
الدرجة الكلية: 40 درجة

نموذج (2)

أمتحان مقرر الحركة وكبار السن للعام الجامعي 2025 - 2026

السؤال الأول : (15 درجة) أختار الاجابة الصحيحة مما بين القوسين :

- 1- الامراض المزمنة تؤثر على النمو .
أ- سلبيا ب- ايجابيا ج- غير مؤثرة د- كل ماسبق
- 2- تحدث في جزء محدد من الجسم مثل حركة اليد أو أصبع القدم .
أ- حركة خطية ب- حركة موضعية ج- حركة انتقالية د- كل ماسبق
- 3- هو العلم الذي يدرس تطور القدرات والمهارات الحركية منذ الميلاد حتى سن الشيخوخة
أ- الميكانيكا ب- علم الحركة ج- النمو الحركي د- كل ما سبق
- 4- تظهر أهمية الحركة بالنسبة لكبار السن في
- أ- الوقاية من السقوط ب- تحسين الدورة الدموية ج- الحفاظ على صحة العظام د- كل ماسبق
- 5- هو مرض يتميز بانخفاض كتلة العظم وتدهور بنية النسيج العظمي
أ- هشاشة العظام ب- قوة العظام ج- مرونة المفصل د- كل ماسبق
- 6- تعتبر من اختبارات قياس الحركة الوظيفية .
أ- اختبار المشي ب- اختبار الوقوف ج- اختبار الجلوس د- كل ما سبق
- 7- هي التمرينات التي يحرك فيها المعالج أطراف المريض للحفاظ على المدى الحركي في المفاصل.
أ- التمارين الايجابية ب- التمارين السلبية ج- تمارين التوازن د- كل ماسبق
- 8- تحدث نتيجة انقباض وانبساط العضلات بتنسيق محكم بين الجهاز العصبي والعضلي.
أ- التكيف ب- السكون ج- الحركة د- كل ماسبق
- 9- تؤثر على نمو الفرد وتحدد الصفات الموروثة من الوالدين مثل الطول وشكل الجسم هي
- أ- العوامل النفسية ب- العوامل الاجتماعية ج- العوامل الوراثية د- كل ماسبق
- 10- من الاسباب الفسيولوجية لعزوف كبار السن عن ممارسة النشاط الحركي .
أ- الامراض المزمنة ب- الاكتئاب ج- العزلة د- كل ما سبق
- 11- يعتبر من مبادئ النمو .
أ- النمو عملية مستمرة ب- النمو عملية منفصلة ج- النمو عملية ثابتة د- كل ماسبق
- 12- تستخدم لتحسين كفاءة الرنتين وتقليل ضيق التنفس.
أ- التمارين المائية ب- التمارين التنفسية ج- التمارين الترويحية د- كل ماسبق
- 13- تمارين الشد الخفيفة للمفاصل (مد وثني) تحافظ على
- أ- سرعة المفصل ب- مرونة المفصل ج- قوة المفصل د- كل ماسبق
- 14- تمارين تستخدم لتقليل خطر السقوط لدى كبار السن .
أ- تمارين القوة ب- تمارين الرشاقة ج- تمارين التوازن د- كل ماسبق
- 15- تعتبر مرحلة الشيخوخة من المراحل التي تشهد تغييرات بيولوجية منها
- أ- انخفاض الكتلة العضلية ب- زيادة الكتلة العضلية ج- ثبات الكتلة العضلية د- كل ماسبق



الوقت: ساعتان
التاريخ: 2026/1/4

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم التدريب وعلوم الحركة
الرياضية



المستوى: الثالث (تخصص الترويج الرياضي)
الدرجة الكلية: 40 درجة

السؤال الثاني : (15 درجة) ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة :

- 1- هشاشة وترقق العظام يؤثر إيجابيا على كفاءة الحركة لدى كبار السن
- 2- يعرف كبار السن بأنهم الأفراد الذين يبدأ لديهم ارتفاع تدريجي في القدرات الحركية والوظيفية
- 3- التمارين التي تعزز القوة العضلية والتوازن والمرونة تزيد من مخاطر السقوط لدى كبار السن
- 4- النمو هو عملية تسير من من الخاص إلى العام
- 5- تتميز مرحلة الشيخوخة بانخفاض الالياف العضلية وخاصة الالياف البيضاء سريعة التقلص.
- 6- فقدان الدافعية والشعور بعدم الجدوى من الاسباب الفسيولوجية لعزوف كبار السن عن النشاط الحركي.
- 7- الحركة الارادية هي التي تتم وفقا لارادة الفرد.
- 8- الحركة هي التغيير المستمر في وضع الجسم أو احد أجزائه بالنسبة لنقطة مرجعية في الفراغ.
- 9- من الخصائص الفسيولوجية لمرحلة الشيخوخة انخفاض كفاءة القلب في ضخ الدم.
- 10- يجب عدم التوقف عن الاداء الحركي حتى عند الشعور بألم شديد أو ضيق في التنفس لدى كبار السن .
- 11- النظرية النضجية هي التي ترى النمو الحركي يعتمد على النضج العصبي والجيني.
- 12- المتطلبات البدنية والحركية لكبار السن الملازمين للفرش تتركز على الوقاية من مضاعفات قلة الحركة.
- 13- تبدأ مرحلة الشيخوخة عادة بعد سن 20-25 سنة وتتميز بتراجع كفاءة الاجهزة الحيوية.
- 14- المشاركة في إحضار الادوات وتوزيعها واحدة من أساليب تشجيع كبار السن على مزاولة النشاط الحركي
- 15- ممارسة الرياضة والحركة تنشط العضلات وتساعد على النمو الغير متوازن .

لسؤال الثالث : (10 درجة)

من خلال دراستك لمادة الحركة وكبار السن عرف النمو الحركي مع توضيح المبادئ الاساسية للنمو.



أطيب الأمنيات بالنجاح والتوفيق

السؤال الأولي : اختر الإجابة الصحيحة :

- 1- يتوقف النمو المهني لمعلم التربية الرياضية علي :
أ- طرق التدريس ب- الوسائل التعليمية ج- اعداده ودراسته د- تكنولوجيا التعليم
- 2- من صفات معلم التربية الرياضية الناجح
أ- القيم ب- الانشطة الحركية
ج- ان يكون ملما بالاتجاهات المعاصرة الحديثة د- الربط بين الاعمال التربوية
- 3- تقديم المواطنة لأطفالنا بالصورة المحببة اليهم عن طريق :
أ- الانشطة الحركية ب- القيم ج- البيئة د- الانتماء
- 4- من مصادر المعرفة الحديثة التي تساعد علي التعلم :
أ- الفيديو التفاعلي ب- البرامج العشوائية ج- برامج التفرغ الامامي د- الشمولية
- 5- ضرورة الاهتمام باعداد برامج علمية تربط المواطنة بالتربية الرياضية وذلك عن طريق
أ- مناهج التربية الرياضية ب- الوسائل التعليمية ج- الهمبرميديا د- الانترنت
- 6- من معايير استخدام الوسائط المتعددة في تعلم مهارات الانشطة الرياضية :
أ- يجب اختيار الوسائط التي تجذب انتباه المعلمين ب- البرامج العلمية
ج- الكفايات التدريسية د- التعرف علي المراحل التعليمية المختلفة
- 7- من انواع التقويم
أ- المبدئي ب- طرق التدريس ج- العملية التدريسية د- اساليب التقويم

- 8- يجب ان يراعي عند عمل مناهج موجهة قيما في التربية الرياضية
- أ- وضع بعض المقترحات
- ب- قيام المعلم بنشر الرياضة البيئية
- ج- ترجمة القيم الي سلوكيات في المواقف التدريسية
- د- الاهتمام بطرق التدريس
- 9- المناهج الدراسية وسيلة يمكن بواسطتها تحقيق
- أ- التعلم الحركي
- ب- مايرجوه النظام التعليمي
- ج- الانشطة الحركية
- د- العولمة
- 10- من معايير التقويم
- أ- الاختبارات الشفوية
- ب- الاختبارات التحريرية
- ج- قياس محكي المرجع
- د- طرق التدريس

السؤال الثاني : ضع علامة (√) امام العبارة الصحيحة و علامة (X) امام العبارة الخاطئة :

- 1- يعتبر المعلم أساس المنظومة التعليمية وبمقدار قدرته وكفاءته تكون فاعلية التعليم ()
- 2- الاتجاه هو الطريقة التي يسلكها الانسان ليصل الي تحقيق هدف معين ()
- 3- يجب علينا عند عمل مناهج موجهة قيما التعرف علي القيم ومستوياتها وتوزيعها علي الصفوف الدراسية ()
- 4- التقويم يعني تحديد القيمة والقدر ()
- 5- الاهتمام بالبعد القيمي في مناهج التربية الرياضية في مرحلة ما قبل المدرسة ()
- 6- تركز الاتجاهات الحديثة بتدريب واعداد معلمي التربية الرياضية علي الجوانب التطبيقية اكثر من الجوانب النظرية ()
- 7- لا تسعى التربية الي تدعيم القيم لدي المتعلمين ()
- 8- تستخدم بعض الوسائط التكنولوجية لتعديل سلوك المتعلمين من خلال التربية الرياضية ()
- 9- هناك علاقة سوجبة بين الانتماء الوطني وتقدير الذات عند الاطفال ()
- 10- من مميزات الحاسب الالي التعليمي يراعي الفروق الفردية للمتعلمين ()

السؤال الثالث :

اذكر مع الشرح اهم الاتجاهات التربوية في النظام التربوي؟

مع تمنياتي بالتوفيق والنجاح

انتهت الاسئلة

نموذج (ب)السؤال الأول : اختر الاجابة الصحيحة :

1- من صفات معلم التربية الرياضية الناجح

أ- القيم

ب- الانشطة الحركية

ج- ان يكون ملما بالاتجاهات المعاصرة الحديثة

د- الربط بين الاعمال التربوية

2- يتوقف النمو المهني لمعلم التربية الرياضية علي :

أ- طرق التدريس

ب- الوسائل التعليمية

ج- اعداده ودراسته

د- تكنولوجيا التعليم

3- من مصادر المعرفة الحديثة التي تساعد علي التعلم :

أ- الفيديو التفاعلي

ب- البرامج العشوائية

ج- برامج التفرغ الامامي

د- الشمولية

4- المناهج الدراسية وسيلة يمكن بواسطتها تحقيق

أ- التعلم الحركي

ب- مايرجوه النظام التعليمي

ج- الانشطة الحركية

د- العولمة

5- تقديم المواطنة لأطفالنا بالصورة المحببة اليهم عن طريق :

أ- الانشطة الحركية

ب- القيم

ج- البيئة

د- الانتماء

6- من معايير استخدام الوسائط المتعددة في تعلم مهارات الانشطة الرياضية :

أ- يجب اختيار الوسائط التي تجذب انتباه المعلمين

ب- البرامج العلمية

ج- الكفايات التدريسية

د- التعرف علي المراحل التعليمية المختلفة

7- من انواع التقويم

أ- المبدئي

ب- طرق التدريس

ج- العملية التدريسية

د- اساليب التقويم

8- ضرورة الاهتمام باعداد برامج علمية تربط المواطنة بالتربية الرياضية وذلك عن طريق
أ- مناهج التربية الرياضية ب- الوسائل التعليمية ج- الهيرميديا د- الانترنت

9- يجب ان يراعي عند عمل مناهج موجهة قيميا في التربية الرياضية
أ- وضع بعض المقترحات ب- قيام المعلم بنشر الرياضة البيئية
ج- ترجمة القيم الي سلوكيات في المواقف التدريسية د- الاهتمام بطرق التدريس

10- من معايير التقويم
أ- الاختبارات الشفوية ب- الاختبارات التحريرية
ج- قياس محكي المرجع د- طرق التدريس

السؤال الثاني : ضع علامة (√) امام العبارة الصحيحة و علامة (X) امام العبارة الخاطئة :

- 1- هناك علاقة موجبة بين الانتماء الوطني وتقدير الذات عند الاطفال ()
- 2- تركز الاتجاهات الحديثة بتدريب واعداد معلمي التربية الرياضية علي الجوانب التطبيقية اكثر من الجوانب النظرية ()
- 3- التقويم يعني تحديد القيمة والقدر ()
- 4- تستخدم بعض الوسائل التكنولوجية لتعديل سلوك المتعلمين من خلال التربية الرياضية ()
- 5- يجب علينا عند عمل مناهج موجهة قيميا التعرف علي القيم ومستوياتها وتوزيعها علي الصفوف الدراسية ()
- 6- الاهتمام بالبعد القيمي في مناهج التربية الرياضية في مرحلة ما قبل المدرسة ()
- 7- لا تسعى التربية الي تدعيم القيم لدي المتعلمين ()
- 8- يعتبر المعلم أساس المنظومة التعليمية وبمقدار قدرته وكفاءته تكون فاعلية التعليم ()
- 9- الاتجاه هو الطريقة التي يسلكها الانسان ليصل الي تحقيق هدف معين ()
- 10- من مميزات الحاسب الالي التعليمي يراعي الفروق الفردية للمتعلمين ()

السؤال الثالث :

اذكر مع الشرح اهم الاتجاهات التربوية في النظام التربوي؟

مع تمنياتي بالتوفيق والنجاح

انتهت الاسئلة

المادة : طرق تدريس الرياضيات الفردية	جامعة طنطا
الفرقة : المستوى الثالث (الرياضة المدرسية)	كلية علوم الرياضة
الزمن : ساعتان --- الخميس ٢٠٢٦/١/١ م	قسم المناهج وطرق التدريس

امتحان مادة طرق تدريس الرياضيات الفردية
الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠٢٥/٢٠٢٦ م

نموذج (ب)

السؤال الأول : ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة :

- ١- من الأخطاء الشائعة قبل الدرس عدم إعداد الأدوات والأجهزة اللازمة للتدريس ()
- ٢- يعرف الإعداد المهني لمعلم التربية الرياضية بأنه جميع الخبرات التعليمية والتربوية التي تؤهله لمواجهة متطلبات سوق العمل ()
- ٣- يساعد التدريب الميداني الطالب على إدراك مهام ومسئولية العملية التدريسية ()
- ٤- احد مقومات نجاح درس التربية الرياضية عدم الاستعانة بالوسائل السمعية البصرية ()
- ٥- يراعى في تنفيذ درس التربية الرياضية أن تحتوى المقدمة على أنشطة مبهجة تدفع التلاميذ على المشاركة ()
- ٦- الاستقبال (المدخلات) احد العمليات الأساسية للتعلم الحركي ()
- ٧- تشمل تمارين الاحماء (احماء حر / احماء موانع / احماء باستخدام الأدوات) ()
- ٨- يتكون درس التربية الرياضية من (الجزء الرئيسي/ الجزء الختامي) ()
- ٩- عدم الاهتمام بغرس القيم والسلوكيات الاجتماعية في نفوس التلاميذ يعد من خصائص درس التربية الرياضية ()
- ١٠- النشاط الرياضي الخارجي هو البرنامج الرياضي الذي تديره المدرسة خارج المنهج لكل طلاب هذه المدرسة ()

السؤال الثاني :

"يسئل الدرس حجر الزاوية في منهج التربية الرياضية، من خلاله يكتسب الطلاب المهارات والمعارف والقيم والاتجاهات الايجابية"

- تناول بالشرح أحد أجزاء درس التربية الرياضية ؟
- اذكر بعض مقومات نجاح درس التربية الرياضية ؟

باقي الأسئلة خلف الورقة

السؤال الثالث : اختر الإجابة الصحيحة :

١- البرامج التي تنفذ بأشراف وتوجيه المدرسة والتي تتناول كل ما يتصل بالحياة المدرسية :
(أ) التربية العملية . (ب) النشاط المدرسي . (ج) الإعداد المهني .
٢- من المتغيرات الشخصية التي تؤثر في تعلم المهارات الحركية :
(أ) طريقة التعلم . (ب) العمر والذكاء . (ج) زمن التعلم .
٣- يعمل على تهيئة العضلات والأجهزة الحيوية بالجسم قبل بدء الدرس :
(أ) الإحماء . (ب) النشاط التعليمي . (ج) النشاط الختامي .
٤- تنقسم الأهداف التربوية لدرس التربية الرياضية إلى :
(أ) أهداف عامة فقط . (ب) أهداف خاصة فقط . (ج) أهداف عامة وأهداف خاصة .
٥- يتكون الجزء التمهيدي بدرس التربية الرياضية من :
(أ) الأعمال الإدارية . (ب) الإعداد البدني . (ج) جميع ما سبق .
٦- احد أجزاء الدرس يتم فيه تعليم التلاميذ المهارات الخاصة بالأنشطة الرياضية :
(أ) النشاط التعليمي . (ب) النشاط التطبيقي . (ج) النشاط الختامي .
٧- مجال لتدريب الطالب تدريباً عملياً وعلمياً لتطبيق ما تعلمه من نظريات تربوية وتطبيقية :
(أ) التربية العملية . (ب) النشاط الثقافي . (ج) التعلم الحركي .
٨- التعلم الحركي عبارة عن عملية :
(أ) اكتساب وإتقان وتثبيت المهارة الحركية . (ب) اكتساب اللياقة البدنية . (ج) اكتساب العادات الصحية .
٩- قدرة الفرد على القيام بأداء واجب حركي بإتقان مع بذل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن :
(أ) المهارة الحركية الرياضية . (ب) عملية التعلم . (ج) التربية العملية .
١٠- النشاط الخارجي هو :
(أ) النشاط الاجتماعي بالمدرسة . (ب) النشاط الرياضي الذي تتبارى فيه وحدات تمثل الهيئة مع وحدات تمثل هيئات أخرى . (ج) تنوع الوسائل السمعية والبصرية .

مع التمنيات بالتوفيق والنجاح

المستوى : الثالث (بنين – بنات) تخصص (إدارة – ترويح رياضي)		جامعة طنطا
الدرجة الكلية : ٧٠ درجة		كلية علوم الرياضة
زمن الامتحان : ساعتين		قسم الادارة والترويح الرياضي

إمتحان الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠٢٥ - ٢٠٢٦
لمقرر الإعلام الرياضي والعلاقات العامة

نموذج (١)
"الأسئلة على وجهي الورقة"

أجب عن الأسئلة الآتية :

السؤال الأول : (٢٠ درجة) :
أولاً : الإختيار من متعدد :

م	التيسيرات
١-	من أهداف الإعلام الرياضي أ- إداره ب- نشر الثقافه الرياضيه ج- التدريب د- جميع ماسبق
٢-	وظائف الإعلام الرياضي متعدده أساسها أ- تأمين المعلومات الرياضيه ب- تبادل الرسائل الرياضيه ج- التغذية الراجعه د- جميع ماسبق
٣-	أنماط الإعلام أ- الإعلام اليومي ب- الإعلام العاطفي ج- الإعلام العقلي د- جميع ماسبق
٤-	من مهارات الإتصال الخارجي أ- مهارات التفاوض ب- التغذية الراجعه ج- الإستماع الفعال د- جميع ماسبق
٥-	من مكونات العمليه الإعلاميه أ- المرسل والمستقبل ب- التخطيط والتنظيم ج- الإدارة والرقابه د- جميع ماسبق
٦-	البُعد المادي للإعلام يعبر عن أ- البيئه الماديه والحيز المكاني ب- القيم والعادات ج- التوقيتات الزمنيه د- جميع ماسبق
٧-	مهارات الإتصال الداخلي منها أ- إستخدام التكنولوجيا الحديثه ب- إداره الأزمات إعلاميا ج- إداره الحوار د- جميع ماسبق
٨-	مبادئ الإعلام مُتعدده منها أ- الموضوعيه ب- الغموض ج- الذاتيه د- جميع ماسبق
٩-	من الخصائص التي تتميز بها العمليه الإعلاميه أ- قوه التأثير ب- المصدقيه ج- حريه القبول أو الرفض د- جميع ماسبق
١٠-	أدوات العلاقات العامه أ- الإتصال المباشر ب- إداره الأزمات والشائعات ج- التسويق د- جميع ماسبق

السؤال الثاني : (٢٠ درجة) :
ضع علامة (√) أو (x) أمام كل عبارة من العبارات الآتية :

م	العبارة	✓	×
١-	الإعلام العقلي هو أرقى أنواع الإعلام .		
٢-	لا يوجد فرق بين الإعلام والعلاقات العامة .		
٣-	نجاح الرسالة الإعلامية يعتمد على غموض محتواها .		
٤-	الإعلام هو تزويد الأفراد بالأخبار الخاطئة والحقائق المضللة.		
٥-	العلاقات العامة هي عملية تواصل منظم بين المؤسسة والجمهور .		
٦-	الوسيلة الإعلامية هي التي يتم من خلالها مرور الرسالة بين طرفي الإتصال .		
٧-	الهدف من الإعلام الرياضي هو تثقيف الجماهير وتنمية الوعي الرياضي .		
٨-	قياس رضا الجمهور من أساليب إدارة العلاقات العامة .		
٩-	مهارات الإتصال الداخلي تركز على التعامل مع الجمهور ووسائل الإعلام .		
١٠-	من الأهداف الرئيسية للإعلام التنمية الشاملة للمجتمع ككل .		

