١٧ يونيو ٢٠٢١
الفرقة: الأولى
شئون الطلاب

جامعة أسيوط

قسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية

اختبار مقرر علم النفس الرياضي

كود المقرر : ١٢٤.ن/ج

نموذج (ب)

للعام الجامعي ٢٠٢٠ /٢٠٢١م

الزمن : ساعتان

الدرجة العظمى : ٣٠ درجة

السؤال الأول :- ضع علامة (A) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (B) أمام العبارة الخاطئة : (٣٠ درجة)

م	العبارة	العلامة
١	يساهم علم النفس الرياضى فى اكتشاف واختيار الرياضيين الموهوبين	( )
٢	الجماعة الرسمية هى جماعة تتكون داخل المنظمة الإجتماعية بشكل تلقائى نتيجة تواجد الإفراد فى مكان واحد لمدة طويلة.	( )
٣	من المهام الاساسية لعلم النفس الرياضى تحقيق الصحة النفسية للرياضى	( )
٤	الجماعة المرجعية هى جماعة تجمع بين أفرادها أواصر الصداقة والحب والمعرفة الشخصية	( )
٥	السلوك الرياضى للفرد هو سلوك إنسانى يصدر من الإنسان أثناء ممارسة النشاط الرياضى فى جميع مراحله المختلفة.	( )
٦	علم النفس التربوى هو الدراسة العملية لسلوك المتعلم فى مواقف تربوية	( )
٧	تم تشكيل الجمعية الدولية لعلم النفس الرياضى ISSP وإقامة أول مؤتمراتها العلمية سنة ١٩٦٠م.	( )
٨	تعتبر أواخر الثمانينات من القرن العشرين نقطة انطلاق حاسمة فى مجال تطوير علم النفس الرياضى فى مصر	( )
٩	من العناصر المكونة للانفعال المثير وحساسية الشخص واستعداده للانفعال	( )
١٠	فهم السلوك الرياضى وتفسيره ومعرفة أسباب حدوث السلوك الرياضى ضمن أهداف علم النفس الرياضى.	( )
١١	من أبعاد الانفعالات التعقيد والطابع الوجدانى	( )
١٢	الزهز هو الإعجاب بالنفس والتعاظم والكبرياء والحديث عن النفس والذات دائماً بالفخر.	( )
١٣	الكره انفعال تفرضه الطبيعة السوية للإنسان إذ يساعده على المواجهة إذا ما اعتدى عليه.	( )
١٤	من التأثيرات الفسيولوجية المصاحبة للانفعالات سلبية التفكير والصحة النفسية.	( )
١٥	يعد توافق الفرد مع عمله له دور هام فى ارتفاع وانخفاض معنوياته.	( )
١٦	من خصائص الروح المعنوية انه يمكن ملاحظتها فى سلوك الأفراد واستجاباتهم النفسية.	( )
١٧	من مباحث علم النفس الرياضى يبحث فى دراسة السلوك والتنبؤ بالسلوك وضبطه.	( )
١٨	تتصدر جمهورية مصر العربية مقدمة البلاد العربية التى اهتمت بمادة علم النفس الرياضى وتم تدريسها سنة ١٩٥١م.	( )
