

جامعة طنطا		التاريخ ٢٠٢٥/٧/١٤
كلية التربية الرياضية		الدرجة العظمى: ٧٠
قسم علم النفس الرياضي الدراسات العليا		زمن الامتحان: ثلاث ساعات

امتحان مائه (دراسه متقدمه فى علم النفس الرياضى) للعام الجامعى ٢٠٢٤/٢٠٢٥ م الفرقة

الأولى (ماجستير علم النفس الرياضى)

اجب عن الاسئلة الآتية:

يعتبر علم النفس الرياضى هو فرع من فروع علم النفس يهتم بدراسة السلوك الانسانى في المجال الرياضي وأيضاً يهدف الى فهم العوامل النفسيه التي تؤثر على الأداء الرياضي مثل الدافعيه , الثقة بالنفس والقلق وتسهم الدراسه المتقدمه في مجال علم النفس الرياضى في تطوير استراتيجيات فعاله لتحسين الأداء وتعزيز الصحة النفسيه للرياضيين .

من خلال ما تم دراسته اختار اثنين من الموضوعات التي تم دراستها وناقشها بالتفصيل.

انتهت الاسئلة

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضية
قسم الإدارة الرياضية

المادة : دراسة متقدمة فى الإدارة الرياضية .
الفرقة : أولى ماجستير (إدارة رياضية) .
الزمن : ثلاث ساعات .
النهاية العظمى : 70 درجة .

إمتحان العام الجامعى 2025 / 2024 م

أجب عن الأسئلة التالية :

- السؤال الأول : الدرجة = 35

يُسهّم أسلوب الإدارة بالمشاركة فى نشر الشعور بالإنتماء للمؤسسة الرياضية وفى تنمية العلاقات الإنسانية بين الأفراد ويجعلهم أكثر التزاماً بتحقيق أهداف المؤسسة نتيجة لمشاركتهم فى وضع تلك الأهداف ، تناول بالشرح كل ما تعرفه عن :

- 1- مفهوم المشاركة وشروط تحقيق المشاركة الفعالة .
- 2- مفهوم الإدارة بالمشاركة وعناصرها .
- 3- الشروط اللازمة لنجاح الإدارة بالمشاركة .
- 4- إيجابيات وسلبيات تطبيق الإدارة بالمشاركة .

- السؤال الثانى : الدرجة = 35

يرتكز مضمون التمكين الإدارى على فكرة الإلتزام الداخلى بمنح المروّوسين قوة التصرف وإتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية مما يجعلهم أكثر التزاماً بإنجاز المهام والمسئوليات المنوطة بهم داخل المؤسسة الرياضية ، تناول بالشرح كل ما تعرفه عن :

- 1- مفهوم وتعريف التمكين الإدارى وأهميته .
- 2- أهداف التمكين الإدارى وأبعاده .
- 3- مراحل التمكين الإدارى ودرجاته .
- 4- خطوات تطبيق التمكين الإدارى .

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق والنجاح

أ.د / عمرو الشّيحى



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم المناهج وطرق التدريس
الدراسات العليا

امتحان مادة دراسة متقدمة في تدريس التربية الرياضية لطلاب
الفرقة الأولى ماجستير للعام الجامعي 2025/2024

السؤال الأول: (30 درجة)

التدريس الفعال فلسفة تربوية تركز على عمليات التعلم أكثر من التركيز على نتائج التعلم وتؤكد على إيجابية المتعلم في الموقف التعليمي من خلال ممارسة الأنشطة التي تتوافر بها عناصر التدريس الفعال.

في ضوء دراستك للتدريس الفعال اشرح ما يلي:

- فلسفة ومبادئ التدريس الفعال.
- خصائص ومواصفات التدريس الفعال.
- مفهوم التدريس الفعال وفوائده والحاجة اليه.

السؤال الثاني: (20 درجة)

الكفاءة الأدائية للمعلم تعنى قدرته على استخدام الأساليب والطرق المناسبة التي تساعد في تحقيق الأهداف التعليمية التعلمية.

- ناقش العبارة مع تناول الكفايات الأدائية للمعلم بالشرح.
- معايير اختيار استراتيجية التدريس .

السؤال الثالث: (20 درجة)

تناول بالشرح احد أساليب التدريس الحديثة مع عمل نموذج في مجال تخصصك.
أرجو من الله التوفيق



امتحان مادة : دراسة متقدمة في التدريب الرياضي
الفرقة الأولى ماجستير تدريب رياضي

اجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول

٧٠ درجة

(٣٠ درجة)

- تكلم عن الحمل البدني من حيث :

- تعريفه - انواعه - مكوناته - درجاته)

السؤال الثاني :

(٤٠ درجة)

- تعتبر الخصائص الفسيولوجية والخصائص الجسمية والخصائص البدنية من اهم

الموضوعات المرتبطة بالعملية التدريبية .

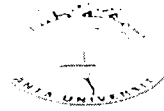
- اختيار اثنين من هذه الخصائص وتكلم عنها وعن اهميتها في مجال التدريب الرياضي

مع أطيب التمنيات بالتوفيق والنجاح .



الوقت: 3 ساعات
التاريخ: 2025/ 7 / 14

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
الدراسات العليا



الفرقة: الاولى ماجستير (علوم الحركة الرياضية)
الدرجة الكلية: 70 درجة

امتحان مقرر طرق البحث في علوم الحركة للفرقة الاولى ماجستير (علوم الحركة الرياضية)
للعام الجامعي 2024 - 2025

السؤال الاول (20 درجة)

اذكر أنواع المناهج البحثية مع شرح المنهج التجريبي من حيث: المفهوم – المميزات والعيوب.

السؤال الثاني (20 درجة)

تكلم عن أنواع أهداف البحث العلمي.

السؤال الثالث (30 درجة)

من خلال تخصصك الدراسي، قم بتصميم اطار بحثي متبعاً جميع الخطوات العلمية البحثية موضحاً:

- صياغة العنوان.
- مشكلة البحث.
- أهداف البحث.
- فروض البحث/ التساؤلات.
- المنهج المتبع.
- اجراءات البحث.
- النتائج المتوقعة.
- مناقشة النتائج.
- صياغة الاستخلاصات والتوصيات.
- كتابة المراجع

التاريخ : 14 / 7 / 2025
الفرقة :- الأولى ماجستير
زمن الامتحان : 3 ساعات
درجة الامتحان : (70) درجة
عدد الأوراق : ورقة واحدة

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
الدراسات العليا
قسم علوم الصحة الرياضية
اسم المادة : دراسة متقدم في الصحة الرياضية 1

أجب عن الأسئلة التالية

(25 درجة)

السؤال الأول :-

اشرح الاشتراطات الصحية في المنشآت الرياضية مع شرح تطبيقات الذكاء الاصطناعي في هذا المجال .

(25 درجة)

السؤال الثاني :-

من خلال دراستك لمادة الصحة الرياضية اختر مشكلة صحية للرياضيين وتناولها بالشرح مع ذكر تطبيقات الذكاء الاصطناعي في هذا المجال .

(20 درجة)

السؤال الثالث :-

تكلم عن الرعاية الصحية لذوي الاحتياجات الخاصة والمشاكل التي يواجهها في التغذية مع ذكر استخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي في هذا المجال .

