



الإدارة المركزية للشئون التعليمية
الإدارة العامة لشئون التعليم والطلاب

السيد الأستاذ الدكتور/ حسين أمين عمر السمري
رئيس لجنة قطاع التربية الرياضية

تحية طيبة وبعد،

أتشرف بالإفادة بأن المجلس الأعلى للجامعات ناقش بجلسته المنعقدة بتاريخ ٢٠٢٣/٥/٢٠ توصية المجلس الأعلى لشئون التعليم والطلاب بجلسته بتاريخ ٢٠٢٣/٥/٧ والمتضمنة الموافقة علي ما جاء بتقرير اللجنة المشكلة لإعادة النظر في الجداول المعيارية والضوابط المعمول بها في اختبارات القدرات لكليات التربية الرياضية بالجامعات المصرية، وذلك في ضوء موافقة لجنة قطاع التربية الرياضية، وقرر المجلس الموافقة الجداول المعيارية والضوابط العامة بها في اختبارات القدرات لكليات التربية الرياضية بالجامعات المصرية (مرفق الجداول المعيارية).

برجاء التفضل بالنظر.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،

أمين المجلس الأعلى للجامعات

(أ.د/ مصطفى رفعت)

٢٠٢٣/٦/١٣

٢٠٢٣/٦/١٣

٢٠٢٣/٦/١٣

تحريراً فـ / ٢٠٢٣/٦/١٣



السيد الأستاذ الدكتور/

نائب رئيس الجامعة لشئون التعليم والطلاب

تحية طيبة وبعد ،،،

أتشرف بالإفادة أن المجلس الأعلى للجامعات ناقش بجلسته المنعقدة بتاريخ ٢٠٢٣/٥/٢٠ توصية المجلس الاعلى لشئون التعليم والطلاب بجلسته بتاريخ ٢٠٢٣ /٥/٧ بالموافقة على ما جاء بتقرير اللجنة المشكلة لإعادة النظر في الجداول المعيارية والضوابط المعمول بها في اختبارات القدرات لكليات التربية الرياضية بالجامعات المصرية ، وذلك في ضوء موافقة لجنة قطاع التربية الرياضية.

وقرر المجلس الموافقة على الجداول المعيارية والضوابط المعمول بها في اختبارات القدرات لكليات التربية الرياضية بالجامعات المصرية على النحو التالي :-

- أن تكون مدة اختبارات القدرات يومين فقط اليوم الأول / اليوم الثاني).
- ألا يسمح نهائياً بإعادة الاختبارات لأي طالب.
- الدرجة الكلية للاختبارات البدنية والمهارية (١٠٠ درجة).
- درجة الاختبارات البدنية (٦٠) درجة
- درجة الاختبار المهارية (٤٠) درجة).
- الحد الأدنى لقبول الطالب / الطالبة (٦٠% من الدرجة الكلية للاختبارات) بشرط ان يكون لائق في اختبار القوام والشخصي.
- تقرب الأرقام العشرية في الدرجات لصالح الطالب / الطالبة.
- يتم إعلان نتيجة اليوم الأول بعد حساب الدرجات ويتم استبعاد الطالب / الطالبة غير اللائق.
- يجوز لكل كلية أن تجري اختبارات القدرات للبنين والبنات في أيام منفصلة على أن تلتزم بالمواعيد المحددة من مكتب التنسيق
- أن تشمل استمارة التقدم للبنات (الحالة الاجتماعية) وفي حالة إذا كانت الطالبة متزوجة تقوم بالتوقيع علي إقرار يتضمن أن أداء الاختبارات البدنية يؤثر علي حياتها وحياة الجنين وفي حالة أدائها لهذه الاختبارات تتحمل المسؤولية كاملة وعلي مسئوليتها الشخصية.
- الكشف الطبي يتم بواسطة أطباء متخصصين بغرض الكشف على سلامة القلب والصحة العامة للطالب لأداء الاختبارات.
- في حالة اجتياز الطالب الطالبة اللائق في اختبارات القدرات يتم تحويله للوحدة الطبية بالكلية التوقيع الكشف الطبي العام مع عمل تحليل مخدرات / الالتهاب الكبدي الوبائي).
- يجب ألا يقل الطول للطالب عن ١٦٥ سم، والطالبة عن ١٥٥ سم، ويستثنى من ذلك الأبطال الدوليين والأولمبيون المشاركين والحاصلين علي البطولة خلال الثلاث سنوات قبل الالتحاق بالكلية مع تقديم ما يثبت ذلك من الاتحاد الرياضي واللجنة الأولمبية، حيث أن بعض الأبطال المميزين في رياضات مثل (الجمباز - رفع الأثقال - المصارعة حسب طبيعة الأداء في تلك الرياضات هم الأقصر طولاً).
- يراعى العلاقة بين الطول والوزن بمعادلة (الطول) - (١٠٠) كمؤشر أسهل وأسرع وأقل تعقيداً على أن يكون المدى المسموح به لقبول الوزن (± ١٠ كيلو).

