

امتحان مرحلة البكالوريوس تخصص ألعاب المضرب

للفصل الدراسى الأول للعام الجامعى 2014م-2015م

الزمن / ساعتان الفرقة / الثالثة

التاريخ / 4/1/2014م الدرجة / 30

أجيبى عن الأسئلة التالية:-

السؤال الأول ( 10 درجات )

أكملي ما يأتي : ---

1 **- يشد رسغ اليد فى جميع الضربات ماعدا ......................, ......................,** ..........................,...........................

2- ان الهدف من القبض باليدين معا هو ....................

3- يعتبر صدق .................... عاملا مهما للاعبى التنس .

4- كلما زادت مرحلة التمهيد للحركة للذراع ................. كلما زادت ............. الحركة .

5- وقفة الأستعداد الصحيحة تساعد اللاعب على التحرك للــــ .....................’ ........................,............................,............................

6- .تؤدى جميع الضربات بوقوف الجسم..................... الشبكة .

7- تلعب حركة الرجلين ونقل ثقل الجسم دور فى نجاح عملية .........................

8- القبض باليدين أكثر استخداما فى الضربات ................ عن الضربات ...................

9- كلما زادت زاوية ضرب الكرة كلما ارتفع ..................طيران الكرة .

10- الضربات الأساسية هى ........................’.........................’.....................

11- الضربات المتقدمة هى .......................’.........................’...........................’...........................

12- انواع القبضات ...............................’.............................

13- انواع القبض بيد واحدة .........................,............................,...........................,.....................

14- تنقسم حركة الضرب فى التنس ....................,.......................,..................

15- من الادوات والوسائل التعليمية المستخدمة فى التنس .....................,.................. .......................,.......................,......................,......................

16- اللياقة البدنية هى درجة كفاية الجسم للقيام ....................... تحت ضغط التدريب

السؤال الثاني ( 10 درجات )

1- اذكرى أسباب قصر مرحلة التمهيد فى الضربات الأمامية والخلفية عند أداء اللاعبين ؟

2- ما عمل القدمين فى الحالات التالية ؟....

\* عند وصول الكرة مائلا أماما

\* اتجاه الكرة نحو الجسم مباشرا

3- اشرحى أنواع دورانات الكرة مع الاستعانة بالرسم وتحديد اتجاه الدوران ؟

4- اذكرى الأخطاء الشائعة فى ضربات الارسال؟

5- تكلمى عن الاعداد البدنى الخاص فى التنس الآرضى ؟

6- ما هى أهداف التقويم فى لعبة التنس ؟

7- ما هى أنواع الكرات المستخدمة لبدائل لكرات التنس عند التدريب ؟

8- اشرحى الخرائط الذهنية كأحد الوسائل البصرية المساعدة فى التنس ؟

9- ارسمى ملعب التنس الآرضى الفردى موضحا عليه المقاييس

10- ارسمى الشبكة والقائمين لملعب التنس موضحا المقاييس

السؤال الثالث ( 5 درجات )

1- تكلمى عن خطأ القدم فى الأرسال.

2- متى يتم أعادة الارسال

3- اذكرى ( 5) حالات لفقد نقطة للاعب

4- تكلمى عن المجموعة ومتى يفوز اللاعب بالمجموعة ؟

5- ما هو العد الصحيح فى الشوط ومتى ينتهى الشوط ؟

السؤال الرابع ( 5 درجات )

ضعى علامة ( √ ) او ( × ) امام العبارة المناسبة

1- اللاعب الذى يفور بسبع نقاط يفوز بالشوط ( )

2- أذا فاز كل من اللاعبين بثلاث نقاط يسمى هذا تعادل ( )

3- تعتبر الكرة صحيحه اذا تمكن اللاعب من ردها بعد لمسها كرة اخرى ملقاة فى الملعب

( )

4- رد اللاعب الارسال بضربة طائرة ( )

5- سقوط الكرة على خط الملعب الجانبى ( )

6- لعب المرسل الارسال ولم يكن المستقبل مستعد ( )

7- فوز كل من اللاعبين بثلاث نقاط يكون العد 40-40 ( )

