



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولِّي صلتك بهم

بنك الأسئلة لمقرر التربية الحركية (الفرقة الرابعة)

التربية الحركية (الفرقة الرابعة)



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولِّي صلتك بهم

السؤال الأول الصح والخطأ:	
١	الاستقبال من اسفل ومن اعلي من المهارات الحركيه باستخدام اجزاء من الجسم
٢.	مهارة الخطو والحجل بالتبادل هي مزيج من الخطوة فقط مع تبادل القدم كل خطوة وحجلة
٣.	حركات المعالجة والتناول تهتم بنمو القدرات الأولية عن كيفية الاتصال بين الطفل والاشياء التي تكون في متناول يده
٤.	إعداد الأنشطة الحركية للطفل يكون من خلال فرص التحدي والمتعة
٥.	الحركة في مضمونها استجابة بدنية وهي الشكل الاساسي للحياة ؟
٦.	الحركة هي استجابة بدنية غير ملحوظة لمثير ما سواء كان داخلياً ام خارجياً ؟
٧.	الخبرة الحركية هي خبرة غرضية ؟
٨.	الخبرة الحركية في السنوات الاخيرة من العمر تساهم بشكل كبير في تشكيل الاحاسيس الحركية ؟
٩.	الطفل بالروضة يتعلم الكثير من المهارات وبمروره بالمرحلة الابتدائية تزيد خبراته وادراكه العقلي ؟
١٠.	اكتساب القدرة الحركية للأطفال يبدأ في الروضة ؟
١١.	طفل ال ٣ سنوات قادر علي الجري للخلف و للأمام والتسابق والوقوف عند الجري ؟
١٢.	يمر الطفل خلال اللعب بثلاث مراحل المرحلة الثانية هي التجريب الحركي من خلال المحاولة والنجاح والفشل ؟
١٣.	يمر الطفل خلال اللعب بثلاث مراحل منها المرحلة الثالثة وهي بحث الطفل في الالعب الحركية لإمكانية الانتقال من جزء لآخر ؟
١٤.	تكرار الواجبات الحركية التعليمية لتهديب المواقف الجديدة المتعلمة تعد المرحلة الثانية من مراحل لعب الطفل ؟
١٥.	الطفل يتعلم من خلال الحركة فهي عبارة عن مدخل وظيفي لعالم الطفولة ووسيط تربوي فعال لتحسين النمو الحركي والعقلي والاجتماعي ؟
١٦.	تعتبر التربية من خلال الحركة المخل الطبيعي لنظام تربوي مبني علي اساس حاجة الطفل الطبيعية للتعلم ؟
١٧.	التربية الحركية تهدف الي اخراج التعليم المدرسي التقليدي الي اساليب اكثر ايجابية وفاعلية في تكوين الاطفال ؟

التربية الحركية (الفرقة الرابعة)



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولاي صلتك بهم

١٨.	التربية الحركية لا تتعدي مفهوم اكساب الاطفال المهارات الحركية او تنمية الانماط الحركية
١٩.	التربية الحركية نظرية يفترض فيها اثاره دوافع الاطفال وطاقاتهم نحو التعلم ؟
٢٠.	التربية الحركية تمثل مدي الارتباط الوثيق بين التربية كنشاط والتربية البدنية والرياضية كعلم ؟
٢١.	التربية الحركية تعد جانباً من التربية البدنية تتعامل مع النمو والتدريب للأنماط الحركية الطبيعية الاساسية لكونها لا تختلف عن المهارات الحركية الخاصة ؟
٢٢.	مفهوم التربية الحركية يقوم علي الاستكشاف الحركي الحر ؟
٢٣.	في التربية الحركية تتاح فرصة للطفل للتجريب والمحاولة تحت اشرف وتوجيه المعلم ؟
٢٤.	برامج التربية الحركية تشمل علي اطار مرجعي يشتمل علي اربعة عناصر اساسية تعبر عن جوانب الحركة ؟
٢٥.	المهارة يمكن التعبير عنها بالسرعة والقدرة والدقة والكفاية ؟
٢٦.	القدرة هي سلسلة من الحركات العضلية المتناسقة التي تنجح في اداء مهمة معينة ؟
٢٧.	اغلب المهارات الحركية في المجال الرياضي تسمى بالمهارات الادراكية الحركية ؟
٢٨.	المهارات الاساسية لا تكتسب عن طريق التعلم ولكن من خلال النمو ؟
٢٩.	الكفاءة الادراكية الحركية تعبر عن العلاقة بين كل من الوظائف الادراكية والوظائف الحركية في سلوك الطفل ؟
٣٠.	يمكن اطلاق اصطلاح ميكانيكية الجسم علي القوام اثناء الثبات ؟
٣١.	اتخذ مفهوم التربية الحركية عدة مسميات منها التربية الادراكية الحركية ؟
٣٢.	التعلم عن طريق الحركة تكون الحركة هي موضوع التعلم وتكون اللياقة البدنية والمهارة الحركية هدفان اساسيان من التعلم ؟
٣٣.	التربية الحركية بدنية او حركية في مظهرها العام ولكن اجتماعية وعقلية وانفعالية في اهدافها واغراضها ؟
٣٤.	التربية الحركية هي تلك الظروف الخصبة التي تتيحها التربية البدنية لإكساب الاطفال النواحي المعرفية والوجدانية واللياقة البدنية والحركية من خلال الحركة ؟
٣٥.	ادي التطور الحادث في برامج التربية الرياضية الي ابراز التربية الحركية كجزء اساسي وضرورة من ضروريات العملية التربوية ؟
٣٦.	التربية الحركية يمكن ان نطلق عليها التربية البدنية ؟
٣٧.	لكي تكون التربية الحركية سليمة فأنها تستمد مقوماتها من مجموعة من العناصر منها طبيعة الحركات ؟



