

١ / ٣

المادة : مدخل و تاريخ التربية الرياضية
الزمن : ساعتان
الفرقة الاولى بنين و بنات

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم المناهج و طرق التدريس

امتحان مدخل وتاريخ التربية الرياضية الفصل الدراسي الاول

اجب عن الاسئلة الاتية :

السؤال الاول :

" تناول العديد من العلماء و الرواد أهداف التربية الرياضية كل حسب المدرسة التي ينتمون اليها"

في ضوء ما درست وضح مع الشرح طبقا لاراء العلماء المختلفة :

١- اهداف واعراض التربية الرياضية ؟

٢- تقسيمات الانشطة الرياضية المختلفة ؟

السؤال الثاني :

" للتربية البدنية و الرياضية مستقبل عظيم كمهنة اذا ما صمدت للعقبات التي تبرز في مواجهاتها و تحقيق هذا
او عدم تحقيقه سوف يقرره الي حد كبير أولئك الطلبة الملتحقين بكليات التربية الرياضية و أقسامها المختلفة "

- في ضوء ما درست ناقش أهم العقبات التي تواجه مهنة التربية الرياضية ؟.

السؤال الثالث :-


" التاريخ واسع كاتساع الحياه نفسها و هو يضم الميراث الكلي الشامل للماضي البشري و الحقائق و البيانات
التاريخية يجب أن ينظر اليها علي انها جزء لا يتجزأ من عملية النمو الاجتماعي "

في ضوء ما درست :

١- وضح أهمية دراسة تاريخ التربية البدنية و الرياضية ثم اشرح التربية البدنية و الرياضية في أسبرطة و أثينا ؟

٢- اذكر أهم أوجه الانشطة التي اهتم المصريون القدماء بها ؟

مع أطيب التمنيات بالنجاح

زمن الامتحان : ساعتان		جامعة طنطا
النهاية العظمى : ٧٠ درجة		كلية التربية الرياضية
الفرقة/ الأولي - " بنوعيتها " لائحة جديدة		قسم علم النفس الرياضي
امتحان مادة (مدخل علم النفس الرياضي)		
" الفصل الدراسي الأول " للعام الجامعي ٢٠١٩/٢٠٢٠م		

أجب عن الأسئلة التالية :-

السؤال الأول :- أجب عما يأتي :-

(٣٥ درجة)

- (أ) يضع (ماسلو) الحاجات الضرورية علي شكل هرم وفقاً لأهميتها ، وضع ذلك مع الشرح . (١٥ درجة)
- (ب) اذكر أهم السمات الشخصية للاعب الرياضي ، مع شرح لأهمية (ثلاثة) منها . (١٠ درجات)
- (ج) وضع الفرق بين كلاً من (جماعة الممارسة الرياضية - جماعة الفريق - جماعة المشاهدين) . (١٠ درجات)

السؤال الثاني :-

(٣٥ درجة)

- (أ) وضع مفهوم تماسك الفريق الرياضي ، مع ذكر أهم العوامل التي تؤثر في تماسك الفريق . (١٠ درجات)
- (ب) فسر مفهوم (الدافع) ثم تكلم عن أهم الدوافع المؤثرة في سلوك الإنسان . (١٠ درجات)
- (ج) تكلم عن العوامل التي تؤدي إلي العدوان والعنف لدي جماهير كرة القدم في الملاعب المصرية . (١٥ درجة)

أمنياتنا بالنجاح والتوفيق ،،،

زمن الامتحان: ساعتان		جامعة طنطا
النهاية العظمى: 40 درجة		كلية التربية الرياضية
الفرقة الأولى		قسم الرياضات المائية
الإمتحان النظرى لمادة السباحة (1) للفصل الدراسي الاول بتين / بنات للعام الجامعى 2020م		
(الأسئلة على وجهي الصفحة)		

