



" ممنوع كتابة أى علامات على ورقة الأسئلة "

" قم بتظليل الإجابة الصحيحة فقط فى ورقة الإجابة "

# 1

## نموذج

### أجب عن الأسئلة التالية

### صواب أم خطأ ؟

الدرجة (30 درجة)

السؤال (60) نقطة - قيمة كل نقطة هي 1/2 درجة

- قم بتظليل الدائرة المقابلة للإختيار (A) إذا كنت الإجابة صحيحة ✓
- قم بتظليل الدائرة المقابلة للإختيار (B) إذا كانت الإجابة خاطئة ✗

- (1) كان يعرف الجمباز العام سابقاً فى الإتحاد الدولى بإسم الجمباز للجميع .
- (2) من تعريفات العرض الرياضي انه مجموعة من الحركات والتمرينات المرتبطة والمنسجمة والمتناسقه فى الأداء والتوقيت .
- (3) عروض الرقص هي العروض التى تتكون مادتها من الحركات والمهارات الاساسية فى تشكيلات متنوعة .
- (4) العروض الرياضية النظامية تعرف بإسم العروض الكلاسيكية .
- (5)  يعتبر هذا التشكيل من التشكيلات البسيطة .
- (6)  يعتبر هذا التشكيل من التشكيلات المركبة .
- (7) الجمباز للجميع هو فرع من فروع الجمباز داخل الإتحاد الدولى وينقسم إلى *gymnaestrada* و *gym for life* .
- (8) تقام جمنسترا العالم كل 4 سنوات بهدف التنافس فى مجال العروض الرياضية على مستوى العالم .
- (9) أول لقاء لجمنسترا العالم كان فى عام 1935 فى هولندا .
- (10) يستمر لقاء جمنسترا العالم لمدته 5 أيام .
- (11) بلغ عدد المشاركين فى اللقاء الأول لجمنسترا العالم إلى حوالى 5,000 فرد .
- (12) يبدأ لقاء جمنسترا العالم بـ *Opening Ceremony* .
- (13) فى عروض المجموعات داخل جمنسترا العالم يصل عدد المشاركين إلى 200 لاعب ويستمر الأداء إلى حوالى 10 دقائق .
- (14) يمكن أن يشترك أكثر من إتحاد داخل لقاء جمنسترا العالم لتقديم عرض واحد بمجموعه كبيره .
- (15) بدأ تنظيم المنتدى التعليمى داخل لقاء الجمنسترا مؤخرأ بدياهه من عام 2011 .
- (16) فى جمنسترا العالم يقوم الإتحاد الدولى للجمباز بتقديم فقرات تظهر التنوع فى أشكال الجمباز داخل فقرات الأمسيات الوطنية .
- (17) سوف تقام جمنسترا العالم القادمة فى عام 2019 بمدينة روتردام بدولة النمسا .
- (18) سوف تستمر فعاليات جمنسترا العالم القادمة لمدته 8 أيام .
- (19) لقاء جمنسترا العالم القادمة سوف يكون فى يونيه 2019 .
- (20) تبدأ لقاءات جمنسترا العالم بعروض المجموعات وتنتهى بالأمسيات الوطنية .
- (21) *Gym for life* هو الجانب الغير تنافسى داخل فرع الجمباز للجميع بالإتحاد الدولى للجمباز .
- (22) تقام الـ *gym for life* كل 4 سنوات .
- (23) تقام كل من *World Gymnaestrada* و *Gym for life* فى نفس العام مره كل 4 سنوات .
- (24) كانت البطولة الأولى لـ *Gym for life* فى عام 2006 .
- (25) عدد الأندية المشتركة فى *Gym for life* الأولى كان 76 نادى .
- (26) تم إقامه 4 لقاءات لـ *Gym for life* منذ بدياهه دخوله لفرع الجمباز للجميع داخل الإتحاد وحتى الآن .
- (27) جميع المجموعات المشتركة فى *Gym for life* يتم تصنيفهم ل3 مستويات ومنحهم ميداليات ذهبية وفضية وبرونزية .
- (28) التقييم داخل الـ *Gym for life* يتم بواسطه 5 حكام و 2 ملاحظين .

