

المادة :
الصف :
التاريخ :



المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
إدارة التعليم بمحافظة
مدرسة

اختبار التربية البدنية خامس ابتدائي

اسم الطالب	رقم الجلوس	الدرجة	
------------	-------	------------	-------	--------	--

السؤال الأول :

٣

ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة فيما يلي :

(√)	(١)	كرة معادة : هي الكرة التي أصبحت في اللعب بدون احتساب نتيحتها في كرة الطاولة ؟
(√)	(٢)	عند أداء الضربة نصف الطائرة في كرة الطاولة يكون الجذع مائلاً قليلاً للخلف مع انثناء بسيط في الركبتين ؟
(√)	(٣)	سرعة رد الفعل : يقصد بها سرعة التحرك لأداء حركة نتيجة ظهور موقف أو مثير معين ؟
(√)	(٤)	تقاس القوة العضلية عن طريق قوة عضلات الكتفين
(√)	(٥)	عند أداء مهارة تنطيط الكرات العالية والمنخفضة في كرة السلة يتم دفع الكرة بالتتابع باتجاه الأرض بواسطة أصابع اليد المحاورة؟
(√)	(٦)	الرشاقة الخاصة : هي القدرة المتنوعة في متطلبات المهارة للنشاط الذي يمارسه الفرد ؟

السؤال الثاني :

٢

ضع الرقم من العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب) فيما يلي :

العمود (ب)		العمود (أ)	الرقم
المرونة	٢	يقصد بها سرعة التحرك من مكان إلى مكان آخر في أقصر زمن ممكن ؟	(١)
القوة العضلية	٤	هي قدرة المفاصل العملية التي ينتج عنها أداء الحركة من خلال المدى الكامل لها ؟	(٢)
سرعة الانتقال	١	هي سرعة تغيير أوضاع الجسم أو تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء ؟	(٣)
الرشاقة	٣	هي أقصى قوة يمكن أن تنتج عن وجود عضلة واحدة أو مجموعة كبيرة من العضلات التي توجد في الجسم ؟	(٤)
التوازن			(٥)

انتهت الأسئلة

مع تمنياتي لكم بالنهف والنجاح ،،،،،

الأستاذ/.....