



جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل -
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية



قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - تاسوست -

امتحان السداسي الأول في مقياس كرة اليد .

المستوى :السنة الثانية ليسانس التوقيت من 10:00 إلى 11:30 يوم 19/01/2023 .

- السؤال الأول (3 نقاط) : أجب بصحيح أو خطأ مع تصحيح الخطأ إن وجد .

* يحتسب هدف إذا عبرت الكرة بكامل محيطها خط المرمى الداخلي ولم يرتكب الرامي أثناء ذلك أي مخالفة .

* لا يحتسب هدف إذا خالف القواعد مدافع ودخلت الكرة المرمى .

* خط 9 أمتار يكون مسطر بخط مستمر على بعد 9 أمتار عن خط المرمى .

- السؤال الثاني : (03 نقاط) .

* أذكر الصفات البدنية الخاصة مع تحديد أهداف التحضير البدني الخاص في لعبة كرة اليد .

- السؤال الثالث : (6 نقاط) .

* أذكر مراحل تعلم المهارات الأساسية (الحركية) في كرة لعبة كرة اليد .

- السؤال الرابع : (08 نقاط) .

* عرف التحضير النفسي قصير المدى .

* أذكر طرائق الإعداد النفسي قصير المدى ،مع الشرح .

بالتوفيق للجميع .