

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

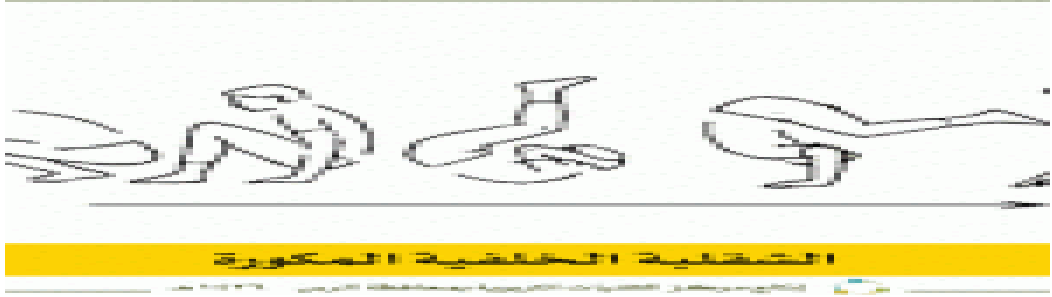
جامعة المسيلة قسم التكوين القاعدي المشترك

معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

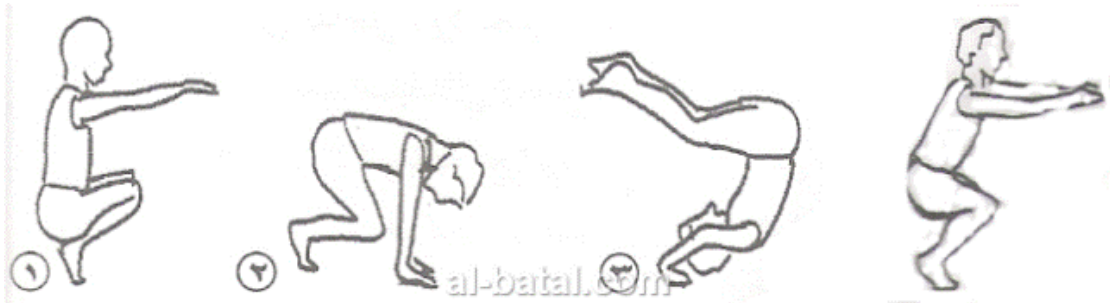
قسم التكوين القاعدي المشترك

بطارية الاختبار لامتحان الجمباز:

01*- الدرجة الخلفية المتكورة (01ن)



02*- الدرجة الامامية المتكورة (01 ن)



03*- الدرجة الامامية ضما الممدودة (01ن)



04*- الدرجة الامامية فتحا (01ن)

05*- الدرجة الخلفية فتحا (01ن)

06*- الدرجة الخلفية ضما (01ن)

07- *الدرجة على الطائر (01ن)

*-الوقوف على الراس (03ن)



*-الوقوف على اليدين (03ن)



*- الأداء الكلي للحركات والتنسيق وجمالية السلسلة 01ن

*- على الطالب أن يقوم بأداء 07 حركات عادية بين هذه الحركات:

*- الدرجة الأمامية المتكورة (العادية).....01ن

*- الدرجة الأمامية فتحا (المفتوحة) 01ن

*- الدرجة الأمامية ضما (الممدودة).....01ن

*- الدرجة على الطائر(قفزة الحوت).....01ن

*- الدرجة الخلفية المتكورة (العادية).....01ن

*- الدرجة الخلفية فتحا (المفتوحة).....01ن

*- الدرجة الخلفية ضما (الممدودة).....01ن

*- على الطالب أداء حركتين من بين هاته الحركات ذات درجة صعوبة:

- *- الوقوف على اليدين.....03ن
- *- الوقوف على الراس3 ن
- *- العجلة.....03ن
- *- القفز على اليدين.....03ن
- *- ربع لفة.....03ن
- *- مجموع العلامة 14/14

بالتوفيق للجميع

أساتذة المقياس