



كلية التربية الرياضية  
قسم الإدارة الرياضية والترويج الرياضي

# بنك أسئلة في إدارة وتحكيم الجمباز

## Question bank in the administration and arbitration of gymnastics

أولاً: ضع علامة (√) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة



### Men's artistic gymnastics

Prepared by

Dr. Mohamed saad Mohamed

2023

م	العبارات	الإجابة
	ضع علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:	
١	عند أداء اللاعب لحركات القوة والثبات فإنه في حالة عدم الثبات سيؤدي ذلك إلى عدم الاعتراف بها من قبل لجنة حكام (D) و (E).	
٢	من الممكن لحركة واحده من المجموعة الأولى أن تفي بقيمة المتطلب الحركي والبالغ قيمته (0.50).	
٣	الحركات العربية ضمن المجموعة الثانية على جهاز الحركات الارضية.	
٤	يجب أن يبدأ اللاعب جملته خلال ٣٠ ثانية بعد ظهور الإشارة الخضراء وإلا تعرض للخصم من رئيس الجهاز.	
٥	على جهاز الحركات الأرضية تقدر قيمة الربط بين المهارات الحركية ذات الصعوبة (C+F) بقيمة (0.20).	
٦	قيمة الصعوبة (E) (0.50).	
٧	من واجبات اللاعب أن يستلم خطأً قيمة صعوبة الحركة أو القفزة الجديدة التي أداها اللاعب بوقت كافي قبل بداية البطولة.	
٨	يقيم الإتحاد الدولي الحكام من خلال معايير ووسائل موضوعية تضعها اللجنة العليا للحكام.	
٩	يعتبر الوقت المسموح به لرفع جهاز الحلق ضمن وقت الإحماء.	
١٠	يؤدي اللاعب مهارات حركية من أربع مجموعات وحركة النهاية على جميع الأجهزة ما عدا جهاز الحركات الارضية فيتكون من ثلاث مجموعات حركية فقط وحركة النهاية تكون إحدى حركات المجموعة الثانية والثالثة وتسمى بالمجموعة الرابعة وتكون هي الحركة الأخيرة بالجملة.	
١١	لا يسمح بلبس البنطلون والجوارب من اللون الأزرق الداكن.	
١٢	يعتبر الجميز لجميع أحد أنشطة الإتحاد المصري للجميز.	
١٣	يجب إعطاء التحية قبل بدأ الجملة وكذلك بعد انتهاء الجملة وفي حالة المخالفة فإنه يتم خصم (0.50) كل مرة من الدرجة النهائية بواسطة رئيس الجهاز.	
١٤	يجلس حكام لجنة (D) على نسق واحد على جانبي الجهاز.	
١٥	يبلغ عدد الحكام في البطولات الأولمبية ٩ حكام.	
١٦	من أنشطة الإتحاد الدولي للجميز الجميز الإروبيك.	

الإجابة	العبارة	م
	ضع علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:	
	يجوز وضع مايفيد هوية الدولة على بنطلون مايوه الجميز حسب تعليمات الإتحاد الدولي الحديثة.	١٨
	عند تقييم تمرين اللاعب في البطولة فإن هناك ثلاث درجات منفصلة يتم جمعهم على كل جهاز وهم (D+ E+ R).	١٩
	من مسؤوليات المدرب معرفة مواد القانون الدولي للجميز لأنه المصدر الفنيه الأهم في تركيب تمرين الجميز.	٢٠
	زي التحكيم في البطولات الأولمبية يحصل عليه الحكام من اللجنة المنظمة للبطولة.	٢١
	يجلس لجنة حكام (E) عكس إتجاه عقارب الساعة حول الجهاز ويبدأ من يسار حكم (D2).	٢٢
	الحركات التي تؤدي على جهاز الحركات الأرضية من خارج القانون يعترف بها ولكن تنخفض قيمتها لتصبح (0.10) فقط.	٢٣
	كل حركة توفي بمتطلبات المجموعة الحركية من ضمن ال ١٠ حركات التي يؤديها اللاعب في التمرين تعطى قيمة (0.30) عن طريق لجنة حكام (D).	٢٤
	وظيفة حكم (R) مراقبة الخطوط على جهاز الحركات الأرضية.	٢٥
	قيمة الخصم في حالة الخطأ البسيط = (0.10)	٢٦
	على جهاز الحركات الأرضية تقدر قيمة الربط بين المهارات الحركية ذات الصعوبة (D+F) بقيمة (0.30).	٢٧
	يجلس حكما الخطين لجهاز الحصان عند الخط البعيد لمنطقة الهبوط.	٢٨
	يعد تحفيز اللاعبين أمر مهم من أجل أداء مثالي للاعب الجميز لذا يجب على المدربين تحفيز لاعبيهم باستمرار أثناء الأداء وهي أحد أهم الأمور النفسية الهامة التي يركز عليها علم التدريب.	٢٩
	الانتهاك الخاص بالتخطيط على بساط جهاز التمرينات الأرضية يقابل بخصم متوسط.	٣٠
	من الممكن تحذير أو تبديل أحد الحكام في حالة أدائه التحكيمي الغير مرضي أثناء سير البطولة.	٣١
	من حق اللاعب أن يساعده المدرب لوضعية التعلق على جهاز الحلق والعقلة فقط.	٣٢

م	العبارات	الإجابة
ضع علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:		
٣٤	يتم فحص الأجهزة المستخدمة في التدريب والإحماء والبطولة والتأكد من مطابقتها للمواصفات القانونية بواسطة لجنة حكام المراجعة الفنية.	
٣٥	يتم اختيار لجنة حكام (E) بواسطة إجراء القرعة بينما يعين لجنة حكام (D) وفقاً لأحدث شروط اللجنة الفنية للحكام بالاتحاد الدولي.	
٣٦	يبلغ عدد حكام الخطوط على جهاز الحركات الأرضية ٢ حكم يجلسون في ركني البساط الأرضي بحيث يراقب كل منهم خطان الأقرب له.	
٣٧	الأخطاء الجمالية والتنفيذية تخضع من (٩ درجات).	
٣٨	في حالة سقوط اللاعب من الجهاز أثناء أداء مهارة حركية فإن ذلك سيقابل بخصم (0.1) من الدرجة النهائية للجنة حكام (E.score) ولا يتم احتساب قيمة تلك الحركة بواسطة لجنة حكام (D).	
٣٩	يعرف الجميز بأنه هو ذلك النشاط البدني المتميز الذي يتبارى فيه فريق يمثل هيئة مع فرق أخرى في منافسة من خلال أنواع ثلاث بطولات : (بطولة الفرق- بطولة الفردي العام- بطولة الفردي على الأجهزة).	
٤٠	يجوز لبس شورت مع أو من دون جوارب (شربات) أو سروال (بنطلون) طويل على جهاز الحركات الأرضية وحصان القفز.	
٤١	يخصم (1.00) من الفريق الغير ملتزم بالترتيب من مجموع درجات الفريق والخصم من الدرجة النهائية بواسطة رئيس الجهاز.	
٤٢	في البطولة الأولى والرابعة يكون وقت الإحماء لكل لاعب على حده بالفرق المختلطة.	
٤٣	يبلغ عدد الحكام لجنة (E) في بطولات العالم ٥ حكام.	
٤٤	يجلس الميقاتي على نسق واحد في منتصف الجهاز.	
٤٥	قيادة تحليل الفيديو من وظائف لجنة حكام (D).	
٤٦	في حالة إذا ارتكب المدرب سلوك غير رياضي من دون التأثير على النتيجة للمرة الثانية فإنه يحصل على البطاقة الصفراء.	

