|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **المملكة العربية السعودية**  **وزارة التعليم**  **الإدارة العامة للتعليم بمنطقة**  **مكتب التعليم**  **مدرسة** | | a.png | | **المـــادة :**  **الصـف :**  **الفتــــرة :**  **الزمــــن :** | |  | | --- | | D:\تربية بدنية ابتدائي\شعار القناة\الشعار الجديد\1-1.png | | |
| **أسئلة اختبار الفصل الدراسي الثالث (أول ابتدائي) العام الدراسي 1444/1445هـ** | | | | | | |
| **اسم الطالب/ـه/ رقم الجلوس/** | | | | | | |
| **المصحح:** | **التوقيع:** | | **المراجع:** | | | **التوقيع:** |

**اختار الإجابة الصحيحة :**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1 –اهتزاز العضلات الصغيرة والكبيرة لأحد الأطراف:** | | |
| **( أ ) الاهتزاز** | **( ب ) اللعب** | **( ج ) النشاط** |
| **2 – تؤدي زيادة السعرات الحرارية إلى .........:** | | |
| **( أ ) زيادة الوزن .** | **( ب ) تخفيف الوزن** | **( ج ) جميع الاجابات خاطئة** |
| **3 - يشتمل الغذاء الصحي على ........... مجموعات غذائية :** | | |
| **( أ ) 5** | **( ب ) 7** | **( ج ) جميع الاجابات خاطئة** |
| **4 - تمد الخضروات الجسم ............... :** | | |
| **( أ )** بالأكسجين | **( ب )** بالفيتامينات | **( ج)** بالقوة |
| **5- ............ هو نقل ثقل الجسم من قدم لأخرى** | | |
| **( أ ) العدو** | **( ب) الجلوس الطويل** | **( ج ) الاتزان** |

**ضع علامة ( 🗸 ) أمام الإجابة الصحيحة و علامة ( X ) أمام الإجابة الخاطئة :**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **الغذاء هو كل ما يتناوله الإنسان أو يشربه** |  |
| **2** | **من فوائد وضع الاستناد على الظهر تعلم وضع الجلوس الصحيح على الكرسي** |  |
| **3** | **يبدأ الاهتزاز في مدى واسع ومن ثم يتم تقليل المدى** |  |
| **4** | **من فوائد وضع الاستناد على الظهر تعلم وضع الجلوس الصحيح على الكرسي** |  |
| **5** | **أثناء العدو يكون وضع الجسم مائلاً للخلف** |  |

**انتهت الأسئلة ,,, أتمنى لكم التوفيق والنجاح ,, الأستاذ/**