

# نماذج أجابه امتحان تخصص رياضات القسم التطبيقي

الفرقة: الرابعة

(تخصص تدريب رياضي)

التاريخ: ١٤/٦/٢٠٢٢م

الزمن: ٢.٣٠ : ٥.٣٠

ا.م.د/ رامي محمد الطاهر سالم

(ورقة امتحانية كاملة)



**جدول مواعيد الإمتحانات التمهيديّة لطلاب الفرق الأربعة ( مرحلة البكالوريا )  
للسنة الدراسية ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ م**

Saudi Ministry  
of Education  
الوزارة  
٢٠٢١ / ٢٠٢٢ م

| اليوم والتاريخ       | المرحلة الأولى |             | المرحلة الثانية |             | المرحلة الثالثة |             | المرحلة الرابعة |             | ملاحظات   |
|----------------------|----------------|-------------|-----------------|-------------|-----------------|-------------|-----------------|-------------|---|
|                      | الوقت - من     | الوقت - إلى | الوقت - من      | الوقت - إلى | الوقت - من      | الوقت - إلى | الوقت - من      | الوقت - إلى |   |
| السبت<br>٢٠٢٢/٧/١١   | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي العربي والاسلام<br>رابطات التخصص: (١)  |
| الأحد<br>٢٠٢٢/٧/١٢   | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي العربية<br>رابطات التخصص: (١)          |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي الرياضيات<br>رابطات التخصص: (١)        |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي العلوم<br>رابطات التخصص: (١)           |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي اللغة الانجليزية<br>رابطات التخصص: (١) |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي التربية<br>رابطات التخصص: (١)          |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي الاجتماعيات<br>رابطات التخصص: (١)      |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي الفنون<br>رابطات التخصص: (١)           |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي الحاسوب<br>رابطات التخصص: (١)          |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي التربية<br>رابطات التخصص: (١)          |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي التربية<br>رابطات التخصص: (١)          |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي التربية<br>رابطات التخصص: (١)          |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي التربية<br>رابطات التخصص: (١)          |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي التربية<br>رابطات التخصص: (١)          |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي التربية<br>رابطات التخصص: (١)          |
| الاثنين<br>٢٠٢٢/٧/١٣ | ١١:٣٠:١٩:٣٠    | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | ١١:٣٠:١٩:٣٠     | ١١:٣٠:١٩:٣٠ | تخصص: لغتي التربية<br>رابطات التخصص: (١)          |

## السؤال الأول:

### **ظل العلامة (A) إذا كانت العبارة صحيحة، والعلامة (B) إذا كانت العبارة تحتوي على أي جزء غير صحيح:**

- ١- عدد سباقات العدو في المسابقة العشارية في اليوم الثاني (٢).
- ٢- عدد مسابقات الوثب في اليوم الثاني (١).
- ٣- عدد مسابقات الرمي في اليوم الثاني (٢).
- ٤- تقام مسابقة القفز بالزانة في المضمار نظرا لطريق الاقتراب.
- ٥- الاقتراب المرحلة الفنية رقم (١) في القفز بالزانة.
- ٦- الارتقاء المرحلة الفنية رقم (٣) في الوثب العالي.
- ٧- القدرة البدنية الأساسية التي تعتمد عليها مرحلة الاقتراب في مسابقة القفز بالزانة هي "الرشاقة التفاعلية".
- ٨- القدرة البدنية الأساسية التي يعتمد عليها مرحله الدوران والانتقال عبر الدائرة في مسابقة قذف القرص هي " التوافق".
- ٩- القدرة البدنية الأساسية التي تعتمد عليها مرحله البدء في سباق ١١٠ متر / حواجز هي " تحمل رد الفعل".
- ١٠- القدرة البدنية الأساسية التي تعتمد عليها مرحله مروق الحاجز في سباق ١١٠ متر / حواجز " هي المرونة والرشاقة".
- ١١- ترتيب مسابقة القفز بالزانة رقم (٣) في سباقات ومسابقات اليوم الاول للمسابقة العشارية.
- ١٢- ترتيب سباق في سباق ١١٠ متر / حواجز رقم (١) في سباقات ومسابقات اليوم الاول للمسابقة العشارية.
- ١٣- ترتيب مسابقة اطاحة المطرقة رقم (٢) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ١٤- ترتيب سباق ١٥٠٠ م رقم (٥) في سباقات ومسابقات اليوم الاول للمسابقة العشارية.
- ١٥- ترتيب سباق دفع الجلة رقم (٣) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ١٦- ترتيب سباق الوثب الثلاثي رقم (٢) في سباقات ومسابقات اليوم الاول للمسابقة العشارية.
- ١٧- ترتيب رمي الرمح رقم (٤) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.

