|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| المملكـة العـربية السعـودية | ÙØªÙØ¬Ø© Ø¨Ø­Ø« Ø§ÙØµÙØ± Ø¹Ù Ø´Ø¹Ø§Ø± ÙØ²Ø§Ø±Ø© Ø§ÙØªØ¹ÙÙÙ Ø®ÙÙÙØ© Ø´ÙØ§ÙØ© | المادة: التربية البدنية و الدفاع عن النفس  |
| وزارة التعليم | الصف : الأول المتوسط  |
| الإدارة العامة للتعليم بـ .................. |  |
| مدرسة: ............... |  |
| أسئلة اختبار منتصف الفصل الدراسي الثالث من العام الدراسي 1445هـ |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **اسم الطالب / ة** | **.........................** | **الصف** | **.........** | **الدرجة المستحقة** |  |
| **5**  |

|  |
| --- |
| **السؤال الأول : اختار/ ي الإجابة الصحيحة لكل مما يلي بوضع علامة ( ✓ ) :** |
|  | **عند أداء وقفة الاستعداد في الدفاع في كرة اليد يكون النظر موجه إلى الشبكة ؟**  |
|  | **صح**  |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **عند أداء التصويب من مستوى الحوض في كرة اليد يكون استقبال المهاجم للكرة باليدين والتحرك ناحية الذراع الرامية مع أخذ خطوة بالقدم اليمنى للإمام يعقبها خطوة بالقدم اليسرى ( قدم الارتكاز ) ؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **ملعب كرة اليد أن يكون مستطيلا بطول ( 30 ) م و بعرض ( 20 ) م ؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **في كرة الريشة الطائرة يكون الملعب فيها مستطيل الشكل وينقسم إلى نصفين بواسطة الشبكة وفي الغالب يخطط لكلا الفئتين من اللاعبين ( الفردي الزوجي ) ؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **تؤدى المسكة الأمامية في كرة الريشة الطائرة بلف أصابع اليد القابضة على موقع القبضة بكل يسر و توتر . ؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **تؤدى المسكة الخلفية في كرة الريشة الطائرة بثني مرفق اليد القابضة نحو الجسم للاستعداد لأداء الضربة . ؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **عند أداء وقفة الاستعداد في كرة الريشة الطائرة يكون توزيع ثقل الجسم على القدمين مع ميل الجسم قليلا إلى الخلف .؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **عند أداء الإرسال يراعى أرجحة اليد الضاربة بسرعة من الخلف للأمام لتضرب الريشة من الأسفل إلى الأعلى و للأمام على شكل قوس منخفض لتمر من تحت الشبكة .؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **لا يجب على لاعبين تغير مناطق الإرسال الخاصة بهم حتى كسب نقطة .؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
| **10.**  | **تمنح رمية حارس المرمى في كرة اليد عند دخول لاعب الفريق المنافس منطقة المرمى بمخالفة . ؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| المملكـة العـربية السعـودية | ÙØªÙØ¬Ø© Ø¨Ø­Ø« Ø§ÙØµÙØ± Ø¹Ù Ø´Ø¹Ø§Ø± ÙØ²Ø§Ø±Ø© Ø§ÙØªØ¹ÙÙÙ Ø®ÙÙÙØ© Ø´ÙØ§ÙØ© | المادة: التربية البدنية و الدفاع عن النفس  |
| وزارة التعليم | الصف : الأول المتوسط  |
| الإدارة العامة للتعليم بـ .................. |  |
| مدرسة: ............... |  |
| أسئلة اختبار منتصف الفصل الدراسي الثالث من العام الدراسي 1445هـ |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **اسم الطالب / ة** | **.........................** | **الصف** | **.........** | **الدرجة المستحقة** |  |
| **5**  |