8- يفوز المستلم بالنقطة اذا أرسل المرسل أرساليين خاطئين ( )

9- تعاد النقطة اذا ارتفع صوت احد المتفرجين للمباراة ( )

10- يسمح بتغيير مضرب اللاعب بدون سبب ( )

تم بحمد الله ,,,,,,,,,,,,

أستاذ المادة / راندا شوقى سيد

نموذج اجابة

امتحان مرحلة البكالوريوس تخصص ألعاب المضرب

للفصل الدراسى الأول للعام الجامعى 2014م-2015م

الفرقة / الثالثة التاريخ / 4/1/2014م الدرجة / 30

أجيبى عن الأسئلة التالية:-

السؤال الأول ( 10 درجات )

أكملي ما يأتي : ---

. وعةالارسال , الساحقة , الساقطة , المدف يشد رسغ اليد فى جميع الضربات ماعدا - 1

القوة ان الهدف من القبض باليدين معا هو -2

نس .عاملا مهما للاعبى الت التوقع يعتبر صدق -3

الحركة . قوة كلما زادت الضاربةكلما زادت مرحلة التمهيد للحركة للذراع -4

و للامام لليمين واليسار ة تساعد اللاعب على التحرك للـــ وقفة الأستعداد الصحيح -5وللخلف ومائلا

الشبكة . جانبا.تؤدى جميع الضربات بوقوف الجسم. -6

الضرب الجسم دور فى نجاح عمليةتلعب حركة الرجلين ونقل ثقل -7

الخلفية. عن الضربات الخلفية القبض باليدين أكثر استخداما فى الضربات -8

طيران الكرة . قوس كلما زادت زاوية ضرب الكرة كلما ارتفع -9

الامامية الارضية ,الخلفية الارضية و الارسال الضربات الأساسية هى -10

طائرة , المرفوعة , الساحقة , الساقطة ال الضربات المتقدمة هى -11

القبض بيد واحدة , القبض باليدين معا انواع القبضات -12

القبضة الشرقية الامامية , الشرقية الخلفية , القبضة العامة , انواع القبض بيد واحدة -13.القبضة الغربية

رحلة الاساسية , المرحلة المرحلة التمهيدية للحركة , الم تنقسم حركة الضرب فى التنس -14 النهائية

الكرات , الحوائط , الصندوق من الادوات والوسائل التعليمية المستخدمة فى التنس -15الخشبى , الالواح . الحلقات , الوسائل السمعية والبصرية

تحت ضغط التدريب بوظائفه اللياقة البدنية هى درجة كفاية الجسم للقيام -16

السؤال الثاني ( 10 درجات )

؟ عبين اذكرى أسباب قصر مرحلة التمهيد فى الضربات الأمامية والخلفية عند أداء اللا -1

\* سرعة الكرة الاتية من المنافس

دفاع للامام \* وجوب الامتناع عن اداء المرحلة التمهيدية اثناء الان

2- ما عمل القدمين فى الحالات التالية ؟....

\* عند وصول الكرة مائلا أماما

اما وموازية لها تدار القدم القريبة مائلا اماما مع اخذ خطوة بالقدم البعيدة فى نفس اللحظة ام

\* اتجاه الكرة نحو الجسم مباشرا

خطوات متتالية للخلف 4و اخذ اخذ خطوتين متتاليين ا

3- اشرحى أنواع دورانات الكرة مع الاستعانة بالرسم وتحديد اتجاه الدوران ؟

\* الدوران الامامى للكرة تدفع خلفا عند ملامستها بارض الملعب وبالتالى يكوت الارتداد اكثر انخفاضا

التااى يكون الاتداد اكثر \*الدوران الخلفى للكرة تدفع اماما عند ملامستها ارض الملعب وبارتفاعا

