

الامتحان التمهيدي لمقرر: الإعداد البدني رياضة التخصص (مبارزة)			الكلية: علوم الرياضة	
تاريخ الاختبار: السبت (٢٠٢٦/١/١٠م)			القسم العلمي: التدريب الرياضي	
الدرجة الكلية: (٨٠) درجة			الفرقة الدراسية: (الرابعة) شعبة: التدريب الرياضي	الفصل الدراسي: الأول
واضع الإمتحان د/ محمد سلامة د/ عبده زرقى	زمن الاختبار: ساعتان	جامعة دهب Damietta University		دور (يناير) للعام الجامعي (٢٠٢٥/٢٠٢٦م)

السؤال الأول	أجب عن السؤال الآتي	الدرجة: (٢٠) درجة
--------------	---------------------	-------------------

عدد أنواع الإعداد البدني، مع شرح نوع بكل مشتقاته.

السؤال الثاني	أجب عن السؤال الآتي	الدرجة: (٢٠) درجة
---------------	---------------------	-------------------

تمر عملية الإعداد البدني بعدة مراحل مختلفة من خلال دراستك في مجال تخصصك العلمي والعمل لمقرر الإعداد البدني لتخصص (رياضة المبارزة) تكلم عن الإعداد البدني في مراحل التدريب المختلفة.

السؤال الثالث	أجب عن السؤال الآتي	الدرجة: (٢٠) درجة
---------------	---------------------	-------------------

يعد الإعداد البدني أساس العملية التدريبية في ممارسة أى نشاط رياضي، فمن خلال ما درست تناول موضوع الإعداد البدني من حيث الأتي (المفهوم – التعريف – الأهمية – والأهداف).

السؤال الرابع	أجب عن السؤال الآتي	الدرجة: (٢٠) درجة
---------------	---------------------	-------------------

أصبح التخطيط للإعداد البدني ذو أهمية بالغة لضمان نجاح وإستمرار عملية التدريب الرياضي، فمن خلال دراستك وضح أنواع التخطيط للإعداد البدني لخطط التدريب السنوية.

انتهت الأسئلة...

مع خالص التمنيات بدوام التوفيق والسداد