

الفرقة : دبلوم ادارة المؤسسات الرياضية  
المادة : مدخل الإدارة العلمية  
العام الجامعي : ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤ م  
الزمن : ثلاث ساعات  
الدرجة : ٧٠

جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم الإدارة الرياضية

أجب عن الأسئلة الآتية :-

( ٣٠ درجة )

السؤال الأول :

" تحتل الإدارة مكانة بارزة في حياة المجتمعات البشرية ، وذلك نظراً لما تحقّقه من فوائد عديدة للمجتمع ، فمن خلال الإدارة يتطور المجتمع ويواكب متغيرات العصر ، فالإدارة تقوم بحشد الطاقات والإمكانات والقدرات وحثها على الإبداع والابتكار." إشرح مفهوم العبارة السابقة مشيراً إلى :

- تعريفات الإدارة والإدارة الرياضية .
- عناصر الإدارة في المجال الرياضي .
- مستويات الإدارة الرياضية .
- خصائص الإدارة في التربية الرياضية .

( ٢٠ درجة )

السؤال الثاني :

" الاختيار الجيد يأتي بعد جهد وتفكير ، واتخاذ القرار الصحيح أصبح فناً يُدرّس في المناهج المتخصصة " .

في ضوء العبارة السابقة تناول ما يلي :

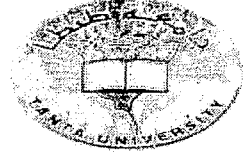
- تعريف القرار .
- أهمية اتخاذ القرارات .
- مراحل اتخاذ القرارات .
- عوامل نجاح عملية اتخاذ القرار .

( ٢٠ درجة )

السؤال الثالث :

- عرف التقويم .
- أذكر خصائص التقويم الناجح .
- أهداف عملية التقويم .
- مراحل عملية التقويم .

مع أطيب تمنياتنا بالتوفيق والنجاح ،،



الدراسات العليا  
دبلوم إدارة المؤسسات الرياضية  
النهائية العظمي : ( ٧٠ ) درجة  
تاريخ الامتحان : ٢٠٢٤/٧/٣ م

جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم الإدارة والترويج الرياضي

الامتحان النظري لمادة : التنظيمات الرياضية المحلية والدولية  
العام الجامعي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤

( ٣٠ درجة )

السؤال الاول :-

- تناول بالشرح أنواع وشروط العضوية بالاندية الرياضية ؟

( ٢٠ درجة )

السؤال الثاني :-

- أذكر الاختصاصات التي يمارسها المدير التنفيذي للنادي الرياضي ؟

( ٢٠ درجة )

السؤال الثالث :-

- أذكر الاختصاصات التي يباشرها مجلس ادارة النادي الرياضي ؟

مع تمنياتنا بالتوفيق

المادة : مدخل الاعلام الرياضى

جامعة طنطا

الفرق : الإعلام الإدارى من الدراسات

كلية الدراسات الرياضية

الشعبة : الإدارة الرياضية

قسم الإدارة الرياضية

الاسم : .....

رقم الكود : .....

امتحان الدراسات العليا للعام الجامعى 2024/ 2023

اجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول :-

أن الإعلام ظاهرة من ظواهر التطور وبدون إعلام كان من المستحيل أن تنمو المجتمعات وأن تنتقل التجارب والخبرات وأن تتراكم المعارف والمعلومات، والإعلام نعمة من نعم الله ليست مقصورة على الإنسان وحده بل هي نعمة تشترك فيها كل الكائنات الحية فالنظام الدقيق للنمل وغيرها من الكائنات ، لم يأتي إلا ضمن إتصال محكم وخبرة منقولة من جيل إلى جيل ، ولكن الله سبحانه وتعالى ميز الإنسان على غيره من الكائنات الحية بقدرته على تطوير وسائل اتصاله فمن الإشارات والرسوم والرقص والغناء إلى الكلمة المنطوقة والحروف المكتوبة ، ومن الإعلام الفطرى إلى الإعلام اليومى ومن الإعلام الجماعى إلى الإعلام الجماهيرى ومن الإعلام المحلى إلى الإعلام الدولى ، من خلال دراستك عن الأعلام الرياضى تكلم عن (مفهوم الإعلام الرياضى / أهمية الإعلام الرياضى / مبادئ الإعلام الرياضى / أنماط الأعلام الرياضى)

السؤال الثانى :-

اصبح تأثير الأعلام الرياضى على الجمهور مجالاً ضخماً قائماً بذاته لة نظرياتة وابحاثة فى ضوء ما درست تكلم عن مدى تأثير الأعلام الرياضى فى وكيفية تطويرة من وجهة نظرك.

