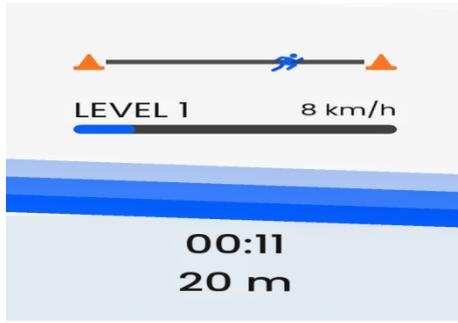


يوم: 2025/01/06

بطارية اختبار مقياس كرة القدم تطبيقي  
السداسي الثالث للسنة الثانية ليسانس ل م د

المدة: ساعة ونصف



1- اختبار السرعة الهوائية القصوى بدون كرة

التنفيذ: يقوم كل طالب بالجري ذهابا وإيابا بين شاهدين  
البعد بينهما 20م

وفق إيقاع صوتي معين يتم ضبطه باستعمال تطبيق الكروني  
بحيث تكون سرعة الانطلاق 8 كم/سا وتبدأ في الزيادة  
التدرجية ب 0,5 (8.5-9-9.5....) كل دقيقة  
ويحاول كل طالب بذل أقصى جهد حتى التوقف

2- اختبار السرعة والسرعة التوافقية والسرعة مع مهارة الجري بالكرة لمسافة 16.60م

التنفيذ: كل طالب يقوم بالجري بأقصى سرعة من نقطة البداية حتى النهاية  
ملاحظة: لكل طالب محاولتين إحداها بالكرة والأخرى دون  
كرة مع احتساب وقت الجري في كلا المحاولتين

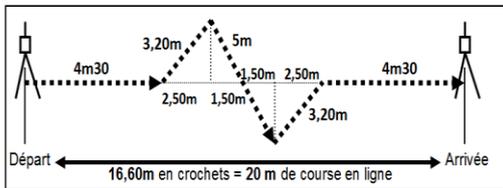


Figure 1 : Test de vitesse, de vitesse-coordination et de vitesse-habilité technique de course avec changement de direction sans et avec ballon.