



جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل



كلية العلوم الانسانية والاجتماعية
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

السداسي الخامس

التخصص: تدريب رياضي تنافسي

المستوى: السنة الثالثة ليسانس

مدة الإختبار: 02 ساعة

التاريخ الإثنين 19 جاني 2026

امتحان السداسي الأول في مقياس: العاب القوى

السؤال الأول: (05 نقاط)

حدد اهم متطلبات فعاليات العاب القوى من الناحية البدنية في الاختصاصات الاتية؟

- المسافات القصيرة.

- المسافات المتوسطة.

- فعاليات الحواجز والموانع.

السؤال الثاني: (05 نقاط)

اشرح باختصار اهمية مسابقات العاب القوى من الناحية: النفسية، الوظيفية، الحركية المهارية؟

السؤال الثالث: (05 نقاط)

ادكر الصفات البدنية المحددة للأداء لدى عدائي المسافات النصف طويلة؟

السؤال الرابع: (05 نقاط)

يتميز عدائي المسافات النصف طويلة بمجموعة من الخصائص، حددها مع الشرح المختصر؟

بالتوفيق للجميع

أستاذ المادة: باخة نبيل.