- (29) عند بدايه تصميم عرض رياضي يبدأ مُصمم العرض بتحديد فكرة العرض .
- (30) تشمل ورقة خريطة العرض الرياضي على عدد التمرينات والحركات المؤداه داخل العرض .
- (31) الحركات المؤداه داخل العرض الرياضي من ضمن الاساليب المستخدمه فى إيضاح فكرة العرض .
- (32) المسافات البينييه الكبيره بين اللاعبين يفضل فيها استخدام الحركات ذات المدى الحركى الصغير .
- (33) فى العروض المسرحية يفضل استخدام التشكيلات الأفقيه .
- (34) من أهم اهداف العروض الرياضيه مناسبتها لجميع المراحل السنيه .
- (35) جمنسترادا العالم هي نوع من أنواع الجمباز داخل الإتحاد .
- (36) يتكون البرنامج العام لجمنسترادا العالم من 9 أحداث .
- (37) FIG GALA دورها الأساسي داخل برنامج جمنسترادا العالم هو المساهمه فى التدريب الفنى للمدربين .
- (38) Gym for life هو النشاط الذى يجمع العدد الأكبر من المشتركين داخل الإتحاد الدولى للجمباز .
- (39) وظيفه الملاحظين فى الـ Gymnaestrada هو تحليل العروض المشاركه وتقديم تقارير فنيه لكل دولة .
- (40) تم إضافه الجانب التنافسي داخل فرع الجمباز للجميع فى عام 2006 .
- (41) يبدأ تصميم العرض الرياضي بخطوة تحديد فكرة العرض ثم يليها خطوة وضع الحركات المؤداه .
- (42) يعتبر البامفلت من أهم الاساليب المستخدمه فى التدريب على توحيد الأداء .
- (43) كان اللقاء الثانى لجمنسترادا العالم فى عام 1939 فى يوغوسلافيا .
- (44) يتم الاعلان عن اسم الدوله والمدينه المستضيفه لجمنسترادا العالم التاليه فى حفل الافتتاح .
- (45) أول لقاء لجمنسترادا العالم كان فى عام 1935 فى النمسا .
- (46) يستمر لقاء جمنسترادا العالم لمده 6 ايام كامله .
- (47) اللقاء القادم لجمنسترادا العالم سوف يكون فى عام 2019 فى مدينه فيينا بدوله النمسا .
- (48) سوف تستمر فعاليات لقاء الجمنسترادا القادمه لمده 7 ايام .
- (49) بطوله الـ gym for life الأولى كان فى عام 2007 .
- (50) يبدأ تصميم العرض الرياضي بوضع الحركات المؤداه داخل العرض .
- (51) جمنسترادا العالم القادمه سوف تقام فى فبراير 2019 .
- (52) عدد الأنديه المشاركه فى Gym for life الأولى كان 50 نادى .
- (53) التقييم داخل gym for life يتم بواسطه 5 حكام بينما فى world gymnaestrada يكون عدد الحكام 8 .
- (54) تصميم خريطه العرض الرياضي تكون هي الخطوه النهائيه عند تصميم العرض الرياضي .
- (55) من الممكن استخدام أجهزة الجمباز الفنى داخل العروض الرياضيه .
- (56) يمكن للاعبى الجمباز الفنى المشاركه داخل جمنسترادا العالم .
- (57) يتكون البرنامج العام لجمنسترادا العالم من 10 أحداث .
- (58) فى جمنسترادا العالم يُلقى رئيس الإتحاد الدولى للجمباز كلمه فى كلاً من حفل الافتتاح وحفل الختام .
- (59) يجب أن يشتمل العرض الرياضي على 10 تشكيلات مختلفه .
- (60) توحيد الاداء داخل العرض الرياضي يستلزم اداء جميع المشاركين لنفس الحركات .

تمت الاستاذة  
 مع طبيب التمرينات بالنونين  
 د. أحمد مصطفى إمام