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولاي صلتك بهم

٣٨.	المعلم هو نقطة البداية والنهاية في التربية الحركية ؟
٣٩.	ايجابية الطفل تأتي عن طريق استثارة ميوله والبدء بكل مهو مألوف لدي الطفل في البيئة المحيطة ؟
٤٠.	لكي تكون التربية الحركية وبرامجها سليمة يجب معرفة النواحي العلمية للتحليل الحركي ؟
٤١.	طبيعة اللياقة الحركية والصحية هي الهدف الغير مباشر للتربية الحركية ؟
٤٢.	تتقسم اهداف التربية الحركية الي اهداف خاصة بالطفل واهداف خاصة بالمعلم ؟
٤٣.	الادراك الحسي الحركي لدي الاطفال يشمل الوعي الاتجاهي ؟
٤٤.	للتربية الحركية مجموعة من القيم منها الانضباط الفردي والتوجيه الذاتي ؟
٤٥.	يمكن تلخيص قيم التربية الحركية في خمسة قيم ؟
٤٦.	من قيم التربية الحركية ان الموقف التعليمي لا يخلو من الرضا والنتائج السارة ؟
٤٧.	تسبق التربية البدنية التربية الحركية وتعد تمهيداً جيداً لها ؟
٤٨.	الفرق بين التربية الحركية والتربية البدنية يظهر في ان التربية الحركية تبدء بعد الميلاد بشهر في حين التربية البدنية تبدء وسط مرحلة الطفولة ؟
٤٩.	يجب ان تكون الوان الادوات المستخدمة في التربية الحركية عادية وغير جذابة حتي لا تشتت تركيز الاطفال ؟
٥٠.	في التربية الحركية ليس بالضروري ان تصل الانشطة بالطفل الي التعب البدني؟
٥١.	التربية الحركية من حيث طبيعة الممارسة تركز علي الجماعية ؟
٥٢.	عدد الاسس العلمية التي تقوم عليها التربية الحركية هي ستة اسس ؟
٥٣.	من الاسس العلمية التي تقوم عليها التربية الحركية (الطفل وطبيعته) ويطلق علي هذا الاساس بالاساس النفس حركي ؟
٥٤.	من الاسس العلمية التي تقوم عليها التربية الحركية (المجتمع وخصائصه) ويطلق علي هذا الاساس بالاساس العلم حركي ؟
٥٥.	يهدف الاساس العلم حركي الي التعرف علي الانماط الجسمية وعيوب كل نمط؟
٥٦.	تشتق الالعب الحركية والقصص الحركية من المجتمع ؟
٥٧.	العادات السائدة في المجتمع يمكن ان تؤثر بالإيجاب او السلب علي النمو البدني والحركي للطفل ؟
٥٨.	فاعلية الطفل وإيجابيته تشير الي انه يكون هناك اداء حركي علي مستوي مقبول من الطفل بدون ايجابية منه ؟



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولاي صلتك بهم

٥٩	مستوي نضج الطفل احد اسس التربية الحركية ؟
٦٠	الشمول احد مبادئ التربية الحركية ؟
٦١	المبدأ الاول من مبادئ التربية الحركية هو ان تقوم التربية الحركية علي ما يستطيع الطفل أداءه بالفعل وفقاً لطبيعته وقدراته ؟
٦٢	اعتبار دروس التربية الحركية كمواقف تعليمية لها نتائج واضحة احد اسس التربية الحركية
٦٣	احد المبادئ التي تقوم عليها التربية الحركية ان يكون الطفل مؤهلاً بدنياً وحركياً بأقصى ما يمكنه لتنفيذ برنامج تربية حركية غير متكامل ؟
٦٤	يجب ان تكون دروس التربية الحركية ذات اهداف سلوكية يمكن ملاحظتها وقياسها ؟
٦٥	مفاهيم التربية الحركية والبدنية للكبار تناسب الاطفال ؟
٦٦	التربية الحركية للكبار تنصب علي المنافسة ؟
٦٧	الاطفال الذين لا يستطيعون السيطرة علي انفعالهم خلال درس التربية الحركية ويتسببون في ازعاج المعلم يجب استبعادهم من الدرس لأنهم يضيعون وقت الحصة ؟
٦٨	من مميزات التربية الحركية ان ادواتها لا تتطلب مبالغ كبيرة بعكس التربية الرياضية ؟
٦٩	في حال عدم توافر الادوات المستخدمة في التربية الحركية يقع الدور علي خبرات المعلم وقدرته علي الابتكار ؟
٧٠	من الاسباب الرئيسية وراء عزوف بعض التلاميذ عن درس التربية الحركية هو انخفاض مستوي اللياقة البدنية عند الاطفال ؟
٧١	حركة الطفل تعتمد بشكل غير اساسي علي نمو العضلات الكبيرة والدقيقة ؟
٧٢	كل الحركات تحتاج الي ادراك حسي ؟
٧٣	الادراك الحسي هو عملية ذهنية تمكن الطفل من التوافق مع الظروف المحيطة به عند ادائه لأي حركة ؟
٧٤	انفعال الطفل هو عملية بدنية مصاحبه لأدائه تعود عليه في نهاية الاداء اما بالرضا او بعدم الرضا ؟
٧٥	الطفل في سن الثامنة يتميز بالنمو المتزن في الطول والوزن ولكن يحدث نقصاً بسيطاً في مستوي المرونة ؟
٧٦	السن المناسب للتعلم الحركي هو سن ١٢ سنة ؟
٧٧	الطفل لا يستطيع ان يتعلم مهارة من مهارات لعبة معينة قبل ان يتعلم المهارات الحركية الاساسية الضرورية ؟



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولاي صلتك بهم

٧٨	يعتبر معدل النمو في مرحلة الطفولة الوسطي اكثر تغيراً من اي وقت خلال الطفولة كلها ؟
٧٩	من خصائص النمو البدني والفسولوجي لمرحلة الطفولة الوسطي ان يصل حجم الرأس الي حجم رأس الراشد تقريباً ؟
٨٠	من خصائص النمو البدني والفسولوجي لمرحلة الطفولة الوسطي يتغير الشعر الخشن ويصبح اكثر نعومة ؟
٨١	تساقط الاسنان اللبنية وظهور الاسنان الدائمة احد خصائص النمو البدني والفسولوجي لمرحلة الطفولة الوسطي ؟
٨٢	زيادة الطول الكلي للجسم بنسبة ٥٥% في السنة وزيادة طول الاطراف من خصائص النمو البدني والفسولوجي لمرحلة الطفولة الوسطي ؟
٨٣	من خصائص النمو البدني والانفعالي لمرحلة الطفولة الوسطي يميل جسم الطفل للنحافة ؟
٨٤	احد خصائص النمو البدني والفسولوجي لمرحلة الطفولة الوسطي نقص ضغط الدم وزيادة النبض
٨٥	في مرحلة الطفولة المتوسطة يتطور النمو العقلي بدرجة كبيرة ويتمكن الطفل من تعلم القراءة والكتابة والحساب
٨٦	من خصائص النمو العقلي لمرحلة الطفولة الوسطي قدرة الطفل علي الانتباه تقل ؟
٨٧	من خصائص النمو العقلي لمرحلة الطفولة الوسطي تتطور قدرة الطفل علي الملاحظة والادراك ؟
٨٨	ادراك الطفل المكاني كأدراك الموقع والقرب والبعد ينمو بالتدرج حتي سن ١٤ عام ؟
٨٩	نمو قدرة التذكر نمواً هائلاً وقدرة الطفل علي حفظ وتذكر الاشياء من خصائص النمو البدني لمرحلة الطفولة الوسطي ؟
٩٠	في مرحلة الطفولة المتوسطة يتدرج التفكير في هذه المرحلة من تفكير حسي الي تفكير مجرد وتبدو بوادر التفكير المنطقي الاستدلالي ؟
٩١	اضطراب نمو الذكاء من خصائص النمو العقلي لمرحلة الطفولة الوسطي ؟
٩٢	نمو التخيل من الاليهام الي الواقعية والابتكار احد خصائص النمو العقلي لمرحلة الطفولة الوسطي ؟
٩٣	تنسم مرحلة الطفولة الوسطي بالاستقرار الانفعالي ؟
٩٤	يطلق علي مرحلة الطفولة الوسطي مرحلة الطفولة الهادئة ؟
٩٥	الميل الي الاقتناء والملكية وجمع الاشياء احد خصائص النمو الحركي في مرحلة الطفولة الوسطي؟
٩٦	احد خصائص النمو الانفعالي في مرحلة الطفولة الوسطي التمتع بتحمل المسؤولية ؟
٩٧	في مرحلة الطفولة الوسطي يتمكن الطفل من التحكم في العضلات الكبيرة وتبدأ سيطرته علي العضلات الدقيقة في سن الثامنة ؟



