



كلية التربية الرياضية للبنين

الفصل الدراسي الاول

العام الجامعي ٢٠١٢/٢٠١٣

نموذج اجابة مادة الاختبارات والمقاييس

الفرقة الثالثة نظام قديم

أستاذ المادة

أ.د/ محمود يحيى سعد

التاريخ / السبت ٢٠١٢/١/٥



الفصل الدراسي الاول ٢٠١٢/٢٠١٣

التاريخ: السبت ٢٠١٣/١/٥

الزمن : ساعتان

الدرجة : ٨٠

كلية التربية الرياضية

قسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية

الفرقة الثالثة

امتحان مادة الاختبارات والمقاييس

السؤال الأول :

- اذكر تعريف لكل من " القياسات الجسميه - اللياقه البدنيه - الإختبار - السعه الحيويه " .
- اذكر أهمية دراسة القياسات الجسميه فى مجال الترييه البدنيه والرياضه ؟
- اذكر أنواع القياس ؟ مع ذكر مثال لكل منها ؟

.....

السؤال الثانى :

(أ) أكمل العبارات الآتيه :

- يستخدم جهاز فى قياس الطول الكلى للجسم .
- يمكن قياس عرض المنكبين بإستخدام جهاز من خلال
- صدق الإختبار تعنى
- يستخدم جهاز SkinFold Caliper فى قياس
- يعرف القياس بأنه

(ب) اذكر أغراض القياس فى الترييه البدنيه والرياضه مع شرح (٣) منها ؟

.....

السؤال الثالث :

(٣٠ درجه)

- اذكر أنواع صدق الإختبار مع شرح إحداها بالتفصيل ؟
- اذكر أنواع الإختبارات ؟ مع ذكر مثال لإختبار بدنى لأحد عناصر اللياقه البدنيه ؟
- اذكر أهميه السعه الحيويه كأحد القياسات الشائعه فى مجال الترييه البدنيه والرياضه ؟

مع خالص تمنياتى بالتوفيق

أ.د / محمود يحيى سعد

نموذج إجابة مادة الإختبارات و المقاييس – الفرقة الثالثة – نظام قديم السؤال الأول : (١)

- تعريف القياسات الجسميه : كل ما يمكن قياسه فى الجسم البشرى باعتباره التقدير الكمى لقياسات جسم الانسان وتحديد علاقات أجزاء الجسم بعضها بالبعض الاخر .
- تعريف اللياقه البدنيه : * القدرة على أداء الواجبات اليوميه بحيويه ويقظه دون تعب لا مبرر له مع توافر جهد كاف للتمتع بهوايات وقت الفراغ ومقابلة الطوارئ غير المتوقعه .
* مدى كفاءة البدن فى مواجهة متطلبات الحياه .
- تعريف الإختبار : * أى طريقه نظاميه للمقارنه بين سلوك فردين أو أكثر .
* طريقه عمليه لقياس مستوى الأفراد والجماعات .
- تعريف السعه الحيويه : أقصى حجم من الهواء يمكن إخراجة فى عملية الزفير بعد أخذ أقصى شهيق .

(٢) أهمية دراسة القياسات الجسميه فى مجال التربية البدنيه والرياضه :

١. لها اهمية كبيره فى تقدير نمو الافراد .
٢. التفريق بين جسم الانسان والحيوانات القريبه منه .
٣. معرفة الفرق بين الاجناس المختلفه وتأثير البيئه عليها .
٤. تمدنا هذه القياسات بمعلومات مفيده عن النمو والتطور الحركى للافراد .
٥. لها علاقات عاليه بالعديد من المجالات الحيويه فالنمو الجسمى له علاقته بالصحه والتوافق الاجتماعى والافتعالي للطفل .
٦. ترتبط القياسات الجسميه بالقدرات الحركيه والتفوق فى الانشطة الرياضيه .
٧. تساعد فى الكشف عن التشوهات القواميه والمقارنه فى الاداء الرياضى وجمع البيانات .
٨. تساعد فى تحديد الامكانيات التى تتناسب والقياسات الجسميه للعبين واللاعبات .
٩. تساعد فى تقسيم التلاميذ الى مجموعات متجانسه بواسطة بعض القياسات الجسميه لتسهيل سير العمليه التدريسيه فى درس التربيه الرياضيه .

