

الفرقة : الرابعة

الزمن : ساعتان

الدرجة : ٧٠ درجة

جامعة اسيوط

كلية التربية الرياضية

قسم الادارة الرياضية والترويج

امتحان دور يناير ٢٠١٦م

البحث العلمي ومشكلات الإدارة الرياضية

س١- " على الرغم من أن الإنسان يتصف بالبحث والتقصي فيما يحيط به من أشياء، إلا أن مصطلح البحث العلمي لا يعتبر شيئاً هيناً، وارتباط البحث بالعلم أصبح عليه التطور والتغير مع الوقت والنظر إليه بطرق مختلفة " في ضوء ذلك اشرح بالتفصيل خطوات اعداد البحث العلمي ؟
الدرجة (٢٠ درجة)

س٢ - " عندما تتضمن الظاهرة نموذج الدراسة عدداً كبيراً من الأفراد لابد أن يختار الباحث من هذا العدد الكبير عينة يعتمد عليها في جمع البيانات التي تساعد على استخلاص معلومات عن خصائص ذلك العدد الكبير من الأفراد " . في ضوء وضع مفهوم وتعريف العينات مع توضيح مميزات وعيوب كل منها ؟
الدرجة (٢٠ درجة)

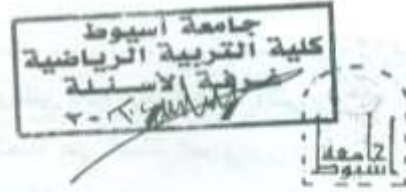
س٣ - " يعتبر الاستبيان أحد أهم أدوات جمع البيانات التي تستخدم للحصول على البيانات والمعلومات المرتبطة بظاهرة محددة " في ضوء هذه العبارة أذكر أنواع الاستبيان مع شرح احداها بالتفصيل ؟
الدرجة (٢٠ درجة)

س٤- " خطة تسويقية مقترحة لرفع أداء العاملين بمراكز الشباب في ضوء معايير الجودة بصعيد مصر " من العنوان السابق استخرج ما يلي (المنهج المستخدم ومميزاته - المتغير المستقل - المتغير التابع - عينة البحث)
الدرجة (١٠ درجات)

انتهت الأسئلة

مع تمنياتنا بالتوفيق والنجاح

لجنة الممتحنين



قسم التدريب الرياضى وعلوم الحركة

امتحان نهاية الفصل الدراسي الثاني يونيو ٢٠٢٠ م

لمقرر تدريب الرياضات الفردية الدفاع عن النفس (الجودو) رمز الكودي (٤٣٧.ت/ب)

الفرقة الدراسية : الرابعة - تدريب

اليوم والتاريخ: الأحد ١٦/٨/٢٠٢٠ م زمن الامتحان : ثلاثة ساعات الدرجة الكلية: ٢٤٠ درجة

لجنة الممتحنين:

أ.م.د/ صالح عبد القادر عتريس د/ على نور الدين د/ أمل نادى محمد

عدد الأسئلة : سواتين

- السؤال الأول: ٦٠ مفردة * الدرجة (١٢٠ درجة) لكل مفردة درجتان.

- السؤال الثانى: ٦٠ مفردة * الدرجة (١٢٠ درجة) لكل مفردة درجتان.

((تعليمات الامتحان))

- النهاية العظمى لدرجات الامتحان : ٢٤٠ درجة.

- يتكون الامتحان من ١٢٠ مفردة.

- اجب في ورقة الإجابة وفكر جيداً قبل الإجابة ولا تجعل قلمك يسبق فكرك.

- يفضل الإجابة بالقلم الرصاص حتى يكون هناك فرصة للتصحيح ثم التظليل بالجاف.

- لا تظلل أكثر من خانة أو بديل في الإجابة وإلا ستكون خاطئة.

- الامتحان في سبعة صفحات بالإضافة للغلاف.

مع أطيب تمنياتنا لكم جميعاً بالتوفيق والنجاح والتفوق،،،،،

السؤال الأول :.....(١٢٠ درجة)

- قم بتظليل دائرة الإجابة الصحيحة والتي يرمز لها ٣ وتظليل دائرة الإجابة الخطأ والتي يرمز لها ١
- ١- من أخلاقيات وتقاليذ رياضة الجودو ضرورة ارتداء الحذاء على البساط الجودو . ()
- ٢- بدأ تاريخ رياضة الجودو مع ظهور رياضة الجوجيتسو اليابانية. ()
- ٣- تمت مسابقات الجودو للسيدات أول مرة في عام ١٩٦٤ في دورة الألعاب الأولمبية في طوكيو. ()
- ٤- بدأت بطولات الجودو العالمية للنساء في عام ١٩٧٢م. ()
- ٥- قامت مسابقات الألعاب الأولمبية للنساء في عام ١٩٩٢م. ()
- ٦- تنقسم مراحل الرمي من أعلى في رياضة الجودو إلى مرحلة بدء الرمي ومرحلة الرمي الحقيقى ومرحلة انتهاء الرمي. ()
- ٧- من مميزات الخطة انها تكون غير قابلة للتغيير أو التعديل سواء بالحذف أو الإضافة . ()
- ٨- من اشكال الانتقاء الذى يتم في رياضة الجودو اختيار الأفراد طبقا لاستعداداتهم وقدراتهم. ()
- ٩- تعتبر رياضة الجودو رياضة اشتقت من رياضة الجوجيتسو . ()
- ١٠- من آداب وتقاليذ في رياضة الجودو تحية البساط قبل التدريب أو اللعب عليه. ()
- ١١- يعتبر الانتقاء النهائى من أنواع الانتقاء في رياضة الجودو. ()
- ١٢- تختلف المعايير عن المستويات حيث تأخذ المعايير الشكل الكمى بينما المستويات تأخذ الشكل الكيفى. ()
- ١٣- من فنون اللعب الأرضى في رياضة الجودو فن التثبيت والخنق والكسر. ()
- ١٤- يطلق على مرحلة اخلال التوازن مرحلة الكروشى وهى التي يتم فيها اخراج الخصم خارج قاعدة ارتكازه . ()
- ١٥- تقسم رياضة الجودو من حيث التقسيم الفني إلى اللعب من أعلى واللعب من أسفل فقط. ()
- ١٦- تبلغ مساحة ملعب رياضة الجودو القانونية ١٦م×١٦م كحد أدنى. ()
- ١٧- يعتبر اختبار كوير من الاختبارات التي تقيس النواحي المهارية في رياضة الجودو. ()
- ١٨- يبلغ مساحة ملعب الجودو ١٤م×١٤م كحد أدنى. ()
- ١٩- من خطوات بناء الخطة في رياضة الجودو تقويم البرنامج. ()
- ٢٠- من العناصر البدنية الهامة في الجودو التحمل العضلى. ()
- ٢١- من المهارات التي يستخدمها المدرب أثناء التدريب القدرة على الرد على الاعتراضات والأسئلة وإدارة الحوار . ()
- ٢٢- تعتبر رياضة الجودو رياضة يابانية الأصل وتتكون من مقطعين جو تعنى المرونة وتو تعنى الطريقة. ()

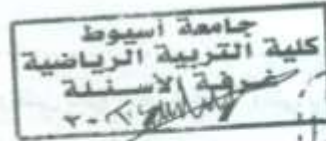
تكملة الأسئلة فى الورقة التالية

جامعة أسسوط
كلية التربية الرياضية
غرفة الاسئلة
٣

السؤال الأول :.....(١٢٠ درجة)

• قم بتظليل دائرة الإجابة الصحيحة والتي يرمز لها (٣) وتظليل دائرة الإجابة الخطأ والتي يرمز لها (١)

- ١- من اخلاقيات وتقاليذ رياضة الجودو ضرورة ارتداء الحذاء على البساط الجودو . ()
- ٢- بدأ تاريخ رياضة الجودو مع ظهور رياضة الجوجيتسو اليابانية. ()
- ٣- تمت مسابقات الجودو للسيدات أول مرة في عام ١٩٦٤ في دورة الالعاب الأولمبية في طوكيو. ()
- ٤- بدأت بطولات الجودو العالمية للنساء في عام ١٩٧٢م. ()
- ٥- قامت مسابقات الالعاب الأولمبية للنساء في عام ١٩٩٢م. ()
- ٦- تنقسم مراحل الرمي من أعلى في رياضة الجودو الى مرحلة بدء الرمي ومرحلة الرمي الحقيقي ومرحلة انهاء الرمي. ()
- ٧- من مميزات الخطة انها تكون غير قابلة للتغيير أو التعديل سواء بالحذف أو الإضافة . ()
- ٨- من لشكال الانتقاء الذي يتم في رياضة الجودو اختيار الأفراد طبقا لاستعداداتهم وقدراتهم. ()
- ٩- تعتبر رياضة الجودو رياضة اشتقت من رياضة الجوجيتسو. ()
- ١٠- من اداب وتقاليذ في رياضة الجودو تحية البساط قبل التكريب أو اللعب عليه. ()
- ١١- يعتبر الانتقاء النهائي من أنواع الانتقاء في رياضة الجودو. ()
- ١٢- تختلف المعايير عن المستويات حيث تأخذ المعايير الشكل الكمي بينما المستويات تأخذ الشكل الكيفي. ()
- ١٣- من فنون اللعب الارضى في رياضة الجودو فن التثبيت والخنق والكسر. ()
- ١٤- يطلق على مرحلة اخلاص النوازن مرحلة الكروشى وهى التي يتم فيها اخراج الخصم خارج قاعدة ارتكازه . ()
- ١٥- تقسم رياضة الجودو من حيث التقسيم الفني الى اللعب من أعلى واللعب من اسفل فقط. ()
- ١٦- تبلغ مساحة ملعب رياضة الجودو القانونية ١٦م×١٦م كحد ادنى. ()
- ١٧- يعتبر اختبار كوير من الاختبارات التي تقيس النواحي المهارية في رياضة الجودو. ()
- ١٨- يبلغ مساحة ملعب الجودو ١٤م×١٤م كحد ادنى. ()
- ١٩- من خطوات بناء الخطة في رياضة الجودو تقويم البرنامج. ()
- ٢٠- من العناصر البدنية الهامة في الجودو التحمل العضلى. ()
- ٢١- من المهارات التي يستخدمها المدرب أثناء التدريب القدرة على الرد على الاعتراضات والاسئلة وإدارة الحوار. ()
- ٢٢- تعتبر رياضة الجودو رياضة يابانية الأصل وتتكون من مقطعين جو تعنى المرونة ودو تعنى الطريقة. ()



قسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة

امتحان نهاية الفصل الدراسي الثاني يونيو ٢٠٢٠م

لمقرر "تدريب الرياضات الفردية الدفاع عن النفس (الجودو)" رمز الكودي (٤٣٧.ت/ب)

الفرقة الدراسية : الرابعة - تدريب

اليوم والتاريخ: الأحد ١٦/٨/٢٠٢٠م زمن الامتحان : ثلاثة ساعات الدرجة الكلية: ٢٤٠ درجة

لجنة الممتحنين:

أ.م.د. صالح عبد القادر عتريس د/ على نور الدين د/ أمل نادى محمد

عدد الأسئلة : سوالين

- السؤال الأول: ٦٠ مفردة * الدرجة (١٢٠ درجة) لكل مفردة درجتان.
- السؤال الثاني: ٦٠ مفردة * الدرجة (١٢٠ درجة) لكل مفردة درجتان.

((تعليمات الإمتحان))

- النهاية العظمى لدرجات الامتحان: ٢٤٠ درجة.
- يتكون الامتحان من ١٢٠ مفردة.
- أجب في ورقة الإجابة وفكر جيداً قبل الإجابة ولا تجعل قلمك يسبق فكريك.
- يفضل الإجابة بالقلم الرصاص حتى يكون هناك فرصة للتصحيح ثم التظليل بالجاف.
- لا تظلل أكثر من خانة أو بديل في الإجابة وإلا ستكون خاطئة.
- الامتحان في سبعة صفحات بالإضافة للغلاف.

