|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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 : الثالث المتوسط  |
| الإدارة العامة للتعليم بـ .................. |  |
| مدرسة: ............... |  |
| أسئلة اختبار منتصف الفصل الدراسي الثالث من العام الدراسي 1445 هـ |

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

|  |
| --- |
| **السؤال الأول : اختار/ ي الإجابة الصحيحة لكل مما يلي بوضع علامة ( ✓ ) :** |
|  |  **تعتبر مهارة حائط الصد في كرة اليد من المهارات الهجومية المميزة ؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **عند أداء دفاع حائط الصد في كرة اليد يكون وضع المدافع مقابل للمهاجم دون الاحتكاك به ؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **عند أداء مهارة الكرة الساقطة في كرة الريشة الطائرة براعى مسك المضرب بطريقة القبضة الخلفية ؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **تستخدم مهارة التصويب من الوثب لأعلى للتخلص من الجدار الدفاعي ؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **تؤدى التصويبة السلمية من الوثب للأمام بمسك الكرة أسفل ........... ؟**  |
|  | **الحوض**  |  | **الصدر**  |  | **الرأس** |  |  |
|  | **الإيقاف دقيقتين في كرة اليد هو العقوبة المناسبة للسلوك الغير الرياضي الجسيم من قبل اللاعب أو ادراي الفريق داخل أو خارج الملعب ؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **تؤدى الضربة الساحقة بوجه وظهر المضرب في كرة الريشة الطائرة من الوقوف على أمشاط قدم الارتكاز لحظة الضرب لزيادة الطول .؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **عند أداء الإرسال العالي في كرة الريشة الطائرة يكون مسك المضرب برسغ مثني للداخل بحيث يكون رأس المضرب متجها للخارج و الخلف .؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **الإنذار في كرة اليد هو العقوبة المناسبة للأخطاء التي يجب معاقبتها تصاعديا .؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
| **10.**  | **تكون الريشة في كرة الريشة الطائرة متوقفة عن اللعب إذا حدث ( خطأ ) أو إعادة ؟** |
|  | **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 : الثالث المتوسط  |
| الإدارة العامة للتعليم بـ .................. |  |
| مدرسة: ............... |  |
| أسئلة اختبار منتصف الفصل الدراسي الثالث من العام الدراسي 1445 هـ |

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

|  |
| --- |
| **السؤال الأول : اختار/ ي الإجابة الصحيحة لكل مما يلي بوضع علامة ( ✓ ) :** |
|  |  **تعتبر مهارة حائط الصد في كرة اليد من المهارات الهجومية المميزة ؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **عند أداء دفاع حائط الصد في كرة اليد يكون وضع المدافع مقابل للمهاجم دون الاحتكاك به ؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **عند أداء مهارة الكرة الساقطة في كرة الريشة الطائرة براعى مسك المضرب بطريقة القبضة الخلفية ؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **تستخدم مهارة التصويب من الوثب لأعلى للتخلص من الجدار الدفاعي ؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **تؤدى التصويبة السلمية من الوثب للأمام بمسك الكرة أسفل ........... ؟**  |
|  | **الحوض**  |  | **الصدر**  |  | **الرأس** |  |  |
|  | **الإيقاف دقيقتين في كرة اليد هو العقوبة المناسبة للسلوك الغير الرياضي الجسيم من قبل اللاعب أو ادراي الفريق داخل أو خارج الملعب ؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ**  |  |  |  |  |
|  | **تؤدى الضربة الساحقة بوجه وظهر المضرب في كرة الريشة الطائرة من الوقوف على أمشاط قدم الارتكاز لحظة الضرب لزيادة الطول .؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **عند أداء الإرسال العالي في كرة الريشة الطائرة يكون مسك المضرب برسغ مثني للداخل بحيث يكون رأس المضرب متجها للخارج و الخلف .؟** |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
|  | **الإنذار في كرة اليد هو العقوبة المناسبة للأخطاء التي يجب معاقبتها تصاعديا .؟**  |
|  | **صح** |  | **خطأ** |  |  |  |  |
| **10.**  | **تكون الريشة في كرة الريشة الطائرة متوقفة عن اللعب إذا حدث ( خطأ ) أو إعادة ؟** |
|  | **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 (ثالث متوسط) العام الدراسي 1444/1445هـ** |
| **اسم الطالب/ـه/ رقم الجلوس/**  |
| **المصحح:** | **التوقيع:** | **المراجع:** | **التوقيع:** |

**اختار الإجابة الصحيحة :**

|  |
| --- |
| **1 – ............. هي قدرة المفاصل العملية التي ينتج عنها أداء الحركة من خلال المدى الكامل لها :** |
| **( أ ) التوافق**  | **( ب ) المرونة**  | **( ج ) الرشاقة**  |
| **2 – ........... يختلف احتياج الفرد من السعرات باختلاف الوزن والطول مما يتطلب إعادة النظر في السعرات الحرارية المستهلكة**  |
| **( أ ( العمر** | **( ب ) كتلة الجسم** | **( ج ) جميع الاجابات خاطئة** |
| **3 - هي القدرة على التوافق الجيد للحركات التي يقوم بها الفرد سواءً جميع أجزاء جسمه أو جزء منه:** |
| **( أ ) الاتزان** | **( ب ) الرشاقة** | **( ج ) التوافق** |
| **4 - .............. هو قدرة العضلات على أداء جهد متعاقب ؟:** |
| **( أ ) القوة العضلية** | **( ب ) قوة عضلات البطن** | **( ج) القدرة العضلية** |
| **5- ............ هي قدرة الجسم على إنتاج قوة عضلية تتميز بالسرعة** |
| **( أ ) المرونة**  | **( ب) القدرة العضلية** | **( ج ) الاتزان** |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **التصويب من الحركة هو عملية دفع الكرة باتجاه السلة باستخدام ذراع أو ذراعين من الثبات أو القفز ؟** |  |
| **2** | **الخداع بكرة السلة يهدف إلى تهيئة الفرص للاعب المهاجم المسيطر على الكرة للقيام بالتنطيط التمرير القطع أو التصويب** |  |
| **3** | **الهدف من المحاورة من خلف الظهر هو التخلص من مراقبة المنافس أثناء قيام اللاعب بالمحاورة ؟** |  |
| **4** | **تبدأ فترة الوقت المستقطع عندما يطلق الحكم صافرته ويعطي إشارة الوقت المستقطع ؟** |  |
| **5** | **يختلف احتياج السعرات الحرارية حسب كتلة الجسم والعمر والجنس والنشاط البدني ؟** |  |

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