****

**المملكة العربية السعودية المادة : التربية البدنية والدفاع عن النفس**

**وزارة التعليم الصف : الثاني متوسط**

**إدارة التعليم بحافظة الطائف :**

|  |
| --- |
|  |
| **10 درجات** |

**اسم الطالبة :** ...................................................... **الصف : 00000000000000000000**

**اسئلة اختبار مادة التربية البدنية ( الفصل الأول – الفترة الأولي ) للعام الدراسي 1444هـ**

**ــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــ**

**السؤال الأول :**

1. **ضع علامة ( صح ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( خطأ ) أمام العبارة الخاطئة :**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1-** | **من طرق قياس نبضات القلب عن طريق النبض الكعبري** | **( )** |
| **2-** | **لتنمية اللياقة القلبية التنفسية من خلال الأنشطة الهوائية : كالمشي والسباحة وركوب الدراجة** | **( )** |
| **3-** | **تعد ضرب الكرة بالرأس من المهارات المهمة والأساسية في كرة القدم** | **( )** |
| **4-** | **التمريرة الطويلة هي محاولة ايصال الكرة لمسافة طويلة من لاعب إلى لاعب اخر من نفس الفريق** | **( )** |
| **5-** | **من النقاط الفنية لمهارة امتصاص الكرة بالفخذ في كرة القدم النظر للكرة** | **( )** |
| **6-** | **عند أداء الضربة الخلفية الطائرة في التنس الأرضي نقل ثقل الجسم إلى القدم الأمامية** | **( )** |

**السؤال الثاني :**

1. **اختار الإجابة الصحية**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **هي قدرة الجهازين الدوري والتنفسي على أخذ الأكسجين من الهواء الخارجي بواسطة الجهاز التنفسي ونقله بواسطة الجهاز الدوري لأجزاء الجسم المختلفة** | | | | | |
| **أ-** | **اللياقة القلبية التنفسية** | **ب-** | **التركيب الجسمي** | **ج-** | **القوة العضلية** |
| **2** | **قدرة الجسم على إنتاج قوة عضلية تتميز بالسرعة** | | | | | |
| **أ-** | **التوافق** | **ب-** | **القدرة العضلية** | **ج-** | **المرونة** |
| **3** | **تعتبر المسكة الغربية من المهارات في لعبة** | | | | | |
| **أ-** | **التنس الأرضي** | **ب-** | **كرة القدم** | **ج-** | **كرة الطائرة** |

****

**السؤال الثاني :**

**أ- ضع دائرة حول اسم المهارة التي أمامك ؟**

1. **امتصاص الكرة بالفخذ 2- امتصاص الكرة بالصدر 3- ضرب الكرة بالرأس**

**مع تمنياتي لكم بالتوفيق والنجاح**

**معلم المادة :**

**المملكة العربية السعودية المادة : التربية البدنية والدفاع عن النفس**

**وزارة التعليم الصف : الثاني متوسط**

**إدارة التعليم بحافظة الطائف :**

|  |
| --- |
|  |
| **10 درجات** |

**اسم الطالبة :** ...................................................... **الصف : 00000000000000000000**

**اسئلة اختبار مادة التربية البدنية ( الفصل الأول – الفترة الأولي ) للعام الدراسي 1444هـ**

**ــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــ**

**السؤال الأول :**

1. **ضع علامة ( صح ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( خطأ ) أمام العبارة الخاطئة :**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1-** | **من طرق قياس نبضات القلب عن طريق النبض الكعبري** | **( صح )** |
| **2-** | **لتنمية اللياقة القلبية التنفسية من خلال الأنشطة الهوائية : كالمشي والسباحة وركوب الدراجة** | **( صح )** |
| **3-** | **تعد ضرب الكرة بالرأس من المهارات المهمة والأساسية في كرة القدم** | **( صح )** |
| **4-** | **التمريرة الطويلة هي محاولة ايصال الكرة لمسافة طويلة من لاعب إلى لاعب اخر من نفس الفريق** | **( صح )** |
| **5-** | **من النقاط الفنية لمهارة امتصاص الكرة بالفخذ في كرة القدم النظر للكرة** | **( صح )** |
| **6-** | **عند أداء الضربة الخلفية الطائرة في التنس الأرضي نقل ثقل الجسم إلى القدم الأمامية** | **( صح )** |

**السؤال الثاني :**

1. **اختار الإجابة الصحية**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **هي قدرة الجهازين الدوري والتنفسي على أخذ الأكسجين من الهواء الخارجي بواسطة الجهاز التنفسي ونقله بواسطة الجهاز الدوري لأجزاء الجسم المختلفة** | | | | | |
| **أ-** | **اللياقة القلبية التنفسية** | **ب-** | **التركيب الجسمي** | **ج-** | **القوة العضلية** |
| **2** | **قدرة الجسم على إنتاج قوة عضلية تتميز بالسرعة** | | | | | |
| **أ-** | **التوافق** | **ب-** | **القدرة العضلية** | **ج-** | **المرونة** |
| **3** | **تعتبر المسكة الغربية من المهارات في لعبة** | | | | | |
| **أ-** | **التنس الأرضي** | **ب-** | **كرة القدم** | **ج-** | **كرة الطائرة** |

****

**السؤال الثاني :**

**أ- ضع دائرة حول اسم المهارة التي أمامك ؟**

1. **امتصاص الكرة بالفخذ 2- امتصاص الكرة بالصدر 3- ضرب الكرة بالرأس**

**مع تمنياتي لكم بالتوفيق والنجاح**

**معلم المادة :**