السؤال الثالث : (٣٠ درجة)

تعتبر العلاقة بين الإعلام والرياضة علاقة متداخلة المعالم

ناقش هذه العبارة موضحاً :

- العلاقة بين الإعلام والرياضة
- خصائص الإعلام الرياضي
- أهمية الإعلام الرياضي

تمنياتنا بالتوفيق والنجاح



الزمن : ساعتان

الدرجة : 40 درجة

يصرح باستخدام الآلة الحاسبة

امتحان تطبيقات في علم الحركة
(الفرقة الثالثة بنين / بنات) نموذج رقم (2)
الفصل الدراسي الاول - عام جامعي 2026 / 2025

السؤال الأول : الإجابة عن أسئلة الاختيار من متعدد (10)

- 1- مهاره الدرجه الأمامية تؤدي على مستوى ومحور .
[أ- أمامي ومحور سهمي ب- مستوى افقي ومحور رأسي ج- مستوى جانبي ومحور عرضي د - مستوى جانبي ومحور سهمي]
- 2- عدد وصلات جسم اللاعب
[أ- 8 ب- 6 ج- 16 د- 14]
- 3- تعيين وحدة القياس الزاوية (ϕ) الملائمة للفترة الزمنية بين الكادرات من خلال المعادلة.....
[أ- $\phi = \frac{360}{n}$ ب- $\phi = \frac{180}{n}$ ج- $\phi = \frac{90}{n}$ د- كل ما سبق]
- 4 - هو فرع الميكانيكا الذي يبحث في الخواص الهندسيه لحركه الاجسام دون اعتبار قصورها الذاتي
[أ- علم الكينماتيك ب- البيوميكانيك ج - الهيدروديناميك د - التحليل الحركي]
- 5- عند استخدام لفظ في المجالات المختلفه للمعروفة الانسانية فانه يقصد بها الوسيله المنطقية التي يجرى بمقتضاها تناول الظاهرة موضع الدراسة [أ-رصد ب- حركة ج- هندسه د. تحليل]
- 6 - هي معدل الإزاحة او الانتقال الزاوي في وحده الزمن
[أ- السرعة المتوسطه ب- السرعة الزاويه المتوسطه ج- السرعة الزاويه اللحظيه د- السرعة الزاويه]
- 7- العجلة الزاوية هي معدل تغير السرعة الزاويه بالنسبه
[أ- للمسافه ب- للعجله ج- للزمن د- للطول]
- 8- تنقسم الحركة في خط مستقيم إلى .. [أ- حركة منتظمة ب- حركة منتظمة التغير ج- حركة متغيرة د- كل ما سبق]
- 9- العجلة كالسرعة عباره عن كميته متجهه يجب ذكر [أ- اتجاهها ب- مقدارها ج- سرعتها د- اتجاهها ومقدراها]
- 10- عند اجراء التصوير بأكثر من كاميرا يمكن الربط بدياه الزمن بينهم عن طريق
[أ- اشاره ضوئيه ب- تشغيلهم في وقت واحد ج- بالصوت د- كل ما سبق]

نموذج رقم (2)

السؤال الثاني : الخيارات الإجابة المتعددة لكل سؤال (٧) أو (٨) أو (٩) أو (١٠)

- 1- الحجم \times المسافة = الكتلة . ()
- 2- التزامن بين التحليل الحركي والتحليل للعضلات العاملة أثناء الأداء . ()
- 3- السرعة المتوسطة هي إذا تحرك بها الجسم حركه منتظمة فتره من الزمن قطع نفس المسافة في نفس الزمن . ()
- 4- عند استخدام الكيلوجرام في اعداد نموذج تخطيطي غير ملزم توافر علامات ارشاديه ضابطه . ()
- 5- ضروري ان تكون الكاميرات أثناء التصوير عموديه على اللاعب حتي اذا تحرك أثناء الأداء . ()
- 6- من اهم واجبات الميكانيكا الحيوية التحليل الحركي للأداء لأيجاد تدريبات مناسبة وتطوير الاداء . ()
- 7 - التحليل البيوميكانيكي ليس له نمط ثابت، ولا يتعلق بظروف اجرائه ومدى توافر الاجهزة والمعدات اللازمة له . ()
- 8 -- يجب التحرك بالكاميرا في اتجاه حركه اللاعب لمتابعه الأداء بدقة وليس شرط ان تكون ثابتة . ()
- 9- الكتلة هي كمية ما يحتويه الجسم من الفراغ . ()
- 10- تعين المعامل (k_w) الخاص بمعادلة حساب السرعة الزاوية $k_w = \frac{y \cdot 0.0175}{\beta}$. ()

(10 درجة)

السؤال الثالث :

احسب السرعات والعجلات الزاوية التي تحركت بها وصله الساعد بالنسبة لوصله العضد خلال اداء المرحلة الرئيسية للتمرير في كره السلة اذا كانت الزوايا المحصورة بينهما في الكادرات 2-4-6-8-10 على التوالي هي 45 - 55 - 60 - 95 - 120 درجة مع العلم ان سرعه تردد الكاميرا (60) كادر / ثانيه .

(10 درجة)

السؤال الرابع :

عند تحليل خطوه الجري لأحد العدائين في سباق 100 م عدو . وجد ان الاستناد الاول استغرق من (0-7) كادرات والطيران استغرق من (7-19) والاستناد استغرق (19-25) كادر فاذا كان سرعه تردد الكاميرا (100 كادر / ثانيه)

احسب التفاصيل الزمنية لمراحل هذه الحركة مع التوضيح بيانيا بكرونوجرام زاوى مع حساب نسبه مساهمه كل مرحله

مع تمنياتي بالتوفيق

د.م / ياسر غرابه

د.م / محمد الشرقاوي



امتحان تطبيقات في علم الحركة
(الفرقة الثالثة بنين / بنات) نموزج رقم (1)
الفصل الدراسي الاول - عام جامعي 2026/2025

السؤال الأول

- 1- علم الميكانيكا هو العلم الذي يدرس حركة وسكون الاجسام من الاجسام الدقيقة المتناهية في الصغر مثل حركة الذرات والالكترونات الي الشديدة الضخامة مثل حركة الكواكب [أ- علم الميكانيكا ب- التحليل الحركى ج- الديناميكا د- الاستاتيكا]
- 2- وهو علم وصفى يصف الحركة وصفا مجردا دون التعرض للقوى المسببة لها. [أ- السرعة ب- العجلة ج- الكيناميتيكا د- الحركة]
- 3- تنقسم الميكانيكا من حيث المادة موضوع البحث الي [أ- ميكانيكا الجسميات ب- ميكانيكا المرونة ج- ميكانيكا الموائع د- كل ما سبق]
- 4- علم تطبيقي القوانين والمبادئ الميكانيكية على سير الحركات الرياضية تحت شروط بيولوجية معينة. [أ- المسافة ب- الميكانيكا الحيوية ج- السرعة د- كل من (أ ، ب)]
- 5- عند استخدام لفظ في المجالات المختلفة للمعرفة الانسانية فانه يقصد بها الوسيلة المنطقية التي يجرى بمقتضاها تناول الظاهرة موضع الدراسة [أ- رصد ب- حركة ج- هندسه د- تحليل]
- 6 - يفضل لعرض التقسيم الزمني لفترات الحركة الدورانية المغلقة (مثل الجري)، [أ- الكرونجرام الخطى ب- الزمن ج- الكرونجرام الدائرى د- كل ما سبق]
- 7- اذا تحرك جسم في خط مستقيم (أى في اتجاه ثابت) قطع مسافات متساوية من أزمنة متساوية [أ- المسار ب- الكتلة ج- الحركة المنتظمة د- كل ما سبق]
- 8 - وهو العلم الذي يبحث في سكون واتزان الاجسام تحت تأثير القوى أو هو علم السكون. [أ- الاستاتيكا ب- الديناميكا ج- علم الحركة د- كل ما سبق]
- 9 - تعيين وحدة القياس الزاوية (ϕ) الملازمة للفترة الزمنية بين الكادرات من خلال المعادلة.....
[أ- $\phi = \frac{360}{n}$ ب- $\phi = \frac{180}{n}$ ج- $\phi = \frac{90}{n}$ د- كل ما سبق]
- 10- العجلة كالسرعة عباره عن كميته متجهه يجب ذكر [أ- اتجاهها ب- مقدارها ج- سرعتها د- مقدارها واتجاهها]

نموذج رقم (1)

السؤال الثاني : اختار الإجابة المناسبة لكل سؤال (√) أو (×) (10 درجة)

- 1- من اهم واجبات الميكانيكا الحيوية التحليل الحركي للأداء لإيجاد تدريبات مناسبة وتطوير الاداء . ()
- 2- التزامن بين التحليل الحركي والتحليل للعضلات العاملة اثناء الأداء . ()
- 3 - يجب التحرك بالكاميرا في اتجاه حركة اللاعب لمتابعه الأداء بدقة وليس شرط ان تكون ثابتة . ()
- 4- السرعة المتوسطة هي اذا تحرك بها الجسم حركة منتظمة فتره من الزمن قطع نفس المسافة في نفس الزمن . ()
- 5- عند استخدام الكينوجرام في اعداد نموذج تخطيطي غير ملزم توافر علامات ارشادية ضابطه . ()
- 6- تعين المعامل (k_w) الخاص بمعادلة حساب السرعة الزاوية $k_w = \frac{y \cdot 0.0175}{\beta}$. ()
- 7- الحجم \times المسافة = الكتلة . ()
- 8- الكتلة هي كمية ما يحتويه الجسم من الفراغ . ()
- 9- ضروري ان تكون الكاميرات اثناء التصوير عمودية على اللاعب ولو بيتحرك اثناء الأداء . ()
- 10 - التحليل البيوميكانيكي ليس له نمط ثابت، ولا يتعلق بظروف اجرائه ومدى توافر الاجهزة والمعدات اللازمة له . ()

(10 درجة)

السؤال الثالث :

عند تحليل خطوه الجري لأحد العدائين في سباق 100 م عدو . وجد ان الاستناد الاول استغرق من (0-7) كادرات والظيران استغرق من (7-19) والاستناد استغرق (19-25) كادر فاذا كان سرعه تردد الكاميرا (100 كادر / ثانيه) .

احسب التفاصيل الزمنية لمراحل هذه الحركة مع التوضيح بيانيا بكونو جرام زاوى مع حساب نسبه مساهمه كل مرحله

(10 درجة)

السؤال الرابع :

احسب السرعات والعجلات الزاوية التي تحركت بها وصله الساعد بالنسبة لوصله العضد خلال اداء المرحلة الرئيسية للتمرير في كره السلة اذا كانت الزوايا المحصورة بينهما في الكادرات 2-4-6-8-10 على التوالى هي 45 - 55 - 60 - 95 - 120 درجة مع العلم ان سرعه تردد الكاميرا (60) كادر / ثانيه .

مع تمنياتى بالتوفيق

د.م. ياسر غرابه

د.م. محمد الشرقاوي

مقرر اختياري (١) (مسابقات الميدان والمضمار)

(مسابقات مركبة)

المستوى الثالث

الفصل الدراسي الأول 2026/2025

تاريخ الاختبار/الأحد - 2025/12/28

زمن الاختبار / ساعتان



جامعة طنطا

كلية علوم الرياضة

قسم مسابقات الميدان والمضمار

نموذج (3)

رقم الجلوس:

اسم الطالب:

عزيزي/ عزيزتي الطالب ة استعن بالله وأجب عن الأسئلة التالية:

السؤال الأول:

تعتبر المسابقات المركبة أكثر مسابقات العاب القوى صعوبة وتعقيداً، حيث تحتوي على العديد من سباقات الجري والوثب والرمي، بالإضافة إلى أنها تؤدي خلال يوم أو يومين على الأكثر وتتطلب نوعاً معيناً من اللاعبين واللاعبات تتوافر فيهم مواصفات جسمانية خاصة وقدرات بدنية عالية، فمن خلال دراستك تناول ما يلي بالشرح:

1. أنواع المسابقات المركبة وترتيبها خلال أيام المنافسة. (٥ درجات)
2. التجهيزات والمعدات الخاصة بمسابقي المركب. (٥ درجات)
3. العوامل المؤثرة في مستوى انجاز متسابق المركب. (٥ درجات)

السؤال الثاني:

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة: (١٠ درجات)

م	العبارة	الإجابة
1.	يرتقي لاعب الوثب العالي بالطريقة الظهرية بالقدم القريبة من العارضة.	()
2.	تعد المحاولة فاشلة في دفع الجلة إذا خرج اللاعب عن الإطار المعدني لدائرة الجلة.	()
3.	أي متسابق يتخلف عن البدء في إحدى المسابقات أو فشل في أداء محاولة في واحدة من المسابقات فلا يسمح له بالمشاركة في المسابقات التالية.	()
4.	مع نهاية مرحلة التسارع واكتساب السرعة الضرورية يزيد ميل الجذع للأمام في مسابقة عدو ١٠٠ متر.	()
5.	تعتبر قوة الدفع لقدم الارتكاز في سباق جري ٨٠٠ متر من الخصائص الميكانيكية المؤثرة على انجاز السباق.	()
6.	تعتبر القوة المميزة بالسرعة للذراعين من عناصر اللياقة البدنية لمسابقة دفع الجلة.	()
7.	تبدأ مرحلة الارتقاء في الوثب العالي بمرحلة الدفع وفرد رجل الارتقاء.	()
8.	في حالة حدوث عقدة يكون الفائز هو الحاصل على أعلى نقاط في أكثر عدد من المسابقات بين المتسابقين الآخرين المتساوين معه في العقدة.	()
9.	يصنح لاعب الوثب الطويل ان يكون من لاعبي المسافات الطويلة.	()
10.	إذا كان عدد اللاعبين أكثر من ٨ لاعبين فلكل لاعب ٦ محاولات في الوثب العالي.	()

السؤال الثالث:

اختر الإجابة الصحيحة من بين الاختيارات التالية:

(١٥ درجة)

1. أهم العناصر البدنية الخاصة التي يجب أن يتميز بها متسابق جري ٨٠٠ متر هي: أ- السرعة ب- قوة التحمل ج- أ ، ب معاً.
2. تقاس المسافة التي أحرزها اللاعب في مسابقة دفع الجلة: أ. اول أثر تركته الجلة عند سقوطها. ب. اخر أثر تركته الجلة بعد توقفها. ج. المكان الذي توقفت فيه الجلة بعد تدرجها.
3. يجب على المتنافس أن يبدأ عملية الرمي من وضع داخل الدائرة. أ. الثبات. ب. الحركة. ج. الدوران.
4. يتم ترتيب المتسابقين في مسابقة رمي الرمح بـ أ. أولوية التسجيل. ب. القرعة. ج. السن.
5. يرسم خطان على امتداد القوس أ. طول كل منهما ٧٥ سم ويعرض ٧ سم. ب. طول كل منهما ٧٠ سم ويعرض ٦ سم. ج. طول كل منهما ٦٥ سم ويعرض ٤ سم.
6. شكل مقطع الرمي في دفع الجلة على شكل أ. مربع ب. مكعب. ج. شكل ٧
7. مرحلة جري المسافة في سباق جري ٨٠٠ متر تبدأ بعد انتهاء الجري السريع في المنحنى أ. الأول ب. الثاني ج. الثالث
8. الخطوات الفنية للبدء المنخفض هي أ. مرحلة الاستعداد (استعد)، مرحلة التحضير (خذ مكانك)، مرحلة الدفع (طلقة البداية) ب. مرحلة التحضير (خذ مكانك)، مرحلة الاستعداد (استعد)، مرحلة الدفع (طلقة البداية). ج. مرحلة التحضير (خذ مكانك)، مرحلة الدفع (طلقة البداية)، مرحلة الاستعداد (استعد).
9. تعتبر الطريقة السرجية من أنواع طرق الأداء في تعدية العارضة في أ. الوثب الطويل. ب. الوثب العالي. ج. القفز بالزانة.
10. في حالة عدم توفر معدات التوقيت الالكتروني يتم اخذ زمن كل متسابق بواسطة أ. واحد مقياتي مستقل. ب. اثنين مقياتيين مستقلين. ج. ثلاثة مقياتيين مستقلين.
11. عدد حارات في سباق المسافات الطويلة في الالعاب الأولمبية أ. 8 حارات ب. 5 حارات. ج. 6 حارات.
12. لا تقل المسافة بين لوحة الارتقاء ونهاية منطقة الهبوط في الوثب الطويل عن أ. ٢٠ م ب. ١٠ م ج. ١٥ م.
13. يقوم اللاعب بعمل تكور في دفع الجلة استعدادا لمرحلة أ. الميزان ب. وقفة الاستعداد ج. الزحف.
14. اذا قام اللاعب بعمل شقلبات اودورانات في الهواء في مسابقة الوثب الطويل تعتبر من أ. الأخطاء الشائعة. ب. المحاولات الفاشلة. ج. المراحل الفنية.
15. طول طريق الاقتراب في الوثب الطويل أ- (30-35) متر ب- (40-45) متر ج- (50-55) متر

مع تمنياتي لكم بدوام التوفيق والنجاح ،،،

أستاذ المقرر

أ.د/ إيهاب محمد فهميم
أ.د/ وفاء علي مبروك



جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم مناهج وطرق تدريس التربية البدنية

امتحان مادة تكنولوجيا التعليم فى التربية الرياضية وتطبيقاتها
المستوى الثالث (بنين/ بنات) (برنامج التربية الرياضية)
للعام الدراسي ٢٠٢٥/٢٠٢٦

زمن الامتحان: ساعتان

الدرجة / ٤٠ درجة

(النموذج الاول)

أولاً: أسئلة الاختيار من متعدد:

١. تكنولوجيا التعليم :
أ. تشمل جميع الوسائل المتوفرة لتنفيذ العملية التعليمية
ب. تقتصر على الكمبيوتر
ج. هي مجرد استخدام الأساليب الحديثة فى العملية التعليمية
د. إتباع منهج وأسلوب فى العمل تسير فى خطوات غير منظمة
٢. من خصائص التكنولوجيا :
أ. علم مستقل بذاته له أصوله وقواعده وأهدافه ونظرياته
ب. عملية غير ديناميكية
ج. علم مرتبط بالتشخيص
د. ذات تطوير متباعد
٣. دور الوسائل التعليمية فى تحسين عملية التعليم والتعلم :
أ. تساعد فى تنويع أساليب الحياة التي تؤدي إلى تثبيت الاستجابات الصحيحة.
ب. تساعد على تنويع أساليب التعليم لمواجهة الفروق الفردية بين المتعلمين
ج. تؤدي إلى تشتت الأفكار التي يكونها المتعلم
د. تؤدي إلى تعديل السلوك وتكوين الاتجاهات القديمة
٤. فوائد الحقيبة التعليمية
أ. تساعد على حل مشكلة الانفجار المكاني وتزايد أعداد المتعلمين
ب. تنمي تفكير المتعلم وتنمي لديه الدافعية نحو التعلم
ج. توصيل الاسئلة الجديدة إلى المتعلمين كل وفق قدراته واحتياجاته
د. لا تناسب استعدادات وقدرات واحتياجات المتعلم.
٥. ظل استخدام التكنولوجيا اصبح دور المتعلم محورياً أساسياً فى عملية التعلم من خلال:
أ. البحث والاستقصاء فى مصادر المعلومات المرتبطة بموضوع التعلم
ب. البعد عن المعلومات لتحقيق الأهداف التعليمية
ج. تحديد مدي مناسبة القصص المرتبطة بموضوع التعلم
د. عدم ترتيب المعلومات وتنظيمها بتسلسل منطقي
٦. مكونات الوسائط المتعددة :
أ. النص والمعرفة
ب. الصوت والمهارة
ج. لفيديو والصورة
د. الصورة والنشاط
٧. الرسوم التعليمية هي أكثر أنواع الوسائل التعليمية استخداماً لخدمة عملية التعليم والتعلم وذلك:
أ. لانها مواد مرسومة سواء ثابتة أو متحركة تصمم من أجل تسويقها
ب. صعوبة التعامل معها، وإعدادها وإنتاجها.
ج. توضح التسلسل الحركي لمهارات الأنشطة الرياضية المختلفة
د. صعوبة الحصول عليها، وعدم توافرها
٨. من نتائج الثورة المعرفية:
أ. ظهور مجالات تكنولوجية جديدة
ب. نمو المعرفة وقلة كم المعلومات وتضاعفها
ج. ظهور تخصصات اقتصادية وتصنيفات جديدة للمعرفة
د. تضاعف جهود البحث الفكري
٩. من خطوات اعداد الرسوم التعليمية :
أ. تحديد الأهداف وصياغتها على شكل سلوك لا يمكن قياسه
ب. دراسة وتحليل الادوات
ج. تحديد أسلوب البحث
د. مرحلة التنفيذ
١٠. من الأسباب التي دعت إلى استخدام الوسائل وتكنولوجيا التعليم فى العملية التعليمية :
أ. التقلب على النقص فى إعداد المعلمين
ب. مواجهة الأمن
ج. عدم إثارة دافعية الطلاب
د. التطور فى الإعلام

ثانياً: اسئلة صح وخطأ:

()	١. خصائص التكنولوجيا انها علم مستقل بذاته له أصوله وقواعده وأهدافه ونظرياته.....
()	٢. تحتوي الحقبة التعليمية على أنشطة حركية ووسائل تعليمية، تجعل المعلم اقل نشاطاً وفعالية في عملية التعلم.....
()	٣. تصاغ الأهداف السلوكية بشكل يوضح للمتعلم ما سيقوم به خلال أو بعد الانتهاء من الحقبة التعليمية.....
()	٤. تكنولوجيا التربية هي منظومة لتصميم العملية التعليمية وتنفيذها وتقييمها وفق أهداف محددة.....
()	٥. التكنولوجيا هي مجرد اقتناء أدوات وأجهزة أكثر منها إيجاد الحلول للمشكلات.....
()	٦. تكنولوجيا التعليم موجهة إلي القائمين بالعملية التعليمية، ولكل ذو صلة بالشأن التربوي.....
()	٧. من الأسباب التي دعت إلى استخدام الوسائل وتكنولوجيا التعليم في العملية التعليمية قلة عدد السكان.....
()	٨. التكنولوجيا طريقة التفكير في استخدام المعارف والمعلومات والمهارات بهدف الوصول لإشباع حاجة الإنسان وزيادة قدراته.....
()	٩. التكنولوجيا هي نتيجة وليست وسيلة.....
()	١٠. التكنولوجيا فن لانها الاستخدام المنظم والأمثل لتطبيق نتائج البحث العلمي، ونظرياته.....
()	١١. التكنولوجيا هي التطبيق المنظم للمعرفة العلمية.....
()	١٢. تهدف تكنولوجيا التعليم الى التعرف على الأوسائل والمعدات التعليمية وكيفية التعامل معها.....
()	١٣. تكنولوجيا التعليم تدل علي تنظيم عملية التعليم والتعلم، والظروف المتصلة بها.....
()	١٤. التكنولوجيا علم لانها طريقة ومنهج للتفكير بهدف الوصول إلي إيجاد حلول للمشكلات في جميع مناحي الحياة.....
()	١٥. دور الوسائل التعليمية في تحسين عملية التعليم والتعلم تؤدي إلى تشتت الأفكار التي يكونها المتعلم.....
()	١٦. تهدف تكنولوجيا التعليم الى تنمية القدرات العقلية والتفكير الابتكاري في تطوير الأداء المهاري للأنشطة المختلفة.....
()	١٧. المدخلات هي العمليات والطريقة المنهجية المنظمة التي تعالج تشكيل النتائج.....
()	١٨. تهدف تكنولوجيا التعليم الى زيادة التشويق والسرور خلال تنفيذ العملية التعليمية لكل من التلميذ والمعلم.....
()	١٩. تهدف تكنولوجيا التعليم الى زيادة الثقة بالنفس والقدرة علي تصميم وتطوير الجانب الاجتماعي.....
()	٢٠. الحقبة التعليمية تمزج وبطريقة متكاملة بين عمليات التعلم وعمليات التقويم في وقت واحد.....
()	٢١. دور الوسائل التعليمية في تحسين عملية التعليم والتعلم إثراء التعليم.....
()	٢٢. دور الوسائل التعليمية في تحسين عملية التعليم والتعلم تساعد علي تكوين المفاهيم الخاطئة.....
()	٢٣. التكنولوجيا هي التطبيق النظامي للمعرفة العلمية، أو معرفة منظمة من أجل أغراض عملية.....
()	٢٤. دور الوسائل التعليمية في تحسين عملية التعليم والتعلم زيادة خبرة المتعلم مما يجعله اقل استعداداً للتعلم.....
()	٢٥. تهدف تكنولوجيا التعليم الى تنمية القدرات العقلية والتفكير الابتكاري في تحديد مشكلات الأنشطة المختلفة.....
()	٢٦. قوة التكنولوجيا تكمن في امتلاكها وليس مجرد كيفية ادراكها وكيفية توظيفها.....
()	٢٧. المخرجات وهي النتيجة النهائية في شكل نظام كامل وجاهز للاستخدام كحلول للمشكلات.....
()	٢٨. من الأسباب التي دعت إلى استخدام الوسائل وتكنولوجيا التعليم في العملية التعليمية الإنفجار السكاني.....
()	٢٩. من الأسباب التي دعت إلى استخدام الوسائل وتكنولوجيا التعليم في العملية التعليمية عدم تغير دور المعلم.....
()	٣٠. التكنولوجيا جهد وفكر أنساني وتطبيق المعلومات والمهارات لحل مشكلات الإنسان وإشباع حاجاته.....