السؤال الأول : اختر الإجابة الصحيحة من بين الأقواس :-

- 1- كانت السباحة في الدولة اليونانية القديمة على كل طفل في اثينا واسبرطه .
 أ- اجبارية ب- إختيارية ج- لأبناء الملوك فقط
- 2- هي مجموعة من الأنشطة يجمع بينها الوسط المائى حيث تعتمد عليها اعتماداً كلياً بشرط إجادة السباحة لمزاوليهها.
 أ- كرة الماء ب- الرياضات المائية ج- السباحة
- 3- أقيمت أول دورة أولمبية حديثة عام 1896م بمدينة
 أ- روما ب- أثينا ج- برشلونة
- 4- التحليل الفنى لسباحة الزحف على البطن يمثل وضع الجسم وحركات الذراعين والرجلين و.....
 أ- الإنسيابية ب- الإتزان ج- التوافق
- 5- تنقسم حركات الذراعين فى سباحة الزحف على البطن الى الدخول والسند والمسك و.....والدفع والتخلص .
 أ- الزحقة ب- الشد ج- الحركة الرجوعية
- 6- حركات الرجلين فى سباحة الزحف على البطن تبادلية
 أ- رأسية ب- أفقية ج- مقصية
- 7- تعتبر مرحلة الدفع استمرار للمرحلة الأساسية وتكملة لعملية فى حركات الذراعين لسباحة الزحف على البطن .
 أ- التخلص ب- الشد ج- المسك
- 8- أحواض السباحة فى الدولة الرومانية كانت تستوعب من :
 أ- 300:200 ب- 2000:1000 ج- 3000:2000

باقي الاسئلة بالخلف



9- يتم تقييم كرة الماء ب.....

أ- المسافة ب- الاهداف ج- الزمن

10- اول حمام سباحه مصري خاص لطلبة المدارس انشأته عام 1912م.

أ- انجلترا ب- فرنسا ج- وزارة المعارف المصرية

السؤال الثاني : ضع علامة (√) أمام الاجابة الصحيحة وعلامة (x) أمام الاجابة الخاطئة .
الدرجة (10)

1. يكون وضع الجسم في سباحة الزحف علي البطن مائلا من اعلي الي اسفل ()
2. تعتبر ضربات الرجلين هي القوي الاساسية المحركة في سباحة الزحف علي البطن ()
3. يضع السباح احدي القدمين علي الحافة الامامية لمكعب البدء في البدء الخاطف ()
4. السباحة الحرة هي ان السباح يمكنه أن يسبح بأي طريقة في جميع السباقات فيما عدا سباق التتابع المتنوع فقط ()
5. يقطع السباح مسافة تزيد عن 15 متر تحت سطح الماء في البدايه أو الدوران ()
6. حركات الذراعين في سباحة الزحف على البطن تنقسم الى حركة أساسية تتم خارج الماء وحركة رجوعية تتم داخل الماء. ()
7. البدء في سباحة الزحف على البطن هو نفس البدء لسباحة الفراشة والظهر ()
8. يشترط لمس الحائط باليد أثناء الدوران في سباحة الزحف على البطن ()
9. يجب أن يلمس الحائط أى جزء من جسم السباح عند إتمام كل طول لحوض السباحة وعند النهاية ()
10. مرحلة الدوران بالشقلبة تتكون من الهجوم والتكور والشقلبة والدفع والإنزلاق ()

السؤال الثالث :-

أ- تعتبر السباحة هي العصب الاساسي للرياضات المائية ، تناول هذه العبارة بالشرح

موضحاً المتطلبات التي تنفرد بها السباحة ، وأهميتها .

ب- اذكر تقسيمات الرياضات المائية مع شرح إحداها بالتفصيل .

"مع خالص التمنيات بالتوفيق والنجاح"

١/١٥

المادة : تمرينات (١)

جامعة طنطا

الفرقة : الأولي بنين

كلية التربية الرياضية

الزمن : ساعتان

قسم الجمباز والتمرينات والتعبير الحركي

امتحان الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠١٩ - ٢٠٢٠

السؤال الأول : أكتب ما تعرفه عن : (١٥ درجات)

- المجال التعليمي في التمرينات .
- الأسس التي يجب مراعاتها عند كتابة التمرين .
- أنواع الحبال في التمرينات

السؤال الثاني : (١٢ درجات)

- ما مفهوم وأهمية الوثب بالحبل .
- أذكر مراحل كتابة التمرينات .
- وضح متطلبات الوثب بالحبل .
- ما الأماكن التي يمكن فيها تدريب الوثب بالخبل

السؤال الثالث : ضع علامة صح او خطأ أمام العبارات الآتية : (١٣ درجة)

- ١- الوقوف علي اليدين من الأوضاع المشتقة () .
- ٢- الجثو من الأوضاع الأصلية () .
- ٣- النجمة من الأوضاع الخاصة () .
- ٤- الإنبطاح من الأوضاع الخاصة () .
- ٥- الإنشاء عرضا من الأوضاع المشتقة () .
- ٦- تمرينات الوثب بالحبل تساعد علي حرق الدهون () .
- ٧- يعتبر جوتس موتس قائد المدرسة السويدية () .
- ٨- كلمة بالتبادل تعني عدم الرجوع للوضع الابتدائي () .
- ٩- اهتمت المدرسة السوفيتية بالعروض الرياضية () .
- ١٠- التعلق من الأوضاع الخاصة () .
- ١١- الوقوف ميل من الأوضاع المشتقة للجذع () .
- ١٢- اهتمت المدرسة الدانماركية بعنصر المرونه () .
- ١٣- عند كتابة أكثر من حركة للتمرين يكون ترتيب الحروف كالآتي :
الفاء - الواو - + - ثم () .