- ١٨- ترتيب سباق ٤٠٠ متر رقم (٥) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ١٩- يقام السباق في المضمار فقط.
- ٢٠- ترتيب مسابقة دفع القرص رقم (٢) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ٢١- ترتيب سباق ١٠٠ متر حواجز رقم (١) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ٢٢- ترتيب سباق القفز بالزانة رقم (٣) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ٢٣- ترتيب سباق ٤٠٠ متر رقم (٥) في سباقات ومسابقات اليوم الأول للمسابقة العشارية.
- ٢٤- ترتيب سباق دفع الجلة رقم (٣) في سباقات ومسابقات اليوم الأول للمسابقة العشارية.
- ٢٥- ترتيب سباق رمي الرمح رقم (٤) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ٢٦- يستخدم البدء العالي في (٣) سباقات في المسابقة العشارية.
- ٢٧- يستخدم البدء العالي في مسابقة ١٥٠٠م جري في المسابقة العشارية.
- ٢٨- يستخدم البدء المنخفض في سباق ١١٠م جري في المسابقة العشارية.

## السؤال الثاني:

### اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

٢٩- وزن القرص للرجال:

A - ٢,٦٢٠ كجم B - ٢,٦٠٢ كجم C - ٢ كجم D - ١.٥ كجم

٣٠- وزن عصا الزانة القانوني :

A - ١,٠٠٠ ك B - ٩٠٠ جرام C - ٧٠٠ جرام D - الكل خطأ

٣١- عدد سباقات الرمي في المسابقة العشارية:

A - ٣ B - ٢ C - ١ D - ٠

٣٢- عدد سباقات الوثب في المسابقة العشارية:

A - ٤ B - ٣ C - ٢ D - ٠

٣٣- المسافة من خط البداية وحتى الحاجز الأول في سباق ١١٠ متر حواجز

A - ١٣,٧٥ م B - ١٣,٧٩ م C - ١٣,٧٢ م D - ١٣,٧٠ م

٣٤- قطر دائرة قذف القرص

A - ٢,١٣٥ م B - ٢,٥٠ م C - ٢,١٥٣ م D - الكل خطأ

٣٥- عدد المراحل الفنية في مسابقة ١٥٠٠ متر جري:

A - ٣ B - ٤ C - ٢ D - ٥

٣٣- المسافة من الحاجز الأخير حتى خط النهاية في سباق ١١٠ متر حواجز

A - ١٤,٠٦ م B - ١٤,٢٠ م C - ١٤,٠٢ م D - ١٤,٠٠ م

٣٧- وزن الحاجز القانوني:

|          |         |         |          |
|----------|---------|---------|----------|
| ١١ - A ك | ٨ - B ك | ٥ - C ك | ١٠ - D ك |
|----------|---------|---------|----------|

٣٨- عدد الحواجز في سباق ١١٠ متر حواجز:

|        |       |        |       |
|--------|-------|--------|-------|
| ١١ - A | ٨ - B | ١٠ - C | ٩ - D |
|--------|-------|--------|-------|

٣٩- سمك قوس الرمي في مسابقة رمي الرمح

|          |          |          |           |
|----------|----------|----------|-----------|
| a - ٥ سم | b - ٧ سم | c - ٤ سم | d - ٥ متر |
|----------|----------|----------|-----------|

٤٠- عدد المسابقات المركبة

|        |         |
|--------|---------|
| (٥) -A | (١٠) -B |
| (٢) -C | (٣) -D  |

٤١- عدد المسابقات المركبة للرجال في العاب القوي

|       |        |       |       |
|-------|--------|-------|-------|
| a - ٣ | b - ١٠ | c - ١ | d - ٤ |
|-------|--------|-------|-------|

٤٢- تقام المسابقة السباعية في العاب القوي

|             |                 |             |                          |
|-------------|-----------------|-------------|--------------------------|
| a - السيدات | b - شباب الرجال | c - السيدات | d - الأطفال فوق ١٠ سنوات |
|-------------|-----------------|-------------|--------------------------|

٤٣- زاوية مقطع الرمي في مسابقة قذف القرص

|             |             |             |            |
|-------------|-------------|-------------|------------|
| a - ٣٤ درجة | b - ٤٤ درجة | c - ٣٤ , ٩٢ | d - ٣٤, ٢٩ |
|-------------|-------------|-------------|------------|

٤٤- سمك خط الحارة في سباق ١١٠ م/ح

|          |          |          |           |
|----------|----------|----------|-----------|
| e - ٥ سم | f - ٧ سم | g - ٤ سم | h - ٥ متر |
|----------|----------|----------|-----------|

٤٥- الدخول في حاره الزميل أثناء سباق ١١٠ متر حواجز دون قصد خطأ

|            |         |           |           |
|------------|---------|-----------|-----------|
| a - قانوني | b - فني | c - سلوكي | d - مهاري |
|------------|---------|-----------|-----------|

٤٦- الارتقاء بالقدمين ببطي في القفز بالزانة خطأ

|            |          |         |              |
|------------|----------|---------|--------------|
| A - قانوني | B - حركي | C - فني | D - ميكانيكي |
|------------|----------|---------|--------------|

