

| | | | |
|---|----------|-------------|----------|
| أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٥/١٤٤٦ هـ | | | |
| اسم الطالب/هـ/ | | رقم الجلوس/ | |
| المصحح: | التوقيع: | المراجع: | التوقيع: |

اختار الإجابة الصحيحة :

| | | |
|---|-------------------------------------|----------------------|
| 1 - هو القدرة على الاستجابة لمختلف المهارات الحركية : | | |
| (أ) التوافق العام | (ب) التوافق الخاص | (ج) جميع ما ذكر |
| 2 - إن عدم ارتداء أحذية مناسبة للمشي يؤدي إلى : | | |
| (أ) مشاكل بالقدمين | (ب) راحة القدمين | (ج) لا شيء مما ذكر |
| 3 - اختيار الجوارب القطنية يؤدي إلى السماح للأقدام : | | |
| (أ) بالتنفس | (ب) بثقل القدمين | (ج) جميع ما ذكر |
| 4 - يتم أداء مهارة التعلق الرأسي بالقبض الأمامي على العارضة بحيث يكون: | | |
| (أ) باطني كفي اليدين مواجهين للأمام | (ب) ظاهري الكفين مواجهين للجسم | (ج) جميع ما ذكر |
| 5 - تتم مهارة تنطيط الكرة باليد الواحدة من خلال : | | |
| (أ) الوقوف فتحاً ثني الركبتين | (ب) ثني الذراعين من مفصل المرفقين | (ج) جميع ما ذكر |
| 6 - يتم في مهارة تنطيط الكرة باليد الواحدة في الهواء ضرب الكرة بواسطة حركة مفصل : | | |
| (أ) الرسغ | (ب) المرفق | (ج) الكتف |
| 7 - يعتبر تقوس الجسم من مهارات : | | |
| (أ) الثبات ولا تزان | (ب) الجمباز | (ج) جميع ما ذكر |
| 8 - تمثل مرجحة الذراعين شكل من أشكال مرونة مفصل: | | |
| (أ) الكتف | (ب) الركبة | (ج) لا شيء مما ذكر |
| 9 - تبدأ حركة المرجحة بتحريك الذراعين من الجانبين إلى الأمام لتتقاطع أمام: | | |
| (أ) الجسم | (ب) الرأس | (ج) لا شيء مما ذكر |
| 10 - يعد الاتزان من وضع الإقعاء نصفاً أحد أشكال مهارات الاتزان: | | |
| (أ) الثابت | (ب) المتحرك | (ج) لا شيء مما ذكر |



نموذج الإجابة

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
الإدارة العامة للتعليم بمنطقة
مكتب التعليم
مدرسة

الصف :
الفترة :
الزمن :



| | | | |
|---|----------|-------------|----------|
| نموذج إجابة أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٥/١٤٤٦ هـ | | | |
| اسم الطالب/هـ/ | | رقم الجلوس/ | |
| المصحح: | التوقيع: | المراجع: | التوقيع: |

اختار الإجابة الصحيحة :

| | | |
|---|-------------------------------------|----------------------|
| ١ - هو القدرة على الاستجابة لمختلف المهارات الحركية : | | |
| (أ) التوافق العام | (ب) التوافق الخاص | (ج) جميع ما ذكر |
| ٢ - إن عدم ارتداء أحذية مناسبة للمشي يؤدي إلى : | | |
| (أ) مشاكل بالقدمين | (ب) راحة القدمين | (ج) لا شيء مما ذكر |
| ٣ - اختيار الجوارب القطنية يؤدي إلى السماح للأقدام : | | |
| (أ) بالتنفس | (ب) بثقل القدمين | (ج) جميع ما ذكر |
| ٤ - يتم أداء مهارة التعلق الرأسي بالقبض الأمامي على العارضة بحيث يكون : | | |
| (أ) باطني كفي اليدين مواجهين للأمام | (ب) ظاهري الكفين مواجهين للجسم | (ج) جميع ما ذكر |
| ٥ - تتم مهارة تنطيط الكرة باليد الواحدة من خلال : | | |
| (أ) الوقوف فتحاً ثني الركبتين | (ب) ثني الذراعين من مفصل المرفقين | (ج) جميع ما ذكر |
| ٦ - يتم في مهارة تنطيط الكرة باليد الواحدة في الهواء ضرب الكرة بواسطة حركة مفصل : | | |
| (أ) الرسغ | (ب) المرفق | (ج) الكتف |
| ٧ - يعتبر تقوس الجسم من مهارات : | | |
| (أ) الثبات ولائزان | (ب) الجمباز | (ج) جميع ما ذكر |
| ٨ - تمثل مرجحة الذراعين شكل من أشكال مرونة مفصل: | | |
| (أ) الكتف | (ب) الركبة | (ج) لا شيء مما ذكر |
| ٩ - تبدأ حركة المرجحة بتحريك الذراعين من الجانبين إلى الأمام لتتقاطع أمام: | | |
| (أ) الجسم | (ب) الرأس | (ج) لا شيء مما ذكر |
| ١٠ - يعد الاتزان من وضع الأقدام نصفاً أحد أشكال مهارات الاتزان: | | |
| (أ) الثابت | (ب) المتحرك | (ج) لا شيء مما ذكر |



أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٥/١٤٤٦ هـ

رقم الجلوس /

اسم الطالب/هـ/

التوقيع:

المراجع:

التوقيع:

المصحح:

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

| | |
|----|--|
| 1 | تتم مرجحة الذراعين من أمام وخلف الجسم من وضع الجلوس تربيع |
| 2 | تعد المحافظة على بيئة الأنشطة الرياضية من أهم الأمور التي يجب أخذها بعين الاعتبار |
| 3 | من العوامل المؤثرة في الرشاقة العمر والجنس والوزن الزائد |
| 4 | المرونة الإيجابية هي التي تتضمن جميع مفاصل الجسم |
| 5 | الوقوف على قاعدة اتزان ثابتة مثل الوقوف على كرسي أو مقعد سويدي |
| 6 | يعتبر الرمي من حركات المناولة التي تستخدم في كثير من الألعاب |
| 7 | أثناء أداء مهارة الرمي تحرك اليدين الكرة نهاية حركتها للأمام مع متابعتها لحركة الكرة |
| 8 | يتطلب التسلق التحكم في أداء الأجزاء المتحركة من الجسم والسيطرة عليها |
| 9 | يتم التعلق بالقبض المقلوب باليدين على العارضة مع مد الذراعين والجسم |
| 10 | في مهارة تنطيط الكرة بالرأس يكون ضرب الكرة بالجبهة والعينان مفتوحتان |

الأستاذة/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ,,

انتهت الأسئلة ,,

نموذج الإجابة

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
الإدارة العامة للتعليم بمنطقة
مكتب التعليم
مدرسة

المادة :
الصف :
الفترة :
الزمن :

وزارة التعليم
Ministry of Education

| | | | |
|---|----------|-------------|----------|
| نموذج إجابة أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٥/١٤٤٦ هـ | | | |
| اسم الطالب/هـ/ | | رقم الجلوس/ | |
| المصحح: | التوقيع: | المراجع: | التوقيع: |

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

| | | |
|----|--|---|
| ١ | تتم مرجحة الذراعين من أمام وخلف الجسم من وضع الجلوس تربيع | × |
| ٢ | تعد المحافظة على بيئة الأنشطة الرياضية من أهم الأمور التي يجب أخذها بعين الاعتبار | ✓ |
| ٣ | من العوامل المؤثرة في الرشاقة العمر والجنس والوزن الزائد | ✓ |
| ٤ | المرونة الإيجابية هي التي تتضمن جميع مفاصل الجسم | ✓ |
| ٥ | الوقوف على قاعدة اتزان ثابتة مثل الوقوف على كرسي أو مقعد سويدي | ✓ |
| ٦ | يعتبر الرمي من حركات المناولة التي تستخدم في كثير من الألعاب | ✓ |
| ٧ | أثناء أداء مهارة الرمي تحرك اليدين الكرة نهاية حركتها للأمام مع متابعتها لحركة الكرة | ✓ |
| ٨ | يتطلب التسلق التحكم في أداء الأجزاء المتحركة من الجسم والسيطرة عليها | ✓ |
| ٩ | يتم التعلق بالقبض المقلوب باليدين على العارضة مع مد الذراعين والجسم | ✓ |
| ١٠ | في مهارة تنطيط الكرة بالرأس يكون ضرب الكرة بالجبهة والعينان مفتوحتان | ✓ |

الأستاذة/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ،،

انتهت الأسئلة ،،،

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٥/١٤٤٦ هـ

رقم الجلوس /

اسم الطالب/هـ/

التوقيع:

المراجع:

التوقيع:

المصحح:

اختار الإجابة الصحيحة :

| | | |
|--|-------------------------------------|--------------------------|
| 1 - يتم أداء مهارة التعلق الرأسي بالقبض الأمامي على العارضة بحيث يكون: | | |
| (أ) باطني كفي اليدين مواجهين للأمام | (ب) ظاهري الكفين مواجهين للجسم | (ج) جميع ما ذكر |
| 2 - تتم مهارة تنطيط الكرة باليد الواحدة من خلال : | | |
| (أ) الوقوف فتحاً ثني الركبتين | (ب) ثني الذراعين من مفصل المرفقين | (ج) جميع ما ذكر |
| 3 - يتم في مهارة تنطيط الكرة باليد الواحدة في الهواء ضرب الكرة بواسطة حركة مفصل : | | |
| (أ) الرسغ | (ب) المرفق | (ج) الكتف |
| 4 - أثناء التعلق الصحيح يكون الجسم على استقامة واحدة دون انثناء وتكون المسافة بين اليدين باتساع الصدر..... : | | |
| (أ) النظر للأمام | (ب) الرجلين مضمومتين | (ج) جميع ما ذكر |
| 5 - يعتبر تقوس الجسم من مهارات : | | |
| (أ) الثبات والاتزان | (ب) العمر الزمني والتدريبي . | (ج) جميع ما ذكر صحيح . |
| 6 - من العوامل المؤثرة في المرونة | | |
| (أ) نوع الرياضة الممارسة . | (ب) الجمباز | (ج) لا شيء مما ذكر |
| 7 - في مهارة التعلق المقلوب يتم القبض المقلوب على العارضة من : | | |
| (أ) أعلى | (ب) أسفل | (ج) جانب |
| 8 - قدرة المفصل على التحرك بحرية لمدى حركي كامل | | |
| (أ) المرونة | (ب) التوافق | (ج) الاتزان |
| 9 - هي التي تتضمن جميع مفاصل الجسم | | |
| (أ) المرونة الايجابية | (ب) المرونة الخاصة | (ج) لا شيء مما ذكر |
| 10 - يتم أداء مهارة رمي الكرة من وضع. | | |
| (أ) الجلوس على الأرض | (ب) الوقوف أماماً | (ج) لا شيء مما ذكر |

نموذج الإجابة

| | | | |
|--|----------|-------------|----------|
| أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٥/١٤٤٦ هـ | | | |
| اسم الطالب/هـ/ | | رقم الجلوس/ | |
| المصحح: | التوقيع: | المراجع: | التوقيع: |

اختر الإجابة الصحيحة :

| | | |
|--|-------------------------------------|-------------------------|
| ١ - يتم أداء مهارة التعلق الرأسي بالقبض الأمامي على العارضة بحيث يكون: | | |
| (أ) باطني كفي اليدين مواجهين للأمام | (ب) ظاهري الكفين مواجهين للجسم | (ج) جميع ما ذكر |
| ٢ - تتم مهارة تنطيط الكرة باليد الواحدة من خلال : | | |
| (أ) الوقوف فتحاً ثني الركبتين | (ب) ثني الذراعين من مفصل المرفقين | (ج) جميع ما ذكر |
| ٣ - يتم في مهارة تنطيط الكرة باليد الواحدة في الهواء ضرب الكرة بواسطة حركة مفصل | | |
| (أ) الرسغ | (ب) المرفق | (ج) الكتف |
| ٤ - أثناء التعلق الصحيح يكون الجسم على استقامة واحدة دون انثناء وتكون المسافة بين اليدين بإتساع الصدر..... : | | |
| (أ) النظر للأمام | (ب) الرجلين مضمومتين | (ج) جميع ما ذكر |
| ٥ - يعتبر تقوس الجسم من مهارات | | |
| (أ) الثبات والاتزان | (ب) العمر الزمني والتدريبي. | (ج) جميع ما ذكر صحيح. |
| ٦ - من العوامل المؤثرة في المرونة | | |
| (أ) نوع الرياضة الممارسة. | (ب) نوع الرياضة الممارسة. | (ج) جميع ما ذكر صحيح |
| ٧ - في مهارة التعلق المقلوب يتم القبض المقلوب على العارضة من | | |
| (أ) أعلى | (ب) أسفل | (ج) جانب |
| ٨ - قدرة المفصل على التحرك بحرية لمدى حركي كامل | | |
| (أ) المرونة | (ب) التوافق | (ج) الاتزان |
| ٩ - هي التي تتضمن جميع مفاصل الجسم | | |
| (أ) المرونة الايجابية | (ب) المرونة الخاصة | (ج) لا شيء مما ذكر |
| ١٠ - يتم أداء مهارة رمي الكرة من وضع. | | |
| (أ) الجلوس على الأرض | (ب) الوقوف أماماً | (ج) لا شيء مما ذكر |

| | | | |
|--|----------|-------------|----------|
| أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٥/١٤٤٦ هـ | | | |
| اسم الطالب/هـ/ | | رقم الجلوس/ | |
| المصحح: | التوقيع: | المراجع: | التوقيع: |