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولِّي صلتك بهم

٩٨	من خصائص النمو الحركي في مرحلة الطفولة الوسطي تهذب الحركة وتختفي الحركات الزائدة غير المطلوبة ؟
٩٩	تقل قدرة الطفل علي الاتزان احد خصائص النمو الحركي في مرحلة الطفولة الوسطي ؟
١٠٠	من خصائص النمو الحركي في مرحلة الطفولة الوسطي تتطور قدرات الطفل علي التحمل ويكون مستوي البنات اكثر بعض الشيء من الاولاد ؟
١٠١	ينطور النمو الحركي للطفل من عامة الثاني حتي عامة السادس بصورة كبيرة ويتخذ اشكالا متعددة
١٠٢	يصل طفل رياض الاطفال في نهاية المرحلة السنية الي حالة من النمو الحركي تشبه الي حد كبير حالة النمو الحركي للكبار ؟
١٠٣	يعتبر التعطش الجامح للحركة من مميزات مرحلة رياض الاطفال كما تتسم حركات الطفل بالإفراط في بذل الجهد وباشتراك عدد كبير من العضلات في معظم الحركات ؟
١٠٤	تعتبر سن الرابعة من اسهل مراحل النمو ؟
١٠٥	النمو الجسمي في نهاية ٦ سنوات يصل الي حوالي ٤٣% من النمو النهائي ؟
١٠٦	في نهاية مرحلة ٦ سنوات يظهر التوافق والانسجام بين اعضاء الجسم فالطفل يستطيع ربط حذائه بنفسه ويدرك التشابه والتجانس ؟
١٠٧	ببلوغ سن السادسة تقل مناعة الطفل ولياقته البدنية ومن مظاهر ذلك تساقط اسنانه اللبنية ؟
١٠٨	يصل طول الطفل في بداية الثلاث سنوات كحد ادني الي ١٢٥ سم ويصل الي ٩٠ سم كحد اقصي في نهاية السنة السادسة ؟
١٠٩	مرحلة الرياض يطلق عليها العلماء المرحلة الحسية ؟
١١٠	يدخل الطفل في حوالي السنيتين من عمره وفقاً لنظرية بياجيه في النمو المعرفي مرحلة ما قبل العمليات وتستمر هذه المرحلة حتي السابعة من عمره ؟
١١١	قسم بياجيه مرحلة ما قبل العمليات الي ثلاث فترات ؟
١١٢	مرحلة ما قبل التصورية تكون في الفترة من ٢:٤ سنوات ؟
١١٣	مرحلة ما قبل التصورية ينظر الطفل الي كل الرجال علي انهم (بابا) ؟
١١٤	مرحلة التفكير الحدتي من ٤:٧ سنوات ؟
١١٥	تمركز الطفل حول ذاته يوده الي الاعتقاد بأن الجميع يفكرون مثله وان كل من حوله يشاركونه احساسيه ورغباته ؟
١١٦	الإيحائية في التفكير ليست امتداد لخاصية التمركز حول الذات ؟
١١٧	تتميز انفعالات الطفل في مرحلة رياض الاطفال بالشدّة والعنف والاندفاع والتدفق ؟



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولِّي صلتك بهم

١١٨	في مرحلة رياض الاطفال تبدأ انفعالات الطفل بسرعة وتنتهي بسرعة ؟
١١٩	الاسرة هي المركز الرئيسي لتعليم الطفل الادوار الاجتماعية وتأثيرها يكون مباشر علي النمو الاجتماعي
١٢٠	تحقق التربية الحركية العديد من الفوائد كتحقيق اهداف التعلم الحركي ومنها تطوير القدرة علي الاداء الحركي ؟
١٢١	تحقق التربية الحركية العديد من الفوائد كتحقيق اهداف التعلم الحركي ومنها تعلم الالعاب التربوية والتدريب عليها والاستفادة منها في شغل وقت الفراغ ؟
١٢٢	تحقق التربية الحركية العديد من الفوائد كتحقيق اهداف التعلم الابتكاري ومنها تنمية وتطوير قدرات التوافق الحركي والقدرات البدنية والتدريبية ؟
١٢٣	تحقق التربية الحركية العديد من الفوائد كتحقيق اهداف التعلم الاجتماعي ومنها تطوير القدرة علي الاندماج والتفاعل الاجتماعي ؟
١٢٤	تحقق التربية الحركية العديد من الفوائد كتحقيق اهداف التعلم الاجتماعي ومنها تنمية وتطوير مهارات التعلم الحركية ؟
١٢٥	تحقق التربية الحركية العديد من الفوائد كتحقيق اهداف التعلم الحركي ومنها تنمية وتطوير القدرات الحركية الادراكية ؟
١٢٦	تحقق التربية الحركية العديد من الفوائد كتحقيق اهداف التعلم الاجتماعي ومنها تنمية المهارات الحركية الاساسية ؟
١٢٧	تحقق التربية الحركية العديد من الفوائد كتحقيق اهداف التعلم الانفعالي ومنها تطوير النقد الايجابي والموضوعي للحركة لمضمون التربية الحركية ؟
١٢٨	تحقق التربية الحركية العديد من الفوائد كتحقيق اهداف التعلم الاجتماعي ومنها تعلم لغة جماعية موجهة حركياً ؟
١٢٩	التربية الحركية اكثر اماناً من وسائل اخري يمكن استنفاد الطاقة الكامنة عند الاطفال بها ؟
١٣٠	لا تربية حركية سليمة بدون ايجابية الطفل نفسه ؟
١٣١	من اسس تطبيق التربية الحركية اسس الجانب التطبيقي ومنها تقديم الاجهزة والادوات المختلفة والمتنوعة لتكون محفزة علي الاداء والعمل علي اثاره دافعية الطفل ؟
١٣٢	من اسس تطبيق التربية الحركية اسس الجانب التعليمي ومنها تقديم مهام حركية متدرجة الصعوبة لتقليل الحافز لدي الاطفال ؟
١٣٣	من اسس تطبيق التربية الحركية اسس الجانب التطبيقي ومنها تقديم اشكال متنوعة من الالعاب التربوية لتحقيق النمو الشامل المتكامل ؟



