



الفصل الدراسي الثاني  
التاريخ: ٢٤/٦/٢٠٢١

نموذج \* ١ \*



كلية التربية الرياضية للبنين  
العام الجامعي : ٢٠٢٠ / ٢٠٢١

الزمن : ساعتين  
الدرجة : ٣٠ درجة

الفرقة : الرابعة  
المادة : تطبيقات الميكانيكا الحيوية في رياضات التخصص  
(كرة السلة)

- [١] يجب أن يكون الصمغ مقاوم للمياه (a) معا A,C (b) لا يشترط مقاومة المياه (c) التثبيت القوي (d) [A١]
- [٢] يمكن صناعة الأشرطة من الحرير الصناعي (a) النايلون (b) القطن (c) جميع ما سبق (d) [A١]
- [٣] هو بل فقط الجذع من تكون لا هذا والحركة دائرة شكل في يتحرك الجسم ثقل مركز أن يعني جذع عمل كله الجسم تشكل (a) عمل الجذع الاقضي (b) عمل الجذع الالوتواني (c) عمل الجذع التحديبي (d) عمل الجذع الدائري [A١]
- [٤] التواصل الجسدي يستخدم في كثير من الانشطة ومن ضمن الانشطة التي يستخدم فيها التواصل الجسدي (a) المجال الرياضي (b) المجال الطبي (c) كل ماسبق (d) الصم والبكم [A١]
- [٥] الاستمرارية في الحركة وعدم فقدان السرعة من شروط (a) مجال الحركة (b) انسيابية الحركة (c) النقل الحركي (d) التوقع الحركي [A١]
- [٦] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ..... من الاتصال يكون بالكلمات (a) ١٠٠% (b) ١٩% (c) ٩٦% (d) ٧% [A١]
- [٧] يستخدم مقياس ٥\*٥ في الشريط اللاصق (a) للتعريف (b) الأصابع واليد (c) في التجميل (d) إصابات الجهاز العضلي [A١]
- [٨] يجب أن تكون منطقة التي سوف يوضع عليها الشريط (a) لا يوجد بها شعر (b) مبتلة (c) لا توجد اجابه صحيحة (d) مليئة بالشعر [A١]
- [٩] يتم تنمية واكتمال الإدراك عن طريق التدريب علي (a) التفهم السريع لموضوعات الإدراك (b) الإدراك البصري (c) الإدراك المكاني الحركي للزميل (d) جميع ما سبق [A١]
- [١٠] من فوائد الشريط اللاصق (a) دعم المناطق الضعيفة (b) تحسين الأداء (c) جميع ما سبق (d) زياده الدوره الدمويه [A١]
- [١١] يوجد العديد من الأشكال اللاصق الرياضي (a) على شكل\* (b) على شكل حرف ا (c) على شكل حرف ي (d) جميع ما سبق [A١]
- [١٢] يتم تقسيم انسيابية الحركة إلى محددات منها (a) جميع ما سبق (b) زمن الحركة (c) ديناميكية الحركة (d) مجال الحركة [A١]

- [١٣] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ..... من التواصل بلغة الجسد  
 (a) ٥% (b) ٦٥% (c) ١٣% (d) ٥٥% [A١]
- [١٤] ..... يظهر عندما يكون المثير معروف من قبل الرياضي فضلا عن معرفة أسلوب الاستجابة  
 (a) زمن التوقع (b) زمن الفعل المعقد (c) رد فعل بسيط (d) زمن رد الفعل الحركي [A١]
- [١٥] التغير المفاجئ في الشد العضلي المفاجئ يقضي على الفترة الزمنية بين الشد والارتخاء  
 (a) ديناميكية الحركة (b) مجال الحركة (c) توقع الحركة (d) زمن الحركة [A١]
- [١٦] متى يجب عدم استخدام الشريط اللاصق  
 (a) جميع ما سبق (b) التهاب النسيج الجلدي (c) الجرح المفتوح (d) العدوى البكتيرية [A١]
- [١٧] من فرضيات التوقع الحركي  
 (a) فرضية المدخلات الحسية (b) فرضية الأثر الحسي (c) B, C معا (d) فرضية الزمن الحسي [A١]
- [١٨] ..... هو الفترة الزمنية الواقعة بين حدوث المثير واول انقباض عضلي  
 (a) زمن التوقع (b) رد الفعل معقد (c) رد الفعل المسبق (d) زمن رد الفعل الحركي [A١]
- [١٩] عرف ..... سرعة الاستجابة الحركية انها القدرة على الاستجابة الحركية لمثير معين في اقصر زمن ممكن  
 (a) عصام عبد الخالق (b) سيثجر (c) محمد حسين (d) جميع ما سبق علاوي [A١]
- [٢٠] يستخدم مقياس ٥\*٢.٥ في الشريط اللاصق في  
 (a) في التجميل (b) إصابات الجهاز العضلي (c) للتعريف الضمادي (d) الأصابع واليد [A١]
- [٢١] الجاندين كلا على أو لخدف أو للأمام سواء الأفقية الجذع حركة به يقدم  
 (a) عمل الجذع الدائري (b) عمل الجذع الرأسي (c) عمل الجذع العمودي (d) عمل الجذع الافقي [A١]
- [٢٢] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ..... من التواصل بنبرة الصوت  
 (a) ٥٠% (b) ٥٦% (c) ٦٥% (d) ٣٨% [A١]
- [٢٣] ..... هو الفترة الزمنية المحصورة بين نهاية زمن رد الفعل اي بدايه الحركة حتى النهاية  
 (a) زمن الاستجابة (b) لا توجد اجابه (c) زمن الحركة (d) زمن أداء الحركة صحيحة [A١]
- [٢٤] معظم تشكيلات اللواصق هي  
 (a) شكل حرف G (b) A, B معاً (c) شكل العنكبوت (d) شكل المروحة [A١]
- [٢٥] يقسم شمت دراسيرل التوقع الحركي الى  
 (a) A او B معا (b) التوقع الوقتي (c) لتوقع الانفعالي (d) التوقع المكاني [A١]
- [٢٦] ..... هو الفترة الزمنية للكشف عن هدف حركات الزميل اللاعب المنافس والكرة وكيفية تجاوزها قبل ظهور المثير  
 (a) رد الفعل المسبق (b) زمن التوقع (c) رد الفعل معقد (d) زمن رد الفعل الحركي [A١]
- [٢٧] من الاثار السلبية للشريط اللاصق الرياضي انه يؤدي الى تقليل الشعور بالألم اثناء ممارسه الاداء الرياضي وكذلك تحسين الاداء  
 (a) ✓ (b) X [A١]
- [٢٨] يتم تقييم الانسيابية وفق محددات معينه من ضمنها زمن الحركة  
 (a) X (b) ✓ [A١]
- [٢٩] من اساسيات مهارات رياضية التنس الارضي انه لا يشترط تنظيم التوقيت للوصول الى الكرة والمضرب ليس له توقيت معين في الوصول للكرة وبالتالي لا يشترط ضبط التوقيت للوصول الى الكرة  
 (a) X (b) ✓ [A١]
- [٣٠] على الرغم من استخدام لغة الجسد على مدى ملايين السنين من تاريخ النشء الإنساني إلا أن مظاهر الاتصال غير الشفهي لم تدرس عملياً على أي مقياس  
 (a) ✓ (b) X [A١]
- [٣١] لا يمكن استخدام الشريط اللاصق عند الخوف من تكرار إصابة معينة أو عند التهاب  
 (a) ✓ (b) X [A١]