١٩	علم النفس الرياضى هو دراسة سلوك وخبرة الفرد تحت تأثير النشاط الرياضى وقياس هذا السلوك وهذه الخبرة.	( )
٢٠	تظهر مدة الانفعال أو قوته بوضوح فى زيادة الطاقة المبذولة فى العمليات الثلاث المكونة للانفعال وتتسم بانها غير مستقرة.	( )
٢١	أسهمت الحرب العالمية الأولى فى ظهور مصطلح الروح المعنوية من أجل أداء أحسن للجنود.	( )
٢٢	تعرف الروح المعنوية بحالة من الحب ممتلئة بالحماس والإصرار والتفاؤل من جميع أفراد جماعة الفريق للوصول للنجاح والتفوق.	( )
٢٣	من مقومات الروح المعنوية الشعور بالإحباط والتماسك بين أفراد الجماعة.	( )
٢٤	لا يتغير معدل التنفس وزمن الشهيق والزفير حسب الحالة الانفعالية فنجده لا ينقطع برهة من الزمن فى حالات الدهشة.	( )
٢٥	الروح المعنوية صفة جماعية وفردية إذ تمثل مجموعة العلاقات الإنسانية والإتجاهات الجماعية للأفراد نحو عملهم	( )
٢٦	يولد الانفعال طاقة زائدة فى الجسم تساعد الانسان على القيام ببعض الأعمال العنيفة	( )
٢٧	من العوامل النفسية المؤثرة على الروح المعنوية الفهم المتبادل لجميع أفراد الفريق والمساواة فى المنافع والتضحيات.	( )
٢٨	أوضحت بعض التجارب إن سرعة النبض قد تقل أثناء الانفعال من ٣٠ إلى ٧٠ نبضة فى الدقيقة .	( )
٢٩	من سلبيات الروح المعنوية أنها لا تدفع إلى المزيد من الجهد والعمل والنجاح إذا كانت عالية .	( )
٣٠	يرجع تاريخ علم النفس الرياضى إلى عام ١٨٩٨م حيث اهتمت ألمانيا بدراسة نفسية للاعبى كرة القدم.	( )
٣١	من السمات الاستدلالية للروح المعنوية الاهتمام بتادية الأعمال وتحمل المسؤليات.	( )
٣٢	من مسؤليات أدارى الفريق فى مرحلة الإعداد حجز أماكن الإقامة فى حالة المباريات الخارجية.	( )
٣٣	من مسؤليات إدارى الفريق فى مرحلة الإعداد الإشراف على التغذية سواء أثناء التدريب أو المباريات الودية.	( )
٣٤	تحديد الهدف من عناصر الروح المعنوية حيث لا يمكن أن نتوقع قيام فرد بعمل معين ما لم يحدد الهدف المراد أولا.	( )
٣٥	فى سنة ١٩٨٥م تم تاسيس جمعية الإرتقاء بعلم النفس الرياضى التطبيقى AASP.	( )
٣٦	الإيمان باهمية الأهداف التى تسعى المؤسسة إلى تحقيقها من السمات الاستدلالية للروح المعنوية.	( )
٣٧	فى سنة ١٩٦٨م تم تاسيس جمعية شمال أمريكا لعلم النفس الرياضى والنشاط NASPAPA.	( )
٣٨	تنقسم الانفعالات فى المجال الرياضى إلى نوعين هما ايجابية وغير سارة .	( )