السؤال الثالث :-

تعد التكنولوجيا الحديثة للإعلام الرياضى فى حقيقتها وسيلة وعى ونشر، فهي تلعب دور هام فى تكوين المجتمعات كنقل العلم والمعرفة والرياضة باعتبارها سمة المجتمع الذى يمارس نشاطات جسدية وفكرية تعتمد إلى حد كبير على هذه الوسائل فى سرعة نقلها وتحسين مستوى أدائها من نطاق المجتمع الصغير إلى المجتمع الكبير تكلم عن تكنولوجيا الاتصالات ودورها فى عولمة الأعلام الرياضى

مع اطيب امنياتى بالنجاح والتفوق ،

الفرقة : دبلوم ادارة المؤسسات الرياضية  
المادة : طرق البحث فى الإدارة الرياضية  
العام الجامعى : ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤ م  
الزمن : ثلاث ساعات  
الدرجة : ٧٠

جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم الإدارة الرياضية

أجب عن الأسئلة الآتية :-

السؤال الأول :

( ٣٠ درجة )

" البحث العلمى هو وسيلة يحاول بواسطتها الباحث دراسة ظاهرة أو مشكلة ما والتعرف على العوامل المؤثرة في ظهورها أو حدوثها للتوصل إلى نتائج تفسرها " .  
فى ضوء العبارة السابقة تناول ما يلى :

- مفهوم العلم .
- مفهوم المعرفة .
- مفهوم البحث العلمى .
- خصائص البحث العلمى .
- صفات الباحث العلمى .
- مكونات الرسالة العلمية .

السؤال الثانى :

( ٢٠ درجة )

" تتعدد مراحل وخطوات البحث العلمى وعلى الباحث معرفتها جميعاً والالتزام بها " .  
فى ضوء العبارة السابقة تناول بالذكر ما يلى :

- خطوات البحث العلمى .
- مصادر الحصول على المشكلة البحثية .
- مناهج البحث العلمى .
- أدوات جمع البيانات فى بحوث الإدارة الرياضية .

السؤال الثالث :

( ٢٠ درجة )

" يهدف البحث العلمى لنمو الإدراك البشرى وزيادة قدرته على الاستفادة مما حوله ،  
فيوفر حياة حضارية للفرد والمجتمع " .

من خلال دراستك لمادة طرق البحث العلمى فى مجال الإدارة الرياضية .. اشرح دور  
البحث العلمى فى تقدم الفرد والأسرة والمجتمع .

مع أطيب تمنياتنا بالتوفيق والنجاح ،،







جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا



الفرقة: دبلوم (اصابات رياضية)

التاريخ: ٩-٧-٢٠٢٤  
زمن الإمتحان: ٣ ساعات

## امتحان مادة التأهيل الرياضي للعام الدراسي ٢٠٢٣ - ٢٠٢٤

### السؤال الأول :- (٣٠ درجة)

- أهيمه التأهيل الرياضي.
- تكلم عن العلاج الحركي الرياضي ودوره في التأهيل.
- ما هي مميزات التمرينات الثابتة والمتحركة.

### السؤال الثاني :- (٤٠ درجة)

من خلال دراستك لمادة التأهيل الرياضي اكتب في موضعين من الموضوعات التالية

١- تمزق عضلات خلف الفخذ

٢- خلع مفصل الكتف

٣- الام أسفل الظهر

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا



الفرقة: دبلوم (اصابات رياضية)

التاريخ: ٢٩ - ٦ - ٢٠٢٤  
زمن الإمتحان: ٣ ساعات

امتحان مادة مدخل الاصابات الرياضية للعام الدراسي ٢٠٢٣ - ٢٠٢٤

السؤال الأول :- (٣٠ درجة)

تعتبر الاصابات الرياضية من أهم الاسباب التي تعيق تقدم الفرق الرياضية وتحقيق الانجاز، من خلال ذلك وفي حدود دراستك للمادة، ناقش ذلك من حيث:-  
مفهوم الاصابات الرياضية من حيث ( الدرجة- الاسباب- كيفية تفادي حدوثها).

السؤال الثاني :- (٤٠ درجة)

تتعدد الاصابات في الطرف العلوي والسفلي للشخص الرياضي، ناقش تلك العبارة مع شرح اصابة لكل طرف (طرف علوي- طرف سفلي).

