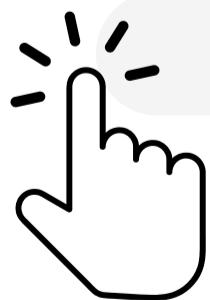


تم تحميل ورفع المادة على منصة

المعلم التعليمي



للعودة إلى الموقع اكتب في بحث جوجل



المعلم التعليمي



ALMUALM.COM

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثاني متوسط) العام الدراسي 1446هـ		اسم الطالب /هـ
رقم الجلوس /		
التوقيع:	المراجع:	التوقيع:
		المصحح:

اختار الإجابة الصحيحة :

1 - تفاصيـل القـوة العـضـلـية عـن طـرـيق :		
(أ) قـوة عـضـلـات الذـراعـين	(ب) الحـزـام الصـدـري	(ج) جـمـيع ما ذـكـرـ
2 - تـعـتـبـر السـرـعـة عـامـلاً مـهـماً فـي كـثـير مـن الـرـياـضـات مـثـل :		
(أ) العـدـو وـالـسـبـاحـة .	(ب) الـوقـوف.	(ج) الجـلوـس
3 - مـن الأـفـضـل أـلـا تـرـيـد أـهـادـف الـوـحدـة التـدـريـبـية الـيـومـيـة عـلـى :		
(أ) هـدـفـين لـلـناـشـئـين وـلـثـلـاثـة لـلـبـالـغـين.	(ب) هـدـفـين لـلـبـالـغـين وـلـثـلـاثـة لـلـناـشـئـين.	(ج) جـمـيع ما ذـكـرـ
4 - فـي مـهـارـة الـإـرـسـال المـواـجـه مـن أـعـلـى تـرـمـيـة الـكـرـة لـأـعـلـى أـمـامـه جـسـمـ مع أـرـجـحـه ذـرـاعـ الـيدـ الضـارـبةـ:		
(أ) لـأـعـلـى وـخـلـافـاً	(ب) أـمـامـاً وـخـلـافـاً	(ج) لـأـعـلـى وـأـسـفـلـ.
5 - يـتـم اـمـتـصـاص القـوة المـصـاحـبـة لـلـكـرـة مـع نـقـل وـزـنـ جـسـم :		
(أ) لـلـأـمـامـ.	(ب) لـلـأـعـلـى وـأـسـفـلـ.	(ج) جـمـيع ما ذـكـرـ
6 - عـنـ أـدـاء الدـرـجـة الأـمـامـية الطـائـرة يـتـم الجـري وـالـارـتـقاء ؟		
(أ) بـقـدـم وـاحـدة	(ب) بـكـلـتـا الـقـدـمـين	(ج) لـا شـيـء مـن مـا ذـكـرـ
7 - الطـيـران فـي الجـمبـاز هـي فـتـرـة قـصـيرـة يـمـكـثـها جـسـمـ فـي الـهـوـاء عـلـى شـكـل ؟		
(أ) نـصـف دـائـرـة	(ب) دـائـرـة	(ج) مـسـطـيل
8 - تـؤـدـى ضـرـبـة الـإـرـسـال بـشـكـل ؟		
(أ) مـسـتـقـيم	(ب) قـطـرـي	(ج) جـمـيع ما ذـكـرـ
9 - فـي مـهـارـة الضـرـبـة السـاحـقة تـضـرـبـ الـكـرـة بـالـيـد وـهـي مـفـتوـحة قـلـيلـاً مـن أـعـلـى عـلـى شـكـل ؟		
(أ) الضـرـبـة السـاحـقة	(ب) ضـرـبـة الـكـرـبـاج	(ج) لـا شـيـء مـن مـا ذـكـرـ
10 - تـبـدـأ مـهـارـة الشـقـلـبة الأـمـامـية مـن وـضـعـ الـاقـتـرـابـ بالـجـري 2 - 3 خـطـوـات ؟		
(أ) 2 - 3 خـطـوـات	(ب) 6 - 7 خـطـوـات	(ج) 4 - 5 خـطـوـات

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثاني متوسط) العام الدراسي ١٤٤٦هـ

رقم الجلوس /

المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:	اسم الطالب/ة:
---------	----------	----------	----------	---------------

اختار الإجابة الصحيحة :