السؤال المقالى:

- تناول مفهوم تكنولوجيا التعليم بالشرح مع ذكر خصائصها.
أرجو من الله التوفيق

العام الجامعى : ٢٠٢٥ / ٢٠٢٦ م
الدرجة الكلية للإمتحان : ٤٠ درجة
زمن الإمتحان : ساعتان



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم الإدارة والترويج الرياضى

إمتحان مادة البرامج الترويحية (١)
الفصل الدراسى الأول
المستوى الثالث (بنين ، بنات)
برنامج الترويج الرياضى
نموذج (أ) (الأسئلة على وجهى الصفحة)

درجة السؤال / ١٣ درجة

السؤال الأول :-

- حدد الإجابة المناسبة من الإختيارات التالية :-
- ١- لنجاح البرامج الترويحية يجب الحرص على
أ- التخطيط العشوائى. ب- الإختيار الجيد للأنشطة.
ج- التركيز على الريح.
 - ٢- يتحول النشاط إلى نشاط غير ترويحى عندما
أ- يتم داخل المؤسسة. ب- يتطلب جهد بدنى.
ج- يفقد عنصر الإختيار.
 - ٣- مقدمى الخدمات الترويحية الغير نظاميين يتضمن
أ- الجمعيات الخيرية. ب- منظموا الرحلات.
ج- الأندية.
 - ٤- المرحلة الأخيرة فى تنظيم البرامج الترويحية هي
أ- التخطيط. ب- التنفيذ.
ج- التقييم.
 - ٥- الدور الأساسى للقائد الترويحى هو
أ- تنفيذ الأنشطة فقط. ب- توجيه الخبرة التربوية.
ج- الإدارة المالية.
 - ٦- التقدم التكنولوجى أدى إلى
أ- تقليل وقت الفراغ. ب- زيادة وقت الفراغ.
ج- إلغاء الترويج.
 - ٧- أى من التالى ليس من أهداف البرامج الترويحية
أ- نشر الثقافة الرياضية. ب- زيادة التكاليف المادية.
ج- جميع ما سبق.
 - ٨- الهدف التربوى الغير مباشر للبرامج الترويحية يتمثل فى
أ- شغل وقت الفراغ. ب- بناء القيم والإتجاهات.
ج- التنافس.
 - ٩- عند تنظيم البرامج الترويحية يجب مراعاة
أ- عدد المشاركين. ب- المكان المناسب.
ج- جميع ما سبق.

- ١٠- أى مما يلى يُعد شرطاً أساسياً لنجاح البرنامج الترويحي
- أ- طول زمن التنفيذ. ب- كثرة الأنشطة.
- ج- توافق الأهداف مع الميول.
- ١١- التخطيط الفعال للبرنامج الترويحي يبدأ من
- أ- إختيار الأنشطة. ب- وضع الجدول الزمنى.
- ج- تحديد الأهداف.
- ١٢- الأنشطة القرائية تُعد من الأنشطة الترويحية
- أ- الرياضية. ب- الثقافية.
- ج- الخلوية.
- ١٣- من مقدمي البرامج الترويحية
- أ- المصانع. ب- الشركات.
- ج- المؤسسات الرياضية.

السؤال الثانى :-

درجة السؤال / ١٣ درجة

حدد الإجابة المناسبة من (صح) أم (خطأ) :-

- ١- التخمين يساعد فى نجاح البرامج الترويحية.
- ٢- يُعد الدافع الذاتى شرطاً أساسياً لإعتبار النشاط ترويحياً.
- ٣- الهدف الأساسى من النشاط الترويحي هو الكسب المادى.
- ٤- البرامج الترويحية تؤثر على العلاقات الإجتماعية بين المشاركين.
- ٥- يمكن تنفيذ البرنامج الترويحي بنجاح دون تخطيط مسبق إذا كان القائد كفاء.
- ٦- كل نشاط يُمارس فى وقت الفراغ يصنف بالضرورة كنشاط ترويحي.
- ٧- البرامج الترويحية الناجحة تُهمل الفروق الفردية.
- ٨- الإفراط فى ممارسة الأنشطة الترويحية يمكن أن يؤدي إلى فقدان قيمته التربوية.
- ٩- التخطيط السيئ قد يؤدي إلى فشل البرامج الترويحية.
- ١٠- البرامج الترويحية لا يمكن تعديلها لتناسب الإمكانيات المتاحة.
- ١١- من الأهمية الإقتصادية للبرامج الترويحية التركيز على زيادة الربح.
- ١٢- يهدف التقويم فى البرامج الترويحية إلى الحكم النهائى فقط.
- ١٣- البرامج الترويحية لها نفس الأهداف والمحتوى.

السؤال الثالث :-

درجة السؤال / ١٤ درجة

- إذكر خطوات بناء البرنامج الترويحي مع شرح خطوتين منها .

مع أطيب التمنيات بالتوفيق ؛

رقم كود المقرر:		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ساعتان		كلية التربية الرياضية
النهاية العظمى: ٧٠ درجة		قسم التدريب وعلوم الحركة الرياضية
الفرقة : الثالثة "تدريب رياضي" نموذج : (أ)		
اجابه الامتحان النظري لمقرر: تكنولوجيا التدريب الرياضي		
للعام الجامعي: ٢٠٢٥ / ٢٠٢٦		

السؤال الاول : (٢٠ درجات)

ضع علامة صح امام العبارة الصحيحة وعلامة امام العبارة الخاطئة

١. تقتصر أهداف تكنولوجيا التدريب الرياضي على تحسين الجوانب البدنية للاعبين فقط، ولا علاقة لها بتطوير المهارات الفنية
()
٢. تعد لغات البرمجة R و Python من الأدوات الحديثة التي يمكن استخدامها في تحليل لقطات الفيديو وتطوير نماذج تنبؤية للأداء الرياضي
()
٣. تطبيقات التدريب مثل Strava و MyFitnessPal تُستخدم فقط لعد الخطوات ولا توفر أي ميزات لتصميم برامج تدريب مخصصة
()
٤. يساهم نظام الفيديو المساعد (VAR) في زيادة دقة القرارات التحكيمية، ولكنه قد يؤدي إلى إحباط الجماهير بسبب التأخير في اتخاذ القرار
()
٥. تستخدم أجهزة التحفيز الكهربائي (Electrical Stimulation) فقط لتحضير اللاعبين للمسابقات، ولا يمكن استخدامها في العلاج الطبيعي أو التعافي
()
٦. تعتبر "التكلفة والتوفر" من العوامل الأساسية المؤثرة في اتخاذ قرار استخدام تكنولوجيا معينة في منظومة التدريب الرياضي
()
٧. من مجالات الذكاء الاصطناعي في الرياضة المساعدة في اكتشاف المواهب الرياضية وخفض تكاليف تشغيل الفعاليات الكبرى
()
٨. تتيح تقنيات الواقع الافتراضي (VR) للرياضيين محاكاة بيئات المنافسة والتدريب بشكل غامر يحاكي الواقع
()
٩. تسمح أجهزة تتبع اللياقة البدنية (Fitness Trackers) مثل Apple Watch بمراقبة المؤشرات الحيوية مثل معدل ضربات القلب ودرجات الحرارة
()
١٠. تعتبر "الخصوصية وحماية البيانات" من أبرز القضايا الأخلاقية التي تواجه استخدام التكنولوجيا الحديثة في المجال الرياضي
()

السؤال الثاني :

(20 درجة)

- ١- ما هو البرنامج الذي يُعد نظاماً متقدماً لتحليل الفيديو وتتبع اللاعبين وتطوير استراتيجيات اللعب؟
Microsoft Word (أ)
Adobe Photoshop (ج)
SportsCode (ب)
Microsoft Excel (د)
- ٢- تساعد البيانات الكبيرة (Big Data) المدربين بشكل أساسي في:
زيادة مدة المباريات (أ)
تخصيص برامج التدريب والتنبؤ بالأداء بناءً على التاريخ الرقمي (ب)
استبدال المدربين بالكامل (ج)
تقليل عدد اللاعبين في الفريق (د)
- ٣- أي من التطبيقات التالية يقدم تمارين تدريبية مخصصة ومقاطع فيديو توضيحية لمختلف مستويات اللياقة؟
Strava (أ)
Nike Training Club (ب)
Power BI (ج)
Tableau (د)
- ٤- يشير المصطلح التكنولوجي (VAR) في مجال التحكيم الرياضي إلى:
نظام الواقع المعزز (أ)
نظام تحليل السرعة الحيوية (ج)
نظام الفيديو المساعد للحكم (ب)
نظام تتبع الكرة الرقمي (د)
- ٥- تُصنف الساعات الذكية (Smartwatches) وأجهزة قياس نبض القلب كنوع من:
تكنولوجيا الواقع الافتراضي (أ)
تكنولوجيا القابلة للارتداء (Wearable Technology) (ب)
أنظمة البث التلفزيوني (ج)
تكنولوجيا الملاعب الذكية (د)
- ٦- تُستخدم أجهزة مثل (Kinect) في التدريب الرياضي بغرض:
قياس درجة حرارة الجو (أ)
تحليل الحركة وتقييم الشكل الفني الصحيح للأداء (ب)
التواصل بين الجماهير (ج)
حساب الميزانية المالية للنادي (د)
- ٧- بدأ ظهور التكنولوجيا الرقمية وبرامج تحليل الأداء بشكل ملحوظ في المجال الرياضي خلال فترة:
الخمسينيات (أ)
السبعينيات والثمانينيات (ب)
مطلع القرن التاسع عشر (ج)
عام 2023 فقط (د)
- ٨- من اللغات البرمجية المستخدمة في تحليل المتغيرات الحركية وتطوير نماذج تنبؤية في المجال الرياضي:
CSS وHTML (أ)
Python وR (ب)
Kotlin و Swift (ج)
SQL و PHP (د)
- ٩- الهدف من استخدام التقنيات المستخدمة في تصنيع الملابس والأحذية الرياضية هو:
زيادة الوزن لزيادة القوة (أ)
تقليل الأثر البيئي وتعزيز المسؤولية الاجتماعية (ب)
جعل المعدات مخصصة للاستخدام مرة واحدة فقط (ج)
منع اللاعبين من تغيير أحذيتهم (د)
- ١٠- من الآثار السلبية المحتملة لتطور الذكاء الاصطناعي في الرياضة وفقاً للمحاضرات:
زيادة سرعة اللاعبين (أ)
البطالة الجزئية لبعض الوظائف الرياضية والغش الرياضي (ب)
تحسين دقة البث التلفزيوني (ج)
توفير مياه الشرب في الملاعب (د)

السؤال الثالث:

(٣٠ درجة)

- أ- السياسات الحكومية والتنظيمية وتأثيرها على استخدام التكنولوجيا في الرياضة.
ب- القضايا الأخلاقية المتعلقة باستخدام التكنولوجيا، مثل المنشطات واستخدام البيانات.
ج- ماهي الجوانب المتعلقة باستخدام التكنولوجيا في عملية التدريب

مع التمنيات بالتوفيق

زمن الامتحان: ساعتان
النهاية العظمى: 70 درجة
الفرقة: الثالثة لائحة 2014



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم التدريب وعلوم الحركة الرياضية

الامتحان النظري لمقرر الميكانيكا الحيوية في المجال الرياضي

العام الجامعي 2025 / 2026

السؤال الأول: (30 درجة)

في ضوء دراستك لمادة الميكانيكا الحيوية في المجال الرياضي، اجب عما يلي:-

- 1- عرف الميكانيكا الحيوية في المجال الرياضي.
- 2- تكلم عن التقسيمات المختلفة للميكانيكا الحيوية في المجال الرياضي.

السؤال الثاني: (40 درجة)

اذكر انواع المفاصل في جسم الانسان مع شرح المفاصل حرة الحركة بالتفصيل.

مع أهديب (الأمنيات بالتوفيق)،،



كلية علوم الرياضة

قسم علوم الصحة الرياضية

الزمن : ساعتان

التاريخ: 11 / 1 / 2026 – الدرجة الكلية: 40 درجة

إمتحان مادة القوام والتدليك

الفرقة الثالثة لائحة 2014م

عام جامعي 2026/2025م

(20 درجة)

السؤال الأول : أذكر فقط؟

1. موصفات – إشتراطات القوام الجيد.....؟
2. إنحرافات العمود الفقري - طرف علوى؟
3. إنحرافات للعمود الفقري - طرف سفلى.....؟
4. أهمية القوام الجيد وتأثيراته المختلفة؟

(20 درجة)

السؤال الثاني : تكلم عن؟

1. إنحراف (الإنحناء الجانبي للعمود الفقري) ؟
2. إنحراف (فلطحة القدمين) ؟

أطيب الأمنيات بالنجاح الباهر،،

وآله التوفيق،،،

الفرقة : الثالثة (بنين – بنات) لائحة ٢٠١٤		جامعة طنطا
الدرجة العظمى: ٧٠		كلية علوم الرياضيه
زمن الامتحان: ساعتان		قسم علم النفس الرياضي

نموذج (أ)

امتحان مادة علم الاجتماع الرياضي (الفصل الدراسي الأول)

للعام الجامعي ٢٠٢٥م / ٢٠٢٦م

اجب عن الأسئلة الآتية :

السؤال الأول : ضع علامة (√) أو (x) أمام العبارات الآتية (٤٠ درجة)

()	١ القيادة الفعالة داخل الفريق الرياضي من العوامل التي تؤدي إلى تماسك جماعة الفريق الرياضي .
()	٢ الجماعة هي التي تضع للإنسان أسس إشباع حاجاته .
()	٣ القياس السسيومتري يعتمد على التعرف على العلاقات القائمة على المودة والتعاطف والتي يعبر عنها أعضاء الفريق .
()	٤ ديناميات الفريق الرياضي تعطي مؤشراً لتماسكه .
()	٥ التفاعل الإجتماعي للفريق هو الذي يحدد إستقرار الفريق .
()	٦ العلاقات المتبادلة بين جماعتين رياضيتين من أنواع التفاعل الإجتماعي في الرياضة .
()	٧ مرحلة المقاومة من أصعب مراحل تكوين الفريق .
()	٨ من طرق قياس تماسك جماعة الفريق الرياضي الملاحظة المباشرة .
()	٩ تستخدم عملية التربية في تنشئة الأفراد إجتماعياً .
()	١٠ من اهمية علم الاجتماع الرياضي تعريف المدرب الرياضي بأساليب التفاعل الإجتماعي بين اللاعبين .
()	١١ الجماعة هي مجموعة من الأفراد يجب أن يشتركون في جميع الصفات .
()	١٢ تستخدم القياسات الفسيولوجية لقياس الحالة النفسية للاعبين .
()	١٣ نظرية التحليل النفسي من النظريات المفسرة للقيادة .
()	١٤ مرحلة بداية التشكيل هي المرحلة التي يتبدل فيها السلوك العدواني لسلوك تعاوني .
()	١٥ غالباً ما يوجد تقارب اجتماعي بين الرئيس والجماعة .
()	١٦ التنشئة الإجتماعية تمثل الأفكار والعادات والتقاليد والأنماط السلوكية .
()	١٧ يجب أن تقتصر جاذبية الجماعة وتهيئة المناخ المناسب للفريق على كل من المدرب والفريق .
()	١٨ من أهم سمات القائد الجيد السمات العقلية والمعرفية فقط .
()	١٩ المبادأة والابتكار والطموح من خصائص التنشئة الإجتماعية .
()	٢٠ في القيادة السلبية يحدد القائد الأساليب والتفاعلات واحدة بعد الأخرى .

(٣٠ درجة)

السؤال الثاني: اشرح بالتفصيل ما يلي

أ- أساليب القيادة في المجال الرياضي ؟

ب- أهم العوامل التي تؤدي إلى تماسك جماعة الفريق الرياضي ؟

مع اطيب تمنياتنا بالنجاح ،،،،

الفرقة : الثلاثة
الزمن : ساعتان
المادة : الترويج وأنشطة الخلاء
والتربية الكشفية

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم الادارة والترويج الرياضي

السؤال الأول : اختر الإجابة الصحيحة

- 1- من أهداف ممارسة الترويج الخلوي
(تنمية الميول الشخصية – النزاهات والرحلات – وسيلة للتدريب – تقليم الأشجار)
- 2- من أجود أنواع النيران لهبها قوي ودخانها قليل
(النار الهرمية – النار النجمية – النار المنعكسة – النار المتقاطعة)
- 3- تستخدم في توصيل حبلين ببعض نوعهما وسمكهما واحد
(العقدة التوافقية – عقدة التوصيل المزدوجة – العقدة التقصيرية – العقدة الأفقية)
- 4- الدورة التي تستخدم لعمل علم أو دعامة كوبري مغلق
(الدورة المعنية – الدورة المربعة – الدورة المقصية – الدورة الثلاثية)
- 5- خيمة خفيفة وسعتها شخص واحد أو شخصين وسهلة النصب والحمل
(الخيمة المنشورية – خيمة القبة – الخيمة الشخصية – الخيمة المربعة)

السؤال الثاني : ضع علامة (√) أو (x) مع تصحيح الخطأ

- 1- يساهم الترويج في تنمية المواطنة الجيدة ودعم الديمقراطية ()
- 2- يشمل الترويج الاجتماعي الأنشطة التي يستمتع بها الفرد مقابل مبلغ من المال نظيراً لمشاركته ()
- 3- من أهداف الترويج الخلوي تنمية الجوانب الوجدانية والصحية ()
- 4- أنشطة العلوم الطبيعية من مناشط الترويج الخلوي في مصر ()
- 5- يقصد بالجوال أن يخرج الممارس للطبيعة في رحلات طويلة يوميين فأكثر ()

السؤال الثالث :

يعتبر الترويج الخلوي من أهم أنواع الترويج فهو يتم في الخلاء حيث الطبيعة بكل مناظرها الخلابة وكل عناصرها التي تتحقق الاستجمام و السعادة للفرد ، كما أن المعسكرات من أهم مناشط الترويج لما توفره من فرص طبيعية للتفاعل الايجابي مع الآخرين من خلال دراستك للترويج وأنشطة الخلاء تكلم عن :

- 1- مميزات الأنشطة الترويجية في الخلاء .
- 2- معوقات ممارسة الأنشطة الترويجية في الخلاء .
- 3- أهداف المعسكرات وأنواعها والشروط الواجب توافرها في المعسكر .
- 4- أذكر أسس تخطيط برنامج المعسكر .
- 5- يمر المعسكر بعدة مراحل منها الاعداد والاقامة ومرحلة التقييم .. تكلم بإيجاز عن مرحلة الاعداد للمعسكر .

مع تمنياتي بالنجاح

جامعة طنطا		كود المقرر : 4104ع
كلية التربية الرياضية		زمن الامتحان : ساعتان
قسم الجميز والتمرينات والتعبير الحركى والعروض الرياضية		النهاية العظمى : 40 درجة
		الفرقة الثالثة بنين
الامتحان النظري لمقرر العروض الرياضية		
الفصل الدراسي الأول العام الجامعي 2025 / 2026 م دور يناير 2026		

سؤال الأول : (15 درجة)

نعتبر العروض الرياضية واجهة حضارية للمجتمعات " في ضوء هذه العبارة.