مع أطيب تمنياتنا لكم جميعاً بالتوفيق والنجاح والتفوق،،،،،

الغرفة : الرابعة

الزمن : ساعتان

الدرجة : ٧٠ درجة

جامعة أسيوط

كلية التربية الرياضية

قسم الإدارة الرياضية والترويج

امتحان دور يناير ٢٠١٦م

البحث العلمي ومشكلات الإدارة الرياضية

س١- " على الرغم من أن الإنسان يتصف بالبحث والتقصي فيما يحيط به من أشياء، إلا أن مصطلح البحث العلمي لا يعتبر شيئاً هيناً، وارتباط البحث بالعلم أصبح عليه التطور والتغير مع الوقت والنظر إليه بطرق مختلفة " في ضوء ذلك اشرح بالتفصيل خطوات اعداد البحث العلمي ؟
الدرجة (٢٠ درجة)

س٢ - " عندما تتضمن الظاهرة نموذج الدراسة عدداً كبيراً من الأفراد لابد أن يختار الباحث من هذا العدد الكبير عينة يعتمد عليها في جمع البيانات التي تساعد على استخلاص معلومات عن خصائص ذلك العدد الكبير من الأفراد " . في ضوء وضع مفهوم وتعريف العينات مع توضيح مميزات وعيوب كل منها ؟
الدرجة (٢٠ درجة)

س٣ - " يعتبر الاستبيان أحد أهم أدوات جمع البيانات التي تستخدم للحصول على البيانات والمعلومات المرتبطة بظاهرة محددة " في ضوء هذه العبارة أذكر أنواع الاستبيان مع شرح احداها بالتفصيل ؟
الدرجة (٢٠ درجة)

س٤- " خطة تسويقية مقترحة لرفع أداء العاملين بمراكز الشباب في ضوء معايير الجودة بصعيد مصر "

من العنوان السابق استخرج ما يلي (المنهج المستخدم ومميزاته - المتغير المستقل - المتغير التابع - عينة البحث)

الدرجة (١٠ درجات)

انتهت الأسئلة

مع تمنياتنا بالتوفيق والنجاح

لجنة الممتحنين

الفئة : الرابعة
الزمن : ساعتان
الدرجة : ٧٠ درجة

جامعة اسبوط
كلية التربية الرياضية
قسم الإدارة الرياضية والترويج

امتحان دور يناير ٢٠١٦ م
البحث العلمي ومشكلات الإدارة الرياضية

س١- " على الرغم من أن الإنسان يتصف بالبحث والتقصي فيما يحيط به من أشياء، إلا أن مصطلح البحث العلمي لا يعتبر شيئاً هيناً، وإرتباط البحث بالعلم أصبح عليه التطور والتغير مع الوقت والنظر إليه بطرق مختلفة " في ضوء ذلك اشرح بالتفصيل خطوات اعداد البحث العلمي ؟
الدرجة (٢٠ درجة)

س٢ - " عندما تتضمن الظاهرة نموذج الدراسة عدداً كبيراً من الأفراد لابد أن يختار الباحث من هذا العدد الكبير عينة يعتمد عليها في جمع البيانات التي تساعد على استخلاص معلومات عن خصائص ذلك العدد الكبير من الأفراد " . في ضوء وضع مفهوم وتعريف العينات مع توضيح مميزات وعيوب كلأ منها ؟
الدرجة (٢٠ درجة)

س٣ - " يعتبر الاستبيان أحد أهم أدوات جمع البيانات التي تستخدم للحصول على البيانات والمعلومات المرتبطة بظاهرة محددة " في ضوء هذه العبارة اذكر أنواع الاستبيان مع شرح احداها بالتفصيل ؟
الدرجة (٢٠ درجة)

س٤ - " خطة تسويقية مقترحة ترفع أداء العاملين بمراكز الشباب في ضوء معايير الجودة بصعيد مصر " من العنوان السابق استخرج ما يلي (المنهج المستخدم ومميزاته - المتغير المستقل - المتغير التابع - عينة البحث)
الدرجة (١٠ درجات)

انتهت الأسئلة

مع تمنياتنا بالتوفيق والنجاح

لجنة الممتحنين



كلية التربية الرياضية

قسم علوم الصحة الرياضية

امتحان نهاية الفصل الدراسي الثاني مايو ٢٠١٨م

لمادة "إصابات الملاعب والإسعافات الأولية" رمز المقرر (٢٢٢/ع-أب ج، ب ج أ، ج أ ب)

الفرقة الدراسية: الثالثة (جميع الشعب)

اليوم والتاريخ: السبت ١٢/٥/٢٠١٨م زمن الإمتحان: ساعتان

توصيف الامتحان:

يقيس مستويات التعلم حتى التحليل

- عدد الأسئلة: أربعة أسئلة.
- السؤال الأول: ٣٥ مفردة - الدرجة (٣٥ درجة) كل مفردة درجة واحدة.
- السؤال الثاني: ٣٨ مفردة - الدرجة (١٤ درجة) كل مفردة نصف درجة.
- السؤال الثالث: ٣ مفردة - الدرجة (٤ درجات) كل مفردة درجتان مقسمة على أربعة مفردات فرعية بواقع نصف درجة لكل منها.
- السؤال الرابع: مفردة واحدة - الدرجة (٢ درجة) مقسمة على أربعة مفردات فرعية بواقع نصف درجة لكل منها.

((تعليمات الاختبار))

- النهاية العظمى لدرجات الإمتحان: ٤٥ درجة.
- يتكون الإمتحان من ٥٦ مفردة.
- أجب في ورقة الإجابة وفكر جيداً قبل الإجابة ولا تجعل قلمك يسبق تفكيرك.
- يفضل الإجابة بالقلم الرصاص حتى يكون هناك فرصة للتصحيح.
- لا تعلم أكثر من خانة أو بديل في الإجابة وإلا ستكون خاطئة.
- الامتحان في خمس صفحات بالإضافة للخلف.

مع أطيب تمنياتنا لكم جميعاً بالتوفيق والنجاح والتفوق...

لجنة الممتحنين: (أعضاء هيئة التدريس بالقسم)

السؤال الأول: (٢٥ درجة)

قم بتسويد دائرة الإجابة الصحيحة والتي يرمز لها **٢** وتسويد دائرة الإجابة الخطأ والتي يرمز لها **٢**

١	من أسباب تأخر التئام الكسور اضطراب افراز الغدة الدرقية (بالنقص أو الزيادة) وقلة الإمداد الدموي.	()
٢	يتم رش البنج في حالة النزيف الداخلي والخارجي لتأثيره القابض للأوعية الدموية ووقف النزيف الداخلي.	()
٣	لا يجب رش المخدر الموضعي في كل حالات الكدم بل بعضها.	()
٤	من أسباب التقلص نقص بعض الأملاح والعناصر مثل الكالسيوم واليوتاسيوم والمغنسيوم في العضلات.	()
٥	التقلص هو انقباض عضلي لا إرادي يحدث نتيجة تداخل بين جزيئات الأكتين بالآلياف العضلية.	()
٦	يحدث التهاب العضلات المتعظم نتيجة ترسيب كالسيوم الدم على العضلات المتهتكة.	()
٧	الرضوض هي هرس أو تحطيم لأنسجة أعضاء الجسم الرخوة.	()
٨	يستخدم التدليك العميق لعلاج العضلات المتليفة التي فقدت جزء من مرونتها.	()
٩	عند إسعاف كدم الأعصاب يشترط قبل الربط وضع طبقة من القطن على مكان الإصابة.	()
١٠	تستخدم الجبائر في الكسور لحفظ طرفي أو جزأى العظمة في اتجاهها الطبيعي.	()
١١	تعد خطوات إسعاف وعلاج التقلص العضلي هي إطالة العضلات المتقلص ثم وخز العضلات المقابلة أو المجاورة ثم وضع كمادات الماء البارد على الترتيب.	()
١٢	لا يجب تدليك العضو المصاب لحظة حدوث الإصابة حتى لا يشعر اللاعب بالألم.	()
١٣	من الفروق بين ربط الكدم وربط التمزق هو أن ربط الكدم يتم بالطريقة العادية أما ربط التمزق فيكون بالطريقة المقصية.	()
١٤	تزداد خطورة الكدمات تبعاً لاتساع المساحة.	()
١٥	يحدث تمزق الوتر العرقوبي نتيجة الهبوط بالقدم على أرض مرنة وغير ممهدة مع محاولة استعادة الإتران.	()
١٦	يشترط لحدوث الخلع المتكرر أن يحدث لنفس المفصل أكثر من مرة.	()
١٧	عند تثبيت الكسور بالجبائر يشترط أن تثبت المفصل الذي يعلو موضع الكسر.	()
١٨	يساعد المخدر على تقليل النزيف وزيادة الإحساس في النهايات العصبية بمكان الإصابة.	()
١٩	يختلف محتوى برنامج التأهيل تبعاً لقدرات المصاب وطبيعة ودرجة الإصابة.	()
٢٠	الكسر الاصابي هو الكسر الناتج عن زيادة في بذل الجهد بصورة متكررة.	()

٢١	يعتبر الشعور بالدوار والرغبة في القئ من أهم أعراض الخلع.	()
٢٢	يجب أن تكون عضلات المصاب منبسطة عند ربط الرباط الضاعف فقط في كدم العضلات.	()
٢٣	درجات التمزق العضلي هي (الشد - التمزق البسيط - التمزق الجزئي - التمزق الكلي) فقط.	()
٢٤	يفضل إجراء الجراحة في التمزق الكلي للعضلات خلال ١٠ ساعات الأولى فور وقوع الإصابة.	()
٢٥	تعتبر الكمادات الدافئة إحدى الخطوات العلاجية اللازمة للكتيمات.	()

السؤال الثاني: (١٤ درجة)

قم بتسويد الدائرة التي بها رقم الاختيار الصحيح من بين البدائل في الأسئلة التالية:

١- يسمى الكسر الذي لا يكون تاماً وقد تنكسر فيه العظمة من ناحية ويحدث بها انثناء من الناحية الأخرى بالكسر

A- العود الأخضر C- المشقوق B- المائل أو الخروني

٢- وهو الذي تتباعد فيه الأسطح المفصالية عن بعضها مع بقائها في الوضع التشريحي للمفصل.

A- الخلع المتكرر C- الخلع المرتد B- الخلع غير الكامل أو الجزئي

٣- يعتبر من الإصابات التي يصعب فيها فرد مشط القدم.

A- تمزق وتر أكليس C- تمزق عضلات الفخذ الخلفية B- تقلص العضلة التوأمية

٤- من وسائل العلاج الطبيعي المستخدمة في تأهيل الإصابات الرياضية

A- الأماتيك المطاطية C- الكور الطبية B- الموجات فوق الصوتية

٥- من أنواع التقلص العضلي

A- المؤقت والدائم C- الجزئي والكامل B- المتقطع والمستمر

٦- هو الكسر المصحوب بإصابة عصب أو شريان أو وتر.

A- الكسر البسيط C- الكسر المندغم B- الكسر المضاعف

٧- تحدث الكدمات نتيجة الإصابة

A- بمؤثر خارجي وداخلي C- بمؤثر فني وميكانيكي B- بمؤثر خارجي

٨- التدريب الرياضي غير العلمي يعد من المؤثرات المسببة للإصابة.

A- الإدارية C- الميكانيكية B- الفنية الذاتية

- ٩- من شروط ربط الرباط الضاغط
عكس الدورة النموية الرجوعية -C يغطي الرباط ٢/١ اللغة السابقة -B يكون الضغط متساوي -A
- ١٠- يحظر بالنسبة لإسعاف كدم العضلات
رفع الجزء المصاب -C إستخدام الكمادات -B تدليك العضلة المصابة -A
- ١١- من فوائد التأهيل أثناء فترة التثبيت
الرجوع للحالة الطبيعية -C استعادة الكفاءة الوظيفية -B يمنع ضمور العضلات -A
- ١٢- عند كسر الأطراف يتم تثبيت الكسر بجبيرة العظم المكسور .
أسفل وأعلى -C على جانبي -B أعلى -A
- ١٣- وهي التي يقوم بها المصاب بنفسه أثناء التأهيل من الإصابات.
التمرينات بالمساعدة -C التمرينات القسرية أو السلبية -B التمرينات الحرة الإيجابية -A
- ١٤- السقوط الواضح في مشط القدم يعد من أعراض
تمزق العضلة التوأمية -C تمزق أربطة الكاحل -B تمزق الوتر العرقوبي -A
- ١٥- غالباً ما تحدث إصابة للأطفال والشباب.
جميع ما سبق -C لين العظام -B التهاب العضلات المتعظم -A
- ١٦- تعد من أسباب حدوث الإصابة الرياضية ما عدا
الخبرة السابقة -C العمر الزمني -B الحساس والدافعية -A
- ١٧- يعد من أصعب أنواع الخلع في الإلتئام.
الخلع المتكرر -C الخلع الكامل -B الخلع المصحوب بكسر -A
- ١٨- في كدم العصب يمنع تماماً استخدام
جميع ما سبق -C تدليك العصب المصاب -B الكمادات الباردة -A
- ١٩- غالباً ما تستخدم أجهزة ووسائل العلاج الطبيعي في
مرحلة ما قبل نزول الملعب -C المراحل الأولى من التأهيل -B المرحلة الأساسية للتأهيل -A
- ٢٠- يعد خلع الكتف من أقل الأنواع شيوعاً.
السفلي -C الخلفي -B العلوي -A
- ٢١- تمزق العضلات، انعدام وظيفة العضلة لفترة طويلة وشل الأطفال تعد من أسباب إصابة
التمزق العضلي -C التقلص العضلي -B تليف العضلات -A

