

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

اسم الطالب : الصف :

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

١	ينفذ الإرسال من تحت الذراع بأن تترك الكرة لتسقط من يد اللاعب أو يدفعها قليلاً.	(✓)
٢	تتم تنمية السرعة بتدريبات السرعة المختلفة مثل العدو لمسافة ٣٠ - ٤٠ - ٥٠ متراً.	(✓)
٣	في الإرسال من تحت الذراع تضرب الكرة من الخلف أو من الجانب كي يعطيها دوراناً.	(✓)
٤	في الضربة الطائرة المسقطة تسحب اليد لضرب ومضربه بجانب الجسم والقبضة تكون قريبة من الركبة.	(✓)
٥	تتكون الوثبة الثلاثية من أربع مراحل.	(✓)
٦	في الضربة نصف الطائرة يتم استقبال الكرة بزيادة ثني مفصلي الركبتين.	(✓)
٧	تقاس القوة العضلية عن طريق قوة عضلات الذراعين والحزام الصدري.	(✓)
٨	تعتبر السرعة عاملاً مهماً في كثير من الرياضات كالعدو وسباحة المسافات القصيرة.	(✓)
٩	أثناء الجري في المنحنى يفقد جزءاً من السرعة بفعل القوة الطاردة المركزية.	(✓)
١٠	تبدأ مرحلة الارتكاز عند وضع قدم الارتكاز في نهاية آخر خطوة قبل الحاجز.	(✓)

اجاباتكم 

السؤال الثاني : اختار/ي الإجابة الصحيحة فيما يلي :

١ هي أقصى قوة يمكن أن تنتج عن وجود عضلة واحدة أو مجموعة كبيرة من العضلات .	أ	القوة العضلية	ب	الرشاقة	ج	السرعة
٢	في مهارة الإرسال من تحت الذراع تتم الأرجحة إلى جانب الجسم إلى أن تمتد الذراع	أ	للأمام	ب	للخلف	ج	لا شيء مما ذكر
٣ هي ضرب الكرة وهي طائرة واسقاطها في منطقة قريبة من الشبكة في ملعب المنافس.	أ	الضربة الطائرة المسقطة	ب	الإرسال	ج	جميع ما ذكر صحيح
٤	تتكون مرحلة تعدية الحواجز من مراحل.	أ	أربع	ب	ثلاث	ج	خمس
٥	في مرحلة الوثب يقوم اللاعب بتمديد ساق الارتقاء..... بالكامل.	أ	عالياً	ب	للأسفل	ج	لا شيء مما ذكر

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

(السرعة - الضربة الطائرة المسقطة - الضربة نصف الطائرة - الجري في منحى - الوثب الثلاثي)

- ١- تبدأ مهارة **الوثب الثلاثي**.... بمسار الاقتراب يجري فيه الطالب بأقصى سرعته.
- ٢- في مهارة **الجري في منحى**.. يميل الجذع قليلاً جهة اليسار مع دوران مشط قدم الرجل اليسرى قليلاً للخارج.
- ٣- في مهارة **الضربة نصف الطائرة**.... يمسك المضرب بالمسكة الغربية والشرقية.
- ٤- في مهارة **الضربة الطائرة المسقطة**..... بمجرد نقل الرسغ للخلف تجعل شبكة المضرب بوضع مائل.
- ٥-**السرعة**..... هي سرعة الانقباضات العضلية عند أداء حركي معين.



انتهت الأسئلة مع تمنياتي لكم بالتوفيق
معلم/ة المادة :