انتهت الاسئلة

مع تمنياتي بالتوفيق،



الوقت: 3 ساعات
التاريخ: 2025/7/12

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
الدراسات العليا



الفرقة: الأولى ماجستير (مواد صحية)
الدرجة الكلية: 70 درجة

إمتحان مقرر دراسة متقدمة في فسيولوجيا الرياضة "الرمز الكودي: 6135" للعام الجامعي 2024 - 2025

السؤال الأول: (30 درجة)

للتدريب الرياضي تأثير أني وتكيفي على أجهزة الجسم المختلفة، تخير جهاز واحد من أجهزة الجسم وقم بشرحه بالتفصيل من حيث التركيب والوظيفة وتأثير التدريب الرياضي عليه.

السؤال الثاني: (40 درجة)، ناقش صحة أو خطأ العبارات التالية فيما لا يقل عن 10 أسطر لكل عبارة:

تخير 4 عبارات فقط

- 1 - تخضع عضلة القلب لقانون الكل أو العدم (All-or-None Law)، مثلها مثل العضلات الهيكلية والملساء.
- 2- تتميز الشرايين وخاصة الشريان الأورطي بمستقبلات ميكانيكية وكيميائية تعمل على انقباض الاوعية الدموية وتقليل معدلات التنفس وذلك بمساعدة المراكز العصبية في جذع الدماغ (Medulla Oblongata).
- 3- من أشكال تكيف الجهاز التنفسي للاعب السباحة والغوص هو الزيادة الكبيرة في القدرة الكلية للرئتين (TLC – Total Lung Capacity).
- 4- تلعب الجينات دوراً حيوياً في تكيف الجهاز العضلي للتدريب اللاهوائي.
- 5- القشرة المخية (Cerebral Cortex)، هي منطقة غنية بأجسام الخلايا العصبية، مسؤولة عن استقبال وتحليل المعلومات الحسية والمعرفية، قبل إرسالها عبر المحاور العصبية إلى مناطق وفصوص مختلفة في الدماغ لتنفيذ الاستجابات المناسبة.
- 6- تساعد تدريبات المقاومة في تحسين مقاومة العضلات للأنسولين (Insulin Resistance).
- 7- تتحكم بعض الهرمونات (وهي نواقل بروتينية عصبية Neurotransmitters)، في معدلات التمثيل الغذائي بالجسم كهرمون الاستيل كولتن.
- 8- الهيموجلوبين من البروتينات المعدنية (Conjugated Proteins)، وهي بروتينات مهمة جداً للرياضيين، بسبب ارتباط البروتين بالمركبات العضوية وتساعد في عمليات التمثيل الغذائي بالجسم.

تمنياتي بالتوفيق ☺ ☺

الزمن : 3 ساعات		 اساسيات علم الحركة	جامعة طنطا كلية التربية الرياضية الدراسات العليا
الفرقة : الاولى ماجستير			
تخصص علوم الحركة			
للعام الجامعي 2025/2024			الدرجة العظمى : 70 درجة

السؤال الاول :- 40 درجة

اشرح بالتفصيل كل من

- مفهوم علم الحركة موضحا أهميته في المجالات المختلفة.
- العوامل المؤثرة على علم الحركة.
- تقسيمات الحركة (فسيولوجية - ميكانيكية - شكلية).
- حركات الجهاز الحركي مع شرح المستويات والمحاور والحركات التي تتم فيها.

السؤال الثاني :- 20 درجة

- اذكر انواع المفاصل مع الشرح بالتفصيل (خصائص - الامثلة).
- اذكر التحليل العظمي للجسم الانسان مع شرح الطرف العلوي بالتفصيل.

السؤال الثالث :- 10 درجة

مما درست حلل حركة او مهارة في مجال تخصصك من حيث

- تقسيمات الحركة.
- مستويات الحركة.
- المفاصل العاملة.

مع أطيب الأمنيات بالتوفيق،،،

الفرقة/ الأولي ماجستير (تدريب رياضي)
المادة / فسيولوجيا التدريب الرياضي
الزمن/ ٣ ساعات



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الصحة الرياضية

(٢٠٢٤ / ٢٠٢٥)

أجب عن الأسئلة التالية :-

السؤال الأول

- أ- أشرح أهمية الدراسات الفسيولوجية في مجال التدريب الرياضي ؟
ب- كيف يمكن تقنين حمل التدريب من خلال معدل ضربات القلب ؟

السؤال الثاني

- قارن بين نظم إنتاج الطاقة في ضوء التخصص الدقيق ؟

السؤال الثالث

- وضح تأثير ممارسة النشاط الرياضي علي الجهاز العصبي لجسم الانسان ؟

السؤال الرابع

- أ- ما هي أهمية الذكاء الاصطناعي في مجال فسيولوجيا الرياضة ؟
ب- هناك أسئلة هي محور الدراسات الفسيولوجية وضح ذلك بمثال تطبيقي ؟

مع أطيب التمنيات بالتوفيق والنجاح

أ.د/ فتحي ندا

المادة : الاعلام الرياضى والعلاقات العامة
الفرقة : أولى ماجستير
الشعبة : الإدارة الرياضية
الزمن : ساعتان
رقم الكود :

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم الإدارة الرياضية

امتحان الدراسات العليا للعام الجامعى ٢٠٢٤ / ٢٠٢٥

اجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول :-

إن التكامل بين العالم الرقمي والإدارة الرياضية يمثل اليوم أحد المداخل الرئيسة لتحقيق التميز المؤسسي والتنافسية على المستويات المحلية والدولية. فالعالم الرقمي يسهم في رفع كفاءة العمل الإداري من خلال توفير البيانات، وتحليل التوجهات الجماهيرية، ودعم اتخاذ القرار، فضلاً عن دوره في تسويق الفعاليات الرياضية، وتوسيع قاعدة المتابعين، وتطوير العلاقة بين النادي أو المؤسسة الرياضية والمجتمع .

تكلم ن تعريف الإعلام الرقمي وأهميته ومدى تأثيره على المجتمع

السؤال الثانى :-

الإعلام عن أهداف المؤسسة الرياضية وأوجه نشاطها ومحاربة الشائعات التي من شأنها إلحاق الضرر بهذا النشاط ؛ وشرح سياسية المؤسسة الرياضية لجمهور العاملين والمتعاملين معها (الداخلي والخارجي) ؛ والعمل علي كسب تأييد وثقة الرأي العام عن طريق تزويده بالمعلومات والبيانات والحقائق الصحيحة عن المشروعات والخدمات التي تؤديها المؤسسة الرياضية .

اشرح بالتفصيل وظائف العلاقات العامة من حيث: _

أ. بالنسبة للجمهور

ب. بالنسبة للمنظمة

ج. بالنسبة للإدارة العليا

السؤال الثالث :-

شهد العقدان الأخيران تحولاً سريعاً من المنصات التقليدية إلى الرقمية في تغطية الرياضة. ناقش الفرق بين الإعلام التقليدي والإعلام الرقمي في تغطية الأحداث الرياضية الكبرى

مع اطيب امنياتى بالنجاح والتفوق ،

مادة : التربية الرياضية المقارنة

جامعة طنطا

الزمن : ثلاث ساعات

كلية التربية الرياضية

الفرقة : الاولى ماجستير

الدراسات العليا - قسم المناهج وطرق التدريس

امتحان مادة / التربية الرياضية المقارنة

للفرقة الاولى ماجستير بقسم المناهج وطرق التدريس

السؤال الاول :

عرف التربية المقارنة مع ذكر اهداف التربية الرياضية المقارنة .

السؤال الثانى :

وضح التحديات العصرية المؤثرة فى النظم التعليمية فى دول العالم المختلفة .