م	العبارات	الإجابة
ضع علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:		
٤٧	لا يعترف الحكم (D1,D2) بحركات النهاية الغير قانونية ومجموعتها الحركية.	
٤٨	يحسب الحكم (E) مجموع الخصومات على الأخطاء التنفيذية والجمالية والفنية والتركيبية للتمرين.	
٤٩	يسمح بتواجد المدرب بجانب جهاز العقلة من أجل مزيد من الأمان وفي حالة حدوث أي إصابة فعليه أن يساعده.	
٥٠	يسمح باستخدام سلم القفز لأداء البداية على جهاز المتوازي.	
٥١	وظيفة حكام الخطوط ملاحظة اللاعب عند أخذ خطوات خارج منطقة الأرضي ورفع العلم الأحمر عند	

	وقوع اللاعب في الخطأ.	
٥٢	تظهر إشارة واضحة عبارة عن ضوء أخضر من قبل رئيس الجهاز في البطولات لبدأ اللاعب تمرينه خلال ٣٠ ثانية قبل ظهور الإشارة.	
٥٣	عندما يتحدث المدرب مع الحكم العامل فإنه يعاقب عليه لأول مره بخصم (0.30) من درجة اللاعب أو الفريق بعد حصوله على البطاقة الصفراء.	
٥٤	على الفريق ارتداء ملابس موحدة في البطولة الأولى و الثانية.	
٥٥	تعد بطولة الفردي العام أحد أهم المنافسات التي تسبق البطولة التأهيلية تنظيمياً.	
٥٦	يعد عنصر الأمان في رياضة الجمباز أحد المرتكزات التي ينص عليها قانون التحكيم الدولي للجمباز على جميع أجهزة الجمباز عند أداء تمرين الجمباز.	
٥٧	من حق رئيس البعثة المصرية أن يستلم جميع درجات اللاعب بشكل صحيح ويعتبر ذلك حق أصيل من حقوق اللاعبين.	
٥٨	من مسؤوليات اللاعب أو مدربه أن يقدم طلباً خطياً إلى رئيس لجنة الحكام برفع جهاز العقلة أو الحلق الحلق قبل البطولة بنصف يوم على الأقل.	
٥٩	يُعد غياب اللاعب عن احتفالات التتويج انتهاك يعاقب عليه القانون بإعطاء الفريق أو اللاعب صفر.	
٦٠	مساحة جهاز الحركات الأرضية ١٢×١٢ سم.	
٦١	يجب على اللاعب أداء الحركات التي يستطيع أدائها فقط مع الأمان الكامل وبدجة عالية من الإتقان الجمالي والفني.	
٦٢	يبلغ عدد الحكام لجنة المراجعة (R) ٢ حكم في بطولة العالم.	

الإجابة	العبارات	م
	حكام المراجعة عليهم مراجعة (D.score) قبل اعلانها للجمهور.	٦٣
	تحتسب قيمة الخصم لأي خطوة أو لمس أو إرتكاز على المراتب أو الأرض أو الجهاز أدت إلى السقوط بالإضافة إلى خصم (1.00) من اللاعب.	٦٤
	على جهاز المتوازي قام اللاعب بأداء حركة مرجحات باستخدام قوة الذراعين بشكل كامل فإن ذلك سيؤدي إلى عدم إحتساب تلك الحركة بواسطة لجنة حكام (D.score).	٦٥
	مجموعة حركات القوة والثبات ضمن المجموعة الأولى على جهاز الحركات الأرضية.	٦٦
	ينسق الحكم (D1) العمل بين حكام الخطوط والميقاتي والسكرتارية.	٦٧
	يتم الخصم على خطوات رجوع اللاعب من خارج منطقة الأرضي إلى داخل منطقة الأرضي على جهاز الحركات الأرضية.	٦٨
	يتم خصم (0.30) من الدرجة النهائية للاعب في حالة لإنتهاكات المتعلقة بالسلوك بينما يخصم (0.50) للإنتهاكات المتعلقة بالأجهزة وتخصم من ١٠ درجات.	٦٩
	على اللاعب أن يقدم نفسه للجنة الحكام بشكل لائق وإلا تعرض للخصم.	٧٠
	الجمباز الفني رجال هو أحد أنشطة الإتحاد الدولي للجمباز وهو أحد الأنشطة التي يشترك فيها الفرد بمفرده، وبالتالي يعتمد على قدراته في إنجاز الواجب المهاري على أجهزة الجمباز (أرضي، متوازيين، حلق، حصان حلق، طاولة القفز، عقلة) فقط.	٧١
	قانونياً ليس من حق اللاعب أن يتحدث مع المدرب خلال ٣٠ ثانية بعد السقوط من الجهاز.	٧٢
	من الركائز الأساسية لسياسة الإتحاد المصري للجمباز الإعداد البدني للمنتخبات القومية.	٧٣
	يقيم لجنة حكام الجملة ويحددون الخصومات بشكل مستقل عن باقي الحكام الآخرين وعليهم تحديد قيمة الخصم خلال ٦٠ ثانية بعد انتهاء اللاعب لجملته.	٧٤
	إذا انقطع التيار الكهربائي داخل صالة البطولة فإنه يسمح للاعب بإعادة تمرينه على جهاز التمرينات الأرضية بموافقة رئيس هيئة التحكيم العليا.	٧٥
	تكون قيمة الخصم في حالة فتح الرجلين الغير مبرر = (0.30)	٧٦

الإجابة	العبارات	م
	ضع علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:	
٧٧	اللمس خارج منطقة الأرضي بيد ورجل واحدة يقابل بخصم (0.10) بواسطة حكم (D1) من الدرجة النهائية للتمرين.	
٧٨	على جهاز الحركات الأرضية تقدر قيمة الربط بين المهارات الحركية ذات الصعوبة (B+D) بقيمة (0.20).	
٧٩	إذا سقط اللاعب من أو على الجهاز فإنه يستطيع اكمال جملته خلال ٣٠ ث المسموح بها للاستشفاء	
٨٠	قيمة الخصم في حالة الخطأ الكبير = (0.50)	
٨١	وظيفة لجنة حكام (D) ملاحظة التمرين والإنتباه للأخطاء العامة والفنية وأخطاء الأوضاع.	
٨٢	في حالة الشك فإنه يتعين على الحكم إعطاء الفائدة للاعب.	
٨٣	يجوز ارتداء شعار الشركات الراعية المسموح بها.	
٨٤	تعطى إشارة صوتيه عند إنتهاء الإحماء لتنبية اللاعبين.	
٨٥	من حق اللاعب الحصول على مراتب وأجهزة مطابقة للمواصفات التي تضعها اللجنة الفنية للإتحاد الدولي للجمباز في صالة البطولة فقط.	
٨٦	يزود قانون التحكيم في رياضة الجمباز اللاعبين والمدربين والحكام بالمصادر الفنية.	
٨٧	في بطولة العالم يقوم برنامج تسجيل وحساب الدرجة النهائية بخصم أعلى درجة وأقل درجة ويقوم بحساب متوسط الدرجتان المتبقيتان لتظهر للجمهور قيمة (E.score).	
٨٨	قيمة الخصم في حالة تعديل ملحوظ أو مميز لليدين، القدمين أو وضع الجسم أثناء أداء الحركة = (0.50)	
٨٩	في حالة فتح الرجلين أقل من عرض الكتفين عند الهبوط ثم يحرك الكعبين ليضمهما معاً دون رفع الأمشاط فإن نتيجة ذلك تكون خصم (0.30) لابتعاد الجلين عن بعضهما البعض.	
٩٠	يشمل الجمباز العام على ٦ أجهزة للرجال و٤ أجهزة للآنسات.	
٩١	الحصول على إذن لرفع جهاز العقلة أو الحلق ليناسب طول اللاعب من حقوق اللاعب القانونية.	

الإجابة	العبارات	م
	ضع علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:	
٩٢	يسمح رئيس هيئة التحكيم العليا للاعب عند طلبه لقضاء حاجته الشخصية لوقت قصير بعد إخطار رئيس الجهاز ويعتبر ذلك حق أصيل من حقوق اللاعبين.	
٩٣	بين القفزتين على جهاز حصان القفز يحق للاعب أن يتحدث مع مدربه.	
٩٤	لا يُسمح بإرتداء جلدة اليد على جهاز العقلة.	
٩٥	لا يعترف الحكم (D) بالحركة إذا سقط اللاعب من أو على الجهاز أثناء أداء الحركة.	
٩٦	الخطو خارج منطقة الأرضي يكون تحت مراقبة حكمي الخطوط اللذان يجلسان متقابلان على منطقة الأرضي ويلاحظ كل حكم حدود الخطين القريبين منه.	
٩٧	من مسؤوليات اللاعب أو مدربه تقديم طلباً خطياً إلى رئيس لجنة الحكام العليا لتقييم حركة جديدة وذلك قبل بدء البطولة ب ٢٤ ساعة.	
٩٨	يتعين على المدرب عدم إعاقه الحكم من مشاهدة التمرين أو انتهاك حقوق الآخرين .	
٩٩	لجنة حكام الجهاز عليهم معرفة أي معلومة فنية ضرورية من أجل أداء تحكيمي مثالي.	
١٠٠	أي مخالفة في زي الجُمباز فإنه يقابل بخصم (0.30) من الدرجة النهائية في كل مرة من قبل رئيس اللجنة العليا للحكام.	
١٠١	في البطولة الأولى والرابعة يكون وقت الإحماء بكامله للفريق.	
١٠٢		
١٠٣	يتم وضع معيار موحد للتحكيم في بطولات الجُمباز الدولية والمحلية والإقليمية ويعتبر غرض أساسي لقانون التحكيم الدولي للجُمباز الفني رجال.	
١٠٤	يجب على اللاعب لبس سروال (بنطلون) طويل وجوارب على أجهزة (حصان الحلق والحلق والمتوازي والعقلة).	
١٠٥	حكام لجنة (D) يحددون محتوى التمرين بينما حكام لجنة (R) فوظيفتهم الخصم من اللاعب عند وقوعه بأخطاء فنية وأخطاء الأوضاع بجانب أخطاء التركيب في التمرين.	
١٠٦	على رئيس الجهاز انتظار اللاعب حتى يعود من دورة المياة لقضاء حاجته لفترة مناسبة حتى لا يخل بترتيب اللاعبين ودرجاتهم في برنامج حساب الدرجات على جهاز الحاسوب.	
١٠٧	لا يسمح بإرتداء أي أربطة إذا أدت إلى تقليل جمال الحركة.	



