



العام الجامعي : ٢٠١٣ : ٢٠١٤ م

كلية التربية الرياضية للبنين ببناها

قسم نظريات وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار الزمن : ساعتين

الدرجة : ٤٥

إمتحان نظريات وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار تخلفات الفرقة الثانية .

السؤال الأول :

(١٥ درجات)

- أذكر المراحل الفنية لكلاً من المسابقة

- ١ - مسابقة إطاحة المطرقة .
- ٢ - مسابقة الوثب العالي .

السؤال الثاني:

(١٥ درجات)

- أكمل

- ١ - الحد الأدنى لطريق الأقتراب متر في الوثب العالي .
- ٢ - منطقة الهبوط في الوثب العالي يجب ألا تقل مساحتها عن x
- ٣ - تتكون المطرقة من ثلاثة أجزاء ، ،
- ٤ - قطر رأس المطرقة الحد الأدنى سم ، بينما الحد الأقصى سم
- ٥ - الحد الأدنى للوزن الكلي للمطرقة

السؤال الثالث:

(١٥ درجات)

ضع علامة (صح) أو (خطأ) .

- ١ - حاملا العارضة في الوثب العالي بعرض ٤ سم ، وبطول ٥ سم ()
- ٢ - أقصى وزن العارضة يجب أن يكون ١ كيلو جرام ()
- ٣ - يجب أن يكون قفص المطرقة على شكل مثلث ()
- ٤ - إتساع فتحة القفص ٥ أمتار في مسابقة إطاحة المطرقة ()
- ٥ - المسافة بين القائمين لا تقل عن ٤ م ولا تزيد عن ٤.٠٤ م في الوثب العالي ()

بالنجاح والتوفيق ،،

نموزج الاجابه

١ / الاقتراب- الارتقاء- تعديه العارضه الهبوط

المراحل الفنية لمسابقة لأطاحة المطرقة مسك وحمل المطرقة ، وقفة الإستعداد ، مرجحات ، دورنات ، الوصول لوضع الرمي ، الرمي ، الإلتزان ،

- ١ - الحد الادنى لطريق الاقتراب ١٥ متر فى الوثب العالى .
- ٢ - منطقة الهبوط فى الوثب العالى يجب الا يقل مساحتها عن 3×5 .
- ٣ - تتكون المطرقة من ثلاثة أجزاء المقبض ، السلك ، الرقص .
- ٤ - الحد الادنى للوزن الكلى للمطرقة ٧.٢٦٠ كم .

١١-١٣ اسم

اجابه السؤال الثالث/

x/x/x/x/صح

أ.م.د / حمدي محمد علي