السؤال الثالث :

التعليم فى المجتمع الأمريكى الزامى فى جميع مراحل التعليم فى ضوء ذلك وضح اهداف التربية الرياضية فى مرحلة التعليم الابتدائى فى الولايات المتحدة الامريكية .

السؤال الرابع :

النظم التعليمية تتأثر بالعامل الجغرافى والعامل الاقتصادى لاي دولة فى ضوء ذلك وضح تأثير تلك العوامل على التربية الرياضية فى مراحل التعليم المختلفة لكل من الدول الاتية (اليابان - جمهورية مصر العربية) .

مع تمنياتى بالتوفيق والنجاح



الوقت: 3 ساعات
التاريخ: 2025/7/5

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
الدراسات العليا



الفرقة: الأولى ماجستير (مواد صحية)
الدرجة الكلية: 70 درجة

امتحان مقرر طرق البحث العلمي في المواد الصحية للعام الجامعي 2024 - 2025

السؤال الأول: (20 درجة)

- اذكر كل ما تعرفه عن: (اهمية البحث العلمي – اهداف البحث العلمي).
- اذكر وسائل جمع البيانات ثم تكلم عن الاستبيان، والمقابلة الشخصية.
- تكلم عن المعايير التي يجب مراعاتها عن اختيار المشكلة.
- اكتب 5 عناوين مقترحه لاطار بحثي في مجال علوم الصحة.

السؤال الثاني: (50 درجة)

وضح من خلال دراستك هذا العام لمادة طرق البحث العلمي كيفية اختيار احدى المشكلات البحثية في مجال تخصصك موضحاً بذلك من خلال اطار عام للبحث يشتمل على:

- مقدمة ومشكلة البحث.
- أهمية البحث.
- هدف البحث.
- فروض البحث.
- اجراءات الدراسة متضمنا (المنهج المستخدم – مجتمع وعينة البحث – ادوات جمع البيانات المستخدمة – مجالات البحث – الادوات والاجهزة المستخدمة في البحث).
- النتائج المتوقعة من البحث، مدعما كل ما سبق بالمراجع العلمية.

تمنيتي بالتوفيق ☺ ☺

أ.د/ مجدي وكوك
د/محمد جمال

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم التدريب وعلوم الحركة الرياضية

الزمن : 3 ساعات

الدرجة : 70 درجة

التحليل الحركي

(مرحلة اولى ماجستير)

العام الجامعى 2025 / 2024

السؤال الاول :-

(70 درجة)

يعتبر التحليل الحركي والبرمجيات المستخدمة في التحليل خاصة في صميمها من الموضوعات التي تجذب انتباه الكثير من الرياضيين والمدربين والباحثين .

من خلال دراستك لمادة التحليل الحركي تناول احد البرمجيات المستخدمة في التحليل الحركي لما لها من اثر كبير في الارتقاء بمستوى الانجاز الرياضى مع ذكر امثله توضيحيه .

مع أطيب الامنيات بالتقدم ومزيذا من التميز

أ.م.د / محمد عوض الشرقاوى

رقم كود المقرر:		جامعة طنطا
زمن الامتحان: ثلاث ساعات		كلية التربية الرياضية
تاريخ الإمتحان : 2025/7/5		الدراسات العليا
النهاية العظمى: 70 درجة		قسم التدريب الرياضي
الفرقة: أولي ماجستير		
الامتحان النظري لمقرر: طرق البحث العلمى في التدريب الرياضى		
للعام الجامعي: 2025/2024		

اجب عن الاسئلة الاتية:

السؤال الأول: (40) درجة

بناءً على فهمك الشامل للمفاهيم والأسس التي تم تناولها في مقرر البحث العلمي، ضع تصورًا لخطة بحثية مقترحة تتناول ظاهرة أو مشكلة علمية في مجال تخصصك. يجب أن تتضمن خطتك التفصيلية العناصر التالية، مع مراعاة التكامل والترابط بينها:

1. تحديد وصياغة المشكلة البحثية: قدم وصفًا دقيقًا للمشكلة التي تنوي دراستها، مع إبراز أهميتها العلمية والتطبيقية. (5 درجات)
2. صياغة أهداف البحث وأسئلته (أو فروضه): حدد بوضوح الأهداف التي تسعى لتحقيقها من خلال بحثك، وصغ الأسئلة البحثية الرئيسية والفرعية التي ستوجه دراستك، أو الفروض التي ستقوم باختبارها. (10 درجات)
3. تحديد منهجية البحث: اختر المنهج البحثي الأنسب لطبيعة بحثك، وشرح مبررات اختيارك له. (5 درجات)
4. تحديد مجتمع وعينة البحث: صف المجتمع الذي ستجري عليه دراستك، وحدد نوع العينة وحجمها وطريقة اختيارها، مع تبرير ذلك. (5 درجات)
5. تحديد أدوات جمع البيانات: اقترح الأدوات المناسبة لجمع البيانات (مثل الاستبيان، المقابلة، الملاحظة، تحليل المحتوى، الاختبارات)، واذكر كيفية التحقق من صدقها وثباتها. (5 درجات)
6. تحديد إجراءات البحث المقترحة: صمم الخطوات الإجرائية التفصيلية التي ستتبعها لتنفيذ بحثك، بدءًا من الحصول على الموافقات وحتى تحليل البيانات وعرض النتائج". (10 درجات)

اليوم ٢٠٢٥/٧/٥		جامعة طنطا
الدرجة العظمى: ٧٠		كلية التربية الرياضية
زمن الامتحان: ثلاث ساعات		قسم علم النفس الرياضي الدراسات العليا

امتحان ماده (طرق البحث في علم النفس الرياضي) للعام الجامعي ٢٠٢٤/٢٠٢٥ م

الفرقة الأولى (ماجستير علم النفس الرياضي)

اجب عن الاسئلة الاتيه:

تعد طرق البحث في علم النفس الرياضي أساسا علميا لفهم الظواهر النفسية المرتبطة بالاداء الرياضي ومن خلال الالتزام بمعايير البحث العلمي , يمكن الوصول الى نتائج موثوقه تستخدم في تصميم البرامج الارشادية والتدريبية في المجال الرياضي.

من خلال ما تم دراسته تناول بالشرح اثنين من الموضوعات التي تم دراستها في هذا المجال .

انتهت الاسئلة



امتحان مادة : طرق البحث فى الإدارة الرياضية
الفرقة الأولى : ماجستير إدارة رياضية
الزمن: ٣ ساعات

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم الادارة الرياضية

طرق البحث فى الإدارة الرياضية
الفرقة الأولى ماجستير إدارة رياضية
للعام الجامعي ٢٠٢٤/٢٠٢٥ م

اجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول :

٢٠ درجة

عرف كل من : (العلم - المعرفة - البحث العلمي)
ثم وضح العلاقة المقارنة بين العلم والمعرفة ؟

السؤال الثاني :

٢٥ درجة

ماهي مصادر الحصول على المشكلة البحثية و موضحا معايير اختيار المشكلة وكيفية صياغتها ؟

السؤال الثالث :

٢٥ درجة

نوع وطبيعة مشكلة البحث يحددان مجتمع وعينة البحث المناسبة و المنهج العلمي المستخدم وكذلك أداة جمع البيانات .