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح

أ.د/ عبد الحليم عكاشة



جامعة طنطا

تاريخ الامتحان : ٢٠٢٤/ ٧/٣

كلية التربية الرياضية

درجة الامتحان : ٧٠ درجة

قسم علوم الصحة الرياضية

زمن الامتحان : ٣ ساعات

امتحان مادة ٣ الصحة الرياضية دبلوم الإصابات الرياضية

لعام ٢٠٢٣ - ٢٠٢٤ م

السؤال الأول :

٣٠ درجة

تكلم عن

- دور مدرس التربية الرياضية في تقويم صحة التلاميذ؟
- دور مدرس التربية الرياضية في نشر الوعي بأهمية الوقاية من الإصابات الرياضية للتلاميذ؟
- الفوائد الصحية للنشاط الرياضي؟

٤٠ درجة

السؤال الثاني :

- تكلم عن الاشتراطات الصحية داخل الاندية والمراكز الصحية؟
- من خلال دراستك للصحة الرياضية وضح كيف يمكن المحافظة على الأمن القومي للبلاد؟

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم علوم الصحة الرياضية

الدراسات العليا

المادة: التدليك الرياضي

٢٠٢٤/٢٠٢٥ م

تاريخ الامتحان: السبت ٦/٧/٢٠٢٤

زمن الامتحان: ثلاث ساعات

عدد الصفحات: صفحة واحدة

الدرجة: ٧٠

مرحلة دبلوم الإصابات

## " أجب عن الأسئلة الآتية اجباري "

(٤٠ درجة)

السؤال الأول :-

- ضع اربع تعريفات للتدليك الرياضي مع وضع تعريف اجرائي لكل منهما
- ماهي الاماكن بالجسم التي يمنع فيها التدليك مع توضيح موانع التدليك بصفه عامه ؟
- ماهي الادوات المستخدمه في التدليك مع شرح كيفية استخدامها في جلسه التدليك مع توضيح زمن جلسه التدليك؟
- ماهي انواع التدليك ؟
- ماهي التأثيرات الفسيولوجيه للتدليك على كلا من :-
  ١. الجهاز العضلى
  ٢. الجهاز الليمفاوى
  ٣. الجهاز العصبى
- ماهي الشروط الواجب توافرها في المدلك والمتدلك وغرفه التدليك ؟
- اذكر عشر نقاط انعكاسيه لليد والقدم مع الرسم .

(٣٠ درجة)

السؤال الثانى :-

- تكلم عن الطرق الاساسيه للتدليك مع شرح كلا اثنين فقط منهما :-

من حيث ( تعريفها - انواعها - التأثيرات الفسيولوجيه لها - مايجب مراعاته عند تدليكها )

انتهت الاسئله

مع تمنياتى بالتوفيق والسداد ،،

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم علوم الصحة الرياضية

تاريخ الامتحان : ١١ / ٧ / ٢٠٢٤

درجة الامتحان : ٧٠ درجة

امتحان مادة التغذية الرياضييه دبلوم الإصابات الرياضييه

لعام ٢٠٢٣ - ٢٠٢٤ م

السؤال الأول :

٤٠ درجة

- عرف كلا من علم التغذية - الغذاء الصحي - الغذاء المتوازن - التمثيل الغذائي - الاحتياجات الغذائية.
- اذكر عناصر الغذاء مع شرح ثلاث عناصر بالتفصيل وتأثيرها على الأداء الرياضي ؟
- تكلم عن شروط الغذاء الكامل ؟
- اذكر ٥ عناصر من الفيتامينات والأملاح المعدنية مع توضيح في حاله زيادته عن الجرعه المسموح بها و في حاله نقصانه ما هو الضرر الواقع على جسم الإنسان؟

السؤال الثاني :

٣٠ درجة

- تكلم عن تغذيه الرياضي ( يوم المباراه - كمييه السوائل يوم المباراه - بعد المباراه)
- ما هي النصائح الغذائية الصحيه لمرضى السكر ومرضى ارتفاع ضغط الدم؟

تمنياتنا بالتوفيق

زمن الامتحان: ثلاث ساعات  
الدرجة الكلية: ٧٠ درجة  
الفرقة: دبلوم الإصابات الرياضية  
التاريخ: ٢٠٢٤/٧/١ م



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم علوم الصحة الرياضية  
الدراسات العليا

## الامتحان النظري مادة الإسعافات الأولية

السؤال الأول: (٢٠ درجة).

- 1 - تعريف الإسعافات الأولية وأهدافها.
- 2 - واجبات المسعف.
- 3 - كيفية تقييم الإصابة.
- 4 - الأسس والإجراءات الفورية للإصابات الرياضية.

السؤال الثاني: (٢٥ درجة).