١٠ . يمكن التعديل والتغيير في البرنامج على اساس نتائج القياسات الجسميه .

(٣) اذكر أنواع القياس ؟ مع ذكر مثال لكل منها :

١. قياس مباشر : يتم القياس المباشر على سبيل المثال حين نقيس طول التلميذ وعندما نقيس الجلد الدورى التنفسى للتلميذ بإستخدام النبض أو ضغط الدم أو سرعة إستعادة الشفاء .
٢. قياس غير مباشر : يتم القياس الغير مباشر على سبيل المثال عند قياس تحصيل التلاميذ فى خبره معينه أو حين نقيس ذكاء اللاعبين من التلاميذ وتصرفهم الخططى وذلك عن طريق الإستجاباه لمواقف معينه تتطلب نوعاً من السلوك الذكى .

السؤال الثانى :

أكمل العبارات الاتيه : (أ)

- يستخدم جهاز الرستاميتير فى قياس الطول الكلى للجسم .
- يمكن قياس عرض المنكبين بإستخدام جهاز البلفوميتر من خلال وضع طرفى الجهاز على القمتين الوحشيتين للنتوين الأخروميين لعظمتى اللوحين .
- صدق الإختبار تعنى الدرجه التى يمتد إليها فى قياس ما وضع من أجله ، أو الذى يقيس بدقه الظاهره التى وضع من أجلها .
- يستخدم جهاز SkinFold Caliper فى قياس سمك الدهن .
- يعرف القياس بأنه تقدير الأشياء والمستويات تقديراً كمياً وفق إطار معين من المقاييس المدرجه .

(ب) أغراض القياس فى التربية البدنيه والرياضه :

- الدافع (الحافز) .
- التشخيص .
- التصنيف .
- الإنجاز .
- التنبؤ .
- التدريب .
- الإكتشاف .
- الإنتقاء .
- البحث العلمى .
- التوجيه .
- المعايير والمستويات .
- تقويم التدريس والبرامج .

أولاً : الدافع (الحافز) :

إن عملية القياس اذا ما استخدمت بطريقة صحيحة فى مجالات التربية البدنيه والرياضه المدرسيه تكون وسيله رائعه للتشويق والإثارة كما ان القياس يمكن ان يحفز التلاميذ عند اشتراكهم فى اختبار من اجل تحديد مستوى ادائهم فى اى من أنشطة التربية البدنيه والرياضه المدرسيه فالاداء غير المصحوب بالقياس قد يصاحبه ملل وكسل وعدم حماس .

كما أن معظم التلاميذ يستمتعون بمقارنة ادائهم الماضى فى مجالات أنشطة التربية البدنيه والرياضه المدرسيه بادائهم الحالى الأمر الذى يدفعهم للعمل على تحسين نتائجهم الاصيليه عندما يعرفون بعقد قياس سوف يتم مرة اخرى وبذا يرتفع قيمة القياس فى ظغثارة دوافع التلاميذ نحو الممارسه الجاده الهادفه فى التربية البدنيه والرياضه المدرسيه .

ثانياً : التشخيص :

يعتبر القياس من أكثر الوسائل إستخداماً فى مجالات التربية البدنيه والرياضه المدرسيه فالقياس يساعد مدرس التربية الرياضيه على تحديد مواضع الضعف ونقاط القوة فى برنامج التربية البدنيه والرياضه المدرسيه بصفه عامه ونقاط الضعف والقوه فى مجالات التربية البدنيه والرياضه لمجموعه من التلاميذ بصفه عامه او لتلميذ واحد بصفه خاصه .

كما يعتبر القياس كوسيله تشخيصيه ذات اهمية كبيره بعد مشاركة التلاميذ فى برنامج تعليمى أو تدريبي محدد فى مجالات التربية البدنيه والرياضه المدرسيه لعدة اسابيع حيث يكون القياس وسيله للتشخيص يساعد على تحديد التلاميذ الذين لم يتقدم مستوى أدائهم .

