

اسم المحاضر: جميع المحاضرين
رقم الطالب: _____
اسم الطالب: _____
الكلية: كلية التربية
القسم / التخصص: _____

جامعة فلسطين

الامتحان النهائي
الفصل الدراسي الثاني
2018-2017

رقم المساق: EBSC 4226
اسم المساق: تربية رياضية
تاريخ الامتحان: 2018/5/21
عدد الأسئلة: 7
زمن الامتحان: ساعتين

أجب عن الأسئلة التالية:

السؤال الأول: (5 درجات)

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة.

- 1- اللياقة البدنية هي الحالة السليمة للفرد من حيث المكونات الجسمية والعضوية ، والتي تمكنه من استخدام جسمه بمهارة في نواحي النشاط الذي يتطلب القوة والقدرة والسرعة والتحمل بأكبر جهد ممكن . ()
- 2- المقصود بالنشاط الرياضي هو الذي يعمل علي تربية النشء تربية متزنة ومتكاملة ()
- 3- المرونة هي مقدرة الفرد علي تغيير اتجاهه وأوضاعه في الهواء بأقصى سرعة وتوافق ()
- 4- القوة العضلية هو مقدرة العضلة علي الاستمرار في بذل جهد متعاقب ()
- 5- الجلد العضلي هي مقدرة الفرد علي اخراج اكبر قدر من القوة في اقصر زمن ()
- 6- تنفيذ نظرية الاعداد للحياة بأن اللعب له وظيفة أساسية هي اعداد الطفل للمشاركة في النشاط المدرسي بشكل أفضل ()
- 7- تنقسم الالعاب الصغيرة من حيث طبيعة العمل الي العاب تؤدي بأدوات ، وأخري تؤدي بدون أدوات ()
- 8- من خصائص نشاط الاجهزة لاتمنح فرصة للأطفال للتعبير عن انفسهم بحرية ()
- 9- من ضمن مبادئ تعليم الالعاب الصغيرة يفضل تنويع السباق وعدم تعديل الحركات حتي تظل مشوقة ()
- 10- من خصائص نشاط الاجهزة لاتحقق الرغبات التربوية للأطفال وفقا للاهداف المرصودة ()

السؤال الثاني : (6 درجات)

عرف/ي كلًا من :

أ- القيادة.

.....

ب- الاعاقة.

.....

ج- الاستبقاء في الدورات الرياضية.

.....

د- برهة الانتظار في التمرينات.

.....

هـ- الاسعافات الأولية .

.....

و- اللياقة البدنية .

.....

السؤال الثالث : (4 درجات)

أذكر /ى مفهومك للألعاب التمهيدية للألعاب الكبيرة مع ذكر أقسامها بالتفصيل .

.....

.....

.....

.....

السؤال الرابع : (3 درجات)

أذكر/ ي عشر رياضات من رياضة ذوي الاعاقة .

السؤال الخامس: (3 درجات)

تعتبر التمرينات الرياضية مدخلا أساسيا في أي نشاط رياضي ولا يخلو نشاط من وجود تمرينات من خلال فهمك لمادة التمرينات الرياضية.

1-عرف/ي التمرينات الرياضية.

2-أذكر/ي مميزات التمرينات الرياضية.

3-أذكر/ي طريقة كتابة التمرينات الرياضية.

السؤال السادس : (6 درجات)

الدورات الرياضية هي سلسلة من الأنشطة الرياضية التي تتم بين جماعات أو أفراد والتي يتم فيها تحديد الفائزين وترتيبهم حسب نتائجهم، من خلال دراستك للتنظيم والادارة.

أ - نظم/ي بطولة لكرة القدم لعدد 6 فرق بطريقة خروج المغلوب من مرة واحدة مستعيناً بالرسم ، مع ذكر عدد المباريات وعدد الأدوار.

السؤال السابع: (3 درجات)

عدد/ي نظريات اللعب مع شرح كل نظرية؟

انتهت الأسئلة

مع تمنياتي لكم بالنجاح والتوفيق