- ٢٢- فقدان الوعي والإغماء نتيجة الصدمة العصبية يعانون من أعراض إصابة
 تمزق الأربطة الشديد -C التمزق العضلي -B التهاب العضلات المتعظم -A
- ٢٣- الإحساس بالألم أو وخز (حرقان) أو تنميل في منطقة خلف الساق والفخذ يعد من أعراض
 قطع الرباط الصليبي الأمامي -C الإنزلاق الغضروفي -B خشونة أو قطع بغضروف الركبة -A
- ٢٤- يمكن استخدام الانقباض العضلي الأيزوكينتيك (المشابهة للحركة) في المرحلة من التأهيل.
 الإجابة A&B معاً -C النهائية -B ما قبل النزول للملعب -A
- ٢٥- تنقسم الإصابات حسب نوع الجروح إلى
 مغلقة ومفتوحة -C سطحية وعصيفة -B سطحية وغائرة -A
- ٢٦- هو عبارة عن انقباض عضلي لا إرادي بالتطويل.
 الشد العضلي -C التمزق العضلي -B التقلص العضلي -A
- ٢٧- تختلف الأربطة الجاهزة عن الأربطة الينوية في كل من
 درجة الضغط والثبات -C أماكن الاستخدام -B نوعية وطبيعة الإصابة -A
- ٢٨- ترتبط الإصابات الرياضية بمجموعة من العلوم
 الطبية والرياضية -C النفسية والصحية -B التربوية والصحية -A

السؤال الثالث: (٤ درجات)

رتب الإجابات التالية وفق تسلسلها الصحيح للإجراءات المتبعة عند إسعاف الإصابات التالية:

١- عند إسعاف إصابات التمزق العضلي تتم الإجراءات الآتية:

- A) ربط العضلة المصابة وتثبيتها
 B) رش المخدر الموضعي على وحول مكان الإصابة
 C) التأكد من ارتخاء العضلات وجعل المصاب في وضع مريح
 D) وضع كمادات الماء البارد على مكان الإصابة

- ١- أ) ☐ D- ☐ C- ☐ B- ☐ A-
 ١- ب) ☐ D- ☐ C- ☐ B- ☐ A-
 ١- ج) ☐ D- ☐ C- ☐ B- ☐ A-
 ١- د) ☐ D- ☐ C- ☐ B- ☐ A-

٢- عند إسعاف إصابة كسر المصحوب بالتنظيف تتم الإجراءات الآتية:

- A) المحافظة على الكسر في الحالة التي وجد عليها.
B) إيقاف النزيف.
C) تهدئة المصاب نفسياً وتدفئة بغطاء في حالة الصدمة العصبية.
D) تثبيت مكان الكسر بالجبيرة المناسبة.

- ٢- أ) ☐ A- ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐
٢- ب) ☐ A- ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐
٢- ج) ☐ A- ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐
٢- د) ☐ A- ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐

السؤال الرابع: (٣ درجة)

قم بتوصيل العبارات التالية من العمود (أ) بما يناسبها من البدائل الصحيحة بالعمود (ب).

الترقيم	العبارات (أ)	الترقيم	البدائل (ب)
١-	يكون على شكل تحجر في العضلة.	(A)	الملح
٢-	وجود فجوة أو حفرة بأحد العضلات بالجسم	(B)	التقلص العضلي
٣-	خروج العظام المتفصلة عن مكانها ثم رجوعها	(C)	الكتم
٤-	هرس أو تحطيم للأنسجة	(D)	التمزق العضلي

- ١- ☐ A- ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐
٢- ☐ A- ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐
٣- ☐ A- ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐
٤- ☐ A- ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐

***** إنتهت الأسئلة *****

مع أطيب تمنياتنا بالتوفيق والنجاح...

لجنة المصححين
أعضاء هيئة التدريس بالقسم



قسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة

امتحان نهاية الفصل الدراسي الثاني يونيو ٢٠٢٠ م

لمقرر تدريب الرياضات الفردية الدفاع عن النفس (الجودو) رمز الكودي (٤٣٧.ت/ب)

الفرقة الدراسية : الرابعة - تدريب

اليوم والتاريخ: الأحد ١٦/٨/٢٠٢٠ م زمن الامتحان : ثلاثة ساعات الدرجة الكلية: ٢٤٠ درجة

لجنة الممتحنين:

أ.م.د/ صالح عبد القادر عتريس د/ على نور الدين د/ أمل نادى محمد

عدد الأسئلة : سوائين

- السؤال الأول: ٦٠ مفردة * الدرجة (١٢٠ درجة) لكل مفردة درجتان.

- السؤال الثانى: ٦٠ مفردة * الدرجة (١٢٠ درجة) لكل مفردة درجتان.

((تعليمات الامتحان))

- النهاية العظمى لدرجات الامتحان : ٢٤٠ درجة.

- يتكون الامتحان من ١٢٠ مفردة.

- أجب في ورقة الإجابة وفكر جيداً قبل الإجابة ولا تجعل قلمك يسبق فكرك.

- يفضل الإجابة بالقلم الرصاص حتى يكون هناك فرصة للتصحيح ثم التظليل بالجاف.

- لا تظلل أكثر من خانة أو بديل في الإجابة وإلا ستكون خاطئة.

- الامتحان في سبعة صفحات بالإضافة للغلاف.

مع أطيب تمنياتنا لكم جميعاً بالتوفيق والنجاح والتفوق،،،،،

السؤال الأول :..... (١٢٠ درجة)

• قم بتظليل دائرة الإجابة الصحيحة والتي يرمز لها (٣) وتظليل دائرة الإجابة الخطأ والتي يرمز لها (٢)

- ١- من أخلاقيات وتقاليده رياضة الجودو ضرورة ارتداء الحذاء على البساط الجودو . ()
- ٢- بدأ تاريخ رياضة الجودو مع ظهور رياضة الجوجيتسو اليابانية. ()
- ٣- تمت مسابقات الجودو للسيدات أول مرة في عام ١٩٦٤ في دورة الألعاب الأولمبية في طوكيو. ()
- ٤- بدأت بطولات الجودو العالمية للنساء في عام ١٩٧٢م. ()
- ٥- قامت مسابقات الألعاب الأولمبية للنساء في عام ١٩٩٢م. ()
- ٦- تنقسم مراحل الرمي من أعلى في رياضة الجودو إلى مرحلة بدء الرمي ومرحلة الرمي الحقيقي ومرحلة انتهاء الرمي. ()
- ٧- من مميزات الخطة أنها تكون غير قابلة للتغيير أو التعديل سواء بالحذف أو الإضافة . ()
- ٨- من أشكال الانتقاء الذي يتم في رياضة الجودو اختيار الأفراد طبقاً لاستعداداتهم وقدراتهم. ()
- ٩- تعتبر رياضة الجودو رياضة اشتقت من رياضة الجوجيتسو. ()
- ١٠- من آداب وتقاليده في رياضة الجودو تحية البساط قبل التدريب أو اللعب عليه. ()
- ١١- يعتبر الانتقاء النهائي من أنواع الانتقاء في رياضة الجودو. ()
- ١٢- تختلف المعايير عن المستويات حيث تأخذ المعايير الشكل الكمي بينما المستويات تأخذ الشكل الكيفي. ()
- ١٣- من فنون اللعب الأرضي في رياضة الجودو فن التثبيت والخنق والكسر. ()
- ١٤- يطلق على مرحلة أخلاص التوازن مرحلة الكروشى وهى التي يتم فيها اخراج الخصم خارج قاعدة ارتكازه . ()
- ١٥- تقسم رياضة الجودو من حيث التقسيم الفني إلى اللعب من أعلى واللعب من أسفل فقط. ()
- ١٦- تبلغ مساحة ملعب رياضة الجودو القانونية ١٦م×١٦م كحد أدنى. ()
- ١٧- يعتبر اختبار كوير من الاختبارات التي تقيس النواحي المهارية في رياضة الجودو. ()
- ١٨- يبلغ مساحة ملعب الجودو ١٤م×١٤م كحد أدنى. ()
- ١٩- من خطوات بناء الخطة في رياضة الجودو تقويم البرنامج. ()
- ٢٠- من العناصر البدنية الهامة في الجودو التحمل العضلي. ()
- ٢١- من المهارات التي يستخدمها المدرب أثناء التدريب القدرة على الرد على الاعتراضات والاسئلة وإدارة الحوار. ()
- ٢٢- تعتبر رياضة الجودو رياضة يابانية الأصل وتتكون من مقطعين جو تعنى المرونة ودو تعنى الطريقة. ()

تابع السؤال الأول :.....

- ٢٣- من المهارات التي يجب أن يستخدمها المدرب بعد التدريب تقييم نفسه وتقييم اللاعبين. ()
- ٢٤- يبلغ زمن المباراة في رياضة الجودو رجال ٥ دقائق و سيدات ٣ دقائق. ()
- ٢٥- من الفوائد البدنية لرياضة الجودو انها تساعد علي تحمل اعباء الحياة والدفاع عن النفس والتسلية. ()
- ٢٦- ممارسة رياضة الجودو تعمل علي رفع كفاءة عضلات وعظام الجسم . ()
- ٢٧- لا تعتبر قوة القلب وكفاءة صلابة التصميم من الفوائد البدنية لرياضة الجودو. ()
- ٢٨- الفوائد البدنية لا تزيد من التنمية العقلية عند ممارسة اللاعب الرياضي لرياضة الجودو . ()
- ٢٩- المرونة والسرعة من الصفات البدنية في رياضة الجودو. ()
- ٣٠- من الصفات البدنية في رياضة الجودو التحمل العضلي والقدرة العضلية. ()
- ٣١- التوافق والتوازن لا يعتبران من الصفات البدنية لرياضة الجودو. ()
- ٣٢- زيادة القوة الفكرية والاخلاقية من الصفات البدنية لرياضة الجودو . ()
- ٣٣- القدرة العضلية تعنى القدرة علي تمج القوة العضلية مع السرعة. ()
- ٣٤- الرشاقة تعني هي القدرة علي التحكم بوضعيات الجسم واتجاهاته وتغيرها حسب وقت وسرعة محددة. ()
- ٣٥- مستحدثات التحكيم لها قوانين جديدة يضعها غير الاتحاد الدولي للجودو. ()
- ٣٦- من حالات احتساب الاييون رمي الخصم بقوة وسرعة علي الظهر مباشرة. ()
- ٣٧- يتم تقييم المباراة من طرف واحد علي البساط. ()
- ٣٨- الخلق باليد من فنون الخلق المسموح بها. ()
- ٣٩- التثبيت الارضي لمدته ٢٠ ث من حالات احتساب الاييون. ()
- ٤٠- سكور الوزاري يجمع مع بعضه في حالة رمي اي عدد من الرميات خلال المباراة. ()
- ٤١- رمبه الوزاري هي عدم فقد شرط القوة أو السرعة ف الرمي أو تجزئه للرميه "رولنج". ()
- ٤٢- الزمن الاصلي للمباريات اصبح ٤ دقائق سواء للرجال أو السيدات. ()
- ٤٣- يحصل اللاعب علي جزاء هانسكوماكي في حالات الكوبري أو الغطس. ()
- ٤٤- من حالات احتساب جزاء الهانسكوماكي حصول اللاعب علي عدد ٦ شيكو والثالث هانسكوماكي. ()
- ٤٥- في حالة تثبيت الخصم (١٥ ث) تحسب له نقطة كاملة. ()
- ٤٦- تعتبر مهارة أوسوتوجاري احدي مهارات اللعب الارضي. ()
- ٤٧- اتفق الخبراء في رياضة الجودو على ان الرمي له ثلاث مراحل يمر بها قبل واثاء الرمي. ()

السؤال الثاني:..... (١٢٠ درجة)

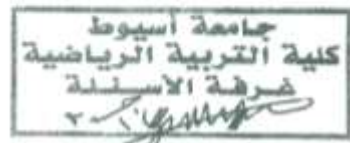
• قم بتظليل الدائرة التي بها رقم الإجابة الصحيحة من بين البدائل في الأسئلة التالية:

- ١- تعتبر رياضة الجودو هي رياضة أخلاق.....
(A) التحمل (B) التوازن (C) المرونة
- ٢- تنقسم رياضة الجودو الى العديد من التقسيمات منها.....
(A) اللعب الأرضي (B) اللعب بقدم واحدة (C) اللعب بيد واحدة
- ٣- عنصر يتميز به لاعب الجودو وهو قدرة الفرد على تغيير أوضاع واتجاه جسمه سواء في الأرض أو في الهواء.....
(A) السرعة (B) التحمل العضلي (C) الرشاقة
- ٤- تعتبر المرحلة الثانية من مراحل الرمي في الجودو مرحلة.....
(A) بدء الرمي (B) الاختلال (C) الرمي الحقيقي
- ٥- اشتقت رياضة الجودو من رياضة.....
(A) الكيك بوكسنج (B) الجوجيشو (C) التايكوندو
- ٦- تعتبر مهارات الرمي بالذراعين من فنون اللعب لرياضة الجودو.....
(A) فن الكاتا (B) فن اللعب الأرضي (C) فن الرمي من اعلى
- ٧- في مباريات رياضة الجودو يرتدى اللاعبون بذلة باللون.....
(A) الأبيض والأزرق (B) الأزرق والأحمر (C) الأحمر والأبيض
- ٨- أخلاق التوازن الامامي في رياضة الجودو يطلق عليه.....
(A) أوشيرو كزوشي (B) ميجي كوزوشي (C) ماي كوزوشي
- ٩- من مهارات اللعب الأرضي مهارة الخنق وهي.....
(A) ابيون سيو ناجي (B) هداكا جى (C) كيمسا جاتمية
- ١٠- عند أداء مهارة ابيون سيو ناجي باليد اليمنى يتم عمل أخلاق توازن.....
(A) امام ايمن (B) للخلف ايمن (C) امامى ايسر
- ١١- من أنواع التوازن المستخدم في رياضة الجودو.....
(A) المتحرك (B) الثابت (C) جميع ما سبق
- ١٢- من أنواع خطط اللعب خطط لعب هجومية وخطط لعب.....
(A) دفاعية (B) فردية (C) جماعية
- ١٣- من أنواع السرعة التي يتميز بها لاعب الجودو سرعة.....
(A) القوة المميزة بالسرعة (B) رد الفعل (C) الانطلاق
- ١٤- تعتبر مهارة..... مهارات الرمي بالوسط للعب من اعلى في الجودو.
(A) ساماي (B) هاري جوشي (C) ابيون سيوناجي
- ١٥- يعتبر فن..... هو عبارة عن أداء مجموعة من الحركات والرميات بشكل متصل وفي زمن محدد.
(A) الرمي (B) التثبيت (C) الكاتا
- ١٦- من مهارات اللعب الأرضي في الجودو.....
(A) هداكا جى (B) ساماي (C) أوسو جارى

كلية التربية الرياضية
جامعة القاهرة
الاسئلة
٢٠١٤

تابع السؤال الأول ::.....

