



كلية علوم الرياضة
Faculty of Sports Science

دليل اختبارات القدرات لطلاب الثانوية العامة 2026



كلية علوم الرياضة

جامعة بنها



Faculty of Sports Sciences



كلية علوم الرياضة

BENHA UNIVERSITY



جامعة بنها



كلية علوم الرياضة
Faculty of Sports Science

أولا خطوات التسجيل

يتم حجز موعد الاختبار القدرات وسداد الرسوم
إلكترونيا من خلال الرابط الرسمي التالي :

<https://bit.ly/4leatVS>

t



ثانيا : الاوراق والمستندات المطلوبة

على الطالب تجهيز ملف كامل يحتوى على :-

- 1 ☐ ايصال دفع الرسوم (اصل + صورة منه)
- 2 ☐ رقم الجلوس (3 صور)
- 3 ☐ صورتان من بطاقة الرقم القومي
- 4 ☐ عدد (4) صور شخصية (4*6) خلفية بيضاء ومدون عليها الرقم القومي للطالب
- 5 ☐ قلم جاف لملء الملف والاستمارات
- 6 ☐ ملف ابيض اوبنى مسجل على من الخارج المعلومات التالية :
 - اسم الطالب رباعي
 - عنوان الطالب بالتفصيل^t
 - رقم تليفون الطالب
 - رقم تليفون ولي الامر
- ☐ استمارات التسجيل على موقع الوزارة (3)



ثالثا : تفاصيل ايام الاختبارات

يقوم الطالب باختيار احد المسارين التاليين

المسار الثاني : الاختبارات مهارية

يقيس هذا المسار مستوى الاداء
المهاري للطالب في النشاط الرياضي
الذي يجيده

اتقان المهارات الاساسية

التوافق الحركي

التحكم في الاداء

سرعة الاستجابة

الدقة اثناء تنفيذ المهارة

الهدف
اتقييم القدرات المهارية الرياضية للطالب في
النشاط الذي يختاره

المسار الاول : الاختبارات البدنية

يهدف هذا المسار الى قياس مستوى
اللياقة البدنية للطالب من خلال
مجموعة من الاختبارات التي تقيس

السرعة

التحمل

القوة العضلية

الرشاقة

المرونة

القدرة

الهدف
التعرف على مستوى الفاءة البدنية ومدى استعداد
الطالب للالتحاق بكلية علوم الرياضة

تنويه

يختار الطالب مسارا واحدا فقط (البدني او المهاري) وفقا لرغبته ويتم
اداء الاختبارات طبقا لتعليمات لجنة القدرات



كلية علوم الرياضة
Faculty of Sports Science

ثالثا : تفاصيل ايام الاختبارات

الحضور لمقر كلية علوم الرياضة لجامعة بنها
في تمام الساعة الثامنة صباحا في اليوم المحدد

اليوم الاول للفحوصات الاساسية ا



الكشف الطبي الشامل



قياس الطول والوزن

t

اختبار القوام



كلية علوم الرياضة
Faculty of Sports Science

رابعاً : الزي الرياضي المطلوب

يجب ان يكون الطالب مرتديا الزي الرياضي المناسب اثناء
اداء الاختبارات :

الطالبات : (بنات)



★ بدلة رياضية



★ بنطلون تدريب



★ حذاء رياضي خفيف

★ شراب قطن ابيض

★ مايوة

الطلاب : (بنين)



★ فائلة برقبة او دون اكمام



★ شورت



★ حذاء رياضي خفيف



★ شراب قطن ابيض



★ مايوة

يمنع ارتداء الملابس غير الرياضية او الاحذية غير المناسبة
وسيتم استبعاد الطالب فى حال عدم الالتزام بالزي المطلوب



كلية علوم الرياضة

Faculty of Sports Science

خامسا : التعليمات العامة

يجب على الطالب الالتزام بالتعليمات التالية لضمان سير الاختبارات بشكل منظم وعادل

الحضور قبل الموعد المحدد للاختبار بوقت كاف

احضار بطاقة الرقم القومي او ما يفيد اثبات الشخصية

الالتزام بالزي الرياضي المناسب وفقا للتعليمات

اتباع تعليمات لجنة الاختبارات وعدم مخالفتها

يحظر اصطحاب الهاتف المحمول او اي اجهزة الكترونية
اثناء الاختبارات

الالتزام بالهدوء والنظام واحترام الزملاء والمشرفين

اي مخالفة للتعليمات قد تؤدي الى استبعاد الطالب
من الاختبارات

تنوية مهم
سيتم استبعاد الطالب في حال عدم الالتزام
بالتعليمات العامة



كلية علوم الرياضة
Faculty of Sports Science

سادسا : المواصفات الجسمية

يشترط الاجتياز اختبار القوام ان يستوفي الطالب /الطالبة الحد الادنى
للطول : مع تناسب الطول والوزن وفقا للوائح المنظمة لاختبارات
القدرات

الطالبات : (بنات)

الحد الادنى للطول

155

سم

الوزن
متناسب
مع الطول

الطلاب : (بنين)

الحد الادنى للطول

165

سم

الوزن
متناسب
مع الطول

يتم قياس الطول والوزن خلال اليوم الاول من اختبارات القدرات
ويشترط استيفاء الحد الاجنى للطول مع تناسب الطول والوزن وفقا
للمعايير المعتمدة



كلية علوم الرياضة
Faculty of Sports Science

بالتوفيق والنجاح لجميع ابنائنا الطلاب

