|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثاني متوسط) العام الدراسي 1444/1445هـ** | | | | | | |
| **اسم الطالب/ـه/ رقم الجلوس/** | | | | | | |
| **المصحح:** | **التوقيع:** | | **المراجع:** | | | **التوقيع:** |

**اختار الإجابة الصحيحة :**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1 – تقاس القوة العضلية عن طريق :** | | |
| **( أ ) قوة عضلات الذراعين** | **( ب ) الحزام الصدري** | **( ج ) جميع ما ذكر** |
| **2 – تعتبر السرعة عاملاً مهماً في كثير من الرياضات مثل :** | | |
| **( أ ) العدو والسباحة .** | **( ب ) الوقوف.** | **( ج ) الجلوس** |
| **3 – من الأفضل ألا تزيد أهداف الوحدة التدريبية اليومية على :** | | |
| **( أ ) هدفين للناشئين وثلاثة للبالغين.** | **( ب ) هدفين للبالغين وثلاثة للناشئين.** | **( ج )جميع ما ذكر** |
| **4 – في مهارة الارسال المواجه من أعلى ترمى الكرة لأعلى أمام الجسم مع أرجحه ذراع اليد الضاربة:** | | |
| **( أ )**لأعلى وخلفاً | **( ب )** أماماً وخلفاً | **( ج)** لأعلى وأسفل. |
| **5 – يتم امتصاص القوة المصاحبة للكرة مع نقل وزن الجسم :** | | |
| **( أ ) للأمام.** | **( ب) للأعلى وأسفل.** | **( ج ) جميع ما ذكر** |
| **6 – عند أداء الدحرجة الأمامية الطائرة يتم الجري والارتقاء ............... ؟** | | |
| **( أ ) بقدم واحدة** | **( ب) بكلتا القدمين** | **( ج ) لا شيء من ما ذكر** |
| **7 – الطيران في الجمباز هي فترة قصيرة يمكثها الجسم في الهواء على شكل ................... ؟** | | |
| **( أ ) نصف دائرة** | **( ب) دائرة** | **( ج ) مستطيل** |
| **8 – تؤدى ضربة الارسال بشكل ......... ؟** | | |
| **( أ ) مستقيم** | **( ب) قطري** | **( ج ) جميع ما ذكر** |
| **9 – في مهارة الضربة الساحقة تضرب الكرة باليد وهي مفتوحة قليلاً من أعلى على شكل ............** | | |
| **( أ ) الضربة الساحقة** | **( ب) ضربة الكرباج** | **( ج ) لا شيء من ما ذكر** |
| **10 – تبدأ مهارة الشقلبة الأمامية من وضع الاقتراب بالجري 2 – 3 خطوات ؟** | | |
| **( أ ) 2 – 3 خطوات** | **( ب) 6 – 7 خطوات** | **( ج ) 4 – 5 خطوات** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثاني متوسط) العام الدراسي 1444/1445هـ** | | | | | | |
| **اسم الطالب/ـه/ رقم الجلوس/** | | | | | | |
| **المصحح:** | **التوقيع:** | | **المراجع:** | | | **التوقيع:** |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **أثناء الاستقبال بالساعدين تمد مفاصل الطرف السفلي المثنية في اتجاه التمرير** |  |
| **2** | **يجب أن يضرب المرسل الكرة خلال 8 ثواني بعد صافرة الحكم الأول للإرسال** |  |
| **3** | **تؤدى ضربة الارسال بوجه المضرب الأمامي بشكل مستقيم فقط** |  |
| **4** | **يتم متابعة اليد الضاربة لحركة الكرة لتصل إلى أعلى الرأس** |  |
| **5** | **يلعب وضع الاستعداد دوراً هاماً في لعبة تنس الطاولة** |  |
| **6** | **في مهارة القفز داخلاً على المهر بالطول يكون الطيران بإرتفاع الجسم لأعلى مع مد مفصلي الفخذين ومرجحة الذراعين أماماً خلفاً عالياً ؟** |  |
| **7** | **يسمح بالإسقاط أثناء الضربة الهجومية إذا كانت اللمسة واضحة ولم تتم مصافحة الكرة باليد .** |  |
| **8** | **تحقق وحدة التدريب اليومية واحداً أو أكثر من الأهداف .** |  |
| **9** | **العامل الأهم في سرعة الأداء هو نسبة الخلايا البيضاء سريعة الإنقباض في العضلات إلى الخلايا الحمراء بطيئة الإنقباض .** |  |
| **10** | **لاتعتبر الضربة الهجومية مكتملة لحظة عبور الكرة بالكامل .** |  |

**انتهت الأسئلة ,,, ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ,, الأستاذ/**