



كلية التربية الرياضية

المستويات المعيارية لمسابقات الميخان والمضمار
للفرقة الثانية (بنين - بنات) للعبة الحرامي

| ٨٠٠ م/جري (ثانية) | | قذف القرص (متر) | | وثب عالي (متر) | | ١٠٠ م/ح (ثانية) | | ١١٠ م/ح (ثانية) | | المسابقة |
|----------------------|------|--------------------|------|-------------------|------|--------------------|-------|--------------------|-------|----------|
| بنات | بنين | بنات | بنين | بنات | بنين | بنات | بنين | بنات | بنين | الدرجة |
| ٢,٥٠ | ٢,٢٠ | ٣٠ | ٤٠ | ١,٥٠ | ١,٦٥ | ١٩,٠٠ | ١٧,٠٠ | ١٧,٠٠ | ١٧,٠٠ | ١٠ |
| ٢,٥٥ | ٢,٢٥ | ٢٩ | ٣٩ | ١,٤٥ | ١,٦٠ | ١٩,٥٠ | ١٧,٥٠ | ١٧,٥٠ | ١٧,٥٠ | ٩,٥ |
| ٣,٠٠ | ٢,٣٠ | ٢٨ | ٣٨ | ١,٤٠ | ١,٥٥ | ١٩,٧٥ | ١٧,٧٥ | ١٧,٧٥ | ١٧,٧٥ | ٩ |
| ٣,٠٥ | ٢,٣٥ | ٢٧ | ٣٧ | ١,٣٨ | ١,٥٠ | ٢٠,٠٠ | ١٨,٠٠ | ١٨,٠٠ | ١٨,٠٠ | ٨,٥ |
| ٣,١٠ | ٢,٤٠ | ٢٦ | ٣٦ | ١,٣٥ | ١,٤٥ | ٢٠,٢٥ | ١٨,٢٥ | ١٨,٢٥ | ١٨,٢٥ | ٨ |
| ٣,١٥ | ٢,٤٥ | ٢٥ | ٣٥ | ١,٣٤ | ١,٤٠ | ٢٠,٥٠ | ١٨,٥٠ | ١٨,٥٠ | ١٨,٥٠ | ٧,٥ |
| ٣,٢٠ | ٢,٥٠ | ٢٤ | ٣٤ | ١,٣٢ | ١,٣٨ | ٢٠,٧٥ | ١٨,٧٥ | ١٨,٧٥ | ١٨,٧٥ | ٧ |
| ٣,٢٥ | ٢,٥٥ | ٢٣ | ٣٣ | ١,٣٠ | ١,٣٦ | ٢١,٠٠ | ١٩,٠٠ | ١٩,٠٠ | ١٩,٠٠ | ٦,٥ |
| ٣,٣٠ | ٣,٠٠ | ٢٢ | ٣٢ | ١,٢٨ | ١,٣٤ | ٢١,٥٠ | ١٩,٥٠ | ١٩,٥٠ | ١٩,٥٠ | ٦ |
| ٣,٣٥ | ٣,٠٢ | ٢١ | ٣١ | ١,٢٥ | ١,٣٢ | ٢١,٧٥ | ١٩,٧٥ | ١٩,٧٥ | ١٩,٧٥ | ٥,٥ |
| ٣,٤٠ | ٣,٠٤ | ٢٠ | ٣٠ | ١,٢٤ | ١,٣٠ | ٢٢,٠٠ | ٢٠,٠٠ | ٢٠,٠٠ | ٢٠,٠٠ | ٥ |
| ٣,٤٥ | ٣,٠٦ | ١٩ | ٢٩ | ١,٢٢ | ١,٢٨ | ٢٢,٢٥ | ٢٠,٢٥ | ٢٠,٢٥ | ٢٠,٢٥ | ٤,٥ |
| ٣,٥٠ | ٣,٠٨ | ١٨ | ٢٨ | ١,٢٠ | ١,٢٦ | ٢٢,٥٠ | ٢٠,٥٠ | ٢٠,٥٠ | ٢٠,٥٠ | ٤ |
| ٣,٥٥ | ٣,١٠ | ١٧ | ٢٧ | ١,١٨ | ١,٢٤ | ٢٢,٧٥ | ٢٠,٧٥ | ٢٠,٧٥ | ٢٠,٧٥ | ٣,٥ |
| ٤,٠٠ | ٣,١٢ | ١٦ | ٢٦ | ١,١٦ | ١,٢٢ | ٢٣,٠٠ | ٢١,٠٠ | ٢١,٠٠ | ٢١,٠٠ | ٣ |
| ٤,٠٥ | ٣,١٤ | ١٤ | ٢٥ | ١,١٥ | ١,٢٠ | ٢٣,٢٥ | ٢١,٢٥ | ٢١,٢٥ | ٢١,٢٥ | ٢,٥ |
| ٤,١٠ | ٣,١٦ | ١٢ | ٢٠ | ١,١٠ | ١,١٨ | ٢٣,٥٠ | ٢١,٥٠ | ٢١,٥٠ | ٢١,٥٠ | ٢ |
| ٤,١٥ | ٣,١٨ | ١١ | ١٧ | ١,٠٥ | ١,١٦ | ٢٣,٧٥ | ٢١,٧٥ | ٢١,٧٥ | ٢١,٧٥ | ١,٥ |
| ٤,٢٠ | ٣,٢٠ | ١٠ | ١٥ | ١,٠٠ | ١,١٥ | ٢٤,٠٠ | ٢٢,٠٠ | ٢٢,٠٠ | ٢٢,٠٠ | ١ |

