

**جامعة محمد خيضر بسكرة**  
**معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية**

الاسم:.....  
اللقب:.....  
التخصص:.....

**امتحان السداسي الأول في مقياس الاختبار و القياس الرياضي 1**

المستوى: أولى ماستر السنة الجامعية: 2025 - 2026	التخصص: -التدريب الرياضي -التربية البدنية و الرياضية	التاريخ: الأحد 2026-01-11 التوقيت: 8:00 – 10:00
---	--	--

- على الطالب الاجابة على الأسئلة الآتية بصحيح أو خطأ مع تصحيح الخطأ ان وجد. (1,5\*13)ن+0,5ن

1- تنقسم الاختبارات في المجال الرياضي الى – اختبارات ميدانية و – اختبارات تطبيقية.....

.....

2- اختبار **cooper** و اختبار **vam-eval** من اختبارات التحمل الخاص.....

.....

3- اختبار **بريكسي** (5دقائق) و اختبار **yo-yo** هي اختبارات **navette**.....

.....

4- الاختبار **الاسترالي للجري المكوكي** يهدف لقياس **VMA - VO2MAX**.....

.....

5- اختبار **gacon** هو اختبار جري لمدة 50 دقيقة و 15 دقيقة راحة (15/50).....

.....

6- اختبار **الخطوة لهارفرد** هو اختبار الجري لمدة 6 دقائق.....

.....

7- في اختبار **RAST** نجد أن حساب القدرة القصوى = كتلة الجسم × المسافة<sup>2</sup>.....

8- الدرجة 60 من الجدول المعياري التقييمي لاختبار الخطوة لهارفرد تمثل الدرجة الممتازة

9- يتميز الاختبار الاسترالي للجري المكوكي بالجري لمدة 20 ثانية لثلاثة تكرارات تفصلها 35 ثا راحة.....

أقلب الصفحة

10- تتباعد الأقماع في مضمار الجري بمسافة 20 متر في اختبار

gacon.....

11- اختبار **RAST** يقيس القدرة أو الكفاءة اللاهوائية و يتضمن الاختبار خمس جولات عدو لمسافة 35 مترًا، مع فترة راحة مدتها 20 ثانية بين كل جولة وأخرى.....

12- مؤشر اللياقة أو الكفاءة القلبية لهارفرد =  $100 \times (P1+P2+P3)$ .....

13- في اختبار **RAST** متوسط القدرة الناتجة أو المنتجة تمثل (مجموع القيم الست ÷ 3 ).....

بالتوفيق للجميع - أ.د شتيوي ع

جامعة محمد خيضر بسكرة  
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

التصحيح النموذجي لامتحان

مقياس: الاختبار و القياس الرياضي 1

المستوى: أولى ماستر - سداسي 1 السنة الجامعية: 2025 - 2026	التخصص: -التدريب الرياضي -التربية البدنية و الرياضية	التاريخ: الأحد 11-01-2026 التوقيت: 8:00 – 10:00
--	--	--

الإجابة بصحيح أو خطأ مع تصحيح الخطأ إن وجد.

- (( 0,5 ن للإجابة بـ (خطأ) - 1 ن لتصحيح الخطأ - 0,5 ن للتنظيم ))

1- تنقسم الاختبارات في المجال الرياضي الى – اختبارات ميدانية و – اختبارات مخبرية. //

خطأ .....

2- اختبار cooper و اختبار vam-eval من اختبارات التحمل العام

//.....خطأ

3- اختبار بريكسي (5دقائق) هو اختبار جرى في مضمار دائري على الأقل 200م و اختبار yo-yo

هو اختبار navette //

خطأ .....

4- الاختبار الاسترالي للجري المكوكي يهدف لقياس القدرة اللاهوائية و الاستطاعة اللاهوائية .

خطأ .....

5- اختبار gacon هو اختبار جري لمدة 45 دقيقة و 15 دقيقة راحة (15/45) ..

خطأ .....

6- اختبار الخطوة لهارفرد هو اختبار الخطوة على الكرسي. لمدة 5 دقائق

خطأ .....

7- في اختبار RAST نجد أن حساب القدرة القصوى = كتلة الجسم × المسافة<sup>2</sup> / الزمن<sup>3</sup> //

خطأ .....

8- الدرجة 90 من الجدول المعياري التقييمي لاختبار الخطوة لهارفرد تمثل الدرجة الممتازة .

خطأ .....

9- يتميز الاختبار الاسترالي للجري المكوكي بالجري لمدة 30 ثانية لـ (6) تكرارات تفصلها 35 ثا

راحة. // خطأ .....

10- تتباعد الأقماع في مضمار الجري بمسافة 6,25 متر في اختبار gacon. //

خطأ .....

11- اختبار RAST يقيس القدرة أو الكفاءة اللاهوائية و يتضمن الاختبار 6 جولات عدو

لمسافة 35 مترًا، مع فترة راحة مدتها 10 ثانية بين كل جولة

وأخرى. // خطأ .....

12- مؤشر اللياقة أو الكفاءة القلبية لهارفرد =  $(P1+P2+P3) \times 2 \times 100$  . //

خطأ .....

13- في اختبار RAST متوسط القدرة الناتجة أو المنتجة تمثل (مجموع القيم الست ÷ 6) .

خطأ .....

بالتوفيق للجميع - أ.د شتيوي. ع