



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 إجابة أسئلة اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس (الفترة الثانية) للصف رابع ابتدائي الفصل الأول لعام ١٤٤٧ هـ

الصف
الطالب :

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

(✓)	تستخدم مسكة المضرب الأمامية للضربات الأمامية.	١
(✓)	تم تنمية السرعة بتدريبات السرعة المختلفة مثل العدو لمسافة ٣٠ - ٤٠ - ٥٠ متراً.	٢
(✓)	في مسكة المضرب الأمامية يحرك المضرب إلى اتجاهات مختلفة بواسطة تحريك مفصل رسم الخط لضرب الكرة	٣
(✓)	في مسكة المضرب الخلفية يوضع الإيهام على عنق المضرب لزيادة القوة والتحكم في اتجاه المضرب.	٤
(✓)	تؤدي وقفه الاستعداد من الوقوف بفتح الرجلين باتساع الكتفين مع ثني خفيف في مفصلي الركبتين.	٥
(✓)	في وقفه الاستعداد يكون النظر متوجهًا للأمام ونحو الكرة.	٦
(✓)	تقاس القوة العضلية عن طريق قوة عضلات الذراعين والحزام الصدري.	٧
(✓)	تعتبر السرعة عاملاً مهماً في كثير من الرياضيات كال العدو وسباحة المسافات القصيرة.	٨
(✓)	يتكون الوثب الطويل بطريقة القرفصاء من أربع مراحل.	٩
(✓)	يتم البدء العالي بوضع إحدى القدمين أماماً خلف خط البدء مع اثنان الجنع والركبتين قليلاً.	١٠

موقعكم أجابتكم

السؤال الثاني : اختار/ي الإجابة الصحيحة فيما يلي :

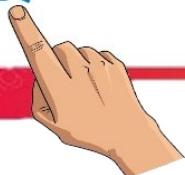
هي أقصى قوة يمكن أن تنتج عن وجود عضلة واحدة أو مجموعة كبيرة من العضلات .	السرعة	ج	الرشاقة	ب	القوة العضلية	أ	١
تؤدي الضربة الأمامية من :							٢
لا شيء مما ذكر	وجة المضرب بطريقه:	ج	وقفة الاستعداد	ب	الجري	أ	٣
يؤدي الإرسال بوجه المضرب بطريقه:	جميع ما ذكر صحيح	ج	الذراعين	ب	المسكة الشرقية	أ	٤
في الضربة الأمامية يتم أخذ خطوة للأمام لتحريك الجسم	الأعلى	ج	للحاجب	ب	للأمام	أ	٥
في مهارة صد الكرة بوجه المضرب تكون اليد الحرة هي الأقرب لل	للخلف	ج	للسشبكة	ب	للملعب	أ	

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

() السرعة - إرسال بوجه المضرب - الأمام - وقف الاستعداد - الضربة الأمامية)

- ١- يتم تحريك الجسم والمضرب باتجاه الخلف لوصول رأس المضرب فوق مستوى الرأس في مهارة**الضربة الأمامية**.....
- ٢- في مهارة**وقفة الاستعداد**.. يتم وضع اليد الحاملة للمضرب أمام الجسم ووجه المضرب إلى الأعلى.
- ٣- عند الاستعداد للانطلاق يحرك المتسابق جذعه إلى**الأمام**..... .
- ٤- في مهارة**إرسال بوجه المضرب**.... يتم تحريك المضرب عاليًّا بشكل عامودي على الأرض.
- ٥-**السرعة**..... هي سرعة الانقباضات العضلية عند أداء حركي معين.

للمزيد من الاختبارات اضغط هنا



انتهت الأسئلة مع تمنياتي لكم بالتوفيق
معلم/ة المادة :