



الدرجة : ٧٠  
الزمن : ساعتان  
الامتحان مكون من (٢) أسئلة

الاختبار التحريري لمقرر  
تربية القوام  
الفرقة: الرابعة شعبة تدريس

الفصل الدراسي الأول  
العام الجامعي ٢٠٢٥ / ٢٠٢٦



كلية علوم الرياضة  
قسم علوم الصحة الرياضية

السؤال الأول	ملئ الدائرة (ص) امام رقم العبارة الصحيحة و ظلل الدائرة (ج) امام رقم العبارة الخاطئة بمسحاح الاجابة
١. الانحناءة الاولى الظهرية تظهر في الطفل بعد الولادة.	(ص)
٢. يستخدم جهاز باتكرافت في الكشف عن انحراف اندفاع الرأس للأمام.	(ص)
٣. متوسط الزاوية الطبيعية للقدم في اختبار كلارك ٤٧ درجة.	(ص)
٤. الداء المصاب بتفطح القدم يقطع مسافه أكبر بـ ١٥ متر عن منافسيه الغير مصابين.	(ص)
٥. يستخدم جهاز الكونفورماتور في الكشف عن انحرافات العمود الفقري.	(ص)
٦. يعتبر انحراف استدارة الكتفين احدى انحرافات العمود الفقري.	(ص)
٧. يجب على مدرس التربية الرياضية استخدام التمرينات المركبة خلال الحصه التدريسية.	(ص)
٨. التشوه الناتج عن إصابة اثناء عملية الولادة يعد مكتسباً.	(ص)
٩. انحراف استدارة أعلى الظهر البسيط يأخذ شكل حرف C اما المركب يأخذ شكل حرف S.	(ص)
١٠. أن يكون الصدر مرفوعاً لأعلى باعتدال مع حرية التنفس من شروط القوام الجيد.	(ص)
١١. من فوائد الحركات العاملة تحسين وظيفة الجهاز العصبي.	(ص)
١٢. حمل الحقيبة على أحد الكتفين لفترة طويلة أحد أسباب هبوط قوس القدم.	(ص)
١٣. من مظاهر القوام الجيد أن تقوم الأجهزة الداخلية والغدد بوظيفتها.	(ص)
١٤. الحركات القسرية هي الحركات التي يقوم بها المريض بنفسه دون تدخل من المعالج.	(ص)
١٥. يستخدم جهاز باتكرافت في الكشف عن جميع الانحرافات القوامية.	(ص)
١٦. مراعاة صحة الفرد والمبادرة إلى علاجه من الاعتبارات الواجبة لتحقيق القوام الجيد.	(ص)
١٧. القوام هو الشكل الذي يتخذه الجسم ناتجاً عن علاقة تنظيمية لأجهزته المختلفة	(ص)
١٨. الانحرافات القوامية التي تحدث في مرحلة الطفولة تزيد مع تقدم العمر.	(ص)
١٩. التحديد التشريحي في الوضع الأمامي الخلفي للقوام يبدأ من أعلى الأذن وينتهي عند مفصل القدم.	(ص)
٢٠. الوضع الأبتدائي للشخص المعالج يجب ان يكون ثابت ولا يتغير اثناء أداء الحركات العاملة.	(ص)

السؤال الثاني	اختر الاجابة الصحيحة من بين القوسين لكل عبارة من العبارات التالية
١. القوام الجيد يتوقف على سلامة الجهازين (أ- العضلي والعصبي، ب- العضلي والتنفسي، ج- العضلي والدوري، د- العضلي والهرمونات)	(ب)
٢. من أهم صفات القوام الجيد تغلب العضلات والعظام والأربطة والأعصاب على (أ- الوزن، ب- العمر، ج- الأمتزان، د- الجاذبية الأرضية)	(ب)
٣. الانحراف القوامي الذي يكون في حدود العضلات والأربطة فقط يكون (أ- مركباً، ب- وظيفياً، ج- بنائياً، د- حركياً)	(ب)
٤. من مظاهر القوام الجيد أن تكون زاوية ميل الحوض من (أ- ٥٠ : ٦٥، ب- ٥٥ : ٦٥، ج- ٥٠ : ٦٠، د- ٥٥ : ٦٠) درجة.	(ب)
٥. ضعف الابصار بإحدى العينين قد يسبب انحراف (أ- اندفاع الرأس للأمام، ب- استدارة الكتفين، ج- ميل الرأس جانباً، د- استدارة أعلى الظهر)	(ب)
٦. من فوائد الحركات العاملة (أ- حفظ المرونة، ب- خفض الحرارة، ج- زيادة الرشاقة، د- كل ما سبق)	(ب)