- [٣٢] (a) ✓ الحالات التي يجب عدم استخدام اللاصق الرياضي بها فشل القلب الاحتقاني (b) X [A١]
- [٣٣] (a) X لا تختلف الخامات والخصائص المستخدمة في تصنيع كل لاصق رياضي بلون معين عن اللون الآخر، ولا يوجد أي فرق بين الألوان تمامًا (b) ✓ [A١]
- [٣٤] (a) ✓ A١! Sheet [١] (b) X [A١]
- [٣٥] (a) ✓ أو إذا حاول الشخص أن يتجنب النظر في عيون الناس ومن حوله فهذا يدل على أنه يحاول الانسحاب من الحديث الجاري [A١] (b) X
- [٣٦] (a) X توقيت تنفيذ المهارات من اقل العوامل التي يجب مراعاتها اثناء تنفيذ المهارة وذلك لان تنفيذ المهارة في التوقيت المثالي يساعد على تقليل افضل النتائج المحققة لها المهارة (b) ✓ [A١]
- [٣٧] (a) X مجال الحركة هو التوزيع الأمثل للفترات الزمنية لمراحل وأجزاء الحركة لأن لكل مهارة توزيع زمني خاص بها (b) ✓ [A١]
- [٣٨] (a) ✓ النقل الحركي هو أحد الخصائص الحركية التي تمكن اللاعب من زيادة معدلات أدائه، فهو يعمل على زيادة معدل تسارع الجسم خلال المدى الحركي (b) X [A١]
- [٣٩] (a) ✓ من امثلة النقل الحركي من الجذع الى الزراعين ضربة الرأس في كرة القدم (b) X [A١]
- [٤٠] (a) X الحالات التي يجب عدم استخدام اللاصق الرياضي بها العدوى البكتيرية (b) ✓ [A١]
- [٤١] (a) ✓ لغة الجسد يستخدمها الرئيس لمؤوسيه أو صاحب العمل لموظفيه (b) X [A١]
- [٤٢] (a) X إذا اتسع بؤبؤ العين وبدا للعيان فإن ذلك دليل على أنه سمع منك تواء شينا أسعده، أما إذا ضاق بؤبؤ العين فالعكس هو ما حدث (b) ✓ [A١]
- [٤٣] (a) X أظهرت دراسة أجريت عام ٢٠١٧ أن الشريط اللاصق الخاص يمكن أن يحسن تدفق الدم بالمنطقة الذي يكون بها (b) ✓ [A١]
- [٤٤] (a) X التوقيت من العوامل التي اذا تم اهمالها فان بعض المهارات الرياضية قد تفقد شكلها الجمالي اثناء التنفيذ (b) ✓ [A١]
- [٤٥] (a) ✓ يعمل الإيقاع على إيجاد التبادل الأمثل بين الانقباض والانبساط في العضلات مما يجعل الأداء اقتصاديا للطاقة المبذولة [A١] (b) X
- [٤٦] (a) X اللون الابيض للشريط اللاصق الرياضي يلصق على الجسم بطريقة افضل من اي لون آخر (b) ✓ [A١]
- [٤٧] (a) ✓ من فوائد اللاصق الرياضي تقليل نشاط حركة الدورة الدموية لدى الرياضي اثناء ممارسة النشاط الرياضي (b) X [A١]
- [٤٨] (a) X لغة الجسد الإيجابية التي تقترن بحركات يتم تكرارها باستمرار تعتبر إحدى الطرق المثلى لتحسين الأداء حيث يجب على اللاعب أن يفكر ملياً في تحسين حركة جسده، وهو ما يسمى بتمارين الدماغ (b) ✓ [A١]
- [٤٩] (a) ✓ تعمل الاشرطه الرياضية على اضعاف المناطق الضعيفة من الجسم مثل المفاصل الصغيرة (b) X [A١]
- [٥٠] (a) ✓ الحالات التي يجب عدم استخدام اللاصق الرياضي بها الجروح المفتوحة (b) X [A١]
- [٥١] (a) X العالمان تجارب نتائج حسب كله الجسم وزن من % ٥٠ حوالى يمثّل الجذع الألمانيين فيشر وبراون [A١] (b) ✓
- [٥٢] (a) ✓ ضديفه يمكننا الأطراف الى الجذع من الحركى النقل الى ٤ انواع (b) X [A١]

- [٥٣] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ٣٨% من التواصل بنبرة الصوت  
✓ (a)  
X (b)
- [٥٤] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن % ٨٠ فقط من الاتصال يكون بالكلمات %٥ بنبرة الصوت و %٥ بلغة الجسد [A١]  
✓ (b)  
X (a)
- [٥٥] إلى الجذع من الحركى الذقل الاطراف يمكننا تصنيفه الى ٣ انواع ومنهم النقل الحركى من القراعين الى الجذع [A١]  
✓ (a)  
X (b)
- [٥٦] تنفيذ الاداء في رياضة القوس والسهم لا يحتاج الى توقيت في تنفيذ الاداء ولاكن يجب مراعاة الزمن المعطى للتنفيذ [A١]  
✓ (a)  
X (b)
- [٥٧] [A٢! Sheet ١] [١]  
✓ (a)  
X (b)
- [٥٨] الشريط اللاصق صنعة العالم كاسي من مادة القطن والنايلون، لأن القطن يسبب الحساسية لأغلب الأشخاص مقارنة بالمواد الأخرى [A١]  
✓ (a)  
X (b)
- [٥٩] التوقيت غير ضروري لمهارات الريشة الطائرة حيث ان مهارات الريشة الطائرة يجب ان لا تنفذ في توقيت [A١]  
✓ (a)  
X (b)
- [٦٠] لضمان نجاح عملية وضع اللاصق الرياضي على الجسم هناك بعض القواعد اللازم اتباعها منها قياس المنطقة المصابة وقطع اللاصق بعناية على نفس المقاس [A١]  
✓ (b)  
X (a)



Student ID

( ..... )

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

..... : اسم الطالب

..... : اسم المادة

④ ③ ② ① : الفرقة

② ① : الفصل الدراسي

⑧ ⑦ ⑥ ⑤ ④ ③ ② ① : رقم النموذج

1	A	B	<input checked="" type="radio"/>	D	31	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	61	A	B	C	D	91	A	B	C	D
2	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	32	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	62	A	B	C	D	92	A	B	C	D
3	A	B	C	<input checked="" type="radio"/>	33	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	63	A	B	C	D	93	A	B	C	D
4	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	34	A	B	C	D	64	A	B	C	D	94	A	B	C	D
5	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	35	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	65	A	B	C	D	95	A	B	C	D
6	A	B	C	<input checked="" type="radio"/>	36	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	66	A	B	C	D	96	A	B	C	D
7	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	37	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	67	A	B	C	D	97	A	B	C	D
8	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	38	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	68	A	B	C	D	98	A	B	C	D
9	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	39	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	69	A	B	C	D	99	A	B	C	D
10	A	B	C	<input checked="" type="radio"/>	40	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	70	A	B	C	D	100	A	B	C	D
11	A	B	<input checked="" type="radio"/>	D	41	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	71	A	B	C	D	101	A	B	C	D
12	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	42	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	72	A	B	C	D	102	A	B	C	D
13	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	43	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	73	A	B	C	D	103	A	B	C	D
14	A	B	C	<input checked="" type="radio"/>	44	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	74	A	B	C	D	104	A	B	C	D
15	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	45	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	75	A	B	C	D	105	A	B	C	D
16	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	46	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	76	A	B	C	D	106	A	B	C	D
17	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	47	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	77	A	B	C	D	107	A	B	C	D
18	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	48	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	78	A	B	C	D	108	A	B	C	D
19	A	B	<input checked="" type="radio"/>	D	49	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	79	A	B	C	D	109	A	B	C	D
20	A	B	C	<input checked="" type="radio"/>	50	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	80	A	B	C	D	110	A	B	C	D
21	A	B	C	<input checked="" type="radio"/>	51	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	81	A	B	C	D	111	A	B	C	D
22	A	B	C	<input checked="" type="radio"/>	52	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	82	A	B	C	D	112	A	B	C	D
23	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	53	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	83	A	B	C	D	113	A	B	C	D
24	A	B	<input checked="" type="radio"/>	D	54	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	84	A	B	C	D	114	A	B	C	D
25	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	55	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	85	A	B	C	D	115	A	B	C	D
26	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	56	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	86	A	B	C	D	116	A	B	C	D
27	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	57	A	B	C	D	87	A	B	C	D	117	A	B	C	D
28	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	58	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	88	A	B	C	D	118	A	B	C	D
29	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	59	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	89	A	B	C	D	119	A	B	C	D
30	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	60	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	90	A	B	C	D	120	A	B	C	D



الفصل الدراسي الثاني  
التاريخ: ٢٠٢١/٦/٢٤

نموذج \*٢\*



كلية التربية الرياضية للبنين  
العام الجامعي : ٢٠٢٠ / ٢٠٢١

الزمن : ساعتين  
الدرجة : ٣٠ درجة

الفرقة : الرابعة  
المادة : تطبيقات الميكانيكا الحيوية في رياضات التخصص  
(كرة السلة)