٤٧- عدد المحاولات لكل متسابق في مسابقة القفز بالزانة حال إذا كان عدد المتسابقين ٨

|       |       |       |       |
|-------|-------|-------|-------|
| A - ٣ | B - ٥ | C - ٦ | D - ٤ |
|-------|-------|-------|-------|

٤٨- عدد المحاولات لكل متسابق في مسابقة رمي الرمح حال إذا كان عدد المتسابقين ٥

|       |       |       |       |
|-------|-------|-------|-------|
| A - ٣ | B - ٥ | C - ٦ | D - ٤ |
|-------|-------|-------|-------|

٤٩- طول الخطوة في سباق ١١٠ متر حواجز تعتمد بصفه أساسيه علي

|             |             |                 |             |
|-------------|-------------|-----------------|-------------|
| A - المرونة | B - التوافق | C - سرعة المفصل | D - الرشاقة |
|-------------|-------------|-----------------|-------------|

٥٠- سمك خط الحارة في سباق ١١٠ متر حواجز

|          |          |          |              |
|----------|----------|----------|--------------|
| A - ٧ سم | B - ٤ سم | C - ٥ سم | D - ١, ٢٢ سم |
|----------|----------|----------|--------------|

٥١- الانطلاق قبل أشاره البدء في سباق ١١٠ م/ح

|                |                      |             |                              |
|----------------|----------------------|-------------|------------------------------|
| A - خطأ قانوني | B - سرعه رد فعل جيده | C - خطأ فني | D - نكاه من اللاعب من اللاعب |
|----------------|----------------------|-------------|------------------------------|

٥٢- الارتقاء بالقدمين بسرعه في مسابقة القفز بالزانة

|                |                      |             |                        |
|----------------|----------------------|-------------|------------------------|
| A - خطأ قانوني | B - مؤشر لقوه اللاعب | C - خطأ فني | D - استغلال امثل للقوه |
|----------------|----------------------|-------------|------------------------|

٥٣- عدد المحاولات لكل متسابق في مسابقة رمي الرمح حال إذا كان عدد المتسابقين ٧

٣ -A ٨ -B ٦ -C ٥ -D

٥٤- عدد المحاولات لكل متسابق في مسابقة قذف القرص حال إذا كان عدد المتسابقين ١٠

٢ -A ١ -B ٣ -C ٤ -D

٥٥- قوه الارتقاء في القفز بالزانة

تعتمد بصفه أساسيه علي

A- القدرة العضلية B- المطاطية العضلية C- المرونة D- السرعة

٥٦- الاقتراب في مسابقة القفز بالزانة يعتمد بصفه أساسيه علي

A- السرعة B- القدرة العضلية C- المرونة D- تحمل السرعة

٥٧- الثلاث خطوات بين الحواجز في مسابقة ١١٠ م /ح تعتمد بصفه أساسيه علي

A- الرشاقة B- التوافق C- المرونة D- القدرة العضلية

٥٨- الدوران في مسابقة قذف القرص يعتمد بصفه أساسيه علي

A- التوازن B- التوازن C- الرشاقة D- الإيقاع الحركي

٥٩- مرحله القذف والتخلص في مسابقة قذف القرص تعتمد بصفه أساسيه علي

A- القدرة العضلية B- القوة العضلية C- المرونة D- السرعة

٦٠- التغطية في مسابقة قذف القرص تعتمد بصفه أساسيه علي

A- التوازن B- التوافق C- المرونة D- الرشاقة

## السؤال الثالث (المقالي) (١٥) درجة

اذكر في جدول القدرات البدنية الخاصة لكل مرحلة فنية للسباقات وامسابقات الإثنية

- سباق ١١٠ متر حواجز
- مسابقة قذف القرص
- مسابقة رمي الرمح

| م | المرحلة الفنية | القدرة البدنية الخاصة |
|---|----------------|-----------------------|
|   |                |                       |
|   |                |                       |

