



جمهورية مصر العربية  
وزارة التعليم العالي

عدد الساعات التدريسية: ساعتان تدريسيتان اسبوعيا	السبت: ٢٠١٤/٥/٣١ م	جامعة بنها
الفرقة: الثالثة ( نظام قديم)	الفترة الزمنية/ ١٢,٠٠ - ٢,٠٠	كلية التربية الرياضية للبنين
العام الجامعي: ٢٠١٣/٢٠١٤ م	الدرجة: ٨٠ درجة	قسم التدريب الرياضى وعلوم الحركة
عدد الأسئلة ( ٥ ) إجباري		المقرر: مبادئ علم الحركة

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 و عرض 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 الاخري
- 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 ( ٣ ) ، عدد صفحات الأسئلة ( ٣ ) .

أجب عن الأسئلة الآتية في حدود الوقت المخصص للإجابة مع مراعاة توزيع الدرجات:

السؤال الأول : ( وقت مقترح ٢٠ دقيقة ) الدرجة ( ١٠ درجة )

اذكر بدون ان تشرح :-

- واجبات علم الحركة ؟
- وظائف علم الحركة ؟
- مستلزمات تحليل الروافع؟

السؤال الثاني : ( وقت مقترح ٢٠ دقيقة ) الدرجة ( ١٠ درجة )

أ - اكمل العبارات الآتية في حدود ثلاث ثلاث كلمات على الاكثر والفاصلة بين النقاط تعنى عنصر استكمال اخر ( اكتب في ورقة الاجابة الكلمات المستكملة فقط وليس العبارة كلها من خلال النموذج التالي ):-

الكلمات المستكملة فقط	رقم العبارة

١ من ٣

- ١- تطبيقات علم الحركة هي :.....،.....،.....
- ٢- مداخل دراسة علم الحركة هي .....،.....،.....
- ٣- هناك ثلاث نقاط يمكن من خلالها التعرف على الرافعة .....،.....،.....
- ٤- تصنيف الحركات عامة هي.....،.....،.....

### السؤال الثالث : ( وقت مقترح ٢٠ دقيقة ) الدرجة ( ٢٠ درجات )

وضح العبارات الصحيحة والخاطئة فيما يلي مبينا الجزء الخطأ من العبارة وتصحيح هذا الخطأ ، على ان يكون في شكل جدول يأخذ الصورة التالية

رقم العبارة	صح أم خطأ	الجزء الخطأ من العبارة	تصحيح الخطأ

- ١- الجملة الارضى فى الجميزاز حركة متكررة ؟
- ٢ - تنطيط الكرة حركة تبادلية ؟
- ٣ - مسار الجلة يرسم شكل قوس فى الهواء ؟
- ٤ - الوثب العالى حركة مركبة ؟
- ٥ - عند قطع وحدات مسافة متساوية فى وحدات زمنية فان الجسم يتحرك بعجلة منتظمة ؟
- ٦ - مدى الحركة الديناميكي : هو مدى الحركة الناتج فى المفصل نتيجة حركة العضو فى اتجاه والثبات فى نهاية الحركة ؟
- ٧ - مدى الحركة السلبي : هو مدى الحركة الناتج فى المفص نتيجة عمل حركى ارادى للمجموعات العضلية ؟
- ٨- توجد علاقة عكسية بين الكتلة وعزم القصور الذاتى ؟
- ٩ - تتناسب القوة تناسباً طردياً مع العجلة؟
- ١٠ - تعتبر حركة ثنى الرأس للخلف رافعة من النوع الثالث ؟
- ١١ - فى الرافعة من النوع الاول نجد أن الكفاءة الميكانيكية يغلب عليها توليد سرعة ؟
- ١٢- تعتبر الرافعة من النوع الثانى عندما تفقد قوة فسيبيل اكتساب السرعة ؟
- ١٣ - العوامل الخارجية التى تؤثر على حركة الانسان هى الرياح ، الماء ، المفاصل ، الجاذبية الأرضية ؟
- ١٤- تعتبر مفاصل الجسم والتي لها درجات من الحركة مختلفة موقعا للحركة ؟