ثالثاً : التصنيف :

يختلف التلاميذ فيما بينهم من حيث القدرات والإمكانات والاستعدادات والميول والرغبات وما الى ذلك من متغيرات اخرى ومن هذا المنطلق تبرز اهمية عملية التصنيف كضروره ملحه لتجميع من هم متجانسين بعضهم مع بعض عند التخطيط لتنفيذ البرنامج .

كما قد يكون هناك فترة يرغب فيها مدرس التربية الرياضيه تصنيف التلاميذ فى مجموعات متماثله من اجل سهولة التدريس بالاضافه الى ذلك فان التلاميذ عادة ما يشعرون بالراحه أكثر عندما يشاركون فى الاداء مع اخرين ذوى مهاره مماثله بصفه عامه وفى ممارسه الأنشطة الرياضيه بصفه خاصه .

السؤال الثالث :

- أنواع صدق الاختبار :

١. الصدق الظاهرى (السطحى) .
٢. الصدق الذاتى .

٣. الصدق العاملى .
٤. الصدق التنبؤى .
٥. صدق المحتوى أو المضمون .
٦. الصدق التلازمى .
٧. الصدق التجريبي (المرتبط بالمحك) .
٨. صدق المفهوم .
٩. صدق التكوين الفرضى .
١٠. الصدق عن طريق الاتساق داخل وحدات الاختبار .

الصدق المحتوى أو المضمون:

- يهدف صدق المحتوى أو المضمون إلى معرفة مدى تمثيل الاختبار أو المقياس لجوانب السمة أو الصفه أو القدره المطلوب قياسها وبمعنى اخر يهدف هذا النوع من انواع الصدق الى بيان ارتباط الجانب المقيس بغيره من الجوانب الاخرى بالنسبه للظاهره ، وغالبا ما يرتكز هذا النوع من الصدق على الاحكام الذاتيه وتغيرات الحكام .

- أنواع الاختبارات ومثال لاختبار بدنى :

التقسيم الاول :

١. اختبارات فرديه .
٢. اختبارات جماعيه .

التقسيم الثانى :

١. اختبارات موضوعيه .
٢. اختبارات ذاتيه .

التقسيم الثالث :

١. اختبارات اقصى أداء .
٢. اختبارات الاداء المميز .

التقسيم الرابع :

١. اختبارات الاداء .
٢. اختبارات الورقه والقلم .

إختبار الشد لأعلى على العقلة (للبنين)

الغرض من الاختبار : قياس قوة عضلات الزراعين والكتفين للرجال والاولاد فوق ١٢ سنة .
الأدوات : عقلة أو اداه بديله مثل عارضة مستعرضه على ان تكون مرتفعه بحيث لاتلامس القدمان الارض والمختبر فى وضع التعلق والزراعان مفرودتان ، بوردرة طباشير .
طريقة الأداء : من وضع التعلق يقوم المختبر بثنى الزراعين حتى تصل الذقن فوق مستوى عارضة العقلة ويلاحظ عدم حدوث مرجحات أثناء الاداء بعد ذلك يفرد المختبر الزراعين لينخفض الجسم الى وضع التعلق على ان يكون ذلك باستمرار أكبر عدد من المرات .
التسجيل : يسجل أكبر عدد ممكن من المحاولات الصحيحه .
إدارة الإختبار :

محكم : يقوم بملاحظة الاداء واعطاء اشارة البدء .

مسجل : يقوم بالنداء على المختبرين وتسجيل النتائج .

.....

- **أهمية السعه الحيويه كاحد القياسات الشائعه فى مجال التريه البدنيه والرياضه :**
- السعه الحيويه تعكس كفاءة اللاعب الفسيولوجيه فاللاعبون الذين يتمتعون بسعه حيويه يصبحون رياضيين على مستوى عال ويحرزون تقدما ملموسا فى تلك الانشطة التى تلعب فيها كفاءه الجاهز الدورى التنفسى .
- يرتفع مقدار السعه الحيويه عند الرياضيين عن اقرانهم غير الرياضيين كما انها تختلف بين الرياضيين أنفسهم تبعا لنوع النشاط الرياضى الممارس كما ان مستواها يختلف بين اللاعبين داخل النشاط الرياضى الواحد تبعا للمستوى ، وقد ثبت ان السعه الحيويه تزداد بالتدريب الرياضى المنتظم .

والله ولى التوفيق

أ.د/ محمود يحيى سعد