- اذكر مكونات العرض الرياضي ثم اشرح تشكيل الدخول بالتفضيل موضحا ذلك بالرسم كلما أمكن . (7 درجات)
- عرف كلا من التشكيل - التكوين - التشكيل الختامي. (3 درجات)
- وضح أقسام و أنواع التشكيلات في العروض الرياضية مبينا ذلك بالرسم. (5 درجات)

سؤال الثاني : (15 درجة)

- أ - اذكر في نقاط محددة الخطوات التي يجب اتباعها للتدرج في تعليم التمرين حتى يصل إلى مرحلة الإتقان والتثبيت. (5 درجات)
- ب - اشرح بالتفصيل قواعد كتابة التمرينات الزوجية. (5 درجات)
- ج- وضح العروض الرياضية الأخرى التي تؤدي في بعض الأحيان في أماكن غير الملاعب المفتوحة ثم تكلم عن إحداها بالتفصيل. (5 درجات)

سؤال الثالث : (10 درجات)

- أ- ضع علامة (صح) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (خطأ) أمام العبارة الخاطئة. (5 درجات)
- 1- من أهم عوامل نجاح العرض الرياضي أن تكون فكرته مستقلة عن الهيئة التي تنظمه ولا ترتبط بالمناسبة التي يتم عرضه فيها. ()
- 2- تشكيل الخروج هو الجزء الأخير من مكونات العرض الرياضي. ()
- 3- يتضمن التحضير للعروض الرياضية نواحي تنظيمية إدارية وأخرى فنية. ()
- 4- مرحلة إتقان وتثبيت التمرين أول وأهم مراحل التعلم الحركي في التمرينات. ()
- 5- التدريب المنتظم والمستمر للعروض الرياضية يؤدي إلى تطوير الصفات البدنية والإرتقاء بالأداء الحركي. ()
- ب- اختر الإجابة الصحيحة من بين الأقواس. (5 درجات)
- 1- هو العملية التي يستطيع من خلالها المتعلم تكوين قابلية حركية جديدة أو تبديل القابلية الحركية. (التعلم الهادف - التعلم - التعلم الحركي - التعلم الجيد - كل ماسبق)
- 2- من الاتجاهات التي يتخذها الزميل في الوضع الابتدائي بالنسبة لزميله بالتمرينات الزوجية. (مواجهة-مواجه الجنب-مواجه الظهر-كل ماسبق)
- 3- في هذه المرحلة يقوم المدرس بدور رئيسي في تعليم التمرين واختيار أنسب الطرق لتوجيه وإرشاد التلميذ. (الطريقة الكلية-مرحلة اكتساب التوافق الجيد للتمرين-الطريقة الجزئية-كل ماسبق)
- 4- من مميزات التمرينات الزوجية (لا تتطلب إمكانيات خاصة - تلائم الجنسين - تناسب جميع المراحل - جميع ما سبق)
- 5- في مرحلة التوافق الأولي للتمرين يقوم المعلم بتقديم التمرين (سمعي - بصري - سمعي بصري - جميع ما سبق)

كل الأمنيات الطيبة بالتوفيق والنجاح



الوقت: ساعتان
التاريخ: ٢٠٢٦/١/١٢

المستوى: لائحة ٢٠١٤ (بنات)
الدرجة الكلية: ٤٠ درجة

امتحان التعبير والايقاع الحركي
دور يناير للعام الجامعي ٢٠٢٥ / ٢٠٢٦ م

(١٠ درجة)

السؤال الأول: اجب عن الأسئلة التالية باختيار واحد فقط. "الأسئلة على وجهي الورقة"

١-	مصطلح مشتق من كلمة انجليزية ومعناها حكمة ومعارف الشعب.....	(أ) التعبير الحركي	(ب) البالية	(ج) الفلكلور	(د) الرقص الشعبي
٢-	يعتبر الرقص الشعبي هو.....	(أ) أقدم أنواع التعبير الحركي	(ب) أحدث أنواع التعبير الحركي	(ج) أفضل أنواع التعبير الحركي	(أ) أشهر أنواع التعبير الحركي.
٣-	يسمى الرقص الشعبي بالرقص.....	(أ) الدرامي	(ب) الكوميدي	(ج) الطائفي	(أ) المجرد
٤-	ترجع نشأة البالية الأولى في.....	(أ) فرنسا	(ب) إيطاليا	(ج) روسيا	(د) اليونان
٥-	من المهارات الأساسية في البالية.....	(أ) المد	(ب) التني	(ج) القوة	(د) أ & ب
٦-	تم انشاء المعهد العالي للبالية عام.....	(أ) ١٩٦١ م	(ب) ١٩٦٢ م	(ج) ١٩٤٦ م	(د) ١٩٦٤ م
٧-	تأسست مدرسة البالية في مصر وكان مقرها قاعة التدريبات بدار الأوبرا عام.....	(أ) ١٩٥٨ م	(ب) ١٩٦٠ م	(ج) ١٩٦٢ م	(د) ١٩٣٦ م
٨-	من خصائص الرقص الابتكاري.....	(أ) مجهول المؤلف	(ب) الابتكارية	(ج) الحدائة	(د) ب & ج
٩-	اشتهر المدرسية الفرنسية بالحركات التي تتصف.....	(أ) بالخفة والتراخي	(ب) بالقوة البدنية والبراعية	(ج) اتساع مجال الحركة في الفضاء ودوران الفخذ والركبة للخارج	(د) بالحركات البهلوانية والدورانات والقفزات الخطيرة
١٠-	من خصائص الرقص الشعبي.....	(أ) مرتبط بعدد محدد من المؤديين	(ب) مرتبط بطبقة معينة	(ج) غير مرتبط بطبقة معينة أو سن معين أو عدد معين	(د) مرتبط بسن معين

(١٠ درجة)

السؤال الثاني ضع علامة $\sqrt{}$ أو \times أمام العبارات التالية:

- ١ - أسس لويس الرابع عشر مدرسة التدريب الرقص بدار الأوبرا بباريس عام ١٦٦٢ م. ()
- ٢ - انتقل البالية الى روسيا في القرن التاسع عشر. ()
- ٣ - من أنواع الرقص الابتكاري الرقص الدرامي. ()
- ٤ - من خصائص الرقص الشعبي انه يلزم دوره الحياه الإنسانية من الميلاد حتى الممات. ()
- ٥ - تم افتتاح أول مسرح للجمهور للباليه في فرنسا سنة ١٦٣٦ م. ()
- ٦ - تعتبر الجوانب الوجدانية من المتغيرات الشخصية التي ترتبط بمهنة تدريس الرقص الشعبي. ()
- ٧ - يعتبر التعبير الحركي علم وفن في وقت واحد. ()
- ٨ - كلمة " البالية Ballet " مشتق من كلمة فرنسية. ()
- ٩ - يعتبر الرقص الشعبي معروف المؤلف. ()
- ١٠ - تنقسم الحركات الأساسية في الرقص الابتكاري الحديث الى حركات انتقالية وغير انتقالية. ()



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم التمرينات والجمباز
والتعبير الحركي والعروض الرياضية



الوقت: ساعتان
التاريخ: ٢٠٢٦/١/١٣

المستوى: لائحة ٢٠١٤ (بنات)
الدرجة الكلية: ٤٠ درجة

(٢٠ درجة)

السؤال الثالث: اذكرى مع شرح مايلي:

(١٠ درجة)

(أ) اذكرى فوائد التعبير الحركي مع شرح احداها بالتفصيل؟

(١٠ درجة)

(ب) اذكرى علاقة التعبير الحركي بالعلوم الاخرى مع شرح احداها بالتفصيل؟

أطيب الأمنيات بالنجاح والتوفيق

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم الجمباز والتمرينات

والتعبير الحركي والعروض الرياضية

امتحان مادة / جمباز (3)

الفرقة الثالثة بنين ٢٠١٤ - ٢٠١٥

السؤال الأول : (15 درجة)

يعتبر الانتقال في مجال الجمباز احد اهم الاسس التي يبني عليها وصول اللاعبين الي اعلا مستوي ممكن

أ - اشرح هذه العبارة موضحا ما يلي ؛

-تعريف واهميه الانتقال في مجال الجمباز

-اهداف الانتقال

-اهم محددات الانتقال مع شرح احداها

السؤال الثاني : (15 درجة)

تعتبر مجموعه الشقلبات علي جهاز الارضي ضمن المتطلبات الاساسيه علي الجهاز والتي يجب علي

اللاعب اداؤها للحصول علي درجة الجهاز كامله بدون خصومات

-تكلم عن الشقلبه الاماميه علي اليدين مع شرح

-النواحي الفنيه لاداء المهارة وتوضيح مسافه الاقتراب

-الاجهزه والادوات المساعدة المستخدمه في عمليه التعلم

-الايخطاء الكبيره والصغيره التي يمكن ان تحدث اثناء الاداء

السؤال الثالث : (10 درجات)

تكلم عن المتطلبات البدنيه علي جهاز حسان الحلق مع شرح اهم متطلب من وجهه نظرك

مع تمنياتنا بالنجاح والتفوق

تاريخ الامتحان ٢٠٢٥/١/١٣		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ساعتان		كلية علوم الرياضة
النهاية العظمى : ٤٠ درجة		
المستوى الثالث نموذج (ب)		
الامتحان النظرى لمقرر : إنتقاء و تدريب ناشئين		
للعام الجامعى : ٢٠٢٤ \ ٢٠٢٥		

السؤال الاول : (٢٠ درجة)

" أصبح الذكاء الاصطناعى أحد أهم أدوات التكنولوجيا الحديثة فى مجالات التدريب و التدريس و أحد أهم طرق التقييم و تطوير أداء اللاعبين ."

١ - تكلم عن كيفية استخدام الذكاء الاصطناعى فى تدريب الناشئين ؟

السؤال الثانى : (١٠ درجة)

أ.. ضع علامة صح امام العبارة الصحيحة و علامة امام العبارة الخاطئة

- ١- التحسين المهارى هو الانتقال من المهارات الاساسية إلى تقنيات متقدمة فى الرياضة ()
- ٢- القيادة أحدى أهم عوامل الألتزام و الانضباط للأسس العلمية والعملية فى تدريب الناشئين ()
- ٣- تحليل الأخطاء أحدى أدوات مراقبة الحالة البدنية للاعبين ()
- ٤- الوسائل التكنولوجية تعد من الأسس الرئيسية التى يمكن الاعتماد عليها فى عملية الانتقاء ()
- ٥- عدم التقييم الشامل أحدى اهم خصائص مرحلة الطفولة المتوسطة ()

ب.. أكمل العبارات التالية بالكلمات او الجمل الصحيحة : (١٠ درجة)

- ١- الوسائل التكنولوجية المستخدمة فى تدريب الناشئين و.....
- ٢- الاعتبارات الخاصة عند الإنتقاء و و
- ٣- أعراض الإنتقاء الرياضى..... و و و
- ٤- المراحل العمرية للإنتقاء فى الرياضة و و و

خالص الأمنيات بالنجاح والتوفيق،،،،،

تاريخ الامتحان ٢٠٢٥/١/١٣		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ساعتان		كلية علوم الرياضة
النهاية العظمى : ٤٠ درجة		
المستوى الثالث (ج)		
الامتحان النظرى لمقرر : إنتقاء و تدريب ناشئين		
للعام الجامعى : ٢٠٢٤ \ ٢٠٢٥		

السؤال الاول : (٢٠ درجة)

" أصبح الذكاء الإصطناعى أحد أهم أدوات التكنولوجيا الحديثة فى مجالات التدريب و التدريس و أحد طرق التقييم و تطوير أداء اللاعبين "

١ -- تكلم عن كيفية استخدام الذكاء الاصطناعى فى تدريب الناشئين ؟

السؤال الثانى : (١٠ درجة)

أ- ضع علامة صح امام العبارة الصحيحة وعلامة امام العبارة الخاطئة

- ١- تحليل الأخطاء أحدى أدوات مراقبة الحالة البدنية للاعبين ()
- ٢- الوسائل التكنولوجية تعد من الأسس الرئيسية التى يمكن الاعتماد عليها فى عملية الانتقاء ()
- ٣- عدم التقييم الشامل أحدى اهم خصائص مرحلة الطفولة المتوسطة ()
- ٤- القيادة أحدى أهم عوامل الألتزام و الانضباط للأسس العلمية والعملية فى تدريب الناشئين ()
- ٥- التحسين المهارى هو الانتقال من المهارات الاساسية إلى تقنيات متقدمة فى الرياضة ()

ب - أكمل العبارات التالية بالكلمات او الجمل الصحيحة : (١٠ درجة)

١- الاعتبارات الخاصة عند الإنتقاء و و

٢- المراحل العمرية للإنتقاء فى الرياضة و و و

٣- الوسائل التكنولوجية المستخدمة فى تدريب الناشئين و

٤- أغراض الإنتقاء الرياضى و و و

خالص الأمنيات بالنجاح والتوفيق،،،،،



إمتحان مادة المهرجانات الترويحية (١)
المستوى الثالث (بنين ، بنات)
برنامج الترويج الرياضي وبرنامج الإدارة الرياضية
نموذج (ب) (الأسئلة على وجهى الصفحة)

درجة السؤال / ١٣ درجة

السؤال الأول :-

- حدد الإجابة المناسبة من الإختيار من متعدد :-
- ١- يُقصد بـ " شمولية " الترويج أنه أنشطة يُمارسها
أ- طبقة معينة فقط. ب- كل الأعمار من الجنسين. ج- الرياضيين المحترفين.
 - ٢- اللجنة المسؤولة عن إعتقاد ميزانية المهرجان وتعيين رئيس اللجنة المنظمة هي
أ- لجنة الملاعب. ب- لجنة السكرتارية. ج- اللجنة العليا للمهرجان.
 - ٣- من الأهداف التربوية للمهرجانات في الجامعة
أ- تعديل إتجاهات وسلوك الطالب. ب- التركيز على الجانب الأكاديمي فقط. ج- إنطوائية الطالب.
 - ٤- الفرق الرئيسية بين المهرجانات القومية والدولية
أ- الموقع الجغرافي. ب- الأهداف والأنشطة. ج- عدد المشاركين.
 - ٥- من الآثار السلبية للترويج إذا لم يتم توجيهه بشكل صحيح
أ- حالة من القلق أو الإنحراف. ب- زيادة القدرة على الإنتاج. ج- تحسين الإقتصاد القومي.
 - ٦- من دوافع المشاركة فى الأنشطة الترويحية
أ- دافع تعليمي. ب- دافع تقني. ج- دافع إقتصادي.
 - ٧- تُستخدم الخدع البصرية في المهرجانات الحديثة بغرض
أ- تقليل التكاليف. ب- زيادة الإبهار والإعجاز. ج- تعويض نقص المشاركين.
 - ٨- تجسيد تاريخ وحضارة الدولة في المهرجانات الترويحية يُعد من الأهداف
أ- المادية. ب- القومية والتربوية. ج- الفردية الخاصة.
 - ٩- أى من التالى ليس من أهداف المهرجانات الترويحية
أ- نشر الثقافة الرياضية. ب- زيادة التكاليف المادية. ج- جميع ما سبق.

- ١٠- يهدف الترويج الإجتماعي إلى إيجاد فرص للتفاعل بين الأفراد من خلال أنشطة مثل
- أ- قراءة الكتب العلمية. ب- حفلات التخرج. ج- السباحة والتجديف.
- ١١- من العلوم المرتبطة بالمهرجانات الترويجية
- أ- الإعلام. ب- الفنون التشكيلية. ج- السينما.
- ١٢- من المؤسسات التي تُعتبر مقدماً للخدمات الترويجية الغير نظامية
- أ- الجمعيات الخيرية. ب- منظمو الرحلات. ج- الأندية.
- ١٣- تُعتبر " الندوات والمناظرات " من الأنشطة الترويجية
- أ- الفنية. ب- الثقافية. ج- الخلوية.

درجة السؤال / ١٣ درجة

السؤال الثاني :-

حدد الإجابة المناسبة من (صح) أم (خطأ) :-

- ١- التخطيط السيئ يؤدي إلى فشل المهرجانات الترويجية.
- ٢- المهرجانات الترويجية الحديثة تعتمد على الأساليب التقليدية في الإخراج.
- ٣- التقدم التقني في القرن العشرين أدى إلى إنكماش في وقت الفراغ.
- ٤- اللجنة التي تتأكد من حجز الفنادق هي لجنة الإستقبال.
- ٥- من الأهمية القومية للمهرجانات الترويجية التركيز على زيادة الريح.
- ٦- المستوى التعليمي لا يؤثر في نوع النشاط الترويجي الذي يختاره الفرد.
- ٧- من التحديات التي تواجه المهرجانات الدولية التفاوت الثقافي بين المشاركين.
- ٨- المهرجانات الترويجية لها نفس الأهداف والمحتوى.
- ٩- الأنشطة الترويجية لا تلائم كبار السن.
- ١٠- من سمات الأخصائي الترويجي الناجح الجدية المفرطة.
- ١١- كلما زاد وقت الفراغ إنخفضت الحاجة إلى الترويج.
- ١٢- المهرجانات القومية تُقام بمشاركة مؤسسات حكومية فقط.
- ١٣- الإفراط في الإنفاق على الأنشطة الترويجية يمكن أن يؤدي إلى آثار سلبية.

درجة السؤال / ١٤ درجة

السؤال الثالث :-

- إذكر خطوات إقامة مهرجان ترويجي مع شرح خطوتين منها .

مع أطيب التمنيات بالتوفيق ؛

إمتحان مادة المهرجانات الترويحية (١)
المستوى الثالث (بنين ، بنات)
برنامج الترويج الرياضي وبرنامج الإدارة الرياضية
نموذج (أ) (الأسئلة على وجهي الصفحة)

السؤال الأول :- درجة السؤال / ١٣ درجة

حدد الإجابة المناسبة من الإختيار من متعدد :-

- ١- اللجنة المسؤولة عن اعتماد ميزانية المهرجان وتعيين رئيس اللجنة المنظمة هي
أ- لجنة الملاعب. ب- لجنة السكرتارية. ج- اللجنة العليا للمهرجان.
- ٢- الفرق الرئيسي بين المهرجانات القومية والدولية
أ- الموقع الجغرافي. ب- الأهداف والأنشطة. ج- عدد المشاركين.
- ٣- من دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية
أ- دافع تعليمي. ب- دافع تقني. ج- دافع إقتصادي.
- ٤- تجسيد تاريخ وحضارة الدولة في المهرجانات الترويحية يُعد من الأهداف
أ- المادية. ب- القومية والتربوية. ج- الفردية الخاصة.
- ٥- من العلوم المرتبطة بالمهرجانات الترويحية
أ- الإعلام. ب- الفنون التشكيلية. ج- السينما.
- ٦- تُعتبر " الندوات والمناظرات " من الأنشطة الترويحية
أ- الفنية. ب- الثقافية. ج- الخلوية.
- ٧- من المؤسسات التي تُعتبر مقدماً للخدمات الترويحية الغير نظامية
أ- الجمعيات الخيرية. ب- منظموا الرحلات. ج- الأندية.
- ٨- يهدف الترويج الإجتماعي إلى إيجاد فرص للتفاعل بين الأفراد من خلال أنشطة مثل
أ- قراءة الكتب العلمية. ب- حفلات التخرج. ج- السباحة والتجديف.
- ٩- أى من التالي ليس من أهداف المهرجانات الترويحية
أ- نشر الثقافة الرياضية. ب- زيادة التكاليف المادية. ج- جميع ما سبق.

- ١٠- تُستخدم الخدع البصرية في المهرجانات الحديثة بغرض
 أ- تقليل التكاليف. ب- زيادة الإبهار والإعجاز.
 ج- تعويض نقص المشاركين.
- ١١- من الآثار السلبية للترويج إذا لم يتم توجيهه بشكل صحيح
 أ- حالة من القلق أو الإنحراف. ب- زيادة القدرة على الإنتاج.
 ج- تحسين الإقتصاد القومي.
- ١٢- من الأهداف التربوية للمهرجانات في الجامعة
 أ- تعديل إتجاهات وسلوك الطالب. ب- التركيز على الجانب الأكاديمي فقط. ج- إنطوائية الطالب.
- ١٣- يُقصد بـ " شمولية " الترويغ أنه أنشطة يُمارسها
 أ- طبقة معينة فقط. ب- كل الأعمار من الجنسين. ج- الرياضيين المحترفين.

درجة السؤال / ١٣ درجة

السؤال الثاني :-

حدد الإجابة المناسبة من (صح) أم (خطأ) :-

- ١- المهرجانات الترويحية الحديثة تعتمد على الأساليب التقليدية في الإخراج.
- ٢- اللجنة التي تتأكد من حجز الفنادق هي لجنة الإستقبال.
- ٣- المستوى التعليمي لا يؤثر في نوع النشاط الترويحي الذي يختاره الفرد.
- ٤- المهرجانات الترويحية لها نفس الأهداف والمحتوى.
- ٥- من سمات الأخصائي الترويحي الناجح الجدية المفرطة.
- ٦- المهرجانات القومية تُقام بمشاركة مؤسسات حكومية فقط.
- ٧- كلما زاد وقت الفراغ إنخفضت الحاجة إلى الترويغ.
- ٨- الإفراط في الإنفاق على الأنشطة الترويحية يمكن أن يؤدي إلى آثار سلبية.
- ٩- من التحديات التي تواجه المهرجانات الدولية التفاوت الثقافي بين المشاركين.
- ١٠- من الأهمية القومية للمهرجانات الترويحية التركيز على زيادة الربح.
- ١١- التقدم التقني في القرن العشرين أدى إلى إنكماش في وقت الفراغ.
- ١٢- التخطيط السيئ يؤدي إلى فشل المهرجانات الترويحية.
- ١٣- الأنشطة الترويحية لا تلائم كبار السن.

درجة السؤال / ١٤ درجة

السؤال الثالث :-

- إذكر خطوات إقامة مهرجان ترويحي مع شرح خطوتين منها .

مع أطيب التمنيات بالتوفيق ؛



جامعة طنطا - كلية التربية الرياضية

امتحان دور يناير ٢٠٢٦

المستوي الثالث (لائحة ٢٠٢٢)

المادة : ريادة الأعمال والإبتكار

الزمن : ساعتان

(النموذج الأول)



الجزء الأول (د/سامح سراج)

الإجابة في جزء الإختيار من متعدد

السؤال الأول : اختر الإجابة الصحيحة مما يلي :

- ١- ريادة الأعمال بمفهومها العلمي تتميز بخصائص منها:
 - أ - الإبتكار.
 - ب- التفرد.
 - ج- الديناميكية.
 - د- كل ما سبق.
- ٢- تعد ريادة الأعمال:
 - أ - علم.
 - ب- فن.
 - ج- الممارسة القائمة على المعرفة.
 - د- علم وفن.
- ٣- الأهداف التكنولوجية لريادة الأعمال منها:
 - أ - تحسين الجودة.
 - ب- توازن هيكل النشاط الصناعي المصري.
 - ج- مكافحة مشكلة البطالة.
 - د- تنوع وتوسيع تشكيلة المنتجات.
- ٤- الأهداف الاقتصادية لريادة الأعمال منها:
 - أ - تحسين الجودة.
 - ب- توازن هيكل النشاط الصناعي المصري.
 - ج- مكافحة مشكلة البطالة.
 - د- تنوع وتوسيع تشكيلة المنتجات.
- ٥- الأهداف الاجتماعية لريادة الأعمال ليس منها:
 - أ - تحسين الجودة.
 - ب- توازن هيكل النشاط الصناعي المصري.
 - ج- مكافحة مشكلة البطالة.
 - د- استراتيجية التنمية المكانية.
- ٦- الأهداف الاجتماعية لريادة الأعمال منها:
 - أ - توفير الصناعات الداعمة.
 - ب- توازن هيكل النشاط الصناعي المصري.
 - ج- مكافحة مشكلة البطالة.
 - د- تنوع وتوسيع تشكيلة المنتجات.
- ٧- تشجيع دخول الصناعات الصغيرة يعد من الأهداف..... لريادة الأعمال:
 - أ - الأهداف الاقتصادية.
 - ب- الأهداف التكنولوجية.
 - ج- الأهداف الاجتماعية.
 - د- لاشئ مما سبق.
- ٨- استراتيجية التنمية المكانية يعد من الأهداف..... لريادة الأعمال:
 - أ - الأهداف الاقتصادية.
 - ب- الأهداف التكنولوجية.
 - ج- الأهداف الاجتماعية.
 - د- لاشئ مما سبق.
- ٩- الخطوة الثانية في خطوات إتخاذ القرار هي :
 - أ - متابعة تنفيذ الحل.
 - ب- طرح البدائل.
 - ج- جمع المعلومات.
 - د- تنفيذ الحل.
- ١٠- الخطوة الثالثة في خطوات إتخاذ القرار هي:
 - أ - متابعة تنفيذ الحل.
 - ب- طرح البدائل.
 - ج- جمع المعلومات.
 - د- تنفيذ الحل.
- ١١- الخطوة الرابعة في خطوات إتخاذ القرار هي:
 - أ - متابعة تنفيذ الحل.
 - ب- طرح البدائل.
 - ج- جمع المعلومات.
 - د- تنفيذ الحل.