(مرفق الجداول المعيارية التي سيتم الأخذ بها عند أداء هذه الاختبارات) .

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،

أمين المجلس الاعلى للجامعات

(أ. د. مصطفى رفعت)

رانا حمدي
تحريراً في ٢٠٢٣/٥/٢٤



معالي الأستاذ الدكتور / مصطفى رفعت

أمين المجلس الأعلى للجامعات

تحية طيبة وبعد ...،

يطيب لي أن أبعث لسيادتكم ببالغ التقدير والاحترام وأطيب الأمنيات بدوام التوفيق والسداد.

أتشرف أن أرفق لسيادتكم تقرير اللجنة المشكلة من قبل المجلس الأعلى لشئون التعليم والطلاب في جلسته

رقم (١٠٤) بتاريخ ٢٠ / ٣ / ٢٠٢٣ م، والمكونة من السادة:

أ.د. / جلال كمال سالم	نائب رئيس جامعة بورسعيد لشئون التعليم الطلاب	(رئيساً)
أ.د. / عبد الفتاح سعود	نائب رئيس جامعة عين شمس لشئون التعليم الطلاب	(عضواً)
أ.د. / عاطف محمد حسين	نائب رئيس جامعة الزقازيق لشئون التعليم الطلاب	(عضواً)
أ.د. / حسين السمري	رئيس لجنة قطاع التربية الرياضية	(عضواً)

بشأن إعادة النظر في الجداول المعيارية والضوابط المعمول بها في اختبارات القدرات لكليات التربية الرياضية، أفيد لسيادتكم علماً باجتماع اللجنة بكامل تشكيلها بعد أخذ رأي لجنة قطاع التربية الرياضية وبعد المناقشة والدراسة توصلت اللجنة إلى ما يلي:

قواعد عامة:

- ❖ أن تكون مدة اختبارات القدرات يومين فقط (اليوم الأول / اليوم الثاني).
- ❖ ألا يسمح نهائياً بإعادة الاختبارات لأي طالب.
- ❖ الدرجة الكلية للاختبارات البدنية والمهارية (١٠٠ درجة).
- ❖ درجة الاختبارات البدنية (٦٠ درجة).
- ❖ درجة الاختبار المهارية (٤٠ درجة).
- ❖ الحد الأدنى لقبول الطالب / الطالبة (٦٠% من الدرجة الكلية للاختبارات) بشرط أن يكون لائق في اختبار القوام والشخصي.
- ❖ تقرب الأرقام العشرية في الدرجات لصالح الطالب/ الطالبة.
- ❖ يتم اعلان نتيجة اليوم الأول بعد حساب الدرجات ويتم استبعاد الطالب / الطالبة غير اللائق.
- ❖ يجوز لكل كلية ان تجري اختبارات القدرات للبنين والبنات في أيام منفصلة على أن تلتزم بالمواعيد المحددة من مكتب التنسيق.

❖ ان تشمل استمارة التقدم للبنات (الحالة الاجتماعية) وفي حالة اذا كانت الطالبة متزوجة تقوم بالتوقيع علي اقرار يتضمن ان اداء الاختبارات البدنية يؤثر علي حياتها وحياة الجنين وفي حالة ادائها لهذه الاختبارات تتحمل المسؤولية كاملة وعلي مسئوليتها الشخصية .

اليوم الأول

١-الكشف الطبي المبدئي:

ويتم بواسطة أطباء متخصصين بغرض الكشف على سلامة القلب والصحة العامة للطالب لأداء الاختبارات. توصي اللجنة انه في حالة اجتياز الطالب/ الطالبة اللائق في اختبارات القدرات يتم تحويله للوحدة الطبية بالجامعة لتوقيع الكشف الطبي العام مع عمل تحليل (مخدرات / الالتهاب الكبدي الوبائي).

٢-قياس الطول والوزن:

أ- الطول:

يجب ألا يقل الطول للطالب عن ١٦٥ سنتيمتر والطالبة عن ١٥٥ سنتيمتر، ويستثنى من ذلك الابطال الدوليين والأولمبيين المشاركين والحاصلين على البطولة خلال الثلاث سنوات قبل الالتحاق بالكلية مع تقديم ما يثبت ذلك من الاتحاد الرياضي واللجنة الأولمبية، حيث أن بعض الابطال المميزين في رياضات مثل (الجمباز - رفع الأثقال- المصارعة) حسب طبيعة الاداء في تلك الرياضات هم الأقصر طولاً.

