

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 والتحضير وتوزيع المنهج لكل المراحل الدراسية بشكل واضح وسهل مجاناً

حمل تطبيق مادتي ليصلك كل جديد



الصف /

الاسم :

السؤال الأول : اختر الإجابة الصحيحة

كلما زاد الجهد البدني الذي يقوم به الجسم							1
أ	زيادة عملية التنفس	ب	لا يتغير شي	ج	قلة عملية التنفس		
محصلة القوى المؤثرة تساوي صفراً وهذا يعني ان الجسم يكون ساكناً							2
أ	التوافق	ب	الاتزان	ج	السرعة		
لتنمية التوافق يتم المشاركة في سباق: الجري المتعرج مع تنطيط الكرة							3
	صواب	ب	خطأ	ج	لا شي مما ذكر		
قدرة مفاصل الجسم على الحركة بسهولة الى مدى بعيد							4
أ	المرونة	ب	الاتزان	ج	القدرة العضلية		
عند تمرير الكرة باليدين من اسفل يجب متابعتها بحركة اليدين بعد تركها							5
أ	صواب	ب	خطأ				
يراعى عند أداء السحب							6
أ	ميل الجسم اماما	ب	اصطدام الداة المسحوبة بالجسم	ج	ميل الجسم خلفا		
يتكون التنفس من شهيق وزفير							7
أ	صواب	ب	خطأ				
تقاس المرونة عن طريق اختبار مد الذراعين أماما من وضع الجلوس طويلاً باستخدام صندوق المرونة							9
أ	صواب	ب	خطأ				
في الانزلاق الصحيح من الجري تهبط القدمان معا							10
أ	صواب	ب	خطأ				
من انواع الرشاقة : رشاقة عامة ، رشاقة خاصة							11
أ	صواب	ب	خطأ				
الرشاقة ليست من عناصر اللياقة البدنية							12
أ	صواب	ب	خطأ				

نموذج الاجابة

اختبار منتصف الفصل الدراسي الأول
التربية البدنية



الاسم :

السؤال الأول : اختر الإجابة الصحيحة

كلما زاد الجهد البدني الذي يقوم به الجسم	1	أ	زيادة عملية التنفس	ب	لا يتغير شي	ج	قلة عملية التنفس
محصلة القوى المؤثرة تساوي صفراً وهذا يعني ان الجسم يكون ساكناً	2	أ	التوافق	ب	الاتزان	ج	السرعة
لتنمية التوافق يتم المشاركة في سباق: الجري المتعرج مع تنطيط الكرة	3		صواب	ب	خطأ	ج	لا شي مما ذكر
قدرة مفاصل الجسم على الحركة بسهولة الى مدى بعيد	4	أ	المرونة	ب	الاتزان	ج	القدرة العضلية
عند تمرير الكرة باليدين من اسفل يجب متابعتها بحركة اليدين بعد تركها	5	أ	صواب	ب	خطأ		
يراعى عند أداء السحب	6	أ	ميل الجسم اماما	ب	اصطدام الداة المسحوبة بالجسم	ج	ميل الجسم خلفا
يتكون التنفس من شهيق وزفير	7	أ	صواب	ب	خطأ		
تقاس المرونة عن طريق اختبار مد الذراعين أماماً من وضع الجلوس طويلاً باستخدام صندوق المرونة	9	أ	صواب	ب	خطأ		
في الانزلاق الصحيح من الجري تهبط القدمان معا	10	أ	صواب	ب	خطأ		
من انواع الرشاقة : رشاقة عامة ، رشاقة خاصة	11	أ	صواب	ب	خطأ		
الرشاقة ليست من عناصر اللياقة البدنية	12	أ	صواب	ب	خطأ		

أسئلة اختبار منتصف الفصل الدراسي الأول (ثاني ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٦ / ١٤٤٧ هـ

اسم الطالب /

رقم الجلوس /

التوقيع:

المراجع:

التوقيع:

المصحح:

السؤال الأول:

(A) ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة فيما يلي:

()	1) كلما زاد الجهد البدني الذي يقوم به الجسم زادت سرعة التنفس.
()	2) يتم الشهيق في طرد الهواء من الرئتين للخارج.
()	3) الانزلاق مهارة حركية أساسية غير انتقالية تتميز بالانسيابية والبراعة العالية.
()	4) حركة الوقوف من وضع جلوس التريباع والذراعان ممتدتان أماماً لا تعتبر من مهارة الثبات والاتزان.
()	5) تبدأ مهارة تمرير الكرة من أسفل من وضع الجري.
()	6) يتم متابعة حركة اليدين للكرة للأمام بعد تركها
()	7) ترجع الزيادة في سرعة التنفس إلى زيادة احتياج الجسم لكميات أكبر من الهواء.
()	8) بيئة النشاط هي جميع المرافق الرياضية التي تطبق فيها الفعاليات الرياضية.
()	9) تدخل حركة السحب في كثير من الألعاب الصغيرة والأنشطة الرياضية.
()	10) يعتبر الانزلاق مزيجاً بين الخطوة والحجلة بالتبادل بين القدمين.

الأستاذ /

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ,,

انتهت الأسئلة ,,



التربية البدنية والصحية
saspoort.com

نموذج الإجابة

الزمن —
:

نموذج إجابة أسئلة اختبار منتصف الفصل الدراسي الأول (ثاني ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٦/١٤٤٧ هـ

اسم الطالب/

رقم الجلوس/

التوقيع:

المراجع:

التوقيع:

المصحح:

السؤال الأول:

(A) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة فيما يلي:

(✓)	1) كلما زاد الجهد البدني الذي يقوم به الجسم زادت سرعة التنفس.
(x)	2) يتم الشهيق في طرد الهواء من الرئتين للخارج.
(x)	3) الانزلاق مهارة حركية أساسية غير انتقالية تتميز بالانسيابية والبراعة العالية.
(✓)	4) حركة الوقوف من وضع جلوس التربع والذراعان ممتدتان أماماً لا تعتبر من مهارة الثبات والاتزان.
(x)	5) تبدأ مهارة تمرير الكرة من أسفل من وضع الجري.
(✓)	6) يتم متابعة حركة اليدين للكرة للأمام بعد تركها
(✓)	7) ترجع الزيادة في سرعة التنفس إلى زيادة احتياج الجسم لكميات أكبر من الهواء.
(✓)	8) بيئة النشاط هي جميع المرافق الرياضية التي تطبق فيها الفعاليات الرياضية.
(✓)	9) تدخل حركة السحب في كثير من الألعاب الصغيرة والأنشطة الرياضية.
(✓)	10) يعتبر الانزلاق مزيجاً بين الخطوة والحجلة بالتبادل بين القدمين.

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ،،

انتهت الأسئلة ،،،

موقع
مادنتري