١ - تفاصيل القوة العضلية عن طريق :		
(أ) قوة عضلات الذراعين	(ب) الحزام الصدري	(ج) جميع ما ذكر
٢ - تعتبر السرعة عاملًا مهمًا في كثير من الرياضات مثل :		
(ج) الجلوس	(ب) الوقوف.	(أ) العدو والسباحة.
٣ - من الأفضل لزيادة أهداف الوحدة التدريبية اليومية على :		
(ج) جميع ما ذكر	(ب) هدفين للبالغين وثلاثة للناشئين.	(أ) هدفين للناشئين وثلاثة للبالغين.
٤ - في مهارة الارسال المواجه من أعلى ترمي الكرة لأعلى أمام الجسم مع أرجحه ذراع اليد الضاربة:		
(ج) لأعلى وأخلفاً	(ب) أماماً وخلفاً	(أ) للأمام.
٥ - يتم امتصاص القوة المصاحبة للكرة مع نقل وزن الجسم :		
(ج) جميع ما ذكر	(ب) للأعلى وأأسفل.	(أ) للأمام.
٦ - عند أداء الدحرجة الأمامية الطائرة يتم الجري والارتفاع ؟		
(ج) لا شيء من ما ذكر	(ب) بكلتا القدمين	(أ) بقدم واحدة
٧ - الطيران في الجمباز هي فترة قصيرة يمكّنها الجسم في الهواء على شكل ؟		
(ج) مستطيل	(ب) دائرة	(أ) نصف دائرة
٨ - تؤدي ضربة الارسال بشكل ؟		
(ج) جميع ما ذكر	(ب) قطرى	(أ) مستقيم
٩ - في مهارة الضربة الساحقة تضرب الكرة باليد وهي مفتوحة قليلاً من أعلى على شكل ؟		
(ج) لا شيء من ما ذكر	(ب) ضربة الكريباچ	(أ) الضربة الساحقة
١٠ - تبدأ مهارة الشقلبة الأمامية من وضع الاقتراب بالجري ٢ - ٣ خطوات ؟		
(ج) ٤ - ٥ خطوات	(ب) ٦ - ٧ خطوات	(أ) ٢ - ٣ خطوات

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثاني متوسط) العام الدراسي 1446هـ	اسم الطالب /هـ
رقم الجلوس /	
التوقيع:	المراجع: التوقيع: المصحح:

ضع علامة (✓) أمام الإجابة الصحيحة و علامة (✗) أمام الإجابة الخاطئة :

1	أثناء الاستقبال بالساعدين تمد مفاصل الطرف السفلي المثلثية في اتجاه التمرير
2	يجب أن يضرب المرسل الكرة خلال 8 ثواني بعد صافرة الحكم الأول للإرسال
3	تؤدي 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 ومرحة الذراعين أماماً خلفاً عالياً؟
7	يسمح بالإسقاط أثناء الضربة الهجومية إذا كانت اللمسة واضحة ولم تتم مصادفة 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 بطئية الإنقباض .
10	لا تعتبر الضربة الهجومية مكتملة لحظة عبور الكرة بالكامل .

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ،،،

انتهت الأسئلة ،،،

نموذج الإجابة

المادة :
الصف :
الفترة :
الزمن :

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثاني متوسط) العام الدراسي ١٤٤٦هـ

اسم الطالب/هـ / رقم الجلوس /

المصحح: التوقيع: المراجع:

ضع علامة (✓) أمام الإجابة الصحيحة و علامة (✗) أمام الإجابة الخاطئة :

✓	أثناء الاستقبال بالساعدين تم مفاسيل الطرف السفلي المثلثية في اتجاه التمرير	١
✓	يجب أن يضرب المرسل الكرة خلال ٨ ثواني بعد صافرة الحكم الأول للإرسال	٢
✗	تؤدي ضربة الارسال بوجه المضرب الأمامي بشكل مستقيم فقط	٣
✓	يتم متابعة اليد الضاربة لحركة الكرة لتصل إلى أعلى الرأس	٤
✓	يلعب وضع الاستعداد دوراً هاماً في لعبة تنس الطاولة	٥
✓	في مهارة القفز داخلاً على المهر بالطول يكون الطيران بارتفاع الجسم لأعلى مع مد مفصلي الفخذين ومرجة الذراعين أماماً خلفاً علياً؟	٦
✓	يسمح بالإسقاط أثناء الضربة الهجومية إذا كانت اللمسة واضحة ولم تتم مصادفة الكرة باليد.	٧
✓	تحقق وحدة التدريب اليومية واحداً أو أكثر من الأهداف.	٨
✓	العامل الأهم في سرعة الأداء هو نسبة الخلايا البيضاء سريعة الإنقباض في العضلات إلى الخلايا الحمراء بطئية الإنقباض.	٩
✓	لا تعتبر الضربة الهجومية مكتملة لحظة عبور الكرة بالكامل.	١٠