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولِّي صلتك بهم

١٣٤	يمكن تنمية جانب دون ان تتأثر جوانب النمو الأخرى من خلال وضع هدف لهذا الجانب فقط ؟
١٣٥	من اسس تطبيق التربية الحركية اسس الجانب التطبيقي ومنها وضع خطط للتنوع في مجال الحركة والسرعة مع تجاهل الانفعالات الحركية ؟
١٣٦	السلوك الحركي ظاهرة معقدة ونتاج لعديد من العوامل البنائية والوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة ؟
١٣٧	يجب علي المعلمين القائمين علي تنفيذ مضمون التربية الحركية التعرف علي تكوين جسم الانسان وكيفية عمله ومراحل نموه البيولوجية ؟
١٣٨	يجب علي المعلمين القائمين علي تنفيذ مضمون التربية الحركية التعرف علي خطوات التدريب علي المهارات الاساسية ؟
١٣٩	يجب علي المعلمين القائمين علي تنفيذ مضمون التربية الحركية التعرف علي
١٤٠	يجب علي المعلمين القائمين علي تنفيذ مضمون التربية الحركية معرفة النواحي العلمية للتحليل النوعي وكيفية حسابه للوصول للأداء الحركي السليم ؟
١٤١	في اسس الجانب الاجتماعي يراعي ممارسة الالعاب بشكل فردي ؟
١٤٢	في اسس الجانب الاجتماعي يراعي تخطيط الملعب وتوزيع الادوات بشكل جماعي ؟
١٤٣	في اسس الجانب الاجتماعي يراعي اداء التدريبات الحركية والتمرينات البدنية بشكل فردي افضل من ادائها في شكل مجموعات ؟
١٤٤	من الارشادات التي يجب ان تراعي عند تنفيذ مضمون التربية الحركية في اسس الجانب الاجتماعي قدم المعونة للأطفال عند الحاجة وبشكل ضئيل ؟
١٤٥	من الارشادات التي يجب ان تراعي عند تنفيذ مضمون التربية الحركية في اسس الجانب الاجتماعي اترك الاطفال يجربون بأنفسهم ويبحثون عن افضل الحلول قبل ان تتدخل ؟
١٤٦	العلاقة بين الحركة والفكر علاقة وثيقة لا تتفصل ؟
١٤٧	من اسس الجانب البدني والحركي عند تنفيذ مضمون التربية الحركية التدريب بشكل منظم ومنسق ثلاث مرات اسبوعياً علي الاقل وبزمن ما بين ٣٠ الي ٤٥ دقيقة ؟
١٤٨	فاعلية الحركة في سن ما قبل المدرسة تشير الي ان الطفل سهل الانقياد ومطيع وتصرفاته اللاإرادية لا تأثر في تحصيله علي تكتيك الحركات المتعلمة ؟
١٤٩	المهارات الحركية اكثر اتساعاً وشمولاً من المهارات الحركية الأساسية من حيث الهدف والإنجاز
١٥٠	المهارات الحركية الأساسية (المشي, الجري, الوثب, كرة القدم, الحجل, الرمي) أساسية لمعظم الأنشطة الرياضية



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولاي صلتك بهم

١٥١	المهارات الحركية الأساسية تعبير إيجابي للجهاز الحركي للإنسان حيث انها تحدث بصورة فجائية
١٥٢	المهارات الحركية الأساسية الانتقالية هي تلك المهارات التي ينتقل فيها الجسم من مكان لآخر سواء على الأرض أو في الهواء
١٥٣	يعرف المسك بانه استقبال قوه شئ او اداه والقبض عليها بجزء من اجزاء الجسم
١٥٤	المهارات الرياضية هي انتقال للجسم أو دورانه لمسافة معينة في زمن معين
١٥٥	المهارة الحركية الأساسية هي أعلى مستوى يصل إليه المتعلم في الأداء الحركي
١٥٦	مهارة الوثب تؤدي بعد مهارة الجري وفيها يترك الطفل الأرض بقدم واحدة ويحرك الزراعين للأمام ثم يهبط بعد الطيران بالقدمين معاً
١٥٧	مهارة الوثب قبل المشي ولكن يتم بإيقاع اسرع
١٥٨	يستطيع طفل الثالثة والنصف من العمر أداء مهارة الحبل ولكن لمسافات قصيرة
١٥٩	يعتبر (المشي, الجري, الوثب, الحبل, الرمي) من المهارات الحركية الأساسية لمعظم الأنشطة الرياضية
١٦٠	يعتبر التصنيف طبقاً لأنماط الحركة إحدى تصنيفات نظم الحركة الرياضية
١٦١	يعتبر الجري من الحركات الاساسيه كوسيله للانتقال
١٦٢	يعتبر الرمي أحد عناصر المهارات الحركية الأساسية
١٦٣	يعتبر اللعب ظاهرة إنسانية نشأت منذ القدم وهو وسيلة لمعرفة الذات واللهو والراحة
١٦٤	يعتبر لقف الكرة أحد عناصر المهارات الحركية الأساسية ويتم عن طريق استخدام اليدين لايقاف اداة او شيء متحرك
١٦٥	يعد التصنيف ثنائي الابعاد هو الأكثر انتشاراً بين الباحثين
١٦٦	يمكن استغلال فترة نمو المهارات الحركية الأساسية في تربية الطفل وإكسابه الكثير من الخبرات التربوية
١٦٧	يمكن استخدام الالعب الصغيرة في وحدات الدرس مثل مقدمة الدرس والتمارين فقط
١٦٨	ينظر إلى المهارات الحركية الأساسية باعتبارها المفردات الأولية الأصلية في حركة الطفل وهي حركة تؤدي من أجل ذاتها
١٦٩	من النواحي الفنية لمهارة المشي يجب إن تشير أصابع القدم للجانب.
١٧٠	من النواحي الفنية لمهارة المشي الالتزام بالتتابع السليم.
١٧١	من النواحي الفنية لمهارة المشي وضع اصابع القدم على الأرض أولاً.
١٧٢	من النواحي الفنية لمهارة المشي يجب إن يرتفع القدمان معاً عن الأرض مع كل خطوة.
١٧٣	مرجحه الذراعين بالتبادل مع القدم المقابله النواحي الفنية لمهارة المشي.