|  |
| --- |
| **السؤال الأول : اختار/ ي الإجابة الصحيحة لكل مما يلي بوضع علامة ( ✓ ) :** |
|  | **عند أداء وقفة الاستعداد في الدفاع في كرة اليد يكون النظر موجه إلى الشبكة ؟**  |
|  | **صح**  |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **عند أداء التصويب من مستوى الحوض في كرة اليد يكون استقبال المهاجم للكرة باليدين والتحرك ناحية الذراع الرامية مع أخذ خطوة بالقدم اليمنى للإمام يعقبها خطوة بالقدم اليسرى ( قدم الارتكاز ) ؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **ملعب كرة اليد أن يكون مستطيلا بطول ( 30 ) م و بعرض ( 20 ) م ؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **في كرة الريشة الطائرة يكون الملعب فيها مستطيل الشكل وينقسم إلى نصفين بواسطة الشبكة وفي الغالب يخطط لكلا الفئتين من اللاعبين ( الفردي الزوجي ) ؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **تؤدى المسكة الأمامية في كرة الريشة الطائرة بلف أصابع اليد القابضة على موقع القبضة بكل يسر و توتر . ؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **تؤدى المسكة الخلفية في كرة الريشة الطائرة بثني مرفق اليد القابضة نحو الجسم للاستعداد لأداء الضربة . ؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **عند أداء وقفة الاستعداد في كرة الريشة الطائرة يكون توزيع ثقل الجسم على القدمين مع ميل الجسم قليلا إلى الخلف .؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **عند أداء الإرسال يراعى أرجحة اليد الضاربة بسرعة من الخلف للأمام لتضرب الريشة من الأسفل إلى الأعلى و للأمام على شكل قوس منخفض لتمر من تحت الشبكة .؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **لا يجب على لاعبين تغير مناطق الإرسال الخاصة بهم حتى كسب نقطة .؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
| **10.**  | **تمنح رمية حارس المرمى في كرة اليد عند دخول لاعب الفريق المنافس منطقة المرمى بمخالفة . ؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **المملكة العربية السعودية****وزارة التعليم****الإدارة العامة للتعليم بمنطقة****مكتب التعليم****مدرسة** | a.png |  **المـــادة :** **الصـف :** **الفتــــرة :** **الزمــــن :**  |

|  |
| --- |
|  D:\تربية بدنية ابتدائي\شعار القناة\الشعار الجديد\1-1.png |

 |
| **أسئلة اختبار الفصل الدراسي الثالث (أول متوسط) العام الدراسي 1444/1445هـ** |
| **اسم الطالب/ـه/ رقم الجلوس/**  |
| **المصحح:** | **التوقيع:** | **المراجع:** | **التوقيع:** |

**اختار الإجابة الصحيحة :**

|  |
| --- |
| **1 – تعد الرمية ......................من أسهل أنواع التصويبات في كرة السلة:** |
| **( أ ) الحرة**  | **( ب ) السلمية**  | **( ج ) المرتدة**  |
| **2 – يجب الحرص على تشجيع الطفل على شرب .............. من الماء يومياً :** |
| **( أ ) 6-8 أكواب** | **( ب ) 1-2  كوب** | **( ج ) 10-12كوب** |
| **3 - هي سرعة تغيير أوضاع الجسم أو تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء :** |
| **( أ ) الرشاقة** | **( ب ) المرونة** | **( ج ) التوافق** |
| **4 - ............ هو قدرة العضلات على أداء جهد متعاقب وهي القدرة على المثابرة في الأنشطة اليومية :** |
| **( أ ) قوة عضلات البطن** | **( ب ) القوة العضلية** | **( ج) القدرة العضلية** |
| **5- ............ هي قدرة المفاصل العملية التي ينتج عنها أداء الحركة من خلال المدى الكامل لها**  |
| **( أ ) الرشاقة**  | **( ب) المرونة** | **( ج ) الاتزان** |

**ضع علامة ( 🗸 ) أمام الإجابة الصحيحة و علامة ( X ) أمام الإجابة الخاطئة :**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **في نهاية التمريرة المرتدة يتم تقدم أحد القدمين أماماً لمتابعة حركة الدفع ؟** |  |
| **2** | **في الرمية الحرة يكون النظر إلى حلقة السلة والقدمان متجاورتان والركبتان مثنيتان قليلاً**  |  |
| **3** | **تستمر سيطرة الفريق عندما يكون لاعب من ذلك الفريق مسيطراً على كرة حية ؟** |  |
| **4** | **يعتمد المقدار الصحيح من الغذاء على الجنس والطول والعمر ونمط الحياة ؟** |  |
| **5** | **من وظائف الغذاء في الجسم توفير المواد اللازمة لصنع وإنتاج هرمونات الجسم؟** |  |

**انتهت الأسئلة ,,, أتمنى لكم التوفيق والنجاح ,, الأستاذ/**