



دليل إجراءات واختبارات القبول

(عن بعد)



قسم التربية البدنية

اختبارات القبول



شروط التقدم للقبول بقسم التربية البدنية:



صحة البيانات والمستندات ومسؤولية الطالب وأي خطأ قد يترتب عليه إلغاء القبول بالقسم.



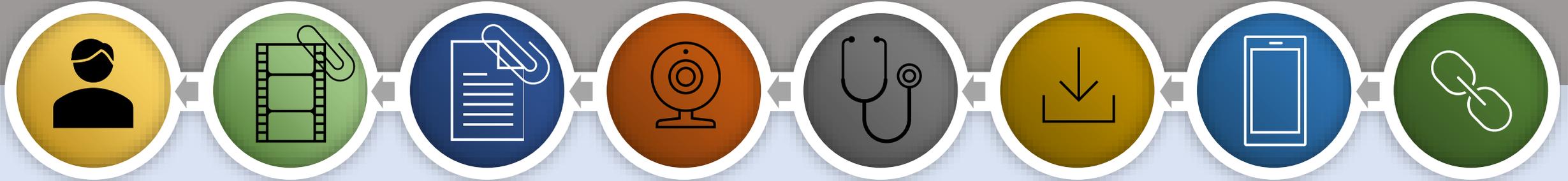
- ألا يقل طول الطالب المتقدم عن 165 سم.
- أن يكون الطالب لائق طبيًا ويقدم إستمارة الكشف الطبي المعتمدة من الجهة الطبية.
- أن يؤدي الطالب اختبار القوام مرتديا شورت فوق الركبة بدون ارتداء قميص وبدون حذاء.
- أن يلتزم الطالب بتقديم المرفقات المطلوبة على موقع صفحة الاختبارات في الفترة الزمنية المحددة ووفقًا للمواصفات المطلوبة.

مخطط سير الإجراءات

كلية التربية
قسم التربية البدنية



يتم إرفاق الإستمارة، الهوية، التصوير الخطوة (6-7) على الرابط خلال الفترة المعلن عنها من عمادة القبول والتسجيل.



- 1 صفحة الاختبارات
- 2 الشروط والجراءات
- 3 إستمارة البيانات
- 4 الكشف الطبي
- 5 تصوير الاختبارات
- 6 إرفاق المستندات
- 7 إرفاق التصوير
- 8 نتيجة الاختبارات

في حالة القبول النهائي تصلك رسالة من عمادة القبول والتسجيل.

إرفق ملف **MP4** على رابط الإرفاق الموجود بصفحة الاختبارات أوفي نهاية الدليل.

إرفق إستمارة الكشف الطبي المعتمدة والهوية **PDF** على رابط الإرفاق الموجود بصفحة الاختبارات أوفي نهاية الدليل.

استخدم الجوال لتصوير ملف فيديو بصيغة **MP4** لتقديم نفسك وبياناتك الشخصية وأداء الاختبارات وفق الشروط والتعليمات.

توجه إلى أي جهة طبية حكومية أو أهلية لإجراء الكشف الطبي واستكمال التوقيعات والختم الرسمي على إستمارة البيانات.

قم بتحميل إستمارة الكشف الطبي واختبارات القبول **اضغط هنا** أو من رابط صفحة الاختبارات بالأسفل.

مراجعة شروط القبول وارشادات الاختبارات البدنية ومشاهدة طريقة الأداء الصحيحة لكل اختبار.

الدخول إلى صفحة الاختبارات وقراءة ومراجعة مخطط إجراءات وإختبارات القبول وترتيب سير الخطوات.

اختبارات القبول



شروط التقدم للقبول بقسم التربية البدنية:



استكمال توقيعات الأطباء على كافة بنود الفحص الطبي، والختم المعتمد للجهة الطبية.