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولاي صلتك بهم

١٧٤	من الصعاب التي تواجه مهارة المشي المشي بتدوير الأصابع خارجاً.
١٧٥	من الصعاب التي تواجه مهارة المشي توافق حركة الذراعين مع الرجل.
١٧٦	من الصعاب التي تواجه مهارة المشي عدم المبالغة في سرعة أو بطء المشي.
١٧٧	من الصعاب التي تواجه مهارة المشي قاعدة الارتكاز تكون واسعة.
١٧٨	الجرى يحتوى على مرحله طيران يستند فيها الجسم على الأرض.
١٧٩	الجرى يحتوى على مرحله طيران لا يستند فيها الجسم على الأرض.
١٨٠	من النواحي الفنية لمهارة الجرى عدم لمس القدمان للأرض معاً في وقت واحد.
١٨١	من النواحي الفنية لمهارة الجرى يجب ان يكون هناك ضغط كبير على النتوء المستدير عند قاعدة الإبهام.
١٨٢	من النواحي الفنية لمهارة الجرى وجود ميل خفيف في الجسم للخلف.
١٨٣	من النواحي الفنية لمهارة الجرى دفع القدمين اماما يعطي مزيداً من الاندفاع للإمام.
١٨٤	في مهارة الجرى تكون زاوية ميل الجسم من ١٠ - ٢٠ وكلما قلت سرعة الجري كلما وجب زيادة الميل.
١٨٥	في مهارة الجرى يجب تحريك الذراعين والرجلين في خط مباشر للإمام وليس للجانب.
١٨٦	من الصعاب التي تواجه مهارة الجرى الذراع تعبر خط منتصف الجسم.
١٨٧	من الصعاب التي تواجه مهارة الجرى الهبوط بالقدم مفلطحاً على الأرض.
١٨٨	من الصعاب التي تواجه مهارة الجرى تحريك الذراعين والرجلين في خط مباشر للإمام.
١٨٩	من النواحي الفنية لمهارة الجرى دوران الجذع.
١٩٠	من النواحي الفنية لمهارة الجرى الجزء السفلي من الرجل يكون للداخل
١٩١	الحجل يشتمل على الوثب بقدم والنزول على نفس القدم بعد فترة إرتقاء بسيطة في الهواء.
١٩٢	من النواحي الفنية لمهارة القفز يترك الطفل الأرض بالقدمين معاً مع تحريك الرجلين للخلف.
١٩٣	الحجل يشتمل على الوثب بقدم والنزول على القدم الاخرى بعد فترة إرتقاء بسيطة في الهواء.
١٩٤	من الاغراض التعليمية لمهارة الحجل ان يتطور لدى الطفل التوافق الحركي الكلي للجسم.
١٩٥	الوثب يترك الطفل الأرض بقدم واحده ويحرك الذراعين للإمام ثم يهبط بعد فترة الطيران بالقدمين معاً.



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولِّي صلتك بهم

١٩٦	الوثب يترك الطفل الأرض بالقدمين ويحرك الذراعين للإمام ثم يهبط بعد فترة الطيران بالقدمين معاً.
١٩٧	من انواع الوثب الجري والوثب على قدم واحدة.
١٩٨	من انواع الوثب الوثب مع الهبوط على القدمين.
١٩٩	من النواحي الفنية للوثب يجب أن يكون هناك ميل للخلف عند أخذ الإرتقاء.
٢٠٠	من النواحي الفنية للوثب يجب أن يكون هناك ميل للإمام عند أخذ الإرتقاء.
٢٠١	من النواحي الفنية للوثب يجب أن يكون هناك ميل للإمام عند أخذ الهبوط.
٢٠٢	من النواحي الفنية للوثب يجب أن يكون هناك ميل للخلف عند أخذ الهبوط.
٢٠٣	القفز يعني الطيران والبعد عن الأرض بالقدمين معاً ثم الهبوط على احدى القدمين.
٢٠٤	القفز يعني الطيران والبعد عن الأرض بالقدمين معاً ثم الهبوط على القدمين معاً.
٢٠٥	القفز يعني الطيران والبعد عن الأرض بالقدمين معاً ثم الهبوط على القدمين معاً والذراعان تساعدان في الوثب بالمرجحة للإمام.
٢٠٦	القفز يعني الطيران والبعد عن الأرض بالقدمين معاً ثم الهبوط على القدمين معاً والذراعان تساعدان في الوثب بالمرجحة لأعلى.
٢٠٧	من النواحي الفنية لمهارة القفز ثني الركبتين والكعبين قبل عملية الدفع والإرتقاء.
٢٠٨	من النواحي الفنية لمهارة القفز أن يتم الهبوط على الكعبين مع ثني الركبتين لامتناسص صدمة الهبوط.
٢٠٩	من النواحي الفنية لمهارة القفز أن يتم الهبوط على اصابع القدمين مع ثني الركبتين لامتناسص صدمة الهبوط.
٢١٠	من النواحي الفنية لمهارة القفز ميل الجسم للخلف.
٢١١	من النواحي الفنية لمهارة القفز يترك الطفل الأرض بالقدمين معاً دون تحريك الرجلين للخلف.
٢١٢	تحسين الكفاءات الفسيولوجية هدف للمساعدة على النمو المتناسق في مجال الصحة البدنية.
٢١٣	تعتبر مهارة (ضرب الكرة الطائرة) من المهارات الحركية الاساسية ويجب تعلمها للطفل.
٢١٤	مهارة (تنطيط) الكرة من المهارات التي تزود الطفل بخبرات ضرورية في التحكم والسيطرة.
٢١٥	يمكن بالملاحظة المجردة التعرف على بعض الصعاب لمهارة الوثب مثل زاوية خاطئة عند الأرتقاء.
٢١٦	(المشي والحجل والحركات التعبيرية) من ضمن المهارات التي تؤدي من الثبات.
٢١٧	يعتبر الجري والمشي والوثب والتعلق من مهارات المعالجة والتناول.
٢١٨	التوافق بين العين واليد من الأدوات الصغيرة التي تعزز قدرات التحرك الاساسية.