ب- الوزن:

يراعى العلاقة بين الطول والوزن بمعادلة (الطول - ١٠٠) كمؤشر أسهل وأسرع واقل تعقيدا على أن يكون المدى المسموح به لقبول الوزن (± 10 كيلو).

٣-الاختبارات البدنية:الدرجة (٦٠)

أ- بالنسبة للبنين:عدد (٦) اختبارات وهم:

- ١- اختبار السرعة: ١٠٠ متر عدو (١٠ درجات)
- ٢- اختبار القوة: الشد على العقلة (١٠ درجات)
- ٣- اختبار القدرة العضلية: الوثب العريض من الثبات (١٠ درجات)
- ٤- اختبار المرونة:ثنى الجذع أماماًولأسفلأقصى مدى ممكن(١٠ درجات)
- ٥- اختبار الرشاقة:الانبطاح المائل من الوقوف (١٠ درجات)
- ٦- اختبار التحمل:الجري ٨٠٠ متر (١٠ درجات)

- الدرجات المعيارية للاختبارات البدنية للبنين - مرفق (١)

ب- بالنسبة للبنات الدرجة (٦٠)

- ١- اختبار السرعة: ٥٠ متر عدو (١٠ درجات)
- ٢- اختبار الرشاقة: الجري المتعرج بين ٥ قوائم (١٠ درجات)
- ٣- اختبار المرونة: ثنى الجذع أماماً ولأسفل لأقصى مدى ممكن (١٠ درجات)
- ٤- اختبار القدرة العضلية: الوثب العريض من الثبات (١٠ درجات)
- ٥- اختبار التوافق: الدوائر المرقمة (١٠ درجات)
- ٦- اختبار التحمل: الجري ٦٠٠ متر (١٠ درجات)

- الدرجات المعيارية للاختبارات البدنية للبنات - مرفق (٢)

اليوم الثاني

١- الاختبار المهاري في نوع النشاط (بنين / بنات) الدرجة (٤٠)

• يؤدي الطالب / الطالبة اختبار المهارة في نشاط رياضي واحد من بين الآتي:

أ- الألعاب: (كرة القدم / كرة اليد / كرة السلة / الكرة الطائرة / الهوكي / التنس / تنس الطاولة).

ب- مسابقات الميدان والمضمار:

- عدو: (١٠٠ م / ٢٠٠ م / ٤٠٠ م).

- الرمي: (قرص / جلة / مطرقة / رمح).

- الوثب: (الوثب الثلاثي / الوثب الطويل / الوثب العالي).

- الجري: (المسافات طويلة / الضاحية / الماراثون).

ج- الرياضات المائية: (السباحة / كرة الماء / غوص / غطس / باليه مائي للبنات).

د- المنافلات والرياضات الفردية.

هـ- الجمباز: (جمباز فني بنين وبنات / ايروبيك بنين وبنات / ترامبولين بنين وبنات / ايقاعي بنات).

و- الدراجات: اختبار سباق الدراجات.

(ملحوظة توضع استمارة تقييم خاصة بقياس مستوى الأداء المهاري لكل نشاط رياضي من قبل اللجنة المتخصصة بكل كلية).

٢- اختبار القوام: بنين/ بنات (لائق / غير لائق) وتقوم اللجنة بالكشف عن الانحرافات القوامية المختلفة.

٣- الاختبار الشخصي: بنين / بنات (لائق / غير لائق) تقوم اللجنة بالتحقق من صحة وسلامة النطق / السمع / الصوت/ حسن المظهر ومدى معرفة المتقدم بالمعلومات عن الرياضة التي يمارسها.

❖ بالنسبة للوافدين (بنين/ بنات): يتم اختبارهم بنفس الاختبارات السابقة مع تخصيص مكان محدد مركزي وأيام محددة لإجراء اختبارات القدرات.

وبذلك تكون قد انتهت اللجنة من تقريرها في صورته الحالية.

وتفضلوا بقبول وافر الاحترام

يعتمد ...

رئيس اللجنة

نائب رئيس الجامعة لشئون التعليم والطلاب

(جمال كمال)

أ.د/ جلال كمال سالم

الجدول المعيارية للاختبارات الرياضية

(البنين)

مرفق (١)

معالي الأستاذ الدكتور / مصطفى رفعت

أمين المجلس الأعلى للجامعات

تحية طيبة وبعد ...،

يطيب لي أن أبعث لسيادتكم ببالغ التقدير والاحترام وأطيب الأمنيات بدوام التوفيق والسداد.