اشرح ذلك و موضحا المنهج العلمي الأكثر شيوعا في مجال بحوث الإدارة الرياضية وايضا أداة جمع البيانات الأكثر استخداما. مع الإشارة فقط إلى المناهج والادوات الأخرى التى قد تستخدم فى بحوث الإدارة الرياضية ؟

مع أطيب التمنيات

الفرقة : اولي ماجستير

الزمن : ثلاث ساعات

جامعة طنطا

كلية علوم الرياضة

الدراسات العليا

قسم المناهج وطرق التدريس

امتحان مقرر طرق البحث العلمي في تدريس التربية الرياضية للعام الجامعي 2025/2024

اجب عن الاسئلة الاتية :

السؤال الاول :

" ان البحث العلمي هو الدراسة التي يقوم بها الباحث من اجل اكتشاف نظريات جديدة او تقديم حل لمشكلة او الاجابة عن تساؤلات مطروحة "

في ضوء ذلك وضح :-

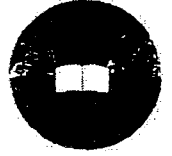
- شروط صياغة العنوان الجيد ؟
- شروط تحديد مشكلة البحث ؟
- خطوات صياغة مشكلة البحث ؟

السؤال الثاني :

تكلم بالتفصيل في الموضوعات التالية :

- عينات البحث ؟
- المتغير المستقل و المتغير التابع مع عمل نماذج لهم ؟
- انواع فروض البحث مع كتابة نماذج لبعض الفروض منها ؟

مع تمنياتي بالتوفيق



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة

الزمن : 3 ساعات
التاريخ : 2025/7/1
العام الجامعي 2025/2024
الدرجة الكلية للأختبار : 70 درجة
مرحلة : الماجستير (جميع الأقسام)
الفرقة : الأولى

امتحان مادة الإحصاء Statistics

تعليمات الامتحان

- يستخدم فقط القلم الأزرق والقلم الرصاص في ورقة الإجابة .
- لايسمح بتواجد التليفونات المحمولة أمام الطالب كما لايسمح باستخدام الآلة الحاسبة الموجودة على التليفون المحمول .
- لايسمح بتداول الأدوات (الأقلام – المسطرة – أدوات الرسم – الآلات الحاسبة) .

السؤال الأول : (5 درجات)

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة ، وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة

- 1- () المتوسط الحسابي يتأثر بالقيم المتطرفة.
- 2- () المنوال هو القيمة التي تقع في منتصف مجموعة البيانات.
- 3- () يمكن حساب الوسيط بدون ترتيب القيم.
- 4- () المنوال يُعد مناسباً للبيانات الاسمية مثل فصيلة الدم.
- 5- () إذا كانت البيانات مرتبة وكان عددها زوجياً، فإن الوسيط هو متوسط القيمتين في المنتصف.

السؤال الثاني : (5 درجات)

اختر الإجابة الصحيحة للمتغيرات التالية :

- 1- أي من التالي يُعتبر من مزايا المتوسط الحسابي؟
A. لا يتأثر بالقيم المتطرفة. B. يأخذ كل المشاهدات في الاعتبار. C. يعتمد فقط على القيم المتوسطة.
- 2- يُستخدم المنوال في:
A. البيانات المتطرفة فقط B. وصف البيانات النوعية مثل الجنسية C. حساب القيمة الوسطى
- 3- في توزيع ملتوي إلى اليمين (موجب)، يكون الترتيب غالباً:
A. المتوسط < الوسيط < المنوال B. المتوسط > الوسيط > المنوال C. الوسيط = المنوال > المتوسط
- 4- ما هو ترتيب الخطوة الأولى لحساب الوسيط في البيانات الخام؟
A. تحديد طول الفئة B. إيجاد المنوال C. ترتيب القيم تصاعدياً أو تنازلياً
- 5- إذا كانت البيانات: 2، 9، 7، 8، 4 فإن الوسيط يساوي:
A. 6 B. 7 C. 8

السؤال الثالث : (15 درجة)

في ضوء دراستك لمادة الاحصاء تكلم عن مزايا كل من :

- 1- المتوسط الحسابي .
- 2- الوسيط .
- 3- المدي .

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

امتحان مادة تطبيقات علم النفس الرياضي للعام الجامعي ٢٠٢٤ - ٢٠٢٥م

اجب عن الأسئلة الآتية :

السؤال الأول :

(٣٠ درجة)

أ- تكلم عن ماهية الأخصائي النفسي الرياضي، ثم تكلم عن المبادئ التي يمتلكها الأخصائي النفسي ليكون فعالاً في بيئة العمل الرياضي.

ب- أذكر المشكلات التي تواجه عمل الأخصائي النفسي في الأندية، وماهي الإجراءات التنفيذية لتفعيل دور الأخصائي النفسي الرياضي في الأندية الرياضية.

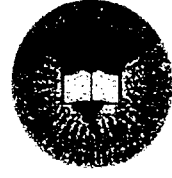
ج- تكلم عن مجالات عمل الأخصائي النفسي مع الفريق.

السؤال الثاني :

(٤٠ درجة)

أ. من خلال دراستك في مجال علم النفس الرياضي تكلم عن الاعداد النفسي للرياضيين من حيث (مفهوم ومراحل وأنواع الإعداد النفسي ، استخدامات القياس)

مع اطيب تمنياتنا للنجاح ،،،



الماده: تطبيقات في الإدارة الرياضية
الزمن: ٣ ساعات
الدرجة: ٧٠

جامعه طنطا
كلية علوم الرياضه
قسم الإدارة الرياضية

مرحلة الدراسات العليا
أولى ماجستير
الإختبار التحريري للعام الجامعي
٢٠٢٤/٢٠٢٥

أجب عن الأسئلة الآتية:

السؤال الأول: (٣٠ درجة)

في عالم سريع التغيير... تتلاحق فيه الأنفاس في مُحاوله مُستमितه للحاق بركب التقدم، يعيش المجتمع الرياضي في السنوات الأخيرة عصرًا جديدًا يحفل بالعديد من المُتغيرات و التحديات التي فرضتها الثورة التكنولوجية الحديثه في ضوء الفقرة السابقه اذكر مع الشرح:
- أهم التطبيقات الحديثه و المستحدثه في المجال الاداري ... موضحاً فوائد استخدامها .

السؤال الثاني: (٤٠ درجة)

يُعد التحول الرقمي من المستجدات التي تعمل على إتساع نطاق التطوير و التغيير و حدوث تحولات غير مسبوقة في البيانات و الإقتصاد و التسويق و الإدارة ، حيث يُمثل التحول الرقمي التغيير المُرتبط بتطبيق التكنولوجيا الرقميّه في جميع الجوانب الإداريه في ضوء الفقرة السابقه وضح مع الشرح ما يلي :

- ماهيه التحول الرقمي في الإدارة الرياضية .. مع ذكر العوامل المؤثرة على تطبيق سياسته التحول الرقمي
- المشكلات و العقبات التي تحول دون تطبيق التحول الرقمي في الإدارة الرياضية

مع تمنياتي بالنجاح والتوفيق،



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم المناهج وطرق التدريس
الدراسات العليا

امتحان مادة تطبيقات فى الرياضة المدرسية لطلاب الفرقة
الأولى ماجستير للعام الجامعي 2025/2024

(30 درجة)

السؤال الأول:

التعلم يحدث في بيئة صفية منضبطة تساعد على ممارسات تعليمية _ تعليمية جيدة، ولا سيما عند استخدام استراتيجيات التدريس الجماعية، التي تعتمد على العمل الجماعي. في ضوء دراستك للضبط الصفى اشرح مايلى :

- أسباب وأنواع مشكلات الانضباط الصفى.
- دور المعلم في تحقيق الانضباط الصفى.
- دور الانضباط الصفى في تحقيق أهداف عملية التعليم والتعلم في مجالات التربية الرياضية.