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولاً ي صلتك بهم

٢١٩	من مميزات اللعب أنه تلقائي وغايه في حد ذاته وله قوانين صارمة.
٢٢٠	من وظائف اللعب أنه يشبع حاجات وميول الطفل من الحركة ولكن لا يكسبه السلوك الايجابي في العمل الجماعي.
٢٢١	يستطيع الطفل التحكم في حركته وتغيير سرعته بدون تدخل من العضلات
٢٢٢	تعتمد التربية الحركية على طريقة المحاضرة في التدريس وأسلوبى الأكتشاف وحل المشكلات في التعلم.

- السؤال الثاني : اختر الاجابة الصحيحة مما بين القوسين

١- هي النشاط والشكل الأساسي للحياة وهي الطريقة الأساسية في التعبير عن الأفكار وعن الذات بشكل عام .

(المهارات الحركية الأساسية - الحركة - القدرات البدنية)

٢- حركة الطفل تعتمد بشكل أساسي على

(الامكانات المادية - المكنات المعنوية - الامكانات النفس حركية)

٣- تعبر عن الخصائص الوظيفية والحيوية

(القدرات البدنية والحركية - حركات المعالجة والتناول - الحركات المهارية)

٤- يهتم بنمو القدرات الأولية عن كيفية الاتصال بين الطفل والأشياء

(حركات المعالجة والتناول - لغة الاتصال الحركي - الحركات الانعكاسية)

٥- هي انماط السلوك الحركي التي تعبر عن الاشياء المميزة للاتصال منها تعبيرات الوجه والايحاءات

(لغة الاتصال الحركي - الحركات المهارية - القدرات الادراكية)

٦- النشاطات الحركية التي تبدو عامة عند معظم الاطفال

(الحركة - المهارات الحركية الاساسية - مهارات المعالجة والتناول)

٧- تعد اساساً لإكتساب المهارات العامة والخاصة المرتبطة بالأنشطة الرياضية

(الحركة - المهارات الحركية الاساسية - القدرات البدنية)

التربية الحركية (الفرقة الرابعة)



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولاي صلتك بهم

- ٨- المهارات الغير انتقالية يعبر عنها بأنها مهارات
(ينتقل فيها الجسم أو احد اجزاءه - يتحرك فيها العضو في المكان - مهارات اساسية حركية)
- ٩- من مهارات المعالجة والتناول
(السحب - الحجل - الضرب)
- ١٠- من مهارات التي تؤدي من الثبات كلا مما يأتي ما عدا
(المرجحة - اللوي - التنطيط)
- ١١- يعني ما يستطيع الطفل أداءه ؟
(الوعي بالجسم - الوعي بالفراغ - نوع الحركة)
- ١٢- يعني كيف يتحرك جسم الطفل ؟
(الوعي بالجسم - الوعي بالفراغ - نوع الحركة)
- ١٣- نشاط معقد يتطلب فترة من الممارسة المقصودة المنظمة بحيث يؤدي بطريقة ملائمة
(التربية الحركية - الحركات الاساسية - المهارة)
- ١٤- الحركات الأولية التي تؤدي من سن الولادة حتى الثانية
(الزحف والحبو - تبادل الخطو - الضرب بالعصا)
- ١٥- كل مما يلي من الحركات الأولية التي تؤدي من الولادة وحتى الثانية ما عدا
(التحكم والسيطرة بالأدوات - مسك الأشياء والقبض عليها - ثبات وانزان التحكم في الرأس والرقبة)
- ١٦- الحركات الاساسية التي تؤدي من الثانية حتى السابعة
(المشي والجري - الزحف والحبو - مسك الأشياء والقبض عليها)
- ١٧- من مراحل نمو المهارات الحركية الأساسية
(المرحلة الابتدائية - المرحلة الأولية - جميع ما سبق)



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولِّي صلتك بهم

- ١٨- أي مما يلي يعد من انواع الالعب التربوية
(الالعب الصغيرة - ألعاب الفرق - جميع ماسبق)
- ١٩- نوع من النشاط البدني الذي يمارس بصورة فردية أو جماعية
(اللعب التربوي - الألعاب الصغيرة - ألعاب الفرق)
- ٢٠- من أهم أغراض الالعب الصغيرة
(تعليم النظام والطاعة - إكتساب اللياقة البدنية - جميع ما سبق
- ٢١- أي مما يلي لا يعد من مميزات الألعاب الصغيرة
(كثرة عدد المشاركين فيها - تحتاج أدوات كثيرة وغالية الثمن - بساطة القوانين والقواعد)
- ٢٢- من الأدوات المستخدمة في الألعاب الصغيرة
(الحبال - أكياس الحبوب - جميع ماسبق)
- ٢٣- من النقاط الهامة التي يجب على المربي مراعاتها في عملية اختيار الالعب الصغيرة
(الهدف التربوي أو التعليمي - خروج الملموس - نقل الكرات)
- ٢٤- من شروط اختيار الالعب الصغيرة
(مبدأ الفروق الفردية - أن تحقق اللعبة غرض النشاط - أن تكون التمرينات بسيطة)
- ٢٥- من أنواع الالعب الصغيرة
(ألعاب الفصل - ألعاب المسك - جميع ما سبق)
- ٢٦- من الاسس التي يجب مراعاتها في الالعب الصغيرة لتنمية عناصر اللياقة البدنية
(قاعدة استخدام اجزاء الجسم - الهدف التربوي - مكان اللعب)
- ٢٧- من المبادئ التي تراعى عند اختيار الالعب الصغيرة
(تطلبها كثيراً من التجهيزات - سهولة تعلمها وبساطة قواعدها - التغير في طريقة الانتقال)



