

جامعة محمد خيضر - بسكرة -

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

المستوى : السنة الأولى ماستر

الإجابة النموذجية

لامتحان السداسي الأول في القوام والتوازن والتحليل الحركي

ملاحظة مهمة: تاريخ إعادة النظر

يوم: الأربعاء 18/01/2017 على الساعة: 10 صباحاً

بالقاعة رقم: A25

التمرين الأول :.....(14ن)

- صحيح أو خطأ مع تصحيح الخطأ. (الصحيح 1ن / الخطأ 0.5 ن / تصحيح الخطأ 0.5 ن)

صحيح	خطأ	العبارات
	خطأ	1- يتم تنبيه الجزء الخاص بالتوازن في الأذن الداخلية بواسطة حركة الجذع.
		الصواب: يتم تنبيه الجزء الخاص بالتوازن في الأذن الداخلية بواسطة حركة الرأس
صحيح		2- الجزء الخاص بالتوازن في الأذن الداخلية يسمى بالدهليز
صحيح		3- كلما اقترب مركز الجاذبية من قاعدة الارتكاز زاد الاتزان الحركي
خطأ		4- كلما صغرت قاعدة الارتكاز زاد التوازن الحركي
		الصواب: كلما كبرت قاعدة الارتكاز زاد التوازن الحركي
خطأ		5- معدل السرعة = طول الخطوة X عدد الخطوات
		الصواب: معدل السرعة = طول الخطوة X ترددها
صحيح		6- حاسة النظر لها دور في الاحتفاظ على التوازن الحركي
صحيح		7- يعتبر التحليل الكينماتيكي والكيناتيكي من أهم أنواع التحليل الحركي.
خطأ		8- التوافق الحركي الدقيق هو السيطرة على الأداء والتوافق والانسجام والانسبابية في الأداء.
		الصواب: التوافق الحركي الدقيق هو تحسن أداء المتعلم بصورة ملموسة وواضحة حيث يؤدي المتعلم المهارة بأخطاء أقل
خطأ		9- القدرة على تقدير الوضع هو قدرة الرياضي على تنسيق حركاته الجزئية مع بعضها البعض.
		الصواب: القدرة على تقدير الوضع هو قدرة الرياضي على تحديد وضع حركة جسمه نسبة إلى الأشياء الأخرى المتحركة
صحيح		10- في الحركة المستقيمة المنتظمة تتساوى المسافات التي تقطع في مدات زمنية متساوية
صحيح		11- في الحركة المستقيمة الغير المنتظمة يكون التسارع ثابت
خطأ		12- في الحركة المستقيمة الغير المنتظمة هي أن يقطع الجسم مسافات غير متساوية خلال أزمنة غير متساوية

الصواب: في الحركة المستقيمة الغير المنتظمة هي أن يقطع الجسم مسافات غير متساوية خلال أزمنة متساوية

13- قوة الاحتكاك تعيق الحركة دائما

خطأ

الصواب: لا تعيق القوة الحركة دائما بل العكس قد تكون مساعدة

14- إذا كان جسم متحرك لا يخضع لأي قوة فإنه لا يقطع مسافات متساوية خلال أزمنة متساوية

خطأ

الصواب: إذا كان جسم متحرك لا يخضع لأي قوة فإنه يقطع مسافات متساوية خلال أزمنة متساوية

التمرين الثاني :.....(6ن)

الحل:

* المتطيات :- $x = 20 \text{ m}$

$t = 5 \text{ s}$

(حساب قيمة السرعة المتوسطة (V) :

من المعادلات : $x = v \cdot t$ (1)

$\Rightarrow v = \frac{x}{t} = \frac{20}{5} = 4 \text{ m/s}$

إذن السرعة المتوسطة تساوي 4 m/s

$v = 4 \text{ m/s}$ (1)

(2) حساب السرعة النهائية (V_F) : علماً أن (V₀ = 0) $v_f - v_0 = a \cdot t$ (2)
 حساب V_F بحسب a : من المعادلة (1) نجد أن $v_f^2 - v_0^2 = 2ax$ (3)

