|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 (ثاني ابتدائي) العام الدراسي 1444/1445هـ** |
| **اسم الطالب/ـه/ رقم الجلوس/**  |
| **المصحح:** | **التوقيع:** | **المراجع:** | **التوقيع:** |

**اختار الإجابة الصحيحة :**

|  |
| --- |
| **1 – هو القدرة على الاحتفاظ بوضع الجسم أثناء الثبات أو الحركة.** |
| **( أ ) الاتزان**  | **( ب ) اللعب**  | **( ج ) النشاط**  |
| **2 – من العوامل المؤثرة في الاتزان:** |
| **( أ ) الوراثة .** | **( ب ) مركز الثقل** | **( ج ) جميع الاجابات صحيحة** |
| **3 – قلة السعرات الحرارية تؤدي إلى.......** |
|  **( أ ) النحافة** | **( ب ) زيادة الوزن** | **( ج ) جميع الاجابات خاطئة** |
| **4 – من مميزات الغذاء الصحي:** |
| **( أ ) التوازن** | **( ب ) كثير الدهون** | **( ج) لاشي مما ذكر** |
| **5- يمد الإنسان بالعديد من الفوائد سواء تحسين وظائف الجهاز الهضمي أو تخليص الجسم من السموم:**  |
| **( أ ) الماء**  | **( ب) الجلوس الطويل** | **( ج ) الاتزان** |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **الغذاء الصحي يوفر الاحتياجات اليومية من السعرات الحرارية والمجموعات الغذائية** |  |
| **2** | **مهارة الوقوف على الكتفين من مهارات كرة القدم** |  |
| **3** | **مهارة إرسال الكرة باليد من المهارات الحركية الأساسية التي تتطلب تحكم وسيطرة** |  |
| **4** | **تبدأ مهارة التسلق من وضع الوقوف المواجه للحبال المعلقة** |  |
| **5** | **التوافق هو القدرة على التنسيق بين حركات أجزاء الجسم المختلفة**  |  |

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