- [١] الاستمرارية في الحركة وعدم فقدان السرعة من شروط (a) التوقع الحركي (b) انسيابية الحركة (c) مجال الحركة (d) النقل الحركي [A١]
- [٢] متى يجب عدم استخدام الشريط اللاصق (a) التهاب النسيج (b) العدوى البكتيرية (c) جميع ما سبق (d) الجرح المفتوح [A١]
- [٣] ..... هو الفترة الزمنية الواقعة بين حدوث المثير واول انقباض عضلي (a) رد الفعل معقد (b) زمن التوقع (c) زمن رد الفعل (d) رد الفعل المسبق [A١]
- [٤] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ..... من التواصل بلغة الجسد (a) ٥٥% (b) ١٣% (c) ٦٥% (d) ٥% [A١]
- [٥] من فرضيات التوقع الحركي (a) فرضية المدخلات الحسية (b) فرضية الأثر الحسي (c) فرضية الزمن الحسي (d) B,C معاً [A١]
- [٦] يمكن صناعة الأشرطة من (a) الحرير الصناعي (b) النايلون (c) القطن (d) جميع ما سبق [A١]
- [٧] ..... يظهر عندما يكون المثير معروف من قبل الرياضي فضلاً عن معرفة أسلوب الاستجابة (a) رد فعل بسيط (b) زمن رد الفعل (c) زمن الفعل المعقد (d) زمن التوقع الحركي [A١]
- [٨] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ..... من الاتصال يكون بالكلمات (a) ١٠٠% (b) ٩٦% (c) ٧% (d) ١٩% [A١]
- [٩] هو بل فقط الجذع من تكون لا هنا والحركة دائرة شكل في يتحرك الجسم ثقل مركز أن يعني جذع عمل كله الجسم تشكل (a) عمل الجذع الالتوائي (b) عمل الجذع الأفقي (c) عمل الجذع التحديبي (d) عمل الجذع الدائري [A١]
- [١٠] يتم تنمية واكتمال الإدراك عن طريق التدريب علي (a) جميع ما سبق (b) الإدراك المكاني الحركي للزميل (c) التفهم السريع لموضوعات الإدراك (d) الإدراك البصري [A١]
- [١١] من فوائد الشريط اللاصق (a) تحسين الأداء (b) زياده الدوره الدمويه (c) جميع ما سبق (d) دعم المناطق الضعيفة [A١]
- [١٢] ..... هو الفترة الزمنية للكشف عن هدف حركات الزميل اللاعب المنافس والكرة وكيفية تجاوزها قبل ظهور المثير [A١] (a) رد الفعل المسبق (b) زمن رد الفعل (c) رد الفعل معقد (d) زمن التوقع

- الحركي
- [١٣] يقسم شمت دراسيرل التوقع الحركي الى (a) التوقع الوقتي (b) A و B معا (c) لتوقع الانفعالي (d) التوقع المكاني [A١]
- [١٤] يجب أن تكون منطقة التي سوف يوضع عليها الشريط (a) لا توجد اجابه (b) مليئة بالشعر (c) لا يوجد بها شعر (d) مبتلة ولا ماء [A١]
- [١٥] التغير المفاجئ في الشد العضلي المفاجئ يقضي على الفترة الزمنية بين الشد والارتخاء (a) زمن الحركة (b) ديناميكية الحركة (c) مجال الحركة (d) توقع الحركة [A١]
- [١٦] عرف ..... سرعة الاستجابة الحركية انها القدرة على الاستجابة الحركية لمثير معين في اقصر زمن ممكن (a) جميع ما سبق (b) عصام عبد الخالق (c) محمد حسين (d) سيثجر علاوي [A١]
- [١٧] يوجد العديد من الأشكال اللاصق الرياضي (a) على شكل\* (b) جميع ما سبق (c) على شكل حرف (d) على شكل حرف ا [A١]
- [١٨] الجانبين كلا على أو للخف أو للأمام سواء الأفقية الجذع حركة به يهدد (a) عمل الجذع العمودي (b) عمل الجذع الافقي (c) عمل الجذع الدائري (d) عمل الجذع الرأسي [A١]
- [١٩] التواصل الجسدي يستخدم في كثير من الانشطة ومن ضمن الانشطة التي يستخدم فيها التواصل الجسدي (a) المجال الرياضي (b) المجال الطبي (c) كل ماسبق (d) الصم والبكم [A١]
- [٢٠] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ..... من التواصل بنبرة الصوت (a) ٣٨% (b) ٥٠% (c) ٦٥% (d) ٥٦% [A١]
- [٢١] يستخدم مقاس ٥\*٢.٥ في الشريط اللاصق في (a) إصابات الجهاز العضلي (b) الأصابع واليد (c) في التجميل (d) للتعريف الضمادي [A١]
- [٢٢] معظم تشكيلات اللواصق هي (a) A , B معاً (b) شكل العنكبوت (c) شكل حرف G (d) شكل المروحة [A١]
- [٢٣] يتم تقسيم انسيابية الحركة إلى محددات منها (a) مجال الحركة (b) ديناميكية الحركة (c) زمن الحركة (d) جميع ما سبق [A١]
- [٢٤] يستخدم مقاس ٥\*٥ في الشريط اللاصق (a) الأصابع واليد (b) للتعريف الضمادي (c) إصابات الجهاز العضلي (d) في التجميل [A١]
- [٢٥] ..... هو الفترة الزمنية المحصورة بين نهاية زمن رد الفعل اي بدايه الحركة حتى النهاية (a) زمن الحركة (b) لا توجد اجابه (c) زمن أداء الحركة (d) زمن الاستجابة صحيحه [A١]
- [٢٦] يجب أن يكون الصمغ (a) مقاوم للمياه (b) لا يشترط مقاومة المياه (c) التثبيت القوي (d) A,C معا [A١]
- [٢٧] لضمان نجاح عملية وضع اللاصق الرياضي على الجسم هناك بعض القواعد اللازم اتباعها منها قياس المنطقة المصابة وقطع اللاصق بعناية على نفس المقاس (a) ✓ (b) X [A١]
- [٢٨] لا يمكن استخدام الشريط اللاصق عند الخوف من تكرار إصابة معينة أو عند التهاب (a) X (b) ✓ [A١]
- [٢٩] لغة الجسد يستخدمها الرئيس لمروؤوسيه أو صاحب العمل لموظفيه (a) ✓ (b) X [A١]
- [٣٠] من امثلة النقل الحركي من الجذع الى الزراعين ضربة الرأس في كرة القدم (a) ✓ (b) X [A١]
- [٣١] أو إذا حاول الشخص أن يتجنب النظر في عيون الناس ومن حوله فهذا يدل على أنه يحاول الانسحاب من الحديث الجاري [A١] (a) ✓ (b) X
- [٣٢] التوقيت غير ضروري لمهارات الريشة الطائرة حيث ان مهارات الريشة الطائرة يجب ان لا تنفذ في توقيت (a) ✓ (b) X [A١]