$x = \frac{1}{2} a t^2 \Rightarrow a = \frac{2x}{t^2} = \frac{2 \times 20}{5^2} = 1.6 \Rightarrow a = 1.6 \text{ m}$

ومنعوض في (3) أو (2) في (3) كـ

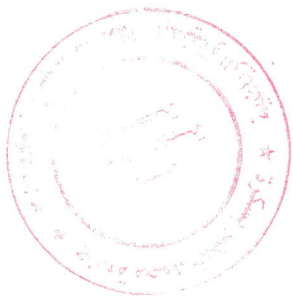
$v_f - v_0 = a \cdot t \Rightarrow v_f = a \cdot t + v_0 = a \cdot t$

$v_f = 1.6 \times 5 = 8 \text{ m/s}$

(1) $v_f = 8 \text{ m/s}$

أنواع السرعة هي سرعة لحظية
 - طبيعة الحركة :
 - طبيعة الحركة : لأن التسارع أكبر من الصفر (ت < 0) أو (ت > 0) والسرعة تتزايد (سر < 0)

0,5
 (سر < 0)



أولى ماستر

السنة الأولى - ميدان: علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية - شعبة: نشاط بدني رياضي تربوي - تخصص: النشاط البدني الرياضي

المدرسي - السداسي الأول

الفرع: 1 الفوج: 1

كشف النقاط لمادة وحدة التعليم الاساسية / ق ت ح / القوام والتوازن والتحليل تاريخ النسخ: 2016/12/20

الرقم	اللقب و الإسم	رقم التسجيل	الحالة	إ.ن.	أ.م.	أ.ت.	محاضرة	ملتقى	مشروع	تريص	أخرى
1	أحميد معاذ	13/35030189	ع				12				
2	اللک وهيبة	13/35028522	ع				11				
3	اوراري محمد	13/35033636	ع				12				
4	بدرة عادل	12/5041820	ع				10,5				
5	برياري وحيد	13/35032841	ع				12				
6	بركات طارق	13/35029221	ع				10,5				
7	بسيكري محمد فارس	12/5029317	ع				12				
8	بعزيز جابر	13/35035186	ع				12				
9	بعزيز عبد الحق	13/35039354	ع				14				
10	بعجي شعيب	13/35037982	ع				11,5				
11	بلواعر رزيقة	13/35017040	ع				12				
12	بن ابراهيم داود	13/35032726	ع				14,25				
13	بن بقة عبد النور	5056438	ع				13				
14	بن ستي عقبة	5025683	م				11				
15	بن عباس عقبة	13/35029328	ع				12,75				
16	بن عبد الله عبد الرزاق	12/5039623	ع				15,25				
17	بن عبد الله لزهرة أسامة	13/35038650	ع				12,5				
18	بن عمارة فاتح	13/35039883	ع				11				
19	بن عيسى محمد	13/35029504	ع				12,5				
20	بن قري عادل	15/3105117	ع				12,5				
21	بن مجدل ياسين	5033637	م				12,5				
22	بن ناصر مكي	425774	ع				11				
23	بودونات احمد	4046425	م				12				
24	بورواي علي	13/35038590	ع				15				
25	بوشمال هاجر	13/35029742	ع				11,25				
26	بوطي مراد	5043155	م				11				
27	بوعروزي يوسف	13/35065670	ع				11				
28	بوناب عبد القادر	5028958	ع				16				
29	بوودين نوار	13/34059760	ع				15,75				
30	بيسة بلال	5033137	ع				13,75				
31	حشاني محمد عبد السلام	13/35033654	ع				13,5				
32	علال محمد	487053	ع				10				
33	علاوة سمير	4049180	ع								
34	عويسي عيسى	13/35037997	ع								
35	غلوچ اسامه	4047823	ع								
36	غمري السعيد	5040702	م								
37	غنوم عماد الدين	9061792	ع								

رئيس قسم التربية الحركية
أ. طيبي