

المادة :
الصف :
التاريخ :



المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
إدارة التعليم بمحافظة
مدرسة

اختبار التربية البدنية - رابع ابتدائي

اسم الطالب	رقم الجلوس	الدرجة	
------------	-------	------------	-------	--------	--

السؤال الأول :

٣

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

(√)	(١) وقفة الاستعداد : هي أولى المهارات التي يجب تعليمها للاعبين في كرة السلة ؟
(√)	(٢) يعتبر مسك الكرة من اهم المبادئ الأساسية في رياضة كرة السلة ؟
(√)	(٣) سرعة رد الفعل : يقصد بها سرعة التحرك لأداء حركة نتيجة ظهور موقف أو مثير معين ؟
(√)	(٤) تقاس القوة العضلية عن طريق قوة عضلات الكتفين
(√)	(٥) عند أداء وقفة الاستعداد في كرة الطاولة يكون الوقوف بعيداً عن الحد النهائي للطاولة بمسافة (٦٠سم) ؟
(√)	(٦) الرشاقة الخاصة : هي القدرة المتنوعة في متطلبات المهارة للنشاط الذي يمارسه الفرد ؟

السؤال الثاني :

٢

ضع الرقم من العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب) فيما يلي :

الرقم	العمود (أ)	العمود (ب)
(١)	يقصد بها سرعة التحرك من مكان إلى مكان آخر في أقصر زمن ممكن ؟	المرونة
(٢)	هي قدرة المفاصل العملية التي ينتج عنها أداء الحركة من خلال المدى الكامل لها ؟	القوة العضلية
(٣)	هي سرعة تغيير أوضاع الجسم أو تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء ؟	سرعة الانتقال
(٤)	هي أقصى قوة يمكن أن تنتج عن وجود عضلة واحدة أو مجموعة كبيرة من العضلات التي توجد في الجسم ؟	الرشاقة
(٥)		التوازن

انتهت الأسئلة

مع تمنياتي لكم بالنهيف والنجاح ،،،،،،

الأستاذ/.....