- ٤٨- في مرحلة بدء السيطرة يقوم المهاجم بأخلال توازن الخصم والقدرة على السيطرة على أدائه الحركي. ()
- ٤٩- الوقفة الدفاعية (جيجو ناي) هي نفس الوقفة الطبيعية مع اقتراب المسافة بين القدمين وثنى الركبتين بدرجة أكبر. ()
- ٥٠- (ميجي جيجو ناي) هو وضع الدفاع الأيسر مع تقدم القدم اليسرى للأمام وتباعد القدمين مع ثنى الركبتين بدرجة أكبر من الوضع الطبيعي. ()
- ٥١- تعتبر قوة القبض في مسكة اليد وأوضاع الذراعين من أهم الأساسيات العملية للعبة والتي يتوقف عليها تنفيذ الحركات المختلفة. ()
- ٥٢- تطلق كلمة كوزوشي علي الوضع الذي تصل فيه إلي الموقف الذي يسمح برمي الخصم أرضاً أو رميه. ()
- ٥٣- تعتبر المقطعات من أهم الأوضاع الأساسية والفنية للعبة والتي تقوم بدور كبير في الارتفاع بالمستوى المهاري للاعبين. ()
- ٥٤- (أوشيرو اكيامي) من المقطعات التي تبدأ التدريب عليها مع التدرج بزيادة الارتفاع عن البساط. ()
- ٥٥- (داكا جيمي) تعتبر هذه المهارة من المهارات الأكثر استخداماً في المباريات. ()
- ٥٦- تتمثل خطوات الاعداد النفسي للرياضيين في معرفه نوع الخصائص النفسية لكل لاعب بهدف الوصول لأفضل الطرق التي تلائمهم. ()
- ٥٧- بناء وتشكيل وتطوير الميول والاتجاهات الايجابية من العوامل المؤثرة في تحقيق اهداف الاعداد النفسي. ()
- ٥٨- الاعداد البدني هو مجموعة متكاملة من التمارين الرياضية المدروسة علمياً وتربوياً وتهدف الي رفع كفاءة الجسم الحركية والقيولوجية. ()
- ٥٩- الانتقاء الرياضي هو عملية تتمثل في تحديد الافراد الأكثر قبولاً واستعداداً للتجارب مع متطلبات عمل ما أو منصب ما. ()
- ٦٠- البرنامج التدريبي هو الخطوات التنفيذية في صورة أنشطة تفصيلية من الواجب القيام بها لعدم تحقيق الهدف. ()



تابع السؤال الثاني :.....

- ١٧- هي المرحلة الثانية من عملية الرمي ويطلق عليها مرحلة بدء الرمي.
 (A) الرمي الحقيقي (C) بدء الرمي (B) الكوزوشي (A)
- ١٨- هي مرحلة تهدف الى التركيز على تمارين الاعداد الخاص باللعبة من حيث الشكل والموقف.
 (A) الاعداد الخططي (C) الاعداد المهارى (B) الاعداد البدني (A)
- ١٩- تعتبر مرحلة هي مرحلة الكاكاى حيث
 يعتبر الجزء التحضيرى الكوزوشي والتسوكورى لنجاح هذه المرحلة.
 (A) مرحلة اخلال التوازن (C) مرحلة بدء الرمي (B) مرحلة الرمي الحقيقي (A)
- ٢٠- من حالات احتساب جزاء الشيدو.....
 (A) كلاهما معا (C) خروج اللاعب من البساط (B) دخول اللاعب البساط (A)
- ٢١- هي مهارة تؤدى من على الكتف لمهارات اللعب من اعلى بالذراعين مهارة
 (A) مهارة ليون سيو ناجى (C) مهارة هارى جوشي (B) أو ستو جارى (A)
- ٢٢- فى المرحلة التمهيديّة (اخلال التوازن) يقوم التوراي بجذب الأوكى مع نقل قدمه اليسرى
 للخلف ولليمين.
 (A) للخلف (C) للامام وللجانب (B) للامام (A)
- ٢٣- الرأس فى المرحلة التمهيديّة لمهارة ايون سيوناجى يكون اتجاها
 (A) للخلف (C) مائل للامام (B) للامام (A)
- ٢٤- فى مهارة هارى جوشي يكون زاوية واتجاه العضد الايمن فى المرحلة الاساسية.....
 (A) للخلف بزاوية مستقيمة (C) فى وضعه الطبيعى (B) للامام بزاوية منفرجة (A)
- ٢٥- تعتبر مهارة..... من اللعب عالياً من حركات الرجلين.
 (A) سيوناجى (C) هارى جوشي (B) أو ستو جارى (A)
- ٢٦- هي مهارة يقوم فيها الرمي باستخدام الكتف.....
 (A) موزتية سيو ناجى (C) ايون سيو ناجى (B) أو ستو جارى (A)
- ٢٧- تعتبر مهارة..... هي احدى مهارات التثبيت فى اللعب الارضى.
 (A) هداكا جمى (C) جوجى جاتمية (B) كيمبا جاتمية (A)
- ٢٨- يبلغ عرض حزام بدلة الجودو من.....
 (A) ٤ : ٥ سم (C) ٥ : ٦ سم (B) ٣ : ٤ سم (A)
- ٢٩- تعتبر من اهم المقطعات التى يتم تعليمها للناشئين فى رياضة الجودو.
 (A) ماى أوكيمى (C) أوشيرو أوكيمى (B) ماى موارى أوكيمى (A)
- ٣٠- تعرف مهارات الرمي بالوسط باسم.....
 (A) اشى وازا (C) تى وازا (B) جوشى وازا (A)
- ٣١- يوجد فى رياضة الجودو ثلاثة حكام احدهما على البساط والاخرين يكونوا..... عند زاويتي الملعب.
 (A) مستشار (C) مراقب (B) فاضاء (A)

- تابع السؤال الثاني:
- ٣٢- من الوقفات في رياضة الجودو الوقفة الطبيعية وتعرف ب.....
(A) ميجي شيزن تاي (B) جيجي تاي (C) شيزن تاي
- ٣٣- يعرف لاعب الجودو بالنسبة للاعب المهاجم باسم.....
(A) الأوكي (B) الثوراي (C) كلاهما معا
- ٣٤- هي إحدى مهارات الرمي بالوسط وتعرف بمهارة كنس الحوض.
(A) هاري جوشي (B) أو جوشي (C) هاري جوشي
- ٣٥- تنقسم رياضة الجودو للعديد من المهارات منها فن اللعب من اعلى ويعرف.....
(A) كنسستو وازا (B) ناجي وازا (C) كننامي وازا
- ٣٦- يوجد العديد من التقسيمات الفنية في رياضة الجودو منها التقسيم طيعا للباس الفنية للاداء ومنها.....
(A) فن التخطي للخصم (B) فن الكويري (C) فن العجلة
- ٣٧- لاخلال توازن الخصم يتم سحبة لاحدى الاتجاهات الثمانية ومنها عمل اخلال توازن للخلف ايسر الذي يعرف ب.....
(A) ميجي كوزوشي (B) أوشيرو كوزوشي (C) هداري أوشيرو كوزوشي
- ٣٨- من المهارات الاساسية في رياضة الجودو التي يتم تعليمها لهم التحية التي تستخدم لتحية المدرب وتسمى.....
(A) زاي- راي (B) راي (C) ريسو راي
- ٣٩- وهو التحرك للأمام أو الخلف أو للجانب الأيمن أو الأيسر حيث يشابه هذا الأسلوب أسلوب المشي الطبيعي.
(A) تاي سبايكي (B) ايومي اشى (C) تسوجي اشى
- ٤٠- تعرف بالمرحلة الأساسية تنفيذ الحركة أي الوضع الجسم قبل الرمي وهي.....
(A) الكوزوشي (B) كاكى (C) تسكوري
- ٤١- تعتبر هذه المهارة من أكثر المهارات استخداما في المباريات لمهارات التثبيت في الأرض.
(A) كيمسا جانمية (B) كوزورية كيمسا جانمية (C) جوجي جانمية
- ٤٢- للحصول لاعب الجودو على الاحزمة الاساسية لابد ان يتقن حركة.
(A) ٤٠ حركة (B) ٣٠ حركة (C) ٥٠ حركة
- ٤٣- يلي الحزام البرتقالي في الاحزمة الاساسية التي يحصل عليها لاعب الجودو.....
(A) الحزام البنى (B) الحزام الاصفر (C) الحزام الاخضر
- ٤٤- يعتبر من بعض طرق وتدريبات لتعلم تكنيكات رياضة الجودو.
(A) التدريب الفنى (B) التدريب مع خصم وهمي (C) التدريب مع الذات
- ٤٥- تعنى القتال الحر فيقوم المدرب بتنظيم مباريات بين اللاعبين و يقوم كل لاعب بمحاولة إلقاء زميله.
(A) انش كورى (B) راندورى (C) كومي كاتا

تابع السؤال الثاني :.....

- ٤٦- هي فورمة أو طريقة محفوظة يحفظها اللاعبون عن ظهر قلب و تساعد في زيادة سرعة للاعبين و تزيد فهمهم لمبادئ الجودو .
 (A) الكاتا (B) الرمي من اعلى (C) اللعب الارضى
- ٤٧- يستخدم هذا النوع من المقوط في حالات الوقوع الأمامي أو تنفيذ الرميات والتي يحتم أن يحدث عنها إصابة.
 (A) المقطة الامامية (B) المقطة الجانبية (C) المقطة الخلفية
- ٤٨- اسلوب يتم استخدام في التحرك ويستخدم اكثر في اداء الكاتا في رياضة الجودو ويعرف.....
 (A) ايومي اشى (B) تسوجى اشى (C) تاي سايكى
- ٤٩- الوان الاحزمة الاساسية وفقا لتصنيف كانواهم.....
 (A) ٥ احزمة (B) ٦ احزمة (C) ٧ احزمة
- ٥٠- تعتبر المرحلة الأولى في مهارات اللعب الارضى.....
 (A) مرحلة البدء السيطرة (B) مرحلة اكتمال السيطرة (C) مرحلة التكبير في السيطرة
- ٥١- في مهارة هارى جوشى يكون اتجاه الرأس في المرحلة النهائية كاكاي
 (A) النظر للأمام (B) النظر لاسفل (C) النظر للجانب
- ٥٢- يعتمد التحليل الكيفى على..... لإعطاء القيم للمتغيرات المراد قياسها.
 (A) النفاة (B) الملاحظة (C) الانتباه التركيز
- ٥٣- هو تخطيط استراتيجى اى تخطيط يضعه المدرب بهدف الفوز بالمباراة.
 (A) خطط اللعب (B) خطط هجومية (C) خطط الدفاعية
- ٥٤- هي قدرة الفرد على تحريك جسم أو أجزاء خلال اكبر مدى ممكن للحركة.....
 (A) التحمل (B) المرونة (C) الرشاقة
- ٥٥- من طرق التدريب الأساسية في التدريب الرياضى طريقة
 (A) الدائرى (B) المتقاطع (C) التكرارى
- ٥٦- هو نوع من أنواع التحليل الحركى الذى يهتم باعطاء قيم وأرقام للشئ المراد تحليله.....
 (A) الموضوعى (B) الكيفى (C) الكيمى
- ٥٧- تناسب درجة الحمل في التدريب من حيث
 (A) الشدة والحجم فقط (B) الشدة والراحة فقط (C) الشدة والحجم والراحة
- ٥٨- من أولى خطوات تخطيط البرنامج التدريبى تقويم مستوى اللاعبين البدء للموسم التدريبى.
 (A) اثناء (B) قبل (C) بعد
- ٥٩- تساعد الانوات المدرب على تعليم المهارة في وقت ممكن.
 (A) اقل (B) اسهل (C) اكبر
- ٦٠- في مهارة أوستوجارى يكون اتجاه القدم اليسرى في المرحلة النهائية.....
 (A) للخلف (B) للأمام (C) للجانب
- مع تمنياتى بالتوفيق والنجاح ،،،،، انتهت الأسئلة