(20 درجة)

السؤال الثانى:

الرياضة المدرسية هى أنشطة رياضية تسهم فى اكتشاف وتنمية المواهب الرياضية لدى الطلاب وتعزيز التعاون والتنافس الصحى بين الاطلاب. في ضوء العبارة السابقة تكلم عن:

- تعريف واهمية ومجالات الرياضة المدرسية والهدف منها.
- كيفية تطوير الرياضة المدرسية.

(20 درجة)

السؤال الثالث:

تكلم عن التحديات والمشكلات التى تواجه الرياضة المدرسية بالشرح مع توضيح كيفية معالجتها .

أرجو من الله التوفيق



الوقت: 3 ساعات
التاريخ: 2025/7/7

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
الدراسات العليا



الفرقة: الأولى ماجستير (مواد صحية)
الدرجة الكلية: 70 درجة

امتحان مقرر تطبيقات في فسيولوجيا الرياضة "الرمز الكودي: 6138" للعام الجامعي 2025 - 2024

تكلم عن المواضيع التالية بإيجاز فقط "اختر 7 مواضيع فقط: (10 درجات لكل نقطة)

- لاكتات الدم وقياساتها، التدريب اللاكتيكي وتنمية القدرات اللاهوائية.
- تكيف الجهاز القلبي الوعائي وتدريبات تقييد تدفق الدم.
- الاحجام والسعات الرئوية، تدريبات الهيابوكسيا وكتم النفس وتقدير الحد الاقصى لاستهلاك الاكسجين.
- التدريب العقلي، التكيف العصبي للأداء وقياسات الجهاز العصبي للرياضيين.
- فسيولوجيا التعب، أنواع التعب وقياساته، علاقته بالمنشطات المحرمة دولياً.
- فسيولوجيا الانقباض العضلي، أنواع الانقباض العضلي وبرامج التضخيم العضلي.
- الانقطاع عن التدريب وتأثيره المختلف على اجهزة الجسم المختلفة.
- الجهاز الهرموني، وتدريب مرضى السكر من النوع الثاني.
- استخدامات الذكاء الاصطناعي في التدريب والقياس الفسيولوجي.

تمنيتي بالتوفيق ☺ ☺

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم التدريب وعلوم الحركة الرياضية

الزمن : 3 ساعات

الدرجة : 70 درجة

الخصائص البيوميكانيكية للجهاز الحركي

(مرحلة أولى ماجستير)

العام الجامعي 2024 / 2025

السؤال الاول :-

(70 درجة)

يشهد المجال البحثي حاليا توسعا في توظيف خوارزميات مجال علوم الحاسب في مجال التعليم والتدريب البدني، يعد أحد المحفزات لإجراء هذه الدراسة هو تجهيز محددات قياسية بتحليل الخصائص البيوميكانيكية للتدريب الديناميكي وتحضير هذه المحددات القياسية بشكل يلئم خوارزميات علوم الحاسب مما يسهل لاحقا عملية ربط علم التدريب الرياضي بمجالات علوم الذكاء الاصطناعي .

تكلم من خلال دراستك عن (فعاليات الاداء الحركي – الاسلوب الكمي والكيفي – المهارات المنفصلة والمتصلة – الحركة الخطية تحت تأثير قوه) مع ذكر امثله ؟

مع أطيب الامنيات بالتقدم ومزيذا من التميز

أ.د / عمرو حلويش



زمن الامتحان : ثلاث ساعات

النهاية العظمى : ٧٠ درجة

الفرقة : ١. و. ب. م. ع. ح. ر.

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم المناهج وطرق التدريس

الدراسات العليا

الامتحان النظري لمقرر : مناهج

أجب عن الأسئلة الآتية :-

السؤال الأول :-

" تعد المناهج الدراسية الوسيلة التي يمكن بواسطتها تحقيق ما يرجوه النظام التعليمي في اى مرحلة من مراحله من أهداف تعليمية وتربوية ، وتختلف هذه الأهداف تبعاً لما يطرأ على التربية بصفة عامة ، وعلى فلسفتها وأساليبها وأهدافها وطرقها من تغيرات " في ضوء ذلك تكلم عن أنواع المناهج ؟

السؤال الثاني :-

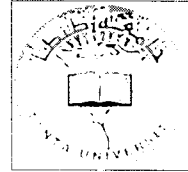
" إن منهاج التربية الرياضية المدرسية يجب أن يبنى على تخطيط علمي سليم . وإذا كان المنهاج هو خطة التعليم فإن التخطيط هو بدايتها "

في ضوء ذلك اشرح عناصر تخطيط منهاج التربية الرياضية ؟

السؤال الثالث :-

أهمية دراسة المناهج ودورها في إعداد مدرس التربية الرياضية ؟

مع أطيب الأمنيات بالنجاح



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
الدراسات العليا
قسم الادارة والترويج الرياضي

أجب عن السؤالين الآتيين:

كلفتم بإعداد ورقة دراسية حول الاتحاد الرياضي المصري الجامعات والمعاهد العليا ولائحة النظام الأساسي الخاصة به.....

تناول بالشرح ما طرحته من فكر علمي في هذه الورقة الدراسية ؟

يمارس مجلس النواب دوره في سن التشريعات ومراقبة ومحاسبة
الوزارات المختلفة من خلال عدة لجان يصل عددها في البرلمان الحالي إلى
٢٥ لجنة فرعية ومن هذه اللجان لجنة الشباب والرياضة.....
تناول بالشرح هذه اللجنة من حيث تعريفها وأهدافها واسلوب عملها ،
وتكوينها ، والفئة التي تهتم بها ؟

مع أطيب التمنيات بالنجاح والتوفيق،،،،،،،،،،

	جامعة طنطا كلية علوم الرياضة الدراسات العليا	
	امتحان الفرقة الاولى ماجستير تدريب رياضي	
	اسم المقرر : الاسس العلمية لتدريب الناشئين	
التاريخ : ٢٠٢٥/٧/٩	الدرجة الكلية : ٧٠ درجة	زمن الامتحان : ٣ ساعات

اجب عن الاسئلة الاتية (اجباري)

السؤال الاول:

(٢٠) درجة

يلعب الذكاء الاصطناعي والأجهزة القابلة للارتداء دورًا محوريًا في إحداث ثورة في عالم الرياضة ، بدءًا من تحسين أداء الرياضيين وصولاً إلى تعزيز تجربة المشجعين، يتكامل هذان المجالان ليقدما حلاً مبتكرة تساهم في دفع حدود الأداء البشري وتوفير رؤى غير مسبوقة .
تكلم في هذا الموضوع موضحاً دور الأجهزة القابلة للارتداء في تطوير الرياضة بصفة عامة وبصفة خاصة في مجال تخصصك الدقيق ؟

السؤال الثاني:

(٢٠) درجة

إن ممارسة الطفل للرياضة هي مدرسة عظيمة للحياة ، لذا فإن للرياضيين الناشئين حقوق في ممارسة الرياضة في ضوء ذلك :-
تكلم عن حقوق الناشئين في الرياضة ؟ موضحاً اسهام الرياضة في حياة الناشئ، وكذلك الناشئين ذوي الاحتياجات الخاصة (اصحاب الهمم)؟

اجب عن سؤاليين فقط من الاسئلة الاتية:

السؤال الاول :

(١٥) درجة

تلعب الموهبة والانتقاء دور حيوي في اعداد البطل الاولمبي الرياضي
وضح الإنتقاء الرياضي ، تعريفه، اهميته ، أهدافه ، الاسس العلمية للإنتقاء، مرحلة مع ذكر احد نماذج تطبيق الإنتقاء الرياضي في مجال تخصصك؟

السؤال الثاني:

(١٥) درجة

تكلم عن عناصر اللياقة البدنية الخاصة في رياضة تخصصك واهميتها، وضع عدد (٣) ثلاثة اختبارات بدنية موضحاً كيفية القياس ؟

السؤال الثالث:

(١٥) درجة

اذكر (١٠) عشرة مصطلحات علمية مع ذكر المصطلح الأجنبي ؟

مع التمنيات بالنجاح والتوفيق

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

امتحان مادة سيكولوجية الشخصية الرياضية للعام الجامعي ٢٠٢٤ - ٢٠٢٥ م

اجب عن الأسئلة الآتية :

السؤال الأول : (٣٠ درجة)

- عرف مع الشرح (تعريف الشخصية – الشخصية الرياضية) ثم وضع مكونات الشخصية .
- اذكر النظريات المفسرة للشخصية ثم اشرح نظريتين بالتفصيل مع ذكر أمثلة في المجال الرياضي .