في ضوء دراستك لمقرر الإسعافات الأولية تناول احد الإصابات الشائعة بالشرح التفصيلي لها .

السؤال الثالث: (٢٥ درجة).

مع تقدم الدراسات والابحاث في مجال الإسعافات الأولية توصلت الدراسات الي الكثير من الاجهزة الحديثة التي بدورها تقوم بمساعدة المسعف لإنقاذ حياة المصاب .

- من خلال هذه العبارة تناول بعض من الأجهزة الحديثة المستخدمة في مجال الإسعافات الأولية بالشرح التفصيلي (لا يقل عن جهازين) .

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق،،



مادة : تطبيقات إصابات  
تخصصية.  
دراسات عليا 2024م  
مرحلة دبلوم إصابات .  
الدرجة: 140 درجة .  
الزمن : 3 ساعات / ورقتين .



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم علوم الصحة



## " إمتحان مقرر " تطبيقات إصابات تخصصية " (الاسئلة ورقتين)

إنطلاقاً من دراسة حضراتكم للمقرر الدراسي وما إنطوى عليه من بعض المعارف والمعلومات الأساسية والمتقدمة والتي تفيد على الأخص المتخصصين الرياضيين في الإلمام ببعض المعلومات المتعمقة غير السطحية وما يتعلق بمجالات عالم الإصابات الرياضية وكافة جوانبه المختلفة،،.....  
لذا فضلاً أجب عن التالي:

( 60 درجة )

### السؤال الأول :

1. أذكر ما تعرف عن ماهيات المقرر الدراسي في ضوء ما درست ؟
2. تكلم بإختصار عن الطرائق المختلفة لنقل الإصاب ؟ (موضحاً بالشكل إن أمكن)
3. تكلم بإختصار عن العلامات الحيوية للإصابة ؟
4. اذكر واجبات السعف ومهامه - محتويات حقائب الإسعاف الأولى؟
5. تكلم عن الجبائر - اللف والتثبيت ؟
6. تكلم بإختصار عن مبدأ الأولويات في الإسعاف الأولى للإصابات الرياضية؟

( 80 درجة )

### السؤال الثاني :

(1) . مسائل تطبيقية في مجال الإصابات الرياضية (1) :

أثناء مباراة لكرة القدم تلك الساحرة المستديرة والتنافس والتآمر بين لاعبين على الكرة في الهواء فحدث تصادم بين ثلاث لاعبين إثنين منهم تصادم بالرأس فسقطا على اللاعب الثالث جميعهم على الأرض وعلى الفور دخل السعف سريعاً للإسعاف والإنقاذ وبالفحص الفوري وجد السعف نفسه حائراً بين تلك الإصابات للاعبين الثلاث :

اللاعب الأول : مغشياً عليه فاقداً للوعي تماماً ( ناتج بلع لسان - سقوط اللسان).

اللاعب الثاني : نزيف ناتج جرح قطعي بالحاجب الأيسر في وجهه علاوة على خلع في كتفه الأيمن.

بينما أصيب اللاعب الثالث : بكسر بساقه اليسرى وتمزق حاد بأربطة الركبة اليمنى .  
وفيما درست ترى في رأيك ماذا يسعف المنفذ أي إصابة أولاً ثم التالي لها من مجموع

الإصابات الحادثة تباعاً طبقاً لمبدأ الأولويات بالإسعاف الأولي وإنقاذ الحياة،

السؤال : فضلاً رتب الإصابات الأكثر فالأقل خطورة ثم اذكر الإجراءات الإسعافية لكل إصابه على حده .



• **تابع السؤال الثاني :**

(2). مسائل تطبيقية في مجال الاصابات الرياضية (2):



ماتس صراع دامى برياضة الملاكمة للمحترفين انتهى بإصابة اللاعبان كالتالى:  
اللاعب الاول : كسر ضلوع الجانب الايسر - تمزق حاد برسغ اليد  
اليسرى... اللاعب الثانى : جرح قطعى بلاإذن ادى الى تزييف حاد - كسر  
اسنان الفكين بعد كدمة قوية و سقوط و اذى الاسنان و سقوطه مفسدا  
عليه - كدمة قوية بعظام الوجه...  
.. ترى فى رأيك اى الاصابات نبدأ بالاسعاف الاولى لها ثم الاقل خطورة  
ثم التالى ...


السؤال : فضلاً رتب الإصابات الأكثر فالأقل خطورة ثم اذكر الإجراءات الإسعافية لكل إصابه على حده.