كلية التربية الرياضية

قسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة

امتحان نهائية للعام الجامعي ٢٠١٨/٢٠١٩م

الفرقة الرابعة / تخصص تدريب سباحة (ممتد)

اليوم والتاريخ / الاثنين ١٧/٦/٢٠١٩

الزمن: ٣ ساعات

الدور / يونيو ٢٠١٩

الدرجة العظمى: (١٢٠) درجة

أجب عن الأسئلة التالية:-

((٢٠ درجة))

السؤال الأول:-

" تعتبر الوحدة التدريبية في رياضة السباحة التنافسية من أهم الخطط التي تعمل على رفع الكفاءة البدنية والمهارية للسباحين في ضوء هذه العبارة تناول بالشرح وحدة تدريبية بمكوناتها محدداً فيها (الشدة - الحجم - الراحة البدنية) لكل جزئية من الوحدة التدريبية لسباحي الزحف على الظهر خلال فترة الإعداد الخاص؟

((٢٠ درجة))

السؤال الثاني:-

أ- أذكر الحد الأدنى من الحكام الذين يعينهم إتحاد السباحة للسيطرة وإدارة مسابقات السباحة في حالة عدم توافر أجهزة التحكم الأوتوماتيكية؟ (٢٠ درجات)
ب- تناول بالشرح كيفية عمل التصفيات والنهائي لعدد (٣٨) سباحا في سباق ١٠٠ متر حرة وذلك في خطوات متتالية مستعينا بالجدول اللازمه لتوضيح ذلك؟ (٢٠ درجة)

((٢٠ درجة))

السؤال الثالث:-

أ- تناول بالشرح خطة تدريب سنوية ذات قمة واحدة للسباحين موضحاً كل فترة فيها من حيث :-
١- ممتها الزمنية بالاسبوع أو الأشهر وذلك لكل فترة من الخطة السنوية ومساها العلمي ؟
٢ - الهدف العام والأهداف الخاصة لكل فترة من الخطة السنوية في جدول أعدته لذلك؟ (٢٠ درجة)
ب- تناول بالشرح المفصل الأداء الأمثل لسباحة الزحف على البطن والبدء والدوران ؟ (٢٠ درجة)

((٢٠ درجة))

السؤال الرابع:-

تناول بالشرح المفصل كل طرق تدريب السباحة التي درستها موضحا الهدف من كل واحدة منها، ومثال يوضح كيفية استخدام كل منهم، والفترة التدريبية التي تستخدم خلالها كل منهم ؟

انتهت الأسئلة

أستاذ المقرر
أ.د/ صالح محمد صالح



كلية التربية الرياضية
قسم علوم الصحة الرياضية

امتحان نهاية الفصل الدراسي الثاني مايو ٢٠١٨م

لمادة "إصابات الملاعب والاسعافات الأولية" رمز المقرر (٢٢٢/ع/أب ج، ب ج أ، ج أ ب)

الطريقة الدراسية: الشاملة (جميع الشعب)

اليوم والتاريخ: السبت ١٢/٥/٢٠١٨م زمن الإمتحان: ساعتان

توصيف الامتحان:

يقيس مستويات التعلم حتى التحليل

- عدد الأسئلة: أربعة أسئلة.
- السؤال الأول: ٢٥ مفردة - الدرجة (٢٥ درجة) كل مفردة درجة واحدة.
- السؤال الثاني: ٣٨ مفردة - الدرجة (١٤ درجة) كل مفردة نصف درجة.
- السؤال الثالث: ٣ مفردة - الدرجة (٤ درجات) كل مفردة درجتان مقسمة على أربعة مفردات فرعية بواقع نصف درجة لكل منها.
- السؤال الرابع: مفردة واحدة - الدرجة (٣ درجة) مقسمة على أربعة مفردات فرعية بواقع نصف درجة لكل منها.

((تعليمات الاختبار))

- النهاية العظمى لدرجات الإمتحان: ٤٥ درجة.
- يتكون الإمتحان من ٥٦ مفردة.
- أجب في ورقة الإجابة وفكر جيداً قبل الإجابة ولا تجعل قلمك يسبق فكرك.
- يفضل الإجابة بالقلم الرصاص حتى يكون هناك فرصة للتصحيح.
- لا تعلم أكثر من خانة أو بديل في الإجابة وإلا ستكون خاطئة.
- الامتحان في خمس صفحات بالإضافة للخلاف.

مع أطيب تمنياتنا لكم جميعاً بالتوفيق والنجاح والتفوق...

لجنة الممتحنين: (اعضاء هيئة التدريس بالقسم)

السؤال الأول: (٣٥ درجة)

قم بتسويد دائرة الإجابة الصحيحة والتي يرمز لها (٢) وتسويد دائرة الإجابة الخطأ والتي يرمز لها (٤)

١	من أسباب تأخر التئام الكسور اضطراب إفراز الغدة الدرقية (بالنقص أو الزيادة) وقلة الإمداد الدموي.	()
٢	يتم رش البنج في حالة النزيف الداخلي والخارجي لتأثيره القابض للأوعية الدموية ووقف النزيف الداخلي.	()
٣	لا يجب رش المخدر الموضعي في كل حالات الكدم بل بعضها.	()
٤	من أسباب التقلص نقص بعض الأملاح والعناصر مثل الكالسيوم والبوتاسيوم والمغنسيوم في العضلات.	()
٥	التقلص هو انقباض عضلي لا إرادي يحدث نتيجة تداخل بين جزيئات الأكتين بالآلياف العضلية.	()
٦	يحدث التهاب العضلات المتعظم نتيجة ترسيب كالسيوم الدم على العضلات المتهتكة.	()
٧	الرضوض هي هرس أو تحطيم لأنسجة أعضاء الجسم الرخوة.	()
٨	يستخدم التدليك العميق لعلاج العضلات المتليفة التي فقدت جزء من مرونتها.	()
٩	عند إسعاف كدم الأعصاب يشترط قبل الربط وضع طبقة من القطن على مكان الإصابة.	()
١٠	تستخدم الجبائر في الكسور لحفظ طرفي أو جزأى العظمة في اتجاهها الطبيعي.	()
١١	تعد خطوات إسعاف وعلاج التقلص العضلي هي إطالة العضلات المتقلصة ثم وخز العضلات المقابلة أو المجاورة ثم وضع كمادات الماء البارد على الترتيب.	()
١٢	لا يجب تدليك العضو المصاب لحظة حدوث الإصابة حتى لا يشعر اللاعب بالألم.	()
١٣	من الفروق بين ربط الكدم وربط التمزق هو أن ربط الكدم يتم بالطريقة العادية أما ربط التمزق فيكون بالطريقة المقصية.	()
١٤	تزداد خطورة الكدمات تبعاً لاتساع المساحة.	()
١٥	يحدث تمزق الوتر العرقوبي نتيجة الهبوط بالقدم على أرض مرنة وغير ممهدة مع محاولة استعادة الإلتزان.	()
١٦	يشترط لحدوث الخلع المتكرر أن يحدث لنفس المفصل أكثر من مرة.	()
١٧	عند تثبيت الكسور بالجبائر يشترط أن تثبت المفصل الذي يعلو موضع الكسر.	()
١٨	يساعد المخدر على تقليل النزيف وزيادة الإحساس في النهايات العصبية بمكان الإصابة.	()
١٩	يختلف محتوى برنامج التأهيل تبعاً لقدرات المصاب وطبيعة ودرجة الإصابة.	()
٢٠	الكسر الاصابي هو الكسر الناتج عن زيادة في بذل الجهد بصورة متكررة.	()

٢١	يعتبر الشعور بالدوار والرغبة في القيء من أهم أعراض الخلع.	()
٢٢	يجب أن تكون عضلات المصاب منبسطة عند ربط الرباط المضاعف فقط في كدم العضلات.	()
٢٣	درجات التمزق العضلي هي (الشد - التمزق البسيط - التمزق الجزئي - التمزق الكلي) فقط.	()
٢٤	يفضل إجراء الجراحة في التمزق الكلي للعضلات خلال ١٠ ساعات الأولى فور وقوع الإصابة.	()
٢٥	تعتبر الكمادات الدافئة إحدى الخطوات العلاجية اللازمة للكدمات.	()

السؤال الثاني: (١٤ درجة)

قم بتسويد الدائرة التي بها رقم الاختيار الصحيح من بين البدائل في الأسئلة التالية:

- ١- يسمى الكسر الذي لا يكون تاماً وقد تنكسر فيه العظمة من ناحية ويحدث بها انثناء من الناحية الأخرى بالكسر
 A- العود الأخضر C- المشقق B- المائل أو الحزوني A-
- ٢- وهو الذي تتباعد فيه الأسطح المفصالية عن بعضها مع بقائها في الوضع التشريحي للمفصل.
 A- الخلع المتكرر C- الخلع المرتد B- الخلع غير الكامل أو الجزئي A-
- ٣- يعتبر من الإصابات التي يصعب فيها فرد مشط القدم.
 A- تمزق وتر أكيلس C- تمزق عضلات الفخذ الخلفية B- تقلص العضلة التولمية A-
- ٤- من وسائل العلاج الطبيعي المستخدمة في تأهيل الإصابات الرياضية
 A- الأساتيك المطاطة C- الكور الطبية B- الموجات فوق الصوتية A-
- ٥- من أنواع التقلص العضلي
 A- المؤقت والدائم C- الجزئي والكامل B- المتقطع والمستمر A-
- ٦- هو الكسر المصحوب بإصابة عصب أو شريان أو وتر.
 A- الكسر البسيط C- الكسر المندغم B- الكسر المضاعف A-
- ٧- تحدث الكدمات نتيجة الإصابة
 A- بمؤثر خارجي وداخلي C- بمؤثر فني وميكانيكي B- بمؤثر خارجي A-
- ٨- التدريب الرياضي غير العلمي يعد من المؤثرات المسببة للإصابة.
 A- الانزوية C- الميكانيكية B- الفنية الذاتية A-

- ٩- من شروط ربط الرباط الضامط
عكس الدورة الدموية الرجوعية - C يغطي الرباط ٣/١ اللفة السابقة - B يكون الضغط متساوي - A
- ١٠- يحظر بالنسبة لإسعاف كدم العضلات
رفع الجزء المصاب - C استخدام الكمادات - B تدليك العضلة المصابة - A
- ١١- من فوائد التأهيل أثناء فترة التثبيت
الرجوع للحالة الطبيعية - C استعادة الكفاءة الوظيفية - B يمنع ضمور العضلات - A
- ١٢- عند كسر الأطراف يتم تثبيت الكسر بجبيرة العظم المكسور .
أسفل وأعلى - C على جانبي - B أعلى - A
- ١٣- وهي التي يقوم بها المصاب بنفسه أثناء التأهيل من الإصابات .
التمرينات بالمساعدة - C التمرينات القسرية أو السلبية - B التمرينات الحرة الإيجابية - A
- ١٤- السقوط الواضح في مشط القدم يعد من أعراض
تمزق العضلة النوامية - C تمزق أربطة الكاحل - B تمزق الوتر العرقوبي - A
- ١٥- غالباً ما تحدث إصابة للأطفال والشباب .
جميع ما سبق - C لين العظام - B إلتهاب العضلات المتعظم - A
- ١٦- تعد من أسباب حدوث الإصابة الرياضية ما عدا
الخبرة السابقة - C العمر الزمني - B الحماس والدافعية - A
- ١٧- يعد من أصعب أنواع الخلع في الإلتئام .
الخلع المتكرر - C الخلع الكامل - B الخلع المصحوب بكسر - A
- ١٨- في كدم العصب يمنع تماماً استخدام
جميع ما سبق - C تدليك العصب المصاب - B الكمادات الباردة - A
- ١٩- غالباً ما تستخدم أجهزة ووسائل العلاج الطبيعي في
مرحلة ما قبل نزول الملعب - C المراحل الأولى من التأهيل - B المرحلة الأساسية للتأهيل - A
- ٢٠- يعد خلع الكتف من أقل الأنواع شيوعاً .
السفلي - C الخلتي - B العلوي - A
- ٢١- تمزق العضلات، انعدام وظيفة العضلة لفترة طويلة وشلل الأطفال تعد من أسباب إصابة
التمزق العضلي - C التقلص العضلي - B تليف العضلات - A

- ٢٢- فقدان الوعي والإغماء نتيجة الصدمة العصبية يعانون من أعراض إصابة
- تمزق الأربطة الشديد - C التمزق العضلي - B التهاب العضلات المتعظم - A
- ٢٣- الإحساس بالألم أو وخز (حرقان) أو تنميل في منطقة خلف الساق والفخذ يعد من أعراض
- قطع الرباط الصليبي الأمامي - C الإنزلاق الغضروفي - B خضونة أو قطع بغضروف الركبة - A
- ٢٤- يمكن استخدام الانقباض العضلي الأيزوكينتيك (المشابهة للحركة) في المرحلة من التأهيل.
- الإجابة A&B معاً - C النهائية - B ما قبل النزول للملعب - A
- ٢٥- تنقسم الإصابات حسب نوع الجروح إلى
- مغلقة ومفتوحة - C سطحية وعميقة - B سطحية وغائرة - A
- ٢٦- هو عبارة عن انقباض عضلي لا إرادي بالتطويل.
- الشد العضلي - C التمزق العضلي - B التقلص العضلي - A
- ٢٧- تختلف الأربطة الجاهزة عن الأربطة اليدوية في كل من
- درجة الضغط والثبات - C أماكن الاستخدام - B نوعية وطبيعة الإصابة - A
- ٢٨- ترتبط الإصابات الرياضية بمجموعة من العلوم
- الطبية والرياضية - C النفسية والصحية - B التدريبية والصحية - A

السؤال الثالث: (٤ درجات)

رتب الإجابات التالية وفق تسلسلها الصحيح للإجراءات المتبعة عند إسعاف الإصابات التالية:

١- عند إسعاف إصابات التمزق العضلي تتم الإجراءات الآتية:

- A) ربط العضلة المصابة وتثبيتها
- B) رش المخدر الموضعي على وحول مكان الإصابة
- C) التأكد من ارتخاء العضلات وجعل المصاب في وضع مريح
- D) وضع كمادات الماء البارد على مكان الإصابة

- ١- أ) ☐ D ☐ C ☐ B ☐ A
- ١- ب) ☐ D ☐ C ☐ B ☐ A
- ١- ج) ☐ D ☐ C ☐ B ☐ A
- ١- د) ☐ D ☐ C ☐ B ☐ A

٢- عند إسعاف إصابة الكسر المصحوب بالنزيف تتم الإجراءات الآتية:

- A) المداخلة على الكسر في الحالة التي وجد عليها.
B) إيقاف النزيف.
C) تهدئة المصاب نفسياً وتدفئة بغطاء في حالة الصدمة العصبية.
D) تثبيت مكان الكسر بالجبيرة المناسبة.