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ،،

انتهت الأسئلة ،،

المادة: التربية البدنية و الدفاع عن النفس	 وزارة التعليم Ministry of Education			المملكة العربية السعودية	
الصف : ثانى المتوسط (أنتساب)				وزارة التعليم	
				الإدارة العامة للتعليم بمحافظة المدرسة:	
أسئلة اختبار الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 1446 هـ					
40	الدرجة المستحقة	الصف	اسم الطالب /ة

السؤال الأول : ضع / ي دائرة على الإجابة الصحيحة فيما يلي :

-1	هي مجموعة من الأنشطة الحركية التي تتحقق خلال بعض الأهداف التعليمية أو التطبيقية أو كليهما معاً من خلال عدد من التمارين التي تنظم بشكل دقيق ، وهي أصغر جزء في البرنامج التربوي؟	-1	مفهوم الوحدة التدريبية	-2	مكونات الوحدة التدريبية	-3	أهداف الوحدة التدريبية	-3	تقاس القوة العضلية عن طريق؟
-2	الجلوس من الرقد مع ثني الركبتين	-1	ال العدو لمسافة 40 م	-3	تمرين الضغط	-3	السرعة	-2	الرشاقة
-3	هي سرعة الانقباضات العضلية عند أداء حركي معين .؟		الاتزان	-3	السرعة	-2	الاتزان	-2	هي سرعة الانقباضات العضلية عند أداء حركي معين .؟
-4	عند أداء الاستقبال بالساعدين من الجانب في كرة الطائرة تكون القدمان في وضع الخطوة وباتساع الكتفين ، مع ثني الركبتين.؟		جانبيا	-3	خلفا	-2	اماميا	-1	عند أداء الإرسال من الأعلى المواجه في كرة الطائرة الوقوف الوضع أماماً حمل الكرة الخط النهائي للملعب مواجه للشبكة ثقل الجسم موزعاً على القدمين بالتساوي ؟
-5	عند أداء الإرسال بوجه المضرب في كرة تنس الطاولة يقف الطالب خلف الطاولة متخدماً ووضع الاستعداد ويمسك بالمضرب مع المحافظة على زاوية المضرب عند الأداء بحيث يكون فوق سطح الطاولة وخارجه ؟		جانب	-3	خلف	-2	أمام	-1	عند أداء الإرسال بوجه المضرب في كرة تنس الطاولة يقف الطالب خلف الطاولة متخدماً ووضع الاستعداد ويمسك بالمضربي مع المحافظة على زاوية المضرب عند الأداء بحيث يكون فوق سطح الطاولة وخارجه ؟
-6	عند أداء الضربة الساحقة بوجه المضرب في كرة تنس الطاولة من وقفة الاستعداد القدم اليسرى متقدمة للأمام واليمين منحرفة بزاوية (...) على أن تكون المسافة بين القدمين متساوية لعرض الكتفين والجذع للأمام قليلاً ؟		خطا	-2	صح	-1	30 درجة	-1	عند أداء الضربة الساحقة بوجه المضرب في كرة تنس الطاولة من وقفة الاستعداد القدم اليسرى متقدمة للأمام واليمين والكتف متوجه نحو الطاولة ؟
-7	هي قدرة الفرد في التحمل ، وعملها بصورة متكررة ، وذلك من أجل عملية الحفاظ على الانقباض العضلي ؟		الأيسر	-2	الأيمن	-3	جميع ما ذكر صحيح	-1	هي قدرة الفرد في التحمل ، وعملها بصورة متكررة ، وذلك من أجل عملية الحفاظ على الانقباض العضلي ؟
-8	القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز.؟		السرعة	-2	الاتزان الثابت	-3	الاتزان المتحرك	-1	القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز.؟
