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

**اختار الإجابة الصحيحة :**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1 – تقاس القوة العضلية عن طريق ....................... :** | | |
| **( أ ) قوة عضلات الذراعين** | **( ب ) الحزام الصدري** | **( ج ) جميع ما ذكر** |
| **2 – هي عدم قدرة الفرد في التحمل وعملها بصورة متكررة :** | | |
| **( أ ) قوة عضلات البطن** | **( ب ) الوثب الطويل** | **( ج ) القوة العضلية** |
| **3 - تقاس قوة عضلات البطن باختبار :** | | |
| **( أ ) الجلوس من الرقود** | **( ب ) الوثب العالي** | **( ج ) جهاز الترمومتر** |
| **4 - ................. هي سرعة تغيير أوضاع الجسم أو تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء:** | | |
| **( أ ) الرشاقة** | **( ب ) التوازن** | **( ج) السرعة** |
| **5 – يجب إنهاء النشاط البدني دائماً بعمل........ مناسبة لطبيعة النشاط ولحالة الجو ولمدة ممارسة النشاط:** | | |
| **( أ ) تهدئة** | **( ب) نشاط** | **( ج ) لا شيء مما ذكر** |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **عند مسك المضرب بالطريقة الأسيوية يستخدم وجه واحد من المضرب لأداء الضربات** |  |
| **2** | **يمثل الإحماء الجزء التمهيدي أو المدخل لأداء أي نشاط بدني** |  |
| **3** | **يتم أداء الارسال بوجه المضرب الخلفي برمي الكرة إلى أعلى في اتجاه رأسي** |  |
| **4** | **عند أداء مهارة الوقوف على اليدين تدفع الأرض بالرجل الممدودة** |  |
| **5** | **يتم وضع الرجل الحرة على الأرض مع عدم ثني الجذع باتجاهها على بعد 50 سم منها** |  |

**انتهت الأسئلة ,,, ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ,, الأستاذ/**