\*\*\*\*\*انتهت الاسئلة\*\*\*\*\*

أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح،،،

مع تحيات قسم علوم الصحة الرياضية ☺



رقم كود المقرر:		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ثلاث ساعات		كلية التربية الرياضية الدراسات العليا
النهاية العظمى : ٧٠ درجة		قسم التدريب وعلوم الحركة الرياضية
الفرقة: الدبلوم العام		
<b>الامتحان النظري لمقرر: مدخل في التدريب الرياضي</b>		
للعام الجامعي: ٢٠٢٣ \ ٢٠٢٤		

أجب عن الأسئلة التالية :

( ٢٥ درجة )

**السؤال الأول:**

من خلال دراستك لمادة مدخل في التدريب الرياضي تناول بالشرح: -

- مبادئ التدريب الرياضي.
- حمل التدريب من خلال (المكونات – الدرجات – تشكيل الحمل)

( ٢٥ درجة )

**السؤال الثاني:**

التخطيط المبني على أسس علمية هو أساس نجاح عملية التدريب حيث يستخدمه المدرب لتوجيه وإرشاد اللاعبين نحو أفضل الطرق التي تساعد على الوصول للمستويات الرياضية العليا لتحقيق أفضل النتائج خلال المنافسات.

تناول بالشرح مراحل الفطة السنوية مع وضع وحدة تدريسية كنموذج لكل

مرحلة من مراحل الفطة السنوية؟

مع تمنياتي بدوام التفوق و النجاح



- أجب عن الاسئلة الآتية :

١ - تكلم عن نظم انتاج الطاقة .

٢ - تكلم عن التدبير الرياضى فى الأجواء المختلفة .

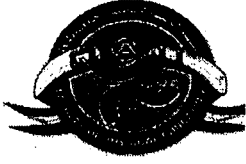
٣ - اختر أحد الأجهزة داخل جسم الانسان وتكلم عنه من حيث التكوين

والوظيفة وتأثير التدريب الرياضى عليه.

مع تمنياتي للجميع بالتوفيق والنجاح ،

أستاذ المادة

ا.د / محمد سعد اسماعيل



جامعة : طنطا  
كلية : التربية الرياضية  
قسم : علوم الحركة الرياضية  
الفرقة : مرحلة الدبلوم ( تدريب )

## اختبار مادة الأسس الحركية للتدريب الرياضي

### السؤال الأول :-

- تناول بالشرح العلاقة بين المبادئ والأسس الحركية وتحسين عملية التدريب الرياضي .

### السؤال الثاني :-

- كيف يمكن تطوير الأداء الرياضي عن طريق تطوير الحركات الأساسية .  
( بين بالشرح )

مع تحياتي بالتوفيق

د. ع. ع.

العام الجامعي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤

الزمن : ساعتين

الدرجة : ٧٠ درجة

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم التدريب الرياضية

**امتحان مقرر اسس انتقاء الناشئين  
دبلوم تدريب رياضي**

**السؤال الاول : في ضوء ما درست صمم اختبار لكل مما يأتي :** (٣٠ درجة)

- القوة المميزة بالسرعة
- قياس الطول والوزن .
- معدل النبض .

**السؤال الثاني : تناول بالشرح المستحدثات في مجال الانتقاء الرياضي للناشئين .**

(١٠ درجات)

**السؤال الثالث : من خلال تخصصك صمم اختبار لقياس اهم عنصر من عناصر**

**اللياقة البدنية التي تميز نوع نشاطك :** (٣٠ درجة)

- اذكر النشاط الرياضي التخصصي .
- اذكر اهم عنصر من عناصر اللياقة البدنية ، تعريفه ، اهميته .
- صمم الاختبار من حيث الهدف ، الادوات ، الاجراءات ، حساب النتائج .

مع اطيب الامنيات بالتوفيق والنجاح ،

د/ احمد زكي

د/ ايناس هاشم

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم علم النفس الرياضي

مرحلة الدراسات العليا



زمن الإمتحان : ٣ ساعات

النهاية العظمى : ٧٠ درجة

دبلوم تدريب رياضي

امتحان مادة " سيكولوجية التدريب الرياضي "

للعام الجامعي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ م

أجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول :

(٣٠ درجة)

" التدريب عملية تربوية هادفة طويلة المدى للإرتقاء بمستوى الأداء الفردي والجماعي ويعمل على زيادة الإعداد الفني والبدني والنفسي والخططي في نوع معين من النشاط الرياضي بغية الوصول إلى المستويات العليا وتحقيق الإنجاز العالي " .