-9	عند أداء الدريجة الأمامية الطائرة عند الطيران يكون الجسم مفروضاً تماماً وعالياً والذراعان مائلتان والرأس للأعلى.؟		عليها	-2	أسفل	-1	المرونة	-1	عند أداء الدريجة الأمامية الطائرة عند الطيران يكون الجسم مفروضاً تماماً وعالياً والذراعان مائلتان والرأس للأعلى.؟
-10	عند أداء الشقلة الأمامية على اليدين بالارتفاع المفرد تبدأ هذه الحركة بالاقتراب بالجري من خطوات حيث يتم رفع رجل الارتفاع إلى الزاوية القائمة مع ميل الجذع قليلاً للأمام ومرجحة الذراعين أماماً علياً والرأس بين الذراعين.؟		الاتزان الثابت	-3	السرعة	-2	الاتزان المتحرك	-1	عند أداء الشقلة الأمامية على اليدين بالارتفاع المفرد تبدأ هذه الحركة بالاقتراب بالجري من خطوات حيث يتم رفع رجل الارتفاع إلى الزاوية القائمة مع ميل الجذع قليلاً للأمام ومرجحة الذراعين أماماً علياً والرأس بين الذراعين.؟
-11	يقصد بها سرعة التحرك من مكان إلى آخر في أقصر زمن ممكن.؟		السرعة	-2	سرعة رد الفعل	-3	سرعة الحركة	-1	يقصد بها سرعة التحرك من مكان إلى آخر في أقصر زمن ممكن.؟
-12	من أهداف وحدة التدريب الرياضي ؟		المهارات	-2	النفسية	-3	جميع ما ذكر صحيح	-1	من أهداف وحدة التدريب الرياضي ؟
-13	من القوانيين الضرورية الحديثة التي تحكم لعبة كرة الطائرة الإرسال هو حركة وضع الكرة في اللعب بواسطة اللاعب الخلفي الأيمن المتواجد في منطقة الإرسال .؟		خطا	-2	صح	-1	من القوانيين الضرورية الحديثة التي تحكم لعبة كرة الطائرة لا يلغى الإرسال الذي ينفذ قبل صافرة الحكم و يعاد .؟	-1	من القوانيين الضرورية الحديثة التي تحكم لعبة كرة الطائرة الإرسال هو حركة وضع الكرة في اللعب بواسطة اللاعب الخلفي الأيمن المتواجد في منطقة الإرسال .؟
-14	من القوانيين الضرورية الحديثة التي تحكم لعبة كرة الطائرة لا يلغى الإرسال الذي ينفذ قبل صافرة الحكم و يعاد .؟		خطا	-2	صح	-1	من القوانيين الضرورية الحديثة التي تحكم لعبة كرة الطائرة لا يلغى الإرسال الذي ينفذ قبل صافرة الحكم و يعاد .؟	-1	من القوانيين الضرورية الحديثة التي تحكم لعبة كرة الطائرة لا يلغى الإرسال الذي ينفذ قبل صافرة الحكم و يعاد .؟

					خطأ	-2	صح	-1	من القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم لعبة كرة تنس الطاولة تتكون المباراة من أفضل أي عدد فردي من الأشواط .	-17
					خطأ	-2	صح	-1	من القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم لعبة كرة تنس الطاولة يفوز بالشوط اللاعب أو الثاني الذي يسجل (15) أولا ؟	-18
					خطأ	-2	صح	-1	من اعتبارات مهمة عند تخطيط وحدة التدريب اليومية .	-19
					تدوين الأهداف بدقة	-2	تدوين تاريخ الوحدة التدريبية	-3	جميع ما ذكر صحيح	
									أنكر / ي ثلاثة من مهارات وحدة رياضة الجودو التي دراسته / يها.	-1 -2 -3 -20

تقننيات لكم بالتوفيق

نموذج الإجابة

المادة: التربية البدنية و الدفاع عن النفس		الملكة العربية السعودية
الصف : ثالثي المتوسط (أنتساب)	وزارة التعليم Ministry of Education	وزارة التعليم
		الإدارة العامة للتعليم بمحافظة المدرسة:
أسئلة اختبار الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 1446 هـ		
40	الدرجة المستحقة الصف	اسم الطالب / ة