- [٣٣] إذا اتسع بؤبؤ العين وبدا للعيان فإن ذلك دليل على أنه سمع منك تَوًّا شيئاً أسعده، أما إذا ضاق بؤبؤ العين فالعكس هو ما حدث  
[A١] (a) ✓ (b) X
- [٣٤] الحالات التي يجب عدم استخدام اللاصق الرياضي بها العدوى البكتيرية  
[A١] (a) X (b) ✓
- [٣٥] الحالات التي يجب عدم استخدام اللاصق الرياضي بها الجروح المفتوحة  
[A١] (a) X (b) ✓
- [٣٦] تعمل الاشرطه الرياضية على اضعاف المناطق الضعيفة من الجسم مثل المفاصل الصغيرة  
[A١] (a) X (b) ✓
- [٣٧] الى الجذع من الحركى الانقل الاطراف يمكننا تصنيفه الى ٣ انواع ومنهم النقل الحركي من القراعين الى الجذع [A١]  
[A١] (a) ✓ (b) X
- [٣٨] توقيت تنفيذ المهارات من اقل العوامل التي يجب مراعاتها اثناء تنفيذ المهارة وذلك لان تنفيذ المهارة في التوقيت المثالي يساعد على تقليل افضل النتائج المحققة لها المهارة  
[A١] (a) X (b) ✓
- [٣٩] التوقيت من العوامل التي اذا تم اهمالها فان بعض المهارات الرياضية قد تفقد شكلها الجمالي اثناء التنفيذ  
[A١] (a) ✓ (b) X
- [٤٠] الشريط اللاصق صنعة العالم كاسي من مادة القطن والنايلون، لأن القطن يسبب الحساسية لأغلب الأشخاص مقارنة بالمواد الأخرى  
[A١] (a) X (b) ✓
- [٤١] من فوائد اللاصق الرياضي تقليل نشاط حركة الدورة الدموية لدى الرياضي اثناء ممارسة النشاط الرياضي  
[A١] (a) X (b) ✓
- [٤٢] صدنيفه يمكننا الاطراف الى الجذع من الحركى الانقل الى ٤ انواع  
[A١] (a) X (b) ✓
- [٤٣] العاملان تجارب نتائج حسب كله الجسم وزن من % ٥٠ حوالى يمثل الجذع الالمانيين فيشر وبراون [A١]  
[A١] (a) ✓ (b) X
- [٤٤] الحالات التي يجب عدم استخدام اللاصق الرياضي بها فشل القلب الاحتقاني  
[A١] (a) X (b) ✓
- [٤٥] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ٣٨٪ من التواصل بنبرة الصوت  
[A١] (a) ✓ (b) X
- [٤٦] لغة الجسد الإيجابية التي تقترن بحركات يتم تكرارها باستمرار تعتبر إحدى الطرق المثلى لتحسين الأداء حيث يجب على اللاعب أن يفكر ملياً في تحسين حركة جسده، وهو ما يسمى بتمارين الدماغ  
[A١] (a) X (b) ✓
- [٤٧] أظهرت دراسة أجريت عام ٢٠١٧ أن الشريط اللاصق الخاص يمكن أن يحسن تدفق الدم بالمنطقة الذي يكون بها  
[A١] (a) ✓ (b) X
- [٤٨] [A١] Sheet 1 [١]  
[A١] (a) ✓ (b) X
- [٤٩] يتم تقييم الانسيابية وفق محددات معينه من ضمنها زمن الحركة  
[A١] (a) X (b) ✓
- [٥٠] النقل الحركي هو أحد الخصائص الحركية التي تمكن اللاعب من زيادة معدلات أدائه، فهو يعمل على زيادة معدل تسارع الجسم خلال المدى الحركي  
[A١] (a) X (b) ✓
- [٥١] تنفيذ الاداء في رياضة القوس والسهم لا يحتاج الى توقيت في تنفيذ الاداء ولاكن يجب مراعاة الزمن المعطى للتنفيذ [A١]  
[A١] (a) X (b) ✓
- [٥٢] لا تختلف الخامات والخصائص المستخدمة في تصنيع كل لاصق رياضي بلون معين عن اللون الأخر، ولا يوجد أي فرق بين الألوان تمامًا  
[A١] (a) ✓ (b) X
- [٥٣] يعمل الإيقاع على إيجاد التبادل الأمثل بين الانقباض والانبساط في العضلات مما يجعل الأداء اقتصاديا للطاقة المبذولة [A١]  
[A١] (a) ✓ (b) X



- [٥٤] مجال الحركة هو التوزيع الأمثل للفترات الزمنية لمراحل وأجزاء الحركة لأن لكل مهارة توزيع زمني خاص بها [A١] X (a) ✓ (b)
- [٥٥] A٢! Sheet ١ [١] [A١] X (a) ✓ (b)
- [٥٦] على الرغم من استخدام لغة الجسد على مدى ملايين السنين من تاريخ النشء الإنساني إلا أن مظاهر الاتصال غير الشفهي لم تدرس عملياً على أي مقياس [A١] X (a) ✓ (b)
- [٥٧] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف ان % ٨٠ فقط من الاتصال يكون بالكلمات % ٥ بنبرة الصوت و % ٥ بلغة الجسد [A١] X (a) ✓ (b)
- [٥٨] من الآثار السلبية للشريط اللاصق الرياضي انه يؤدي الى تقليل الشعور بالألم اثناء ممارسه الاداء الرياضي وكذلك تحسين الاداء [A١] X (a) ✓ (b)
- [٥٩] اللون الابيض للشريط اللاصق الرياضي يلصق على الجسم بطريقه افضل من اي لون آخر [A١] X (a) ✓ (b)
- [٦٠] من اساسيات مهارات رياضة التنس الارضي انه لا يشترط تنظيم التوقيت للوصول الى الكرة والمضرب ليس له توقيت معين في الوصول للكرة وبالتالي لا يشترط ضبط التوقيت للوصول الى الكرة [A١] X (a) ✓ (b)



Student ID

( ..... )

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

..... : اسم الطالب

..... : اسم المادة

4 3 2 1 : الفرقة

2 1 : الفصل الدراسي

8 7 6 5 4 3 2 1 : رقم النموذج

1	A	B	C	D	31	A	B	C	D	61	A	B	C	D	91	A	B	C	D
2	A	B	C	D	32	A	B	C	D	62	A	B	C	D	92	A	B	C	D
3	A	B	C	D	33	A	B	C	D	63	A	B	C	D	93	A	B	C	D
4	A	B	C	D	34	A	B	C	D	64	A	B	C	D	94	A	B	C	D
5	A	B	C	D	35	A	B	C	D	65	A	B	C	D	95	A	B	C	D
6	A	B	C	D	36	A	B	C	D	66	A	B	C	D	96	A	B	C	D
7	A	B	C	D	37	A	B	C	D	67	A	B	C	D	97	A	B	C	D
8	A	B	C	D	38	A	B	C	D	68	A	B	C	D	98	A	B	C	D
9	A	B	C	D	39	A	B	C	D	69	A	B	C	D	99	A	B	C	D
10	A	B	C	D	40	A	B	C	D	70	A	B	C	D	100	A	B	C	D
11	A	B	C	D	41	A	B	C	D	71	A	B	C	D	101	A	B	C	D
12	A	B	C	D	42	A	B	C	D	72	A	B	C	D	102	A	B	C	D
13	A	B	C	D	43	A	B	C	D	73	A	B	C	D	103	A	B	C	D
14	A	B	C	D	44	A	B	C	D	74	A	B	C	D	104	A	B	C	D
15	A	B	C	D	45	A	B	C	D	75	A	B	C	D	105	A	B	C	D
16	A	B	C	D	46	A	B	C	D	76	A	B	C	D	106	A	B	C	D
17	A	B	C	D	47	A	B	C	D	77	A	B	C	D	107	A	B	C	D
18	A	B	C	D	48	A	B	C	D	78	A	B	C	D	108	A	B	C	D
19	A	B	C	D	49	A	B	C	D	79	A	B	C	D	109	A	B	C	D
20	A	B	C	D	50	A	B	C	D	80	A	B	C	D	110	A	B	C	D
21	A	B	C	D	51	A	B	C	D	81	A	B	C	D	111	A	B	C	D
22	A	B	C	D	52	A	B	C	D	82	A	B	C	D	112	A	B	C	D
23	A	B	C	D	53	A	B	C	D	83	A	B	C	D	113	A	B	C	D
24	A	B	C	D	54	A	B	C	D	84	A	B	C	D	114	A	B	C	D
25	A	B	C	D	55	A	B	C	D	85	A	B	C	D	115	A	B	C	D
26	A	B	C	D	56	A	B	C	D	86	A	B	C	D	116	A	B	C	D
27	A	B	C	D	57	A	B	C	D	87	A	B	C	D	117	A	B	C	D
28	A	B	C	D	58	A	B	C	D	88	A	B	C	D	118	A	B	C	D
29	A	B	C	D	59	A	B	C	D	89	A	B	C	D	119	A	B	C	D
30	A	B	C	D	60	A	B	C	D	90	A	B	C	D	120	A	B	C	D