- ١٥ - ان المفاصل مع الحركة الكبيرة لديها أقل ثبات والمفاصل مع اكبر ثبات لديها اقل حركة ؟
- ١٦ - الواجب الحركى عبارة عن نو ( نمط ) خاص من النشاط الحركى المقصود أو الموجه لهدف بذاته ؟
- ١٧ - أسباب حدوث الحركة هو وجود مفاصل ، وقوتين داخلية ، وخارجية ؟

٢ من ٣

١٨ - مدى الحركة الايجابى : هو مدى الحركة الناتج فى المفصل نتيجة عمل المجموعات العضلية العاملة على المفصل لا إراديا ؟

١٩ - يمكن أن نجد حلولاً للمشكلات الحركية بالطرق النظرية ؟

٢٠ - من العوامل الخارجية التى تؤثر على حركة الانسان مقاومة الماء ويمكن التغلب عليه بزيادة مساحة الجسم المتعرضة للماء فيكون الطفو افقى تقريبا ؟

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

(أ) كيف تحدد مستوى الحركة لطفل ذكر عمره ( ٤ سنوات ) ؟

(ب) ما مدى استفادتك من دراسة علم الحركة ؟

(ج) قم بتطبيق الروافع بانواعها الثلاثة على جسم الانسان ؟

(د) ما هو الفرق بين اهداف علم الحركة فى الحياة العملية والرياضية ؟

(هـ) اذكر امثلة لتطبيقات علم الحركة فى الحياة العملية والرياضية ؟

(و) ما مدى فائدة الهيكل العظمى فى جسم الانسان ؟

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

١ - اذكر مستلزمات تحليل الروافع ؟

٢ - اذكر العوامل المؤثرة على مدى الحركة فى المفاصل ؟

٣ - حدد شيدلر أربعة عوامل أساسية تكون مسنولة عن تماسك المفاصل ، أذكرها ؟

٤ - أذكر تقسيمات المفاصل ؟

انتهت الأسئلة

د/ تامر حسين الشتيحي

ت: ٠١٠٠٥٤٠٢١٠٠

[Tamar.alshetaihy@fped.bu.edu.eg](mailto:Tamar.alshetaihy@fped.bu.edu.eg)

[www.bu.edu.eg](http://www.bu.edu.eg)

[www.bu.edu.eg/faculty/physics\\_edu.html](http://www.bu.edu.eg/faculty/physics_edu.html)

[info@fped.bu.edu.eg](mailto:info@fped.bu.edu.eg)

٠١٣٣٢٢٧٣٩٩

عنوان الجامعة علي شبكة الانترنت (نموذج الإجابة )

موقع الكلية

البريد الالكتروني وتلفون الكلية

## نموذج الاجابة

اسم الطالب الرباعي : ..... رقم الجلوس .....

### السؤال الأول :

اذكر بدون ان تشرح :-

- واجبات علم الحركة ؟  
التعلم الحركى  
تصنيف سير الحركات الرياضية  
تطور الحركات الرياضية  
تصنيف وترتيب سير الحركات الرياضية  
تطور الحركات الرياضية بالنسبة لتطور نمو الفرد

- وظائف علم الحركة ؟  
تعطى التفسيرات العلمية للمشاكل الحركية – الوصول بالفرد الى اعلى المستويات – اكساب الفرد الخبرات الخاصة بالحركة وعلومها- تحليل سير الحركات – تحديد الاخطاء ووضع الحلول

- مستلزمات تحليل الروافع؟  
مكان محور الارتكاز - نوع الرافعة – ذراع القوة و المقاومة الحقيقية للرافعة الاطوال النسبية – الحركات التى تتميز بها الرافعة

### السؤال الثانى :

أ - اكمل العبارات الاتية فى حدود ثلاث ثلاث كلمات على الاكثر والفاصلة بين النقاط تعنى عنصر استكمال اخر ( اكتب فى ورقة الاجابة الكلمات المستكملة فقط وليس العبارة كلها من خلال النموذج التالى ):-

الكلمات المستكملة فقط	رقم العبارة

١- تطبيقات علم الحركة هي :.....،.....،.....

المجال الرياضى – العلاج الطبيعى – العلاج المهنى

٢- مداخل دراسة علم الحركة هي .....،.....،.....

علم الحركة السيكلوجى – الفسيولوجى - الميكانيكى

٣- هناك ثلاث نقاط يمكن من خلالها التعرف على الرافعة .....