- ١٢- الخطوة الخامسة في خطوات إتخاذ القرار هي:
- أ - متابعة تنفيذ الحل.
ب- طرح البدائل.
ج- جمع المعلومات.
د- تنفيذ الحل.
- ١٣- من متطلبات الخطة الريادية:
- أ - الإعلام بالخطة.
ب- التناسق والانسجام.
ج- الواقعية.
د- القناعة بالهدف.
- ١٤- العوامل الواجب توافرها في الأهداف كل ما يلي فيما عدا:
- أ - الإعلام بالخطة.
ب- التناسق والانسجام.
ج- الواقعية.
د- القناعة بالهدف.
- ١٥- الخطوة الثانية في خطوات إعداد الخطط التنفيذية الريادية هي :
- أ - تحليل وتقييم البيئة.
ب- تحديد البدائل.
ج- إختيار الحل الأمثل .
د- تقييم البدائل .
- ١٦- الخطوة الثالثة في خطوات إعداد الخطط التنفيذية الريادية هي :
- أ - تحليل وتقييم البيئة.
ب- تحديد البدائل.
ج- إختيار الحل الأمثل .
د- تقييم البدائل .
- ١٧- الخطوة الرابعة في خطوات إعداد الخطط التنفيذية الريادية هي :
- أ - تحليل وتقييم البيئة.
ب- تحديد البدائل.
ج- إختيار الحل الأمثل .
د- تقييم البدائل .
- ١٨- الخطوة الخامسة في خطوات إعداد الخطط التنفيذية الريادية هي :
- أ - متابعة تنفيذ الحل.
ب- طرح البدائل.
ج- إختيار الحل الأمثل .
د- تنفيذ الحل.
- ١٩- المرحلة الثالثة في النموذج الأساسي للاتصال الريادي هي :
- أ - الرسالة.
ب- فك الرموز.
ج- القناة .
د- المستقبل .
- ٢٠- المرحلة الرابعة في النموذج الأساسي للاتصال الريادي هي :
- أ - الرسالة.
ب- فك الرموز.
ج- القناة .
د- المستقبل .
- ٢١- المرحلة الخامسة في النموذج الأساسي للاتصال الريادي هي :
- أ - الرسالة.
ب- فك الرموز.
ج- القناة .
د- المستقبل .
- ٢٢- المرحلة السادسة في النموذج الأساسي للاتصال الريادي هي :
- أ - الرسالة.
ب- فك الرموز.
ج- القناة .
د- المستقبل .
- ٢٣- المرحلة الثانية في الدورة الرقابية الريادية هي :
- أ - قياس الأداء.
ب- وضع معايير الأداء.
ج- مقارنة الأداء بالمعايير .
د- الإجراء التصحيحي .
- ٢٤- المرحلة الثالثة في الدورة الرقابية الريادية هي :
- أ - قياس الأداء.
ب- وضع معايير الأداء.
ج- مقارنة الأداء بالمعايير .
د- الإجراء التصحيحي .
- ٢٥- المرحلة الرابعة في الدورة الرقابية الريادية هي :
- أ - قياس الأداء.
ب- وضع معايير الأداء.
ج- مقارنة الأداء بالمعايير .
د- الإجراء التصحيحي .

لجنة وضع الإمتحان والتصحيح للجزء الأول : د/ سامح سراج



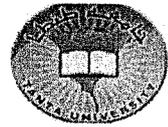
الجزء الثاني (الفوزج الأول) الخاص د عمرو عبد النبي

أولاً: أسئلة الاختيار المتعدد من ٢٦ الى ٤٠

- ٢٦- ما المقصود بالاستقلالية بالنسبة لرائد الأعمال؟
أ. الاعتماد الكامل على الآخرين.
ب. الحرية في التفكير والتصرف بناءً على قوِي داخلية.
ج. الاعتماد على القرارات الخارجية دائماً.
د. تجنب أي تحمل للمسؤولية.
- ٢٧- أي من التالي يُعتبر من جوانب الاستقلالية؟
أ. الاعتماد على الآخرين في جميع القرارات.
ب. القدرة على تحليل المشكلات واتخاذ القرارات.
ج. الإحجام عن التعبير عن الرأي بحرية.
د. تجنب التواصل مع الآخرين.
- ٢٨- ما هي الفائدة الرئيسية للاستقلالية لرائد الأعمال؟
أ. زيادة الاعتماد على المنافسين.
ب. إتاحة الفرصة للتخطيط والتنظيم والتفكير الإبداعي.
ج. تجنب جميع القرارات الكبيرة.
د. ما هو المقصود بالمخاطرة في ريادة الأعمال؟
- ٢٩- ما هو المقصود بالمخاطرة في ريادة الأعمال؟
أ. تجنب جميع القرارات الكبيرة.
ب. إتاحة الفرصة للتخطيط والتنظيم والتفكير الإبداعي.
ج. اتخاذ خطوات جريئة مع إمكانية الفشل والنجاح.
د. ما تعنيه الاستباقية بالنسبة لرائد الأعمال؟
- ٣٠- أي من التالي يُعد مثالاً على المخاطرة؟
أ. الاقتراض بمبالغ كبيرة لمشروع غير مؤكد.
ب. التوقف عن الابتكار لتجنب الفشل.
ج. اكتشاف الفرص المناسبة دون البحث عنها.
د. كيف تظهر التنافسية الهجومية؟
- ٣١- ما تعنيه الاستباقية بالنسبة لرائد الأعمال؟
أ. انتظار الفرص المناسبة دون البحث عنها.
ب. اكتشاف الفرص مبكراً واستغلالها.
ج. تجنب المواجهة مع المنافسين.
د. كيف تظهر التنافسية الهجومية؟
- ٣٢- كيف تظهر التنافسية الهجومية؟
أ. تجنب المواجهة مع المنافسين.
ب. انتظار المنافسين لاتخاذ الخطوات الأولى.
ج. اكتشاف الفرص مبكراً واستغلالها.
د. كيف تظهر التنافسية الهجومية؟
- ٣٣- ما الدور الأساسي للإبداعية في ريادة الأعمال؟
أ. تقليد المنتجات الحالية.
ب. تقديم منتجات أو خدمات أو عمليات جديدة.
ج. اكتشاف الفرص مبكراً واستغلالها.
د. كيف تظهر التنافسية الهجومية؟
- ٣٤- ما هي الكفاءة الذاتية؟
أ. الاعتماد على الآخرين لتحقيق الأهداف.
ب. التخطيط بدون تنفيذ.
ج. خبرات الفشل المتكرر.
د. الانفعالات السلبية المرتفعة.
- ٣٥- أي من المصادر التالية يدعم الكفاءة الذاتية؟
أ. خبرات الفشل المتكرر.
ب. ملاحظة نماذج اجتماعية ناجحة.
ج. الانفعالات السلبية المرتفعة.
د. الإحجام عن مواجهة التحديات.
- ٣٦- ما المقصود بتقدير الذات؟
أ. الاعتماد على تقييم الآخرين للفرد.
ب. تقييم الفرد لنفسه من جميع الجوانب.
ج. الشعور بالضعف تجاه التحديات.
د. تقييم القدرات الجسدية فقط.

اجب على الأسئلة من ٣٧ الى ٤٠ على الحالة التالية

شهر	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢
(ص)	٨٦	٨٨	٩٠	٨٨	٨٦	٩٢	٨٨	٩٠	٨٨	٩٢	٩٠	٨٨
(س)	١٥	٢٠	٢٥	٢٠	١٥	٣٠	٢٠	٢٥	٢٠	٣٠	٢٥	٢٠



- ٣٧- التنبؤ بمبيعات (بالوحدات) ٨ لعام ٢٠١١ باستخدام النموذج البدائي أو البسيط هو:
(أ) ٨٠ وحدة (ب) ٨٦ (ج) ٩٢ (د) ٨٨
- ٣٨- التنبؤ بمبيعات شهر ٩ لعام ٢٠١١ كمتوسط متحرك بسيط لثلاث فترات سابقة هو:
(أ) ٧٥٠ وحدة (ب) ٨٦ و٤ (ج) ٩٢ و٧ (د) اخرى
- ٣٩- التنبؤ بمبيعات شهر ١٠ لعام ٢٠١١ كمتوسط متحرك للثلاث شهور السابقة مرجح بالأوزان ٥٠٪، ٣٠٪، ٢٠٪ بحسب حداثة الشهر هو:
(أ) ٧٥٠ وحدة (ب) ٨٦ و٤ (ج) ٩٢ و٧ (د) ٨٨ و٦
- ٤٠- التنبؤ بمبيعات شهر ١١ لعام ٢٠١١ باستخدام التمهيد الأسى ومعامل تمهيد (الفا) = ٣ و٠ واعتبار تنبؤ الفترة ١٠ يساوي متوسط مبيعات الشهرين السابقين مباشرة هو:
(أ) ٩٠ و٦ وحدة (ب) ٩٦ و٤ (ج) ٩٢ و٧ (د) اخرى

ثانياً: أسئلة الصح والخطأ

- ١- ليس هناك فرق بين راند الاعمال ورجل الاعمال
- ٢- يتعرض التاجر لمخاطر عالية عن السمسار نتيجة تملكه السلعة
- ٣- من وظائف المشروع التخطيط والتنظيم والتوجيه والرقابة
- ٤- راند الأعمال يركز على تأسيس مشروعات جديدة غالباً تحت ظروف عدم التأكد والابتكار
- ٥- من خصائص راند الأعمال القدرة على تحمل المخاطر واتخاذ قرارات سريعة.
- ٦- راند الأعمال لا يحتاج إلى مهارات تواصل قوية لأنه يعتمد فقط على الابتكار.
- ٧- من صفات راند الأعمال البحث المستمر عن الفرص وإعادة صياغة الأفكار التقليدية بشكل جديد.
- ٨- راند الأعمال يفضل الروتين والاستقرار ولا يحب التغيير.
- ٩- رجل الأعمال يقتصر دوره على بيع وشراء السلع فقط.
- ١٠- التاجر يهتم عادة بحجم المبيعات، بينما راند الأعمال يهتم بإيجاد فكرة مبتكرة وتحويلها إلى مشروع

مع اطيب التمنيات بالنجاح

د/ سامح عبد المنعم سراج د/ عمرو محمد عبد النبي

Model:(A)

I- Read the following passage and answer the questions:

Wayne Rooney was a teen football phenomenon. At the young age of 17, he started playing for the England Football Team. He is one of England's best footballers. And it's not only in football that talented teenagers have made their mark. Serena and Venus Williams, the tennis star sisters, were just 14 when they turned professional. Venus, at the age of 17, made it into the US Open finals and her sister Serena managed to win the US Open at the age of 18. LeBron James is an immensely popular basketball player who challenged the NBA (National Basketball Association) rule that students who still attending high school could not enter the NBA league. Michelle Wie, the golfing phenomenon, started hitting golf balls when she was only four years old. And at the age of 11 she was the winner of the Hawaii State Women's Stroke Play Championship. She is the "Tiger Woods" of the female golfing world! The snowboarder Luke Mitrani , at the age of 13, got an advertising contract (and all the money that goes with it) for a soft drink company.

Read the passage and decide if the following statements are True (T) or False (F):

- 1- Wayne Rooney was a teen swimming phenomenon.
- 2- It is only in football that talented teenagers have made their mark.
- 3- Serena and Venus Williams, the tennis star sisters, were just 12 when they turned professional.
- 4- Wayne Rooney challenged the NBA rule that students who still attending high school could not enter the NBA league.
- 5- Michelle Wie is the "Tiger Woods" of the female golfing world!

II- Read the following passage and answer the questions:

The business of tennis clothes has grown astoundingly in the past few years. Over \$250 million is spent annually on the trappings of tennis. Apparently everyone wants to look like a pro, even though 20% of the clientele has never even played the game. Manufacturers pay the stars lucrative fees for wearing their brands of clothes and wielding their racquets on center court. Chris Evert-Lloyd, for example, was rumored to have signed a five-year contract for \$5 million with Ellesse, a producer of fancy, expensive tennis wear. John McEnroe received a reported \$600,000 for playing with a Dunlop racquet, \$330,000 for sporting Tacchini clothes, and \$100,000 for tying his Nike tennis shoes. Obviously, in a bad year, these stars would have made more as fashion models than as athletes. Not only tennis players get free clothing, but also all the people involved in the game—the referees, lines people, ball boys and girls—are making advertisements for tennis wear producers. Where, traditionally, conservative white clothing was required for the entire tennis coterie, changing times have seen a new vogue in tennis outfits. Flamboyant colors, designers' nameplates, geometric figures, and bold lines distinguish the new tennis togs from their predecessors.

Choose the correct answer:

1. It can be inferred from the passage that
(A) tennis clothing appeals to the wealthy (B) tennis stars get huge sums for endorsements
(C) the price of tennis racquets has remained stable (D) bright colors entice people to buy tennis wear
2. The author's intention is to
(A) explain why the cost of tennis clothes has risen (B) defend tennis wear manufacturers from complaints about their high prices
(C) describe the means of advertising expensive tennis clothes (D) describe the new tennis clothing
3. A good title for this passage would be
(A) The Stars at Play (B) Big Business in Tennis Wear
(C) The High Cost of Playing Tennis (D) Tennis Stars' Flamboyant Clothes
4. It is stated that John McEnroe
(A) wore flamboyant clothing on the court (B) must have earned over \$1 million for endorsing tennis products
(C) was a fashion model more than he was a tennis player (D) had had a bad year in tennis competition

5. It is implied that

- (A) tennis clothing is bought by the well-to-do (B) everyone who wears expensive tennis wear plays tennis
(C) tennis officials would prefer to wear traditional white clothing (D) fashion models wear tennis clothing

III-Choose the correct letter (a), (b), (c) or (d) in each of the followings:

6. I have only aChristmas cards left to write.

- a. few b. fewer c. less d. little

7. Each of the Olympic athletes for months, even years.

- a. have been training b. were training c. has been training d. been training

8. The company will upgrade computer information systems next month.

- a. there b. their c. it's d. its

9. Cheryl likes apples, she does not like oranges.

- a. so b. for c. but d. or

10. You were the New York office before 2 p.m.

- a. suppose call b. supposed to call c. supposed calling d. supposed call

11. When I graduate from college next June, I.....a student here for five years.

- a. will have been b. have been c. has been d. will have

12. Ms. Guth rather not invest that money in the stock market.

- a. has to b. could c. would d. must

13. The majority the news is about violence or scandal.

- a. of b. to c. about d. none

14. Takeshione hundred laps in the pool yesterday.

- a. swam b. swam c. swimed d. swamed

15.our vacation, we plan to spend three days scuba diving.

- a. When b. During c. Though d. none

16. Juan.....in the library this morning.

- a. is study b. studying c. is studying d. are studying

17. Eli's hobbies include jogging, swimming, and

- a. to climb mountains b. climb mountain c. to climb d. climbing mountains

18. The concert will begin fifteen minutes.

- a. in b. on c. with d. about

19-The movie was the book

- a.as good as b. as better as c. as well as d. none

20-Who is, Omar or Ahmed?

- a. Tallest b. taller c. tall d. none

21. She's an teacher and that's what makes her lessons so enjoyable.

- a-interest b-interesting c-interested d. interesting

22. She's just foundas an ambulance driver.

- a- a work b-a job c- work d- job

23. When hehome from work, he found a wallet which someone had dropped.

- a-walked b-was walking c- walk d. walking

24- I can't work instressful conditions.

- a- so much b- such c-such a d- so

25. A gym is a place.....you can do exercise.

- a- where b- which c. when d. that

Best Wishes,

Prof. Waleed Samir

Dr. Hamada Atta

Model:(B)

I-Choose the correct letter (a), (b), (c) or (d) in each of the following:

1. I have only aChristmas cards left to write.
a. few b. fewer c. less d. little
2. Each of the Olympic athletes for months, even years.
a. have been training b. were training c. has been training d. been training
3. The company will upgrade computer information systems next month.
a. there b. their c. it's d. its
4. Cheryl likes apples, she does not like oranges.
a. so b. for c. but d. or
5. You were the New York office before 2 p.m.
a. suppose call b. supposed to call c. supposed calling d. supposed call
6. When I graduate from college next June, I.....a student here for five years.
a. will have been b. have been c. has been d. will have
7. Ms. Guth rather not invest that money in the stock market.
a. has to b. could c. would d. must
8. The majority the news is about violence or scandal.
a. of b. to c. about d. none
9. Takeshione hundred laps in the pool yesterday.
a. swam b. swam c. swimed d. swamed
10.our vacation, we plan to spend three days scuba diving.
a. When b. During c. Though d. none
11. Juan.....in the library this morning.
a. is study b. studying c. is studying d. are studying
12. Eli's hobbies include jogging, swimming, and
a. to climb mountains b. climb mountain c. to climb d. climbing mountains
13. The concert will begin fifteen minutes.
a. in b. on c. with d. about
- 14-The movie was the book
a.as good as b. as better as c. as well as d. none
- 15-Who is, Omar or Ahmed?
a. Tallest b. taller c. tall d. none
16. She's an teacher and that's what makes her lessons so enjoyable.
a-interest b-interesting c-interested d. interestful
17. She's just foundas an ambulance driver.
a- a work b-a job c- work d- job
18. When hehome from work, he found a wallet which someone had dropped.
a-walked b-was walking c- walk d. walking
- 19- I can't work instressful conditions.
a- so much b- such c-such a d- so
20. A gym is a place.....you can do exercise.
a- where b- which c. when d. that

II- Read the following passage and answer the questions:

The business of tennis clothes has grown astoundingly in the past few years. Over \$250 million is spent annually on the trappings of tennis. Apparently everyone wants to look like a pro, even though 20% of the clientele has never even played the game. Manufacturers pay the stars lucrative fees for wearing their brands of clothes and wielding their racquets on center court. Chris Evert-Lloyd, for example, was rumored to have signed

a five-year contract for \$5 million with Ellesse, a producer of fancy, expensive tennis wear. John McEnroe received a reported \$600,000 for playing with a Dunlop racquet, \$330,000 for sorting Tacchini clothes, and \$100,000 for tying his Nike tennis shoes. Obviously, in a bad year, these stars would have made more as fashion models than as athletes. Not only tennis players get free clothing, but also all the people involved in the game—the referees, lines people, ball boys and girls—are making advertisements for tennis wear producers. Where, traditionally, conservative white clothing was required for the entire tennis coterie, changing times have seen a new vogue in tennis outfits. Flamboyant colors, designers' nameplates, geometric figures, and bold lines distinguish the new tennis togs from their predecessors.

Choose the correct answer:

21. It can be inferred from the passage that

- (A) tennis clothing appeals to the wealthy (B) tennis stars get huge sums for endorsements
(C) the price of tennis racquets has remained stable (D) bright colors entice people to buy tennis wear

22. The author's intention is to

- (A) explain why the cost of tennis clothes has risen (B) defend tennis wear manufacturers from complaints about their high prices
(C) describe the means of advertising expensive tennis clothes (D) describe the new tennis clothing

23. A good title for this passage would be

- (A) The Stars at Play (B) Big Business in Tennis Wear
(C) The High Cost of Playing Tennis (D) Tennis Stars' Flamboyant Clothes

24. It is stated that John McEnroe

- (A) wore flamboyant clothing on the court (B) must have earned over \$1 million for endorsing tennis products
(C) was a fashion model more than he was a tennis player (D) had had a bad year in tennis competition

25. It is implied that

- (A) tennis clothing is bought by the well-to-do (B) everyone who wears expensive tennis wear plays tennis
(C) tennis officials would prefer to wear traditional white clothing (D) fashion models wear tennis clothing

III- Read the following passage and answer the questions:

Wayne Rooney was a teen football phenomenon. At the young age of 17, he started playing for the England Football Team. He is one of England's best footballers. And it's not only in football that talented teenagers have made their mark. Serena and Venus Williams, the tennis star sisters, were just 14 when they turned professional. Venus, at the age of 17, made it into the US Open finals and her sister Serena managed to win the US Open at the age of 18. LeBron James is an immensely popular basketball player who challenged the NBA (National Basketball Association) rule that students who still attending high school could not enter the NBA league. Michelle Wie, the golfing phenomenon, started hitting golf balls when she was only four years old. And at the age of 11 she was the winner of the Hawaii State Women's Stroke Play Championship. She is the "Tiger Woods" of the female golfing world! The snowboarder Luke Mitrani, at the age of 13, got an advertising contract (and all the money that goes with it) for a soft drink company.

Read the passage and decide if the following statements are True (T) or False (F):

1-Wayne Rooney was a teen swimming phenomenon.

2-It is only in football that talented teenagers have made their mark.

3-Serena and Venus Williams, the tennis star sisters, were just 12 when they turned professional.

4-Wayne Rooney challenged the NBA rule that students who still attending high school could not enter the NBA league.

5- Michelle Wie is the "Tiger Woods" of the female golfing world!

Best Wishes,

Prof. Waleed Samir

Dr. Hamada Atta

نموذج (٢)

أجب عن الأسئلة الآتية:

• أولاً: أسئلة الصح والخطأ (True or False - TF)

- س. 1: يتضمن الاستدلال استخدام المعلومات المتاحة لاستخلاص النتائج أو توليد التنبؤات.
- س. 2: حل المشكلات هو أحد مكونات الذكاء الذي يتضمن اتخاذ القرار.
- س. 3: الإدراك هو نفس التعلم، حيث أن كلاهما ينطوي على اكتساب معلومات جديدة.
- س. 4: الذكاء اللغوي غير مهم لأنظمة الذكاء الاصطناعي مثل روبوتات المحادثة (chatbots).
- س. 5: إحدى المزايا الرئيسية للذكاء البشري على الذكاء الاصطناعي هي سرعته ودقته في العمليات الحسابية.
- س. 6: يمكن للذكاء الاصطناعي إظهار إبداع وعواطف حقيقية قابلة للمقارنة مع البشر.
- س. 7: تم تصميم اختبار تورينج لتقييم قدرة الآلة على التفكير المنطقي.
- س. 8: نهج "التصرف بعقلانية" يمنح الأولوية لعملية التفكير الداخلية للآلة على النتيجة المثلى لأفعالها.
- س. 9: نظام الذكاء الاصطناعي الذي يستخدم مجموعة من القواعد المنطقية لتشخيص مرض ما هو مثال على "التفكير بعقلانية".
- س. 10: السيارة ذاتية القيادة التي تستخدم المستشعرات للتنقل في حركة المرور هي تطبيق للذكاء الاصطناعي في الإدراك.
- س. 11: الوكيل القائم على النموذج يضمن دائماً القرارات المثلى.
- س. 12: يقال إن الخوارزمية مكتملة إذا كانت مضمونة للحصول على الحل الأمثل.
- س. 13: بحث أولاً بالاتساع (BFS) يستخدم كومة (stack) كهيكल بيانات رئيسي.
- س. 14: المعادلة $F(n) = G(n) + H(n)$ تمثل خوارزمية بحث $*A$.
- س. 15: في البحث الأفضل أولاً الجشع (Greedy Best First Search)، تكون $F(n) = H(n)$.
- س. 15: يضمن بحث تسلق التل (Hill Climbing Search) دائماً العثور على الهدف العام.
- س. 17: بحث المحدود بالعمق (DLS) هو خوارزمية مكتملة (Complete).
- س. 18: عندما تكون جميع تكاليف الخطوات متساوية، يتصرف البحث مُوحّد التكلفة (UFS) مثل البحث أولاً بالاتساع (BFS).
- س. 19: بحث $*A$ مكتمل ومثالي (Optimal) عندما تكون اندالة الاستدلالية مقبولة (Admissible).
- س. 20: الوكيل = الهيكل (Structure) + البرنامج (Program).

