



ملاحظة : تتكون اسئلة هذه الورقة من قسمين وعلى المشترك ان يجيب عنهما.

القسم الأول : يتكون هذا القسم من (40) اربعين فقرة موضوعية وعلى المشترك ان يجيب عنها على النموذج المرفق في المكان المحدد لكل منها.

1- ولجب مدرس التربية الرياضية الرئيسي هو :

- (1) تعريف الطلبة بقوانين الألعاب الرياضية
- (2) إجراء مباريات مختلفه
- (3) القيام بتربية وتعليم الطلبة عن طريق النشاط الرياضي
- (4) القيام بتنمية عناصر اللياقة البدنيه

2- ملعب كرة الطائرة مستطيل بأطوال :

- (1) 9 X 18
- (2) 6 X 18
- (3) 16متر X 9متر
- (4) 18متر X 9متر

3- الارتفاع القانوني لشبكة كرة الطائرة :

- (1) 243سم للرجال و 242سم للسيدات
- (2) 243سم للرجال و 224سم للسيدات
- (3) 234سم للرجال و 222سم للسيدات
- (4) 223سم للرجال و 222سم للسيدات

4- الصد في كرة الطائرة :

- (1) يكتمل عندما تلمس الكرة القائم بالصد
- (2) يجوز ان تحدث لمسات متتاليه سريعه ومتصله من لاعب اثناء حركه واحده
- (3) لا تحسب لمسة الصد ضربه على الفريق ويمنع صد الارسال.
- (4) جميع ما ذكر

5- وقفة الاستعداد المنخفضه في كرة الطائرة:

- (1) تناسب التغطية للهجوم (2) تناسب الاستعداد للتمرير (3) تناسب الإعداد (4) تناسب التمرير والإعداد للخلف

6- في طريقة خروج المغلوب من مرة واحده لعدد 9 فرق يكون عدد ادوار اللعب:

- (1) 4
- (2) 8
- (3) 18
- (4) لا شيء مما ذكر

7- عدد المباريات بطريقة خروج المغلوب من مرتين لعشر فرق اذا لم يهزم الفريق الاول:

- (1) 18
- (2) 19
- (3) 9
- (4) 45

8- الحد الأدنى لعدد فريق كرة الطائرة اثناء المباراه:

- (1) 5 لاعبين
- (2) 6 لاعبين
- (3) 12 لاعب
- (4) 24 لاعباً

9- في لعبة كرة السلة :

- (1) يسمح للفريق حيازة الكرة أكثر من 24 ثانية
- (2) يسمح للفريق حيازة الكرة أكثر من 8 ثوان في المنطقة الخلفية
- (3) يسمح للاعب ارتكاب أكثر من 6 مخالفات
- (4) لا يسمح للفريق ارتكاب أكثر من 7 أخطاء شخصية أو فنية

10- مهارة المحاوره في كرة السلة :

- (1) الجزء العلوي من الجسم مثني قليلا الى الأمام والركبتان ممدودتان
- (2) يتحرك الساعد من مفصل المرفق والعضد متحرك
- (3) الطريقه الوحيده التي يمكن المشي والتحرك بها في الملعب وحيازة الكرة
- (4) جميع ما ذكر

11- يفوز بالشوط في لعبة كرة الطاولة:

- (1) الذي يسجل 11 نقطه أولا
- (2) الذي يسجل 21 نقطه أولا
- (3) الذي يسجل 21 نقطه ويفارق نقطتين عن المنافس
- (4) الذي يسجل 11 نقطه ويفارق نقطتين عن المنافس

12- الضربه القاطعه الاماميه في كرة الطاولة:

- (1) يستخدمها اللاعب الذي يستخدم قبضة القلم
- (2) لا يمكن القيام بها في أي لحظة من لحظات اللعب
- (3) تضرب الكرة من اسفلها بوجه المضرب الخلفي
- (4) المسافه بين القدمين تكون اكثر اتساعا

13- اثناء رمية الجزاء في كرة اليد:

- (1) يجب على جميع اللاعبين الخروج من الملعب باستثناء الحارس والرامي
- (2) لا يجوز تسجيل هدف مباشره
- (3) ترمى بأي جزء من اجزاء الجسم
- (4) لا شئ مما ذكر