\* الكرة بدون دوران تكون زاوية سقوكها مساوية لزاوية الارتداد

4- اذكرى الأخطاء الشائعة فى ضربات الارسال؟

الوقوف مواجها للامام -

خطأ قذف الكرة -

حركة الذراع الضاربة تكون قريبة من الجسم عند المرجحة -

تحريك الذراع لمسافة كافية فى المرجحة الخلفية عدم -

عدم فرد الجسم كافيا لاعلى -

بمجرد الكرة تصلبهاتوقف حركة المتابعة أو -

5- تكلمى عن الاعداد البدنى الخاص فى التنس الآرضى ؟

تنمية التحمل الدورى التنفسى

تنمية الرشاقة

تنمية التوافق

تنمية القوة

تنمية القدرة

تنمية المرونة

تنمية السرعة

6- ما هى أهداف التقويم فى لعبة التنس ؟

قياس مدى تحصيل المتعلمين -

تصنيف الطلاب -

قياس نسبة التحسن -

تشخيص صعوبات التعلم -

اثارة الدوافع للمتعلمين -

بيان مدى كفاءة المعلم -

وير البرنامج اساس لتط -

اعداد بيانات للابحاث فى التنس -

7- ما هى أنواع الكرات المستخدمة لبدائل لكرات التنس عند التدريب ؟

الكرة المعلقة الراسية -

الكرة المعلقة الافقية -

الكرة المربوطة المرتدة -

الكرة المربوطة -

الكرات الصماء -

8- اشرحى الخرائط الذهنية كأحد الوسائل البصرية المساعدة فى التنس ؟

والتى تساعد المتعلم على استدعاء المادة المتعلمة احدث الوسائل البصرية الحديثة . فى الملعب بعد تعلمها فى شكل رسوم وخرائط ملونة على الكمبيوتر

9- ارسمى ملعب التنس الآرضى الفردى موضحا عليه المقاييس

10- ارسمى الشبكة والقائمين لملعب التنس موضحا المقاييس

السؤال الثالث ( 5 درجات )

1- تكلمى عن خطأ القدم فى الأرسال.

الا يلمس المرسل باى قدم اى مكان بالملعب\*

لمشى او الجرى الا يغير المرسل مكانه با\*

متى يتم أعادة الارسال -2

\* عدم استعداد المرسل

\* لمس الكرة الشبكة ونزولها فى المنطقة الصحيحة للارسال

3- اذكرى ( 5) حالات لفقد نقطة للاعب

\* فشل رد الكرة قبل لمس اللارض مرتين متتاليتن

\* لمس الكرة اى من الارض او احد المستلزمات الثابتة

شل الرد اثناء الطيران حتى لو كان اللاعب خارج الملعب \* ف

\* تعمد ضرب اللاعب الكرة مرتين متتاليتن

لمست الكرة اللاعب اثناء اللعب او اى شئ يلبسه او يحمله \*

4- تكلمى عن المجموعة ومتى يفوز اللاعب بالمجموعة ؟

شوطين عن المنافسيفوز اللاعب بستة اشواط اولا يعتبر فائزا بالمجموعة بفارق

5- ما هو العد الصحيح فى الشوط ومتى ينتهى الشوط ؟

( 15-30-40- شوط ) ينتهى الشوط بفوز احد اللاعبين باربع نقاط غير التعادل

السؤال الرابع ( 5 درجات )

ضعى علامة ( √ ) او ( × ) امام العبارة المناسبة

1- اللاعب الذى يفور بسبع نقاط يفوز بالشوط ( × )

2- أذا فاز كل من اللاعبين بثلاث نقاط يسمى هذا تعادل ( √ )

3- تعتبر الكرة صحيحه اذا تمكن اللاعب من ردها بعد لمسها كرة اخرى ملقاة فى الملعب

( √ )

4- رد اللاعب الارسال بضربة طائرة ( × )

5- سقوط الكرة على خط الملعب الجانبى ( √ )

6- لعب المرسل الارسال ولم يكن المستقبل مستعد ( × )

7- فوز كل من اللاعبين بثلاث نقاط يكون العد 40-40 ( √ )

8- يفوز المستلم بالنقطة اذا أرسل المرسل أرساليين خاطئين ( √ )

9- تعاد النقطة اذا ارتفع صوت احد المتفرجين للمباراة ( √ )

10- يسمح بتغيير مضرب اللاعب بدون سبب ( × )

تم بحمد الله ,,,,,,,,,,,,

أستاذ المادة / راندا شوقى سيد