

تم تحميل وعرض المادة من



موقع مادتي هو موقع تعليمي يعمل على مساعدة المعلمين والطلاب وأولياء الأمور في تقديم حلول الكتب المدرسية والاختبارات وشرح الدروس والملاحظات والتحاير وتوزيع المنهج لكل المراحل الدراسية بشكل واضح وسهل مجاناً بتصفح وعرض مباشر أونلاين وتحميل على موقع مادتي

حمل تطبيق مادتي ليصلك كل جديد



أسئلة اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس ( الفترة الأولى ) للصف خامس ابتدائي الفصل الثاني لعام ١٤٤٧ هـ

اسم الطالب : ..... : الصف : .....

السؤال الأول : ضع /ي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

( )	1	تعد رياضة المشي وسيلة لتحسين اللياقة البدنية والحفاظ على الصحة والحد من التوتر.
( )	2	يتكون التنفس من شهيق وزفير.
( )	3	من فوائد المشي حرق السعرات الحرارية الزائدة.
( )	4	تظهر زيادة سرعة التنفس في شكل زيادة معدل سرعة الشهيق والزفير.
( )	5	تؤدي مهارة تمرير الكرة بالأصابع للأمام من الوقوف الوضع أماماً وقوف مع تأخر إحدى القدمين.

السؤال الثاني : اختار/ي الإجابة الصحيحة فيما يلي :

1	أ	الرأس	ب	الجبهة	ج	السرعة	في مهارة تمرير الكرة بالأصابع للأمام يكون وضع اليدين متجاورتين أمام ..... مع فرد الأصابع وتباعدها.
2	أ	الأمامية	ب	الخلفية	ج	لا شيء مما ذكر	في مهارة الإرسال المواجه من أسفل تمسك الكرة باليد أمام الفخذ للرجل .....
3	أ	للأعلى	ب	للخلف	ج	جميع ما ذكر صحيح	أثناء أداء مهارة تمرير الكرة بالأصابع للأمام يتم متابعة حركة التمرير بمد الركبتين ..... ومد الذراعين للأمام.
4	أ	الرأس	ب	الكتف	ج	الكرة	ترمي الكرة باليد الحرة بارتفاع ..... تقريباً.
5	أ	المفاصل	ب	قوة العضلات	ج	جميع ما ذكر صحيح	من فوائد المشي الحفاظ على مرونة ..... و .....

انتهت الأسئلة مع تمنياتي لكم بالتوفيق  
معلم/ة المادة :

نموذج إجابة أسئلة اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس ( الفترة الأولى ) للصف خامس ابتدائي الفصل الثاني لعام ١٤٤٧ هـ

اسم الطالب : ..... : الصف : .....

السؤال الأول : ضع /ي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

١	تعد رياضة المشي وسيلة لتحسين اللياقة البدنية والحفاظ على الصحة والحد من التوتر.	( ✓ )
٢	يتكون التنفس من شهيق وزفير.	( ✓ )
٣	من فوائد المشي حرق السعرات الحرارية الزائدة.	( ✓ )
٤	تظهر زيادة سرعة التنفس في شكل زيادة معدل سرعة الشهيق والزفير.	( ✓ )
٥	تؤدي مهارة تمرير الكرة بالأصابع للأمام من الوقوف الوضع أماماً وقوف مع تأخر إحدى القدمين.	( ✗ )

السؤال الثاني : اختار/ي الإجابة الصحيحة فيما يلي :

١	في مهارة تمرير الكرة بالأصابع للأمام يكون وضع اليدين متجاورتين أمام ..... مع فرد الأصابع وتباعدها.	أ	الرأس	ب	الجبهة	ج	السرعة
٢	في مهارة الإرسال المواجه من أسفل تمسك الكرة باليد أمام الفخذ للرجل .....	أ	الأمامية	ب	الخلفية	ج	لا شيء مما ذكر
٣	أثناء أداء مهارة تمرير الكرة بالأصابع للأمام يتم متابعة حركة التمير بمد الركبتين ..... ومد الذراعين للأمام.	أ	للأعلى	ب	للخلف	ج	جميع ما ذكر صحيح
٤	ترمي الكرة باليد الحرة بارتفاع ..... تقريباً.	أ	الرأس	ب	الكتف	ج	الكرة
٥	من فوائد المشي الحفاظ على مرونة ..... و .....	أ	المفاصل	ب	قوة العضلات	ج	جميع ما ذكر صحيح