



قائمة الاسئلة

امتحان نهاية الفصل الدراسي الثاني - للعام الجامعي 1445 هـ - الموافق -2024/2023م-كلية التربية الرياضية :: ألعاب المضرب - المستوى
د. عبدالرحيم ناصر عمر

- (1) يرجع نشأة لعبة ألعاب المضرب إلى العام:
 - (1) - 1860م
 - (2) - 1870م
 - (3) - 1880م
 - (4) + 1890م
- (2) تعتبر الضربات القاطعة من أهم الضربات:
 - (1) الهجومية الأساسية
 - (2) الخلفية الرافعة
 - (3) + الدفاعية الرئيسية
 - (4) - الأمامية الجانبية
- (3) من الخطوات الفنية لمسكة المضرب القلم:
 - (1) - تجعل المهاجم مسيطر على الكرة مع تغيير حركة اليد
 - (2) + يستخدم وجه واحد من المضرب لأداء الضربات
 - (3) - يستطيع المستقبل للكرة تغيير حركة اليد والجسم
 - (4) - زيادة ضرب الكرة من خلال رفع أصبع الأبهام
- (4) تصنع الكرة من مادة تسمى:
 - (1) الزجاج
 - (2) البوليستر
 - (3) + السيليولوز
 - (4) - الألياف
- (5) يمكن أقتان الضربة الرافعة الخلفية من خلال عملية التعلم والتدريب المقننة التي تتميز:
 - (1) - بالسرعة
 - (2) - بالكفاءة والقدرة
 - (3) + بالشمول والأتزان
 - (4) - بالمتابعة المستمرة
- (6) يجب ااطالة العضلات التي سوف تستخدمها بنسبة كبيرة في لعبة ألعاب المضرب ويجب ااطالتها تدريجياً مع البقاء في وضع الاطالة:
 - (1) - من 6 إلى 10 دقائق
 - (2) - من 5 إلى 8 دقائق
 - (3) + من 6 إلى 8 ثواني
 - (4) - من 10 إلى 15 ثانية
- (7) تعتبر الضربة المسقطة من الضربات:
 - (1) - الأساسية
 - (2) - المهارية
 - (3) - الدفاعية
 - (4) + الخداعية
- (8) تتميز الضربة القاطعة الأمامية أنه بالإمكان القيام بها في أي لحظة من:
 - (1) - لحظات الدفاع
 - (2) - لحظات الهجوم
 - (3) - لحظات الدوران
 - (4) + لحظات الطيران
- (9) تأسس الاتحاد اليمني للتنس عام:
 - (1) + 1990م
 - (2) - 1992م
 - (3) - 1994م
 - (4) - 1996م
- (10) الضربة الساحقة الأمامية هي ضربة هجومية سريعة وقوية واحتمال ردها ضعيف وتستخدم عندما:





- (1) - يكون اللاعب في وضع الدفاع
- (2) + يضطر المنافس إلى رفع الكرة عالية أثناء رده لها
- (3) - تكون اليد الضاربة للكرة في حركة للأعلى
- (4) - تؤدي الحركة إلى جهات مختلفة
- (11) التوافق والترابط في حركة القدمين هو:
- (1) - الوضع الابتدائي للاعب
- (2) - المهارات الدفاعية للاعب
- (3) + مفتاح الحركة الصحيحة للاعب
- (4) - الأداة الأساسية للاعب
- (12) تساعد رياضة ألعاب المضرب في تحسين التنسيق بين:
- (1) - المهارات المختلفة
- (2) + مختلف وظائف الجسم
- (3) - اللاعبين فيما بينهم
- (4) - تنمية المهارت وتحقيق الفوز
- (13) تتميز الضربة الناطرة:
- (1) - بالأرجحية الخلفية للمضرب
- (2) - بالأسلوب الدفاعي
- (3) + بسرعتها الفائقة
- (4) - بأدائها من جانب الطاولة
- (14) من الخطوات الفنية لمسكة المضرب المصافحة أن الطالب يستطيع التحكم بأصبعيه السبابة والإبهام حيث يرفع أصبع السبابة في حالة:
- (1) - الاستحواذ على الكرة
- (2) + ضرب الكرة
- (3) - استقبال الكرة
- (4) - المراوغة بالكرة
- (15) من أهم ما يميز الضربة نصف الكرة أنها تسمح بسرعة إرجاع الكرة مما يسهم في:
- (1) - تصويب الكرة
- (2) + إرباك المنافس
- (3) - الأرجحة الخلفية
- (4) - صد الكرة
- (16) يجب أن يكون حيز اللعب مستطيلاً وأن لا يقل عن:
- (1) - 14م طولاً، و 5م عرضاً، و 5م ارتفاعاً
- (2) + 14م طولاً، و 7م عرضاً، و 5م ارتفاعاً
- (3) - 14م طولاً، و 6م عرضاً، و 7م ارتفاعاً
- (4) - 14م طولاً، و 6م عرضاً، و 4م ارتفاعاً
- (17) يوجد بعض النقاط الهامة للضربات الهجومية منها:
- (1) - متابعة الكرة باستمرار
- (2) - التركيز على الخصم مع الاستجابة للحكم
- (3) + إرغام المنافس على التقهقر والاستسلام للدفاع
- (4) - سرعة رد الفعل
- (18) يكون ارتفاع القائمين:
- (1) + 15,25 سم
- (2) - 14,50 سم
- (3) - 16,2 سم
- (4) - 17,12 سم
- (19) من الخطوات الفنية للضربة المسقطه أنه بعد الأنتهاء من الضربة يسحب الطالب ذراعه:
- (1) - لأعلى
- (2) - للجانب الأيسر أو الأيمن
- (3) - لأسفل
- (4) + لوضع التهيؤ لإعادة الكرة