كل التمنيات لجميع الطلبة بالتوفيق والنجاح



١ / ١٨

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم الإدارة والترويج الرياضي

الدرجة من ٧٠	المادة : مدخل في الترويج الرياضي	الزمن : ساعتان
الفرقة : الأولى (بنين ، بنات) لائحة جديدة دور يناير للعام الجامعي ٢٠١٩ - ٢٠٢٠ م		

أجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول : أكمل ما يلي من (١٠ درجات)

١. مصطلح الترويج مشتق من الأصل اللاتيني ،
٢. قسم ناش Nash مستويات الاشتراك في الأنشطة الترويحية لأوقات الفراغ إلى مستويات في شكل
٣. يعد هو استمتاع الفرد بمناشط أوقات الفراغ في مقابل مبلغ من المال يدفعه للمشاركة في تلك المناشط .
٤. تتنوع مناشط الترويج الخلوي إلى ،
٥. من الوظائف الرئيسية لوقت الفراغ ، ،

السؤال الثاني : من (٣٠ درجة)

الأسرة هي الخلية الأولى للمجتمع وهي الجماعة الإنسانية الأولى التي يتعامل معها الطفل وهي البيئة الاجتماعية الأولى التي يعيش فيها الطفل ويتعرف على نفسه وعلى الآخرين ، في ضوء ذلك اجب عن ما يلي .

١. ما هي أهداف الأنشطة الترويحية في الأسرة ؟
٢. ما هي أهم مناشط الترويج الأسري داخل المنزل ؟
٣. وضح دور الأسرة في تكوين الاتجاهات والميول في أبنائها نحو الترويج ؟

السؤال الثالث : من (٢٠ درجة)

ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة مع تصحيح الخطأ

١. الإشراف على الترويج التجاري يكون من خلال الإشراف القانوني فقط .
٢. يعد الخوف من الإصابة أثناء ممارسة الترويج الماني أحد المعوقات التي تواجه الترويج الماني بالمشروعات السياحية بمصر .
٣. تنقسم مواد ميثاق وقت الفراغ والترويج إلى سبع مواد .
٤. من أهم مناشط الترويج الفني القراءة والكتابة والإذاعة والتلفزيون .
٥. من أهم أهداف أنشطة الترويج الرياضي هي الاسهام في تقبل المريض أو المعاق لمرضه أو لإعاقته وتقبله لذاته وللآخرين وللمجتمع .
٦. تعد المناشط الدرامية المنظمة وغير المنظمة من مناشط الترويج الثقافي .
٧. يعد لعب الحجرات والمآدب والحفلات وأوقات الشاي والقهوة من أهم مناشط الترويج الاجتماعي .
٨. من المدرجات الخاطئة للترويج أنه نشاط لا هدف له فقط .
٩. يكتسب المشاركون في أنشطة الترويج الاجتماعي المعرفة والمعلومات والمفاهيم .
١٠. تنقسم الطرق الأساسية لتعريف وقت الفراغ إلى خمس طرق .

السؤال الرابع : من (١٠ درجات)

يعد الترويج الثقافي أحد أنواع الترويج الهامة حيث له العديد من الفوائد كما تتنوع مناشطه في ضوء ذلك وضح في جدول خصائص كل من الراديو والتلفزيون في مجال الترويج الثقافي ؟

مع أطيب التمنيات بالتوفيق والنجاح

أ.م.د / سائلة محمد أبو حمير

زمن الامتحان : ساعتين
النهاية العظمى : ٤٠ درجة
الفرقة : الأولى (بنين - بنات)
المجموع الكلي للدرجات (٤٠ درجة)



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم مسابقات الميدان والمضمار

امتحان مادة : مسابقات الميدان والمضمار (١) للفصل الدراسي الأول

للعام الجامعي ٢٠١٩/٢٠٢٠ م

أجب عن الأسئلة التالية :

- السؤال الأول :- (١٥ درجة)

١ - أذكر المراحل الفنية لكل من :

- مسابقة دفع الجلة - مسابقة الوثب الطويل - سباق ١٠٠ متر عدو . (١٠ درجات)
٢ - متى تعتبر المحاولة فاشلة في مسابقة دفع الجلة ؟ (٥ درجات)

- السؤال الثاني :- (١٥ درجة)