السؤال الأول : ضع / ي دائرة على الإجابة الصحيحة فيما يلي :

هي مجموعة من الأنشطة الحركية التي تتحقق خلال بعض الأهداف التعليمية أو التطبيقية أو كليهما معاً من خلال عدد من التمارين التي تنظم بشكل دقيق ، وهي أصغر جزء في البرنامج التدريبي؟	-1
مفهوم الوحدة التدريبية -2	-1
تقاس القوة العضلية عن طريق -2	-2
الجلوس من الرقد مع ثني الركبتين -2	-1
هي سرعة الانقباضات العضلية عند أداء حركي معين .	-3
الرشاقة -2	-1
عند أداء الاستقبال بالساعدين من الجانب في كرة الطائرة تكون القدمان في وضع الخطوة وباتساع الكتفين ، مع ثني الركبتين.	-4
أماما -2	-1
عند أداء الإرسال من الأعلى المواجه في كرة الطائرة الوقوف الوضع أماماً حمل الكرة الخط النهائي للملعب مواجه للشبكة ثقل الجسم موزعاً على القدمين بالتساوي	-5
أمام -2	-1
عند أداء الإرسال يوجه المضرب في كرة تنس الطاولة يقف الطالب خلف الطاولة متخدأً وضع الاستعداد ويمسك بالمضرب مع المحافظة على زاوية المضرب عند الأداء بحيث يكون فوق سطح الطاولة وخارجه؟	-6
خطا -2	-1
عند أداء الضربة الرافعية الأمامية يوجه المضرب في كرة تنس الطاولة من وقفة الاستعداد القم اليسرى متقدمة للأمام واليمين منحرفة بزاوية (...) على أن تكون المسافة بين القدمين متساوية لعرض الكتفين . والجذع للأمام قليلاً.	-7
30 درجة -2	-1
عند أداء الضربة الساقحة يوجه المضرب في كرة تنس الطاولة من وقفة الاستعداد القم اليسرى متقدمة للأمام على اليمين والكتف متوجه نحو الطاولة؟	-8
الأيسر -2	-1
هي قدرة الفرد في التحمل ، وعملها بصورة متكررة ؛ وذلك من أجل عملية الحفاظ على الانقباض العضلي؟	-9
القدرة العضلية -2	-1
القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز.	.10
السرعة -2	-1
عند أداء الدرجة الأمامية الطائرة عند الطيران يكون الجسم مفروداً تماماً وعلياً والذراعان مائلتان والرأس للأعلى.	-11
عليا -2	-1
عند أداء الشقلبة الأمامية على اليدين بالارتفاع المفرد تبدأ هذه الحركة بالاقتراب بالجري من خطوات حيث يتم رفع رجل الارتفاع إلى الزاوية القائمة مع ميل الجذع قليلاً للأمام ومرحة الذراعين أماماً علياً والرأس بين الذراعين؟	-12
4 - 2 -2	-1
يقصد بها سرعة التحرك من مكان إلى آخر في أقصر زمن ممكن؟	-13
سرعة رد الفعل -2	-1
من أهداف وحدة التدريب الرياضي؟	-14
المهارية -2	-1
من القوانيين الضرورية الحديثة التي تحكم لعبة كرة الطائرة الإرسال هو حركة وضع الكرة في اللعب بواسطة اللاعب الخلفي الأيمن المتواجد في منطقة الإرسال .	-15
خطا -2	-1
من القوانيين الضرورية الحديثة التي تحكم لعبة كرة الطائرة لا يلغى الإرسال الذي ينفذ قبل صافرة الحكم ويعاد .	-16
صحيح -2	-1

				خطأ	-2	صح	-1	-17
				خطأ	-2	صح	-1	-18
				خطأ	-2	صح	-1	-19
		جميع ما ذكر صحيح		تدوين تاريخ الوحدة التدريبية	-3	تحديد الأهداف بدقة	-2	أنكر / ي ثلاثة من مهارات وحدة رياضة الجودو التي دراسته / يها.؟
								-1 -2 -3 -20

تمنياتي لكم بالتوفيق