14- التمريره الكرياجيه في كرة اليد :

- (1) تستخدم في جميع مواقف اللعب تقريبا
- (2) لا تستخدم في التصويب على الهدف
- (3) تكمن اهميتها بأحتفاظ اللاعب بسرعة التوقف
- (4) جميع ما ذكر

15- تبدأ مباراة كرة اليد :

- (1) بكرة قفز
- (2) برمية ارسال
- (3) برمية جانبيه
- (4) بضربه ارسال من منتصف الملعب

16- يستخدم أسلوب القصه الحركيه في حصه التربيه الرياضيه :

- (1) اثناء الاختبارات الرياضيه للطلبه الصغار
- (2) للطلبه الصغار في السن
- (3) للطلبات الصغار في السن فقط
- (4) للطلبه الكبار لانها تناسب قدراتهم الذهنيه

17- من مواصفات الاهداف السلوكية في التربيـه الرياضيـه :

- (1) ان لا يشير الهدف الى ناتج تعلم
- (2) ان يكون قابلا للتحقق في فترة زمنية غير محددة
- (3) ان لا يكون قابلا للقياس ويناسب قدرات الطلاب
- (4) ان يشمل سلوكا ومحتوى

18- من القواعد العامه في اصلاح الاخطاء اثناء تعليم المهارات الحركيه

- (1) عدم مواجهة الاداء الخاطئ بالاداء الصحيح
- (2) تكرار الترتيب على الجزء الذي يؤدي بصورة صحيحه
- (3) مراعاة النواحي النفسيه
- (4) جميع ما ذكر

19- من الاهداف الوجدانيه السلوكيه

- (1) يشرح الطلبة كيفية تأدية المهاره
- (2) يبدي الطلبة اهتمامهم نحو النشاط الرياضي
- (3) يؤدي الطلبة المهاره بشكل سليم
- (4) يصف الطلبة كيفية اداء النشاط الرياضي

20- في اسلوب الاكتشاف الموجه

- (1) يتم استخدام الزميل بصورة متبادله ومتكافئه
- (2) يقوم المعلم بجميع قرارات التخطيط
- (3) يقوم الطلبة بتنفيذ كل ما يطلبه المعلم منهم
- (4) يكون دور المعلم موجها ومرشدا

21- الهدف الرئيسي من فعالية النشاط التعليمي في حصه التربيـه الرياضيـه

- (1) تأدية التـدريـب التطبيقيه
- (2) تعريف الطلبة بالنواحي الفنيـه والقانونيه للمهاره
- (3) تنمية عناصر اللياقه البدنيه
- (4) كل ما ذكر

22- حجم المجموعه اثناء النشاط التطبيقي في الحصه:

- (1) وفق عدد الطلبة ومصادر التعلم
- (2) تشمل جميع طلاب الصف
- (3) تشمل جميع طلاب الصف ونوي الحالات الخاصه
- (4) جميع ما ذكر

23- انواع رياضة الجمباز:

- (1) جمباز الاجهزه
- (2) جمباز الالعاب
- (3) جمباز البطولات
- (4) جميع ما ذكر

24- الموازين في رياضة الجمباز :

- (1) الامامي والجانبى
- (2) الخلفى
- (3) الجانبى
- (4) جميع ما ذكر

25- اثناء حصه التربيـه الرياضيـه شاهدت طالبا ساقط ارضا من الطابق العلوي في المدرسه قوم اولاً :

- (1) الاتصال بالاسعاف ومدير المدرسه ونقله الى المستشفى فوراً
- (2) إيقاف النزيف وتثبيت الاجزاء المكسوره
- (3) مراقبة ومتابعة النبض والتنفس
- (4) جميع ما ذكر

26- أي من الرياضات التالية يعتبر عملاً لا أوكسجينياً:

- (1) 1500 متر ، 3000 متر
(2) دفع الجلة ، الضربه الساحقه في كرة الطائرة،
(3) دفع الجلة ، 3000 متر
(4) الضربه الساحقه ، 7500 متر

27- تؤدي الوثبة الثلاثية على شكل:

- (1) خطوه ، حجله ، وثبه (2) حجله ، خطوه ، وثبه (3) وثبه ، خطوه ، حجله (4) حجله ، وثبه ، خطوه

28- الخطوات التعليميه في مسابقه الوثب الطويل:

- (1) الاقتراب والارتقاء والطيران والهبوط معا
(2) الارتقاء والاقتراب والطيران والهبوط معا
(3) الاقتراب والطيران والارتقاء والهبوط معا
(4) لا شيء مما ذكر

29- في مرحلة تعدية العارضه بطريقه فسوري:

- (1) يكون اللاعب قد دار بصورة كامله للخلف
(2) يكون وجه اللاعب مواجهاً للعارضه
(3) الذراعين على جانبي الجسم ويخفض الحوض قليلا
(4) تكون كلا الرجلين معطقتين وممتدتين ومتباعدين معا

30- عند مشاركة 8 لاعبين في رمي القرص

- (1) يعطى كل لاعب 3 محاولات
(2) يعطى كل لاعب 6 محاولات
(3) حسب الاتفاق بين الحكم واللاعبين
(4) لا شيء مما ذكر

31- يشرف على النشاطات الرياضيه المدرسيه:

- (1) وزارة التخطيط (2) الجامعات والمعاهد العليا (3) وزارة التربيه والتعليم العالي (4) وزارة الشباب والرياضه

32- قرر مجلس الوزراء الفلسطيني يوم الرياضي الفلسطيني:

- (1) 6 اذار من كل عام (2) 6 حزيران من كل عام (3) 6 نيسان من كل عام (4) اول يوم في السنه

33- اقيم اخر اولمبياد في :

- (1) امريكا (2) اليونان (3) المانيا (4) انجلترا

34- الدوله التي تستضيف نهائيات كأس العالم بكرة القدم 2006م:

- (1) المانيا (2) جنوب افريقيا (3) اليابان وجنوب افريقيا (4) فلسطين

35- كان الهدف الاساسي للتربيه البدنيه في اثينا اليونانيه:

- (1) تنميه وتقوية اجسامهم لما في ذلك من قيم جماليه
(2) ممارسة الرياضه على جبل تاجيوس
(3) العمل على تكوين جيش قوي للدفاع عن الدوله
(4) جميع ما ذكر

36- يعطي إشارة النهاية في لعبة كرة السلة :

- (1) الحكم الأول (2) الحكم الثاني (3) الميقاتي (4) الحكمان معا

37- اهداف الالعاب الصغيره:

- (1) ادخال عامل المرح والسرور
(2) تطوير وتحسين الصفات البدنيه للاعبين
(3) اكساب اللاعبين الصفات الخلقية
(4) جميع ما ذكر

38- قطر دائرة رمي القرص:

- (1) 125 سم (2) 250 سم (3) 175 سم (4) 275 سم

39- خاص بالذكر:

عدد اللاعبين في مباراة كرة القدم :

- (1) احد عشر لاعبا
(2) احد عشر لاعبا احدهم حارس المرمى
(3) فريقان كل منهما لا يزيد عن 11 لاعب
(4) فريقان كل منهما لا يزيد عن 11 لاعب احدهم حارس المرمى

39- خاص بالاناث

لعبة الريشه الطائره خاصه:

- (1) الرجال (2) السيدات (3) لرجال الاعمال فقط (4) الرجال والسيدات

40- خاص بالذكر

يمكن تسجيل هدف مباشرة في كرة القدم :

- (1) من رمية تماس
(2) من ركلة حرة غير مباشره
(3) من ركلة حرة مباشره في مرمى الفريق
(4) من ركله حره مباشره في مرمى الخصم

40- خاص بالاناث

لعبة الريشه الطائره هي:

- (1) الهوكي (2) الغولف (3) الرجبي (4) البادمنتون

القسم الثاني : يتكون هذا القسم من سؤال إنشائي واحد وعلى المشترك أن يجيب عنه على النموذج المرفق في المكان المحدد له.

يقال بأن المعلم الناجح المبدع يولد معلماً، بينما يرى آخرون بأن التعليم مهارة تكتسب بالتدريب والممارسة، ناقش هذه العبارة موضحاً رأيك فيها.

انتهت الأسئلة ، ، ،