- ٢- أ) ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐
٢- ب) ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐
٢- ج) ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐
٢- د) ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐

السؤال الرابع: (٣ درجة)

قم بتوصيل العبارات التالية من العمود (أ) بما يناسبها من البدائل الصحيحة بالعمود (ب)

الترقيم	العبارات (أ)	الترقيم	البدائل (ب)
١-	يكون على شكل حجر في العضلة.	(A)	الملح
٢-	وجود فجوة أو حفرة يأخذ العضلات بالجسم	(B)	التقلص العضلي
٣-	خروج العظام المتفصلة عن مكانها ثم رجوعها	(C)	الكدم
٤-	هرس أو تحطيم للأنسجة	(D)	التمزق العضلي

- ١- ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐
٢- ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐
٣- ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐
٤- ☐ B- ☐ C- ☐ D- ☐

..... إنتهت الأسئلة

مع أطيب تمنياتنا بالتوفيق والنجاح...

لجنة المصححين

أعضاء هيئة التدريس بالقسم



امتحان: (225هـ) أساسيات كرة اليد
امتحان دور مايو للعام الجامعي 2021م/ 2022م
نموذج (ب)



بيانات الامتحان:

زمن الامتحان	ساعتان (120) دقيقة
عدد الأسئلة	اثنين
عدد الصفحات	خمس صفحات
الدرجة الكلية للامتحان	(45) درجة
تاريخ الامتحان	2022/6/15
توقيت الامتحان	7.30 : 5.30

إرشادات الامتحان:

- اقرأ أي سؤال جيدا قبل الإجابة عليه.
- بعد التأكد من الإجابات ظلل مكان الإجابة في ورقة الإجابة الخاصة بذلك.
- تتوفر لك (5) دقائق لكتابة البيانات وقراءة التعليمات والإرشادات.
- ظلل دائرة الإجابة فقط.
- لا تظلل أكثر من إجابة لكل سؤال.
- أجب عن الأسئلة التالية:-

المسائل الأولى: (35 درجة)

أجب عن الفقرات التالية بإشارة صح أو خطأ ثم انقل الإجابة إلى ورقة الإجابة بتظليل حرف (A) إذا كانت الإجابة صحيحة وتظليل حرف (B) إذا كانت الإجابة خاطئة:

م	العبارات	الإجابة
1	يختلف الأداء في التصويب بالوثب للأمام عن التصويب بالوثب العالي في أن المهاجم يقوم بالوثب من أعلى المدافعين للتصويب على المرمى.	
2	يعتبر التصويب بالوثب عاليا من أكثر أنواع التصويب شيوعا.	
3	يرسم خط الرمية الجزائية بطول مترين أمام منطقة المرمى مباشرة وموازي لخط المرمى.	
4	تصنع كرة اليد من الجلد أو من أي مادة تكون ملساء بلونين مختلفين.	
5	تؤدي التمريرة الكرياجية في مستويات مختلفة من أعلى الرأس حتى مستوى الركبة.	
6	أثناء أداء مهارة التخطيط يجب على اللاعب النظر باستمرار للكرة حتى لا يفقدها.	
7	يتميز التصويب بالوثب للأمام بالمفاجأة لحارس المرمى.	
8	لا يسمح للاعب الملعب التحرك بالكرة بما لا يزيد عن ثلاث خطوات.	
9	توضع طاولة المقياس على 30سم من أرضية الملعب لضمان الرؤية الواضحة.	
10	يتميز الأداء المهاري في كرة اليد بأنه مجموعة من الحركات المترابطة والمندمجة.	
11	يعبر التمرير من خلف الظهر إحدى صور التمريرة الكرياجية.	
12	الحجز هو منع أو تعطيل تقدم المدافع عن طريق حجزه بالجسم.	
13	أثناء أداء مهارة التمرير الكرياجي من الجري لا تتأرجح الذراع الرامية لمباغات بعيدة.	
14	يقع على اللاعب الذي يقوم بالتمرير مسئولية صحة التمريرة ووصولها بطريقة سليمة للزميل.	
15	عند تلف الكرة المنخفضة يجب أن يشير المرفقين للخارج والكفين في اتجاه الكرة.	



16	تتأرجح الذراع الرامية للأمام ثم للخلف في مهارة التمريزة البندولية للأمام مثل حركة بندول الساعة.
17	تعتبر لعبة كرة اليد من أقدم الألعاب الكبيرة التي استخدمت فيها الكرة.
18	تتميز مهارة التنطيط في قدرتها على نقل الكرة من مكان لآخر بشكل أسرع من نقلها باستخدام مهارة التمريز.
19	من الأخطاء الشائعة سحب الذراعين وتحريك الجسم للخلف عند استقبال الكرات التي تتميز بالقوة.
20	من الأخطاء الشائعة عند النقاط الكرة المنحرجة من الأمام أن تكون القدم القريبة من الكرة أماماً.
21	يمكن أداء التنطيط بعد استلام الكرة مباشرة من الزميل.
22	من المتطلبات الخاصة بالتصويب بالوثب عالياً ضرورة إحداث ثغرة بين المدافعين.
23	يجب أن يكون الحد الخلفي للقاتمين منطبقاً على الحد الخلفي لخط المرمى.
24	من الأخطاء الشائعة عند لف الكرات العالية وجود انثناء خفيف في مفاصل المرفقين.
25	يتم استخدام هذه التمريزة عند تمرير الكرة للزميل الخلفي المجاور دون القيام بدوران الجسم خلفاً.
26	قبل بدء مباراة كرة اليد يجب توفير ثلاث كرات يد على الأقل.
27	أدرجت لعبة كرة اليد ضمن برنامج الألعاب الأولمبية في عام 1934م.
28	من أنواع التمريز البند وثية في كرة اليد من (الأمام - الخلف - الحركة).
29	التمريزة البندولية للجاناب أمام الجسم شائعة الاستخدام في كرة اليد وبصفة خاصة لدى اللاعبين ذات المستويات العالية.
30	من الأخطاء الشائعة للتصويبة الكرياجية من الارتكاز من مستوي الرأس والكتف استقرار اليد خلف الكرة عند التصويب مما يؤدي على حدة الكرة.
31	من الأخطاء الشائعة للتصويبة الكرياجية من الوثب للأمام عدم استخدام قدم الارتقاء الصحيحة.
32	يعتمد احتفاظ الفريق بحالة الهجوم بشكل أساسي على مهارة التمريز فقط.
33	تؤدي التمريزة المرتدة في معظم الحالات بيد واحدة عندما يتميز اللاعب المدافع بطول القامة.
34	من الأخطاء الشائعة لمهارة التصويب بالوثب العالي عدم رفع الركبة اليمنى عالياً على شكل زاوية منفرجة عند الوثب لأعلى.
35	إن تركيز نظر اللاعب أثناء أداء مهارة التنطيط على الكرة يولد رؤية ومتابعة اللاعبين والملاعب.
36	يهدف التصويب بالوثب لأعلى إلى محاولة التخلص من المدافع والتصويب على الهدف دون إعاقة.
37	تؤدي مهارة التنطيط بالكرة بهدف نقل الكرة من مكان إلى آخر فقط.
38	تهدف مرحلة الانزراب في مهارة التصويب بالوثب الطويل إلى إكساب اللاعب القدرة على الارتقاء لأعلى مسافة ممكنة.
39	في عام 1920 أقيمت أول مسابقة بمدينة لوس أنجلوس جمعت 10 فرق رجال و4 فرق سيدات و4 فرق ناشئين.
40	حصلت مصر على المركز الرابع عشر عام 2006م في بطولة كأس العالم التاسعة عشر للرجال.
41	تتم عملية النقاط الكرة المنحرجة من الأمام بوضع اليدين أمام وأعلى الكرة بحيث تكون اليدين مرتخية والأصابع متباعدة قليلاً.
42	يؤدي التصويب بالوثب الطويل من خلال اختراق المسافات الدفاعية ومحاولة التصويب بالوثب على المرمى.
43	يبلغ ارتفاع شبك الصدد العمومي الموضوع خلف مرمى كرة اليد (9) أمتار عن الأرض.
44	يتم أداء مهارة التنطيط بضرب الكرة تجاه الأرض وللأمام بسلاميات أصابع اليد.
45	عند الارتقاء في مهارة التصويب بالوثب لأعلى يراعى دوران الجذع والكتف الأيسر قليلاً إلى الخلف قبل التصويب.

جامعة أسسوط
كلية التربية الرياضية
غرفة الاسئلة
٢٠

جامعة أسسوط
كلية التربية الرياضية
١٠ يونيو ٢٠٢٢
شئون الطلاب

	مباشرة.
46	في المرحلة الرئيسية للتمريرة الكيراجيه من الحركة يتم أخذ خطوة بالقدم اليسرى أماماً (بالنمسة للاعب الأيمن) مع مراعاة أن هذه القدم تؤدي حركة ارتكاز.
47	أدرجت كرة اليد سبعة أفراد ضمن الألعاب الأولمبية لأول مرة في دورة ميونخ عام 1972م.
48	يعاقب التبدل الخاطئ بإيقاف دقيقتين للاعب المخطئ وتسأنف المباراة برمية مرمى للفريق المنافس.
49	عند النقاط الكرة المنحرجة من الأمام يجب على اللاعب الاحتفاظ بسرعة وتوقيت الجري حتى يصل قبل الكرة مباشرة.
50	خط الرمية الحرة هو خط متقطع يرسم على بعد 9 أمتار من خط منطقة المرمى.
51	يسمح للاعب الملعب بتنطيط الكرة مرة واحدة أو بشكل متكرر ثم معاودة مسكها مرة ثانية بيد واحدة أو باليدين
52	يكون زمن اللعب الاعتيادي لفرق أعصارهم من 8 - 12 سنة 2 × 30 دقيقة، وفترة راحة بينهما 10 دقائق.
53	يسمح لحارس المرمى بلمس الكرة بالقدم أو بالساق أسفل الركبة داخل منطقة المرمى وهي متحركة تجاه منطقة اللعب
54	يمتد خط منطقة التبدل من خط المنتصف حتى نقطة على بعد 4 أمتار من خط المنتصف.
55	يتم الهبوط بعد أداء مهارة التصويب بالوثب العالي على نفس قدم الارتقاء وهي اليسرى للاعب الأيمن.
56	يتم استخدام مهارة التمريرة البندولية خلف الظهر عند تمرير الكرة للزميل الخلفي المجاور مع دوران الجسم خلفاً.
57	يحتمس هدف عندما تجتاز الكرة المرمى عابرة الخط الداخلي للمرمى بشرط عدم ارتكاب مخالفة من الرامي أو من أحد أفراد فريقه قبل أو أثناء التصويب.
58	عند تلقف الكرات العالية تكون اليدين شكلاً مخروطياً حيث يشير الخنصران تجاه بعضهما.
59	تستخدم التمريرة المرتدة في حالة وجود مدافع يقف بين اللاعب المستحوذ على الكرة واللاعب الذي يتم تمرير الكرة له.
60	يحق لكل فريق الحصول على وقت مستقطع في الوقت الإضافي.
61	دخلت كرة اليد (11) فرد الألعاب الأولمبية في دورة برلين 1936م.
62	خط الرمية الجزائية يكون بطول 15 سم وأمام المرمى مباشرة وموازيًا لخط المرمى وعلى بعد 7 أمتار منه.
63	يكون تنطيط الكرة خارج القدم العكسية لليد المستخدمة للتنطيط.
64	عند النقاط الكرة المنحرجة من الجانب لايد من ثنى الجذع قبل الوصول إلى الكرة بوقت كبير.
65	يتم دوران الجذع في المرحلة الرئيسية للتمريرة الكيراجيه من الارتكاز حتى يصبح محور الكتف عمودياً على محور الحوض.
66	عند أداء مهارة التمريرة البندولية للجانب أمام الجسم يتم مراعاة عدم دوران راس اليد.
67	يتم تمرير الكرة الصدرية باليدين مباشرة، وذلك بمد مفصلي المرفقين ودفع الكرة برسغ اليدين، حيث تشير أصابع اليدين عقب تمرير الكرة للأمام وللداخل قليلاً.
68	المخالفات خلال إيقاف الوقت يكون لها نفس عواقب المخالفات أثناء وقت اللعب.
69	يسمح لحارس المرمى عبور خط حد حارس المرمى (4 أمتار) قبل أن تترك الكرة يد المنافس الذي يؤدي رمية الـ 7 أمتار.
70	في المرحلة النهائية لمهارة التمرير الكيراجي من الارتكاز يثنى الجذع جهة الأمام.