الإجابة	العبارة	م
	ضع علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:	
	يجلس حكم الخط على جهاز طاولة القفز عند الخط القريب لمنطقة هبوط اللاعب.	١٠٨
	اللمس خارج منطقة الأرضي برجل واحدة مع جزء من أجزاء الجسم يقابل بخصم (0.10) بواسطة حكم (D1) من الدرجة النهائية للتمرين.	١٠٩
	يستطيع اللاعب عدم التعرض للخصم بواسطة لجنة حكام (E.score) عند الهبوط الصحيح مع فتح الرجلين ولكن عليه ضم الكعبين معاً دون رفع المشطين.	١١٠
	في حالة عدم ثبات اللاعب نهائياً في حركات القوة والثبات من المجموعة الأولى على جهاز التمرينات الأرضية فإن ذلك يقابل بخصم (0.50) ولا يعترف بالحركة بواسطة لجنة (D).	١١١
	يجوز للاعب عدم وضع الرقم المقدم له من قبل اللجنة المنظمة لأسباب متعلقة بالأمان أثناء الأداء الحركي.	١١٢
	يعتبر رفع جهاز المتوازي ليتناسب مع طول اللاعب من ضمن حقوقه ولكن ذلك لا يتم إلا بعد أخذ موافقة رئيس اللجنة العليا للحكام.	١١٣
	قيمة الصعوبة (C) (0.20).	١١٤
	من حقوق اللاعب أن يستلم رئيس الوفد درجات الفريق وتظهر بها الدرجات التي حصل عليها كل لاعب.	١١٥
	لجنة حكام (D) هي المسؤولة عن تسجيل تمرين اللاعب كاملاً بالرموز.	١١٦
	على اللاعب أن يرفع يداً واحدة عالياً ليبلغ حكم (D1) استعداداً لبدء التمرين ويفعل نفس الشيء عند نهاية التمرين.	١١٧
	المدرّب الذي يرتكب سلوك غير رياضي وأثر به على نتيجة اللاعب بشكل مباشر فإنه يعاقب عليه لأول مره بخصم (0.50) من الدرجة النهائية بواسطة رئيس الجهاز.	١١٨
	لجنة المسابقات هي المسؤولة عن إجراء قرعة المشاركة في بطولات لجميع الأنشطة.	١١٩
	تظهر إشارة صوتية واضحة لتنبيه اللاعبين بإنهاء وقت الإحماء.	١٢٠

الإجابة	العبارات	م
	ضع علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:	
١٢١	في بعض الحالات الخاصة يتعين على رئيس اللجنة العليا للحكام بالتعاون مع أعضاء اللجنة الفنية العليا من أجل تعيين أحد الحكام على أي من أجهزة الجميز.	
١٢٢	على جميع حكام البطولة ارتداء جاكيت أزرق داكن، بنطلون رمادي، قميص بلون فاتح مع أو من دون رابطة عنق.	
١٢٣	قيمة الصعوبة (F) (0.60).	
١٢٤	قيمة الخصم في حالة السقوط أو مساعدة المدرب = (1.00) وتخصم من الدرجة النهائية للاعب.	
١٢٥	المدة القصوى لزمان التمرين على جهاز الحركات الأرضية ٧٠ دقيقة ويحسب الحكم الوقت من بداية أول حركة لرجل اللاعب إلى النهاية التي يجب على اللاعب أن ينهيها بوضع الوقوف على كلتا القدمين.	
١٢٦	على جهاز الحركات الأرضية تقدر قيمة الربط بين المهارات الحركية ذات الصعوبة (E+E) بقيمة (0.20).	
١٢٧	يساهم الاتحاد المصري للجميز في الإرتقاء بالمستوى البدني والمهاري والرقمي للاعبين الأندية داخل جمهورية مصر العربية.	
١٢٨	بطل العالم على جهاز الحلق هو ذلك اللاعب الذي أهله نتيجته في البطولة الأولى للبطولة الرابعة وحصل على الميدالية الذهبية والمركز الأول.	
١٢٩	يتم خصم (1.00) من اللاعب بسبب السقوط على الجهاز ويعطى فترة استشفاء بموجب مواد القانون الدولي للتحكيم.	
١٣٠	غير مسموح نهائياً تحت أي ظرف تخطيط سجاد الحركات الأرضية ببذرة المغناسيوم ولكن يسمح فقط بترك علامة بارزة للاعب من مادة بلاستيكية (لاصق طبي).	
١٣١	خلال فترة الإحماء من حق المدرب مساعدة لاعبه.	
١٣٢	الحركات التي لا يمكن تعريفها لا تحصل على قيمة بواسطة لجنة التحكيم (D).	
١٣٣	يجب على اللاعب رفع الجزء الأمامي من القدم لضم الكعبين مسيطراً على اليدين وذلك حتى لا يتعرض لخصم.	

م	العبارات	الإجابة
	ضع علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:	
١٣٤	يُعد الأمان الحركي أحد اهم مسؤوليات اللاعب التي نص عليها القانون.	
١٣٥	تتكون الحركات الأرضية من حركات أكروباتية مرتبطة بحركة أخرى مثل القوة وأجزاء التوازن وحركات المرونة والوقوف على اليدين وحركات الرقص المتكاملة المتحدة على صورة تمارين الإيقاع والتوازن باستغلال المساحة الكاملة لجهاز الحركات الأرضية ١٢ × ١٢ متر.	
١٣٦	يجب على لاعب الجمباز لبس الحذاء الخفيف الخاص بلعبة الجمباز عند أداء التمرين.	
١٣٧	درجة لجنة الحكام (E) تبدأ من ١٠ نقاط وهي تقيم عن طريق الخصومات بعشر الدرجة.	
١٣٨	الهبوط المباشر خارج منطقة الأرضي على جهاز الحركات الأرضية يقابل بخصم (0.50) بواسطة حكم (D1) من الدرجة النهائية للتمرين.	
١٣٩	في حالة إذا ما تم الإختلاف ما بين حكم (D1) وحكم (D2) فعليهما استدعاء مراقب الجهاز.	
١٤٠	يسمح بتكرار الحركات ولكنها لا تمنح درجات للصعوبات أو الربط من قبل لجنة الحكام (D) بينما تقيمها لجنة التحكيم (E) بشكل طبيعي.	
١٤١	يواجد عدد واحد ميقاتي على جهاز الحركات الأرضية وهو المسئول عن احتساب كل ما يتعلق بالوقت.	
١٤٢	يسمح بالمشاركة في احتفالات التتويج مرتديا زي آخر خلاف زي البطولة.	
١٤٣	يتم الإحماء على كل جهاز على حده بالإضافة إلى الإحماء العام.	
١٤٤	يتم اعلان نتيجة اللاعب للجمهور فور انتهاء الجملة حسب الأنظمة التي تدار بها البطولة.	
١٤٥	ينظم الإتحاد الدولي منافسة فردي الأجهزة حيث يهدف من خلالها تحديد أفضل لاعب على جميع أجهزة الجمباز الستة.	
١٤٦	مساعدة المدرب للاعبه من أجل التعلق على جهاز العقلة والحلق من حقوق اللاعب القانونية التي يخولها له القانون.	
١٤٧	يستطيع اللاعب إعادة قفزته في حالة حدوث قطع في جلدة اليد أدت إلى سقوطه.	
١٤٨	يبلغ عدد حكام المراجعة (R) في الألعاب الأولمبية وبطولات العالم (٢) حكم مراجع.	
١٤٩	من حقوق المدرب أن يُحكم أداء لاعبه بشكل صحيح وعادل حسب قانون التحكيم الدولي.	