انتهت الأسئلة مع أطيب الأمنيات بالتوفيق

ا.م.د / رامي محمد الطاهر

## السؤال الأول:

### **ظل العلامة (A) إذا كانت العبارة صحيحة، والعلامة (B) إذا كانت العبارة تحتوي على أي جزء غير صحيح:**

- ١- عدد سباقات العدو في المسابقة العشارية في اليوم الثاني (٣).
- ٢- عدد مسابقات الوثب في اليوم الثاني (٢).
- ٣- عدد مسابقات الرمي في اليوم الثاني (١).
- ٤- تقام مسابقة القفز بالزانة في الميدان.
- ٥- الاقتراب المرحلة الفنية رقم (٢) في القفز بالزانة.
- ٦- الارتقاء المرحلة الفنية رقم (٢) في الوثب العالي.
- ٧- القدرة البدنية الأساسية التي لا تعتمد عليها مرحله الاقتراب في مسابقة القفز بالزانة هي "السرعة الانتقالية".
- ٨- القدرة البدنية الأساسية التي يعتمد عليها مرحله الدوران والانتقال عبر الدائرة في مسابقة قذف القرص هي " التوازن".
- ٩- القدرة البدنية الأساسية التي تعتمد عليها مرحله البدء في سباق ١١٠ متر / حواجز هي " سرعة اتجاه الفعل".
- ١٠- القدرة البدنية الأساسية التي تعتمد عليها مرحله مروق الحاجز في سباق ١١٠ متر / حواجز " هي المرونة والرشاقة".
- ١١- ترتيب مسابقة القفز بالزانة رقم (٤) في سباقات ومسابقات اليوم الاول للمسابقة العشارية.
- ١٢- ترتيب سباق في سباق ١١٠ متر / حواجز رقم (٢) في سباقات ومسابقات اليوم الاول للمسابقة العشارية.
- ١٣- ترتيب مسابقة اطاحة المطرقة رقم (٣) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ١٤- ترتيب سباق ١٥٠٠ م رقم (٥) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ١٥- ترتيب سباق دفع الجلة رقم (٣) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ١٦- ترتيب سباق الوثب الثلاثي رقم (٢) في سباقات ومسابقات اليوم الاول للمسابقة العشارية.
- ١٧- ترتيب رمي الرمح رقم (٣) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.

- ١٨- ترتيب سباق ٤٠٠ متر رقم (٤) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ١٩- تقام المسابقة في الميدان فقط.
- ٢٠- ترتيب مسابقة دفع القرص رقم (٤) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ٢١- ترتيب سباق ١٠٠ متر حواجز رقم (٢) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ٢٢- ترتيب سباق القفز بالزانة رقم (٥) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ٢٣- ترتيب مسابقة ٤٠٠ متر رقم (٥) في سباقات ومسابقات اليوم الأول للمسابقة العشارية.
- ٢٤- ترتيب سباق دفع الجلة رقم (٣) في سباقات ومسابقات اليوم الأول للمسابقة العشارية.
- ٢٥- ترتيب سباق رمي الرمح رقم (٤) في سباقات ومسابقات اليوم الثاني للمسابقة العشارية.
- ٢٦- يستخدم البدء العالي في (٣) سباقات في المسابقة العشارية.
- ٢٧- يستخدم البدء العالي في مسابقة ١٥٠٠ م جري في المسابقة العشارية.
- ٢٨- يستخدم البدء المنخفض في سباق ١١٠ م جري في المسابقة العشارية.

## السؤال الثاني:

### اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

٢٩- وزن القرص للرجال:

A - ٢ كجم      B - ٢,٦٠٢ كجم      C - ١,٧٠ كجم      D - ١,٥ كجم

٣٠- وزن عصا الزانة القانوني :

A - ١,٠٠ ك      B - ٩٠٠ جرام      C - الكل خطأ      D - ١٢٠٠ جرام

٣١- عدد سباقات الدفع في المسابقة العشارية:

A - ٣      B - ٢      C - ١      D - ٠

٣٢- عدد سباقات القفز في المسابقة العشارية:

A - ٣      B - ٢      C - ١      D - ٠

٣٣- المسافة من خط البداية وحتى الحاجز الأول في سباق ١١٠ متر حواجز

A - ١٣,٧٥ م      B - ١٣,٧٩ م      C - ١٣,٧٢ م      D - ١٣,٧٠ م

٣٤- قطر دائرة قذف القرص

A - ٢,١٣٥ م      B - ٢,٥٠ م      C - ٢,١٥٣ م      D - الكل خطأ

٣٥- عدد المراحل الفنية في مسابقة ١٥٠٠ متر جري:

A - ٣      B - ٤      C - ٢      D - ٥

٣٣- المسافة من الحاجز الأخير حتى خط النهاية في سباق ١١٠ متر حواجز

A - ١٤,٠٦ م      B - ١٤,٢٠ م      C - ١٤,٠٢ م      D - ١٤,٠٠ م

٣٧- وزن الحاجز القانوني:

|          |         |         |          |
|----------|---------|---------|----------|
| ١١ - A ك | ٨ - B ك | ٥ - C ك | ١٠ - D ك |
|----------|---------|---------|----------|

٣٨- عدد الحواجز في سباق ١١٠ متر حواجز:

|        |       |        |       |
|--------|-------|--------|-------|
| ١١ - A | ٨ - B | ١٠ - C | ٩ - D |
|--------|-------|--------|-------|

٣٩- عرض طريق الاقتراب في مسابقة رمي الرمح

|         |         |         |         |
|---------|---------|---------|---------|
| ٤ - i م | ٧ - j م | ٣ - k م | ٥ - l م |
|---------|---------|---------|---------|

٤٠- عدد المسابقات المركبة

|        |         |
|--------|---------|
| (٣) -A | (١٠) -B |
| (٢) -C | (٥) -D  |

٤١- عدد المسابقات المركبة للرجال علي

|           |           |            |            |
|-----------|-----------|------------|------------|
| ٤ - e يوم | f - يومين | g - ٣ ايام | h - ٤ ايام |
|-----------|-----------|------------|------------|

٤٢- تقام المسابقة السباعية في العاب القوي

|             |                 |             |                          |
|-------------|-----------------|-------------|--------------------------|
| e - السيدات | f - شباب الرجال | g - السيدات | h - الأطفال فوق ١٠ سنوات |
|-------------|-----------------|-------------|--------------------------|