أتشرف أن أرفق لسيادتكم تقرير اللجنة المشكلة من قبل المجلس الأعلى لشئون التعليم والطلاب في جلسته

رقم (١٠٤) بتاريخ ٢٠ / ٣ / ٢٠٢٣ م، والمكونة من السادة:

أ.د. / جلال كمال سالم	نائب رئيس جامعة بورسعيد لشئون التعليم والطلاب	(رئيساً)
أ.د. / عبد الفتاح سعود	نائب رئيس جامعة عين شمس لشئون التعليم والطلاب	(عضواً)
أ.د. / عاطف محمد حسين	نائب رئيس جامعة الزقازيق لشئون التعليم والطلاب	(عضواً)
أ.د. / حسين السمري	رئيس لجنة قطاع التربية الرياضية	(عضواً)

بشأن إعادة النظر في الجداول المعيارية والضوابط المعمول بها في اختبارات القدرات لكليات التربية الرياضية، أفيد لسيادتكم علماً باجتماع اللجنة بكامل تشكيلها بعد أخذ رأي لجنة قطاع التربية الرياضية وبعد المناقشة والدراسة توصلت اللجنة إلى ما يلي:

قواعد عامة:

- ❖ أن تكون مدة اختبارات القدرات يومين فقط (اليوم الأول / اليوم الثاني).
- ❖ ألا يسمح نهائياً بإعادة الاختبارات لأي طالب.
- ❖ الدرجة الكلية للاختبارات البدنية والمهارية (١٠٠ درجة).
- ❖ درجة الاختبارات البدنية (٦٠ درجة).
- ❖ درجة الاختبار المهارية (٤٠ درجة).
- ❖ الحد الأدنى لقبول الطالب / الطالبة (٦٠% من الدرجة الكلية للاختبارات) بشرط أن يكون لائق في اختبار القوام والشخصي.
- ❖ تقرب الأرقام العشرية في الدرجات لصالح الطالب / الطالبة.
- ❖ يتم اعلان نتيجة اليوم الأول بعد حساب الدرجات ويتم استبعاد الطالب / الطالبة غير اللائق.
- ❖ يجوز لكل كلية ان تجري اختبارات القدرات للبنين والبنات في أيام منفصلة على أن تلتزم بالمواعيد المحددة من مكتب التنسيق.

❖ ان تشمل استمارة التقدم للبيانات (الحالة الاجتماعية) وفي حالة اذا كانت الطالبة متزوجة تقوم بالتوقيع علي اقرار يتضمن ان اداء الاختبارات البدنية يؤثر علي حياتها و حياة الجنين وفي حالة ادائها لهذه الاختبارات تتحمل المسؤولية كاملة وعلي مسئوليتها الشخصية .

اليوم الأول

١-الكشف الطبي المبدئي:

ويتم بواسطة أطباء متخصصين بغرض الكشف على سلامة القلب والصحة العامة للطالب لأداء الاختبارات. توصي اللجنة انه في حالة اجتياز الطالب/ الطالبة اللائق في اختبارات القدرات يتم تحويله للوحدة الطبية بالجامعة لتوقيع الكشف الطبي العام مع عمل تحليل (مخدرات / الالتهاب الكبدي الوبائي).

٢-قياس الطول والوزن:

أ- الطول:

يجب ألا يقل الطول للطالب عن ١٦٥ سنتيمتر والطالبة عن ١٥٥ سنتيمتر، ويستثنى من ذلك الابطال الدوليين والأولمبيين المشاركين والحاصلين على البطولة خلال الثلاث سنوات قبل الالتحاق بالكلية مع تقديم ما يثبت ذلك من الاتحاد الرياضي واللجنة الأولمبية، حيث أن بعض الابطال المميزين في رياضات مثل (الجمباز - رفع الأثقال - المصارعة) حسب طبيعة الاداء في تلك الرياضات هم الأقصر طولاً.

ب- الوزن:

يراعى العلاقة بين الطول والوزن بمعادلة (الطول - ١٠٠) كمؤشر أسهل وأسرع واقل تعقيدا على أن يكون المدى المسموح به لقبول الوزن (± ١٠ كيلو).

٣-الاختبارات البدنية:الدرجة (٦٠)

أ- بالنسبة للبنين:عدد (٦) اختبارات وهم:

- ١- اختبار السرعة: ١٠٠ متر عدو (١٠ درجات)
- ٢- اختبار القوة: الشد على العقلة (١٠ درجات)
- ٣- اختبار القدرة العضلية: الوثب العريض من الثبات (١٠ درجات)
- ٤- اختبار المرونة: ثنى الجذع أماماً وأسفلأقصى مدى ممكن (١٠ درجات)
- ٥- اختبار الرشاقة: الانبطاح المائل من الوقوف (١٠ درجات)
- ٦- اختبار التحمل: الجري ٨٠٠ متر (١٠ درجات)

- الدرجات المعيارية للاختبارات البدنية للبنين - مرفق (١)