الإجابة	العبارات	م
	ضع علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:	
	على جميع الحكام أن يحافظوا على سجلهم الشخصي الخاص بتسجيل درجات اللاعبين.	١٥٠
	يبلغ عدد الحكام لجنة (D) في البطولات الأولمبية والعالمية والدولية عدد ٤ حكام.	١٥١
	الأداء الضعيف للحركات يؤدي إلى عدم الاعتراف بها بواسطة لجنة حكام (D).	١٥٢
	على حكم الوقت إطلاق إشارة صوتية عند ٦٠ ثانية أثناء أداء التمرين على جهاز الحركات الأرضية.	١٥٣
	لا قيمة للحركات التي تبدأ من خارج منطقة الأرضي على جهاز التمرينات الأرضية.	١٥٤
	حركات الثبات التي تؤدي بالقوة مع ثني واضح في الذراعين فإن ذلك سيؤدي إلى خصم (0.50) بواسطة لجنة حكام (E.score) ولا يعترف بها بواسطة لجنة حكام (D.score).	١٥٥
	الدرجة النهائية هي احتساب درجة لجنة الحكام (D) بالإضافة إلى درجة لجنة (E)	١٥٦
	ليس هناك حركات اضافية تضاف قبل أو بعد الحركة للحصول على قيمة أعلى على البساط الارضي.	١٥٧
	تطبق العقوبة الخاصة بالانتهاكات المتعلقة بالغياب عن منطقة البطولة من دون إذن بواسطة رئيس لجنة الحكام العليا.	١٥٨
	الحركات الغير موجودة في جدول الصعوبات يجب أن تقدم إلى رئيس اللجنة العليا للحكام قبل ٢٤ ساعة من بدء البطولة	١٥٩
	يستأنف اللاعب خلال ال ٣٠ ثانية بعد السقوط جملته ويسمح له بوضع البودرة.	١٦٠
	قيمة النهاية الحركية من الصعوبة (C) لفئة الكبار (0.30) ويتحقق المتطلب بأكمله.	١٦١
	في حالة قيام اللاعب بالثبات لمدة (1) ثانية في حركات القوة والثبات فإن ذلك يقابل بخصم (0.50) ولا يعترف بالحركة بواسطة لجنة (D).	١٦٢
	يُسمح بتكرار الحركات ولكن لا يعترف بها من قبل لجنة حكام (D) ولجنة حكام (E) تقيمها بشكل طبيعي.	١٦٣
	يسمح باستخدام رباط الجسم واليد.	١٦٤
	يبدأ تقييم التمرين على جهاز الحركات الأرضية بدأً من الحركة الثانية لقدم اللاعب على البساط الأرضي.	١٦٥

الإجابة	العبارات	م
	ضع علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:	
	يخوض اللاعب واللاعب أربعة منافسات رسمية في جميع البطولات الرسمية للاتحاد الدولي للجيمباز .	١٦٦
	يُساعد اللاعب لوضعية التعلق على جهازي العقلة والحلق بواسطة لاعب زميله.	١٦٧
	لا يُسمح بتواجد المدرب بجانب جهاز الحلق عند أداء لاعبه التمرين.	١٦٨
	من حق كل لاعب في بطولة الفردي العام ٣٠ ثانياً للإجماع على جهاز الحركات الارضية.	١٦٩
	للاعب حق الإختيار بين ارتداء حذاء الجيمباز الخفيف من عدمه.	١٧٠
	يُسمح للمدرب بتقديم طلب لمراجعة خصومات الوقت والخطوط يقدم إلى اللجنة العليا للحكام.	١٧١
	يتعين على المدرب تقديم ترتيب اللاعبين في الفريق على الجهاز طبقاً للتعليمات الفنية.	١٧٢
	يجب على اللاعب أن يتحلى بالصفات الأخلاقية الرياضية في جميع الأوقات أثناء سير البطولة.	١٧٣
	من الممكن تغير درجة اللاعب قبل وبعد إعلانها للجمهور.	١٧٤
	يبلغ أقل عدد من الحكام في البطولات الدولية ٦ حكام فقط.	١٧٥
	يتأكد مراقبي الأجهزة من إعطاء اللاعبين الدرجة الصحيحة وعليهم التدخل حسب المعمول به.	١٧٦
	يتأكد الحكم (D1) من سير العمل بفاعلية على الجهاز بالإضافة إلى مدة وقت الإجماع.	١٧٧
	يقوم رئيس اللجنة الفنية بمراقبة عمل مراقبي الأجهزة وعليهم جمع الدرجات لغرض التقييم.	١٧٨
	عدد حكام الخطوط على جهاز طاولة القفز ١ حكم فقط ويجلس في الخط البعيد لمنطقة الهبوط.	١٧٩
	يحسب الحكم (E) الحركات التي تخدم مصلحة اللاعب.	١٨٠
	المهارات الحركية تكون في جدول الصعوبات وكل حركة أعطيت لها رقم تعريفي وقيمة.	١٨١
	عند تقييم تمرين اللاعب على جهاز الحركات الأرضية يتم اختيار حركة النهاية أولاً.	١٨٢
	لا يُسمح بدفع بساط جهاز الحركات الأرضية بالرجلين لأداء حركة النهاية.	١٨٣
	القفزة التي لا يمكن تعريفها على حسان القفز لا يعترف بها بواسطة لجنة حكام (D).	١٨٤
	حكام لجنة (D) هي المسئولة عن تقييم محتوى التمرين وتحديد القيمة الصحيحة لدرجة (D) على كل جهاز.	١٨٥
	يعتمد حكام (E) على توقع الأداء الحركي بالكامل وفي حالة الانحراف عن هذه التوقعات يكون لهذا الانحراف خصم وفقاً لدرجة الانحراف.	١٨٦
	وفقاً للقانون فإنه سوف تطبق قيمة الخصم في حالة سقوط اللاعب من الجهاز بالإضافة إلى تطبيق الخصومات الأخرى بالأداء كثني الركبتين و الإرتفاع الغير كافي وعدم اكتمال اللف.	١٨٧

الإجابة	العبارة	م
	ضع علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:	
	يتم تطبيق الخصم الفني على الانحرافات الواضحة أثناء أداء الدوائر (الفنكات) على حسان الحلق.	١٨٨
	يجوز للاعب بدء تمرين الجمباز في منطقة الأرضي من وضع الوقوف فاتحاً القدمين.	١٨٩
	اللمس خارج منطقة الأرضي بيد واحدة يقابل بخصم (0.10) بواسطة حكم (D1) من الدرجة النهائية للتمرين.	١٩٠
	الحركات التي تبدأ من خارج منطقة الأرضي لا قيمة لها.	١٩١
	يبلغ مجموع قيم المتطلب الحركي لجميع المجموعات الحركية (2.00) على جهاز الحركات الارضية.	١٩٢



كلية التربية الرياضية  
قسم الإدارة الرياضية والترويج الرياضي

# بنك أسئلة في إدارة وتحكيم الجمباز

Question bank in the administration and  
arbitration of gymnastics

ثانياً: أختار الإجابة الصحيحة من بين الإجابات التالية؟



Men's artistic gymnastics

Prepared by  
Dr. Mohamed saad Mohamed

2023

الإجابة	العبارات	م
	أختر الإجابة الصحيحة من بين الإجابات التالية:	
	يجلس لجنةحكام (D) على نسق واحد من .....	
١	A- جانب الجهاز. B- منتصف الجهاز. C- منتصف الخط. D- رئيس اللجنة العليا للحكام.	
	تبدأ (E.score) من ..... درجات لفئة الكبار.	
٢	A- ١٠ درجات. B- ٨ درجات. C- ٩ درجات. D- ٧ درجات.	
	ساعد المدرب اللاعب لاستكمال دوره كبرى (جراند) على جهاز العقلة قبل أن يسقط أرضا ويتعرض للإصابة فإن قيمة الخصم تكون .....	
٣	A- (1.00). B- (0.00). C- (0.50). D- (0.30).	
	على جهاز الحركات الأرضية قام اللاعب بالهبوط مباشرة خارج منطقة الأرضي بعد أداء سلسلة حركية فإن قيمة الخصم من رئيس الجهاز تكون .....	
٤	A- (0.10). B- (0.50). C- (0.30). D- لا قيمة لها.	
	المجموعة الأولى على جهاز الحركات الأرضية هي .....	
٥	A- الغير أكروباتية. B- الأكروباتية الخلفية. C- الأكروباتية الأمامية. D- الأكروباتية الجانبية.	



