



المادة : التربية البدنية والدفاع عن النفس
الصف : الثاني متوسط

درجات
١٠ درجات

اسم الطالب : الصف :

اسئلة اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس (الفترة الثانية) للعام الدراسي ١٤٤٧ هـ

السؤال الأول :

أ- ضع علامة (صح) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (خطأ) أمام العبارة الخاطئة :

()	١- يعد التمير والاستقبال من أهم المهارات التي يجب إتقانها في كرة اليد
()	٢- من متطلبات مهارة الدرجة الأمامية الطائرة وجود شخص بالغ مساند
()	٣- تستخدم مهارة التصويبة السلمية في كرة اليد غالبا لغرض الدخول لمنطقة المرمي أو من أجل تفادي حائط صد الدفاع
()	٤- يجب إيقاف الوقت عند احتساب رمية الحكم في كرة اليد
()	٥- من فوائد مسكة المضرب في الريشة الطائرة أنها تعزز ثقة اللاعب بنفسه
()	٦- تصنف مهارة الإسقاط من فوق الرأس من مهارات الضربات الأمامية الهجومية في الريشة الطائرة

السؤال الثاني :

أ- اختار الإجابة الصحيحة

١	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
٢	تؤدي رمية الـ (٧ أمتار) في كرة اليد خلال ثواني بعد صافرة الحكم				
أ-	ثانية واحدة	ب-	ثانيتين	ج-	ثلاث ثواني
٣	تحتوي الريشة الطائرة على قطعة من الريش مثبتة بالقاعدة .				
أ-	١٦ قطعة	ب-	١٤ قطعة	ج-	١٢ قطعة

السؤال الثاني :

أ- ضع دائرة حول اسم المهارة التي أمامك ؟



٣- الإرسال من أعلى

٢- التمير من مستوي الحوض

١- رمية الجزاء في كرة اليد

مع تمنياتي لكم بالتوفيق والنجاح

معلم المادة : سعيد الزهراني



المادة : التربية البدنية والدفاع عن النفس
الصف : الثاني متوسط

نموذج الإجابة

١٠ درجات

اسم الطالب : الصف :

نموذج إجابة اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس (الفترة الثانية) للعام الدراسي ١٤٤٧ هـ

السؤال الأول :

ب- ضع علامة (صح) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (خطأ) أمام العبارة الخاطئة :

١-	يعد التمرير والاستقبال من أهم المهارات التي يجب إتقانها في كرة اليد	(صح)
٢-	من متطلبات مهارة الدرجة الأمامية الطائرة وجود شخص بالغ مساند	(صح)
٣-	تستخدم مهارة التصويبة السلمية في كرة اليد غالبا لغرض الدخول لمنطقة المرمي أو من أجل تفادي حائط صد الدفاع	(صح)
٤-	يجب إيقاف الوقت عند احتساب رمية الحكم في كرة اليد	(صح)
٥-	من فوائد مسكة المضرب في الريشة الطائرة أنها تعزز ثقة اللاعب بنفسه	(صح)
٦-	تصنف مهارة الإسقاط من فوق الرأس من مهارات الضربات الأمامية الهجومية في الريشة الطائرة	(صح)

السؤال الثاني :

ب- اختار الإجابة الصحيحة

١	هي قدرة الجهازين الدوري والتنفسي على أخذ الأوكسجين من الهواء الخارجي بواسطة الجهاز التنفسي ونقله بواسطة الجهاز الدوري لأجزاء الجسم المختلفة	أ- اللياقة القلبية التنفسية	ب-	التركيب الجسمي	ج-	القوة العضلية
٢	تؤدي رمية الـ (٧ أمتار) في كرة اليد خلال ثواني بعد صافرة الحكم	أ- ثانية واحدة	ب-	ثانيتين	ج-	ثلاث ثواني
٣	تحتوي الريشة الطائرة على قطعة من الريش مثبتة بالقاعدة .	أ- ١٦ قطعة	ب-	١٤ قطعة	ج-	١٢ قطعة



السؤال الثاني :

أ- ضع دائرة حول اسم المهارة التي أمامك ؟

٣- الإرسال من أعلى

٢- التمرير من مستوي الحوض

١- رمية الجزاء في كرة اليد

مع تمنياتي لكم بالتوفيق والنجاح

معلم المادة : سعيد الزهراني

التاريخ: / / ١٤٤٧هـ
الفصل: الدراسي الثاني
اختبار: الفترة الثانية

مدرسة:



الصف الثاني المتوسط

اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس الفترة الثانية للصف الثاني المتوسط للعام ١٤٤٧هـ

اسم الطالب/ة: الصف:

السؤال الأول:

السؤال الأول: ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة:

- | | | |
|---|--|-----|
| ١ | عند أداء مهارة الدحرجة الأمامية الطائرة في الجمباز الفني، يراعى أن تكون من الجري والارتقاء بكلا القدمين لدفع الأرض والطيران لأعلى وللأمام. | () |
| ٢ | ينبغي تناول الوجبة الغذائية قبل المنافسة بحوالي (٣ - ٥) ساعات. | () |
| ٣ | بعد أداء التمريزة الخاطفة في كرة السلة، يتم الهبوط على قدم واحدة. | () |

السؤال الثاني:

اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

- | | | | | |
|---|---|--------------------------|----------------------|-------------------------|
| ١ | عند ضرب الريشة بحركة تشبه البندول من مفصل (.....): | أ- الكتف | ب- المرفق | ت- الرسغ |
| ٢ | يلزم قانون كرة اليد اللاعب المصوب للرمية الجزائية بالمحافظة على (....) أثناء التصويب: | أ- أحد الرجلين على الأرض | ب- الرجلين على الأرض | ت- أحد اليدين على الأرض |

مع تمنياتي لكم بالتوفيق والنجاح...

اسم المعلم/ة:

موقع
مادتي



نموذج الإجابة

التاريخ: / / ١٤٤٧هـ
الفصل: الدراسي الثاني
اختبار: الفترة الثانية

مدرسة:



الصف الثاني المتوسط

اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس الفترة الثانية للصف الثاني المتوسط للعام ١٤٤٧هـ

الصف:

اسم الطالب/ة:

السؤال الأول:

السؤال الأول: ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة:

- | | | |
|---|--|-----|
| ١ | عند أداء مهارة الدحرجة الأمامية الطائرة في الجمباز الفني، يراعى أن تكون من الجري والارتقاء بكلا القدمين لدفع الأرض والطيران لأعلى وللأمام. | (✓) |
| ٢ | ينبغي تناول الوجبة الغذائية قبل المنافسة بحوالي (٣ - ٥) ساعات. | (✓) |
| ٣ | بعد أداء التمريرة الخاطفة في كرة السلة، يتم الهبوط على قدم واحدة. | (X) |

السؤال الثاني:

اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

١	عند ضرب الريشة بحركة تشبه البندول من مفصل (.....):	أ- الكتف	ب- المرفق	ت- الرسغ
٢	يلزم قانون كرة اليد اللاعب المصوب للرمية الجزائية بالمحافظة على (....) أثناء التصويب:	أ- أحد الرجلين على الأرض	ب- الرجلين على الأرض	ت- أحد اليدين على الأرض

مع تمنياتي لكم بالتوفيق والنجاح...

اسم المعلم/ة:

موقع
مادنتيرا