في ضوء ما سبق اشرح ما يلي :

أ- مفهوم التدريب الرياضي ؟

ب- مفهوم المدرب الرياضي ؟

ج- الخصائص النفسية للمدرب الرياضي ؟

د- الخصائص النفسية للتدريب الرياضي ؟

السؤال الثاني :

(٤٠ درجة)

" تعد القيادة شكل من أشكال التفاعل الاجتماعي الذي يحدث بين القائد والأتباع (الأفراد)، كما أنها سلوك يقوم به القائد الرياضي لمساعدة فريقه على تحقيق أهدافه وتحسين التفاعل الاجتماعي بين الأفراد والمحافظة على تماسك الفريق " .

في ضوء ما سبق تكلم عن ما يلي :

أ- مفهوم القيادة ؟


ب- مفهوم القائد الرياضي ؟

ج- أساليب القيادة ؟

د- وظائف ومسئوليات القائد الرياضي ؟

هـ- السمات الشخصية للقائد الرياضي ؟

مع تمنياتنا بالنجاح والتوفيق ،،،

رقم كود المقرر:		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ثلاث ساعات		كلية التربية الرياضية الدراسات العليا
النهاية العظمى : ٧٠ درجة		قسم التدريب وعلوم الحركة الرياضية
الفرقة: الدبلوم العام		
<b>الامتحان النظري لمقرر: التدريب الرياضي كمهنة</b>		
للعام الجامعي: ٢٠٢٣ \ ٢٠٢٤		

اجب عن الأسئلة التالية :

**السؤال الاول:** ( ٢٥ درجة )  
التدريب الرياضي المقنن هو عملية تربوية مبنية على أسس علمية، تعمل على تأهيل الرياضيين للوصول للمستويات الرياضية العليا من خلال التكامل والترابط مع العلوم الأخرى وذلك تماشياً مع التطور الكبير الذي لحق بقطاع الرياضة على اختلاف نشاطاتها وتنوعها على المستوى المحلي والإقليمي والدولي.

**لذا تناول بالشرح إحدى الموضوعات البحثية التي تجعل منك مدرب رياضي ذو خلفية علمية تساعد على الوصول للفورمة الرياضية؟**

**السؤال الثاني:** ( ٢٥ درجة )  
أدوات و أجهزة التدريب الحديثة أصبحت إحدى أهم الوسائل التي يستخدمها المدرب في انتقاء و تدريب اللاعبين و التي تساعد بشكل كبير في تطوير مستويات اللاعبين سواء ( البدنية – الفسيولوجية – المهارية )

**لذا تناول بالشرح والإيضاح ثلاث نماذج لتلك الأجهزة و الأدوات التي تساعدك كمدرّب في تطوير عملية التدريب ؟**

**مع تمنياتي بدوام التفوق و النجاح**

## امتحان تطبيقات قصصية ( مصارعة )

### دبلوم التربية الرياضية ( تدريب رياضي )

السؤال الأول :

تعد ظاهرة هروب وتجنيس المصارعين المصريين من الظواهر التي طرأت على رياضة المصارعة مما تؤثر على المجتمع بشكل عام والرياضي بصفة خاصة .

في ضوء ذلك تناول بالشرح :

- أسباب تلك الظاهرة ومدى تأثيرها على رياضة المصارعة المصرية .
- سبل وطرق علاج تلك الظاهرة والتغلب عليها للحفاظ على أبطالنا المصارعين .

السؤال الثاني :

تحدث باستفاضة عن المستحدثات وأدوات وأجهزة التدريب الحديثة المستخدمة في تدريب رياضة المصارعة

مع خالص تمنياتنا بالتوفيق والنجاح

رقم كود المقرر : ....		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ثلاث ساعات		كلية التربية الرياضية
النهاية العظمى : 70 درجة		قسم التدريب الرياضي
الفرقة : دبلوم تدريب رياضي		
الامتحان النظري لمقرر : تطبيقات تخصصية في السباحة		
للعام الجامعي : 2024/2023		

السؤال الاول: (الدرجة 30)

في ضوء دراستك لمادة تطبيقات تخصصية في السباحة تكلم عن :

(أ) ماهي المبادئ الاساسيه للتدريب في السباحة مع الشرح ؟

(ب) فترات الموسم التدريبي وهدف ومحتوي كل فتره مع وضع وحدة تدريبية لفترة الاعداد العام؟

السؤال الثاني : (الدرجة 40)

تعتبر السباحة من الرياضات المانية التي تؤثر وتتأثر بعوامل عديدة منها عوامل خارجية وعوامل داخلية وبالتالي يجب علي المدرب مراعاة هذه العوامل عند بناء البرامج التدريبية في الموسم التدريبي مع مراعاة تشكيل حمل التدريب لرفع المستوي المهاري و الرقمي .

