

تم تحميل وعرض المادة من

# منهجي

mnhaji.com



موقع منهجي منصة تعليمية توفر كل ما يحتاجه المعلم  
والطالب من حلول الكتب الدراسية وشرح للدروس  
بأسلوب مبسط لكافة المراحل التعليمية وتوزيع  
المناهج وتحضير وملخصات ونماذج اختبارات وأوراق  
عمل جاهزة للطباعة والتحميل بشكل مجاني

حمل تطبيق منهجي ليصلك كل جديد



أسئلة اختبار الفصل الدراسي الثالث (التربية الصحية والبدنية) العام الدراسي 1445/1444هـ			
اسم الطالب/هـ			رقم الجلوس/
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

اختار الإجابة الصحيحة :

1 - في خطة دفاع المنطقة يقف جميع اللاعبين على خط المنطقة .....		
6م (أ)	3م (ب)	9م (ج)
2 - ..... هي القدرة على انتاج حركة سريعة في أقصر وقت ممكن لعضو من أعضاء الجسم المختلفة :		
(أ) الرشاقة .	(ب) السرعة	(ج) المرونة
3 - يتكون الفريق الواحد في كرة اليد من .....		
(أ) 11 لاعب	(ب) 9 لاعبين	(ج) 7 لاعبين
4 - من الطرق المستخدمة لقياس وظيفة الجهاز القلبي الدوري .....		
(أ) اختبار القوة العضلية	(ب) اختبار السير المتحرك	(ج) اختبار المرونة
5 - ..... يزيد من خطر الاصابة بأنواع مختلفة من السرطانات :		
(أ) التدخين	(ب) الخمول البدني	(ج) جميع الاجابات خاطئة

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

1	من واجبات المهاجم الأمامي الاشتراك في جميع حالات اللعب معتمد على سرعة الحركة ورشاقته؟
2	الطاقة المستخدمة في تمرينات السرعة تزود من النظام اللاهوائي؟
3	من عيوب خطة دفاع المنطقة : السماح للفريق المهاجم بالحركة بحرية خارج منطقة الجزاء؟
4	تدار مباريات كرة اليد من خلال حكمين رئيسيين بالإضافة إلى مراقبين اثنين؟
5	لمرضى اعتلال المفاصل العظمية لا بد من تقوية العضلات المحيطة بالمفصل 2-3 مرات في الاسبوع؟

أسئلة اختبار الفصل الدراسي الثالث (التربية الصحية والبدنية) العام الدراسي ١٤٤٤/١٤٤٥ هـ			
اسم الطالب/هـ/		رقم الجلوس/	
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

اختر الإجابة الصحيحة :

١ - في خطة دفاع المنطقة يقف جميع اللاعبين على خط المنطقة .....		
( أ ) ٦ م	( ب ) ٣ م	( ج ) ٩ م
٢ - ..... هي القدرة على إنتاج حركة سريعة في أقصر وقت ممكن لعضو من أعضاء الجسم المختلفة :		
( أ ) الرشاقة .	( ب ) السرعة	( ج ) المرونة
٣ - يتكون الفريق الواحد في كرة اليد من .....		
( أ ) ١١ لاعب	( ب ) ٩ لاعبين	( ج ) ٧ لاعبين
٤ - من الطرق المستخدمة لقياس وظيفة الجهاز القلبي الدوري .....		
( أ ) اختبار القوة العضلية	( ب ) اختبار السير المتحرك	( ج ) اختبار المرونة
٥ - ..... يزيد من خطر الإصابة بأنواع مختلفة من السرطانات :		
( أ ) التدخين	( ب ) الخمول البدني	( ج ) جميع الاجابات خاطئة

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

١	من واجبات المهاجم الأمامي الاشتراك في جميع حالات اللعب معتمد على سرعة الحركة ورشاقته؟	✓
٢	الطاقة المستخدمة في تمارين السرعة تزود من النظام اللاهوائي؟	✓
٣	من عيوب خطة دفاع المنطقة : السماح للفريق المهاجم بالحركة بحرية خارج منطقة الجزاء؟	✓
٤	تدار مباريات كرة اليد من خلال حكمين رئيسيين بالإضافة إلى مراقبين اثنين؟	✓
٥	لمرضى اعتلال المفاصل العظمية لا بد من تقوية العضلات المحيطة بالمفصل ٢-٣ مرات في الاسبوع؟	✓

الأستاذ/

أتمنى لكم التوفيق والنجاح ،،

انتهت الأسئلة ،،،