(20) يجب على اللاعب أن يجيد مسك المضرب كونه:

- (1) - البداية للعب
- (2) - من المهارت الدفاعية للعب
- (3) - من الاتجاهات الحقيقية للعب
- (4) + الأداة الأساسية في اللعب

(21) في المباريات الزوجية يقسم سطح المنضدة إلى نصفين بواسطة خط أبيض:

- (1) - عرضه 3 سم
- (2) - عرضه 2 مم
- (3) + عرضه 3 مم
- (4) - عرضه 2 سم

(22) في الدوران العلوي ينتج إذا تم احتكاك الكرة من الخلف في النصف العلوي لها في:

- (1) + الاتجاه الأمامي المائل للأعلى
- (2) - الاتجاه الأمامي المائل للأسفل
- (3) - الاتجاه الخلفي المائل للأعلى
- (4) - الاتجاه الخلفي

(23) من فوائد رياضة ألعاب المضرب:

- (1) - تحقيق الذات
- (2) - تحسين القوة العضلية وزيادة التحمل
- (3) + التواصل الاجتماعي
- (4) - زيادة الإبداع والابتكار

(24) تعد الضربات الرفاعة الأمامية من أهم:

- (1) + الضربات الشائعة
- (2) - الضربات الدفاعية
- (3) - الضربات القصيرة والمتوسطة
- (4) - أنواع الدورانات

(25) يجب أن لا يزيد سمك المضرب عن 2 مم، ولا يزيد فيه سمك الغطاء بعد لصقه:

- (1) - عن 5 سم
- (2) - عن 7 سم
- (3) - عن 3 سم
- (4) + عن 4 سم

(26) من الأخطاء الشائعة في ألعاب المضرب:

- (1) - الابتعاد عن الطاولة
- (2) + ضرب الكرة مرتين
- (3) - ضرب الكرة من الجانب الأيمن أو الأيسر للطاولة
- (4) - متابعة الكرة بعد ضربها

(27) تتميز مسكة المضرب المصافحة عند ضرب الكرات التي تأتي باتجاه الجانب الأيمن للاعب باستخدام:

- (1) + الوجه الأمامي للمضرب
- (2) - الوجه الخلفي للمضرب
- (3) - الوجه الأمامي والخلفي للمضرب
- (4) - حركة القدمين المتقاطعة

(28) وقفة الاستعداد هو الوضع الابتدائي الذي يتخذه اللاعب لإرسال أو استقبال أو ضرب الكرة وتختلف وقفة الاستعداد باختلاف أسلوب اللاعب في اللعب:

- (1) - أساسي، ثانوي
- (2) - ابتدائي، نهائي
- (3) - مرسل، مستقبل
- (4) + دفاعي، هجومي

(29) يعتبر الإرسال أحد أهم الضربات في ألعاب المضرب وهي الضربة الوحيدة التي:

- (1) - يكون اللاعب مستعد لضرب الكرة
- (2) + تكون السيطرة فيها تامة على الكرة





- (3) - يكون الخصم منهيئاً لاستقبال الكرة
(4) - يتحكم فيها اللاعب أثناء اللعب
(30) إن جوهر الضربات الحديثة هو التحكم في:
(1) - ارسال الكرة
(2) - استقبال الكرة
(3) - التحكم في الكرة
(4) + دوران الكرة