من خلال هذه العبارة تكلم عن

(أ) تكلم عن العوامل المؤثرة في تدريب السباحة بالتفصيل ؟

(ب) تكلم عن الأساليب الحديثة لتطوير القوة العضلية في السباحة مع شرح احداها ؟

مع تمنياتي بالتوفيق



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا



الفرقة: دبلوم التدريب الرياضي

التاريخ: ١٣-٧-٢٠٢٤  
زمن الإمتحان: ٣ ساعات

امتحان مادة تطبيقات تخصصية ( كرة سلة ) للعام الدراسي ٢٠٢٣ - ٢٠٢٤

السؤال الأول: (٣٥ درجة)

تكلم عن :

- اسس اختيار ناشئي كرة السلة.
- مراحل انتقاء ناشئي كرة السلة.

السؤال الثاني: (٣٥ درجة)

ضعي خطة بحثية توضح أهمية التدريب العقلي في تنمية الاداء المهارى لمهارات كرة السلة

(يتم اختيار مهارة واحدة).

بالتوفيق



النهاية العظمي : 70 درجة

الفرقة : دبلوم تدريب رياضي

الزمن: 3 ساعات – 13 / 7

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم الألعاب الجماعية ورياضات المضرب

امتحان دبلوم تدريب رياضي – تطبيقات تخصصية ( كرة يد )

للعام الجامعي 2024/2023

السؤال : الأول 35 درجة

اشرح الوحدة التدريبية موضعا نموذج لها .

السؤال الثاني 35 درجة

اذكر عناصر اللياقة البدنية الخاصة في كرة اليد و اشرح 2 منها

مع أطيب تمنياتي بالتوفيق والنجاح

د/ زينب إسماعيل - د/ احمد زكي

الزمن: ٣ ساعات  
الدرجة الكلية: (١٤٠)  
الفرقة: دبلوم عام ١٣ / ٧  
(تدريب رياضي)



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا

## امتحان مادة تطبيقات تخصصية في كرة قدم للعام الجامعي (٢٠٢٣ - ٢٠٢٤)

الدرجة (٤٠)

السؤال الأول :

من خلال تحليل طرق اللعب الحديثة يحدد أسلوب أو نظام اللعب ومراكز اللاعبين وواجباتهم في هذه المراكز وطرق التعاون بين خطوط الفريق.  
أ- أذكر عوامل بناء طرق اللعب؟  
ب- تناول احدي طرق اللعب مع تحديد مهام اللاعبين في هذه الطريقة وتحركاتهم مع الرسم؟

الدرجة (٤٠)

السؤال الثاني:

لكي ينجح المدرب في قيادة الفريق خلال التدريب والمباريات لابد أن تتوافر لديه عددا من القدرات والمعارف والممارسات.  
- ما هي القدرات والمعارف والممارسات التي يجب أن تتوافر في المدرب الناجح؟  
- ما هي الأسس التي يجب مراعاتها بالنسبة للمدرب عند اختيار تشكيل الفريق؟  
- أذكر الأسس التي يتبعها المدرب الناجح لتحديد خطة المباراة؟

الدرجة (٦٠)

السؤال الثالث:

خطط اللعب هي الطرق الأساسية الفردية والجماعية التي يمكن استخدامها في الهجوم والدفاع بالكرة وبدونها.  
أ- أذكر خطط اللعب الدفاعية والهجومية؟  
ب- ما هي القواعد الأساسية عند التدريب على الخطط؟  
ت- تناول بالشرح احدي خطط اللعب الدفاعية أو الهجومية في كرة القدم؟

انتهت الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق...

أ.د/ هاني سعيد



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم التدريب الرياضي

مرحلة دبلوم التدريب الرياضي  
الزمن : ثلاث ساعات  
الدرجة الكلية : ٤٠ درجة

امتحان مادة (تطبيقات تخصصية - تنس الطاولة)  
للعام الجامعي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ م

(٥٠ درجة)

السؤال الأول:

١. اثبت أن رياضة تنس الطاولة من أسرع الرياضات التي يمكن أن تمارس على مستوى العالم ؟
٢. وضع القانون الدولي لرياضة تنس الطاولة شروط قانونية لضربة الإرسال يجب على اللاعب مراعاتها وعدم الإخلال بأي شرط من هذه الشروط - وضحها ؟
٣. ما هي المراحل السنوية للمنافسات وفقاً لتقسيم الاتحاد المصري لتنس الطاولة ؟
٤. ما هي أنواع المنافسة في رياضة تنس الطاولة ؟