الإجابة	العبارات	م
	يحدد قيمة الربط حكم ..... A - (D). B - (D) و (R). C - (E). D - (R).	٦
	من حق اللاعب أن القيام بالإحماء على جهاز المتوازي ومدته ..... ثانية. A - ٣٠. B - ٤٠. C - ٣٠ أو ٥٠. D - ٥٠.	٧
	يجلس الميقاتي عند ..... A - الركن الأيمن. B - حكام الجهاز على أي جانب. C - الركن الأيسر. D - حكام المراجعة.	٨
	تصنف الإنتهاكات المتعلقة بالأجهزة على أنها أخطاء ..... A - متوسط. B - صغير. C - كبير. D - (A , C) معاً.	٩
	عدد حكام الخطوط على جهاز طاولة القفز ..... حكم. A - (٣). B - (٤). C - (١). D - (٢).	١٠
	سوف تظهر إشارة واضحة من حكم (D1) في البطولات الرسمية للاتحاد الدولي للجمباز عبارة عن ضوء أخضر دليلاً على ..... A - إنهاء التمرين على جهاز الحركات الأرضية. B - مرور ٦٠ ثانية من بدء التمرين على جهاز الحركات الأرضية. C - إعطاء الإشارة ببدء التمرين على أي جهاز. D - كل ماسبق صحيح.	١١

الإجابة	العبارات	م
	أختار الإجابة الصحيحة من بين الإجابات التالية: لحساب درجة اللاعب يتعين على رئيس الجهاز حساب درجة ..... A- (D.score) فقط. B- (E.score+D.score) بالإضافة إلى درجة (R.score). C- (E.score+D.score) فقط. D- (E.score) فقط.	١٢
	في حالة إذا قام اللاعب بتعديل ملحوظ في وضع الجسم أثناء أداء الحركة فإن قيمة الخصم تكون ..... A- (0.00). B- (0.10). C- (0.30). D- (0.50).	١٣
	المجموعة الثانية على جهاز الحركات الأرضية هي ..... A- الغير أكروباتية. B- الأكروباتية الخلفية. C- الأكروباتية الأمامية. D- الأكروباتية الجانبية.	١٤
	سوف تظهر إشارة واضحة من رئيس الجهاز ..... A- (D2). B- (E1). C- (D1). D- (R1).	١٥
	عند أداء التمرين على جهاز الحركات الأرضية يكون للاعب الحرية في اختيار إرتداء ..... A- شورت مع أو من دون جوارب. B- بنطلون قصير. C- سروال (بنطلون) طويل مع جوارب. D- (A , C) معاً.	١٦
	يضع الإتحاد المصري للجمباز الخطوط العريضة لخطة الإتحاد قاصداً بها ..... A- توسعة قاعدة الممارسة. B- الإرتقاء لمستوى اللاعب. C- الإرتقاء بالمستوى الإداري. D- جميع ماسبق.	١٧

الإجابة	العبارات	م
	السكرتارية عليهم معرفة ..... A- استخدام الأجهزة. B- استخدام الكمبيوتر. C- استخدام الكاميرات. D- (B , A) معاً.	١٨
	تحتوى درجة (D) على الصعوبات لفئة الشباب وتشمل ..... A- ٨ حركات. B- ٩ حركات. C- ١٠ حركات. D- ٧ حركات.	١٩
	من حق اللاعب الإحماء قبل بدء البطولة وزمنه ..... A- ٣٠ ثانية على جميع الأجهزة. B- ٣٠ ثانية على جميع الأجهزة ماعدا جهاز المتوازي. C- ٥٠ ثانية على جهاز العقلة. D- ٥٠ ثانية على جهاز الحركات الأرضية.	٢٠
	درجة لجنة (D) تتكون من ..... A- قيمة الصعوبة. B- قيمة الربط. C- المتطلب الحركي. D- جميع ماسبق.	٢١
	يجب على اللاعب إرتداء ..... على جهاز المتوازي. A- شورت. B- سروال (بنطلون) طويل. C- سروال (بنطلون) قصير. D- سروال (بنطلون) طويل و جوارب.	٢٢
	القيام بتشغيل الضوء الأخضر من وظيفة ..... A- السكرتارية. B- حكم (R). C- الميقاتي. D- حكم الخط.	٢٣

الإجابة	العبارات	م
	أختر الإجابة الصحيحة من بين الإجابات التالية:	
	يصنف الثني القوي للذراعين أو الجسم على انه خطأ ..... A- كبير . B- صغير . C- متوسط . D- (C , A) معاً .	٢٤
	يجب على اللاعب ومدربه ان يكون ..... A- متحلياً بالسلوك المهذب . B- متحلياً بالسلوك المنضبط . C- متحلياً بالأخلاق الرياضية . D- جميع ماسبق .	٢٥
	الحد الأدنى لوقت التمرين على جهاز الحركات الارضية ..... A- ٧٠ ثانية . B- ٦٠ ثانية . C- ١٠ ثواني . D- لا يوجد حد أدنى .	٢٦
	تحتوى درجة (D) على الصعوبات لفئة الكبار وتشمل ..... بالإضافة إلى حركة النهاية . A- ١٠ حركات . B- ٩ حركات . C- ٧ حركات . D- ٨ حركات .	٢٧
	في حالة إذا قام اللاعب بثني خفيف في الركبتين فإن قيمة الخصم تكون ..... A- (0.00) . B- (0.10) . C- (0.30) . D- (0.50) .	٢٨
	من حق المدرب مساعدة لاعبه ..... A- أثناء فترة الإحماء . B- في حالة الإصابة . C- في التعلق على جهاز العقلة . D- جميع ما سبق .	٢٩

الإجابة	العبارات	م
	أختر الإجابة الصحيحة من بين الإجابات التالية: العقوبة الطبيعية للإنتهاكات السلوكية خصم ..... درجة من الدرجة النهائية للاعب. A - (0.30) B - (0.50) C - (0.10) D - جميع ماسبق.	٣٠
	إدخال أسماء اللاعبين بالترتيب الصحيح والفرق على برنامج الحاسب الألي من وظيفة ..... A - رئيس لجنة الجهاز. B - رئيس اللجنة الفنية. C - السكرتارية. D - مراقب الجهاز.	٣١
	يبدأ ترتيب جلوس حكام لجنة (E) ..... A - من يمين حكم (D). B - من يسار حكم (R1). C - من يسار حكم (D). D - على يمين حكم الوقت.	٣٢
	يؤدي اللاعب حركات من ..... مجموعات حركية بالإضافة إلى مجموعة النهاية. A - (٤). B - (٥). C - (٦). D - (٣).	٣٣
	المجموعة الثالثة على جهاز الحركات الأرضية هي مجموعة الحركات ..... A - الغير أكروباتية. B - الأكروباتية الخلفية. C - الأكروباتية الأمامية. D - الأكروباتية الجانبية.	٣٤
	ينظم الإتحاد الدولي للجمباز ..... في منافسات رسمية. A - بطولة الفرق والفردى العام. B - بطولة الفردى العام والأجهزة. C - البطولة التمهيدية ونهائى الأجهزة. D - البطولة التأهيلية والفرق والفردى العام ونهائيات الأجهزة.	٣٥

الإجابة	العبارات	م
	أختر الإجابة الصحيحة من بين الإجابات التالية: يستطيع اللاعب استكمال جملة على جهاز الحلق بعد السقوط على الأرض خلال ..... دقيقة. A - 1/2 دقيقة. B - (١). C - (٢). D - (٥).	٣٦
	وظيفة لجنة حكام (E.score) ..... A - ملاحظة التمرين. B - الإنتباه للأخطاء. C - ملاحظة متطلبات المجموعة الحركية. D - (B , A) معاً.	٣٧
	يجب على اللاعب ومدربه الإمتناع عن ..... A - حضور حفل التتويج. B - السلوك المعادي للغير. C - السلوك الغير منضبط. D - (C , B) معاً.	٣٨
	يسمح بإستخدام بودرة..... A - المغناسيوم. B - الصوديوم. C - الفسفات. D - الزنك.	٣٩
	يجب على اللاعب إرتداء ..... على جهاز حصان الحلق. A - سروال (بنطلون) طويل. B - شورت. C - سروال (بنطلون) طويل وجوارب. D - سروال (بنطلون) طويل و شورت.	٤٠
	تبدأ (E.score) من ..... درجات لفئة الشباب. E - ٩ درجات. F - ١٠ درجات. G - ٨ درجات. H - ٧ درجات.	٤١

