

جامعة بنها
كلية التربية الرياضية للبنين
قسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية
وررياضات المضرب

نموذج إجابة امتحان مادة كرة القدم (ب)

الفرقة الثانية (نظام حديث)
الفصل الدراسي الثاني
للعام الجامعي ٢٠١٢ - ٢٠١٣ م
الدرجة : ٣٠

إعداد

أستاذ المادة : أ.م.د. /

ياسر محفوظ الجوهري

/د

محمد محمود مصلحي

إجابة السؤال الأول (١٠ درجات)

أ- ضع علامة √ أو X أمام العبارات التالية (١٠ درجات)

١- (X)

٢- (X)

٣- (X)

٤- (X)

٥- (X)

٦- (√)

٧- (√)

٨- (√)

٩- (√)

١٠- (√)

١١- (X)

١٢- (X)

١٣- (X)

١٤- (X)

١٥- (X)

١٦- (√)

١٧- (√)

١٨- (√)

١٩- (√)

٢٠- (√)

إجابة السؤال الثاني (١٠ درجات)

أ- أكمل الفراغات الآتية (٧.٥ درجة)

- ١- يعتبر الإمتصاص أحد أهم أنواع السيطرة وهو يحتوى على أنواع.
- ٢- هناك عناصر للياقة البدنية الخاصة بلاعب كرة القدم.
- ٣- هناك شروط لكي تكون رمية التماس صحيحة .
- ٤- خطوط الملعب جميعها بعرض بوصة .
- ٥- ارتفاع قائم الرماية الركنية قدم .
- ٦- معدات اللاعبين محده ولا يسمح بأى مخالفة بها وعددها أشياء .
- ٧- فى حالة تعادل فريقين واللجوء للضربات الترجيحية يكون لكل فريق عدد ضربة.
- ٨- للتدريب على المهارات الأساسية خطوات عددها ٦ خطوة للوصول للأداء المتقن .
- ٩- هناك مهارات أساسية بالكرة ، ٦ مهارات لا يمكن أن تلعب باليد .

- ١٠- منطقة عرضها ٢٠ ياردة يقف داخلها الحارس معظم الوقت هي منطقة ٦ ياردة.
- ١١- لا يمكن بدء المباراة بعدد ٦ لاعبين لأي فريق ، أما إذا زاد هذا العدد بلاعب واحد فقط يمكن بدء المباراة.
- ١٢- في المباريات الدولية يكون عدد التبديلات المسموح بها للفريقين معا ٦ تبديلات.
- ١٣- المسافة المحصورة بين خط المرمى والخط الأفقى الخاص بمنطقة المرمى ٦ ياردة.
- ١٤- المسافة المحصورة بين خط منطقه المرمى الموازى لخط المرمى ونقطة الجزاء ٦ ياردة.
- ١٥- المسافة المحصورة بين نقطة الجزاء والخط الأفقى لمنطقه الجزاء ٦ ياردة.

ب- ضع تعريفاً واحداً فقط لكلاً من (٢.٥ درجة)

١- الإعداد البدنى الخاص

يعرف الإعداد البدنى الخاص أنه تنمية الصفات البدنية الضرورية للأداء التنافسى فى كرة القدم والعمل على دوام تطورها لأقصى مدى حتى يمكن الوصول باللاعبين إلى حالة التدريب المثلى .

٢- التحمل

يعرف التحمل عامة قدرة اللاعب على مقاومة التعب الناتج عن تأدية واجباته البدنية والمهارية والخطئية أثناء المباراة بدرجة عالية من الإجادة والدقة والتركيز قبل أن يشعر بالإجهاد .

٣- السرعة

تعرف السرعة فى كرة القدم تعنى: "قدرة اللاعب على الأداء المهارى، وكذا الانتقال، ورد الفعل المثيرات الخارجية والداخلية بسرعة كبيرة وفى أقل زمن ممكن بما يحقق متطلبات اللعب .

٤- الرشاقة

تعرف الرشاقة على "أنها التنسيق بين الحركات" وهى تؤدى إلى ارتفاع الأداء المهارى وسرعة تعليم وتأهيل المهارات الأساسية لدى اللاعبين .

٥- المرونة الخاصة

تعرف المرونة الخاصة: وهى القدرة على أداء الحركات بمدى واسع فى اتجاهات معينة طبقاً للناحية الفنية الخاصة بنشاط رياضى معين .