(٧٠ درجة)

السؤال الثاني:

عملت مدرباً بأحد الأندية الرياضية لرياضة تنس الطاولة، فعلمت أن فريقك سوف يشارك في بطولة الجمهورية بعد (١٢ أسبوع) وأيام التدريب هي أربع أيام أسبوعياً من خلال ذلك وضح الآتي:

- ١- الحجم التدريبي لفترة الإعداد في حالة أن يكون زمن الوحدة التدريبية (١٢٠ دقيقة)، وعدد الوحدات التدريبية ؟
- ٢- الحجم التدريبي الخاص لكل مرحلة من مراحل الإعداد (العام - الخاص - ما قبل المنافسات)، وعدد الوحدات التدريبية ؟
- ٣- النسبة المئوية والتوزيع الزمني الخاص بكل من الإعداد (البدني - المهاري - الخططي) لكل مرحلة من مراحل الإعداد (العام - الخاص - ما قبل المنافسات).
- ٤- النسبة المئوية والتوزيع الزمني لأجزاء الوحدة التدريبية الخاص بكل من الإعداد (البدني - المهاري - الخططي) لكل مرحلة من مراحل الإعداد (العام - الخاص - ما قبل المنافسات).

(٢٠ درجة)

السؤال الثالث: ضع علامة  $\sqrt{}$  أو  $\times$  أمام العبارات الآتية :

- ١- يجب أن يكون حيز اللعب (ملعب تنس الطاولة) مستطيلاً بمواصفات ١٤ متر طول ، ٧ متر عرض ، ٥ متر ارتفاع .
- ٢- تحاط منطقة اللعب بحواجز ارتفاعها حوالي ٧٥ متر .
- ٣- يجب أن يكون سطح اللعب مستطيلاً بمواصفات ٢٧٤ متر طول ، ١٥٢.٥ متر عرض .
- ٤- يجوز أن يكون سطح اللعب من أي مادة ولكن يشترط فيه إذا سقطت عليه كرة قانونية من ارتفاع ٣٠ سم ترتد لمسافة ٢٣ سم .
- ٥- يجب أن يكون سطح اللعب ذا لون داكن ومعتم ، ويرسم على طول حوافه خط أبيض عرضه ١ سم .
- ٦- يجب أن يكون الطرف العلوي للشبكة على امتداد طولها بارتفاع ١٥.٢٥ متر فوق سطح اللعب .
- ٧- يجب أن تكون الكرة مستديرة الشكل ذات قطر ٤٠ ملم ، ووزن ٢.٧ جرام .
- ٨- يجب أن يكون سطح غطاء المضرب أو جسم المضرب إذا كان غير مغطى معتمًا ذا لون أحمر فاتح فيكون الوجه الآخر أحمر داكن .
- ٩- يقسم كل ملعب لنصفين متساويين بخط أبيض يسمى خط الوسط ويعتبر جزءاً من النصف الأيسر أثناء ضربة الإرسال في الزوجي .
- ١٠- أثناء ضربة الإرسال يجب أن تكون الكرة أعلى مستوى سطح اللعب وخلف خط النهاية لملاعب المرسل .

مع تمنياتي بالنجاح والتوفيق

زمن الامتحان: ثلاث ساعات  
الدرجة: ١٤٠ درجة  
الفرقة: دبلوم (تدريب)



جامعة طنطا  
كلية التربية الرياضية  
قسم التدريب الرياضي  
الدراسات العليا

الامتحان النظري لمقرر تطبيقات تخصصية "العاب قوى"

العام الجامعي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ م

السؤال الأول: (٣٠ درجة)

- (أ) اذكر مسابقات المضمار.  
(ب) اذكر مسابقات الميدان.  
(ج) اذكر مراحل الخطة التدريبية السنوية.

السؤال الثاني: (٣٠ درجة)

ماهي اهم عناصر اللياقة البدنية في المسابقات التالية:

- رمي القرص.
- الوثب الطويل.
- ٢٠٠ م عدو.
- ١٥٠٠ م جري.

السؤال الثالث: (٤٠ درجة)

اذكر مكونات حمل التدريب وما هي واجبات كل مكون في الخطة التدريبية.

السؤال الرابع: (٤٠ درجة)

كلفت بتنظيم وادارة بطولة لألعاب القوى،

ماهي الخطوات الواجب اتباعها في اقامة هذه البطولة.

مع أطيب (الأمنيات) بالتوفيق،،