٤٣- زاوية مقطع الرمي في مسابقة رمي الرمح

|             |             |             |            |
|-------------|-------------|-------------|------------|
| e - ٣٤ درجة | f - ٢٩ درجة | g - ٣٤ , ٩٢ | h - ٣٤, ٢٩ |
|-------------|-------------|-------------|------------|

٤٤- سمك خط الحارة في سباق ١٥٠٠ متر جري

|          |          |          |           |
|----------|----------|----------|-----------|
| m - ٧ سم | n - ٥ سم | o - ٤ سم | p - ٥ متر |
|----------|----------|----------|-----------|

٤٥- الدخول في حاره الزميل أثناء سباق ١١٠ متر حواجز دون قصد خطأ

|         |            |           |           |
|---------|------------|-----------|-----------|
| e - فني | f - قانوني | g - سلوكي | h - مهاري |
|---------|------------|-----------|-----------|

٤٦- الارتقاء بالقدمين ببطي في القفز بالزانة خطأ

|          |            |         |              |
|----------|------------|---------|--------------|
| A - حركي | B - قانوني | C - فني | D - ميكانيكي |
|----------|------------|---------|--------------|

٤٧- عدد المحاولات لكل متسابق في مسابقة القفز بالزانة حال إذا كان عدد المتسابقين ١٥

|       |       |       |       |
|-------|-------|-------|-------|
| A - ٣ | B - ٥ | C - ٦ | D - ٤ |
|-------|-------|-------|-------|

٤٨- عدد المحاولات لكل متسابق في مسابقة رمي الرمح حال إذا كان عدد المتسابقين ١٢

|       |       |       |       |
|-------|-------|-------|-------|
| A - ٣ | B - ٥ | C - ٦ | D - ٤ |
|-------|-------|-------|-------|

٤٩- طول الخطوة في سباق ١١٠ متر حواجز تعتمد بصفه أساسيه علي

|             |             |                 |             |
|-------------|-------------|-----------------|-------------|
| A - التوافق | B - المرونة | C - سرعة المفصل | D - الرشاقة |
|-------------|-------------|-----------------|-------------|

٥٠- سمك خط الحارة في سباق ١٥٠٠ متر جري

|          |          |          |              |
|----------|----------|----------|--------------|
| A - ٧ سم | B - ٥ سم | C - ٤ سم | D - ١, ٢٢ سم |
|----------|----------|----------|--------------|

٥١- الانطلاق بعد أشاره البدء بسرعة في سباق ١١٠ م/ح

|                |                      |             |                              |
|----------------|----------------------|-------------|------------------------------|
| A - خطأ قانوني | B - سرعه رد فعل جيده | C - خطأ فني | D - نكاه من اللاعب من اللاعب |
|----------------|----------------------|-------------|------------------------------|

٥٢- الارتقاء بالقدمين ببطي في مسابقة القفز بالزانة

|                |                      |             |                        |
|----------------|----------------------|-------------|------------------------|
| A - خطأ قانوني | B - مؤشر لقوه اللاعب | C - خطأ فني | D - استغلال امثل للقوه |
|----------------|----------------------|-------------|------------------------|

٥٣- عدد المحاولات لكل متسابق في مسابقة رمي الرمح حال إذا كان عدد المتسابقين ١٨

٣ -A ٨ -B ٦ -C ٥ -D

٥٤- عدد المحاولات لكل متسابق في مسابقة قذف القرص حال إذا كان عدد المتسابقين ٤

٢ -A ١ -B ٣ -C ٤ -D

٥٥- قوه الارتقاء في القفز بالزانة

تعتمد بصفه أساسيه علي

A- السرعة B- المطاطية العضلية C- القدرة العضلية D- السرعة

٥٦- الاقتراب في مسابقة القفز بالزانة يعتمد بصفه أساسيه علي

A- المرونة B- القدرة العضلية C- السرعة D- تحمل السرعة

٥٧- الثلاث خطوات بين الحواجز في مسابقة ١١٠ م /ح تعتمد بصفه أساسيه علي

A- التوافق B- الرشاقة C- المرونة D- القدرة العضلية

٥٨- الدوران في مسابقة قذف القرص يعتمد بصفه أساسيه علي

A- التوازن B- السرعة C- الرشاقة D- الإيقاع الحركي

٥٩- مرحله القذف والتخلص في مسابقة قذف القرص تعتمد بصفه أساسيه علي

A- القدرة العضلية B- سرعة يد الرمي C- المرونة D- السرعة

٦٠- التغطية في مسابقة قذف القرص تعتمد بصفه أساسيه علي

A- المرونة B- التوافق C- التوازن D- الرشاقة

## السؤال الثالث (المقالي) (١٥) درجة

اذكر في جدول القدرات البدنية الخاصة لكل مرحلة فنية للسباقات وامساقات الائمة

- سباق ١١٠ متر حواجز
- مسابقة قذف القرص
- مسابقة رمي الرمح

| م | المرحلة الفنية | القدرة البدنية الخاصة |
|---|----------------|-----------------------|
|   |                |                       |
|   |                |                       |