- أ - أذكر الخطوات التعليمية لمسابقة الوثب الطويل مع شرح إحدى هذه الخطوات ؟ (١٠ درجات)
ب - أذكر عناصر اللياقة البدنية المطلوبة في مسابقة الوثب الطويل ؟ (٥ درجات)

- السؤال الثالث :- (١٠ درجات)

- أ - ضع علامة (صح) أمام العبارة الصحيحة و علامة (خطأ) أمام العبارة الخاطئة
١ - طول طريق الاقتراب في مسابقة الوثب الطويل ٤٥ متر .
٢ - لكل متسابق في مسابقة دفع الجلة ٣ محاولات إذا كان عدد المتسابقين ٨ أو أقل .
٣ - من سباقات المسافات القصيرة ٢٠٠ متر ، ٤٠٠ متر .
٤ - مسابقة الوثب الطويل يتم ترتيب المتسابقين فيها بالقرعة .
٥ - تصنع دائرة دفع الجلة من الأسمنت المسلح وقطرها ٢٥٠ سم .

ب - أكمل العبارات التالية :

- ١ - وزن الجلة للرجال كجم ، ووزن الجلة للسيدات كجم .
٢ - طول لوحة الإرتقاء في مسابقة الوثب الطويل وعرضها
٣ - يكون البدء في سباق ١٠٠ متر عدو بدءً

مع أطيب التمنيات بالنجاح والتفوق

أ.د/ علي عبيد
أ.د/ غادة عبدالحميد

امتحان المصارعة للفرقة الاولى بنين وبنات

الفصل الدراسي الأول ٢٠١٩ / ٢٠٢٠

السؤال الأول : (٦ درجات)

تعتبر المصارعة من أقدم المنازلات التي عرفها الإنسان وقد قسمت هيئة التدريب القومية للاتحاد الأمريكي للمصارعة مهارات المصارعة إلى عدد من المهارات الأساسية في ضوء ذلك :-

- ١- عرف المصارعة موضحا الفرق بين نوعي المصارعة.
- ٢- أذكر المهارات الأساسية للمصارعة مع شرح اثنين منها باستفاضة .

السؤال الثاني : ضع علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية (٨ درجات)

- ١- يعتبر المصريون القدماء أول من مارسوا المصارعة منذ أكثر من ٥٠٠٠ سنة ويظهر ذلك بالرسومات الموجودة بمعابد أسوان .
- ٢- تأسس الإتحاد المصري للمصارعة عام ١٩٣٣ م وأقيمت أول بطولة بالقاهرة .
- ٣- يدير مباراة المصارعة طاقم تحكيم مكون من ٥ أفراد خلال المباريات الدولية .
- ٤- يجب على المصارع أن يرتدي مايوه قطعة واحدة من اللون الاحمر أو الأزرق وقد يكون مزيجا من اللونين .
- ٥- مدة مباراة المصارعة ٦ دقائق مقسمة على ثلاث جولات كل جولة ٢ دقيقة بين كل منهما ٣٠ ثانية راحة .
- ٦- يعتبر عنصر الدقة هو أهم عنصر من عناصر اللياقة البدنية التي يجب توافرها في المصارع .
- ٧- تتكون منطقة الصراع ببساط المصارعة من مربع طول أضلاعه ١٢ متر .
- ٨- تثبيت الكتفين ليس شرطا أساسيا لإنهاء المباراة في المصارعة الحرة ولكنه أساسيا في المصارعة الرومانية .

السؤال الثالث :- اختر الإجابة الصحيحة من بين الأقواس (٦ درجات)

- ١- يبلغ قطر منطقة بدء واستئناف اللعب ببساط المصارعة (١,٥ متر - ٢متر - ١ متر)
- ٢- مرتبة المصارعة ٢ متر في ١ متر مما يجعل بساط المصارعة يتكون من (٧٤ مرتبة - ٧٢ مرتبة - ٧٥ مرتبة)
- ٣- أول من استخدم المصارعة هم (الفراعنة - الإنسان البدائي القديم - الرومان)
- ٤- تعتبر مهارة الكوبري من المهارات (الهجومية فقط - الدفاعية فقط - الهجومية والدفاعية معا)
- ٥- في حالة اعتراض المدرب بالمباراة (يؤخذ رأي اللاعب - يؤخذ برأي المدرب فقط - يؤخذ رأي رئيس البساط)
- ٦- يتكون بساط المصارعة من لونين رئيسيين وهم (أزرق وأحمر - أبيض وأزرق - كحلي وبرتقالي)

سعدنا بالتدريب لكم وتمنياتنا بالتوفيق والنجاح

الفرقة : الاولى (بنين - بنات)
الزمن : ساعتان
الدرجة : (٢٠)
التاريخ : ٢٠٢٠/١/٢٣

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم المنازلات والرياضات الفردية

امتحان دوريناير ٢٠١٩ - ٢٠٢٠ فى مادة (الملاكمة)

أجب عن الاسئلة الآتية ..