إستمارة البيانات:

- قم بتحميل إستمارة البيانات والكشف الطبي واختبارات القبول وطباعتها نسخة ورقية.
- تعبئة الإسم، ورقم الهوية (للمستجدين)، والرقم الجامعي (للمحولين)، وضع صورتك الشخصية على الإستمارة. لتحميل الإستمارة [إضغط هنا](#).
- توجه إلى أقرب جهة طبية حكومية أو أهلية لاستكمال الفحص الطبي.
- صورة إلكترونية ملونة لإستمارة الكشف الطبي المعتمدة عن طريق (Scanner). PDF.
- صورة إلكترونية ملونة للهوية الوطنية عن طريق (Scanner) PDF.



شروط التقدم للقبول بقسم التربية البدنية:



تجنب إجراء أي توقف أو قطع أو تعديل أو أي مؤثرات بصرية على التسجيل حتى لا يتم استبعاده.



ملف الفيديو MP4:

ملاحظات:

- إقرأ تعليمات كل اختبار وشاهد الصور والفيديو وتدرّب جيداً على الأداء.
- اختر مكاناً مناسباً للتصوير من حيث الإضاءة الجيدة والابتعاد عن الأماكن المنزلية الخاصة.
- يتم تصوير ملف التعريف الشخصي والاختبارات البدنية في ملف واحد.
- يتم التصوير بطريقة توضح أداء الطالب وتمكن من الحكم عليه.
- لا يسمح بتوقف التصوير خلال أداء الاختبار ويسمح بالتوقف المؤقت بين الاختبارات باستخدام

خاصية التوقف المؤقت

شروط التقدم للقبول بقسم التربية البدنية:



تجنب إجراء أي قطع أو تعديل أو أي مؤثرات بصرية على التسجيل حتى لا يتم استبعاده.



ملف الفيديو MP4:

ابدأ التصوير:

- **التعريف الشخصي:** إبدأ بعرض الهوية أمام الكاميرا لخمس ثوان بوضوح ثم اذكر إسمك بصوت واضح وتكلم عن هوايتك الرياضية.
- **اختبار القوام:** قف أمام الكاميرا مرتديا شورت أعلى الركبة بدون ارتداء قميص وبدون حذاء بحيث يظهر الجسم كاملا في مواجهة الكاميرا, ثم من الجانب, ثم من الخلف لمدة (5) ثواني في كل اتجاه.
- **الاختبارات البدنية:** تؤدي الاختبارات بالترتيب وفقا للتعليمات والشروط المحددة لكل اختبار.
- بعد الانتهاء من تصوير الاختبار الرابع استخدم خاصية الإيقاف. 
- احفظ ملف الفيديو بحيث يكون إسم الملف هو رقم الهوية (للمستجدين) / الرقم الجامعي (للمحولين).

اختبارات القبول

كلية التربية
قسم التربية البدنية



انبطاح مائل ثني ومد الذراعين:

الاختبار
الأول

طريقة الأداء

حافظ على استقامة الجذع خلال أداء الاختبار



وضع البدء:

الانبطاح المائل على أرض مستوية وصلبة, يكون الجسم في وضع مستقيم.

الأداء:

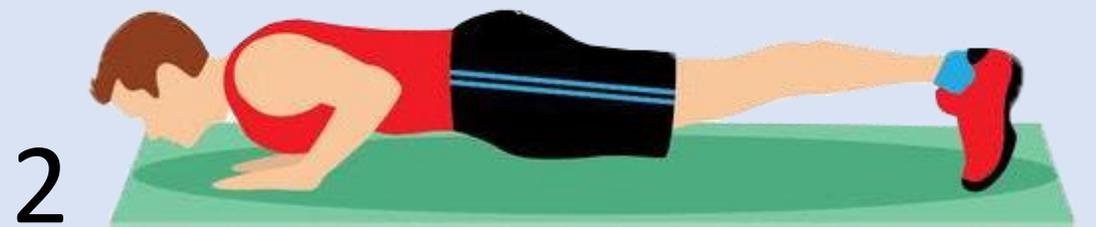
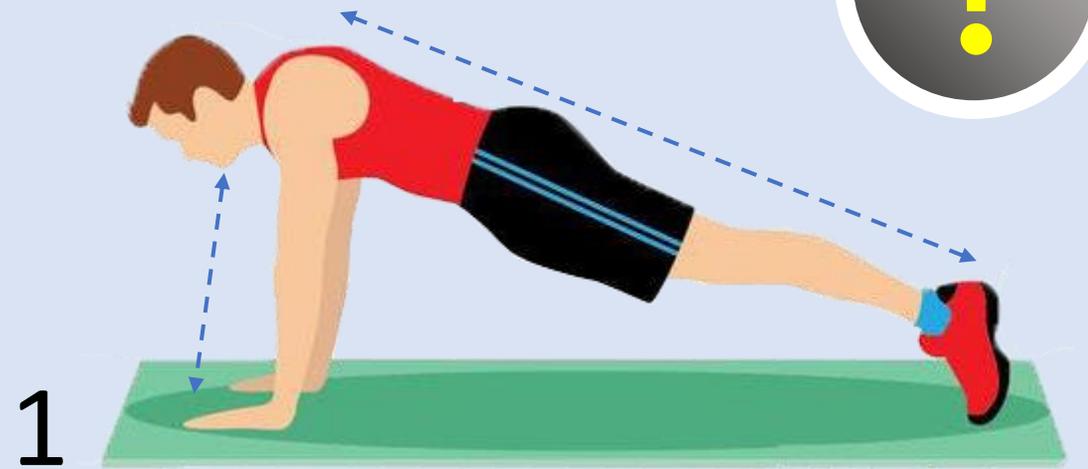
تكرار ثني ومد الذراعين كاملاً للرجوع لوضع الانبطاح المائل لأداء أكبر عدد من المرات بدون توقف حتى التعب.

حافظ على استقامة الجسم تمامًا خلال الأداء.

حافظ على ثني الذراعين كاملًا للمس الصدر للأرض ثم مد كامل الذراعين مع استقامة الجسم.

حساب الدرجة:

تحتسب عدة واحدة عن كل مرة يقوم فيها الطالب بثني ومد الذراعين بالطريقة الصحيحة, ولا تحتسب أنصاف المحاولات. [إضغط هنا](#) للمشاهدة.





الاختبار الثاني الوثب العريض من الثبات:

طريقة الأداء

الوثب بالقدمين معًا للأمام لأبعد مسافة



وضع البدء:

وضع شريط قياس عند خط البداية ممدود حتى ثلاثة أمتار، الوقوف خلف خط البداية مع مسافة مناسبة بين القدمين، بحيث يلامس مشطي القدمين خط البداية من الخارج.

الأداء:

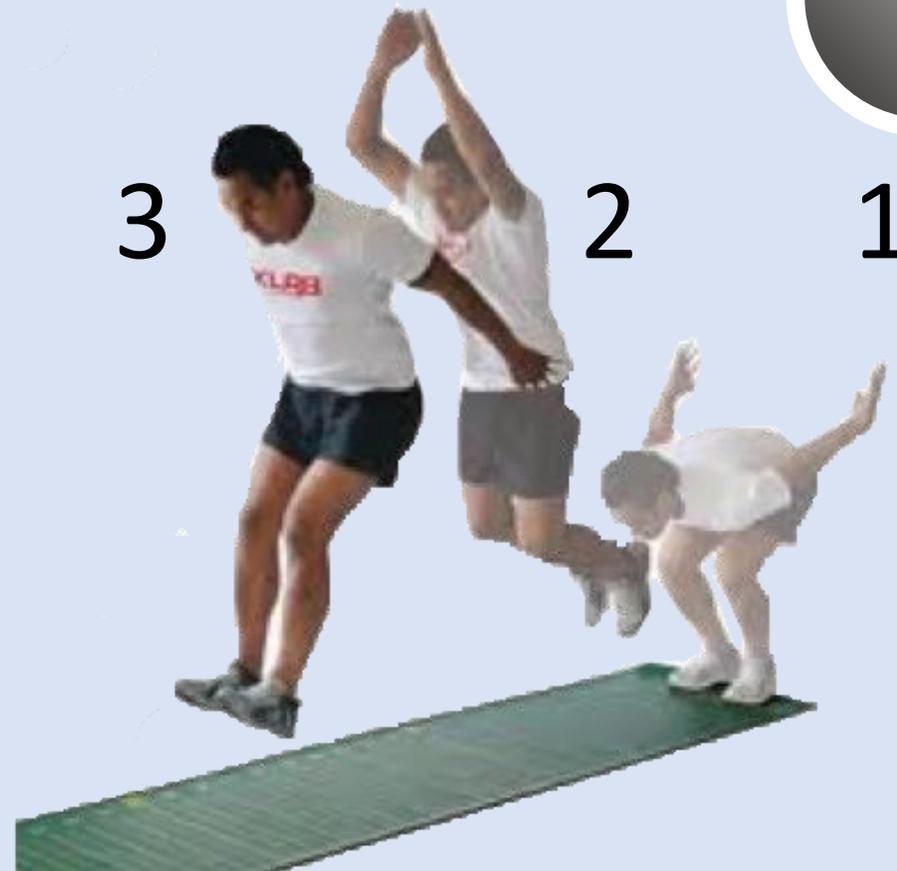
الوثب بالقدمين معًا للأمام لأبعد مسافة ممكنة عن طريق مد الركبتين والدفع بالقدمين مع مرجحة الذراعين للأمام.