الفصل الدراسي الثاني  
التاريخ: ٢٠٢١/٦/٢٤

نموذج \*٣\*



كلية التربية الرياضية للبنين  
العام الجامعي : ٢٠٢٠ / ٢٠٢١

الزمن : ساعتين  
الدرجة : ٣٠ درجة

الفرقة : الرابعة  
المادة : تطبيقات الميكانيكا الحيوية في رياضات التخصص  
(كرة السلة)

- [١] من فرضيات التوقع الحركي  
(a) فرضية الأثر الحسي  
(b) فرضية الزمن الحسي  
(c) B,C معا  
(d) فرضية المدخلات الحسية
- [٢] يتم تنمية واكتمال الإدراك عن طريق التدريب على  
(a) التفهم السريع لموضوعات الإدراك  
(b) الإدراك المكاني الحركي للزميل  
(c) جميع ما سبق  
(d) الإدراك البصري
- [٣] يقسم شمت دراسيرل التوقع الحركي الى  
(a) التوقع الوقتي  
(b) A و B معا  
(c) التوقع المكاني  
(d) لتوقع الانفعالي
- [٤] .....يظهر عندما يكون المثير معروف من قبل الرياضي فضلا عن معرفة أسلوب الاستجابة  
(a) زمن الفعل المعقد  
(b) رد فعل بسيط  
(c) زمن التوقع الحركي  
(d) زمن رد الفعل
- [٥] هو بل فقط الجذع من تكون لا هذا و الحركة دائرة شكل في يتحرك الجسم ثقل مركز أن يعني جذع عمل  
كله الجسم تشكل  
(a) عمل الجذع الاقفي  
(b) عمل الجذع الالنتواني  
(c) عمل الجذع الدائري  
(d) عمل الجذع التحديبي
- [٦] يوجد العديد من الأشكال اللاصق الرياضي  
(a) على شكل \*  
(b) جميع ما سبق  
(c) على شكل حرف Y  
(d) على شكل حرف ا
- [٧] عرف ..... سرعة الاستجابة الحركية انها القدرة على الاستجابة الحركية لمثير معين في اقصر زمن ممكن  
(a) سيثجر  
(b) جميع ما سبق  
(c) عصام عبد الخالق  
(d) محمد حسين علاوي
- [٨] التواصل الجسدي يستخدم في كثير من الأنشطة ومن ضمن الأنشطة التي يستخدم فيها التواصل الجسدي  
(a) المجال الرياضي  
(b) كل ماسبق  
(c) الصم والبكم  
(d) المجال الطبي
- [٩] يمكن صناعة الأشرطة من  
(a) الحرير الصناعي  
(b) القطن  
(c) النايلون  
(d) جميع ما سبق
- [١٠] يجب أن تكون منطقة التي سوف يوضع عليها الشريط  
(a) مبتلة  
(b) لا يوجد بها شعر ولا ماء  
(c) لا توجد اجابه صحيحه  
(d) مليئة بالشعر
- [١١] يتم تقسيم انسيابية الحركة إلى محددات منها  
(a) زمن الحركة  
(b) ديناميكية الحركة  
(c) جميع ما سبق  
(d) مجال الحركة
- [١٢] الاستمرارية في الحركة وعدم فقدان السرعة من شروط  
(a) انسيابية الحركة  
(b) مجال الحركة  
(c) النقل الحركي  
(d) التوقع الحركي

- [١٣] التغير المفاجئ في الشد العضلي المفاجئ يقضي على الفترة الزمنية بين الشد والارتخاء  
 (a) توقع الحركة (b) مجال الحركة (c) ديناميكية الحركة (d) زمن الحركة [A١]
- [١٤] متى يجب عدم استخدام الشريط اللاصق  
 (a) العدوى البكتيرية (b) الجرح المفتوح (c) جميع ما سبق (d) التهاب النسيج الجلدي [A١]
- [١٥] يجب أن يكون الصمغ التثبيت القوي  
 (a) لا يشترط مقاومة المياه (b) لا يشترط مقاومة الماء (c) A,C معا (d) مقاوم للمياه [A١]
- [١٦] .....هو الفترة الزمنية المحصورة بين نهاية زمن رد الفعل اي بدايه الحركة حتى النهاية  
 (a) زمن أداء الحركة (b) لا توجد اجابه (c) زمن الاستجابة (d) زمن الحركة [A١]
- [١٧] الجاندين كلا على أو للخف أو للأمام سواء الأفقية الجذع حركة به يقدم  
 (a) عمل الجذع الرأسي (b) عمل الجذع الأفقي (c) عمل الجذع الدائري (d) عمل الجذع العمودي [A١]
- [١٨] يستخدم مقاس ٥\*٥ في الشريط اللاصق  
 (a) للتعريف الضمادي (b) الأصابع واليد (c) في التجميل (d) إصابات الجهاز العضلي [A١]
- [١٩] معظم تشكلات اللواصق هي  
 (a) A , B معاً (b) شكل المروحة (c) شكل العنكبوت (d) شكل حرف G [A١]
- [٢٠] من فوائد الشريط اللاصق  
 (a) دعم المناطق الضعيفة (b) جميع ما سبق (c) زياده الدوره الدموية (d) تحسين الأداء [A١]
- [٢١] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ..... من التواصل بنبرة الصوت  
 (a) ٥٦% (b) ٥٠% (c) ٣٨% (d) ٦٥% [A١]
- [٢٢] يستخدم مقاس ٥\*٢.٥ في الشريط اللاصق في  
 (a) في التجميل (b) إصابات الجهاز العضلي (c) الأصابع واليد (d) للتعريف الضمادي [A١]
- [٢٣] .....هو الفترة الزمنية للكشف عن هدف حركات الزميل اللاعب المنافس والكرة وكيفية تجاوزها قبل ظهور المثير [A١]  
 (a) زمن التوقع (b) رد الفعل معقد (c) زمن رد الفعل (d) رد الفعل المسبق الحركي
- [٢٤] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ..... من التواصل بلغة الجسد  
 (a) ١٣% (b) ٥% (c) ٦٥% (d) ٥٥% [A١]
- [٢٥] .....هو الفترة الزمنية الواقعة بين حدوث المثير واول انقباض عضلي  
 (a) زمن التوقع (b) رد الفعل المسبق (c) رد الفعل معقد (d) زمن رد الفعل الحركي [A١]
- [٢٦] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ..... من الاتصال يكون بالكلمات  
 (a) ٩٦% (b) ١٩% (c) ١٠٠% (d) ٧% [A١]
- [٢٧] العالمان تجارب نتائج حسب كله الجسم وزن من % ٥٠ حوالى يمثل الجذع الالمانيين فيشر وبراون [A١]  
 (a) ✓ (b) X
- [٢٨] اللون الابيض للشريط اللاصق الرياضي يلصق على الجسم بطريقه افضل من اي لون آخر  
 (a) X (b) ✓ [A١]
- [٢٩] Sheet ١!A٢ [١]  
 (a) X (b) ✓ [A١]
- [٣٠] من امثلة النقل الحركي من الجذع الى الزراعين ضربة الرأس في كرة القدم  
 (a) ✓ (b) X [A١]
- [٣١] يعمل الإيقاع على إيجاد التبادل الأمثل بين الانقباض والانبساط فى العضلات مما يجعل الأداء اقتصاديا للطاقة المبذولة [A١]  
 (a) X (b) ✓ [A١]
- [٣٢] أظهرت دراسة أجريت عام ٢٠١٧ أن الشريط اللاصق الخاص يمكن أن يحسن تدفق الدم بالمنطقة الذي يكون بها  
 (a) X (b) ✓ [A١]