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

| | |
|----|--|
| 1 | ارتداء الأحذية المناسبة والمريحة يساعد في منع الإصابة بمشاكل القدمين |
| 2 | تتم مرحة الذراعين من أمام وخلف الجسم من وضع الجلوس تربيع |
| 3 | يساعد لبس الجوارب إلى عدم ظهور بثور وتقرحات مؤلمة أو مسمار القدم |
| 4 | ليس من الضروري تغيير الجوارب بشكل يومي |
| 5 | من العوامل المؤثرة في التوافق الخبرة الحركية |
| 6 | الوقوف على قاعدة ثابتة مثل الوقوف على كرسي أو مقعد سويدي . |
| 7 | يتم الوقوف على قاعدة غير ثابتة مع الاحتفاظ بتوازن الجسم أثناء الوقوف . |
| 8 | الهدف من الرمي هو الدقة في التوجيه لنقطة معينة . |
| 9 | يمكن أن يتم الرمي للكرة بيد واحدة أو بكلتا اليدين . |
| 10 | يساعد التسلق في تنمية القدرات البدنية لدى الطالب . ويمكن أن يتم التسلق باستخدام حبال معلقة . |

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

نموذج الإجابة

| | | | |
|--|----------|-------------|----------|
| أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٥/١٤٤٦ هـ | | | |
| اسم الطالب/هـ/ | | رقم الجلوس/ | |
| المصحح: | التوقيع: | المراجع: | التوقيع: |

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

| | | |
|---|---|----|
| ✓ | ارتداء الأحذية المناسبة والمريحة يساعد في منع الإصابة بمشاكل القدمين | ١ |
| X | تتم مرحة الذراعين من أمام وخلف الجسم من وضع الجلوس تربيع | ٢ |
| ✓ | يساعد لبس الجوارب إلى عدم ظهور بثور وتقرحات مؤلمة أو مسمار القدم | ٣ |
| X | ليس من الضروري تغيير الجوارب بشكل يومي | ٤ |
| ✓ | من العوامل المؤثرة في التوافق الخبرة الحركية | ٥ |
| ✓ | الوقوف على قاعدة ثابتة مثل الوقوف على كرسي أو مقعد سويدي. | ٦ |
| X | يتم الوقوف على قاعدة غير ثابتة مع الاحتفاظ بتوازن الجسم أثناء الوقوف. | ٧ |
| ✓ | الهدف من الرمي هو الدقة في التوجيه لنقطة معينة. | ٨ |
| ✓ | يمكن أن يتم الرمي للكرة بيد واحدة أو بكلتا اليدين. | ٩ |
| ✓ | يساعد التسلق في تنمية القدرات البدنية لدى الطالب . ويمكن أن يتم التسلق باستخدام حبال معلقة. | ١٠ |

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ،،

انتهت الأسئلة ،،،

| | | |
|--|---|--------------------------------------|
| المادة: التربية البدنية والدفاع عن النفس |  وزارة التعليم Ministry of Education | المملكة العربية السعودية |
| الصف: الثالث الابتدائي (أنتساب) | | وزارة التعليم |
| الزمن: ساعة ونصف | | الإدارة العامة للتعليم بمحافظة |
| | | المدرسة: |
| أسئلة اختبار الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ١٤٤٦ هـ | | |

| اسم الطالب / ة | الصف | الدرجة المستحقة | التوقيع |
|----------------|------|-----------------|---------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

٣٠ /

السؤال الأول : اختاري/ي الإجابة الصحيحة :