ب- بالنسبة للبنات الدرجة (٦٠)

- ١- اختبار السرعة: ٥٠ متر عدو (١٠ درجات)
- ٢- اختبار الرشاقة: الجري المتعرج بين ٥ قوائم (١٠ درجات)
- ٣- اختبار المرونة: ثنى الجذع أماماً وأسفلأقصى مدى ممكن (١٠ درجات)
- ٤- اختبار القدرة العضلية: الوثب العريض من الثبات (١٠ درجات)
- ٥- اختبار التوافق: الدوائر المرقمة (١٠ درجات)
- ٦- اختبار التحمل: الجري ٦٠٠ متر (١٠ درجات)

- الدرجات المعيارية للاختبارات البدنية للبنات - مرفق (٢)

اليوم الثاني

١- الاختبار المهاري في نوع النشاط(بنين/ بنات)الدرجة (٤٠)

• يؤدي الطالب / الطالبة اختبار المهارة في نشاط رياضي واحد من بين الآتي:

أ- الألعاب: (كرة القدم/ كرة اليد/ كرة السلة/ الكرة الطائرة / الهوكي/ التنس / تنس الطاولة).

ب- مسابقات الميدان والمضمار:

- عدو: (١٠٠ م / ٢٠٠ م / ٤٠٠ م).

- الرمي: (قرص / جلة / مطرقة / رمح).

-الوثب: (الوثب الثلاثي / الوثب الطويل / الوثب العالي).

- الجري: (المسافات طويلة / الضاحية / الماراثون).

ج- الرياضات المائية:(السباحة/ كرة الماء / غوص / غطس / باليه مائي للبنات).

د- المنازلات والرياضات الفردية.

هـ- الجمباز: (جمباز فني بنين وبنات / ايروبك بنين وبنات / ترامبولين بنين وبنات/ ايقاعي بنات).

و- الدراجات: اختبار سباق الدراجات.

(ملحوظة توضع استمارة تقييم خاصة بقياس مستوى الأداء المهاري لكل نشاط رياضي من قبل اللجنة المتخصصة بكل كلية).

٢- اختبار القوام: بنين/ بنات (لائق / غير لائق) وتقوم اللجنة بالكشف عن الانحرافات القوامية المختلفة.

٣- الاختبار الشخصي: بنين / بنات (لائق / غير لائق) تقوم اللجنة بالتحقق من صحة وسلامة النطق / السمع / الصوت/ حسن المظهر ومدى معرفة المتقدم بالمعلومات عن الرياضة التي يمارسها.

❖ بالنسبة للوافدين (بنين/ بنات): يتم اختبارهم بنفس الاختبارات السابقة مع تخصيص مكان محدد مركزي وأيام محددة لإجراء اختبارات القدرات.

وبذلك تكون قد انتهت اللجنة من تقريرها في صورته الحالية.

وتفضلوا بقبول وافر الاحترام

يعتمد ...

رئيس اللجنة

نائب رئيس الجامعة لشؤون التعليم والطلاب

() جلال كمال

أ.د/ جلال كمال سالم

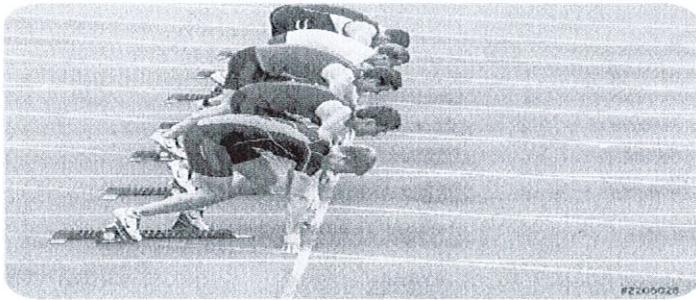
الجدول المعيارية للاختبارات الرياضية

(البنين)

مرفق (١)

الاختبار الأول :100 معدوبين

الدرجة المعيارية	الزمن بالثواني	الدرجة المعيارية	الزمن بالثواني
4.87	14	10	اقل من 12.10
4.59	14.1	9.72	12.2
4.3	14.2	9.43	12.3
4.02	14.3	9.15	12.4
3.73	14.4	8.86	12.5
3.45	14.5	8.58	12.6
3.16	14.6	8.29	12.7
2.88	14.7	8.01	12.8
2.59	14.8	7.72	12.9
2.31	14.9	7.44	13
2.02	15	7.15	13.1
1.74	15.1	6.87	13.2
1.45	15.2	6.58	13.3
1.17	15.3	6.29	13.5
0.88	15.4	6.01	13.6
0.59	15.5	5.73	13.7
0.31	15.6	5.44	13.8
		5.16	13.9