انتهت الأسئلة مع أطيب الأمنيات بالتوفيق

ا.م.د / رامي محمد الطاهر



١٤٠١-١٥-١٥ ابي محمد الطاهر با وام امتحانين كاملين

مركز  
رقم الطالب  
0  
1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9

رقم الجيبين: ( )  
اسم المادة:   
الصفحة:   
اسم الطالب:   
اسم المدرس:   
رقم الاختبار:   
التاريخ:   
الجامعة:   
مركز الاختبار:   
رقم الجلوس:   
اسم المادة:   
الصفحة:   
اسم الطالب:   
اسم المدرس:   
رقم الاختبار:   
التاريخ:   
الجامعة:   
مركز الاختبار:

Logo of the Ministry of Education and Scientific Research, University of Babylon, Faculty of Education, and the Arabic Language Institute (ALIA).

درجہ بالا رقم:  
الدرجة بالأرقام:  
الدرجة بالحروف:  
التوقيع:

| الموضوع               | الدرجة | المعدل | ملاحظات  |
|-----------------------|--------|--------|----------|
| اللغة العربية وآدابها | ١      | ١      | ممتاز    |
| اللغة العربية وآدابها | ٢      | ٢      | جيد      |
| اللغة العربية وآدابها | ٣      | ٣      | جيد جداً |
| اللغة العربية وآدابها | ٤      | ٤      | ممتاز    |
| اللغة العربية وآدابها | ٥      | ٥      | جيد جداً |
| اللغة العربية وآدابها | ٦      | ٦      | جيد      |
| اللغة العربية وآدابها | ٧      | ٧      | جيد جداً |
| اللغة العربية وآدابها | ٨      | ٨      | ممتاز    |
| اللغة العربية وآدابها | ٩      | ٩      | جيد جداً |

ملاحظات

|                       |   |          |
|-----------------------|---|----------|
| اللغة العربية وآدابها | ١ | ممتاز    |
| اللغة العربية وآدابها | ٢ | جيد      |
| اللغة العربية وآدابها | ٣ | جيد جداً |
| اللغة العربية وآدابها | ٤ | ممتاز    |
| اللغة العربية وآدابها | ٥ | جيد جداً |
| اللغة العربية وآدابها | ٦ | جيد      |
| اللغة العربية وآدابها | ٧ | جيد جداً |
| اللغة العربية وآدابها | ٨ | ممتاز    |
| اللغة العربية وآدابها | ٩ | جيد جداً |

Handwritten signature and stamp.

