



جامعة بنها
كلية التربية الرياضية للبنين
المقرر: تطبيقات علم الحركة في رياضات
التخصص
شعبة " رياضة مدرسية "

عدد الساعات التدريسية: ساعتان تدريسيتان اسبوعيا
الفرقة: الرابعة (نظام حديث)
العام الجامعي: ٢٠١٢/٢٠١٣
الفصل الدراسي: الاول
الثلاثاء: ٢٠١٣/١/١٥ م
فترة الزمنية: ١٤,٣٠ : ١٦,٣٠
الدرجة: ٣٠ درجة
عدد الأسئلة (٥) إجباري

اسم الطالب الرباعي : رقم الجلوس

ملحوظات هامة : يجب قراءة هذه التعليمات بدقة قبل الإجابة علي أسئلة الامتحان

يهدف الامتحان الي :

- أ- قياس قدرة الطالب علي استيعاب ما جاء بالمحاضرات.
 - ب- قياس قدرة الطالب علي استيعاب ما جاء بالمراجع الدراسية المقررة.
 - للنظام والتنسيق وحسن الخط وعرض الإجابة أثر كبير في تقدير الدرجة .
 - يراعي الزمن المقترح للإجابة علي كل سؤال بجوار السؤال.
 - يراعي الإجابة عن فقرات كل سؤال في صفحات مستقلة .
 - يمنع منعاً باتاً الإجابة علي فقرة تخص أحد أسئلة الامتحان داخل احد الأسئلة الاخرى
 - لا تكتب إجابات من أي نوع علي ورق الأسئلة .
 - ضرورة كتابة الأسم ورقم الجلوس علي جميع أوراق الأسئلة بالقلم الجاف .
 - يتحمل الطالب المسؤولية الكاملة الناتجة عن مخالفة التعليمات السابقة .
 - عدد الأوراق (١) ، عدد صفحات الأسئلة (٢) .
- أجب عن الأسئلة الآتية في حدود الوقت المخصص للإجابة مع مراعاة توزيع الدرجات:
السؤال الأول : (وقت مقترح ٢٠ دقيقة) الدرجة (١٠ درجة)

أ- عرف التحليل الكيفي ؟

- (الملاحظه المنظمه والحكم على مدى جودة حركه الانسان بهدف زياده التدخل لتحسين الاداء)
ب- تكلم عن اسهامات التعلم الحركى فى التحليل الحركى ؟
(ركز على الموضوعات المرتبطه بالسرعة والدقة فى تعلم مهارة حركية جديده ويكمن فى ثروة المعلومات عن تأثير انواع متعدده من التغذية الرجعية عند تعلم المهارات الحركية)

ج- عرف التوازن ؟

- (التوافق الحيوى لردود الفعل الانعكاسية لجسم الانسان مع المجال الادراكى فى متابعة حركة مركز الثقل على خط عملة ضد الجاذبيه ليسقط فى منتصف قاعدة الارتكاز اثناء الثبات والحركة)

د- اذكر انواع التوازن ؟

(الثابت - الديناميكي)

السؤال الثانى : (وقت مقترح ٣٠ دقيقة) الدرجة (٥ درجات)

أ- اذكر خصائص الاتزان ؟

- (- ان يكون الوضع عادى وطبيعى دون مجهود
- الوضع المنتصب ليس ثابتاً فهو فى الحقيقة حركة على قاعدة ثابتة

- الحركة الاهتزازية لكل شخص متزنة تماما مع متوسط وضع الجاذبية بالنسبة لوضع الثبات
- خطوط الاتزان كخطوط الجاذبية الارضية
- الشد الواقع على الجسم لا يؤدي الى الارهاق والالام فى الجسم بل وايضا الى تغيرات فى العظام)
- ب- اذكر العوامل التى تؤثر فى الاتزان ؟
 - (ارتفاع مركز الثقل
 - مساحه قاعدة الارتكاز
 - علاقة خط الثقل بقاعدة الارتكاز
 - كتلة الجسم
 - تأثير العزم والدفع الناتج عن القوة الخارجيه
 - الاحتكاك
 - التجزئة
 - العوامل النفسيه والبصرية
 - العوامل الفسيولوجيه
 - زمن الرجوع
 - المد المنعكس
 - زاويه السقوط)
- ج- كيف تحدد حركة سرعة الجسم اثناء العدو ؟
 - (١- نختار نقطة بداية الحركة
 - نحول المسافة المقيسه الى قيمتها الحقيقية
 - احتساب عدد الصور المستغرقة
 - احتساب السرعة
 - حساب السرعة العمودية
 - الحصول على السرعة النهائية
 - الحصول على القيم العددية للسرعة المتجهه
 - استنتاج مقادير القيم ورسم خط مسار التعجيل ونقله بيانيا)
- د - كيف تحدد طول الخطوات وترددتها فى العدو واحتسابها ؟
 - (تحديد العلاقة بين طول رجل الركض وطول الخطوة
 - هناك علاقة مع تردد الخطوة
 - اقصى طول للخطوة)