صفر = أكبر من ذلك في الزمن أو أقل في المسافة أو الارتفاع

أستاذ المقرر

د.د / خالد وحيد إبراهيم

مخالفة

يحل
محمد بنو
١٧
٢٠٢١



كلية التربية الرياضية

المستويات المعيارية لمسابقات الميدان والمضمار
للفرقة الأولى (بنين - بنات)

| المسابقة | ع/١٠٠٠ (ثانية) | | وثب طويل (متر) | | دفع حلة (متر) | | الدرجة |
|----------|-------------------|-------|-------------------|------|------------------|------|--------|
| | بنين | بنات | بنين | بنات | بنين | بنات | |
| ١٠ | ١٢,٠٠ | ١٤,٠٠ | ٦,٥٠ | ٥,٧٥ | ١٢ | ٨,٠٠ | ١٠ |
| ٩,٥ | ١٢,٢٥ | ١٤,٢٥ | ٦,٢٥ | ٥,٥٠ | ١١,٧٥ | ٧,٧٥ | ٩,٥ |
| ٩ | ١٢,٥٠ | ١٤,٥٠ | ٦,٠٠ | ٥,٢٥ | ١١,٥٠ | ٧,٥٠ | ٩ |
| ٨,٥ | ١٣,٧٥ | ١٥,٧٥ | ٥,٧٥ | ٥,٠٠ | ١١,٢٥ | ٧,٢٥ | ٨,٥ |
| ٨ | ١٣,٠٠ | ١٥,٠٠ | ٥,٥٠ | ٤,٧٥ | ١١,٠٠ | ٧,٠٠ | ٨ |
| ٧,٥ | ١٣,٥٠ | ١٥,٥٠ | ٥,٢٥ | ٤,٥٠ | ١٠,٧٥ | ٦,٧٥ | ٧,٥ |
| ٧ | ١٣,٧٥ | ١٥,٧٥ | ٥,٠٠ | ٤,٢٥ | ١٠,٥٠ | ٦,٥٠ | ٧ |
| ٦,٥ | ١٤,٠٠ | ١٦,٠٠ | ٤,٧٥ | ٤,٠٠ | ١٠,٢٥ | ٦,٢٥ | ٦,٥ |
| ٦ | ١٤,٢٥ | ١٦,٢٥ | ٤,٥٠ | ٣,٧٥ | ١٠,٠٠ | ٦,٠٠ | ٦ |
| ٥,٥ | ١٤,٥٠ | ١٦,٥٠ | ٤,٢٥ | ٣,٥٠ | ٩,٧٥ | ٥,٧٥ | ٥,٥ |
| ٥ | ١٤,٧٥ | ١٦,٧٥ | ٤,٠٠ | ٣,٢٥ | ٩,٥٠ | ٥,٥٠ | ٥ |
| ٤,٥ | ١٥,٠٠ | ١٧,٠٠ | ٣,٧٥ | ٣,٠٠ | ٩,٢٥ | ٥,٢٥ | ٤,٥ |
| ٤ | ١٥,٢٥ | ١٧,٢٥ | ٣,٥٠ | ٢,٧٥ | ٩,٠٠ | ٥,٠٠ | ٤ |
| ٣,٥ | ١٥,٥٠ | ١٧,٥٠ | ٣,٢٥ | ٢,٥٠ | ٨,٧٥ | ٤,٧٥ | ٣,٥ |
| ٣ | ١٥,٧٥ | ١٧,٧٥ | ٣,٠٠ | ٢,٢٥ | ٨,٥٠ | ٤,٥٠ | ٣ |
| ٢,٥ | ١٦,٠٠ | ١٨,٠٠ | ٢,٧٥ | ٢,٠٠ | ٨,٢٥ | ٤,٢٥ | ٢,٥ |
| ٢ | ١٦,٥٠ | ١٨,٥٠ | ٢,٥٠ | ١,٧٥ | ٨,٠٠ | ٤,٠٠ | ٢ |
| ١,٥ | ١٦,٧٥ | ١٨,٧٥ | ٢,٢٥ | ١,٥٠ | ٧,٧٥ | ٣,٧٥ | ١,٥ |
| ١ | ١٧,٠٠ | ١٩,٠٠ | ٢,٠٠ | ١,٢٥ | ٧,٥٠ | ٣,٥٠ | ١ |

صفر = أكبر من ذلك في الزمن أو أقل في المسافة أو الارتفاع

أستاذ المقرر

د.د / خالد وحيد إبراهيم

مما لم

إبراهيم
عبد الوهاب
١٢
١١