الإجابة	العبارات	م
	أختار الإجابة الصحيحة من بين الإجابات التالية:	
٤٢	من واجبات المدرب عدم مناقشة الحكام العاملين أو أشخاص خارج محيط دائرة البطولة أثناء البطولة باستثناء ..... A- اللاعب. B- حكم (R). C- رئيس لجنة الجهاز. D- الطبيب ورئيس الوفد.	
٤٣	يعتبر اللمس بيد واحدة أو رجل واحدة خارج منطقة الأرضي خطأ..... A- كبير. B- صغير. C- متوسط. D- (C , A) معاً.	
٤٤	في جميع حالات الثبات لأقل من ٢ ثانية في حركات القوة والثبات فإنه يقابل بخضم ..... بواسطة لجنة حكام (E). A- (1.00). B- (0.10). C- (0.30). D- (0.50).	
٤٥	يرفع حكم الخط علم ..... A- أحمر. B- أخضر. C- أصفر. D- أحمر في حالة خروجه عن الحدود أو أخضر في حالة عدم خروجه عن الحدود القانونية.	
٤٦	لا يسمح للاعب ومدربه بـ ..... A- تقديم ترتيب أعضاء الفريق. B- تغيير ارتفاع أي جهاز بدون إذن. C- إعادة ترتيب زنبرك (سبرنك) من المنط (سلم القفز). D- (C , B) معاً.	
٤٧	يتم الخصم للمخالفة المتعلقة بالتغيب عن احتفالات التتويج بواسطة ..... A- رئيس الجهاز. B- (R). C- رئيس اللجنة الفنية. D- مراقب الجهاز.	

الإجابة	العبارات	م
	أختر الإجابة الصحيحة من بين الإجابات التالية:	
	يسلم حكام لجنة (D) تقرير مكتوب موجه إلى رئيس اللجنة الفنية بالمعلومات الآتية ..... A- الإنتهاكات. B- محتوى جميع التمارين باللغة الانجليزية. C- الغموض والقرارات التي أخذت. D- جميع ماسبق.	٤٨
	في حالة أداء اللاعب القفزة الأولى على جهاز طاولة القفز قام اللاعب بتباعد شديد لرجليه عن بعضهما في مرحلة الطيران الأول فإن قيمة الخصم تكون ..... A- (0.00). B- (0.10). C- (0.30). D- (0.50).	٤٩
	من حق اللاعب أن يحكم أدائه بشكل ..... A- عادل. B- صحيح. C- قانوني. D- جميع ماسبق.	٥٠
	على جهاز الحركات الأرضية قام اللاعب باللمس بكلتا رجليه خارج منطقة الأرضي فإن قيمة الخصم من رئيس الجهاز تكون ..... A- (0.10). B- (0.50). C- (0.30). D- (1.00).	٥١
	في بطولة العالم للكبار قام اللاعب بأداء حركة نهاية على جهاز الحلق من الصعوبة (B) فإن قيمة المتطلب الحركي للمجموعة الرابعة هي ..... درجة. A- (0.00). B- (0.10). C- (0.30). D- (0.50).	٥٢



الإجابة	العبارات	م
	أختار الإجابة الصحيحة من بين الإجابات التالية: يجلس حكام لجنة (E).....	
٥٣	A- بتجاه عقارب الساعة. B- عكس إتجاه عقارب الساعة. C- بجانب حكم الوقت. D- بجانب رئيس اللجنة العليا للحكام.	
٥٤	الحركات الغير موجودة بجدول الصعوبات ..... A- مسموح بها. B- تخفض قيمتها إلى أقل من صعوبة (A). C- غير مسموح بها. D- (C , B) معاً.	
٥٥	حساب مدة الجملة على جهاز الحركات الأرضية من وظيفة ..... A- حكم الخط. B- حكم الوقت. C- حكم (D). D- حكم (E).	
٥٦	عدد حكام الوقت على جهاز الحركات الأرضية ..... A- حكمين. B- حكم واحد. C- ثلاث حكام. D- كل ماسبق.	
٥٧	حكم (D1) ..... A- يعمل كوسيط بين حكام الجهاز. B- ينسق العمل بين حكام الخطوط والميقاتي والسكرتارية. C- يحسب خصومات الأداء. D- (B , A) معاً.	
٥٨	من حق اللاعب أن يكون له ..... A- مساعد واحد بجانب الحلق والعقلة. B- مساعد واحد بجانب الحلق والمتوازي. C- مساعدان بجانب الحلق والمتوازي. D- مساعد واحد على جهاز الحركات الأرضية.	

الإجابة	العبارات	م
	أختر الإجابة الصحيحة من بين الإجابات التالية:	
	يسمح للاعب الجمباز باستخدام وإرتداء .....	
٥٩	A- رباط الجسم. B- جلدة اليد. C- شعار يوضح هوية الدولة. D- كل ماسبق.	
	يجب على اللاعب الثبات لمدة ..... ثانية في جميع حركات القوة والثبات.	
٦٠	A- (١٥). B- (٣). C- (٢). D- (١).	
	توقف اللاعب فجأة عند أداء الدوائر (الفنكات) على جهاز حسان الحلق مما تسبب في جلوسه على حسان الحلق بعدها استكمل الأداء مرة أخرى فإن قيمة الخصم تكون .....	
٦١	A- (1.00). B- (0.10). C- (0.30). D- (0.50).	
	من حق المدرب .....	
٦٢	A- مراجعة خصومات الوقت. B- مراجعة خصومات الخطوط. C- التشاور بين القفزين على جهاز حسان الحلق. D- جميع ما سبق.	
	عدد أعضاء لجنة التحكيم (D) ..... حكم في بطولات العالم.	
٦٣	A- (٢) B- (٣) C- (٤) D- (C , B) معاً.	
	عند تقييم تمرين البطولة على أي من أجهزة الجمباز هناك .....	
٦٤	A- ٣ درجات منفصلة. B- ٣ درجات متصلة. C- درجة واحدة فقط. D- درجتين منفصلتين.	

الإجابة	العبـارات	م
	أختر الإجابة الصحيحة من بين الإجابات التالية:	
	تحتوى درجة (D) على الصعوبات لفئة الكبار وتشمل .....	
	A- ٩ حركات. B- ١٠ حركات. C- ٨ حركات. D- ٧ حركات.	٦٥
	يبدأ اللاعب تمرينه على جهاز الحركات الأرضية خلال ..... من ظهور الإشارة أو الضوء من رئيس الجهاز.	
	A- ٣٠ ثانية. B- ٤٠ ثانية. C- ٥٠ ثانية. D- ٦٠ ثانية.	٦٦
	يجلس حكم الخط على جهاز الحركات الأرضية .....	
	A- عند الزاويتين المتقابلتين بشكل قطري. B- بجانب لجنة الحكام (D). C- بجانب السكرتارية. D- بجانب حكم الوقت.	٦٧
	يعطى حكم الوقت اشارة تحذيرية صوتية عند .....	
	A- ٧٠ ثانية. B- ٦٠ ثانية. C- ٥٠ ثانية. D- (B , A) معاً.	٦٨
	عدم التوقف في حركات القوة والثبات فإنه يقابل ذلك بخصم .....	
	A- (0.10). B- (0.50). C- (0.30). D- (0.80).	٦٩



كلية التربية الرياضية  
قسم الإدارة الرياضية والترويج الرياضي

# بنك أسئلة في إدارة وتحكيم الجمباز

## Question bank in the administration and arbitration of gymnastics

ثالثاً: ما قرارك كحكم في الحالات والمواقف التحكيمية التالية:



### Men's artistic gymnastics

Prepared by  
Dr. Mohamed saad Mohamed

2023

## ما قرارك كحكم (E)؟

ما قرارك كحكم (E) في الحالات والمواقف التحكيمية التالية:	
<p>قام اللاعب بلمس الجهاز أثناء الأداء على جهاز حصان الحلق.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (0.30).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (1.00).</p>	١
<p>على جهاز المتوازي قام اللاعب بتعديل بسيط لليدين القابضة على البار ثم قام بالمشي باليدين خطوتين مما أثر على اتزانه بشكل ملحوظ.</p> <p>A- خصم (0.30).</p> <p>B- خصم (1.00).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (0.60).</p>	٢
<p>عند أداء اللاعب القفزة الأولى على جهاز طاولة القفز لاحظ الحكم اثناء خفيف في الساقين.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (1.00).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (0.60).</p>	٣
<p>عند الهبوط قام اللاعب بفتح الرجلين أكثر من عرض الكتفين ثم قام برفع احدى قدميه عن الأرض ليضم الرجلين معاً.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- ليس هناك خصم.</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (0.30).</p>	٤
<p>عند أداء اللاعب لأوضاع حركية غير واضحة للجسم (متكور، منحني، مستقيم).</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (0.30).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- جميع ما سبق وفقاً لدرجة الخطأ.</p>	٥
<p>أثناء الهبوط يكون الحد الأقصى للخصم على الأخطاء المرتبطة بالخطوات والقفزات والوثبات.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (0.30).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (1.00).</p>	٦

ما قرارك كحكيم (E) في الحالات والمواقف التحكيمية التالية:

<p>قام اللاعب بفتح الرجلين بشكل ملحوظ لغير الأداء الحركي المتعارف عليه.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (0.30).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- (A , B) معاً وفقاً لدرجة الخطأ.</p>	<p>٧</p>
<p>عند الهبوط فقد اللاعب توازنه بشكل مفرط أو كبير.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (0.30).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (1.00).</p>	<p>٨</p>
<p>عند الهبوط قام اللاعب بفتح الرجلين بشكل بسيط ثم قام برفع كعبيه وضمهما معاً دون أن يحرك أمشاط القدم.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- ليس هناك خصم.</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (1.00).</p>	<p>٩</p>
<p>قام اللاعب بالجلوس على حصان الحلق بعد تعثره في اكمال إحدى الدوائر.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (1.00).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (0.60).</p>	<p>١٠</p>
<p>عند أداء اللاعب تمرينه الأرضي ارتكب تجاوز شديد في وضع الجسم عند ادائه لإحدى المهارات.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (1.00).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (0.30).</p>	<p>١١</p>
<p>عند أداء اللاعب لإحدى المهارات على جهاز حصان الحلق لاحظ فيها الحكم انحراف خفيف لوضع الجسم ثم إصطدم جسم اللاعب بالجهاز.</p> <p>E- خصم (0.10).</p> <p>F- خصم (1.00).</p> <p>G- خصم (0.50).</p> <p>H- خصم (0.60).</p>	<p>١٢</p>

ما قرارك كحكم (E) في الحالات والمواقف التحكيمية التالية:

<p>عند الهبوط فقد اللاعب توازنه ولكنه لم يسقط أرضاً ثم لاحظ الحكم لمسسه للمرتبة بيد واحدة.</p> <p>A- خصم (0.10).          B- خصم (0.30).          C- خصم (0.50).          D- (A , B) معاً وفقاً لدرجة الخطأ.</p>	<p>١٣</p>
<p>الثني القوي في الساقين.</p> <p>A- خصم (0.10).          B- خصم (1.00).          C- خصم (0.50).          D- خصم (0.60).</p>	<p>١٤</p>
<p>إنقطعت الجملة وتوقف عن الأداء من دون السقوط على الأرض.</p> <p>A- خصم (0.10).          B- خصم (0.30).          C- خصم (0.50).          D- خصم (1.00).</p>	<p>١٥</p>
<p>الاطعاء المرتبطة بالجمال الحركي.</p> <p>A- خصم (0.10).          B- خصم (0.30).          C- خصم (0.50).          D- جميع ماسبق وفقاً لدرجة الخطأ.</p>	<p>١٦</p>
<p>أصبحت غير قادر على التوصل إلى قرار لأي سبب واصبح الحكم في حالة الشك.</p> <p>E- اعطاء الفائده لصالح اللاعب.          F- الرجوع لرئيس اللجنة العليا للحكام في كل مره.          G- احتساب خطأ بسيط.          H- الرجوع للفيديو من أجل المراجعته والتأكد من الخطأ.</p>	<p>١٧</p>
<p>قام اللاعب على جهاز المتوازي بتعديل أو تصحيح وضع اليد أو القبضة.</p> <p>E- خصم (0.10).          F- خصم (0.30).          G- خصم (0.50).          H- خصم (1.00).</p>	<p>١٨</p>

<p>عند أداء اللاعب تمرين الجمباز على جهاز المتوازي لاحظ الحكم تعديل خفيف لليدين القابضة على البار</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (1.00).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (0.30).</p>	<p>١٩</p>
<p>عند الهبوط قام اللاعب بفتح الرجلين بشكل بسيط ولم يضمهما معاً.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- ليس هناك خصم.</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (0.30).</p>	<p>٢٠</p>
<p>قام اللاعب بضرب الجهاز أو الاصطدام به دون توقف الأداء.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (0.30).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (1.00).</p>	<p>٢١</p>
<p>عند الهبوط قام اللاعب بأخذ خطوه أو وثبة صغيره.</p> <p>E- خصم (0.10).</p> <p>F- خصم (0.30).</p> <p>G- خصم (0.50).</p> <p>H- خصم (1.00).</p>	<p>٢٢</p>
<p>عند أداء اللاعب لمهارة على أحد الأجهزة قام ب (ثني الرجلين أو الذراعين أو تباعد الرجلين).</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (0.30).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- جميع ماسبق وفقاً لدرجة الخطأ.</p>	<p>٢٣</p>
<p>لاحظ الحكم تجاوز مميز لوضع الجسم أثناء أداء إحدى مهارات القوة والثبات وأدى ذلك إلى عدم قدرة اللاعب على الثبات.</p> <p>A- خصم (0.30).</p> <p>B- خصم (0.80).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (0.60).</p>	<p>٢٤</p>



ما قرارك كحكم (E) في الحالات والمواقف التحكيمية التالية:

<p>عند أداء اللاعب على جهاز المتوازي وأثناء أدائه لأحدى المهارات سقط اللاعب من الجهاز على الأرض</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (1.00).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (0.60).</p>	<p>٢٥</p>
<p>عند الهبوط فقد اللاعب توازنه بشكل خفيف.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (0.30).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (1.00).</p>	<p>٢٦</p>
<p>عند أداء اللاعب قفزه على جهاز طاولة القفز وفي مرحلة الطيران الثاني لاحظ الحكم نقص واضح في مستوى الارتفاع أو الطيران.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (0.30).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- (A , B) معاً وفقاً لدرجة الخطأ.</p>	<p>٢٧</p>
<p>عند الهبوط قام اللاعب بفتح الرجلين أكثر من عرض الكتفين من دون ضمهما معاً.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- ليس هناك خصم.</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (0.30).</p>	<p>٢٨</p>
<p>الثني البالغ الشده في الذراعين.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (1.00).</p> <p>C- خصم (0.30).</p> <p>D- خصم (0.50).</p>	<p>٢٩</p>
<p>عند الهبوط فقد اللاعب توازنه ولم يسقط أرضاً ولكنه قام بالإرتكاز بيد واحدة فقط على الأرض.</p> <p>A- خصم (0.10).</p> <p>B- خصم (0.30).</p> <p>C- خصم (0.50).</p> <p>D- خصم (1.00).</p>	<p>٣٠</p>

ما قرارك كحكم (E) في الحالات والمواقف التحكيمية التالية:

عند أداء (مهارة الوقوف على اليدين) على جهاز المتوازي قام اللاعب بالثبات لمدة ثانية واحدة.	
A- خصم (0.10).	٣١
B- خصم (0.30).	
C- خصم (0.50).	
D- خصم (1.00).	
قام اللاعب بالإحراف بشكل ملحوظ لوضع الجسم أثناء أداء إحدى المهارات الأكروباتية الخلفية.	
A- خصم (0.10).	٣٢
B- خصم (1.00).	
C- خصم (0.50).	
D- خصم (0.30).	