السؤال الثاني : (٤٠ درجة)

- أهمية دراسة الشخصية الرياضية .
- طرق قياس الشخصية الرياضية مع شرح أهمية استخدام قياس الشخصية في المجال الرياضي

مع اطيب تمنياتنا للنجاح ،،،

تاريخ الامتحان: 2025/7/9م

جامعة طنطا

مدة الامتحان : 3 ساعات

كلية علوم الرياضة

درجة الامتحان : 70 درجة

قسم علوم الصحة الرياضية

إمتحان مادة المنشطات المحرمة دوليا الفرقة الأولى ماجستير

المواد الصحية للعام الجامعى 2025-2024م

40 درجة

السؤال الاول :

تكلم عن

- تعريف المنشطات وما هي أنواع المنشطات ؟
- تعريف المكملات وما هي أنواع المكملات الغذائية ؟
- تأثير المنشطات علي أجهزة الجسم الحيوية ؟
- العقوبات الخاصة بتعاطي المنشطات ؟

30 درجة

السؤال الثاني :

تكلم عن

- دور اللجنة الأولمبية الدولية للرقابة علي المنشطات في المنافسات الرياضية ؟
- نقل الدم كمنشط ؟

تمنياتنا بالنجاح



قسم علم الحركة

أولي ماجستير علم الحركة الرياضية

مادة تطبيقات في علم الحركة

السؤال الأول

تناول بالشرح قوانين نيوتن واذكر تطبيقا لكل قانون في مجال تخصصك ؟

السؤال الثاني

تكلم عن التحليل التشريحي الكيفي لاحد مهارات التخصص ؟

مع خالص تحياتي بالتوفيق

جامعة طنطا

كلية التربية الرياضية

قسم المنازلات والرياضات الفردية

امتحان تطبيقات تخصصية (مصارعة) للفرقة الأولى ماجستير

للعام الجامعي ٢٠٢٤/٢٠٢٥

السؤال الأول :

تناول باستفاضة رؤية شاملة لنشر وتوسيع قاعدة الممارسة لرياضة المصارعة من كافة الجوانب .

السؤال الثاني :

كيف تطور العملية التدريبية وفق أسس علمية حديثة للوصول بالمصارع لأعلى المستويات .

السؤال الثالث :

تحدث عن التجربة اليابانية في تطوير رياضة المصارعة لديها ووصولها لمنصات التتويج عالميا وأولمبيا من حيث سبل التدريب وطرق اللعب .

مع تمنياتنا بدوام التوفيق والنجاح

تاريخ الامتحان : ٢٠٢٥/٧/٧
زمن الامتحان : ثلاث ساعات
الدرجة الكلية : ٧٠ درجة
الفرقة : أولى ماجستير
تدريب رياضي



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
الدراسات العليا

الامتحان النظري لمادة تطبيقات تخصصيه (مبارزة)
للعام الدراسي ٢٠٢٤ - ٢٠٢٥

(٣٥ درجة)

السؤال الأول :

تعتبر اللياقة البدنية الخاصه لها أهمية كبيرة في تحقيق الأداء الرياضي المتميز.
اذكر مع الشرح عناصر اللياقة البدنيه الخاصة واهميتها في رياضة المبارزة ؟

(٣٥ درجة)

السؤال الثاني :

لا يمكن تحقيق أهداف العملية التدريبية إذا ما تمت بعيدة عن تطبيقات نظم إنتاج الطاقة.
اذكر مع الشرح أنظمة إنتاج الطاقة وتطبيقاتها في رياضة المبارزة ؟

مع تمنياتي لكم بالنجاح والتوفيق

أ.د / محمود يسن



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم الألعاب الجماعية ورياضات المضرب

الزمن : ثلاث ساعات
الدرجة الكلية 70 درجة

إمتحان مادة تطبيقات تخصصية (إسكواش)
للعام الجامعى 2025 / 2024 م

أجب عن الأسئلة التالية

السؤال الأول : (خمسة وعشرون درجة)
1- تكلم بالتفصيل عن الإصابات الشائعة فى رياضة الإسكواش وكيفية الوقاية منها
وتجنب حدوثها ؟

السؤال الثانى : (عشرون درجة)
1- إشرح التغذية الخاصة بلاعبى الإسكواش قبل وأثناء وبعد المباراة ؟

السؤال الثالث : (خمسة وعشرون درجة)
1- تكلم عن إستخدام التكنولوجيا والـ Ai فى مجال الإسكواش ؟

مع تمنياتى بدوام النجاح



المرحلة: ماجستير
الفرقة: أولى - تدريب رياضي
اسم المادة: تطبيقات تخصصيه كاراتيه
تاريخ الامتحان: 2025/ 07 /7
زمن الامتحان: 3 ساعات
الدرجة الكلية: 70 درجة

الأسئلة

السؤال الأول:

الدرجة: 40 درجة

نحتاج دائماً أن يكون لدينا نموذجاً أو مرجعاً يمكننا أن نعتمد عليه في تعليم وتدريب اللاعبين في مختلف الفئات العمرية، وهو ما نطلق عليه (Manual)، كما يمثل الخطوات الإجرائية للمعلم أو المدرب خلال مراحل التعليم التي يمر بها اللاعب من مبادئ بدنية، مهارية، سلوكية و معرفية تشمل المعارف والمعلومات الصحية، كما يشتمل على أسس ومعايير الانتقال من مرحلة تعليمية إلى أخرى لضمان الأداء الجيد للاعب.

من خلال قراءتك البحثية في هذا الخصوص تناولي بالتفصيل نموذجاً مقترحاً يوضح هذه الخطوات والمعايير لفئة عمرية في رياضة الكاراتيه.

السؤال الثاني:

الدرجة: 30 درجة

ضعي نموذجاً مقترحاً لوحدة تدريبية مصغرة لتنمية أحد المهارات في رياضة الكاراتيه خلال أسبوع تدريبي مستعينة بالرسم التوضيحي كلما أمكن ذلك.

انتهت الأسئلة،

مع خالص الأمنيات بالتوفيق.

الزمن: ٣ ساعات
الدرجة الكلية: (١٠٠)
الفرقة: الأولى ماجستير (تدريب رياضي)



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
الدراسات العليا

امتحان مادة تطبيقات تخصصية في كرة قدم للعام الجامعي (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥)

هناك العديد من الموضوعات العلمية في مجال كرة القدم تناول بالشرح أحد تلك الموضوعات مع وضع تصور
لكيفية الارتقاء بكرة القدم من وجهة نظرك في هذا الموضوع:

- الذكاء الاصطناعي في كرة القدم
- المستجدات الحديثة في كرة القدم.
- الاحتراف الرياضي في كرة القدم .
- الأسس العلمية لبناء فريق كرة القدم.
- خطة التدريب السنوية لفريق كرة القدم.
- انتقاء الناشئين في كرة القدم.