ثانياً: أسئلة الاختيار من متعدد (MCQ)

- 1: ما هي القدرة الأساسية التي تُعرّف الذكاء؟
 (أ) تخزين كميات كبيرة من البيانات
 (ب) اكتساب وفهم وتطبيق المعارف والمهارات
 (ج) إجراء العمليات الحسابية بسرعة عالية
 (د) العمل دون تدخل بشري
- س. 2: أي من مكونات الذكاء يتضمن استخدام المعلومات المتاحة لتوليد التنبؤات واستخلاص النتائج؟
 (أ) التعلّم
 (ب) الإدراك (Perception)
 (ج) الاستدلال (Reasoning)
 (د) الذكاء اللغوي
- س. 3: عملية اختيار أفضل بديل من بين خيارات متعددة للوصول إلى هدف ما هي جزء من:
 (أ) الإدراك
 (ب) حل المشكلات (Problem Solving)
 (ج) الذكاء اللغوي
 (د) التعلّم
- س. 4: أي من مكونات الذكاء يعد حاسماً للتواصل بين الأفراد؟
 (أ) الاستدلال
 (ب) حل المشكلات
 (ج) الذكاء اللغوي
 (د) الإدراك
- س. 5: يرتبط اختبار تورينج (Turing Test) بشكل مباشر بأي من مناهج الذكاء الاصطناعي؟
 (أ) التفكير كالبشر
 (ب) التصرف كالبشر
 (ج) التفكير بعقلانية
 (د) التصرف بعقلانية
- س. 6: نهج _____ يجعل الآلة تفكر كالبشر.
 (أ) النمذجة المعرفية (Cognitive modeling)
 (ب) اختبار تورينج (Turing Test)
 (ج) قانون الفكر (Law of thought)
 (د) الوكيل العقلاني (Rational agent)
- س. 7: الذكاء البشري _____ :
 (أ) واسع وقابل للتكيف ومُبدع
 (ب) ضيق ومُحدّد المهمة
 (ج) أسرع دائماً من الذكاء الاصطناعي
 (د) دقيق دائماً
- س. 8: اتخاذ القرارات بناءً على الاستدلال باستخدام المنطق يشير إلى أي من مناهج الذكاء الاصطناعي؟
 (أ) التفكير كالبشر
 (ب) قانون الفكر (Law of thought)
 (ج) الوكيل العقلاني
 (د) اختبار تورينج
- س. 9: يركز على أن تكون النتيجة النهائية معقولة ومثالي.
 (أ) اختبار تورينج
 (ب) الوكيل العقلاني (Rational agent)
 (ج) النمذجة المعرفية
 (د) قانون الفكر
- س. 10: الوكيل (Agent) هو أي شيء يمكنه:
 (أ) تخزين المعلومات
 (ب) الإدراك والتصرف في بيئة ما
 (ج) معالجة البيانات المرئية فقط
 (د) العمل دون أجهزة استشعار
- س. 11: الجزء من الوكيل الذي يستقبل المدخلات من البيئة يسمى؟
 (أ) المُدبِّع (Actuator)
 (ب) المُعالج (Processor)
 (ج) المُستشعر (Sensor)
 (د) الذاكرة (Memory)
- س. 12: الجزء من الوكيل الذي يتصرف بناءً على البيئة هو:

- (أ) المُفْعِلُ (Actuator) (ج) المُسْتَشْعِر
- (ب) المُعَالِج (د) الذاكرة
- س. 13: في مصطلحات الوكيل، "تسلسل المُدْرَكَات" (Percept Sequence) هو:
- (أ) تاريخ الوكيل الكامل للمدخلات الحسية.
- (ب) عملية استدلال الوكيل.
- (ج) المدخلات الإدراكية للوكيل في لحظة معينة.
- (د) درجة أداء الوكيل
- س. 14: تشير بيئة الوكيل إلى:
- (أ) الذاكرة الداخلية للوكيل
- (ب) المحيط الخارجي الذي يتفاعل معه الوكيل
- (ج) رمز البرنامج (Program code)
- (د) مجموعة الإجراءات المتاحة
- س. 15: الوكيل العقلاني (Rational Agent) هو الذي:
- (أ) يتعلم دائماً من الأخطاء
- (ب) يقوم دائماً بالشيء الصحيح لزيادة الأداء إلى الحد الأقصى (د) يتجاهل التغذية الراجعة من البيئة
- (ج) يتصرف بشكل عشوائي لاختبار نتائج جديدة
- (د) البيئة التي توفر فيها مستشعرات الوكيل صورة كاملة ودقيقة لحالة العالم تسمى:
- (أ) حتمية (Deterministic)
- (ب) قابلة للملاحظة بالكامل (Fully Observable)
- (ج) عرضية (Episodic)
- (د) ساكنة (Static)
- س. 17: في بيئة _____، يتم تحديد الحالة التالية بالكامل من خلال الحالة الحالية وإجراء الوكيل:
- (أ) حتمية (Deterministic)
- (ب) قابلة للملاحظة بالكامل
- (ج) عرضية
- (د) ساكنة
- س. 18: في بيئة _____، يمكن أن يؤثر قرار الوكيل الحالي على جميع الاحتمالات المستقبلية.
- (أ) حتمية
- (ب) متتابعة (Sequential)
- (ج) عرضية
- (د) ساكنة
- س. 19: البيئة نفسها لا تتغير بمرور الوقت، لكن درجة أداء الوكيل تتغير.
- (أ) ساكنة
- (ب) ديناميكية (Dynamic)
- (ج) شبه ديناميكية (Semi-dynamic)
- (د) لا شيء مما سبق
- س. 20: البيئة _____ لا يمكن تحديدها بالكامل من خلال إجراء الوكيل وحالة البيئة الحالية.
- (أ) احتمالية (Stochastic)
- (ب) عرضية
- (ج) ساكنة
- (د) حتمية
- س. 21: لغز الكلمات المقاطعة هو بيئة _____.
- (أ) كاملة، فردية، متصلة (continuous)
- (ب) تناظرية، متقطعة (discrete)، احتمالية
- (ج) فردية، حتمية، متتابعة
- (د) لا شيء مما سبق
- س. 22: بيئة الشطرنج هي _____.

- كاملة الملاحظة، حتمية، وكيل فردي
 (أ) منقطعة، غرضية، تنافسية
 23: بيئة سائق التاكسي هي _____ .
 (ب) متصلة، غرضية
 (ج) تنافسية، احتمالية
 24: يشير الحرف "A" في إطار عمل "PEAS" إلى:
 (أ) الوكيل (Agent)
 (ب) الاصطناعي (Artificial)
 25: تم تقييم وكيلين في نفس البيئة، الوكيل س: مستوى الأداء 60% و الوكيل ص: مستوى الأداء 80%
 (أ) لا أحد منهما (ج) كلاهما
 (ب) الوكيل ص (د) الوكيل س
 26: إذا كان الإجراء الحالي يعتمد على الإجراءات السابقة ويؤثر على الإجراءات المستقبلية، فهل هذه البيئة مناسبة للعبة شطرنج؟
 (أ) غرضية، صواب (ج) غرضية، خطأ
 (ب) تنافسية، صواب (د) تنافسية، خطأ
 27: في أي نوع من البيئات يكون كل إجراء نزي ومستقل (atomic and independent)؟
 (أ) تنافسية (ب) جزئية الملاحظة (ج) ديناميكية (د) غرضية (Episodic)
 28: المكون في وكيل التعلم المسؤول عن اقتراح الإجراءات التي تؤدي إلى تجارب جديدة ومثيرة بالمعلومات هو:
 (أ) مقياس الأداء (ج) الناقد (Critic)
 (ب) عنصر التعلم (د) مولّد المشكلات (Problem Generator)
 29: مسار الوكيل هو A-B-D-F-G، الوكيل ينتقل من D إلى F، فإن نموذج الانتقال هو ____ .
 (أ) D (ب) G (ج) F (د) لا شيء مما سبق
 30: في وكيل التعلم، يمكن للوكيل أن يقوم بالتحديث في عنصر التعلم اعتماداً على:
 (أ) التغذية الراجعة (Feedback)
 (ب) معيار الأداء
 (ج) الناقد
 (د) لا شيء مما سبق

صَوِّح (١)

أجب عن الإسالة الآتية :

• أولاً: أسئلة الاختيار من متعدد (MCQ)

- س. 1: ما هي القدرة الأساسية التي تُعرّف الذكاء؟
 (أ) تخزين كميات كبيرة من البيانات
 (ب) اكتساب وفهم وتطبيق المعارف والمهارات
 (ج) إجراء العمليات الحسابية بسرعة عالية
 (د) العمل دون تدخل بشري
- س. 2: أي من مكونات الذكاء يتضمن استخدام المعلومات المتاحة لتوليد التنبؤات واستخلاص النتائج؟
 (أ) التعلّم
 (ب) الإدراك (Perception)
 (ج) الاستدلال (Reasoning)
 (د) الذكاء اللغوي
- س. 3: عملية اختيار أفضل بديل من بين خيارات متعددة للوصول إلى هدف ما هي جزء من:
 (أ) الإدراك
 (ب) حل المشكلات (Problem Solving)
 (ج) الذكاء اللغوي
 (د) التعلّم
- س. 4: أي من مكونات الذكاء يعد حاسماً للتواصل بين الأفراد؟
 (أ) الاستدلال
 (ب) حل المشكلات
 (ج) الذكاء اللغوي
 (د) الإدراك
- س. 5: يرتبط اختبار تورينج (Turing Test) بشكل مباشر بأي من مناهج الذكاء الاصطناعي؟
 (أ) التفكير كالبشر
 (ب) التصرف كالبشر
 (ج) التفكير بعقلانية
 (د) التصرف بعقلانية
- س. 6: نهج _____ يجعل الآلة تفكر كالبشر.
 (أ) النمذجة المعرفية (Cognitive modeling)
 (ب) اختبار تورينج (Turing Test)
 (ج) قانون الفكر (Law of thought)
 (د) الوكيل العقلاني (Rational agent)
- س. 7: الذكاء البشري _____ :
 (أ) واسع وقابل للتكيف ومُبدع
 (ب) ضيق ومُحدّد المهمة
 (ج) أسرع دائماً من الذكاء الاصطناعي
 (د) دقيق دائماً
- س. 8: اتخاذ القرارات بناءً على الاستدلال باستخدام المنطق يشير إلى أي من مناهج الذكاء الاصطناعي؟
 (أ) التفكير كالبشر
 (ب) قانون الفكر (Law of thought)
 (ج) الوكيل العقلاني
 (د) اختبار تورينج
- س. 9: يركز على أن تكون النتيجة النهائية معقولة ومثلى.
 (أ) اختبار تورينج
 (ب) الوكيل العقلاني (Rational agent)
 (ج) النمذجة المعرفية
 (د) قانون الفكر
- س. 10: الوكيل (Agent) هو أي شيء يمكنه:
 (أ) تخزين المعلومات
 (ب) الإدراك والتصرف في بيئة ما
 (ج) معالجة البيانات المرئية فقط
 (د) العمل دون أجهزة استشعار
- س. 11: الجزء من الوكيل الذي يستقبل المدخلات من البيئة يسمى؟
 (أ) المُنفِّذ (Actuator)
 (ب) المُعالج (Processor)
 (ج) المُستشعر (Sensor)
 (د) الذاكرة (Memory)

س. 12: الجزء من الوكيل الذي يتصرف بناءً على البيئة هو:

(أ) المُنفِّذ (Actuator) (ج) المُستشعر

(ب) المُعالج (د) الذاكرة

س. 13: في مصطلحات الوكيل، "تسلسل المُدركات" (Percept Sequence) هو:

(أ) تاريخ الوكيل الكامل للمدخلات الحسية. (ج) المدخلات الإدراكية للوكيل في لحظة معينة.

(ب) عملية استدلال الوكيل. (د) درجة أداء الوكيل.

س. 14: تشير بيئة الوكيل إلى:

(أ) الذاكرة الداخلية للوكيل (ج) رمز البرنامج (Program code)

(ب) المحيط الخارجي الذي يتفاعل معه الوكيل (د) مجموعة الإجراءات المتاحة

س. 15: الوكيل العقلاني (Rational Agent) هو الذي:

(أ) يتعلم دائماً من الأخطاء (ج) يتصرف بشكل عشوائي لاختبار نتائج جديدة

(ب) يقوم دائماً بالشيء الصحيح لزيادة الأداء إلى الحد الأقصى (د) يتجاهل التغذية الراجعة من البيئة

س. 16: البيئة التي توفر فيها مستشعرات الوكيل صورة كاملة ودقيقة لحالة العالم تسمى:

(أ) حتمية (Deterministic) (ج) عرضية (Episodic)

(ب) قابلة للملاحظة بالكامل (Fully Observable) (د) ساكنة (Static)

س. 17: في بيئة _____، يتم تحديد الحالة التالية بالكامل من خلال الحالة الحالية وإجراء الوكيل:

(أ) حتمية (Deterministic) (ج) عرضية

(ب) قابلة للملاحظة بالكامل (د) ساكنة

س. 18: في بيئة _____، يمكن أن يؤثر قرار الوكيل الحالي على جميع الاحتمالات المستقبلية.

(أ) حتمية (ج) عرضية

(ب) متتابعة (Sequential) (د) ساكنة

س. 19: البيئة نفسها لا تتغير بمرور الوقت، لكن درجة أداء الوكيل تتغير.

(أ) ساكنة (ج) شبه ديناميكية (Semi-dynamic)

(ب) ديناميكية (Dynamic) (د) لا شيء مما سبق

س. 20: البيئة _____ لا يمكن تحديدها بالكامل من خلال إجراء الوكيل وحالة البيئة الحالية.

(أ) احتمالية (Stochastic) (ج) ساكنة

(ب) عرضية (د) حتمية

س. 21: لغز الكلمات المتقاطعة هو بيئة _____.

(أ) كاملة، فردية، متصلة (continuous) (ج) فردية، حتمية، متتابعة

(ب) تناظرية، متقطعة (discrete)، احتمالية (د) لا شيء مما سبق

- س. 22: بيئة الشطرنج هي _____ .
(أ) كاملة الملاحظة، حتمية، وكيل فردي
(ب) منقطعة، عرضية، تنافسية
(ج) تتابعية، متعددة الوكلاء، احتمالية
(د) لا شيء مما سبق
- س. 23: بيئة سائق التاكسي هي _____ .
(أ) متصلة، عرضية
(ب) تتابعية، احتمالية
(ج) متعددة الوكلاء، كاملة الملاحظة
(د) لا شيء مما سبق
- س. 24: يشير الحرف "A" في إطار عمل "PEAS" إلى:
(أ) الوكيل (Agent)
(ب) الاصطناعي (Artificial)
(ج) المُنَفِّذات (Actuators)
(د) لا شيء مما سبق
- س. 25: تم تقييم وكيلين في نفس البيئة، الوكيل س: مستوى الأداء 60% و الوكيل ص: مستوى الأداء 80%
أي الوكيلين أكثر عقلانية؟
(أ) لا أحد منهما
(ب) الوكيل ص
(ج) كلاهما
(د) الوكيل س
- س. 26: إذا كان الإجراء الحالي يعتمد على الإجراءات السابقة ويؤثر على الإجراءات المستقبلية، فهل هذه البيئة مناسبة للعبة الشطرنج؟
(أ) عرضية، صواب
(ب) تتابعية، صواب
(ج) عرضية، خطأ
(د) تتابعية، خطأ
- س. 27: في أي نوع من البيئات يكون كل إجراء ذري ومستقل (atomic and independent)؟
(أ) تتابعية
(ب) جزئية الملاحظة
(ج) ديناميكية
(د) عرضية (Episodic)
- س. 28: المكون في وكيل التعلّم المسؤول عن اقتراح الإجراءات التي تؤدي إلى تجارب جديدة ومثيرة بالمعلومات هو:
(أ) مقياس الأداء
(ب) عنصر التعلّم
(ج) الناقد (Critic)
(د) مولّد المشكلات (Problem Generator)
- س. 29: مسار الوكيل هو A-B-D-F-G، الوكيل ينتقل من D إلى F، فإن نموذج الانتقال هو _____ .
(أ) D
(ب) G
(ج) F
(د) لا شيء مما سبق
- س. 30: في وكيل التعلّم، يمكن للوكيل أن يقوم بالتحديث في عنصر التعلّم اعتماداً على:
(أ) التغذية الراجعة (Feedback)
(ب) معيار الأداء
(ج) الناقد
(د) لا شيء مما سبق

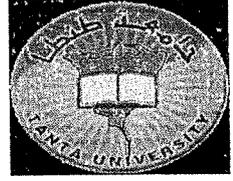
• ثانياً: أسئلة الصح والخطأ (True or False – TF)

- س. 1: يتضمن الاستدلال استخدام المعلومات المتاحة لاستخلاص النتائج أو توليد التنبؤات.
- س. 2: حل المشكلات هو أحد مكونات الذكاء الذي يتضمن اتخاذ القرار.
- س. 3: الإدراك هو نفس التعلم، حيث أن كلاهما ينطوي على اكتساب معلومات جديدة.
- س. 4: الذكاء اللغوي غير مهم لأنظمة الذكاء الاصطناعي مثل روبوتات المحادثة (chatbots).
- س. 5: إحدى المزايا الرئيسية للذكاء البشري على الذكاء الاصطناعي هي سرعته ودقته في العمليات الحسابية.
- س. 6: يمكن للذكاء الاصطناعي إظهار إبداع وعواطف حقيقية قابلة للمقارنة مع البشر.
- س. 7: تم تصميم اختبار تورينج لتقييم قدرة الآلة على التفكير المنطقي.
- س. 8: نهج "التصرف بعقلانية" يمنح الأولوية لعملية التفكير الداخلية للآلة على النتيجة المثلى لأفعالها.
- س. 9: نظام الذكاء الاصطناعي الذي يستخدم مجموعة من القواعد المنطقية لتشخيص مريض ما هو مثال على "التفكير بعقلانية".
- س. 10: السيارة ذاتية القيادة التي تستخدم المستشعرات للتنقل في حركة المرور هي تطبيق الذكاء الاصطناعي في الإدراك.
- س. 11: الوكيل القائم على النموذج يضمن دائماً القرارات المثلى.
- س. 12: يقال إن الخوارزمية مكتملة إذا كانت مضمونة للحصول على الحل الأمثل.
- س. 13: بحث أولاً بالاتساع (BFS) يستخدم كومة (stack) كهيكल بيانات رئيسي.
- س. 14: المعادلة $F(n) = G(n) + H(n)$ تمثل خوارزمية بحث *A.
- س. 15: في البحث الأفضل أولاً الجشع (Greedy Best First Search)، تكون $F(n) = H(n)$.
- س. 15: يتضمن بحث نسلق التل (Hill Climbing Search) دائماً العثور على الهدف العام.
- س. 17: بحث المحدود بالعمق (DLS) هو خوارزمية مكتملة (Complete).
- س. 18: عندما تكون جميع تكاليف الخطوات متساوية، يتصرف البحث موحّد التكلفة (UFS) مثل البحث أولاً بالاتساع (BFS).
- س. 19: بحث *A مكتمل ومثالي (Optimal) عندما تكون الدالة الاستدلالية مقبولة (Admissible).
- س. 20: الوكيل = الهيكل (Structure) + البرنامج (Program).



الدرجة : ٢٠
الزمن : ساعتان

الاختبار التحريري لمقرر
تطبيقات في مجال التخصص (1)
المستوى الثالث كاراتيه
(بنين - بنات)
العام الجامعي ٢٠٢٥ - ٢٠٢٦
تاريخ الامتحان
2026/1/4



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة

السؤال الأول : (٢٠ درجة)

رياضة الكاراتيه من الفنون القتالية العريقة التي تهدف إلى تنمية القوة البدنية والانضباط الذهني والدفاع عن النفس، حيث تعد نظامًا متكاملًا يجمع بين الثبات الحركي والدقة في الأداء والتناسق العضلي العصبي .

في ضوء ذلك أجب عن الأسئلة التالية :-

١. اذكر المراحل الفنية لمهارة (Shuto – Uke) (٥ درجات)
٢. اذكر الوقفات الأساسية وأوضاع الرجلين الأكثر شيوعا برياضة الكاراتيه (٥ درجات)
٣. تناول بالشرح المواصفات الفنية للكاتا الأولى (Heian Shodan) (١٠ درجات)

السؤال الثاني : (٢٠ درجة)

تسهم رياضة الكاراتيه في الارتقاء بمستوى اللياقة البدنية لدى الممارس، ويعتمد الأداء في الكاراتيه على التوافق بين القدرات البدنية والحركية بما يحقق الكفاءة والدقة في الأداء في ضوء ذلك :-

- اذكر عناصر اللياقة البدنية الخاصة برياضة الكاراتيه ، وتناول بالشرح أحد هذه العناصر .

مع أطيب الأمنيات بالنجاح



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم الألعاب الجماعية ورياضات المضرب

الزمن : ساعتان
الدرجة الكلية ٤٠ درجة

إمتحان مادة تطبيقات عملية فى مجال التخصص (كرة سرعة)
للفصل الدراسى الأول
للمستوى الثالث بنين و بنات للعام الجامعى ٢٠٢٥ / ٢٠٢٦ م

السؤال الأول :

١- أذكر المهارات الأساسية فى رياضة كرة السرعة مع شرح ضربة الإرسال بأنواعها ؟

(عشرون درجة)

السؤال الثانى :

١- إذكر فوائد رياضة كرة السرعة ؟

(عشر درجات)

السؤال الثالث :

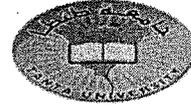
١- تكلم عن تاريخ رياضة كرة السرعة ؟

(عشر درجات)

مع تمنياتى بدوام النجاح



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم الجيماز والتمرينات والتعبير
الحركي والعروض الرياضية



الوقت: ساعتان
التاريخ: 2026/1/4

المستوى: الثالث (برنامج التدريب الرياضي - بنات)
الدرجة الكلية: 40 درجة

امتحان مقرر تطبيقات عملية في مجال التخصص 1 "التعبير الحركي"
- للعام الجامعي 2025 - 2026

السؤال الأول: (20 درجة)

من خلال دراستك لمادة التعبير الحركي تحدثي عما يلي:

- أ) اذكر طرق تدريس التعبير الحركي مع شرح اثنان منهم بالتفصيل.
ب) مراحل تعلم التعبير الحركي مع شرح احداها بالتفصيل.