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولاً ي صلتك بهم

- ٢٨- من أهم أغراض لعبة لمس الزميل
(تنمية عنصر القدرة - تنمية الحواس والرشاقة - تنمية عنصر التحمل والسرعة)
- ٢٩- من الالعاب التي تساعد في تنمية عنصر التوازن وسرعة رد الفعل
(لعبة تنطيط الكرة على الرأس - لعبة المقاعد السويدية - لعبة الصياد)
- ٣٠- من الالعاب التي تساعد في تنمية عنصري القوة والتحمل
(شد الحبل - لعبة الحائط - سباق التوازن)
- ٣١- من المهام والطرق التعليمية لتنفيذ التمارين البدنية العامة للأطفال
(اختبار تمارين الانشطة - تسهيل عند اداء الحركات - جميع ماسبق)
- ٣٢- تعتبر.....المرحلة الأساسية لتعليم الأطفال المهارات الحركية والبدنية والعقلية والصحية
(الايقاع الحركي - اللياقة الحركية - التربية الحركية)
- ٣٣- التربية من خلال..... منحى أو اتجاه جديد في التربية بقصد اخراج التعليم
المدرسي من الاسلوب التقليدي
(الحركة - التعلم - اللياقة)
- ٣٤-..... هو نقطة البداية والنهاية في برامج التربية الحركية
(الطفل - الحركة - المهارة)
- ٣٥- تأتي عن طريق استثارة ميوله والبدء بكل ما هو مألوف لدى الطفل
(ايجابية الطفل - سلبية الطفل - بيئة الطفل)
- ٣٦- معدل نمو الطفل يتسم ب..... فهو ينمو بدنياً وجسدياً وعقلياً وإجتماعياً كل في آن واحد
(الشمول - الايجابية - التوافق)



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولِّي صلتك بهم

٣٧- طبيعة التربية الحركية هي في الواقع تمثل خصائص البيئة التي ينتمي

إليها الطفل من عادات وتقاليد

(التربية الحركية - التعلم الأولي - اللياقة الحركية)

٣٨- التربية الحركية نظام تربوي مبني بشكل اساسي على الامكانيات

(النفس حركية - الفسيولوجية - البدنية)

٣٩- من الصعوبات التي تواجه مهارة دوران الجذع

(الجري - القفز - الثني)

٤٠- من النواحي الفنية والنقاط التعليمية لمهارة الجري

(الذراع تعبر خط منتصف الجسم - عدم لمس القدمان للأرض معاً في وقت واحد - جميع ماسبق)

٤١- من الأغراض التعليمية لمهارة الجري

(ان يعرف الطفل الاتجاهات- ان تطور لدى الطفل مهارة المشي - ان تطور لدى الطفل مهارة الجري)

٤٢- مهارة..... يحدث أن يؤديها الطفل بإرتفاع احدى القدمين والهبوط على نفس قدم الارتقاء

(الجري - الحجل - الوثب)

٤٣- من الاغراض التعليمية لمهارة الحجل التالي :

- ان يتطور لدى الطفل التوافق الحركي الكلي للجسم

ان يعرف الطفل الاتجاهات (ايمن / ايسر)

جميع ما سبق

٤٤- من النواحي الديناميكية المؤثرة في القوام أثناء القفز هي :

(مرجحة الذراعين أماماً وعالياً بإرتفاع مناسب - يجب ميل الجسم للأمام - جميع ماسبق)



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولاً ي صلتك بهم

٤٥- من الاغراض التعليمية لمهارة القفز التالي

- ان يتطور لدى الطفل استخدام الادوات الصغيرة

ان يكتسب الطفل صفات وعناصر حركية عن طريق اللعب بالكرة

جميع ماسبق

٤٦- هو سقوط على اتجاه اللف نتيجة اختلال التوازن

(السقوط الامامي - السقوط الخلفي - السقوط الجانبي)

٤٧- هو سقوط على الكفين

(السقوط الامامي - السقوط الخلفي - السقوط الجانبي)

٤٨- عند رفع الاشياء يجب مراعاة النواحي التالية

(احتفظ بالقدمين مسطحين على الارض بإتساع الكتفين - الميل في نفس اتجاه الشد - جميع ما سبق)

٤٩- أنواع المعلومات التي يتكون منها البرامج الحركية هي

(ظروف البداية - محددات الاستجابة المطلوبة - جميع ماسبق)

٥٠- يقصد بها الاحساسات الداخلية للطفل أو التلميذ المؤدي والنتيجة عند تنفيذ الحركة

(الشعور بالحركة والصوت الناتج عنها) هي

(النتائج الحسية - المخرجات الحركية - ظروف البداية)

٥١- يعتبر..... هو انتقال وزن الجسم من قدم لأخرى اثناء التحرك للأمام

(الجري - الوثب - المشي)

٥٢- من الأغراض التعليمية لمهارة المشي هي :

(ان يتعلم الطفل مهارة الوقوف - المشي داخل دائرة كبيرة - المشي بتدوير الاصابع داخلاً)

التربية الحركية (الفرقة الرابعة)



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولِّي صلتك بهم

٥٣- من التطبيقات الاستكشافية لمهارة المشي التالي

-امشي بسرعة على اجزاء مختلفة من القدم

امشي ببطء على اجزاء مختلفة من القدم

جميع ما سبق

٥٤- عند ضرب الكرة باليدين من أسفل يتم مراعاة التالي

- فرد الزراعين أماماً اسفل في اتجاه الكرة

ركل الكرة الكرة بالجزء الداخلي العلوي للقدم ثم الجزء السفلي الداخلي

جميع ما سبق

٥٥- عند ضرب الكرة باليدين من أعلى يتم مراعاة التالي

- اليد الضاربة في هذه اللحظة ترفع اماماً عالياً بجانب الرأس وهي مثنية

عمل تمهيد للضرب بثني الركبتين قليلاً ثم مدهم لحظة ضرب الكرة

جميع ما سبق

٥٦- تعتبر المهارات الحركية الاساسية..... أساسية لمعظم الانشطة الرياضية

(المشي) - ضرب الكرة الطائرة - (الحوال)

٥٧- اكساب المتعلمين الخبرات التعليمية والقدرات هدف

(معرفي) - حركي - (جميع ما سبق)

٥٨- العمل على اتقان وتثبيت وتطوير المهارات الحركية الاساسية هدف

(نفس حركي) - معرفي - (وجداني)

٥٩- تقدير المتعلمين وتقدير أداء افكار اقرانهم والتسامح مع الاخرين هدف

(معرفي) - وجداني - (نفس حركي)

التربية الحركية (الفرقة الرابعة)



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولِّي صلتك بهم

٦٠- يهتم التعلم بالأهداف

(معرفي - نفس حركي - جميع ماسبق)

٦١- تعتبر..... من الادوات التي يمكن استخدامها في تنمية مهارات التحرك والانتقال

(رمي الكرة - استقبال الكرة - جميع ماسبق)