| Q  | a | b | c | d | e | Q  | a | b | c | d | e | Q  | a | b | c | d | e | Q   | a | b | c | d | e | Q   | a | b | c | d | e | Q   | a | b | c | d | e | Q   | a | b | c | d | e | Q   | a | b | c | d | e | Q   | a | b | c | d | e |     |  |  |  |  |  |     |  |  |  |  |  |
|----|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|-----|---|---|---|---|---|-----|---|---|---|---|---|-----|---|---|---|---|---|-----|---|---|---|---|---|-----|---|---|---|---|---|-----|---|---|---|---|---|-----|--|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|--|
| 1  |   |   |   |   |   | 31 |   |   |   |   |   | 61 |   |   |   |   |   | 91  |   |   |   |   |   | 121 |   |   |   |   |   | 151 |   |   |   |   |   | 181 |   |   |   |   |   | 211 |   |   |   |   |   | 241 |   |   |   |   |   | 271 |  |  |  |  |  | 301 |  |  |  |  |  |
| 2  |   |   |   |   |   | 32 |   |   |   |   |   | 62 |   |   |   |   |   | 92  |   |   |   |   |   | 122 |   |   |   |   |   | 152 |   |   |   |   |   | 182 |   |   |   |   |   | 212 |   |   |   |   |   | 242 |   |   |   |   |   | 272 |  |  |  |  |  | 302 |  |  |  |  |  |
| 3  |   |   |   |   |   | 33 |   |   |   |   |   | 63 |   |   |   |   |   | 93  |   |   |   |   |   | 123 |   |   |   |   |   | 153 |   |   |   |   |   | 183 |   |   |   |   |   | 213 |   |   |   |   |   | 243 |   |   |   |   |   | 273 |  |  |  |  |  | 303 |  |  |  |  |  |
| 4  |   |   |   |   |   | 34 |   |   |   |   |   | 64 |   |   |   |   |   | 94  |   |   |   |   |   | 124 |   |   |   |   |   | 154 |   |   |   |   |   | 184 |   |   |   |   |   | 214 |   |   |   |   |   | 244 |   |   |   |   |   | 274 |  |  |  |  |  | 304 |  |  |  |  |  |
| 5  |   |   |   |   |   | 35 |   |   |   |   |   | 65 |   |   |   |   |   | 95  |   |   |   |   |   | 125 |   |   |   |   |   | 155 |   |   |   |   |   | 185 |   |   |   |   |   | 215 |   |   |   |   |   | 245 |   |   |   |   |   | 275 |  |  |  |  |  | 305 |  |  |  |  |  |
| 6  |   |   |   |   |   | 36 |   |   |   |   |   | 66 |   |   |   |   |   | 96  |   |   |   |   |   | 126 |   |   |   |   |   | 156 |   |   |   |   |   | 186 |   |   |   |   |   | 216 |   |   |   |   |   | 246 |   |   |   |   |   | 276 |  |  |  |  |  | 306 |  |  |  |  |  |
| 7  |   |   |   |   |   | 37 |   |   |   |   |   | 67 |   |   |   |   |   | 97  |   |   |   |   |   | 127 |   |   |   |   |   | 157 |   |   |   |   |   | 187 |   |   |   |   |   | 217 |   |   |   |   |   | 247 |   |   |   |   |   | 277 |  |  |  |  |  | 307 |  |  |  |  |  |
| 8  |   |   |   |   |   | 38 |   |   |   |   |   | 68 |   |   |   |   |   | 98  |   |   |   |   |   | 128 |   |   |   |   |   | 158 |   |   |   |   |   | 188 |   |   |   |   |   | 218 |   |   |   |   |   | 248 |   |   |   |   |   | 278 |  |  |  |  |  | 308 |  |  |  |  |  |
| 9  |   |   |   |   |   | 39 |   |   |   |   |   | 69 |   |   |   |   |   | 99  |   |   |   |   |   | 129 |   |   |   |   |   | 159 |   |   |   |   |   | 189 |   |   |   |   |   | 219 |   |   |   |   |   | 249 |   |   |   |   |   | 279 |  |  |  |  |  | 309 |  |  |  |  |  |
| 10 |   |   |   |   |   | 40 |   |   |   |   |   | 70 |   |   |   |   |   | 100 |   |   |   |   |   | 130 |   |   |   |   |   | 160 |   |   |   |   |   | 190 |   |   |   |   |   | 220 |   |   |   |   |   | 250 |   |   |   |   |   | 280 |  |  |  |  |  | 310 |  |  |  |  |  |
| 11 |   |   |   |   |   | 41 |   |   |   |   |   | 71 |   |   |   |   |   | 101 |   |   |   |   |   | 131 |   |   |   |   |   | 161 |   |   |   |   |   | 191 |   |   |   |   |   | 221 |   |   |   |   |   | 251 |   |   |   |   |   | 281 |  |  |  |  |  | 311 |  |  |  |  |  |
| 12 |   |   |   |   |   | 42 |   |   |   |   |   | 72 |   |   |   |   |   | 102 |   |   |   |   |   | 132 |   |   |   |   |   | 162 |   |   |   |   |   | 192 |   |   |   |   |   | 222 |   |   |   |   |   | 252 |   |   |   |   |   | 282 |  |  |  |  |  | 312 |  |  |  |  |  |
| 13 |   |   |   |   |   | 43 |   |   |   |   |   | 73 |   |   |   |   |   | 103 |   |   |   |   |   | 133 |   |   |   |   |   | 163 |   |   |   |   |   | 193 |   |   |   |   |   | 223 |   |   |   |   |   | 253 |   |   |   |   |   | 283 |  |  |  |  |  | 313 |  |  |  |  |  |
| 14 |   |   |   |   |   | 44 |   |   |   |   |   | 74 |   |   |   |   |   | 104 |   |   |   |   |   | 134 |   |   |   |   |   | 164 |   |   |   |   |   | 194 |   |   |   |   |   | 224 |   |   |   |   |   | 254 |   |   |   |   |   | 284 |  |  |  |  |  | 314 |  |  |  |  |  |