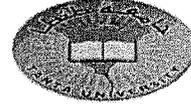
السؤال الثاني: (20 درجة)

هناك العديد من الطرق التي تم استخدامها في جمع التراث الشعبي (الرقص الشعبي)، وذلك للحفاظ عليه من الاندثار:
- اذكر طرق جمع التراث الشعبي (الرقص الشعبي) وتناولي اثنان منهما بالشرح المفصل.

مع أطيب الامنيات بالتوفيق والنجاح 😊😊



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم الجيمناز والتمرينات والتعبير
الحركي والعروض الرياضية



الوقت: ساعتان
التاريخ: 2026/1/4

المستوى: الثالث (برنامج التدريب الرياضي - بنات)
الدرجة الكلية: 40 درجة

امتحان مقرر تطبيقات عملية في مجال التخصص 1 "التعبير الحركي"
- للعام الجامعي 2025 - 2026

السؤال الأول: (20 درجة)

من خلال دراستك لمادة التعبير الحركي تحدثي عما يلي:

- أ) اذكر طرق تدريس التعبير الحركي مع شرح اثنان منهم بالتفصيل.
ب) مراحل تعلم التعبير الحركي مع شرح احداها بالتفصيل.

السؤال الثاني: (20 درجة)

هناك العديد من الطرق التي تم استخدامها في جمع التراث الشعبي (الرقص الشعبي)، وذلك للحفاظ عليه من الاندثار:
- اذكر طرق جمع التراث الشعبي (الرقص الشعبي) وتناولي اثنان منهما بالشرح المفصل.

مع أطيب الامنيات بالتوفيق والنجاح 😊😊

الزمن: ساعتان		جامعة طنطا
كود المقرر: ج 05-11-010317		كلية علوم الرياضة
تاريخ الامتحان: ٢٠٢٦ / ١ / ٤		قسم الألعاب الجماعية ورياضات المضرب
مقررتطبيقات عملية فى مجال التخصص (١) الكرة الطائرة		
امتحان دور يناير الفصل الدراسى الأول للعام الجامعي ٢٠٢٥ / ٢٠٢٦ المستوى الثالث (بنين + بنات)		

السؤال الأول : (١٥) درجات

" إن تنمية القدرات البدنية هي الأساس الذى يبنى عليه الإتقان المهارى والخططى" من ضوء هذه العبارة :

- أ - اذكر القدرات البدنية الأساسية فى الكرة الطائرة.
ب- تكلم بالتفصيل عن قدرة من القدرات البدنية بالتفصيل.

السؤال الثانى : (١٥) درجات

" تعتبر المهارات الفنية فى الكرة الطائرة هي العمود الفقرى والأساسى للأداء المهارى الذى تعتمد عليه نتائج رياضة المستويات العليا ، وتعد مهارة التمرير من أعلى من المهارات الاساسية فى الكرة الطائرة " من خلال هذه العبارة :

- أ- اذكر تصنيف المهارات الأساسية فى الكرة الطائرة.
ب- تكلم عن مهارة التمرير من أعلى بالتفصيل من حيث (طريقه الأداء – الخطوات التعليمية).

السؤال الثالث : (١٠) درجات

" الكرة الطائرة هي واحدة من الرياضات الجماعية الأكثر شعبية حول العالم " فى ضوء هذه العبارة تناول بالشرح :

- أ - أشكال ومميزات الكرة الطائرة.
ب - طرق التدريب الأساسية فى الكرة الطائرة.

مع أطيب الأمنيات بالنجاح والتوفيق,,,,,,



امتحان مادة تطبيقات عملية في مجال التخصص (١)
للفصل الدراسي الاول – للعام الجامعي (٢٠٢٥/٢٠٢٦ م)

السؤال الأول:

” يعتبر الإعداد المهاري أحد الركائز الأساسية في تطوير لاعبي كرة القدم ” ففي ضوء دراستك أجب عن الاسئلة التالية :-

- ما هو مفهوم الاعداد المهاري مع ذكر تصنيف المهارات الاساسية لكرة القدم ؟
- أذكر طرق التدريب على المهارات الأساسية مع شرح أحد هذه الطرق التدريبية ؟

السؤال الثاني :

تتكون الوحدة التدريبية من أجزاء رئيسية وتتكون هذه الاجزاء من مجموعة من التمارين بحيث تكون هذه التمارين هي المحور الاساسي الذي يخدم الهدف العام للوحدة التدريبية .

- ١- أشرح الاسس العلمية لوضع تمرين مع التوضيح بمثال على مهارة التمرير بباطن القدم؟
- ٢- اذكر مع الشرح مراحل التعلم للمهارات المختلفة؟

انتهت الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق...



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
م الألعاب الجماعية ورياضات المضرب

امتحان مادة تطبيقات عملية في مجال التخصص (١) (تنس الطاولة)
الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي
٢٠٢٥/٢٠٢٦ م
الفرقة : الثالثة (بنين _ بنات)
الزمن : ساعتان
الدرجة الكلية : ٤٠ درجة

(٤٠ درجة)

اجب عن الأسئلة التالية:

تتفرد تنس الطاولة عن غيرها من الرياضات بالإقبال الشديد على ممارستها حيث تتلائم بدنياً مع كل سن وجنس فيجد فيها الصبي والشاب والفتاة ما يحقق ميلهم للحركة، ويرى فيها متقدم السن ما يشبع رغبته في نشاط بسيط.

١. اذكر المهارات الحركية في رياضة تنس الطاولة بجميع أنواعها وتقسيماتها وفروعها ؟
٢. وضع أنواع المنافسات في رياضة تنس الطاولة ؟
٣. ما هي المراحل السنوية للمنافسات وفقاً لتقسيم الاتحاد المصري لتنس الطاولة ؟
٤. اشرح طرق التدريب الخاصة برياضة تنس الطاولة ؟

مع تمنياتي بالنجاح والتوفيق

رقم كود المقرر :		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ساعتان		كلية التربية الرياضية
النهاية العظمى : 40 درجة		قسم الرياضات المائيه
المستوي الثالث - (بنين) + (بنات)		
الامتحان النظري لمقرر : تطبيقات عملية في مجال التخصص (1) رياضات مائية (سباحة) الترم الاول- للعام الجامعي : 2026/2025		

(الدرجة 20)

السؤال الأول

- من خلال دراستك لمادة تطبيقات عملية في مجال التخصص تكلم عن الآتي :
- (أ) الصفات الايجابية والسلبية للمدرب أثناء تدريب السباحة ؟
- (ب) ينقسم الموسم التدريبي إلى أربعة مراحل صغيرة ماهي مع الشرح ؟
- (ج) فسر تقسيم نظم إنتاج الطاقة بناءً على زمن ومسافة السباق في السباحة؟
- (د) مفهوم الانتقاء في السباحة ؟ مع ذكر أهداف الانتقاء ؟

(الدرجة 10)

السؤال الثاني :

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

- (1) يعتبر حمل التدريب هو القاعدة الأساسية للتدريب الرياضي، والسبب الرئيس في تطوير الحالة البدنية ()
- (2) الشدة يقصد بها السرعة ، أو القوة ، أو درجة الصعوبة المميزة للأداء البدني . ()
- (3) يتميز الحمل الأقصى بأنه يمثل عبء قوي على أجهزة الجسم الداخلية ()
- (4) العلاقة العكسية بين كل من الشدة والحجم ، فإذا قل الحجم نقصت الشدة والعكس صحيح ()
- (5) ويصل معدل النبض من 160 إلى 170 نبضة / الدقيقة. في الحمل الأقل من الأقصى ()

(الدرجة 10)

السؤال الثالث :

- اختر الإجابة الصحيحة (أ / ب / ج / د)

- (1) طرق التدريب الحديثة في رياضة السباحة
- (أ) تدريب التحمل والسرعة (ب) تدريب التحمل (ج) تدريب عتبة التحمل (د) كل ماسبق
- (2) من محددات الانتقاء في المجال الرياضي
- (أ) المحددات البيولوجية (ب) المحددات النفسية (ج) المحددات الاجتماعية (د) كل ماسبق
- (3) من مكونات الحمل التدريبي
- (أ) الشدة (ب) الحجم (ج) زمن الراحة (د) كل ماسبق
- (4) من طرق التحكم في درجات الحمل
- (أ) التغيير في حجم الحمل (ب) التغيير في السرعة (ج) التغيير في نظم الطاقة (د) كل ماسبق
- (5) الحمل الأقصى وتتراوح شدته من من الحد الأقصى لقدرة اللاعب
- (أ) 100-90 % (ب) 70-50 % (ج) 50-35 % (د) 90-75 %

بالتوفيق والنجاح

رقم كود المقرر : ...		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ساعتان		كلية التربية الرياضية
النهاية العظمى : 40 درجة		قسم الرياضات المائيه
المستوي الثالث - (بنين)		
الامتحان النظري لمقرر : تطبيقات عملية في مجال التخصص (1) رياضات مائية (انقاذ)		
الترم الاول - للعام الجامعي : 2026/2025		

(الدرجة 20)

السؤال الأول

- من خلال دراستك لمادة تطبيقات عملية في مجال التخصص تكلم عن الآتي :
- (أ) المهارات الأساسية للانقاذ مع الشرح؟
- (ب) طرق وأساليب الانقاذ ؟
- (ج) فسر تقسيم نظم إنتاج الطاقة بناءً على زمن ومسافة السباق في السباحة؟
- (د) مفهوم الانتقاء في السباحة ؟ مع ذكر أهداف الانتقاء ؟

(الدرجة 10)

السؤال الثاني :

- ضع علامة () امام العبارة الصحيحة وعلامة () امام العبارة الخاطئة
- (1) يعتبر حمل التدريب هو القاعدة الأساسية للتدريب الرياضي، والسبب الرئيس في تطوير الحالة البدنية ()
- (2) الشدة يقصد بها السرعة ، أو القوة ، أو درجة الصعوبة المميزة للأداء البدني . ()
- (3) يتميز الحمل الأقصى بأنه يمثل عبء قوي على أجهزة الجسم الداخلية ()
- (4) العلاقة العكسية بين كل من الشدة والحجم ، فإذا قل الحجم نقصت الشدة والعكس صحيح ()
- (5) يصل معدل النبض من 160 إلى 170 نبضة / الدقيقة في الحمل الأقل من الأقصى ()

(الدرجة 10)

السؤال الثالث :

- اختر الإجابة الصحيحة (أ / ب / ج / د)
- (1) طرق التدريب الحديثة في رياضة السباحة
- (أ) تدريب التحمل والسرعة (ب) تدريب التحمل (ج) تدريب عتبة التحمل (د) كل ماسبق
- (2) من محددات الانتقاء في المجال الرياضي
- (أ) المحددات البيولوجية (ب) المحددات النفسية (ج) المحددات الاجتماعية (د) كل ماسبق
- (3) من مكونات الحمل التدريبي
- (أ) الشدة (ب) الحجم (ج) زمن الراحة (د) كل ماسبق
- (4) من طرق التحكم في درجات الحمل
- (أ) التغيير في حجم الحمل (ب) التغيير في السرعة (ج) التغيير في نظم الطاقة (د) كل ماسبق
- (5) الحمل الأقصى وتتراوح شدته من من الحد الأقصى لقدرة اللاعب
- (أ) 100-90 % (ب) 70-50 % (ج) 50-35 % (د) 90-75 %

بالتوفيق والنجاح



الإمتحان النظري لمقرر : تطبيقات عملية في مجال التخصص [1] (رفع الأثقال) لائحة ساعات معتمدة
الفصل الدراسي : الأول / للعام الجامعي : 2025 : 2026 / دور : يناير

20 درجة

السؤال الأول :

1- تعتبر المنافسه الرياضيه من العوامل الهامه والضروريه لكل نشاط رياضي سواء في مواجهه العوامل الطبيعيه او المنافسه في مواجهه المنافس.
في ضوء ما درست تكلم عن فتره المنافسات في مجال تخصصك ؟

20 درجة

السؤال الثاني:

هناك بعض النقاط الهامه التي يجب ان يضعها المدربون في عين الاعتبار في تدريب القدرات التوافقية في الانشطة الرياضيه المختلفه لكي تكون الخطوط العريضة التي يسيروا عليها عند تنفيذ التدريبات من اجل تطوير التوافق الحركي بشكل عام
في ضوء ما سبق تكلم عن القدرات التوافقية مع ذكر القدرات التوافقية الاكثر ارتباطاً في مجال تخصصك؟

مع أطيب تمنياتنا بالتوفيق ... »



الاختبار النهائي: تطبيقات عملية في مجال التخصص (1) جودو	قسم المنازلات والرياضات الفردية الأحد 2025/1/4 الفصل الأول 2026/2025 المستوى الثالث: (بنين، بنات)	جامعة طنطا - كلية التربية الرياضية
---	---	---------------------------------------

- السؤال الثاني: اختر الاجابة المناسبة مكان النقاط من الخيارات (أ،ب،ج،د) ممّا بين القوسين لكل عبارة.
(9 درجة)
١. تؤدي السقطة الأمامية ماى او كيمي بالسقوط على..... (أ. الظهر، ب. الجانب، ج. الكفين، د. الساعد والكفين)
 ٢. السقطة "أوشيرو او كيمي" يكون الذراعان فى النهاية..... (أ. على البساط بجوار الجسم بزواوية حادة، ب. جانباً، ج. عالياً، د. بجوار الجسم بزواوية 90 درجة).
 ٣. يتكون زى الجودو الكامل للبنين من..... (أ. الجاكت، ب. البنطلون، ج. الجزام، د. الجاكت والبنطلون والحزام).
 ٤. "كاكى" هى مرحلة..... (أ. الرمى الحقيقى، ب. بدء الرمى، ج. اخلال التوازن، د. التثبيت).
 ٥. زمن مباراة الجودو للاعبى الدرجة الأولى الأنسات هو وقت حقيقى. (3 دقائق، ب. 4 دقائق، ج. 5 دقائق، د. 6 دقائق)
 ٦. "هاجيمى" تعنى (أ. ايقاف اللعب وزمن المباراة، ب. بدء اللعب وزمن المباراة، ج. الحصول على الفوز، د. ارتكاب خطأ فى اللعب).
 ٧. استطاع "جيجور كانو" أن يضع نظاماً لتعلم فنون الجودو وذلك فى خمس وحدات تعليمية بلغ مجموع مهاراتها..... تسهياً لتعلم الجودو. (أ. خمسون، ب. أربعون، ج. ثلاثون، د. عشرون).
 ٨. يقوم لاعب الجودو باخلال التوازن فى اتجاهات متعددة تقسم إلى رئيسة وأخرى فرعية وعددهم..... (أ. 4 اتجاهات، ب. 6 اتجاهات، ج. 7 اتجاهات، د. 8 اتجاهات)
 ٩. تقسم فنون اللعب الأرضى "كتامى وازا" إلى عدد..... أنواع من الفنون. (أ. اثنين، ب. ثلاثة، ج. أربعة، د. خمسة).

(6 درجة)

السؤال الثالث:

تناول بالشرح أحد مهارات الرمى من الوقوف موضعاً مراحل الأداء الفنى؟

(10 درجة)

السؤال الرابع:

الانتقاء السليم للاعب الجودو يوفر كثير من الجهد والامكانيات لتحقيق أفضل النتائج فى المستقبل...

- تكلم عن الانتقاء موضعاً تعريفه وأهدافه، ومراحله فى الجودو؟

==== انتهت الأسئلة ====

أطيب التمنيات بالنجاح والتفوق

(لجنة الممتحنين)

المستوى الثالث (لائحة الساعات المعتمدة 2022)

(بنين، بنات) - الأحد 2025/1/4

زمن الامتحان 2 ساعة

كود المادة: (05-11-09318 م)



جامعة طنطا / كلية التربية الرياضية

قسم المنازلات والرياضات الفردية

امتحان مادة: تطبيقات عملية في مجال التخصص (1) (جودو)

الفصل الأول العام 2026/2025 درجة الامتحان: 40 درجة عدد الأوراق: 1 ورقة (2صفحة)

التعليمات:

1. يستخدم فقط القلم الأزرق والقلم الرصاص في ورقة الاجابة وتصرف ورقة إجابة واحدة لكل طالب.
2. لا يسمح بتداول الأدوات (الاقلام، المسطرة، أدوات الرسم، الآلات الحاسبة... وغيرها).
3. لا يسمح تواجد التليفون المحمول أمام الطالب، ولا استخدام تطبيق الآلة الحاسبة على التليفون المحمول.

أجب على الأسئلة الآتية:

السؤال الأول: اختر الاجابة (أ) عندما تكون العبارة صحيحة واختر الاجابة (ب) عندما تكون العبارة خاطئة.
(15 درجة)

1. يستخدم اللاعب الوقفة الدفاعية "جيجو تاي" ليدافع بها عند قيام منافسه باستخدام أحد مهارات الرمي.
2. تؤدي "ريتسو راي" من وضع الوقوف ثم انحناء الجذع قليلا لأداء التحية.
3. السقطات "اوكمي" من أهم الأساسيات التي لها دورها في الارتقاء بمستوى اللاعب وحمايته من الاصابة.
4. الكودوكان هي أول اكااديمية لتعليم فنون رياضة الجودو.
5. "دوجو" هي الزى الرسمي للاعب الجودو والذي يجب عليه المحافظة على نظافته.
6. عند الدخول للبساط أو مغادرته لأي سبب لابد من أداء التحية من وضع الوقوف المعروفه بـ "ذا ريه"
7. التحرك "ايومي اشى" يكون المشى فيه على البساط بشكل طبيعي بالتبادل بين القدمين اتجاه التحرك.
8. يقابل اللاعب البساط بيده اليمنى عند أداء السقطة الأمامية الدائرية اليسرى ليستطيع السند بها والوقوف.
9. مهارة رمية المقعدة الكبرى "أوجوشي" هي إحدى مهارات مجموعة الرمي بالوسط " وكشى وازا".
10. مهارة سحب الرجل من الداخل " أو اتش جارى" هي إحدى مهارات الرمي بالرجلين " أشى وزا".
11. "تاجى وازا" اللعب من أعلى يشمل فنون الرمي من الوقوف وفنون الرمي بالتضحية.
12. مهارة رمية الكتف "إيبون سيوناجي" إحدى مهارات مجموعة الرمي بالوسط.
13. مرحلة بدء الرمي "تسكورى" ينفذها المهاجم مباشرة بعد مسك بدلة المنافس والتي يتمكن بها من رميه.
14. يمكن التدرج في تعليم السقطة الجانبية على أربع مراحل: (وضع الرقود، الجلوس طولا، القرفصاء، الوقوف).
15. مهارة رمية عجلة الوسط "كوشى جورما" إحدى مهارات فنون الرمي بالوسط "كوشى وازا".

===== باقى الأسئلة فى صفحة 2 =====

جامعة طنطا		زمن الامتحان: ساعتين
كلية علوم الرياضية		درجة الامتحان: ٤٠
قسم المنازلات والرياضات الفردية		المستوى الثالث
امتحان مادة تطبيقات عملية في مجال التايكوندو		
للعام الجامعي ٢٠٢٥ / ٢٠٢٦ م		

ب - تعتبر عملية الانتقاء في رياضة التايكوندو ذات اهمية كبيرة حيث تساعد على الاختيار الدقيق لأفضل العناصر بهدف الوصول إلى أعلى مستوى طبقاً لتوافر الجوانب المختلفة (النفسية - البدنية - الجسمية - الفسيولوجية) وتمر عملية الانتقاء بالعديد من المراحل عن طريق الاختيارات الخاصة بالتايكوندو .