- يكون الاختبار على سطح خشن يسمح بإعطاء الدفع المطلوب.
- الوثب بالقدمين معًا وليس بقدم واحدة.
- يسمح بأداء الاختبار بالحداء أو حافي القدمين.

حساب الدرجة:

تحسب مسافة الوثب من خط البداية حتى آخر جزء من الجسم يلمس الأرض.

بعد أداء الوثبة يقوم أحد الأشخاص بمساعدة الطالب في معرفة المسافة التي وثبها الطالب بالسنتيمتر وتكون موضحة بالتصوير خلال أداء المحاولة. [إضغط هنا](#) للمشاهدة.





طريقة الأداء

حافظ على تشبيك اليدين خلف الرقبة
وثبات القدمين على الأرض.



وضع البدء:

من وضع الرقود ثني الركبتين والكفان متشابكان خلف الرقبة - يقوم أحد الأشخاص بمساعدة الطالب بتثبيت قدميه.

الأداء:

يقوم الطالب بثني الجذع أمامًا أسفل للمس الركبتين بالجبهة لأكثر عدد من المرات خلال دقيقة واحدة.

- يجب عدم التوقف أو فك اليدين أو تغير وضع القدمين أثناء الاختبار.
- ينتهي الاختبار ويتوقف العد حينما يتوقف الطالب للراحة.
- لا تحسب المحاولات غير الصحيحة في العدد. (غير المكتملة لأعلى ولأسفل)

حساب الدرجة:

عدد مرات الأداء الصحيح المسجلة في زمن قدره **دقيقة واحدة**. [إضغط هنا](#) للمشاهدة.



اختبارات القبول

كلية التربية
قسم التربية البدنية



الاختبار
الرابع

الانبطاح المائل من الوقوف:

طريقة الأداء

حافظ على الوقوف والانبطاح الكامل



وضع البدء:

قف الطالب على أرض مستوية وصلبة، يكون الجسم في وضع مستقيم.

