



# موقع اجاباتكم

## Google

للمزيد اكتب  
في جوجل

موقع اجاباتكم

موقع اجاباتكم التعليمي يوفر كل ما يحتاجه الطالب  
والمعلم من حلول الكتب توزيع المنهج. اختبارات  
نهائية وفترية ملخصات. أوراق عمل والكثير .....

نموذج اجابة أسئلة اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس (الفترة الثانية) للصف ثانى متوسط الفصل الأول لعام ١٤٤٧ هـ

اسم الطالب: ..... الصف: .....

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

( ✓ )	تعتبر الضربة الطائرة الخلفية في التنس الارضي من أهم الضربات التي تساعد على الفوز بالمباراة .	١
( ✓ )	يعتبر الإرسال من أعلى من أكثر أنواع الإرسال استخداماً في كرة الطائرة.	٢
( ✓ )	تنمو اللياقة القلبية التنفسية من خلال الأنشطة البدنية الهوائية.	٣
( ✓ )	من العوامل المؤثرة في الرشاقة الوزن الزائد .	٤
( ✓ )	الإحماء هو إعداد الطالب للنشاط البدني سواء كان للمنافسة أو للصحة أو غيرها من الأنشطة.	٥
( ✓ )	من أنواع المسكات في التنس الأرضي ( مسكة المضرب الغربية ) .	٦
( ✓ )	رياضة قذف القرص هي إحدى مسابقات الميدان يتم فيها رمي القرص من داخل دائرة لأبعد مسافة ممكنة	٧
( ✓ )	يؤدي الإرسال من الأعلى المواجه من الوقوف الوضع أماماً.	٨
( ✓ )	في مهارة الاستقبال بساعد اليد الداخلي من الجانب تكون اليدان والساعدان معاً وبالتالي التوازي مع الفخذين.	٩
( ✓ )	يلتقي أصبعاً السبابية والإبهام عند استعمال الضربة الأمامية والإرسال اللوبي.	١٠

## موقعكم اجاباتكم

السؤال الثاني : اختار/ي الإجابة الصحيحة فيما يلي :

١	بواسطة الجهاز الدوري لأجزاء الجسم المختلفة.	أ	اللياقة القلبية التنفسية	الرشاقة	ج	السرعة
٢	هي قدرة الجسم أو أجزاء منه على تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء مصحوباً بالسرعة والدقة	أ	الرشاقة	السرعة	ج	لا شيء مما ذكر
٣	في مهارة الإرسال من الأعلى المواجه يتم رمي الكرة لأعلى أمام الجسم بارتفاع فوق كتف الذراع .....	أ	الحركة	الضاربة	ج	جميع ما ذكر صحيح
٤	من أنواع السرعة :	أ	سرعة الانتقال	سرعة الحركة	ج	جميع ما ذكر صحيح
٥	في المسكة الغربية للمضرب يشكل أصبع الإبهام مع السبابية والأصابع الأخرى رقم .....	أ	ب	ج	ج	لا شيء مما ذكر

السؤال الثالث / ضع/ي الإجابة الصحيحة من بين الكلمات التالية فيما يلي :

( السرعة - الإرسال من الأعلى المواجه - الاستقبال بساعد اليد الداخلي من الجانب - الإرسال المستقيم من أعلى - الضربة الطائرة )

١- أثناء أداء مهارة .. **الضربة الطائرة الخلفية**. يتم سحب الذراع الحاملة للمضرب للخلف باتجاه الكتف الأيسر أو الأيمن.

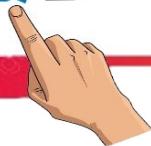
٢- في مهارة .**الإرسال المستقيم من أعلى**. يلتقي المضرب بالكرة عندما تكون بحالة انخفاض.

٣- في مهارة .. **الاستقبال بساعد اليد الداخلي من الجانب**.. يتم امتصاص القوة المصاحبة للكرة مع نقل وزن الجسم للأمام.

٤- في مهارة .**الإرسال من الأعلى المواجه**.. تبقى الذراع الضاربة مفرودة بعد ضرب الكرة.

٥- .....**السرعة**..... هي سرعة الانقباضات العضلية عند أداء حركي معين.

للمزيد من الاختبارات اضغط هنا



انتهت الأسئلة مع تمنياتي لكم بال توفيق

معلم/ة المادة :