الاختبار الثاني: الشد علي العقلة بنين

الدرجة	عدد المرات
0.66	1
1.33	2
1.99	3
2.66	4
3.33	5
3.99	6
4.66	7
5.33	8
5.99	9
6.67	10
7.33	11
7.99	12
8.66	13
9.33	14
10	15 فاكثر



الاختبار الثالث: الوثب الطويل من الثبات بنين

الدرجة المعيارية	المسافة بال/سم
0.55	155
1.11	160
1.66	165
2.22	170
2.77	175
3.33	180
3.89	185
4.44	190
4.99	195
5.55	200
6.12	205
6.66	210
7.22	215
7.78	220
8.33	225
8.88	230
9.44	235
10	240 فأكثر



الاختبار الرابع: المرونة بنين

الدرجة المعيارية	الدرجة بال/سم	الدرجة المعيارية	الدرجة بال/سم	الدرجة المعيارية	الدرجة بال/سم	الدرجة المعيارية	الدرجة بال/سم	الدرجة المعيارية	الدرجة بال/سم
8.49	30.5	6.45	16	4.36	1.5	2.27	13-	0.19	27.5-
8.56	31	6.52	16.5	4.43	2	2.35	12.5-	0.26	27-
8.63	31.5	6.59	17	4.51	2.5	2.42	12-	0.33	26.5-
8.71	32	6.67	17.5	4.58	3	2.49	11.5-	0.40	26-
8.78	32.5	6.74	18	4.65	3.5	2.56	11-	0.47	25.5-
8.85	33	6.81	18.5	4.72	4	2.64	10.5-	0.55	25-
8.92	33.5	6.88	19	4.79	4.5	2.71	10-	0.62	24.5-
8.99	34	6.96	19.5	4.86	5	2.78	9.5-	0.69	24-
9.10	34.5	7.03	20	4.94	5.5	2.85	9-	0.76	23.5-
9.14	35	7.10	20.5	5.01	6	2.92	8.5-	0.83	23-
9.21	35.5	7.17	21	5.08	6.5	2.99	8-	0.91	22.5-
9.28	36	7.24	21.5	5.15	7	3.06	7.5-	0.98	22-
9.35	36.5	7.32	22	5.22	7.5	3.14	7-	1.05	21.5-
9.43	37	7.34	22.5	5.30	8	3.21	6.5-	1.12	21-
9.49	37.5	7.41	23	5.37	8.5	3.28	6-	1.19	20.5-
9.57	38	7.48	23.5	5.44	9	3.35	5.5-	1.27	20-
9.64	38.5	7.55	24	5.52	9.5	3.43	5-	1.34	19.5-
9.71	39	7.62	24.5	5.58	10	3.50	4.5-	1.41	19-
9.78	39.5	7.69	25	5.66	10.5	3.57	4-	1.48	18.5-
9.86	40	7.77	25.5	5.73	11	3.64	3.5-	1.55	18-
9.93	40.5	7.84	26	5.80	11.5	3.72	3-	1.63	17.5-
10	41	7.91	26.5	5.87	12	3.78	2.5-	1.70	17-
		7.98	27	5.95	12.5	3.86	2-	1.77	16.5-
		8.05	27.5	6.02	13	3.93	1.5-	1.84	16-
		8.13	28	6.09	13.5	4.00	1-	1.91	15.5-
		8.20	28.5	6.16	14	4.07	0.5-	1.98	15-
		8.27	29	6.24	14.5	4.15	0	2.06	14.5-
		8.34	29.5	6.31	15	4.22	0.5	2.13	14-
		8.41	30	6.38	15.5	4.29	1	2.20	13.5-

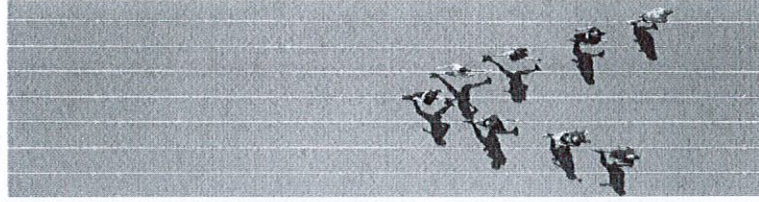


الاختبار الخامس: الرشاقة بنين

الدرجة المعيارية	عدد المرات/ق	الدرجة المعيارية	عدد المرات/ق
5.00	26	10	47
4.76	25	9.76	46
4.52	24	9.52	45
4.28	23	9.28	44
4.05	22	9.05	43
3.81	21	8.81	42
3.57	20	8.57	41
3.34	19	8.33	40
3.09	18	8.09	39
2.86	17	7.86	38
2.62	16	7.62	37
2.38	15	7.38	36
2.15	14	7.14	35
1.90	13	6.91	34
1.67	12	6.66	33
1.43	11	6.43	32
1.19	10	6.19	31
0.95	9	5.95	30
0.72	8	5.72	29
0.48	7	5.48	28
0	5	5.24	27