انتهت الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق...

رقم كود المقرر :		جامعة طنطا
زمن الامتحان : ٣ ساعات		كلية التربية الرياضية
النهاية العظمى :		الدراسات العليا
الفرقة : أولى ماجستير- (بنين+بنات)		
الامتحان النظري لمقرر :تطبيقات رياضة تخصصية(سباحة)		
العام الجامعى ٢٠٢٤/٢٠٢٥ م		

السؤال الاول:-

١- اصبح الذكاء الاصطناعى احد الركائز الاساسية التى تسهم بشكل ملحوظ فى التطور التكني ؛ تناول هذه العبارة بالشرح مع شرح اهم مميزات الذكاء الاصطناعى فى مجال السباحة ؟

٢- هناك كثير من تطبيقات الذكاء الصناعى فى مجال تدريب السباحة ؛ اذكر ثلاث من هذه التطبيقات وتناولها بالشرح والايضاح؟

السؤال الثانى :-

يعد حامض اللاكتيك مؤشرا مهم اثناء وضع الخطة التدريبية للسباحين تناول هذه العبارة بالشرح مع ذكر فوائد حمض اللاكتيك وطرق تقليله وكيفية التخلص منه؟

مع تمنياتى لكم بالتوفيق والنجاح؛



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم الألعاب الجماعية ورياضات المضرب

الزمن : ثلاث ساعات
الدرجة الكلية 70 درجة

إمتحان مادة تطبيقات تخصصية (تنس أرضى)
للفرقة الأولى ماجستير
للعام الجامعى 2025 / 2024 م
أجب عن الأسئلة التالية

السؤال الأول : (عشرون درجة)

1- إذكر المهارات الأساسية الخاصة بلاعبى التنس الأرضى مع شرح الضربة الخلفية وضربة الإرسال من حيث المراحل الفنية والأخطاء الشائعة ؟

السؤال الثانى : (عشرون درجة)

1- إذكر عناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبى التنس الأرضى وتكلم عن عنصرى القوة والسرعة ؟

السؤال الثالث : (خمس عشرة درجة)

1- فى ضوء القواعد الدولية برياضة التنس الأرضى إذكر ما يلى :
- المقاييس الخاصة بكلاً من ملعب التنس الأرضى الزوجى - وزن المضرب
- عدد المجموعات للسيدات فى المباراة - طريقة إحتساب النقاط - عدد الأشواط فى المجموعة - أنواع الملاعب - إرتفاع الشبكة ؟

السؤال الرابع : (خمس عشرة درجة)

1- إشرح التغذية الخاصة بلاعبى التنس قبل وأثناء وبعد المباراة ؟
2- تكلم عن مبادئ التدريب الرياضى وعلاقتها بلاعبى التنس الأرضى ؟

مع تمنياتى بدوام النجاح

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم المنازلات والرياضات الفردية
امتحان مادة : تطبيقات تخصصية (ملاكمة)
الزمن : (٣ ساعات)
الدرجة : (٧٠)

الفرقة الاولى ماجستير للعلمى الجامعى (٢٠٢٤-٢٠٢٥) م

أجب عن الاسئلة الآتية ..

السؤال الاول : -

تعتبر عملية انتقاء الناشين فى رياضة الملاكمة من العمليات التى كانت وما زالت لها اهمية بالغة فى الارتقاء برياضة الملاكمة على جميع المستويات من خلال دراستك وقراءتك تناول تلك العملية بالشرح والتفصيل وكيف يمكن ان تساعد على ذلك .
(٢٠ درجة)

السؤال الثانى : -

تكلم عن الاصابات الشائعة فى رياضة الملاكمة من حيث انواعها واسبابها وكيفية الوقاية او الحد من تلك الاصابات داخل المباريات واثناء التدريب .
(٢٠ درجة)

السؤال الثالث :

من خلال دراستك لعامك الاول فى مرحلة الماجستير ومن خلال خبراتك فى مجال الملاكمة تناول احد المشكلات التى تراها مؤثرة فى ذلك المجال سواء على المستوى التدريبى او الفنى او الادارى وكيف يمكن مواجهة تلك المشكلة والعمل على علاجها باستخدام الطرق العلمية والبحثية.
(٢٠ درجة)

السؤال الرابع :

اشرح كيف يمكنك تنظيم بطولة للملاكمة بطريقة خروج المغلوب من مرة واحدة لعدد ٧ ملاكمين تقدمو للعب فى وزن ٧٥ كجم .
(١٠ درجات)

انتهت الاسئلة مع خالص تمنياتنا بالتوفيق

زمن الإمتحان: ثلاث ساعات
النهاية العظم : ٧٠ درجة
الفرقة : اولي ماجستير
٢٠٢٥ / ٧ / ٧

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
الدراسات العليا
قسم التدريب الرياضي

إمتحان مقرر تطبيقات رياضة تخصصية " كرة يد "

العام الجامعي 2024 – 2025 م

السؤال (٧٠) درجة :

من خلال دراستك لمقرر التطبيقات التخصصية في " كرة اليد" قم بكتابة بروتكول لمشكلة بحثية في مجال التخصص متضمنه التالي :

- مقدمة ومشكلة البحث .
- المصطلحات .
- الاهداف .
- الفروض / التساؤلات .
- الدراسات المرتبطة .
- الاجراءات .
- المراجع .

مع أطيب التمنيات بالتوفيق

د. / احمد زكي



الوقت : 3 ساعات

الدرجة الكلية : 70 درجة

أمتحان الفرق الأولى ماجستير للعام الجامعى 2024-2025 م

تطبيقات عملية فى مجال التخصص كرة السلة بنين وبنات



جامعة طنطا

كلية علوم الرياضة

السؤال الأول : (خمسة عشر درجة)

تعتبر لعبة كرة السلة من الألعاب الجماعية التي تحتل مكانه بارزه بين الألعاب المختلفة حيث تعتبر اللعبة الشعبية الثانية بعد كرة القدم في مصر والوطن العربي والعالم كله وهى ضمن الأنشطة المقررة داخل مناهج التربية الرياضية والتي تدرس مهاراتها الأساسية داخل حصة التربية الرياضية وتمارس في النشاط الداخلي والخارجي بالكلليات والاندية الرياضية مما يتطلب ذلك اعداد معلم ومدرّب ومتعلم ولاعب وهذا يتطلب اعدادهم بدنيا ومهاريا وخططيا . فمن خلال ما درست تناول كيفية اعداد ناشئى كرة السلة من جميع الجوانب سواء كان بدنيا أو مهاريا أو خططيا ؟

السؤال الثاني : (خمسة عشر درجة)

ضع علامة صح أمام العبارة الصحيحة وعلامة خطأ أمام العبارة الخاطئة .