٧. زيادة قوة عضلات أعلى الظهر لأحد الجانبين عن الآخر بسبب (أ-إستدارة الكتفين، ب- إستدارة أعلى الظهر، ج- ميل الرأس جانباً، د- عدم استواء الكتفين)
٨. يبلغ طول شريط رتز المعدني المرن (أ- ٥٠، ب- ٥٢، ج- ٥٤، د- ١٦) سم.
٩. انحراف عند حدوئه بشكل مركب يأخذ شكل حرف (S) (أ-إستدارة أعلى الظهر، ب- تقوس الساقين، ج- الانحناء الجانبي، د- اصطكاك الركبتين)
١٠. اختبار نيوبيورك للقوام يستخدم لقياس (أ- القوام، ب- القوة، ج- السرعة، د- كل ما سبق)
١١. الانحناء الجانبي في الفقرات الظهرية السفلية يؤدي لانحراف (أ-عدم استواء الحرقفتين، ب- تجويف الفطن، ج- بروز البطن، د- تسطح الظهر)
١٢. انحراف ينتج عن قصر الأريطة الخارجية للركبة (أ-تباعد الركبتين، ب- اصطكاك الركبتين، ج- عدم استواء الحرقفتين، د- تفلطح القدمين)
١٣. الوضع القوامي الصحيح في اختبار نيوبيورك للقوام يحصل على (أ- ١، ب- ٣، ج- ٥، د- ١٠) درجات.
١٤. جهاز الكونفورماتور به قائم يتحرك لأعلى ولأسفل بداخله فتحات مستديرة بينها مسافات متساوية تبلغ (أ- ٢، ب- ٢.٥، ج- ٣، د- ٣.٥) سم.
١٥. يمنع استخدام الحركات القسرية الأرتخائية في حالة وجود (أ- تسهم، ب- نزيف، ج- خراج، د- كل ما سبق)
١٦. الحركات التي تقوم بها عضلات المريض بنفسه تسمى الحركات (أ- القسرية، ب- الإرثائية، ج- العاملة، د- كل ما سبق)
١٧. ضعف عضلات الظهر وقوة عضلات الصدر يحدث انحراف (أ- إستدارة الكتفين، ب- إستدارة أعلى الظهر، ج- تجوف الفطن، د- تسطح الظهر)
١٨. من أنواع الحركات العاملة (أ-الحرية، ب- بمساعدة، ج- المضاعفة، د- كل ما سبق)
١٩. من الاختبارات المستخدمة في الكشف عن انحرافات العمود الفقري (أ-ريتز، ب- بانكرافت، ج- كونفورماتور، د- كل ما سبق)
٢٠. ضعف عضلات البطن وقوة عضلات أسفل الظهر يحدث انحراف (أ-تجويف الفطن، ب- تسطح الظهر، ج- الانحناء الجانبي، د- ميل الرأس)
٢١. الانحرافات الذي تحدث للجنين عند إصابة الأم الحامل بمرض من الأمراض تكون أسبابها (أ-وراثية، ب- بيئية، ج- مكتسبة، د- ثانوية)
٢٢. انحراف ينتج عن طول عضلات الجانب الخارجي للفخذ (أ-تباعد الركبتين، ب- اصطكاك الركبتين، ج- عدم استواء الحرقفتين، د- تفلطح القدمين)
٢٣. يعتبر انحراف تفلطح القدم من الدرجة الثانية إذا كان درجة معامل تشيجينا من (أ- ١ : ٠، ب- ١ : ٢، ج- ٢ : ٣، د- ٣ : ٤) سم
٢٤. الانحناءة الظهرية تظهر في الطفل قبل الولادة وتعرف بالتقوس الظهرى (أ- البنائي، ب- الثانوي، ج- الابتدائي، د- المكتسب)
٢٥. من الحالات التي لا يمكن فيها عمل حركات عامله (أ-ارتفاع ضغط الدم، ب- الحمى، ج- الإلتهاب الحاد، د- كل ما سبق)
٢٦. تكون القدم طبيعية في اختبار كلارك عندما تساوي الزاوية (أ- ٤٢، ب- ٤٤، ج- ٤٥، د- ٤٧) درجة.
٢٧. الانحرافات الذي تحدث للجنين من جينات أحد الوالدين في فترة الحمل تكون أسبابها (أ- وراثية، ب- بيئية، ج- مكتسبة، د- ثانوية)
٢٨. من ضمن متطلبات اختبار بانكرافت وجود قائم خشبي ارتفاعه (أ- ٢، ب- ١.٨، ج- ١.٥، د- ٢.٥) متر.
٢٩. من أنواع الحركات القسرية (أ- القدرة، ب- الدقة، ج- الارتخاء، د- كل ما سبق)
٣٠. الحركات بمساعدة يمكن تأديتها بـ (أ-أثقال، ب- اساتك مطاطية، ج- الطرف السليم، د- كل ما سبق)