النقطة التى تتحرك حولها الروافع – نقطة تأثير القوة - نقطة تأثير المقاومة

٤- تصنيف الحركات عامة هي.....،.....،.....

حركة العمل - الحركة التعبيرية - الحركة الرياضية

**السؤال الثالث : ( وقت مقترح ٢٠ دقيقة ) الدرجة (١٠ درجات )**

وضح العبارات الصحيحة والخاطئة فيما يلي مبينا الجزء الخطأ من العبارة وتصحيح هذا الخطأ ، على ان يكون في شكل جدول يأخذ الصورة التالية

رقم العبارة	صح أم خطأ	الجزء الخطأ من العبارة	تصحيح الخطأ
١	X	متكررة	وحيدة
٢	X	تبادلية	متكررة بسيطة
٣	X	قوس	منحنى
٤	X	مركبة	وحيدة
٥	X	متساوية - عجلة	سرعة
٦	X	الثبات في نهاية الحركة	بدون ثبات
٧	X	ارادى	في وجود قوة خارجية
٨	✓	-	-
٩	✓		
١٠	X	الثالث	الاول
١١	X	توليد سرعة	تختلف حسب طول الزراع
١٢	✓		
١٣	X	الفاصل	الاحتكاك
١٤	✓		
١٥	✓		
١٦	✓		
١٧	✓		
١٨	X	لا اراديا	اراديا

لا يمكن	يمكن	X	١٩
تقليل	زيادة	X	٢٠

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

١/ أذكر مستلزمات تحليل الروافع ؟

مكان محور الارتكاز - نوع الرافعة - ذراع القوة و المقاومة الحقيقية للرافعة الاطوال النسبية - الحركات التي تتميز بها الرافعة

٢/ أذكر العوامل المؤثرة على مدى الحركة فى المفاصل ؟

نوع المفصل المتحرك - درجة مطاطية الالياف العضلية - لزوجة العضلات قوة انقباض المجموعات العضلية العاملة- نوع التخصص - اختلاف جهة الجسم - حالة المفاصل - الجنس

٣/ حدد شيدلر أربعة عوامل أساسية تكون مسؤولة عن تماسك المفاصل . أذكرها ؟

الشد العضلى - اربطة المفصل - الوصلات - الضغط الجوى

٤/ أذكر تقسيمات المفاصل ؟

عديمة الحركة - غير حقيقية - محدودة الحركة ذات الحركة الحرة

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

(أ) كيف تحدد مستوى الحركة لطفل ذكر عمره ( ٤ سنوات ) ؟

يحدد مستوى الحركة على حسب مراحل النمو - تختلف من الذكور عن الاناث

(ب) ما مدى استفادتك من دراسة علم الحركة ؟ اجابة مفتوحة

(ج) قم بتطبيق الروافع بانواعها الثلاثة على جسم الانسان ؟ اجابة مفتوحة

(د) ما هو الفرق بين اهداف علم الحركة فى الحياة العملية والرياضية ؟ اجابة مفتوحة

(هـ) اذكر امثلة لتطبيقات علم الحركة فى الحياة العملية والرياضية ؟ اجابة مفتوحة

(و) ما مدى فائدة الهيكل العظمى فى جسم الانسان ؟

يحدد الشكل المميز للإنسان - تسهيل الحركة - دعامة لجسم الانسان - حماية الاجهزة الحيوية وأعضاء الجسم الداخلية

انتهت الأسئلة

د/ تامر حسين الشتيحي

ت: ٠١٠٠٥٤٠٢١٠٠

[Tamar.alshetaihy@fped.bu.edu.eg](mailto:Tamar.alshetaihy@fped.bu.edu.eg)

[www.bu.edu.eg](http://www.bu.edu.eg)

[www.bu.edu.eg/faculty/physics\\_edu.html](http://www.bu.edu.eg/faculty/physics_edu.html)

[info@fped.bu.edu.eg](mailto:info@fped.bu.edu.eg)

٠١٣٣٢٢٧٣٩٩

عنوان الجامعة علي شبكة الانترنت (نموذج الإجابة )

موقع الكلية

البريد الالكتروني  
تليفون الكلية