الصفحة - ١ - من ٢

الدرجة (٥درجات)

السؤال الثالث : (وقت مقترح ٢٠ دقيقة)

- أ- كيف نقوم بعمل تحليل منحنى (القوة - الزمن) لفعاليات الوثب العالى عند الارتقاء ؟
- احتساب مساحة ما تحت المنحنى بيانيا
 - الزمن الكلى للمرحلة
 - مقدار القوة المسجلة على المنحنى
 - مقارنة مسار منحنيات القافزين للوقوف
 - مناقشة المنحنيات ووضعها فى جدول القافزين)

ب- كيف نقوم بعمل تحليل كفى لاحدى المهارات الرياضية ؟ (اجابة مفتوحة)

- ج - اذكر خطوات تحديد مركز الثقل ؟
- تحديد المنظومة الحسابية للصورة المختارة
- تعد وضعية الرياضى ثابتة
- تحديد بعد القياس
- وضع نقاط على الصورة الفوتوغرافية
- تقطيع الجثة الادمية والحصول على النتائج
- قياس طول جميع الاجزاء
- قياس بعد النقطة على المحورين الافقى والعمودى
- نجمع القيم العمودية والافقية
- تحديد مركز ثقل الجسم

د - اذكر الادوات المستخدمة فى تحديد مركز الثقل ؟

- ادوات للرسم
- ورق بيانى
- جدول فيشر
- صورة فوتوغرافية للتمرين الرياضى

السؤال الرابع : (وقت مقترح ٢٠ دقيقة) الدرجة (٥ درجات)

- أ- اذكر خطوات عمل رسم المسار الحركى لصورة فى احدى المهارات الرياضية ؟
- نحدد النقاط المادية للمفاصل المختارة
 - اعداد جدول
 - تحديد الاحداثيات
 - نستخدم لكل مفصل نوع خط معين
 - توصيل النقاط مع بعضها البعض
 - توضيح طريقة قياس الزوايا المحصورة
 - المقارنة
 - احتساب زمن المرحلة واقسامها على حدة للوصول لنقاط القوة والضعف

ب- اذكر طرق قياس زوايا الطرف العلوى مع ذكر الادوات المستخدمة ؟

.....	رسم	ثنى	مد	المرفق	الكتف	زوايا	الصورة
....							

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

ج - اكتب جدول قياس الوثب العالى للارتقاء ؟

رقم المحاوله	اسم اللاعب	مساحة ما تحت المنحنى	الزمن الكلى	اقصى قوة هبوط	زمن تأثيرها	اقل قوة	زمنها	اقصى قوة دفع	زمن تأثيرها

السؤال الخامس : (وقت مقترح ٢٠ دقيقة) الدرجة (٥ درجات)

- أ- اذكر فى نقاط تقويم المهارات الرياضية عن طريق حساب النقط ؟
- الطريقة الاولى : اداء الحركة وتقييمها مباشرة بواسطة الخبراء او خير عن طريق المشاهدة مع التسجيل
- الطريقة الثانية : اداء الحركة وتقويمها بواسطة التسجيل اولا عن طريق (فيلم) قم عرضها مرة اخرى بواسطة اجهزة العرض المعروفة وتحليلها من قبل الخبراء او الخبير . (ولهذا يجب)
- ١- معرفة البناء الحركى للمهارة الرياضية .
 - ٢- وضع المواصفات الخاصة لكل مرحلة ولكل قسم من مراحل وأقسام الحركة .
 - ٣- اعطاء كل مرحلة وقسم انقاط حسب اهميتها .
 - ٤- تقويم كل مرحلة وقسم بمراحل و اقسام النقط التكنيك النموذجي الخاص بتلك المهارة .
- ب- اذكر بعض الاجهزة والادوات التى تستخدم فى قياس الاداء الحركى والتحليل الحركى ؟ (اجابة مفتوحة)
- ج- اذكر ماتعرفه عن التحليل الحركى الكيفي ؟ (اجابة مفتوحة)

انتهت الأسئلة

تمنياتى بالتوفيق

د/ تامر حسين الشتيحي

ت: ٠١٠٠٥٤٠٢١٠٠٠

Tamar.alshetaihy@fped.bu.edu.eg

www.bu.edu.eg

www.bu.edu.eg/faculty/physics_edu.html

info@fped.bu.edu.eg

٠١٣٣٢٢٧٣٩٩

عنوان الجامعة علي شبكة الانترنت (نموذج

الإجابة)

موقع الكلية

البريد الالكتروني

تليفون الكلية

الصفحة -٢- من ٢