| 15 |   |   |   |   |   | 45 |   |   |   |   |   | 75 |   |   |   |   |   | 105 |   |   |   |   |   | 135 |   |   |   |   |   | 165 |   |   |   |   |   | 195 |   |   |   |   |   | 225 |   |   |   |   |   | 255 |   |   |   |   |   | 285 |  |  |  |  |  | 315 |  |  |  |  |  |
| 16 |   |   |   |   |   | 46 |   |   |   |   |   | 76 |   |   |   |   |   | 106 |   |   |   |   |   | 136 |   |   |   |   |   | 166 |   |   |   |   |   | 196 |   |   |   |   |   | 226 |   |   |   |   |   | 256 |   |   |   |   |   | 286 |  |  |  |  |  | 316 |  |  |  |  |  |
| 17 |   |   |   |   |   | 47 |   |   |   |   |   | 77 |   |   |   |   |   | 107 |   |   |   |   |   | 137 |   |   |   |   |   | 167 |   |   |   |   |   | 197 |   |   |   |   |   | 227 |   |   |   |   |   | 257 |   |   |   |   |   | 287 |  |  |  |  |  | 317 |  |  |  |  |  |
| 18 |   |   |   |   |   | 48 |   |   |   |   |   | 78 |   |   |   |   |   | 108 |   |   |   |   |   | 138 |   |   |   |   |   | 168 |   |   |   |   |   | 198 |   |   |   |   |   | 228 |   |   |   |   |   | 258 |   |   |   |   |   | 288 |  |  |  |  |  | 318 |  |  |  |  |  |
| 19 |   |   |   |   |   | 49 |   |   |   |   |   | 79 |   |   |   |   |   | 109 |   |   |   |   |   | 139 |   |   |   |   |   | 169 |   |   |   |   |   | 199 |   |   |   |   |   | 229 |   |   |   |   |   | 259 |   |   |   |   |   | 289 |  |  |  |  |  | 319 |  |  |  |  |  |
| 20 |   |   |   |   |   | 50 |   |   |   |   |   | 80 |   |   |   |   |   | 110 |   |   |   |   |   | 140 |   |   |   |   |   | 170 |   |   |   |   |   | 200 |   |   |   |   |   | 230 |   |   |   |   |   | 260 |   |   |   |   |   | 290 |  |  |  |  |  | 320 |  |  |  |  |  |
| 21 |   |   |   |   |   | 51 |   |   |   |   |   | 81 |   |   |   |   |   | 111 |   |   |   |   |   | 141 |   |   |   |   |   | 171 |   |   |   |   |   | 201 |   |   |   |   |   | 231 |   |   |   |   |   | 261 |   |   |   |   |   | 291 |  |  |  |  |  | 321 |  |  |  |  |  |
| 22 |   |   |   |   |   | 52 |   |   |   |   |   | 82 |   |   |   |   |   | 112 |   |   |   |   |   | 142 |   |   |   |   |   | 172 |   |   |   |   |   | 202 |   |   |   |   |   | 232 |   |   |   |   |   | 262 |   |   |   |   |   | 292 |  |  |  |  |  | 322 |  |  |  |  |  |
| 23 |   |   |   |   |   | 53 |   |   |   |   |   | 83 |   |   |   |   |   | 113 |   |   |   |   |   | 143 |   |   |   |   |   | 173 |   |   |   |   |   | 203 |   |   |   |   |   | 233 |   |   |   |   |   | 263 |   |   |   |   |   | 293 |  |  |  |  |  | 323 |  |  |  |  |  |
| 24 |   |   |   |   |   | 54 |   |   |   |   |   | 84 |   |   |   |   |   | 114 |   |   |   |   |   | 144 |   |   |   |   |   | 174 |   |   |   |   |   | 204 |   |   |   |   |   | 234 |   |   |   |   |   | 264 |   |   |   |   |   | 294 |  |  |  |  |  | 324 |  |  |  |  |  |
| 25 |   |   |   |   |   | 55 |   |   |   |   |   | 85 |   |   |   |   |   | 115 |   |   |   |   |   | 145 |   |   |   |   |   | 175 |   |   |   |   |   | 205 |   |   |   |   |   | 235 |   |   |   |   |   | 265 |   |   |   |   |   | 295 |  |  |  |  |  | 325 |  |  |  |  |  |
| 26 |   |   |   |   |   | 56 |   |   |   |   |   | 86 |   |   |   |   |   | 116 |   |   |   |   |   | 146 |   |   |   |   |   | 176 |   |   |   |   |   | 206 |   |   |   |   |   | 236 |   |   |   |   |   | 266 |   |   |   |   |   | 296 |  |  |  |  |  | 326 |  |  |  |  |  |
| 27 |   |   |   |   |   | 57 |   |   |   |   |   | 87 |   |   |   |   |   | 117 |   |   |   |   |   | 147 |   |   |   |   |   | 177 |   |   |   |   |   | 207 |   |   |   |   |   | 237 |   |   |   |   |   | 267 |   |   |   |   |   | 297 |  |  |  |  |  | 327 |  |  |  |  |  |
| 28 |   |   |   |   |   | 58 |   |   |   |   |   | 88 |   |   |   |   |   | 118 |   |   |   |   |   | 148 |   |   |   |   |   | 178 |   |   |   |   |   | 208 |   |   |   |   |   | 238 |   |   |   |   |   | 268 |   |   |   |   |   | 298 |  |  |  |  |  | 328 |  |  |  |  |  |
| 29 |   |   |   |   |   | 59 |   |   |   |   |   | 89 |   |   |   |   |   | 119 |   |   |   |   |   | 149 |   |   |   |   |   | 179 |   |   |   |   |   | 209 |   |   |   |   |   | 239 |   |   |   |   |   | 269 |   |   |   |   |   | 299 |  |  |  |  |  | 329 |  |  |  |  |  |
| 30 |   |   |   |   |   | 60 |   |   |   |   |   | 90 |   |   |   |   |   | 120 |   |   |   |   |   | 150 |   |   |   |   |   | 180 |   |   |   |   |   | 210 |   |   |   |   |   | 240 |   |   |   |   |   | 270 |   |   |   |   |   | 300 |  |  |  |  |  | 330 |  |  |  |  |  |

Handwritten signature and stamp.