REDMI NOTE 10S
جامعة
كلية التر

٣٩	القناعة بالمدير الفنى من العوامل المهمة فى الروح المعنوية إذ تعمل هذه الثقة على دفع الجماعة نحو تحقيق أهدافها.	( )
٤٠	تعمل الرياضة بصفة خاصة وعلم النفس الرياضى بصفة عامة على تطوير وتعديل بعض السمات الشخصية عند الرياضى.	( )
٤١	من خصائص الانفعالات الارتباط بالتغيرات العضوية الداخلية والتغيرات الخارجية.	( )
٤٢	من الأعراض النفسية للقلق يصاب المريض بجميع مظاهر الانفعال التى تحدث عن طريق الجهاز العصبى وأن يكون منقبض النفس.	( )
٤٣	يرى تشيرينكسى أنه يمكن تصور الانفعالات كاحد العمليات الوجدانية فى ضوء عدة مستويات تختلف من حيث طول الفترة.	( )
٤٤	الاختلاف فى الدرجة وهو قد يفرح الفرد لرؤية صديق أو لفوزه فى منافسة رياضية أو لنجاحه فى الامتحان.	( )
٤٥	يهتم علم النفس الهندسى بتصميم آلات وأدوات العمل وتهيئة كافة ظروف العمل بما يتناسب مع شخصية الفرد.	( )
٤٦	نوعية الأحمال التدريبية للرياضي أحد أسباب حدوث الانفعال.	( )
٤٧	أولي المحاولات من علماء التربية البدنية للنظر إلى علم النفس الرياضى كاحد العلوم الفرعية داخل مجال الرياضة فى ١٩٧٠م	( )
٤٨	يشير مصطلح التعدد أن حياة الفرد تمتلئ بمختلف الحالات الانفعالية الايجابية والسلبية.	( )
٤٩	لا تتصل الانفعالات بحياة الفرد اتصالا مباشراً وليس لها أهمية ويقتصر دورها فقط فإنها تدفع الانسان إلى العمل ومواصلته.	( )
٥٠	الانفعالات الأولية هي الإجهاد الذى يؤثر على بناء الجسم وخاصة فى الاجزاء السطحية حيث يحاول الفرد التخلص منه	( )
٥١	يساعد الانفعال على تحديد وتوجيه السلوك الذى يسهم فى استمرارية الانسان فى الحياة.	( )
٥٢	تتسم الانفعالات بأن هناك علاقات وارتباطات فيما بينها لذلك يصعب الفصل بينها.	( )
٥٣	يتمثل الطابع الوجدانى فى مشاعر وجدانية مثل الفرح والسرور.	( )
٥٤	المستوى الثالث من الانفعالات هو تأثير العوامل الخارجية للانفعال وجهاز الفريق	( )
٥٥	تظهر الحالات التعبيرية الصوتية من خلال النغمة الصوتية للكلام فى الضغط على بعض الكلمات المعينة.	( )
٥٦	من مسؤليات إدارى الفريق في مرحلة المنافسات الحصول على المعلومات الفنية والإدارية عن الفرق المنافسة.	( )
٥٧	تنظيم برامج جيدة بالتليفزيون للتشجيع على الروح المعنوية من مسؤليات الإعلام الرياضى.	( )
٥٨	تشجيع النقد البناء الإيجابى وليس الهادم السلبى من مسؤليات الإعلام الرياضى.	( )
٥٩	يعتبر توتر العضلات من الأعراض المصاحبة للانفعال فقد يرتعش الفرد أثناء الانفعال الشديد	( )
٦٠	تعد الثقة فى قوة وقدرة الفريق والاستعداد النفسى من طرق تنمية الروح المعنوية.	( )

السؤال الثاني :- الاختيار من متعدد : (٤٠ درجة)

م	العبارة
١	فى سنة ١٩٢٣م كانت أول محاولة رسمية لتدريس مقرر علم النفس والتى قام بها ..... لطلاب جامعة إلينوى. أ- تربلت ب- جرفث ج- دى كوبرتن
٢	فى سنة ..... أجريت تجربة تربلت بغرض دراسة الأداء الفردى والجماعى وتأثير جمهور المشاهدين على الأداء. أ- ١٨٠١م ب- ١٨٩٨م ج- ١٩٠١م
٣	من مسؤليات..... البحث عن التصرفات الطيبة التى تظهر من جانب اللاعبين فى أثناء المباريات أ- مدرس التربية الرياضية ب- المدير الفنى ج- الإعلام الرياضى
٤	من مسؤليات..... أن يبدو فى الملعب صديقاً للجميع مهتماً ومتعاوناً مع مساعديه أ- الحكم ب- إدارى الفريق ج- اللاعب
٥	من طرق قياس الروح المعنوية..... أ- مباشرة وغير مباشرة ب- إيجابية وسلبية ج- كل ما سبق
٦	تم تشكيل الجمعية الدولية لعلم النفس الرياضى ISSP وإقامة أولى مؤتمراتها العلمية فى..... أ- روما ب- أمريكا ج- ألمانيا
٧	تقام المؤتمرات للجمعية علم النفس الرياضى بصفة دورية كل ..... سنوات متزامنة مع الدورات الأولمبية أ- ثلاثة ب- أربعة ج- خمسة
٨	فى سنة..... أعد جرفث أول كتاب فى سيكولوجية الرياضة. أ- ١٩٢٦م ب- ١٩٢٨م ج- ١٩٣٠م
٩	يهتم علم النفس الرياضى بـ..... بجانب الصحة البدنية فى وقت واحد. أ- المستوى الرياضى ب- الصحة النفسية ج- السمات الشخصية
١٠	من الاشكال الهندسية النفسية ذات المدلول النفسى وتشير أن هؤلاء الناس دائماً ما يكونون فى المقدمة ولديهم طاقات جبارة أ- المربع ب- المثلث ج- المستطيل
١١	..... هى جماعات يرجع إليها الفرد فى تقويم سلوكه الاجتماعى أ- الجماعة الأولية ب- الجماعة المرجعية ج- الجماعة الثانوية