1. زمن الوقت المستقطع الواحد دقيقتان ()
2. يجب على اللاعب الا يبقى فى المنطقة المحرمة للمنافس أكثر من ثمانى ثوانى. ()
3. زمن الشوط الاضافى فى حالة التعادل خمسة دقائق. ()
4. زمن الهجمة فى كرة السلة هو 35 ثانية . ()
5. عدد الأخطاء الشخصية أربعة أخطاء شخصية لكل لاعب. ()
6. زمن الشوط الواحد فى كرة السلة 20 ق. ()
7. سمك خطوط الملعب 8 سنتيمتر. ()
8. عدد اللاعبين البدلاء للفريق الواحد تسعة لاعبين. ()
9. تتكون مباراة كرة السلة من أربعة فترات كل فترة 10 دقائق. ()
10. عند كل كرة ممسوكة يتم عمل كرة القفز من منتصف الملعب. ()

مع خالص تمنياتى بالنجاح والتوفيق

جامعة طنطا كلية التربية الرياضية قسم التدريب الرياضي		الفرقة : الأولي ماجستير "تدريب رياضي" العام الجامعي : 2025م الدرجة العظمي : 70 زمن الامتحان : 3 ساعات تاريخ : الاثنين 7 / 7 / 2025م
الامتحان النظري لمقرر: تطبيقات تخصصية " كرة سرعة "		

أجب عن الأسئلة الآتية :

الدرجة 25

1- في ضوء دراستك العلمية لمحتوي رياضة كرة السرعة ، اشرح " علاقة ممارسة رياضة كرة

السرعة بأعضاء جسم الإنسان ؟

الدرجة 15

2- لكل رياضة قانون منظم لها ، اشرح خمس مواد من قانون رياضة كرة السرعة ؟

الدرجة 30

3- من خلال تطبيقاتك في رياضة كرة السرعة اشرح مشكلة اما (بدنية أو مهارية أو فنية أو

غيرها) وقم بكتابتها وحلها بأسلوب علمي ؟

انتهت الأسئلة

مع أطيب الأمنيات بالنجاح



المادة : تطبيقات تخصصية
(جمباز)
الفرقة : اولى ماجستير
الزمن : ثلاث ساعات
العام : ٢٠٢٤-٢٠٢٥

جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
قسم التدريب الرياضى
الدراسات العليا
التاريخ : ٢٠٢٥/ ٧ / ٧

السؤال الأول:

،، مدربة الجمباز هي حجر الاساس فى تطوير لاعبة الجمباز من خلال العمل المنظم و التدريب المتخصص فتكلمى عن ،،
(الادوار – المهام و المسئوليات – التحديات – العلاقة بين المدربة و اللاعبة و اهميتها - الصفات الشخصية و المهنية للمدربة)؟

السؤال الثانى:

،، الاحماء جزء اساسى فى البرنامج التدريبى لرياضة الجمباز ويقلل من خطر الاصابة فيساعد على تهيئة اجهزة الجسم الحيوية و العضلات و المفاصل لتحمل الاعباء التدريبية فوضحى من خلال ذلك (أهمية الاحماء – فوائده – مكوناته – انواعه – الاعتبارات التى يجب مراعاتها عند اداء تمارين الاحماء)؟

السؤال الثالث:

،، أختارى نقطة واحدة فقط من ما يلى :-
أ- أن لاعبة الجمباز تحتاج الى مجموعة متميزة من المواصفات تكلمى عنها ؟
ب- صناعة البطل فى رياضة الجمباز عملية متكاملة وتبدأ فى سن مبكرة بشكل متكامل و منتظم وضحى ذلك ؟

تمنياتى بالتوفيق ،،،،



الامتحان النظري لمقرر : تطبيقات تخصصية (رفع الأثقال) / الفرقة الأولى ماجستير

شعبة : التدريب الرياضي / للعام الجامعي : ٢٠٢٤ : ٢٠٢٥

السؤال الأول :

٤٠ درجة

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

٢٠ درجة

ب- من خلال ما درست تكلم عن الانتقاء من حيث (مفهوم الانتقاء - اهداف الانتقاء - مراحل الانتقاء - اسس الانتقاء - المحددات الأساسية لعملية الانتقاء - الادوات والقياسات التي تستخدم في الانتقاء - السن المناسب لانتقاء رباعي رفع الأثقال)؟

٢٠ درجة

السؤال الثاني :

٣٠ درجة

إن إنجاز وتحسين الأرقام القياسية في رفع الأثقال يتطور بشكل مستمر عند استكمال الصفات البدنية لدى الرباع ، وأن أي خطأ في العلاقة بين هذه الصفات يؤدي إلى بذل مزيد من الجهد في إنجاز الأداء بدون تحقيق مستويات عالية .، وأن رباعي المستويات العليا يحتاجون إلى مجموعة من الصفات البدنية .

في ضوء هذه العبارة اذكر عناصر اللياقة البدنية الأكثر ارتباطاً برياضة رفع الأثقال ، موضحاً كيف يمكنك تحديد الأهمية النسبية لكل عنصر - ثم حدد مجموعة من الاختبارات تقيس بها كل عنصر من هذه العناصر ؟

مع أطيب تمنياتنا بالتوفيق ... »



جامعة طنطا
كلية علوم الرياضة
الدراسات العليا
قسم المختبرات والرياضات الفردية

الزمن: ثلاث ساعات

الدرجة الكلية: ٧٠ درجة

امتحان لطلبة ماجستير (السنة الأولى) تخصص التدريب الرياضي (كونغ فو)

للعام الجامعي ٢٠٢٤ / ٢٠٢٥ م

أجب عن الأسئلة التالية

السؤال الأول: (20 درجة)

ناقش مفهوم عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالأداء المهاري، مبيناً أهميتها وتربطها الوظيفي في تدريب رياضي الكونغ فو. اختر ثلاثة من هذه العناصر الأكثر حيوية للكونغ فو، وشرح بالتفصيل أهمية كل منها في الأداء، وكيف يؤثر النقص فيها على فعالية اللاعب. لكل عنصر، اقترح تمرينين محددين لتنميتها، موضحاً كيفية تطبيق مبادئ التدريب عند تصميم هذه التمارين.

السؤال الثاني: (20 درجة)

عرّف مفهوم الانتقاء الرياضي وأهدافه، مبرزاً أهميته الاستراتيجية في رياضة الكونغ فو لاكتشاف وتطوير المواهب. صنف المعايير الأساسية للانتقاء في الكونغ فو، مع ذكر أمثلة عملية لكل تصنيف وسبب أهميتها. اشرح المراحل الرئيسية لعملية الانتقاء، ثم ناقش تحديين شائعين يواجهان المدربين في الكونغ فو خلال هذه العملية واقترح حلولاً عملية لهما.

السؤال الثالث: (30 درجة)

صمم وحدة تدريبية متكاملة (90 دقيقة) لرياضي كونغ فو متوسط المستوى، بهدف تطوير القدرة الانفجارية في الركلات الأمامية والخلفية. يجب أن تتضمن الوحدة:

- البيانات العامة: (اسم الوحدة، الهدف الرئيسي، الفئة المستهدفة، الزمن الكلي، المكان، الأدوات).

[5 درجات]

- محتوى الوحدة التدريبية (بشكل تفصيلي):

- الإحماء: (الزمن، 3-4 تمارين عامة وخاصة مع ذكر السبب والأهداف). [5 درجات]

- الجزء الرئيسي: (الزمن، 3-4 محطات تدريبية لتطوير القدرة الانفجارية للركل، مع

تفصيل لكل محطة: الاسم، الوصف، الهدف، المجموعات/التكرارات، الراحة، الشدة،

ونقطة فنية/خططية). [10 درجات]

- التهدئة: (الزمن، 3-4 تمارين إطالة/تهدئة، والهدف منها). [5 درجات]

- ملاحظات إضافية: (توجيهات للمدرب لضمان الفعالية، وكيفية تقييم تحقيق الهدف). [5 درجات]

انتهت الأسئلة

مع أطيب التمنيات بالنجاح والتوفيق