

بابهت: گۆره پان ومهيدان

قوناغ: دووهم

كات: 2 كات ژمير



زانكۆي سه لاهه ددين-هه ولير  
كۆليژي پهروه رده ي جهسته ي  
وزانسته وه رزشيه كان

تافيكر دنه وه ي كۆتاي كۆرسى يه كه م خولى دووهم سالي خويناى 2023-2024

س1/ متى تحتسب المحاولة فاشة في رمي الرمح؟ (5 درجات)

س2/ عدد المراحل الفنية لوثبة الثلاثية ، وشرح واحدة منها. (5 درجات)

س3/ اكتب القياسات الاتيه :

- 1- مسافة بين خط البداية والحاجز الاول في ركض (110م.ح) ..... ومسافة بين خط البداية والحاجز الاول في ركض (100م.ح) .....
- 2- وزن رمح للرجال ..... ووزن رمح للنساء .....
- 3- وزن قرص للرجال ..... ووزن قرص للنساء .....
- 4- ارتفاع الحاجز في ركض (110م.ح) ..... وارتفاع الحاجز في ركض (100م.ح) .....
- 5- طول رمح للرجال ..... وطول رمح للنساء .....

س4/ حكم الحالات الاتية:

- 1- سقوط القرص خارج منطقة قطاع الرمي ؟
- 2- تغير رجل في عملية الاداء حجلة في وثبة الثلاثية؟
- 3- تغير المجال الركض في سباق ركض (1500م) ؟
- 4- خروج من منطقة الامامية من الدائرة بعد اداء رمي القرص؟
- 5- عبور الرجل بجانب حواجز اثناء سباق ركض الحواجز؟

مع تمنياتي بالنجاح

مدرس المادة

د. فريدون حسن عثمان