جامعة أسيوط
كلية التربية الرياضية
٢٠٢١
شئون الطلاب

REDMI NOTE 10S

جامعة أسيوط
كلية التربية الرياضية
غرفة الأسئلة

١٢ ..... هو حالة توتر في الكائن الحي التي تصحبها تغيرات فسيولوجية وسلوكية

أ- الانفعال ب- العدوان ج- القلق

١٣ تساعد الانفعالات على ..... الذي يسهم في استمرارية الإنسان في الحياة.

أ- تحديد السلوك ب- توجيه السلوك ج- كل ما سبق

١٤ ..... هي رد الفعل الذي يقفه الكائن الحي من الإثارة فنحن نبكي في الحزن ونضحك في الفرح

أ- الإنسان ب- المثير ج- الاستجابة

١٥ ..... انفعال مركب من حب التملك وشعور بالغضب لأن عائقاً ما وقف دون تحقيق غاية مهمة

أ- الغيرة ب- الكره ج- الخوف

١٦ توصل تشيرينسكى عن طريق التجارب التى أجراها إلى الرأى القائل بان الانفعال يتوقف علي .....

أ- قوة الخصم ب- تاثير جماعة الفريق ج- التعدد

١٧ تعد الحالة المزاجية من ..... للانفعال وهى تشير إلى الحالة الانفعالية الأقل اضطراباً من الانفعال

أ- مستويات ب- خصائص ج- أسباب

١٨ .....يقصد به أن هناك نمطاً انفعالياً مزمنا أو سمة من سمات الشخصية تتسم بقدر كبير من الاستقرار والثبات

أ- العواطف ب- المزاج كسمة ج- الوجدان

١٩ ..... هو الذى أشار بأن الانفعال يتاثر بعدة عوامل منها أهمية المباراة.

أ- هنرى ب- كلارك ج- تشيرنيكسى

٢٠ التماسك بين أفراد الجماعة من ضمن عوامل ..... الروح المعنوية

أ- مقومات ب- عناصر ج- طرق قياس

٢١ ..... من العوامل النفسية التى تؤثر على الروح المعنوية.

أ- المساواة ب- التماسك- ج- روح الفريق

٢٢ يعد مستوى استعداد الفرد للمنافسات الرياضية من..... الانفعال

أ- أسباب ب- مستويات ج- خصائص

٢٣ من أهداف علم النفس الرياضي.....

أ- التنبؤ بالسلوك ب- التنبؤ بالسلوك ج- كل ما سبق

٢٤ هو أحد مستويات الإنفعال الذى يشير إلى الحالة الانفعالية الأقل إضطراباً من الانفعال.....

أ- المستوى الأول ب- المستوى السابع ج- المستوى الرابع

٢٥ الإيمان بأهمية الأهداف التى تسعى المؤسسة إلى تحقيقها من..... للروح المعنوية

أ- عناصر ب- سمات ج- خصائص

٢٦ من عناصر الروح المعنوية.....