(١٠ درجات)

في ضوء تلك العبارة وضح

- مراحل الانتقاء الرياضى فى رياضة التايكوندو مع بيان الخصائص المميزة لكل مرحلة . (٥ درجات)
- اهمية عملية الانتقاء فى رياضة التايكوندو بأسلوب علمى . (٥ درجات)

(٢٠ درجات)

السؤال الثانى

أ- ضع علامة (صح) امام العبارة الصحيحة وعبارة (خطا) امام العبارة الخاطئة :-

- ١- المرونة العامة من اهم الصفات البدنية للاعب التايكوندو لانها تحدد مدى قوة الركلات. ()
- ٢- تعتمد عملية الانتقاء فى التايكوندو على الجانب البدنى فقط دون المهارى او النفسى. ()
- ٣- يمكن تعويض ضعف الصفات البدنية بارتفاع المستوى المهارى فقط . ()
- ٤ يهدف مبدا التنوع فى التدريب الى تقليل الملل وزيادة الدافعية لدى اللاعبين . ()
- ٥- لا يختلف الحمل التدريبي للاعبى التايكوندو باختلاف المراحل السنية . ()
- ٦ - يؤكد مبدا التكيف ان جسم اللاعب يستجيب للحمل التدريبي وفقا لشدته ومدته. ()
- ٧- واقى الساعد وواقى الساق من الادوات الاختيارية وغير المؤثرة فى سلامة اللاعب. ()
- ٨- لا يسمح باستخدام ادوات غير معتمدة من الاتحاد الدولى اثناء المباريات . ()
- ٩- لا يؤثر العمر الزمنى على نجاح عملية الانتقاء . ()
- ١٠- يجب ان يتناسب الحمل التدريبي مع اهداف الفترة التدريبية (اعداد عام - خاص - منافسات) . ()

ب - تعد مبادئ التدريب الرياضى هى القواعد الاساسية التى تنظم بها التدريب لضمان تحسين القدرات البدنية والمهارات القتالية للاعبى التايكوندو من خلال التدرج فى الشدة والتكرار المنتظم والتنوع بين المهارات لتحسين القوة والسرعة والرشاقة بما يعزز الاداء فى المباريات . (١٠ درجات)

فى ضوء تلك العبارة اشرح الاتى:-

- ١- مبدا التدرج فى الحمل التدريبي واثره فى تطوير المستوى البدنى والمهارى للاعب التايكوندو . (٥ درجات)
- ٢ - ناقش دور الرشاقة والتوازن فى التحكم فى مهارات اللاعب اثناء المباريات . (٥ درجات)

&مع تمنياتنا بدوام التوفيق والنجاح&

زمن الامتحان: ساعتين		جامعة طنطا
درجة الامتحان: ٤٠		كلية علوم الرياضة
المستوى الثالث		قسم المنازلات والرياضات الفردية
امتحان مادة تطبيقات عملية في مجال التايكوندو		
للعام الجامعي ٢٠٢٥ / ٢٠٢٦ م		

اجب عن الاسئلة الاتية :-

السؤال الاول : (٢٠ درجات)

(١٠ درجات)

أ - اختار الاجابة الصحيحة من بين القوسين :

- ١- تجاهل مبدا الاستجابة الفردية عند تصميم البرنامج التدريبي يؤدي الى
 أ- تحسين الاداء الجماعي ب - الاصابات وتسرب بعض اللاعبين ج - زيادة الدافعية د- تطور جميع اللاعبين
- ٢- يستخدم الهجوم الالكتروني بالمباريات في
 أ- تقييم الاداء المهارى ب - قياس سرعة الركلة ج - تسجيل النقاط الكترونيا د - تقليل زمن المباراة
- ٣- انخفاض المرونة لدى لاعب التايكوندو يؤدي الى
 أ- تحسين الدقة ب - تقليل الاصابات ج - زيادة القوة د - محدودية الاداء الفنى
- ٤- اى من المبادئ التالية مطلوب لاحداث التوازن فى التدريب بين العضلات العاملة والمقابلة للاداء داخل الوحدة التدريبية
 أ- الخصوصية ب - الحمل الزائد ج - الاستشفاء د - التدرج فى زيادة حمل التدريب
- ٥- الصفة البدنية الاكثر ارتباطا بالاداء الدفاعى
 أ- التحمل الهوائى ب - سرعة الاستجابة ج - القوة القصوى د- الضخامة العضلية
- ٦ - الوضع الاساسي الاكثر استخداما باليومزا الثانية (ايجن)
 أ- اب كوبى ب - اب سوجى ج - ديت كوبى د - نارينهى سوجى
- ٧ - اى العوامل التالية يستخدم كمؤشر انتقاء فى المراحل النهائية ..
 أ - الذكاء الخططى ب - الطول ج - تركيب الجسم د - نسب الاطراف
- ٨ - افضل اداة لتطوير القوة المميزة بالسرعة والسرعة الحركية فى التايكوندو.....
 أ- اجهزة الجرى ب - الاستيك المطاط ج - الانتقال القصوى د- الاجهزة الثابتة
- ٩- من المهارات الدفاعية التى تميز اليومزا الثالثة .
 أ- سونال ان تشيجى ب - هان سونال ارأى ماكى ج - اولجل ماكى د- هان سونال باكت ممتونج ماكى
- ١٠ - انخفاض الحمل التدريبي فجأة يؤدي الى
 أ- زيادة التكيف ب - ثبات المستوى ج - فقدان التكيف المكتسب د- تحسن الاداء



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم الألعاب الجماعية ورياضات المضرب

الزمن : ساعتان
الدرجة الكلية ٤٠ درجة

إمتحان مادة تطبيقات عملية فى مجال التخصص (تنس أرضى)
للفصل الدراسى الأول
للفرقة الثالثة بنين و بنات للعام الجامعى ٢٠٢٥ / ٢٠٢٦ م

السؤال الأول :
(عشرون درجة)
١- إذكر المهارات الأساسية لرياضة التنس مع شرح مهارتين من حيث المراحل الفنية والأخطاء الشائعة ؟

السؤال الثانى :
(عشرون درجة)
إشرح بإيجاز كلاً مما يلى :
أ- عنصرين من عناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبى التنس ؟
ب- التغذية الخاصة بلاعبى التنس قبل وأثناء وبعد المباراة ؟
ت- التكنولوجيا فى تدريب رياضة التنس ؟

مع تمنياتى بدوام النجاح

جامعة طنطا

رقم الكود:

كلية التربية الرياضية

زمن الامتحان: ساعتان

قسم الألعاب الجماعية ورياضات المضرب

المستوى: الثالث (بنين - بنات)

امتحان مقرر تطبيقات عملية في التخصص (كرة يد)

الفصل الدراسي الأول - للعام الجامعي 2026/2025م

السؤال الأول:

(10 درجات)

اذكر عناصر اللياقة البدنية الخاصة بكرة اليد مع شرح احداها بالتفصيل؟

السؤال الثاني:-

(10 درجات)

وضح بالرسم على ملعب كرة اليد المراكز الهجومية والدفاعية الخاصة باللاعبين؟

السؤال الثالث:-

(10 درجات)

التشكيلات الدفاعية في كرة اليد هي طرق تنظيم المدافعين حول منطقة المرمى وتهدف الى عرقلة هجوم الخصم ولكل منها مميزات وعيوب.

-في ضوء ذلك اشرح احدى التشكيلات الدفاعية واذكر مميزات هذه الطريقة وعيوبها؟

مع أطيب التمنيات بالتوفيق

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم الجمباز والتمرينات

والتعبير الحركى والعروض الرياضية

امتحان الفرقة الثالثة

تطبيقات عمليه في مجال التخصص (٧)

صياح

السؤال الأول :

(15 درجة)

تناول بالشرح ما يلي :

- المراحل الفنيه لمهاره الشقلبيه الاماميه علي اليدين علي جهاز الارضي
- المتطلبات البدنيه للمهاره
- الاطء التي يمكن ان تحدث اثناء اداء المهاره

(15 درجة)

السؤال الثاني

تكلم عن المتطلبات البدنيه علي جهاز حصان القفز مع شرح اهمها من وجهه نظرك

(10 درجات)

السؤال الثالث :

ضع علامه (صح) او (خطأ) لكلا من العبارات التاليه :

- يعتبر جهاز الترامبولين احد اجهزه الجمباز الاساسيه ()
- بدايه الانتقاء في الجمباز عند المرحله السنيه 10 سنوات ()
- يجب ثني الركبتين عند اداء الشقلبه الاماميه علي جهاز الارضي ()
- يمكن ثني الذراعين اثناء الاداء علي جهاز حصان القفز ()
- مسافه الاقتراب علي جاز حصان القفز من 3 ل 5 امتار ()

مع تمنياتنا بالنجاح والتفوق

مقرر: تطبيقات في مجال التخصص ١
(مسابقات الميدان والمضمار)
المستوى الثالث
الفصل الدراسي الأول ٢٠٢٤/٢٠٢٥ م
تاريخ الاختبار/الاحد ٢٠٢٥/١/٤ م
زمن الاختبار / ساعتان



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم مسابقات الميدان والمضمار

جب عن الأسئلة التالية:

سؤال الأول (15 درجة)

من خلال دراستك لبعض مسابقات الميدان والمضمار في مجال تخصصك اختر أحد المسابقات وتحدث عنها من حيث

- الهدف منه
- المراحل الفنية
- الخطوات التعليمية
- الأخطاء الشائعة
- المحاولات الفاشلة
- مقاييس الاداء والملعب
- العوامل المؤثرة علي الايقت
- عناصر اللياقة البدنية الخاصة؟

سؤال الثاني (10 درجات)

- وضح كيفية تصميم وحده تدريبيه مع تحديد مكونات الوحده التدريبيه والهدف منها؟

سؤال الثالث (15 درجة)

- وضح كيفية تنظيم وإداره بطوله لمسابقه ألعاب القوي ؟
- مع ذكر اهم الاحتياطات الواجب توافرها لمراعاه عوامل الامن والسلامه عند أداء البطوله؟

مع تمنياتي لكم بدوام التوفيق والنجاح ،،،



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة



امتحان الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي 2025-2026م
لمقرر تطبيقات عملية في مجال التخصص (1) (كرة سلة)
للمستوى الثالث (بنين - بنات)

الوقت: ساعتان

الدرجة الكلية: 40 درجة

السؤال الأول (درجه) (10)

اذكر تقسيمات المهارات الأساسية في كرة السلة، وشرح إحدى المهارات الأساسية بالتفصيل من حيث طريقة الأداء الفني - الخطوات التعليمية - تدريبات للارتقاء بالمهارة.

السؤال الثاني (درجه) (10)

ماهي أهم الخصائص البدنية والمهارية والخططية للاعب كرة السلة في مرحلة الشباب؟

السؤال الثالث (درجه) (10)

ضع علامة صح أمام العبارة الصحيحة وعلامة خطأ أمام العبارة الخاطئة مع تصحيح الخطأ.

- 1- الرمية الحرة هي فرصة تمنح اللاعب أن يسجل نقطتين. ()
- 2- يبلغ طول ملعب كرة السلة القانوني 25 متر. ()
- 3- زمن الوقت المستقطع الواحد دقيقتان. ()
- 4- يبلغ ارتفاع لوحة الهدف عن الأرض 305سم. ()
- 5- تعتبر المتابعة ضمن المهارات الدفاعية فقط. ()

السؤال الرابع (درجه) (10)

أجب عن الأسئلة التالية باختيار واحد فقط: -

- 1- عدد اللاعبين للفريق الواحد داخل الملعب.
(أ) ثلاثة لاعبين (ب) أربع لاعبين (ج) خمس لاعبين (د) ستة لاعبين
- 2- زمن المباراة في رياضة كرة السلة.
(أ) 20 دقيقة (ب) 30 دقيقة (ج) 40 دقيقة (د) 50 دقيقة
- 3- عند أداء التصويب من الثبات يتم التخلص من الكرة قبل
(أ) 3 ثواني (ب) 4 ثواني (ج) 5 ثواني (د) 6 ثواني
- 4- فترة الراحة بين الفترة الأولى والثانية.
(أ) دقيقة (ب) دقيقتين (ج) 3 دقائق (د) 10 دقائق
- 5- زمن الشوط الإضافي في حالة التعادل في المباراة مدته.
(أ) 4 دقائق (ب) 5 دقائق (ج) 6 دقائق (د) 10 دقائق

مع خالص الامنيات بالنجاح والتوفيق



امتحان تطبيقات تخصصية (١) .. مصارعة (المستوى الثالث)

الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠٢٥/٢٠٢٦

(٢٠ درجة)

السؤال الأول :

اذكر أهم العناصر البدنية للمصارع مع شرح أهم عنصرين من وجهة نظرك موضحا طريقة التنمية مع ذكر اختبار وتمارين لكل عنصر من العنصرين .

(١٥ درجة)

السؤال الثاني :-

تحدث باستفاضة عن أهم الأجهزة والأدوات الحديثة في تدريبات المصارعين .

(٥ درجات)

السؤال الثالث :-

اشرح مهارة من مهارات المصارعة موضحا الخطوات الفنية للأداء .

سعدنا بالتدريس لكم وتمنياتنا بالتوفيق والنجاح الدائم.

رقم كود المقرر :		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ساعتان		كلية التربية الرياضية
النهاية العظمى : 40 درجة		قسم الرياضات المائيه
المستوي الثالث - (بنين)		
الامتحان النظري لمقرر : تطبيقات عملية في مجال التخصص (1)		
رياضات مائية (كرة ماء)		
الترم الاول - للعام الجامعي : 2026/2025		

(الدرجة 20)

السؤال الأول

- من خلال دراستك لمادة تطبيقات عملية في مجال التخصص تكلم عن الآتي :
- (أ) المهارات الأساسية في كرة الماء مع شرح أثنان منهم بالتفصيل ؟
- (ب) ينقسم الموسم التدريبي إلى أربعة مراحل صغيرة ماهي مع الشرح ؟
- (ج) فسرتقسيم نظم إنتاج الطاقة بناءً على زمن ومسافة السباق في السباحة؟
- (د) مفهوم الانتقاء في السباحة ؟ مع ذكر أهداف الانتقاء ؟

(الدرجة 10)

السؤال الثاني :

- ضع علامة () امام العبارة الصحيحة وعلامة () امام العبارة الخاطئة
- (1) يعتبر حمل التدريب هو القاعدة الأساسية للتدريب الرياضي، والسبب الرئيس في تطوير الحالة البدنية ()
- (2) الشدة يقصد بها السرعة ، أو القوة ، أو درجة الصعوبة المميزة للأداء البدني . ()
- (3) يتميز الحمل الأقصى بأنه يمثل عبء قوي على أجهزة الجسم الداخلية ()
- (4) العلاقة العكسية بين كل من الشدة والحجم ، فإذا قل الحجم نقصت الشدة والعكس صحيح ()
- (5) يصل معدل النبض من 160 إلى 170 نبضة / الدقيقة. في الحمل الأقل من الأقصى ()

(الدرجة 10)

السؤال الثالث :

- اختر الإجابة الصحيحة (أ / ب / ج / د)
- (1) طرق التدريب الحديثة في رياضة السباحة
- (أ) تدريب التحمل والسرعة (ب) تدريب التحمل (ج) تدريب عتبة التحمل (د) كل ما سبق
- (2) من محددات الانتقاء في المجال الرياضي
- (أ) المحددات البيولوجية (ب) المحددات النفسية (ج) المحددات الاجتماعية (د) كل ما سبق
- (3) من مكونات الحمل التدريبي
- (أ) الشدة (ب) الحجم (ج) زمن الراحة (د) كل ما سبق
- (4) من طرق التحكم في درجات الحمل
- (أ) التغير في حجم الحمل (ب) التغير في السرعة (ج) التغير في نظم الطاقة (د) كل ما سبق
- (5) الحمل الأقصى وتتراوح شدته من من الحد الأقصى لقدرة اللاعب
- (أ) 100-90 % (ب) 70-50 % (ج) 50-35 % (د) 90-75 %

بالتوفيق والنجاح

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم المنازلات والرياضات الفردية
المستوى الثالث (بنين - بنات)
المقرر: تطبيقات تخصصية (ملاكمة)
الزمن: (ساعتان)
الدرجة: (٤٠)

امتحان الفصل الدراسي الاول للعام الجامعي (٢٠٢٥-٢٠٢٦) م

أجب عن الاسئلة الآتية ..

السؤال الاول :-

١- ما هي خطوات تعليم مهارة وقفة الاستعداد متناولا وصف اداء تلك المهارة .
(١٠ درجات)

ب- ماهي الاخطاء الشائعة التي يقع فيها المبتدئون اثناء تعلمهم اللكمة المستقيمة اليمنى للراس؟
(١٠ درجات).

السؤال الثاني :

١ - تكلم عن وسائل الدفاع في الملاكمة .
(١٠ درجات)

ب- ضع علامة (صح) للعبارة الصحيحة وعلامة (خطا) للعبارة الخاطئة

- ١) اول من ادخل الملاكمة في مصر هم الانجليز .
- ٢) تم الاستدلال على ممارسة قدماء المصريين للملاكمة عن طريق معابد بنى حسن.
- ٣) تستخدم اللكمات الجانبية في مسافات اللكم المتوسطة و احيانا في المسافات القصيرة.
- ٤) تعتبر اللكمات المستقيمة هي اكثر اللكمات استخداما في مباريات الملاكمة .
- ٥) اللكمة المستقيمة للجذع يتم فرد الذراع الضاربة بعد النزول لمستوى جذع الخصم.
- ٦) تكون الإتحاد المصري لملاكمة الهواة عام ١٩٢٣ م.
- ٧) لا يصرح للملاكم الضرب باستخدام ظهر الففاز أو الحافة الخارجية لليد.
- ٨) حصلت مصر على ثلاث ميداليات في اولمبياد اثينا ٢٠٠٤ م
- ٩) عند أداء اللكمة المستقيمة اليمنى تكون الركبة اليمنى في حالة مد.
- ١٠) تم تشكيل اول منتخب ملاكمة نسائية في مصر عام ٢٠٠١ م.

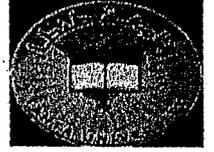
(١٠ درجات)

انتهت الاسئلة مع خالص تمنياتنا بالتوفيق



الدرجة: 40

الزمن : ساعتان



جامعة طنطا

كلية علوم الرياضة

الامتحان النظري لمادة تطبيقات عملية في مجال التخصص (1) بنات
المستوى الثالث لائحة الساعات المعتمدة (2022)

السؤال الأول (الدرجة 20)

- جهاز حسان القفز أحد أجهزة الجمباز الفني أنسات من خلال هذه العبارة وضح .

(أ) ما هي متطلبات الأداء على جهاز حسان القفز ؟

(ب) اذكر مراحل الأداء على جهاز حسان القفز مع توضيح طريقة السند للقفز
داخلا مع الفرد خلفا ؟

السؤال الثاني (الدرجة 20)

(أ) اذكر أنواع الحواس في تعليم رياضة الجمباز مع توضيح دور حاسة البصر
في تعليم وتدريب الجمباز؟

(ب) أهم النقاط الفنية اللازمة لنجاح مهارة الدرجة الخلفية وقوف على اليدين ؟

مع خالص التمنيات بالنجاح والتوفيق

جامعة طنطا

كلية علوم الرياضة

قسم المنازلات والرياضات الفردية



الزمن: ساعتين

الدرجة الكلية: (٤٠)

المستوي الثالث (بنين/ بنات)

امتحان مقرر تطبيقات عملية في مجال التخصص (١) برنامج التدريب الرياضي "مبارزة" للعام الجامعي (٢٠٢٥ - ٢٠٢٦ م)

السؤال الأول:

الدرجة (٢٠)

يُعد التدريب في رياضة المبارزة الأساس لتطوير الأداء البدني والمهاري حيث يساهم في صقل قدرات اللاعب وتبرز أهميته في كونه عملية منظمة ترتبط ارتباطًا وثيقًا بمراحل يتعلم كما أن إدراك خصائص كل مرحلة من مراحل التعلم الحركي يساعد المدرب واللاعب على اختيار الأساليب المناسبة لتحقيق أفضل النتائج.

❖ ناقش مفهوم التدريب في رياضة المبارزة موضحة مراحل التعلم الحركي المختلفة وعلاقتها بالتدريب.

❖ أذكر خصائص كل مرحلة على حدة مبينًا كيف يمكن للمدرب الاستفادة من هذه الخصائص في تطوير أداء لاعب المبارزة.

السؤال الثاني:

الدرجة (١٠)

تمثل اللياقة البدنية قدرة اللاعب على مواجهة متطلبات المنافسة ومن هنا تأتي ضرورة إدراك أهميتها وعلاقتها المباشرة بتطور مستوى اللاعب .

❖ اذكر عناصر اللياقة البدنية وأهميتها للاعب المبارزة .

❖ وضح ترتيبها تبعًا للأهمية النسبية من وجهة نظرك ثم اختر عنصرين وقم بشرحهما بالتفصيل موضحة دورهما في تحسين أداء المبارز .

السؤال الثالث:

الدرجة (١٠)

تُعتبر المهارات الأساسية الركيزة التي يبني عليها الأداء الفني والتكتيكي و إتقانها يتطلب فهمًا دقيقًا للخطوات الفنية وتجنب الأخطاء أثناء المنافسة

❖ اذكر المهارات الأساسية في رياضة المبارزة من تحركات وأوضاع أساسية ومهارات الهجوم البسيط.

❖ أشرح الخطوات الفنية لاثنتين منها مع توضيح أبرز الأخطاء الشائعة التي قد يقع فيها اللاعب أثناء تنفيذها.

"انتهت الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق"

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم الجيمباز والتمرينات والتعبير
الحركي والعروض الرياضية
السؤال الأول: الاختيار من متعدد

المادة: تطبيقات عملية في مجال التخصص (1)
تمرينات وعروض رياضية
المستوي الثالث بنات
2025م - 2026م
(15 درجة)

- 1- أي من الوثبات التالية يكون مسار الجسم عموديا
أ- وثبة الفجوة ب- وثبة الغزالة ج- الوثبة المقوسة
- 2- قدرة الفرد علي الاحتفاظ بثبات الجسم فوق قاعدة الارتكاز ولا يقل الثبات عن 3 ثواني هو
أ- التوازنات ب- الوثبات ج- المرجحات
- 3- وزن الصولجان
أ- 150 جم ب- 160 جم ج- 170 جم
- 4- يتراوح الزمن في الجمل الجماعية إلي
أ- 2.00 : 2.15 ب- 2.15 : 2.30 ج- 2.30 : 2.45
- 5- في المجموعات المهارية لأداة الصولجان الطواحين تكون
أ- فردية ومزدوجة ب- فردية وثلاثية ج- مزدوجة وثلاثية
- 6- يبلغ قطر الكرة
أ- 14 : 16 سم ب- 16 : 18 سم ج- 18 : 20 سم
- 7- Split Leap تعني
أ- وثبة النجمة ب- وثبة القرفصاء ج- وثبة الفجوة
- 8- ادوات التمرينات الإيقاعية التي تؤدي بيد واحدة هي
أ- الحبل والشريط والكرة ب- الطوق والكرة والشريط ج- الحبل والطوق والصولجان
- 9- الصولجان من الأدوات التي تؤدي.....
أ- لينة - بيد واحدة ب- صلبة - باليدين ج- لينة - باليدين
- 10- Tapping تعني
أ- الخبط أو النقر ب- المرجحة ج- الدوائر
- 11- وثبة الكليك تعني
أ- Tuck Jumb ب- Star Jumb ج- Cabriole
- 12- قطر الطوق يتراوح بين
أ- 80 : 90 سم ب- 90 : 100 سم ج- 100 : 110 سم

13- أنواع الأخطاء في التمرينات

أ- أخطاء دقيقة ب- أخطاء كبيرة ج- كلاهما

14- Throws & Catches تعني

أ- النقر والقبضات ب- الرميات والإستلام ج- الدوائر والمرجحات

15- عند أداء الجمل الجماعية في التمرينات يكون عدد اللاعبات

أ- 4 لاعبات ب- 5 لاعبات ج- 6 لاعبات

(15 درجة)

السؤال الثاني : أسئلة الصواب والخطأ

- 1- يتم الإرتقاء في جميع الوثبات علي القدمين والهبوط علي القدمين ()
- 2- يتكون الصولجان من رأس وعنق وجسم ()
- 3- من شروط الأداء الصحيح للوثبات الإرتفاع الجيد وشكل ثابت ()
- 4- يتكون النداء من التنبيه والحكم ()
- 5- (وقوف . فتحا . الذاعان جانبا . ميل) وضع أصلي ()
- 6- Mills في التمرينات الإيقاعية تعني الطواحين وتؤدي إما رأسية أو أفقية ()
- 7- من أسباب حدوث الأخطاء عدم كفاية الإعداد البدني والتصور الخاطئ للمهارة ()
- 8- طول الصولجان من 40: 50 سم ()
- 9- من الأدوات الصلبة في التمرينات الصولجان والكرة والشريط ()
- 10- تؤدي الرميات إما بدوران الصولجان أو بدون دوران الصولجان ()
- 11- يمكن استخدام أداة واحدة أوأداتين عند أداء الجمل الجماعية ()
- 12- الأدوات في التمرينات صلبة ولينة تتم بيد واحدة ()
- 13- من وسائل إصلاح الأخطاء عدم مقارنة الأداء الصحيح بالأداء الخاطئ ()
- 14- تعد المقاعد السويدية من الأدوات القانونية في التمرينات ()
- 15- عند أداء الدوائر الصغير تكون الحركة من مفصل رسغ اليد دون انقطاع في الحركة ()

السؤال الثالث :

أ- اذكر المجموعات المهارية للصولجان؟ مع شرح اثنين منهم؟ (10 درجات)