الاختبار السادس: الجلد جري 800م بنين



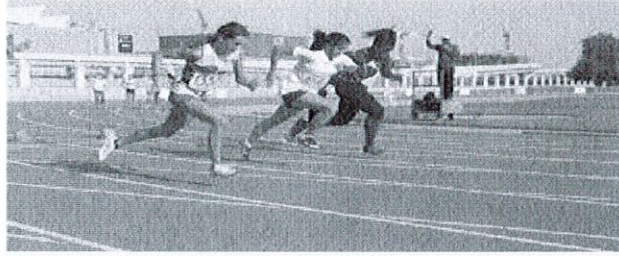
الدرجة المعيارية	الدرجة/ق	الدرجة المعيارية	الدرجة/ق	الدرجة المعيارية	الدرجة/ق	الدرجة المعيارية	الدرجة/ق
2.45	2.53.4	4.97	2.36.8	7.50	2.21.0	10	2.14.0
2.36	2.54.5	4.88	2.37.4	7.39	2.21.5	9.90	2.15.0
2.26	2.54.7	4.78	2.38.0	7.30	2.22.0	9.81	2.15.1
2.16	2.55.3	4.68	2.38.3	7.21	2.22.5	9.71	2.15.2
2.06	2.55.0	4.59	2.39.2	7.11	2.23.0	9.61	2.15.3
1.97	2.56.6	4.49	2.40.0	7.01	2.24.0	9.52	2.15.4
1.87	2.57.6	4.39	2.40.6	6.91	2.24.6	9.42	2.15.6
1.77	2.57.9	4.30	2.41.2	6.82	2.25.6	9.32	2.15.8
1.68	2.58.5	4.20	2.41.9	6.72	2.25.9	9.24	2.16.0
1.58	2.59.2	4.10	2.42.5	6.62	2.26.5	9.15	2.16.2
1.48	2.59.8	4.00	2.43.1	6.53	2.27.2	9.05	2.16.4
1.39	3.0.4	3.91	2.43.8	6.43	2.27.8	8.95	2.16.6
1.29	3.1.1	3.81	2.44.4	6.33	2.28.4	8.85	2.16.8
1.19	3.1.7	3.71	2.45.1	6.24	2.29.1	8.76	2.17.0
1.09	3.2.4	3.61	2.45.7	6.14	2.29.7	8.66	2.17.2
0.99	3.3.0	3.52	2.46.4	6.04	2.30.4	8.56	2.17.4
0.90	3.3.6	3.42	2.47.0	5.95	2.31.0	8.47	2.17.6
0.80	3.4.3	3.33	2.47.6	5.85	2.31.6	8.37	2.17.8
0.71	3.4.9	3.23	2.48.0	5.75	2.32.2	8.27	2.18.1
0.61	3.5.9	3.13	2.49.6	5.65	2.32.8	8.18	2.18.4
0.51	3.6.1	3.03	2.50.2	5.56	2.33.6	8.08	2.18.8
0.41	3.6.3	2.94	2.50.2	5.46	2.33.8	7.98	2.19.0
0.32	3.7.5	2.84	2.50.8	5.36	2.34.2	7.88	2.19.4
0.22	3.8.1	2.74	2.51.5	5.27	2.34.8	7.79	2.19.8
0	3.8.2 فأكثر	2.65	2.52.1	5.17	2.35.5	7.69	2.20.2
		2.55	2.52.8	5.07	2.36.6	7.59	2.20.6

المداول المعيارية للاختبارات الرياضية

للبنات

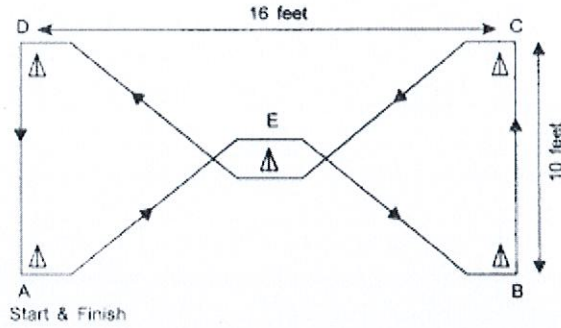
مرفق (٢)

الاختبار الأول: سرعة 50م عدو بنات



الدرجة	الزمن بالثانية	
	الي	من
10.00	6.59	من 6.00
9.44	7.2	7
8.89	7.4	7.21
8.33	8	7.41
7.78	8.2	8.01
7.22	8.4	8.2
6.66	9	8.41
6.11	9.2	9.01
5.55	9.4	9.21
4.99	10	9.41
4.44	10.2	10.01
3.88	10.4	10.21
3.33	11	10.41
2.77	11.2	11.01
2.22	11.4	11.21
1.66	12	11.41
1.10	12.2	12.01
صفر	12.41 فأكثر	