- [٣٣] الحالات التي يجب عدم استخدام اللاصق الرياضي بها الجروج المفتوحة [A١]  
✓ (a) X (b)
- [٣٤] تعمل الاشرطه الرياضية على اضعاف المناطق الضعيفة من الجسم مثل المفاصل الصغيرة [A١]  
✓ (a) X (b)
- [٣٥] الشريط اللاصق صنعة العالم كاسي من مادة القطن والنايلون، لأن القطن يسبب الحساسية لأغلب الأشخاص مقارنة بالمواد الأخرى [A١]  
✓ (a) X (b)
- [٣٦] توقيت تنفيذ المهارات من اقل العوامل التي يجب مراعتها اثناء تنفيذ المهارة وذلك لان تنفيذ المهارة في التوقيت المثالي يساعد على تقليل افضل النتائج المحققه لها المهارة [A١]  
✓ (b) X (a)
- [٣٧] الحالات التي يجب عدم استخدام اللاصق الرياضي بها فشل القلب الاحتقاني [A١]  
✓ (b) X (a)
- [٣٨] لضمان نجاح عملية وضع اللاصق الرياضي على الجسم هناك بعض القواعد اللازم اتباعها منها قياس المنطقة المصابة وقطع اللاصق بعناية على نفس المقاس [A١]  
✓ (a) X (b)
- [٣٩] أو إذا حاول الشخص أن يتجنب النظر في عيون الناس ومن حوله فهذا يدل على أنه يحاول الانسحاب من الحديث الجاري [A١]  
✓ (b) X (a)
- [٤٠] لغة الجسد الإيجابية التي تقترن بحركات يتم تكرارها باستمرار تعتبر إحدى الطرق المثلى لتحسين الأداء حيث يجب على اللاعب أن يفكر ملياً في تحسين حركة جسده، وهو ما يسمى بتمارين الدماغ [A١]  
✓ (b) X (a)
- [٤١] من الآثار السلبية للشريط اللاصق الرياضي انه يؤدي الى تقليل الشعور بالألم اثناء ممارسه الاداء الرياضي وكذلك تحسين الاداء [A١]  
✓ (a) X (b)
- [٤٢] من فوائد اللاصق الرياضي تقليل نشاط حركة الدورة الدموية لدى الرياضي اثناء ممارسة النشاط الرياضي [A١]  
✓ (b) X (a)
- [٤٣] التوقيت غير ضروري لمهارات الريشة الطائرة حيث ان مهارات الريشة الطائرة يجب ان لا تنفذ في توقيت [A١]  
✓ (b) X (a)
- [٤٤] من اساسيات مهارات رياضية التنس الارضي انه لا يشترط تنظيم التوقيت للوصول الى الكرة والمضرب ليس له توقيت معين في الوصول للكرة وبالتالي لا يشترط ضبط التوقيت للوصول الى الكرة [A١]  
✓ (b) X (a)
- [٤٥] الى الجذع من الحركي الـ نقل الاطراف يمكننا تصنيفه الى ٣ انواع ومنهم النقل الحركي من القراعين الى الجذع [A١]  
✓ (b) X (a)
- [٤٦] الحالات التي يجب عدم استخدام اللاصق الرياضي بها العدوى البكتيرية [A١]  
✓ (b) X (a)
- [٤٧] إذا اتسع بؤبؤ العين وبدا للعيان فإن ذلك دليل على أنه سمع منك تواء شيناً أسعده، أما إذا ضاق بؤبؤ العين فالعكس هو ما حدث [A١]  
✓ (b) X (a)
- [٤٨] على الرغم من استخدام لغة الجسد على مدى ملايين السنين من تاريخ النشء الإنساني إلا أن مظاهر الاتصال غير الشفهي لم تدرس عملياً على أي مقياس [A١]  
✓ (b) X (a)
- [٤٩] مجال الحركة هو التوزيع الأمثل للفترات الزمنية لمراحل وأجزاء الحركة لأن لكل مهارة توزيع زمني خاص بها [A١]  
✓ (b) X (a)
- [٥٠] Sheet ١! [A١]  
✓ (a) X (b)
- [٥١] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف ان % ٨٠ فقط من الاتصال يكون بالكلمات % ٥ بنبرة الصوت و % ١٥ بلغة الجسد [A١]  
✓ (a) X (b)
- [٥٢] لا يمكن استخدام الشريط اللاصق عند الخوف من تكرار إصابة معينة أو عند التهاب [A١]  
✓ (a) X (b)

- [٥٣] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ٣٨٪ من التواصل بنبرة الصوت  
✓ (a) X (b)  
[A١]
- [٥٤] النقل الحركي هو أحد الخصائص الحركية التي تمكن اللاعب من زيادة معدلات أدائه، فهو يعمل على زيادة معدل تسارع الجسم خلال المدى الحركي  
X (a) ✓ (b)  
[A١]
- [٥٥] يتم تقييم الانسيابية وفق محددات معينة من ضمنها زمن الحركة  
X (a) ✓ (b)  
[A١]
- [٥٦] تنفيذ الاداء في رياضة القوس والسهم لا يحتاج الى توقيت في تنفيذ الاداء ولاكن يجب مراعاة الزمن المعطى للتنفيذ [A١]  
X (b) ✓ (a)
- [٥٧] التوقيت من العوامل التي اذا تم اهمالها فان بعض المهارات الرياضية قد تفقد شكلها الجمالي اثناء التنفيذ [A١]  
X (b) ✓ (a)
- [٥٨] لغة الجسد يستخدمها الرئيس لمروسيه أو صاحب العمل لموظفيه [A١]  
X (a) ✓ (b)
- [٥٩] لا تختلف الخامات والخصائص المستخدمة في تصنيع كل لاصق رياضي بلون معين عن اللون الأخر، ولا يوجد أي فرق بين الألوان تمامًا [A١]  
X (a) ✓ (b)
- [٦٠] ضديفه يمكننا الأطرف الى الجذع من الحركى النقل الى ٤ انواع [A١]  
X (a) ✓ (b)



Student ID

( ..... )

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

..... : اسم الطالب

..... : اسم المادة

④ ③ ② ① : الفرقة

② ① : الفصل الدراسي

⑧ ⑦ ⑥ ⑤ ④ ● ② ① : رقم النموذج

1	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	31	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	61	A	B	C	D	91	A	B	C	D
2	A	B	C	<input checked="" type="radio"/>	32	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	62	A	B	C	D	92	A	B	C	D
3	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	33	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	63	A	B	C	D	93	A	B	C	D
4	A	B	C	<input checked="" type="radio"/>	34	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	64	A	B	C	D	94	A	B	C	D
5	A	B	<input checked="" type="radio"/>	D	35	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	65	A	B	C	D	95	A	B	C	D
6	A	B	<input checked="" type="radio"/>	D	36	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	66	A	B	C	D	96	A	B	C	D
7	A	B	C	<input checked="" type="radio"/>	37	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	67	A	B	C	D	97	A	B	C	D
8	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	38	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	68	A	B	C	D	98	A	B	C	D
9	A	B	<input checked="" type="radio"/>	D	39	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	69	A	B	C	D	99	A	B	C	D
10	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	40	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	70	A	B	C	D	100	A	B	C	D
11	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	41	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	71	A	B	C	D	101	A	B	C	D
12	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	42	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	72	A	B	C	D	102	A	B	C	D
13	A	B	<input checked="" type="radio"/>	D	43	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	73	A	B	C	D	103	A	B	C	D
14	A	B	C	<input checked="" type="radio"/>	44	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	74	A	B	C	D	104	A	B	C	D
15	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	45	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	75	A	B	C	D	105	A	B	C	D
16	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	46	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	76	A	B	C	D	106	A	B	C	D
17	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	47	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	77	A	B	C	D	107	A	B	C	D
18	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	48	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	78	A	B	C	D	108	A	B	C	D
19	A	B	<input checked="" type="radio"/>	D	49	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	79	A	B	C	D	109	A	B	C	D
20	A	B	<input checked="" type="radio"/>	D	50	A	B	C	D	80	A	B	C	D	110	A	B	C	D
21	A	B	<input checked="" type="radio"/>	D	51	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	81	A	B	C	D	111	A	B	C	D
22	A	B	<input checked="" type="radio"/>	D	52	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	82	A	B	C	D	112	A	B	C	D
23	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	53	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	83	A	B	C	D	113	A	B	C	D
24	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	54	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	84	A	B	C	D	114	A	B	C	D
25	A	B	<input checked="" type="radio"/>	D	55	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	85	A	B	C	D	115	A	B	C	D
26	A	B	C	<input checked="" type="radio"/>	56	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	86	A	B	C	D	116	A	B	C	D
27	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	57	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	87	A	B	C	D	117	A	B	C	D
28	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	58	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	88	A	B	C	D	118	A	B	C	D
29	A	B	C	D	59	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	89	A	B	C	D	119	A	B	C	D
30	A	<input checked="" type="radio"/>	C	D	60	<input checked="" type="radio"/>	B	C	D	90	A	B	C	D	120	A	B	C	D