السؤال الاول : (الدرجة الكلية ١٠ درجات)

أ - اختر الاجابة الصحيحة من بين الاقواس (٥ درجات)

- ١ - حدود العد الاجبارى فى حالات الكبو (٨ عدات - ١٠ عدات - ٥ عدات) .
- ٢ - عند اداء اللكمة الجانبية اليسرى للراس تكون الذراع اليمنى (امام الذقن - بجوار الجذع - خلف الظهر) .
- ٣ - اول من ادخل الملاكمة لمصر هم (الاغريق - الرومان - الانجليز) .
- ٤ - يرتدى الحكم قميصا وبنطالا لونهم (ازرق واحمر - ابيض واسود - حسب اختيار الحكم) .
- ٥ - يمكن الدفاع عن اللكمات المستقيمة للراس عن طريق (التمايل للخلف - الصد بالقفاز - كل ماسبق) .

ب :- اشرح الخطوات الفنية لاداء اللكمة الجانبية اليسرى للراس . (٥ درجات)

السؤال الثانى : (الدرجة الكلية ١٠ درجات)

- أ - ضع علامة صح او خطأ امام العبارات الآتية مع التعليل : (٥ درجات)
- معادلة (ن - ا) فى طريقة خروج المغلوب من مرة تعنى عدد اللاعبين الفعليين .
- تستخدم اللكمات المستقيمة فى مسافات اللكم القصيرة .
- تعتبر اللكمة التى تؤدى بظهر القفاز فى منطقة الراس لكمة صحيحة .
- زمن الراحة بين الجولات هى ٣ دقائق .
- عدد القضاة الذين يديرون مباراة الملاكمة ٥ قضاة .

ب- تكلم بالتفصيل عن الاخطاء الشائعة التى يمكن ان يقع فيها المبتدئون اثناء تعلم وقفة الاستعداد (٥ درجات)

مع خالص تمنياتنا بالتوفيق والنجاح

انتهت الاسئلة



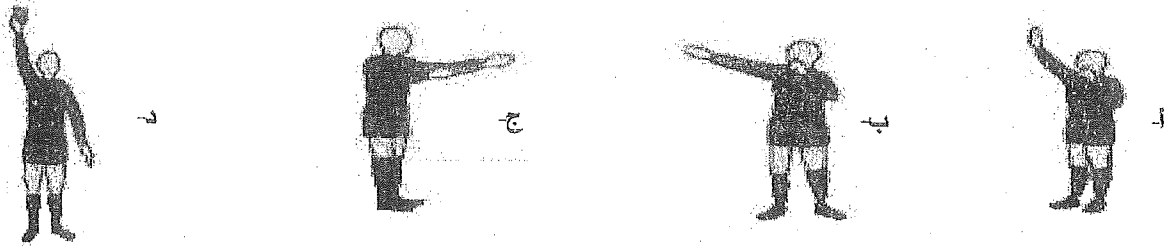
امتحان مادة كرة القدم للعام الجامعي (٢٠١٩ - ٢٠٢٠) نموذج (ب)

الدرجة (١٥)

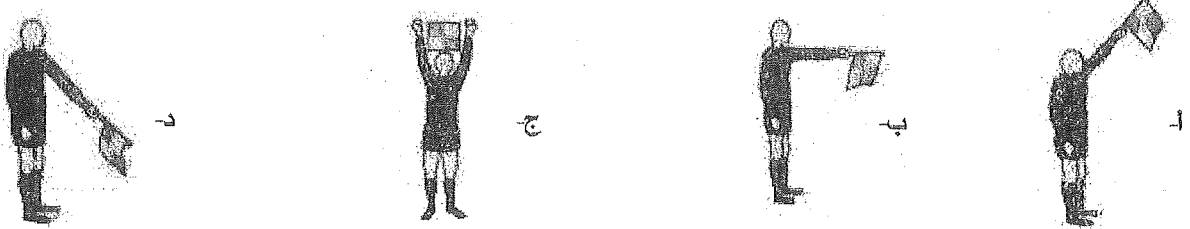
السؤال الأول:

ظلل الدائرة بالكامل أسفل الاختيار الذي تراه صحيحا :

(١) ماهي الإشارة التي يقوم بها حكم كرة القدم التي تدل علي احتساب ركلة حرة مباشرة؟