الاختبار الثاني : الرشاقة الجري المتعرجين 5 قوائم بنات



الدرجة	الزمن بالثانية	
	الي	من
10.00	9.08	9.00
9.36	9.18	9.10
8.75	9.28	9.20
8.13	9.38	9.30
7.50	9.48	9.40
6.88	9.58	9.50
6.25	10.08	10.00
5.63	10.18	10.10
5.00	10.28	10.20
4.38	10.38	10.30
3.75	10.46	10.40
3.13	10.56	10.48
2.50	11.06	10.58
1.88	11.16	11.08
1.25	11.34	11.18
0.625	11.42	11.36
صفر	أقل من 11.43	

الاختبار الثالث: المرونة ثني الجذع أماما أسفل - بنات

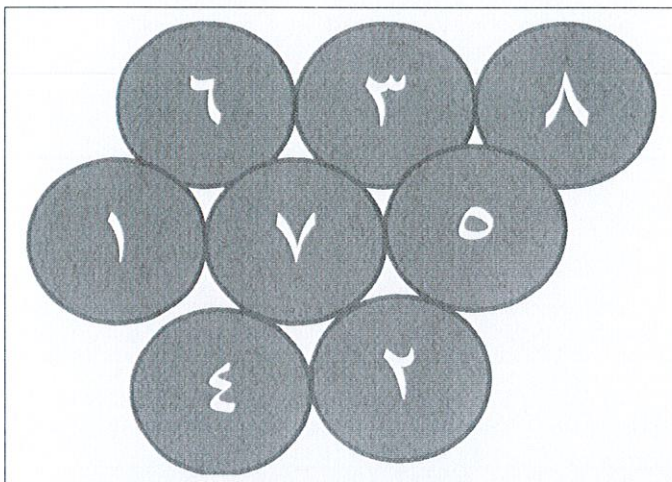
الدرجة المعيارية	المسافة بال / سم	
	الي	من
10.00	+24	+25
9.47	+22	+23
8.95	+20	+21
8.42	+18	+19
7.89	+16	+17
7.37	+14	+15
6.84	+12	+13
6.32	+10	+11
5.79	+8	+9
5.27	+6	+7
4.74	+4	+5
4.21	+2	+3
3.69	0	+1
3.16	-2	-1
2.64	-6	-5
2.11	-8	-7
1.58	-10	-9
1.06	-12	-11
0.53	اقل من-12	



الاختبار الرابع : القدرة الوثب العريض من الثبات بنات



الدرجة المعيارية	المسافة بال/سم
10.00	175
9.52	165
9.05	160
8.57	155
8.09	150
7.60	145
7.14	140
6.67	135
6.19	130
5.72	125
5.24	120
4.76	115
4.29	110
3.81	105
3.34	100
2.86	95
2.38	90
1.90	85
1.42	80
0.95	أقل من 80



الاختبار الخامس: التوافق

اختبار الدوائر المرقمة بنات

الدرجة المعيارية	الزمن بالثواني	الدرجة المعيارية	الزمن بالثواني
4.96	8.00	10	أقل من 6.00
4.73	8.10	9.77	6.10
4.50	8.15	9.55	6.15
4.28	8.20	9.32	6.20
4.05	8.25	9.09	6.25
3.82	8.30	8.87	6.30
3.59	8.35	8.64	6.35
3.37	8.40	8.41	6.40
3.14	8.45	8.18	6.45
2.91	8.50	7.96	6.50
2.69	8.55	7.73	6.55
2.46	9.00	7.45	7.00
2.23	9.10	7.23	7.10
2.00	9.15	6.99	7.15
1.78	9.20	6.77	7.20
1.55	9.25	6.55	7.25
1.32	9.30	6.32	7.30
1.09	9.35	6.09	7.35
0.87	9.40	5.86	7.40
0.64	9.45	5.64	7.45
0.42	9.50	5.40	7.50
0.19	9.55 فأكثر	5.18	7.55

الاختبار السادس :الجلد الدوري التنفسي جري 600م بنات

الدرجة المعيارية	المسافة بال/ق	
	الي	من
10.00	2.19	2
9.26	2.29	2.2
8.52	2.39	2.3
7.77	3.49	2.4
7.04	2.59	2.5
6.29	3.09	3
5.55	3.19	3.1
4.81	3.29	3.2
4.07	3.39	3.3
3.33	3.49	3.4
2.59	3.59	3.5
1.85	4.09	4
1.11	4.19	4.1
0.37	4.29	4.2