| | | | | |
|-----|---|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------|
| ١. | من أهمية ارتداء الأحذية أثناء ممارسة النشاط البدني ؟ | ١- ارتداء الأحذية المناسبة والمريحة | ٢- تغيير الجوارب بشكل يومي | ٣- جميع ما ذكر صحيح |
| ٢. | من أهمية ارتداء الجوارب أثناء ممارسة النشاط البدني ؟ | ١- تعقيم الأحذية بعد الاستخدام | ٢- اختيار الجوارب القطنية | ٣- جميع ما ذكر صحيح |
| ٣. | هو القدرة على التنسيق بين حركات أجزاء الجسم المختلفة عندما تقوم بحركات شاملة ؟ | ١- المرونة | ٢- الرشاقة | ٣- التوافق |
| ٤. | يتطلب أداء هذه المهارة توفر عارضة مناسبة للتعلم من حيث الحجم الذي يجب أن يكون صغيراً حتى يتمكن الطالب/ة من القبض عليها بسهولة ؟ | ١- التعلق الرأسي | ٢- التسلق | ٣- القوس المعكوس |
| ٥. | تتم مرجحة الذراعين من أمام وخلف الجسم من وضع الوقوف حيث يتم رفع الذراعين وهي مرتخية قليلاً لتكون في وضع بين جانبا وأسفل ؟ | ١- الاتزان من وضع الإقعاء نصفاً | ٢- مرجحة الذراعان من خلف و أمام الجسم | ٣- التعلق المعكوس |
| ٦. | يعد أحد أشكال مهارات الاتزان الثابت التي تتضمن محاولة المحافظة على اتزان الجسم في وضع معين ؟ | ١- مرجحة الذراعان من خلف و أمام الجسم | ٢- التعلق المعكوس | ٣- الاتزان من وضع الإقعاء نصفاً |
| ٧. | تعرف بأنها سرعة تغيير أوضاع الجسم أو تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء ؟ | ١- الرشاقة | ٢- المرونة | ٣- التوافق |
| ٨. | عند أداء المهارة يكون الجسم على استقامة واحدة دون انثناء ؟ | ١- التعلق الرأسي | ٢- التعلق بالقبضة المعكوسة | ٣- التعلق بالقبضة المقلوبة |
| ٩. | يعتبر من مهارات الثبات والاتزان التي تتطلب دعم الجسم بقاعدة ارتكاز مناسبة.؟ | ١- الوقوف على قاعدة الاتزان غير ثابتة | ٢- رمي الكرة بطريقة صحيحة | ٣- القوس المعكوس |
| ١٠. | وهو عبارة عن لوح مربع الشكل مرتكز على الأرض عند خط المنتصف ، ومرتفع عنها عند الطرفين ، ويقف الطالب/ة عليه مع محاولة الاحتفاظ بالاتزان بحيث يكون اللوح مرتفعة عن الأرض عند طرفيه ؟ | ١- الوقوف على قاعدة الاتزان غير ثابتة | ٢- الوقوف على قاعدة الاتزان ثابتة | ٣- التعلق بالقبضة المقلوبة |

يتبع

| | | | | | |
|---|--------------------------|----|-----------------------|----|------------------------|
| يتم بيد واحدة أو بكلتا اليدين ويرتبط ذلك بحجم الكرة التي يتم رميها وشكلها ووزنها؟ | | | | | ١١- |
| ١- | تنطيط الكرة بطريقة صحيحة | ٢- | القوس المعكوس | ٣- | رمي الكرة بطريقة صحيحة |
| تعرف بأنها قدرة المفصل على التحرك بحرية لدى حركي كامل وتتفاوت درجة المرونة بشكل كبير على حسب نوع المفصل والأفراد؟ | | | | | ١٢ |
| ١- | المرونة | ٢- | الرشاقة | ٣- | التوافق |
| يتم التعلق على العارضة من أعلى بحيث يكون باطني كفي اليدين مواجهين للجسم وظاهري الكفين مواجهين للأمام؟ | | | | | ١٣ |
| ١- | القبضة المعكوسة | ٢- | القبضة المقلوبة | ٣- | التعلق الرأسي |
| يتطلب التحكم في أداء الأجزاء المتحركة من الجسم والسيطرة عليها صعوداً ونزولاً؟ | | | | | ١٤ |
| ١- | التعلق | ٢- | التقوس | ٣- | التسلق |
| من التحركات الرئيسية في رياضة الجودو؟ | | | | | ١٥ |
| ١- | التحرك العمودي | ٢- | التحرك للأمام و للخلف | ٣- | جميع ما ذكر صحيح |

/ ١٠

السؤال الثاني : ضع / ي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية ؟

| | |
|----|--|
| ١- | من أهم النقاط التعليمية في التحرك الجانبي (الأيمن والأيسر) التحرك بالزحف على البساط . |
| ٢- | من أهم الأخطاء الشائعة في التحرك الأمامي والخلفي التحرك بانتقال القدمين وليس بالزحف . |
| ٣- | لا يساعد التسلق في تنمية القدرات البدنية لدى الطالب. |
| ٤- | تعد عملية المحافظة على البيئة وحمايتها من أهم الأمور التي يجب على أخذها بعين الاعتبار. |
| ٥- | لا يعتبر الرمي من حركات المناولة التي تستخدم كثير من الألعاب |

انتهت الأسئلة.....تمنياتى لكم بالتوفيق