(٢) ماهي الإشارة التي تدل علي احتساب الحكم المساعد تسلل علي أحد لاعبي الفريقين؟



(٣) ما هو قرار الحكم في حالة مسك اللاعب داخل منطقة جزاءه اللاعب المنافس؟

- أ- ركلة جزاء
ب- ركلة حرة مباشرة
ج- ركلة حرة غير مباشرة
د- ركلة مرمي

(٤) المرحلة الثالثة في تعليم مهارات كرة القدم هي

- أ- اكتساب التوافق الجيد للمهارة
ب- مرحلة اتقان وتثبيت المهارة
ج- مرحلة اكتساب التوافق الأول للمهارة
د- مرحلة أداء المهارات المركبة للاعب

(٥) تنقسم مهارة السيطرة على الكرة إلى عدة أنواع منها

- أ- كتم الكرة
ب- الجري بالكرة
ج- ركل الكرة بوجه القدم الخارجي
د- ضرب الكرة بالرأس

(٦) يعتبر اختبار المرواغة بالكرة بين القوائم من الاختبارات التي تستخدم لقياس عنصر

- أ- الرشاقة
ب- المرونة
ج- القوة
د- التحمل

(٧) ارتفاع عارضة مرمي كرة القدم هي

- أ- ٤.٢٢ أمتار
ب- ٢.٢٤ متر
ج- ٢ متر
د- ٢.٤٤ متر

(٨) المحيط القانوني لكرة القدم هو

- أ- ٧٢ سم
ب- ٨٦ سم
ج- ٦٨ سم
د- ٦٠ سم

(٩) الزمن الفعلي لكل شوط في مباراة كرة القدم هو

- أ- ٤٠ دقيقة
ب- ٤٥ دقيقة
ج- ٩٠ دقيقة
د- ٦٠ دقيقة

(١٠) تعتبر

- أ- القدرة
ب- تحمل السرعة
ج- السرعة الانتقالية
د- التوافق

(١١) يقصد

- أ- بالقوة
ب- بالمرونة
ج- بالتحمل
د- بالتوافق

(١٢) من أهم الخطوات الفنية لهارة ألا تبتعد الكرة عن القدم أو تلمسه مع ركل كل خطوة والنظر يكون موزع علي الكرة والمكان المتجه اليه اللاعب.

- أ- امتصاص الكرة بوجه القدم
ب- السيطرة علي الكرة
ج- ضرب الكرة بالرأس
د- الجري بالكرة

(١٣) تعتبر مهارة من المهارات الأساسية بدون كرة للاعب كرة القدم .
أ- رمية التماس
ب- وقفة لاعب الدفاع
ج- مهاجمة الكرة
د- ركل الكرة

(١٤) تم تشكيل الاتحاد الانجليزي لكرة القدم عام

- أ- ١٧٨١ ب- ١٨٧١ ج- ١٩٢٠ د- ١٨٧٥

(١٥) عدد مشاركات منتخب جمهورية مصر العربية في بطولة الأمم الأفريقية لكرة القدم هي
أ- ٧ مرات ب- ٢٠ مرة ج- ٢٢ مرة د- ٢٤ مرة

السؤال الثاني : الدرجة (١٥)

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

- (١) يرتبط تنمية عنصر التحمل بالجهاز العصبي . ()
- (٢) تبعد نقطة الجزاء عن خط المرمى مسافة ١١ متر . ()
- (٣) يهدف الإحماء إلى تكيف العضلات للقيام بالعمل الموكل لها . ()
- (٤) تنقسم المهارات الأساسية في كرة القدم إلى مهارات هجومية ومهارات دفاعية . ()
- (٥) ضرب أو محاولة ضرب الخصم ضمن الاخطاء التي يعاقب عليها الحكم بركلة حرة مباشرة . ()
- (٦) يمكن تسجيل هدف مباشرة من رمية التماس دون أن تلمس أي لاعب . ()
- (٧) تساهم اللياقة البدنية في تنمية الجانب النفسي للاعب كرة القدم . ()
- (٨) شكل ملعب كرة القدم مستطيل وطول خطي المرمى أكبر من خطي التماس . ()
- (٩) تم تشكيل الاتحاد المصري لكرة القدم عام ١٩٢٣م . ()
- (١٠) تم إنشاء الاتحاد الدولي لكرة القدم عام ١٩٠٤م . ()
- (١١) مهاجمة الكرة : هي فن استخلاص الكرة من الخصم المستحوذ عليها أو تشتيتها منه . ()
- (١٢) يعتبر اختبار تنطيط الكرة من الاختبارات التي نقيس عنصر التحمل للاعب كرة القدم . ()
- (١٣) عدد جميع اللاعبين داخل الملعب أثناء المباراة ١١ لاعب . ()
- (١٤) التحمل هو مقدرة العضلة في التغلب علي مقاومة خارجية أو مواجهتها . ()
- (١٥) يعمل الإحماء على رفع درجة حرارة الجسم وزيادة نسبة تدفق الدم إلى القلب . ()