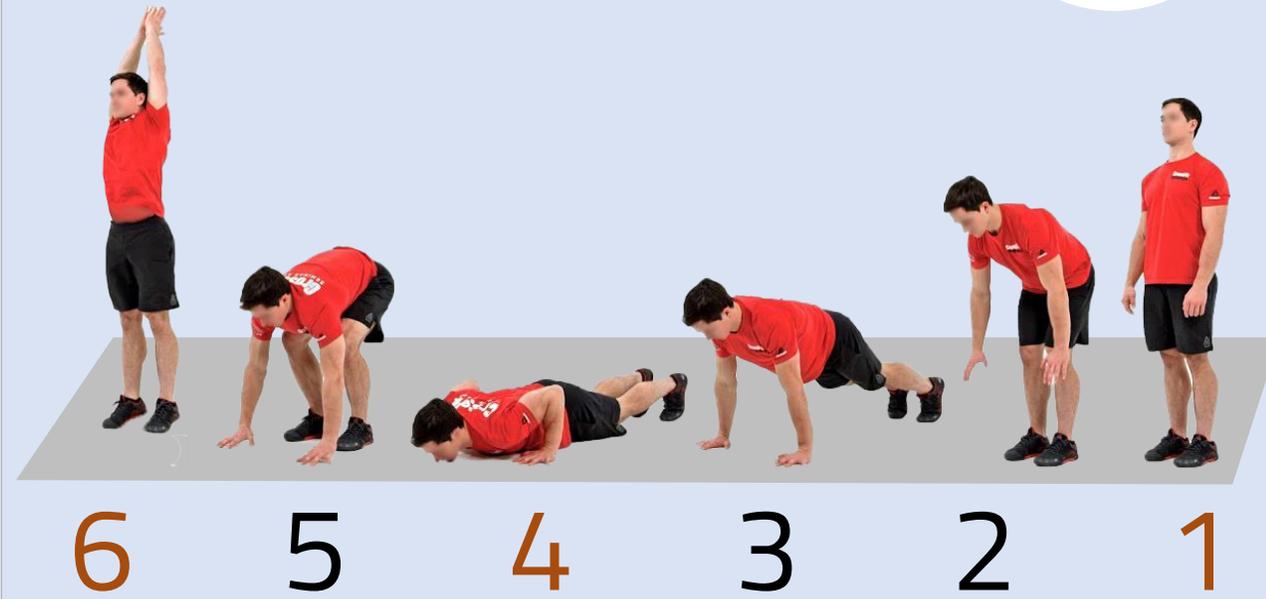
الأداء:

البدء من وضع الوقوف، ثني الركبتين للنزول لأسفل ووضع الكفين على الأرض حيث تكون الركبتان بين الذراعين، قذف الرجلين معا للخلف لاتخاذ وضع الانبطاح المائل مع ثني الذراعين، ثم قذف الرجلين أمامًا للوصول لوضع ثني الركبتين، ثم الوقوف والوثب عاليًا للوضع المعتدل والصدر أمامًا، لأقصى عدد ممكن من المرات بدون توقف لمدة دقيقة.

- نتهي الاختبار ويتوقف العد حينما يتوقف الطالب للراحة.
- لا تحسب المحاولات غير الصحيحة في العدد. (الغير مكتملة).

حساب الدرجة:

عدد مرات الأداء الصحيح في **دقيقة واحدة**. [إضغط هنا](#) للمشاهدة.



اختبارات القبول

كلية التربية
قسم التربية البدنية

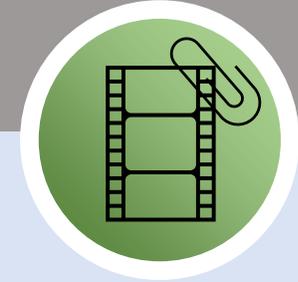


رفع الملفات إلى لجنة الاختبار:



يستخدم رابط رفع المستندات لمرة واحدة فقط ولن تستطيع تكرار المحاولة مرة أخرى.

في حالة القبول النهائي تصلك رسالة sms من عمادة القبول والتسجيل.



قبل الضغط على الرابط يجب التأكد من تجهيز المستندات التالية:

1. إستمارة الكشف الطبي المعتمدة PDF ويبدأ إسم الملف st متبوع برقم الهوية (للمسجلين) / الرقم الجامعي (للمحولين) مثال: st00000000
2. الهوية الوطنية (Scanner) PDF ويبدأ إسم الملف id متبوع برقم برقم الهوية (للمسجلين) / الرقم الجامعي (للمحولين) مثال: id00000000
3. فيديو التعريف الشخصي والاختبارات البدنية MP4 / ويكون اسم الملف هو رقم الهوية (للمسجلين) / الرقم الجامعي (للمحولين).

بعد اكمال الخطوات السابقة يجب إرفاق (إستمارة الكشف الطبي - الهوية - فيديو التعريف الشخصي والاختبارات البدنية) من خلال رفع الملفات إلى

لجنة الاختبار على موقع الاختبارات عبر الرابط التالي: <https://forms.gle/Wgr9Pi3WHsp458ua7>



دليل إجراءات واختبارات القبول (عن بعد)



قسم التربية البدنية