٦٢- احدى الخصائص التي يجب ان تتوافر في الاداء حتى نطلق عليها مهارة

(مجال الحركة - التوقيت - زمان الحركة)

٦٣- تعتبر الانسيابية إحدى اهم الخصائص التي يجب أن تتوافر في الاداء لنطلق عليها

مهارة وتعتمد على ثلاث نقاط من ضمنها

(مجال الحركة - ديناميكية الحركة - جميع ماسبق)

٦٤-..... هو شكل اتجاه سير الحركة أو الطريق التي تسير بها المهارة

(السرعة - الدقة - مجال الحركة)

٦٥- من المهارات التي يمكن ان نطلق عليها مهارات مغلقة

(ضرب كرة الجولف - المصارعة - جميع ماسبق)

٦٦-..... هي احدى المهارات الحركية الاساسية

(الحبو - المشي - جميع ماسبق)

٦٧- تقسم المهارات الاساسية (الاصلية) إلى

(مهارات انتقالية وغير انتقالية - مهارات المعالجة والتناول ل - جميع ماسبق)

٦٨- يعتبر (المشي - الحبو - الجري) إحدى المهارات

(الانتقالية - غير انتقالية - المعالجة والتناول)

٦٩-..... هي المهارات التي يؤديها الطفل في نفس المكان

(المهارات الانتقالية - المهارات الغير انتقالية - مهارات المعالجة والتناول)



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولِّي صلتك بهم

- ٧١- احدى العوامل التي تحدد المهارة هي
(السرعة) - التوتر العضلي - (الإنسيابية)
- ٧٢- اداء مهارة الدرجة الامامية باستمرار تعتبر إحدى المهارات الحركية
(وحيد الحركة) - المتكررة - (المغلقة)
- ٧٣- هوانتقال وزن الجسم من قدم لأخرى أثناء التحرك للإمام.
المشى. - الجرى. -الحجل .
- ٧٤- من النواحي الفنية لمهارة المشى يجب إن تشير أصابع القدم.....
- للجانب . - للداخل. - للإمام.
- ٧٥- من النواحي الفنية لمهارة المشى.....
-المشى على اطراف الاصابع
المشى بتدوير الاصابع داخلا
-مرجحة الذراعين بالتبادل
- ٧٦- من الصعاب التي تواجه مهارة قاعدة الارتكاز تكون واسعة .
المشى - الجرى -الوثب
- ٧٧- من النواحي الفنية لمهارة..... الالتزام بالتتابع السليم.
المشى. - الجرى. -الحجل .
- ٧٨- من النواحي الفنية لمهارة المشى وضع على الأرض أولاً.
-اصابع القدم. - كعب القدم. -باطن القدم.
- ٧٩-..... يتم بايقاع سريع ويحتوى على مرحله طيران لا يستند فيها الجسم على
الأرض.
-الجرى - الحجل. -المشى.
- 80- الجسم من ١٠ - ٢٠ .
-الجرى. - الحجل. -المشى.
- ٨١- فى مهارة يجب تحريك الذراعين والرجلين في خط مباشر للإمام وليس للجانب.
-الجرى. - الحجل. -القفز.



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولِّي صلتك بهم

- ٨٢- من النواحي الفنية لمهارة دفع القدمين خلفاً يعطي مزيداً من الاندفاع للإمام
-الجرى. - الحجل. -القفز.
83- من الصعاب التي تواجه مهارة الهبوط بالقدم مفلطحاً على الأرض.
-الجرى. - الحجل. -القفز.
٨٤- من الصعوبات التي تواجه مهارة دوران الجذع.
-الجرى. - الحجل. -القفز.
٨٥- يشتمل على الوثب بقدم والنزول على نفس القدم بعد فترة إرتقاء بسيطة في الهواء
-الجرى. - الحجل. -القفز
٨٦- في مهارة يجب بقاء أحد القدمين مرتفعة خلف الطفل بينما يقفز على القدم الأخرى.
-الجرى. - الحجل. -القفز
٨٧- يترك الطفل الأرض بقدم واحدة ويحرك الذراعين للإمام ثم يهبط بعد فترة الطيران بالقدمين معاً.
-الوثب. - الحجل. -القفز
88- يعنى الطيران والبعد عن الأرض بالقدمين معاً ثم الهبوط على القدمين معاً.
-الوثب. - الحجل. -القفز
٨٩- من النواحي الفنية لمهارة ثني الركبتين والكعبين قبل عملية الدفع والإرتفاع.
-الوثب. - الحجل. -القفز
٩٠- من النواحي الفنية لمهارة أن يتم الهبوط على اصابع القدمين مع ثني الركبتين لامتناس صدمة الهبوط.
-الوثب. - الحجل. -القفز
٩١- من النواحي الفنية لمهارة يترك الطفل الأرض بالقدمين معاً دون تحريك الرجلين للخلف
-الوثب. - الحجل. -القفز
٩٢- من انواع الوثب ماعدا
-الوثب مع الهبوط على قدم واحدة
-الجرى والوثب على قدم واحدة
-الجرى والوثب على القدمين



جالس طلبة العلم (النبهاء) وقولِّي صلتك بهم

- ٩٣- من النواحي الفنية..... يجب أن يكون هناك ميل للخلف عند أخذ الإرتقاء
الوثب. - الجرى. - القفز
- ٩٤- من صعوبات مهارة.... عدم القدرة على أداء الإرتقاء السليم بقدم واحدة أو بالقدمين.
الوثب. - الحجل. - القفز
- ٩٥- من صعوبات مهارة.....السقوط للخلف عند الهبوط.
الوثب. - الحجل. - القفز
- ٩٦- من صعوبات مهارة..... الفشل في فرد الرجلين للأمام عند الهبوط.
الوثب. - الحجل. - القفز
- ٩٧- من النواحي الفنية لمهارة..... أن يكون هناك ميل للخلف عند أخذ الإرتقاء.
الوثب. - الحجل. - القفز
- ٩٨- أى مما يلى يعد من الأنشطة التي تؤدي من الثبات فى المكان؟
(القفز - الحجل - الثني)
- ٩٩- يشكل...الهدف المباشر للتربية الحركية ويشمل علي اللياقة البدنية والحركية
(العامل الفلسفي - العامل النفسي - الشمول)
- ١٠٠- يحدد هذا العامل طبيعة الطفل من حيث شخصيته وكيفية تكوين شخصية الطفل المتكاملة
(العامل الفلسفي - العامل النفسي - الشمول)

مع تمنياتنا بالنجاح والتوفيق,,,,,

أستاذ المقرر

أ.د/ كامل عبد المجيد قنصوه