## ما قرارك كرئيس لجنة الحكام العليا في الحالات والمواقف التحكيمية التالية؟

ما قرارك كرئيس لجنة الحكام العليا في الحالات والمواقف التحكيمية التالية:	
١	<p>اكتشف رئيس الجهاز بأن الفريق يؤدي على الجهاز دون الإلتزام بالترتيب.</p> <p>A- إلغاء النتائج. B- الحرمان من بقية البطولة. C- الدرجة النهائية صفر. D- خصم (1.00) من الفريق.</p>
٢	<p>قام المدرب بضرب اللاعب أثناء الاداء على جهاز المتوازي ببطولة تحت ١٠ سنوات.</p> <p>A- تحذير شفهي وخصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب. B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة مع خصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب. C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر وخصم (0.50) من الدرجة النهائية. D- يحصل المدرب على كارت أحمر مع خصم (0.50) من الدرجة النهائية للاعب.</p>
٣	<p>عدم حضور اللاعب احتفالات التتويج.</p> <p>A- الدرجة النهائية صفر B- الحرمان من المشاركة في البطولة التالية. C- خصم (1.00) من مجموع درجات الفريق (مرة واحدة في البطولة) D- تلغى النتائج للفريق المخالف أو الدرجة النهائية للفرد.</p>
٤	<p>مخالفة قانونية ارتداء الملابس في بطولة فردي الأجهزة.</p> <p>A- خصم (0.30) من الدرجة النهائية (مرة واحدة في البطولة). B- خصم (0.30) من الدرجة النهائية. C- خصم (0.50) من الدرجة النهائية. D- الدرجة النهائية (0.00).</p>
٥	<p>قام المدرب بتكسير الأدوات في وجه لاعبه وتصرف بعد انتهاء جملته على جهاز الحركات الأرضية اعترضاً على أدائه دون أن يؤثر على نتيجته أو أدائه للمرة الأولى.</p> <p>A- تحذير شفهي وخصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب. B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة. C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر وخصم (1.00) من الدرجة النهائية. D- يحصل المدرب على كارت أحمر مع خصم (0.50) من الدرجة النهائية للاعب.</p>
٦	<p>قام المدرب بالتحدث مع الحكام العاملين بأسلوب عدواني أثناء أداء لاعبه للجملية الحركية على احد الأجهزة مما أثر على أدائه للمرة الأولى.</p> <p>A- تحذير شفهي وخصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب. B- كارت أصفر واستبعاده من البطولة مع خصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب. C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر وخصم (0.50) من الدرجة النهائية. D- يحصل المدرب على كارت أحمر مع خصم (0.50) من الدرجة النهائية للاعب.</p>

<p>قام المدرب بالصراخ منادياً على اللاعب لتفادي خطأ أثناء أداء إحدى المهارات على جهاز العقلة.</p> <p>A- تحذير شفهي وخصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة مع خصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر وخصم (0.50) من الدرجة النهائية.</p> <p>D- يحصل المدرب على كارت أحمر مع خصم (0.50) من الدرجة النهائية للاعب.</p>	<p>٧</p>
<p>قام المدرب بتشجيع لاعبه لأداء أفضل على جهاز العقلة للمرة الأولى.</p> <p>A- تحذير شفهي وخصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة مع خصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر وخصم (0.50) من الدرجة النهائية.</p> <p>D- يحصل المدرب على كارت أحمر مع خصم (0.50) من الدرجة النهائية للاعب.</p>	<p>٨</p>
<p>قام المدرب بالبصق على وجه لاعبه بعد انتهاء جملته على جهاز الحركات الأرضية اعتراضاً على أدائه دون أن يؤثر على نتيجته أو أدائه للمرة الأولى.</p> <p>A- تحذير شفهي وخصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة.</p> <p>C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر وخصم (1.00) من الدرجة النهائية.</p> <p>D- يحصل المدرب على كارت أحمر مع خصم (0.50) من الدرجة النهائية للاعب.</p>	<p>٩</p>
<p>قام المدرب بإلقاء حافظه الأوراق الشخصية بقوة على الأرض ثم قام بإلقاء زجاجة المياه بقوة على الأرض اعتراضاً على أداء اللاعب بعد انتهاء جملته دون أن يؤثر مباشرة على نتيجة أو أداء اللاعب أو الفريق لأول مرة خلال البطولة.</p> <p>A- تحذير شفهي فقط</p> <p>B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة.</p> <p>C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر.</p> <p>D- يحصل المدرب على كارت أصفر مع خصم (0.30) من الدرجة النهائية للاعب.</p>	<p>١٠</p>
<p>تغيب اللاعب عن منطقة الأرضي دون إذن لقضاء حاجته ولم يعد.</p> <p>A- إلغاء النتائج.</p> <p>B- الحرمان من بقية البطولة.</p> <p>C- الدرجة النهائية صفر.</p> <p>D- خصم (1.00) من اللاعب أو الفريق.</p>	<p>١١</p>
<p>قام المدرب بالتحدث مع الحكام العاملين أثناء أداء لاعبه للجمله الحركية على احد الأجهزة مما أثر على أدائه للمرة الأولى.</p> <p>A- تحذير شفهي وخصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة مع خصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر وخصم (0.50) من الدرجة النهائية.</p> <p>D- يحصل المدرب على كارت أحمر مع خصم (0.50) من الدرجة النهائية للاعب.</p>	<p>١٢</p>

	<p>قام المدرب بإرتكاب سلوك مشين من غير التأثير المباشر على النتيجة أو أداء اللاعب.</p> <p>A- تحذير شفهي.</p> <p>B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة.</p> <p>C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر.</p> <p>D- يحصل المدرب على كارت أصفر مع خصم (0.30) من الدرجة النهائية للاعب.</p>	<p>١٣</p>
	<p>قام المدرب بالتحدث مع لاعبه بأسلوب غير لائق أثناء أداء جملته مما أثر على أدائه للمرة الثانية.</p> <p>A- تحذير شفهي وخصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة مع خصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر وخصم (0.50) من الدرجة النهائية.</p> <p>D- يحصل المدرب على كارت أحمر مع خصم (0.50) من الدرجة النهائية للاعب.</p>	<p>١٤</p>
	<p>مخالفة قوانين ارتداء الملابس في منافسة الفرق.</p> <p>A- خصم (0.30) من الدرجة النهائية (مرة وحده في البطولة).</p> <p>B- خصم (1.00) من مجموع درجات الفريق (كل مره في البطولة)</p> <p>C- خصم (1.00) من مجموع درجات الفريق (مرة واحده في البطولة)</p> <p>D- تلغى النتائج.</p>	<p>١٥</p>
	<p>قام المدرب بضرب لاعبه بعد انتهاء جملته على جهاز العقلة اعتراضاً على أدائه دون أن يؤثر على نتيجته أو أدائه للمرة الأولى.</p> <p>A- تحذير شفهي وخصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة.</p> <p>C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر وخصم (1.00) من الدرجة النهائية.</p> <p>D- يحصل المدرب على كارت أحمر مع خصم (0.50) من الدرجة النهائية للاعب.</p>	<p>١٦</p>
	<p>قام المدرب بالتحدث مع لاعبه بالإشارة فأربهه أثناء الاداء على جهاز الحركات الارضية.</p> <p>A- تحذير شفهي وخصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة مع خصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر وخصم (0.50) من الدرجة النهائية.</p> <p>D- يحصل المدرب على كارت أحمر مع خصم (0.50) من الدرجة النهائية للاعب.</p>	<p>١٧</p>
	<p>قام المدرب بتوبيخ لاعبه مستخدماً ألفاظ خارجة عن الاخلاق الرياضية معترضاً على أدائه السيئ.</p> <p>A- تحذير شفهي وخصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة.</p> <p>C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر وخصم (0.50) من الدرجة النهائية.</p> <p>D- يحصل المدرب على كارت أحمر مع خصم (0.50) من الدرجة النهائية للاعب.</p>	<p>١٨</p>

<p>قام المدرب بالتحدث مع لاعبه بأسلوب غير لائق أثناء أداء جملته مما أثر على أدائه للمرة الأولى.</p> <p>A- تحذير شفهي وخصم (1.00) من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة.</p> <p>C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر وخصم (0.50) من الدرجة النهائية.</p> <p>D- يحصل المدرب على كارت أحمر مع خصم (0.50) من الدرجة النهائية للاعب.</p>	<p>١٩</p>
<p>قام المدرب بإتلاف ملبسه ثم قام بإلقاء ادواته الشخصية وركل الأشياء مع رفع صوته عالياً اعتراضاً على أداء لاعبه بعد انتهاء جملته دون أن يؤثر على نتيجته أو أدائه للمرة الثانية.</p> <p>A- تحذير شفهي وخصم (1.00) درجة كاملة من الدرجة النهائية للاعب.</p> <p>B- كارت أحمر واستبعاده من البطولة.</p> <p>C- تحذير وإعطاء المدرب بطاقة (كارت) أصفر.</p> <p>D- يحصل المدرب على كارت أحمر مع خصم (0.50) من الدرجة النهائية للاعب.</p>	<p>٢٠</p>