أ- الشعور بالتعاون ب- الاستعداد النفسي ج- حب العمل

٢٧ الإحساس بإمكانية تحقيق الأهداف من ..... للروح المعنوية

أ- عناصر ب- تحديد الهدف ج- الثقة بالقيادة

٢٨ تعتبر ..... مع اللاعبين وسيلة أساسية لدراسة السمات الشخصية المتصلة بمعنوياتهم .

أ- الانتماء ب- المقابلة الشخصية ج- قياس الاتجاهات

٢٩ من طرق قياس الروح المعنوية.....

أ- مباشرة وغير مباشرة ب- إيجابية وسلبية ج- كل ما سبق

٣٠ ..... أن يكون متصل باستمرار بجميع الأندية المتبارية دون تفرقة.

أ- الإعلام الرياضي ب- المدير الفنى ج- الحكم

٣١ تحمل الخبرات الانفعالية دائماً طابعاً ..... إذ تختلف من فرد لآخر تبعاً لدرجة إدراكه للأشياء المادية المحيطة به.

أ- الاختلاف فى الدرجة ب- التعدد ج- الذاتية

٣٢ شعور متعلق بالروح أو الحماس ويشير إلى الجو العام المحيط بالعمل.....

أ- الانفعال ب- العدوان ج- الروح المعنوية

٣٣ تختلف الاستجابات الانفعالية فى الفترة الزمنية التى تستغرقها فالاستجابة للألم من مستوى معين.

أ- الطابع الوجدانى ب- الشدة ج- مدة الانفعال

٣٤ فى عام..... أشار جيل إلى أن علم الرياضة والتدريب يعد مجالاً متعدد النظم العملية ويستمد المعرفة من أصول العلوم.

أ- ١٩٨٦م ب- ١٩٨٢م ج- ١٩٨٥م

جامعة أسيوط
كلية التربية الرياضية
١٧ يونيو ٢٠٢١
شئون الطلاب

REDMI NOTE 10S

جامعة أسيوط
كلية التربية الرياضية

٣٥	يشير..... إلى أن علم النفس الرياضى يعد وليدً علم النفس العام والدليل على ذلك اعتماد الجمعية الأمريكية.
	أ- كرول ب- سميث ج- هنرى
٣٦	من مهام علم النفس الرياضي .....
	أ- رفع المستوى الرياضي ب- دراسة الدوافع التي تحرك السلوك ج- ضبط السلوك الرياضي
٣٧	قام د/علاوى بإعداد مؤلف "علم النفس الرياضى- الجزء الأول" متضمنا موضوعات عن النمو الحركى والدافعية فى التربية الرياضية
	أ- ١٩٦٧م ب- ١٩٧١م ج- ١٩٧٥م
٣٨	من الأشكال الهندسية النفسية ذات المدلول النفسى هؤلاء الناس يكون لديهم توجهات معينة ومحددة ومتعددى العلاقات فهم لا يحبون كلمة "لا"
	أ- المستطيل ب- الدائرة ج- المثلث
٣٩	فى سنة ١٩٦٠م بأ الإهتمام بمجال دراسة السلوك الحركى مثل دراسة جون لوثر .....
	أ- بجامعة كاليفورنيا ب- بجامعة بنسلفانيا ج- بجامعة إنديانا
٤٠	..... انفعال تفرضه الطبيعة السوية للإنسان إذ يساعده على المواجهة إذا ما اعتدى عليه .
	أ- الخوف ب- الغضب ج- الكره

جامعة أسيوط
كلية التربية الرياضية
١٧ يونيو ٢٠٢١

..... مع تمنياتنا بالنجاح والتوفيق.....

د/ الاء احمد الطاهر

أ.د/ عبدالحكيم رزق عبدالحكيم

جامعة أسيوط
كلية التربية الرياضية
غرفة الأسئلة
٢٠

REDMI NOTE 10S