اختر الإجابة الصحيحة من بين الخيارات ثم ظلل رقم إجابتك في ورقة الإجابة:

1	خط متقطع يحدد على بعد (3) أمتار من خارج خط منطقة المرمى: a- خط الرمية الجزائية b- خط الرمية الحرة c- خط حد حارس المرمى.
2	من النقاط الفنية التي تراعى أثناء تلقف الكرات المنخفضة هي: a- ميل اعلي الجذع أمام اسفل b- تلامس الخنصرين c- جميع ما سبق.
3	يجب أن تبدأ المباراة بـ لاعبين على الأقل: a- أربعة. b - خمسة. c - ستة.
4	وزن الكرة للرجال والشباب (فوق 16 سنة): a- 425 - 475 جرام b- 325 - 375 جرام c- 420 - 470 جرام
5	عندما يدخل لاعب من الفريق المدافع لمنطقة المرمى واستفاد من ذلك دون أن يهدر فرصة للفريق المنافس: a- رمية حرة. b- رمية حارس مرمى. c- لا تستحق عقوبة.
6	عند أداء مهارة التصويب بالوثب للأمام للاعب الأيمن تبدأ عملية الارتقاء على: a- القدم اليسرى. b- القدم اليمنى. c- القدمين معا.
7	يجب أن يكون القالمان والعارضة كمقطع مربع بحيث يبلغ طول الضلع الواحد سم: a- 7 سم. b- 9 سم. c- 8 سم.
8	عندما يدخل لاعب منطقة المرمى من الفريق المهاجم والكرة بحوزته: a- رمية حرة. b- رمية حارس مرمى. c- لا تستحق عقوبة.
9	من النقاط التعليمية التي يجب مراعاتها عند أداء التصويب بالوثب العالي للاعب الأيمن: a- ميل الكتف الأيسر للأمام فقط. b- أن تكون زاوية الذراع منفرج c- النزول على القدم اليسرى بعد ترك الكرة فقط.
10	تعتمد قوة التصويب على محصلة عدة قوى متولدة من: a - الرجلين ثم الجذع ثم الكتف ثم الرسغ. b - الرجلين ثم الحوض ثم الذراع ثم المرفق. c - الرجلين ثم الذراع ثم الساعد ثم الرسغ.
10	تعتمد حدة التمريزة الكرياجية من الارتكاز بصورة اسمية: a- الدوران القوي والمربع للجذع b- الحركة الارتكازية للقدم اليسرى. c- جميع ما سبق.

انتهت الأسئلة

مع تمنياتنا بالتوفيق للجميع.....

لجنة المصححين

أ. د. / حنان محمد أحمد

أ. د. / مصطفى السباعي

أ. د. / كمال سليمان حسن





- 1 -



نموذج رقم (ب)
إصابات الملاعب والاسعافات الأولية
ع/أ ب ج
ساعتان
٢٠٢٢/١/٢١
النهاية العظمى للاختبار: ٤٥ درجة

اسم المقرر
رقم ورز المقرر
الزمن
التاريخ

جامعة أسيوط
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الصحة الرياضية

العام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢١ م اختبار الفصل الدراسي الثاني

السؤال الأول: (٢٥ درجة)

قم بتسويد دائرة الإجابة الصحيحة والتي يرمز لها (أ) وتسويد دائرة الإجابة الخطأ والتي يرمز لها (ب)

- ١- يتم رش المخدر الموضعي على خمس دفعات تتراوح كل دفعه من ١٠ الى ٢٠ ثانية. ()
- ٢- التهاب العضلات المتعظم هو تحويل الألياف العضلية إلى خلايا ليفية غير مرنة وغير قابلة للانقباض. ()
- ٣- يعتبر تراكم حامض اللاكتيك في العضلات مؤثر فني وكيميائي مسبب للإصابة. ()
- ٤- يستخدم التليك العميق لعلاج العضلات المتليفة التي فقدت جزء من مرونتها. ()
- ٥- يتم رش الينج في حالة النزيف الداخلي والخارجي لتأثيره القابض للأوعية الدموية ووقف النزيف الداخلي. ()
- ٦- تعد خطوات إسعاف وعلاج التقلص العضلي هي إطالة العضلات المتقلصة ثم وخز العضلات المقابلة أو المجاورة ثم وضع كمادات الماء البارد ثم التليك على الترتيب. ()
- ٧- التقلص العضلي المتقطع يحدث بفترات استرخاء لمدة ٦٠ ثانية. ()
- ٨- يحدث تمزق الوتر العرقوبي نتيجة الهبوط بالتقدم على أرض مرنة وغير ممهدة مع محاولة استعادة الاتزان. ()
- ٩- أحد الفروق بين ربط الكدم والتمزق هو أن ربط الكدم يكون على كامل طول العضلة. ()
- ١٠- يساعد المخدر على تقليل النزيف وزيادة الإحساس في النهايات العصبية بمكان الإصابة. ()
- ١١- من أعراض التقلص العضلي حدوث انقباض في حجم الألياف العضلية. ()
- ١٢- درجات التمزق العضلي هي (الشد - التمزق البسيط - التمزق الجزئي - التمزق الكلي) فقط. ()
- ١٣- عند اسعاف كدم الاعصاب يشترط قبل الربط وضع طبقة من القطن على مكان الإصابة. ()
- ١٤- يعتبر اختلاف نوع الكمادات أحد العوامل التي تحدد خطورة وشدة إصابة الكدم. ()
- ١٥- عمل الوخز أو تحويل الانتباه العضلي في العضلة المصابة لتشتيت الألم. ()
- ١٦- يؤدي التمزق العضلي إلى حدوث تليف بالعضلات المصابة في بعض الحالات. ()
- ١٧- يفضل إجراء الجراحة في التمزق الكلي للعضلات خلال ١٠ ساعات الأولى فور وقوع الإصابة. ()
- ١٨- مصطلح 'Cramp' يعني التمزق العضلي. ()
- ١٩- الشد العضلي هو تقلص أو إنقباض عضلي مفاجئ بالتقصير. ()
- ٢٠- يحدث التهاب العضلات المتعظم نتيجة ترسيب كالسيوم الدم على العضلات المتهتكة. ()
- ٢١- تعتبر الكمادات الدافئة إحدى الخطوات العلاجية اللازمة للكمادات. ()
- ٢٢- يجب أن تكون عضلات المصاب منبسطة عند ربط الرباط الضاغط فقط في كدم العضلات. ()
- ٢٣- يجب تدفئة الجزء المصاب وذلك لتنشيط الدورة الدموية أثناء الشد العضلي. ()
- ٢٤- لا يجب تليك العضو المصاب لحظة حدوث الإصابة حتى لا يشعر اللاعب بالألم. ()
- ٢٥- يتم عمل المقاومة النصف إيجابية للكشف عن درجة التمزق العضلي. ()



السؤال الثاني: (١٤ درجة)

قم بتسويد الدائرة التي بها رقم الاختيار الصحيح من بين البدائل في الأسئلة التالية:

١-	 يعتبر من الإصابات التي يصعب فيها فرد مشط القدم.	A	تمزق عضلات الفخذ	B	تقلص العضلة التوأمية	C	تمزق وتر أكيلس
٢-	التدريب الرياضي غير العلمي هو أحد مسببات الإصابة ويعد من المؤثرات:	A	الإدارية	B	الميكانيكية	C	الفنية الذاتية
٣-	من أنواع التقلص العضلي:	A	المؤقت والدائم	B	الجزئي والكامل	C	المنقطع والمستمر
٤-	تمزق العضلات، انعدام وظيفة العضلة لفترة طويلة وشلل الأطفال تعد من أسباب إصابة:	A	التمزق العضلي	B	التقلص العضلي	C	تليف العضلات
٥-	السقوط الواضح في مشط القدم يعد من أعراض	A	تمزق العضلة التوأمية	B	تمزق أربطة الكاحل	C	تمزق الوتر العرقوبي
٦-	تعد من أسباب حدوث الإصابة الرياضية ما عدا:	A	الخبرة السابقة	B	العمر الزمني	C	الحماس والدافعية
٧-	من شروط ربط الرباط الضاعط:	A	عكس النورة التورمية الرجوعية	B	يغطي الرباط ٣/١ اللقمة السابقة	C	يكون الضغط متساوي
٨-	 هو عبارة عن انقباض عضلي لا إرادي بالتطويل.	A	التليف العضلي	B	التقلص العضلي	C	الشد العضلي
٩-	تحدث الكمات نتيجة الإصابة بـ:	A	بمؤثر خارجي وداخلي	B	بمؤثر فني وميكانيكي	C	مؤثر خارجي
١٠-	درجات الكدم هي	A	جميع ما سبق	B	بسيط - متوسط - شديد	C	بسيط - شديد
١١-	إصابات الدرجة الثانية تعيق اللاعب عن الأداء الرياضي لفترة من:	A	٧ - ٢١ يوم	B	أسبوع لأسبوعين	C	٢٠ - ٣٠ يوم
١٢-	غالباً ما تحدث إصابة للأطفال والشباب.	A	جميع ما سبق	B	تليف العضلات	C	التهاب العضلات المتعظم
١٣-	عند إسعاف التقلص العضلي تبدأ بما يلي	A	وضع الكمادات الدافئة	B	عمل إطالة للعضلة المصابة	C	رش المخدر الموضعي
١٤-	تكون مدة وضع الكمادات الباردة أو الثلج المجروش عند إسعاف كدم وتمزق العضلات هي	A	٢٠ : ٤٠ ثانية	B	٢٠ : ٤٠ دقيقة	C	١٠ : ١٥ ثانية

١٥-	من أعراض كدم الجلد والعضلات والعظام تغير لون الجلد للأزرق ثم للأخضر ثم للأصفر إلى أن يعود للونه الطبيعي وذلك خلال أيام تقريباً.	C ٢ : ٣ يوم	B ٧ أيام	A ٥ أيام
١٦-	تتراوح الإصابات للمفصل المكون من حسب شدة الإصابة.	C ٥ : ٧ أيام	B أسبوع : أسبوعان	A ٣ : ٦ أيام
١٧-	إصابتي ، هما من الإصابات التي لها درجتان فقط تحددان شدة الإصابة بها.	C جميع ما سبق	B الكدم والتقلص	A التمزق والتقلص
١٨-	يتم رش المخدر الموضعي من مسافة على مكان الإصابة.	C ١٥ : ١٠ سم	B ١٠ : ٥ سم	A ٢٠ : ١٥ سم
١٩-	في الإرتشاح الزلاقي يحدث مع:	C كل ما سبق	B التهاب الغشاء المخاطي	A عدم إصابة الأنسجة الداخلية
٢٠-	Muscle Contusion مصطلح يعني:	C كدم العضلات	B الشد العضلي	A التمزق العضلي
٢١-	إهمال إسعاف كدم العضلات قد يؤدي إلى بعض المضاعفات مثل	C جميع ما سبق	B تقيح وصندب	A تجمع وتجلط دموي
٢٢-	تتقسم الإصابات حسب نوع الجروح إلى	C مغلقة ومفتوحة	B سطحية وعميقة	A سطحية وغائرة
٢٣-	في كدم العصب يمنع تماماً استخدام	C جميع ما سبق	B تشليك العصب المصاب	A الكمادات الباردة
٢٤-	عند إسعاف التمزق العضلي يمنع	C الإجابة A&B معاً	B الإطالة العضلية	A تشليك مكان الإصابة
٢٥-	ترتبط الإصابات الرياضية بمجموعة من العلوم:	C الطبية والرياضية	B النفسية والصحية	A التروية والصحية
٢٦-	تختلف الأربطة الجاهزة عن الأربطة البدوية في كل من:	C درجة الضغط والثبات	B أماكن الاستخدام	A نوعية وطبيعة الإصابة
٢٧-	فقدان الوعي والإغماء نتيجة الصدمة العصبية يعنوا من أعراض إصابة:	C تمزق الأربطة الشديدة	B التمزق العضلي	A التهاب العضلات المتعظم
٢٨-	ميكانيكية حدوث التقلص العضلي قد تكون نتيجة لما يلي	C جميع ما سبق	B عدم تكامل الدورة الدموية	A اضطراب النظام العصبي للعضلة

السؤال الثالث: (٤ درجات)

رتب الإجابات التالية وفق تسلسلها الصحيح وبما يقابلها من الاختيارات السليمة:

- عند إسعاف إصابات التمزق العضلي تتم الإجراءات الآتية:

- A) رفع الجزء المصاب
B) رش المخدر الموضعي على وحول مكان الإصابة
C) ربط العضلة المصابة وتثبيتها
D) وضع كمادات الماء البارد على مكان الإصابة

- ١- D- ☐ C- ☐ B- ☐ A- ☐
٢- D- ☐ C- ☐ B- ☐ A- ☐
٣- D- ☐ C- ☐ B- ☐ A- ☐
٤- D- ☐ C- ☐ B- ☐ A- ☐

السؤال الرابع: (٣ درجة)

قم بتوصيل العبارات التالية من العمود (أ) بما يناسبها من البدائل الصحيحة بالعمود (ب)

الترقيم	العبارات (أ)	البدائل (ب)
١-	وجود فجوة أو خفرة بأحد العضلات بالجسم	أ) التليف العضلي
٢-	التحول إلى خلايا غير قابلة للانقباض	ب) التقلص العضلي
٣-	يكون على شكل تحجر في العضلة.	ج) الكدم العضلي
٤-	هرس أو تحطيم للأنسجة الرخوة	د) التمزق العضلي

- ١- D- ☐ C- ☐ B- ☐ A- ☐
٢- D- ☐ C- ☐ B- ☐ A- ☐
٣- D- ☐ C- ☐ B- ☐ A- ☐
٤- D- ☐ C- ☐ B- ☐ A- ☐

***** انتهت الأسئلة *****

مع أطيب تمنياتنا بالتوفيق والنجاح...

