

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 الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي 1445/1444هـ			
اسم الطالب/هـ/		رقم الجلوس/	
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

اختر 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) الجمباز	(ج) لا شيء مما ذكر

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

1	ارتداء الأحذية المناسبة والمريحة يساعد في منع الإصابة بمشاكل القدمين
2	تتم مرجحة 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

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ,,

انتهت الأسئلة ,,

نموذج الإجابة

أسئلة اختبار الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٤/١٤٤٥ هـ			
اسم الطالب/هـ/		رقم الجلوس/	
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

اختار 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 باتساع الصدر..... :		
(أ) النظر للأمام	(ب) الرجلين مضمومتين	(ج) جميع ما ذكر
٥ - يعتبر تقوس الجسم من مهارات		
(أ) الثبات والاتزان	(ب) الجمباز	(ج) لا شيء مما ذكر

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

✓	١ ارتداء الأحذية المناسبة والمريحة يساعد في منع الإصابة بمشاكل القدمين
X	٢ تتم مرجحة الذراعين من أمام وخلف الجسم من وضع الجلوس تربيع
✓	٣ يساعد لبس الجوارب إلى عدم ظهور بثور وتقرحات مؤلمة أو مسمار القدم
X	٤ ليس من الضروري تغيير الجوارب بشكل يومي
✓	٥ من العوامل المؤثرة في التوافق الخبرة الحركية

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ،،

انتهت الأسئلة ،،،



للفصل الدراسي الثاني لعام 1444 هـ

الصف :

اسم الطالب / ة :

السؤال الأول : ضع / ي علامة (✓) أو علامة (×) أمام العبارات التالية ؟

- 1- ارتداء أحذية المشي المناسبة والمريحة يساعد في منع الإصابة بمشاكل القدمين. (✓)
- 2- ارتداء الجوارب أثناء ممارسة النشاط البدني تؤدي إلى ظهور بثور وتقرحات مؤلمة أو مسمار القدم، بالإضافة إلى تفاقم اضطرابات القدم. (×)
- 3- التوافق هو القدرة على التنسيق بين حركات أجزاء الجسم المختلفة عندما تقوم بحركات شاملة. (✓)
- 4- لا يتطلب أداء مهارة التعلق الرأسي بطريقة آمنة وصحيحة توفر عارضة مناسبة للتعلق من حيث الحجم الذي يجب أن يكون صغيراً حتى يتمكن الطالب/ة من القبض عليها بسهولة. (×)
- 5- تمثل مرجحة الذراعين من أمام وخلف الجسم شكلاً من أشكال تمرينات المرونة لمفصلي الكتفين. (✓)
- 6- لا يعد الاتزان من وضع الإقعاء نصفاً أحد أشكال مهارات الاتزان الثابت التي تتضمن محاولة المحافظة على اتزان الجسم في وضع معين. (×)
- 7- من الخطوات التعليمية لتنطيط الكرة باليد الواحدة بطريقة صحيحة في الهواء الوقوف فتحاً مع ثني الركبتين قليلاً وثني الذراع من مفصل المرفق ، حيث يكون الساعد موازي للأرض. (✓)
- 8- لا تُعد عملية المحافظة على البيئة وحمايتها من أهم الأمور التي يجب أخذها بعين الاعتبار. (×)
- 9- الرشاقة تعرف بأنها سرعة تغيير أوضاع الجسم أو تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء. (✓)
- 10- عند أداء مهارة التعلق الأفقي يكون الجسم على استقامة واحدة مع انثناء. (×)