الفصل الدراسي الثاني  
التاريخ: ٢٤/٦/٢٠٢١

نموذج \* ٤ \*



كلية التربية الرياضية للبنين  
العام الجامعي : ٢٠٢٠ / ٢٠٢١

الزمن : ساعتين  
الدرجة : ٣٠ درجة

الفرقة : الرابعة  
المادة : تطبيقات الميكانيكا الحيوية في رياضات التخصص  
(كرة السلة)

- [١] يوجد العديد من الأشكال اللاصق الرياضي  
(a) على شكل حرف ا (b) على شكل \* (c) جميع ما سبق (d) على شكل حرف  $\gamma$  [A١]
- [٢] .....يظهر عندما يكون المثير معروف من قبل الرياضي فضلا عن معرفة أسلوب الاستجابة  
(a) رد فعل بسيط (b) زمن التوقع (c) زمن الفعل المعقد (d) زمن رد الفعل الحركي [A١]
- [٣] من فوائد الشريط اللاصق  
(a) دعم المناطق الضعيفة (b) زياده دوره الدموية (c) تحسين الأداء (d) جميع ما سبق [A١]
- [٤] يستخدم مقاس ٥\*٥ في الشريط اللاصق  
(a) في التجميل (b) إصابات الجهاز العضلي (c) الأصابع واليد (d) للتعريف الضمادي [A١]
- [٥] معظم تشكيلات اللواصق هي  
(a) شكل العنكبوت (b) A , B معاً (c) شكل المروحة (d) شكل حرف G [A١]
- [٦] .....هو الفترة الزمنية المحصورة بين نهاية زمن رد الفعل اي بدايه الحركه حتى النهاية  
(a) زمن أداء الحركة (b) زمن الاستجابة (c) لا توجد اجابه صحيحه (d) زمن الحركة [A١]
- [٧] يقسم شمت دراسيرل التوقع الحركي الى  
(a) التوقع المكاني (b) التوقع الوقتي (c) لتوقع الانفعالي (d) A و B معا [A١]
- [٨] .....هو الفترة الزمنية الواقعة بين حدوث المثير واول انقباض عضلي  
(a) رد الفعل معقد (b) زمن رد الفعل (c) رد الفعل المسبق (d) زمن التوقع الحركي [A١]
- [٩] يتم تقسيم انسيابية الحركة إلى محددات منها  
(a) مجال الحركة (b) ديناميكية الحركة (c) زمن الحركة (d) جميع ما سبق [A١]
- [١٠] هو بل فقط الجذع من تكون لا هنا و الحركة دائرة شكل في يتحرك الجسم ثقل مركز أن يعني جذع عمل كله الجسم تشدكل  
(a) عمل الجذع الدائري (b) عمل الجذع الافقي (c) عمل الجذع التحديبي (d) عمل الجذع الالتوائي [A١]
- [١١] يمكن صناعة الأشرطة من  
(a) الحرير الصناعي (b) القطن (c) النايلون (d) جميع ما سبق [A١]
- [١٢] من فرضيات التوقع الحركي  
(a) B,C معا (b) فرضية الزمن الحسي (c) فرضية الأثر الحسي (d) فرضية المدخلات الحسية [A١]



- [١٣] عرف ..... سرعة الاستجابة الحركية انها القدرة على الاستجابة الحركية لمثير معين في اقصر زمن ممكن [A١]  
(a) سيثجر (b) محمد حسين (c) جميع ما سبق (d) عصام عبد الخالق
- [١٤] يستخدم مقياس ٥\*٢.٥ في الشريط اللاصق في علاوي (a) في التجميل (b) الأصابع واليد (c) للتعريف (d) إصابات الجهاز العضلي
- [١٥] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ..... من التواصل بنبرة الصوت (a) ٥٠٪ (b) ٣٨٪ (c) ٦٥٪ (d) ٥٦٪
- [١٦] الجاندين كلا على أو للخلف أو للأمام سواء الأفقية الجذع حركة به يحدد (a) عمل الجذع (b) عمل الجذع (c) عمل الجذع (d) عمل الجذع
- [١٧] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ..... من الاتصال يكون بالكلمات (a) ٩٦٪ (b) ١٠٠٪ (c) ٧٪ (d) ١٩٪
- [١٨] التواصل الجسدي يستخدم في كثير من الانشطة ومن ضمن الانشطة التي يستخدم فيها التواصل الجسدي (a) كل ما سبق (b) الصم والبكم (c) المجال الرياضي (d) المجال الطبي
- [١٩] متى يجب عدم استخدام الشريط اللاصق (a) الجرح المفتوح (b) التهاب النسيج الجلدي (c) العدوى البكتيرية (d) جميع ما سبق
- [٢٠] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ..... من التواصل بلغة الجسد (a) ١٣٪ (b) ٦٥٪ (c) ٥٥٪ (d) ٥٪
- [٢١] يتم تنمية واكتمال الإدراك عن طريق التدريب على (a) الإدراك البصري (b) التفهم السريع لموضوعات الإدراك (c) جميع ما سبق (d) الإدراك المكاني الحركي للزميل
- [٢٢] ..... هو الفترة الزمنية للكشف عن هدف حركات الزميل اللاعب المنافس والكرة وكيفية تجاوزها قبل ظهور المثير [A١]  
(a) رد الفعل معقد (b) زمن التوقع (c) رد الفعل المسبق (d) زمن رد الفعل الحركي
- [٢٣] يجب أن يكون الصمغ (a) مقاوم للمياه (b) لا يشترط مقاومة المياه (c) A,C معا (d) التثبيت القوي
- [٢٤] الاستمرارية في الحركة وعدم فقدان السرعة من شروط (a) التوقع الحركي (b) النقل الحركي (c) انسيابية الحركة (d) مجال الحركة
- [٢٥] يجب أن تكون منطقة التي سوف يوضع عليها الشريط (a) لا يوجد بها شعر (b) لا توجد اجابه صحيحه (c) مبتلة (d) مليئة بالشعر ولا ماء
- [٢٦] التغيير المفاجئ في الشد العضلي المفاجئ يقضي على الفترة الزمنية بين الشد والارتخاء (a) توقع الحركة (b) مجال الحركة (c) ديناميكية الحركة (d) زمن الحركة
- [٢٧] التوقيت غير ضروري لمهارات الريشة الطائرة حيث ان مهارات الريشة الطائرة يجب ان لا تنفذ في توقيت (a) ✓ (b) X
- [٢٨] لا يمكن استخدام الشريط اللاصق عند الخوف من تكرار إصابة معينة أو عند التهاب (a) ✓ (b) X
- [٢٩] من امثلة النقل الحركي من الجذع الى الزراعين ضربة الرأس في كرة القدم (a) X (b) ✓
- [٣٠] النقل الحركي هو أحد الخصائص الحركية التي تمكن اللاعب من زيادة معدلات أدائه، فهو يعمل على زيادة معدل تسارع الجسم خلال المدى الحركي (a) ✓ (b) X
- [٣١] الى الجذع من الحركى الى نقل الاطراف يمكننا تصنيفه الى ٣ انواع ومنهم النقل الحركي من المراعين الى الجذع [A١] (a) X (b) ✓
- [٣٢] الشريط اللاصق صنعة العالم كاسي من مادة القطن والنايلون، لأن القطن يسبب الحساسية لأغلب الأشخاص مقارنة بالمواد (a) ✓ (b) X