لجنة المصححين

د/ محمود فاروق صبره عبدالله

د/ محمد فاروق إبراهيم

د/ إسراء عطيا التميمي ٢٠٢٢

شئون الطلاب



الفرقة: الرابعة
الزمن: ساعتان
الدرجة: ٧٠ درجة



كلية التربية الرياضية
قسم المناهج وتدريب التربية الرياضية

امتحان نهاية الفصل الدراسي الثاني

لمقرر طرق تدريس التربية الرياضية ٢٠٢١م / ٢٠٢٢م

وصف الاختبار وتعليمات الإجابة :

- الاختبار يتكون من ثلاثة أسئلة رئيسية.
- الاختبار يقيس مستويات التعلم حتى التركيب.
- السؤال الأول: كل مفردة (١) درجة/ السؤال الثاني: كل مفردة (١) درجة/ السؤال الثالث: كل مفردة (١) درجة.

أجب عن الأسئلة التالية :

السؤال الأول: (٣٠ درجة)

قم بتسويد العبارات الصحيحة في الدائرة (A) والعبارات الخاطئة في الدائرة (B) ؟

- الاهتمام بأساليب تنمية القدرة على التعلم الذاتي يزيد من فاعلية التدريس.
- التدريس مجموعة من العلاقات المستمرة التي تنشأ بين التلاميذ بعضهم البعض.
- الخصائص الشخصية للمعلم تحدد أسلوب التدريس المفضل له في التدريس.
- التدريس هو مجموعة تحركات المعلم التي تحدث بشكل منتظم ومتسلسل والتي تهدف إلى تحقيق الأهداف المعدة سلفاً للتدريس.
- إشراك التلاميذ في إدارة النشاط بالدرس من متطلبات طريقة التدريس الجيدة.
- اختيار طريقة التدريس يكون محكوماً بالتلميذ، المنهاج، الزمن، المعلم.
- طرائق التدريس وأساليب التدريس وجهان لعملة واحدة.
- التدريس يمهّد للسيطرة على مجريات منهج العملية التعليمية وتوجيهها نحو الأفضل.
- كفاءة المعلم تظهر في قدرته على عدم المزج بين التدريس كعلم والتدريس كفن.
- تتوقف فاعلية كل أسلوب على مدى وعي المعلم بالموقف التعليمي الملزم ومدى مهارته في استخدامها.

- أسلوب العرض التوضيحي لا يستخدم فيه الوقت بكفاءة عالية.
- اختيار أسلوب التعليم الذي يحقق الهدف يكون ضمن قرارات التنفيذ.
- إعطاء التغذية الرجعية من المدرس بدلاً عن التقويم يكون في الأسلوب التوضيحي، والتطبيق بتوجيه المعلم.

- تكرار الأداء يساعد المتعلم على تحسين مستواه.
- العرض التوضيحي لا يساعد على إنجاز القدر الكافي في المقرر.
- ضمن قرارات التخطيط في أسلوب التعليم التوضيحي تحديد زمن كل جزء في الدرس.
- أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم يتفق مع العرض التوضيحي فيما عدا قرارات التخطيط.



- ١٨- التطبيق بتوجيه الأقران لا يسمح للتلميذ بالتوسع في دوره الإيجابي.
- ١٩- أسلوب التطبيق الذاتي ينتهي دور المعلم بعد شرح العمل والغرض من الأسلوب ومتطلبات التنفيذ.
- ٢٠- الاكتشاف الموجه عبارة عن مجموعة من الأسئلة اللفظية يلقيها المعلم تمثل مثيرات حركية.
- ٢١- التفكير المتشعب تعنى أسلوب حل المشكلات.
- ٢٢- أسلوب التفكير المتشعب يتطلب المعرفة الدقيقة للحركة.
- ٢٣- المشكلة الحركية هي موقف معين يحتوى على هدف محدد يراد تحقيقه.
- ٢٤- نجاح الاكتشاف الموجه يتوقف على مدى ما يثار من المعلم من مواقف تعليمية.
- ٢٥- أسلوب التطبيق الذاتي بتوجيه المعلم يكون مناسباً في عمل تصفية بين التلاميذ.
- ٢٦- حينما تكون المنافسة بين التلميذ ومستواه وطموحاته يكون أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران الأكثر مناسبة.
- ٢٧- أسلوب متعدد المستويات يشترك جميع التلاميذ ولا توجد مراعاة للفروق الفردية.
- ٢٨- أسلوب الاكتشاف الموجه التلميذ يقيم نفسه والمعلم يتحرك ويقدم التغذية عند اللزوم.
- ٢٩- أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران يجعل التلميذ دائم التفكير بعمليات مختلفة.
- ٣٠- الاكتشاف الموجه النمو يكون محدوداً في الناحية الاجتماعية.

السؤال الثاني: (١٠ درجات)

قم بتسويد الاختيار الصحيح في الدوائر (A) - (B) - (C) - (D) في العبارات التالية ؟

- ١- أى مما يلى لا يعد من المهام الأساسية للتدريس ؟
 - A- التخطيط والتقويم.
 - B- استخدام الأساليب التى تساعد على التعلم.
 - C- إتاحة الفرصة للاستمتاع واكتساب الخبرات عن طريق الأنشطة الرياضية.
 - D- B + C
- ٢- مراحل التدريس متعددة - ما عدا ؟
 - A- مرحلة التخطيط.
 - B- مرحلة التنفيذ.
 - C- مرحلة التقويم والمتابعة.
 - D- مرحلة المقابلة مع التلاميذ.
- ٣- أشكال التدريس بالاكتشاف متنوعة - ما عدا ؟
 - A- الاكتشاف بالامتصاص.
 - B- الاكتشاف الحر.
 - C- الاكتشاف الحر الموجه.
 - D- B + C
- ٤- أى مما يلى لا يعد من صفات طريقة التدريس الجيدة ؟
 - A- أن تتبع الخطوات التعليمية والسيكولوجية.
 - B- أن تربط بين النشاط في المنهاج والحياة الاجتماعية.
 - C- أن تعطى أكبر قدر من النتائج الغير مباشرة.
 - D- المرونة والقابلية للتطور واستخدامها من صف لأخر.



(٣)

- ٥- أى مما يلى لا يعد من القواعد الأساسية التى تبنى عليها طرق التدريس العامة ؟
- A- الانتقال من النظرى إلى العملى.
B- من المحسوس إلى المعقول.
C- من المجهول إلى المعلوم.
D- A + C
- ٦- أى مما يلى لا يعد من أهداف أسلوب العرض التوضيحي؟
- A- التقيد بالنموذج الذى يؤديه أحد الطلاب.
B- مراعاة عوامل الأمن والسلامة.
C- الاهتمام بالفروق الفردية بين التلاميذ.
D- A + B
- ٧- الخطوات التالية أساسية فى قرارات التنفيذ للتدريس التوضيحي- ما عدا ؟
- A- تحديد المهارات المستخدمة.
B- شرح الإجراءات التنظيمية.
C- توصيل الموضوع الدراسى.
D- توضيح دور كل من المدرس والتلميذ.
- ٨- بطاقة المعيار تتضمن المحتوى التالى- فيما عدا ؟
- A- بيانات عن التغذية الرجعية.
B- شرح للمهارة بدون رسومات وصور.
C- رقم ورقة المعيار.
D- بيانات عن التقدم.
- ٩- ما التعلم الذى يحدث عندما تقدم المادة التعليمية بصورة غير مكتملة ويشجع التلميذ على إكمالها؟
- A- التطبيق بتوجيه المعلم.
B- الاكتشاف الحر.
C- الاكتشاف الموجه.
D- التبادلى.
- ١٠- أى مما يلى لا يعد من خطوات أسلوب حل المشكلات ؟
- A- اقتراح البدائل.
B- الاحساس بالمشكلة.
C- الملاحظة.
D- A + B

السؤال الثالث: (٣٠ درجة)

قم بتسويد الرقم الدال على أسلوب التدريس الذى يتميز أو يتصف بالخاصية وفقاً للاختيارات التالية :

- التطبيق بتوجيه المعلم (B) - العرض التوضيحي (A)
- التطبيق الذاتى (D) - التبادلى (C)
- التفكير المتشعب (G) - الاكتشاف الموجه (F) - متعدد المستويات (E)

١- أكبر الأساليب المذكورة تأثيراً فى قنوات النمو (مهارى/ انفعالى/ معرفى).

٢- أداء الطلاب فى وقت واحد.

٣- الطالب يحدد البداية حسب الاستجابة للتعليمات والنهاية حسب قدراته وامكانياته.

٤- ينشغل التلميذ فى علاقة ثنائية باستخدام ورقة المعيار دون تواجد المدرس الدائم.

٥- أداء جميع التلاميذ فى وقت واحد نفس التمرين.

٦- يهدف إلى اعتماد الطالب على نفسه فى التغذية الرجعية.

٧- عند تنفيذ جزء التمرينات يعطى كل تلميذ ورقة معيار لتسجيل النتائج.



- ٨- يقدم معلومات غنية بالحقائق والمفاهيم والمبادئ التي يمكن للمتعلمين يتعلموها.
- ٩- يؤدي الطالب الأعمال كما شرحت له.
- ١٠- يهدف إلى إتاحة الفرصة للتلميذ لمعرفة مستواه والمنافسة تكون مع طموحاته وليس زملائه.
- ١١- الالتزام بالوقت الذي يحدده المدرس عند تنفيذ الدرس.
- ١٢- دور المعلم إعطاء وقت لكل طالب يعمل بمفرده.
- ١٣- يصمم العمل بدرجات مختلفة من الصعوبة.
- ١٤- يعتمد على أقل مستويات التعلم.
- ١٥- ضمن قرارات التنفيذ يتم توضيح أن الكل له دوره كمؤد وكملاحظ بالتبادل.
- ١٦- يهدف إلى أن يتحلى الطالب بالأمانة والموضوعية عند تقييمه لنفسه.
- ١٧- دور التلميذ مقارنة أدائه مع ما هو موضح في ورقة المعيار.
- ١٨- دور التلميذ تقبل أخطائه في حدود قدراته.
- ١٩- دور الطالب أخذ المكان المناسب له للتطبيق.
- ٢٠- دور المعلم الاتصال والإجابة عن أسئلة الطالب الملاحظ فقط.
- ٢١- يهتم بمراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ.
- ٢٢- يوفر فترات كافية للممارسة المستقلة.
- ٢٣- يهدف إلى تنمية عملية التفكير والاستقصاء والاكتشاف.
- ٢٤- دور التلميذ تجريب المستويات المختلفة.
- ٢٥- يتميز بأنه يزيد الكفاءة الذهنية للتلميذ.
- ٢٦- يتميز بأنه يساعد التلميذ على تخزين المعلومات بطريقة يسهل استرجاعها من الذاكرة.
- ٢٧- بصفة عامة رغم تعدد الأنماط فيها يسعى الطلاب للبحث عن الحلول بدلاً من المصادر الأخرى.

٢٨- ينشغل التلميذ من خلال الأسئلة الموجهة له من المدرس للوصول للمفهوم.

٢٩- يتطلب أن يكون المعلم يحسن الانصات للآخرين (مستمع جيد).

٣٠- تقدم المعلومات ناقصة غير مكتملة وتشجع التلاميذ على إكمالها.

انتهت الأسئلة....

مع تمنياتنا بالنجاح والتوفيق.....

استاذ المقرر

أ.د/ محمود عبد الحليم عبد الكريم

