



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 الخامس ابتدائي الفصل الأول لعام ١٤٤٧ هـ

الصف
الطالب :

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

(✓)	يؤدي الإرسال المستقيم من خلال مسك المضرب بين قبضة الضرب الأمامية والخلفية.	١
(✓)	تم تنمية السرعة بتدريبات السرعة المختلفة مثل العدو لمسافة ٣٠ - ٤٠ - ٥٠ متراً.	٢
(✓)	تؤدي الضربة الخلفية من وقفه الاستعداد يكون المضرب للأمام في مستوى الحوض.	٣
(✓)	في الضربة الخلفية يرتکز وزن الجسم على الرجل الحرة.	٤
(✓)	تعد الضربة الساحقة من الضربات المهمة في لعبة كرة التنس.	٥
(✓)	يتكون العدو من ثلاثة مكونات رئيسية.	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
(✓)	في مرحلة الهبوط يجب رفع فخذ الرجل الحرة بسرعة في اتجاه الوضع الأفقي.	٩
(✓)	في الضربة الطائرة العالية يتم متابعة حركة المضرب على امتداد الذراع الضاربة نحو الشبكة.	١٠

موقع اجاباتكم

السؤال الثاني : اختار/ي الإجابة الصحيحة فيما يلي :

..... هي أقصى قوة يمكن أن تنتج عن وجود عضلة واحدة أو مجموعة كبيرة من العضلات .	أ	١
السرعة هو الإرسال الأقوى والأسرع والأكثر استخداماً.	أ	٢
لا شيء مما ذكر الإرسال العالي	أ	٣
في الإرسال المستقيم يتم تحريك المضرب واليد الحاملة للمضرب إلى معاً.	أ	٤
جميع ما ذكر صحيح الأسفل	أ	٥
يتكون البدء المنخفض من مراحل.		
خمس ثلات أربع		
في الإرسال المستقيم يحرك المضرب خلف الظهر والمرفق إلى أعلى ، مع انحناء الجسم إلى		
لا شيء مما ذكر الأعلى الأمام		

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

(السرعة - الضربة الساحقة - الضربة الطائرة العالية - للأمام - الثبات)

- ١- يمكن أن تؤدي الضربة الساحقة من الجري السريع لملاقاة الكرة وليس من**الثبات** ..
- ٢- في مرحلة الارتفاع للواثب العالي بالطريقة السرجية يتم دفع الجسم**للأمام** وقدم الارتفاع مرتكزة على الأرض بالعقب.
- ٣- تؤدي مهارة **الضربة الطائرة العالية**. من خلال سحب الذراع الحاملة للمضرب للخلف قليلاً ، وإلى الجانب الخلفي.
- ٤- تؤدي مهارة **الضربة الساحقة**. من خلال مرجعة المضرب من فوق الرأس وللخلف ، ثم للأمام.
- ٥- **السرعة** .. هي سرعة الانقباضات العضلية عند أداء حركي معين.



انتهت الأسئلة مع تمنياتي لكم بالتوفيق
معلم/ة المادة :