السؤال الثالث: ماهي فوائد الإحماء للاعب كرة القدم؟ (٣ درجات)

السؤال الرابع: أذكر المهارات الأساسية للاعب كرة القدم؟ (٤ درجات)

السؤال الخامس: أذكر خمس واجبات لحكم المباراة في كرة القدم؟ (٣ درجات)

انتهى الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق...



امتحان مادة كرة القدم للعام الجامعي (٢٠١٩ - ٢٠٢٠) نموذج (أ)

الدرجة (١٥)

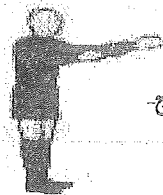
السؤال الأول:

ظلل الدائرة بالكامل أسفل الاختيار الذي تراه صحيحا :

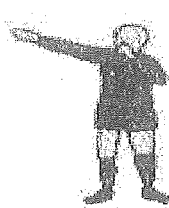
- (١) تم تشكيل الاتحاد الإنجليزي لكرة القدم عام
- | | | | |
|---------|---------|---------|---------|
| د- ١٨٧٥ | ج- ١٩٢٠ | ب- ١٨٧١ | أ- ١٧٨١ |
|---------|---------|---------|---------|
- (٢) عدد مشاركات منتخب جمهورية مصر العربية في بطولة الأمم الأفريقية لكرة القدم هي
- | | | | |
|-----------|-----------|-----------|-----------|
| د- ٢٤ مرة | ج- ٢٣ مرة | ب- ٢٠ مرة | أ- ٧ مرات |
|-----------|-----------|-----------|-----------|
- (٣) تعتبر من أنواع القوة العضلية .
- | | | | |
|------------|----------------------|----------------|-----------|
| د- التوافق | ج- السرعة الانتقالية | ب- تحمل السرعة | أ- القدرة |
|------------|----------------------|----------------|-----------|
- (٤) يقصد هي مقدرة لاعب كرة القدم علي الاستمرار في الأداء المثالي طوال زمن المباراة بإيجابية بدون أن يظهر عليه التعب .
- | | | | |
|-------------|------------|------------|-----------|
| د- بالتوافق | ج- بالتحمل | ب- بالرونة | أ- بالقوة |
|-------------|------------|------------|-----------|
- (٥) المرحلة الثالثة في تعليم مهارات كرة القدم هي
- | | | | |
|--------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|--|
| د- مرحلة أداء المهارات المركبة للاعب | ج- مرحلة اكتساب التوافق للمهارة | ب- مرحلة إتقان وتثبيت المهارة | أ- مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة |
|--------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|--|
- (٦) تنقسم مهارة السيطرة على الكرة إلى عدة أنواع منها
- | | | | |
|---------------------|---------------------------------|-----------------|--------------|
| د- ضرب الكرة بالرأس | ج- ركل الكرة بوجه القدم الخارجي | ب- الجري بالكرة | أ- كتم الكرة |
|---------------------|---------------------------------|-----------------|--------------|
- (٧) من أهم الخطوات الفنية لهارة ألا تبعد الكرة عن القدم أو تلمسه مع ركل كل خطوة والنظر يكون موزع علي الكرة والمكان المتجه اليه اللاعب .
- | | | | |
|---------------------|----------------------------|----------------------|---------------------|
| د- ضرب الكرة بالرأس | ج- امتصاص الكرة بوجه القدم | ب- السيطرة علي الكرة | أ- ضرب الكرة بالكرة |
|---------------------|----------------------------|----------------------|---------------------|
- (٨) تعتبر مهارة من المهارات الأساسية بدون كرة للاعب كرة القدم .
- | | | | |
|--------------|-----------------|---------------------|----------------|
| د- ركل الكرة | ج- مهاجمة الكرة | ب- وقفة لاعب الدفاع | أ- رمية التماس |
|--------------|-----------------|---------------------|----------------|
- (٩) يعتبر اختبار الراوغة بالكرة بين القوائم من الاختبارات التي تستخدم لقياس عنصر
- | | | | |
|-----------|----------|-----------|------------|
| د- التحمل | ج- القوة | ب- الرونة | أ- الرشاقة |
|-----------|----------|-----------|------------|
- (١٠) ارتفاع عارضة مرمي كرة القدم هي
- | | | | |
|-------------|----------|-------------|---------------|
| د- ٢.٤٤ متر | ج- ٢ متر | ب- ٢.٢٤ متر | أ- ٤.٢٢ أمتار |
|-------------|----------|-------------|---------------|
- (١١) المحيط القانوني لكرة القدم هو
- | | | | |
|----------|----------|----------|----------|
| د- ٦٠ سم | ج- ٦٨ سم | ب- ٨٦ سم | أ- ٧٢ سم |
|----------|----------|----------|----------|
- (١٢) ماهي الإشارة التي يقوم بها حكم كرة القدم التي تدل علي احتساب ركلة حرة مباشرة؟