إجابة السؤال الثالث (١٠ درجات)

أ- اختر الإجابة الصحيحة (٧.٥ درجة)

١- فى خطوة التدريب على المهارات الأساسية للوصول إلى الأداء الدقيق تحت ظروف بسيطة وثابتة يتم إعطاء طرق تدريب تتناسب مع هذه المرحلة

أ- تمرينات الإحساس

ب- تمرينات فنية إجبارية

د- كل ما سبق

ج- تمرينات بالأجهزة .

٢- الحد الأدنى لمحيط الكرة

ب- ٢٧ بوصة

أ- ٢٦ بوصة

- ج- ٢٨ بوصة د- ٢٩ بوصة
- ٣- إذا لمس منفذ أى ركلة الكرة مرة ثانية قبل أن تلمس لاعباً آخر
- أ- ركلة حرة مباشرة للفريق المنافس ب- إسقاط الكرة
- ج- ركلة حرة غير مباشرة للفريق المنافس د- كل ما سبق
- ٤- تأخر لاعب من أحد الفريقين ولم يتم تسجيله من قبل الحكم فى قائمه البدلاء وجاء عقب صافرة الحكم مباشرة
- أ- يتم استبداله فى الشوط الأول ب- يتم استبداله فى الشوط الأول
- ج- لا يتم استبداله نهائياً د- (أ ، ب) معاً
- ٥- الحد الأدنى للطول فى الملعب القانونى
- أ- ٥٠ ياردة ب- ٧٠ ياردة
- ج- ٨٠ ياردة د- ١٠٠ ياردة
- ٦- يقوم اللاعب بالربط بين طريقتى الفهم والمحاولة وحذف الخطأ فى التعليم، ثم الارتقاء بمستوى أدائه حتى يصل إلى اكتساب المقدرة والدقة فى أداء الحركة فما هى هذه المرحلة
- أ- مرحلة التوافق البدائى ب- مرحلة التوافق المبدئى
- ج- مرحلة التوافق الجيد د- مرحلة إتقان وثبوت المهارة
- ٧- من أنواع تحمل السرعة فما هى
- أ- تحمل السرعة المتوسطة ب- تحمل السرعة تحت المتوسطة
- ج- تحمل السرعة القصوى د- (أ ، ج) معاً
- ٨- إذا قام اللاعب منفذ ركلة البداية بتسديد الكرة نحو مرمى المنافس ودخلت المرمى مباشرة دون أن تلمس أحد
- أ- هدف ب- ركلة حرة مباشرة للفريق المنافس
- ج- تعاد مرة ثانية د- ركلة حرة غير مباشرة للفريق المنافس
- ٩- تكون الراحة فى حمل التدريب المستمر أثناء التدريبات والتمارين
- أ- راحة كبيرة ب- راحة متوسطة
- ج- لا توجد راحة د- راحة بسيطة
- ١٠- ليست ضمن المهارات الأساسية بدون كرة فما هى
- أ- الجرى الحر ب- الضغط الجماعى
- ج- الوثب د- وقفة المدافع
- ١١- الحد الأدنى للعرض فى الملعب الدولى
- أ- ٥٠ ياردة ب- ٧٠ ياردة
- ج- ٨٠ ياردة د- ١٠٠ ياردة
- ١٢- يهدف التدريب الفترى مرتفع الشدة إلى تنمية الصفات البدنية الآتية
- أ- تحمل السرعة ب- التحمل الخاص

د- التحمل العام

ج- (أ ، ب) معاً

١٣- أكثر الأنواع شيوعاً في الجرى بالكرة

ب- بوجه القدم الأمامى

أ- بوجه القدم الخارجى

د- (أ ، ج) معاً

ج- بسن القدم

١٤- مدى الحركة التى يستطيع العضو المتحرك الوصول إليها أو الثبات فيه

ب- المرونة الإستاتيكية

أ- المرونة الديناميكية

د- كل ما سبق

ج- المرونة البلاستيكية

١٥- يعاد إسقاط الكرة في الحالات التالية

ب- إذا لمس الكرة لاعب الفريق (ب) قبل أن

أ- إذا لمس الكرة لاعب الفريق (أ) قبل أن تلمس

تلمس الأرض .

الأرض .

د- كل ما سبق

ج- خرجت الكرة من ميدان اللعب دون أن يلمسها

أحد

ب- ترجم هذه المصطلحات إلى اللغة العربية (٢.٥ درجة)

م	الكلمة باللغة الإنجليزية	الكلمة باللغة العربية
١	Agility	الرشاقة
٢	Soccer	كرة قدم
٣	Endurance	التحمل
٤	Sprint	سرعة الإنتقال
٥	Speed	السرعة

مع أطيب التمنيات بالنجاح والتوفيق
أستاذ المادة : أ.م.د/

ياسر محفوظ الجوهري

د/ محمد محمود مصلحى