- الأخرى  
[A١] X (a) ✓ (b)
- [٣٣] من فوائد اللاصق الرياضي تقليل نشاط حركة الدورة الدموية لدى الرياضي اثناء ممارسة النشاط الرياضي [A١] X (a) ✓ (b)
- [٣٤] إذا اتسع بؤبؤ العين وبدا للعيان فإن ذلك دليل على أنه سمع منك تَوًّا شيئاً أسعده، أما إذا ضاق بؤبؤ العين فالعكس هو ما حدث [A١] X (b) ✓ (a)
- [٣٥] مجال الحركة هو التوزيع الأمثل للفترات الزمنية لمراحل وأجزاء الحركة لأن لكل مهارة توزيع زمني خاص بها [A١] X (b) ✓ (a)
- [٣٦] [A٢] Sheet ١ [١] [A١] X (a) ✓ (b)
- [٣٧] لغة الجسد الإيجابية التي تقترن بحركات يتم تكرارها باستمرار تعتبر إحدى الطرق المثلى لتحسين الأداء حيث يجب على اللاعب أن يفكر ملياً في تحسين حركة جسده، وهو ما يسمى بتمارين الدماغ [A١] X (a) ✓ (b)
- [٣٨] اللون الابيض للشريط اللاصق الرياضي يلصق على الجسم بطريقة افضل من اي لون آخر [A١] X (a) ✓ (b)
- [٣٩] الحالات التي يجب عدم استخدام اللاصق الرياضي بها فشل القلب الاحتقاني [A١] X (b) ✓ (a)
- [٤٠] التوقيت من العوامل التي اذا تم اهمالها فان بعض المهارات الرياضية قد تفقد شكلها الجمالي اثناء التنفيذ [A١] X (b) ✓ (a)
- [٤١] أظهرت دراسة أجريت عام ٢٠١٧ أن الشريط اللاصق الخاص يمكن أن يحسن تدفق الدم بالمنطقة الذي يكون بها [A١] X (a) ✓ (b)
- [٤٢] يعمل الإيقاع على إيجاد التبادل الأمثل بين الانقباض والانبساط في العضلات مما يجعل الأداء اقتصادياً للطاقة المبدولة [A١] X (a) ✓ (b)
- [٤٣] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن ٣٨% من التواصل بنبرة الصوت [A١] X (b) ✓ (a)
- [٤٤] أو إذا حاول الشخص أن يتجنب النظر في عيون الناس ومن حوله فهذا يدل على أنه يحاول الانسحاب من الحديث الجاري [A١] X (b) ✓ (a)
- [٤٥] الحالات التي يجب عدم استخدام اللاصق الرياضي بها الجروح المفتوحة [A١] X (b) ✓ (a)
- [٤٦] من أساسيات مهارات رياضية التنس الارضي انه لا يشترط تنظيم التوقيت للوصول الى الكرة والمضرب ليس له توقيت معين في الوصول للكرة وبالتالي لا يشترط ضبط التوقيت للوصول الى الكرة [A١] X (b) ✓ (a)
- [٤٧] لغة الجسد يستخدمها الرئيس لمروسيه أو صاحب العمل لموظفيه [A١] X (b) ✓ (a)
- [٤٨] الحالات التي يجب عدم استخدام اللاصق الرياضي بها العدوى البكتيرية [A١] X (b) ✓ (a)
- [٤٩] لضمان نجاح عملية وضع اللاصق الرياضي على الجسم هناك بعض القواعد اللازم اتباعها منها قياس المنطقة المصابة وقطع اللاصق بعناية على نفس المقاس [A١] X (b) ✓ (a)
- [٥٠] صديفه يمكننا الأطراف الى الجذع من الحركي المنقل الى ٤ انواع [A١] X (b) ✓ (a)
- [٥١] تنفيذ الاداء في رياضة القوس والسهم لا يحتاج الى توقيت في تنفيذ الاداء ولاكن يجب مراعاة الزمن المعطى للتنفيذ [A١] X (a) ✓ (b)
- [٥٢] العالمان تجارب نتائج حسب كله الجسم وزن من % ٥٠ حوالى يمثل الجذع الالمانيين فيشر وبراون [A١] X (a) ✓ (b)
- [٥٣] يتم تقييم الانسيابية وفق محددات معينه من ضمنها زمن الحركة [A١] X (a) ✓ (b)

- [٥٤] لا تختلف الخامات والخصائص المستخدمة في تصنيع كل لاصق رياضي بلون معين عن اللون الأخر، ولا يوجد أي فرق بين الألوان تمامًا  
[A١] ✓ (a) X (b)
- [٥٥] على الرغم من استخدام لغة الجسد على مدى ملايين السنين من تاريخ النشء الإنساني إلا أن مظاهر الاتصال غير الشفهي لم تدرس عملياً على أي مقياس  
[A١] ✓ (b) X (a)
- [٥٦] [A١] Sheet ١ [١] ✓ (a) X (b)
- [٥٧] تعمل الاشرطه الرياضية على اضعاف المناطق الضعيفة من الجسم مثل المفاصل الصغيرة  
[A١] ✓ (b) X (a)
- [٥٨] توقيت تنفيذ المهارات من اقل العوامل التي يجب مراعتها اثناء تنفيذ المهارة وذلك لان تنفيذ المهارة في التوقيت المثالي يساعد على تقليل افضل النتائج المحققة لها المهارة  
[A١] ✓ (a) X (b)
- [٥٩] في دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف ان % ٨٠ فقط من الاتصال يكون بالكلمات % ٥ بنبرة الصوت و % ٥ بلغة الجسد [A١] ✓ (a) X (b)
- [٦٠] من الآثار السلبية للشريط اللاصق الرياضي انه يؤدي الى تقليل الشعور بالألم اثناء ممارسه الاداء الرياضي وكذلك تحسين الاداء  
[A١] ✓ (b) X (a)



Student ID

( ..... )

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

..... : اسم الطالب

..... : اسم المادة

④ ③ ② ① : الفرقة

② ① : الفصل الدراسي

⑧ ⑦ ⑥ ⑤ ● ④ ③ ② ① : رقم النموذج

1	A	B	C	D	31	A	B	C	D	61	A	B	C	D	91	A	B	C	D
2	A	B	C	D	32	A	B	C	D	62	A	B	C	D	92	A	B	C	D
3	A	B	C	D	33	A	B	C	D	63	A	B	C	D	93	A	B	C	D
4	A	B	C	D	34	A	B	C	D	64	A	B	C	D	94	A	B	C	D
5	A	B	C	D	35	A	B	C	D	65	A	B	C	D	95	A	B	C	D
6	A	B	C	D	36	A	B	C	D	66	A	B	C	D	96	A	B	C	D
7	A	B	C	D	37	A	B	C	D	67	A	B	C	D	97	A	B	C	D
8	A	B	C	D	38	A	B	C	D	68	A	B	C	D	98	A	B	C	D
9	A	B	C	D	39	A	B	C	D	69	A	B	C	D	99	A	B	C	D
10	A	B	C	D	40	A	B	C	D	70	A	B	C	D	100	A	B	C	D
11	A	B	C	D	41	A	B	C	D	71	A	B	C	D	101	A	B	C	D
12	A	B	C	D	42	A	B	C	D	72	A	B	C	D	102	A	B	C	D
13	A	B	C	D	43	A	B	C	D	73	A	B	C	D	103	A	B	C	D
14	A	B	C	D	44	A	B	C	D	74	A	B	C	D	104	A	B	C	D
15	A	B	C	D	45	A	B	C	D	75	A	B	C	D	105	A	B	C	D
16	A	B	C	D	46	A	B	C	D	76	A	B	C	D	106	A	B	C	D
17	A	B	C	D	47	A	B	C	D	77	A	B	C	D	107	A	B	C	D
18	A	B	C	D	48	A	B	C	D	78	A	B	C	D	108	A	B	C	D
19	A	B	C	D	49	A	B	C	D	79	A	B	C	D	109	A	B	C	D
20	A	B	C	D	50	A	B	C	D	80	A	B	C	D	110	A	B	C	D
21	A	B	C	D	51	A	B	C	D	81	A	B	C	D	111	A	B	C	D
22	A	B	C	D	52	A	B	C	D	82	A	B	C	D	112	A	B	C	D
23	A	B	C	D	53	A	B	C	D	83	A	B	C	D	113	A	B	C	D
24	A	B	C	D	54	A	B	C	D	84	A	B	C	D	114	A	B	C	D
25	A	B	C	D	55	A	B	C	D	85	A	B	C	D	115	A	B	C	D
26	A	B	C	D	56	A	B	C	D	86	A	B	C	D	116	A	B	C	D
27	A	B	C	D	57	A	B	C	D	87	A	B	C	D	117	A	B	C	D
28	A	B	C	D	58	A	B	C	D	88	A	B	C	D	118	A	B	C	D
29	A	B	C	D	59	A	B	C	D	89	A	B	C	D	119	A	B	C	D
30	A	B	C	D	60	A	B	C	D	90	A	B	C	D	120	A	B	C	D