د



ج

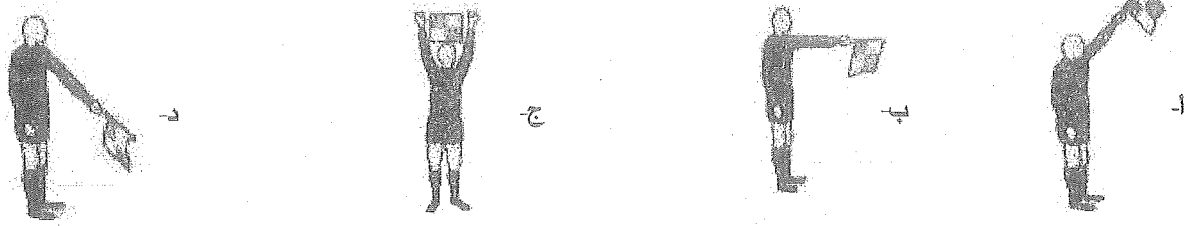


ب



أ

(١٣) ماهي الإشارة التي تامل علي احتساب الحكم المساعد تسأل علي أحد لاعبي الفريقين؟



(١٤) ما هو فرار الحكم في حالة مسك اللاعب داخل منطقة جزاءه اللاعب المنافس؟

- أ- ركلة جزاء
ب- ركلة حرة مباشرة
ج- ركلة حرة غير مباشرة
د- ركلة مرمرية

(١٥) الزمن الفعلي لكل شوط في مباراة كرة القدم هو

- أ- ٤٠ دقيقة
ب- ٤٥ دقيقة
ج- ٩٠ دقيقة
د- ٦٠ دقيقة

الدرجة (١٥)

السؤال الثاني :

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

- () (١) تم تشكيل الاتحاد المصري لكرة القدم عام ١٩٢٣م.
- () (٢) تم إنشاء الاتحاد الدولي لكرة القدم عام ١٩٠٤م.
- () (٣) التحمل هو مقدرة العضلة في التغلب علي مقاومة خارجية أو مواجهتها.
- () (٤) يعمل الإحماء على رفع درجة حرارة الجسم وزيادة نسبة تدفق الدم إلى القلب.
- () (٥) تساهم اللياقة البدنية في تنمية الجانب النفسي للاعب كرة القدم.
- () (٦) شكل ملعب كرة القدم مستطيل وطول خطي الرمي أكبر من خطي التماس.
- () (٧) يهدف الإحماء إلى تكييف العضلات للقيام بالعمل الموكل لها.
- () (٨) تنقسم المهارات الأساسية في كرة القدم إلى مهارات هجومية ومهارات دفاعية.
- () (٩) مهاجمة الكرة : هي فن استخلاص الكرة من الخصم المستحوذ عليها أو تشتيتها منه.
- () (١٠) يعتبر اختبار تنطيط الكرة من الاختبارات التي تقيس عنصر التحمل للاعب كرة القدم.
- () (١١) ضرب أو محاولة ضرب الخصم ضمن الأخطاء التي يعاقب عليها الحكم بركلة حرة مباشرة.
- () (١٢) يمكن تسجيل هدف مباشرة من رمية التماس دون أن تلمس أي لاعب .
- () (١٣) يرتبط تنمية عنصر التحمل بالجهاز العصبي .
- () (١٤) تبعد نقطة الجزاء عن خط الرمي مسافة ١١ متر .
- () (١٥) عدد جميع اللاعبين داخل الملعب أثناء المباراة ١١ لاعب.

(٣ درجات)

السؤال الثالث: ماهي فوائد الإحماء للاعب كرة القدم؟

(٤ درجات)

السؤال الرابع: أذكر المهارات الأساسية للاعب كرة القدم؟

(٣ درجات)

السؤال الخامس: أذكر خمس واجبات لحكم المباراة في كرة القدم؟

انتهت الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق...