

تم تحميل وعرض المادة من

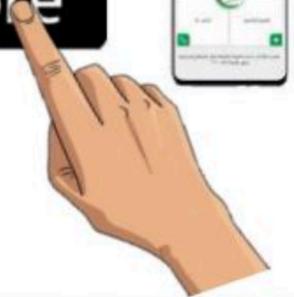
# منهجي

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 مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس ( الفترة الأولى ) للصف سادس ابتدائي الفصل الثاني لعام ١٤٤٧ هـ

اسم الطالب : ..... : النصف : .....

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

( )	1	يزداد معدل ضربات القلب أثناء بذل المجهود البدني.
( )	2	يمثل الإحماء الجزء التمهيدي أو المدخل لأداء أي نشاط بدني.
( )	3	ترتفع ضربات القلب بشكل بسيط في الأنشطة البدنية مثل الإرسال في الكرة الطائرة والأعمال اليدوية.
( )	4	تتوقف الزيادة في معدل ضربات القلب على شدة المجهود البدني.
( )	5	تؤدي مهارة تمرير الكرة بالساعدين للأعلى والخلف من الوقوف فتحاً.

السؤال الثاني : اختاري/ي الإجابة الصحيحة فيما يلي :

1	أ	للخلف	ب	للأمام	ج	للأعلى	في مهارة تمرير الكرة بالساعدين يتم ثني الركبتين ويميل الجذع ..... قليلاً.
2	أ	منتصف	ب	أعلى	ج	لا شيء مما ذكر	في مهارة الإرسال الجانبي من الأسفل يتم مسك الكرة أسفل وباليد الحاملة أمام ..... الجسم.
3	أ	للأمام	ب	للخلف	ج	جميع ما ذكر صحيح	أثناء أداء مهارة تمرير الكرة بالساعدين يتم مد الركبتين للوصول للوقوف ومد الذراعين ..... بمحاذاة الصدر.
4	أ	خلف	ب	أمام	ج	الكرة	يتم متابعة الجسم لعملية الإرسال وذلك باستمرار مرجحة الذراع ..... الكرة.
5	أ	خفيفة	ب	قوية	ج	جميع ما ذكر صحيح	تتكون التهدئة من أنشطة ..... تتسم بالبطء في التوقيت.

انتهت الأسئلة مع تمنياتي لكم بالتوفيق  
معلم/ة المادة :

# نموذج الإجابة

نموذج إجابة أسئلة اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس ( الفترة الأولى ) للصف سادس ابتدائي الفصل الثاني لعام ١٤٤٧ هـ

اسم الطالب : ..... الصف : .....

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

١	يزداد معدل ضربات القلب أثناء بذل المجهود البدني.	(✓)
٢	يمثل الإحماء الجزء التمهيدي أو المدخل لأداء أي نشاط بدني.	(✓)
٣	ترتفع ضربات القلب بشكل بسيط في الأنشطة البدنية مثل الإرسال في الكرة الطائرة والأعمال اليدوية.	(✓)
٤	تتوقف الزيادة في معدل ضربات القلب على شدة المجهود البدني.	(✓)
٥	تؤدي مهارة تمرير الكرة بالساعدين للأعلى والخلف من الوقوف فتحاً.	(✓)

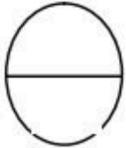
السؤال الثاني : اختار/ي الإجابة الصحيحة فيما يلي :

١	في مهارة تمرير الكرة بالساعدين يتم ثني الركبتين ويميل الجذع ..... قليلاً.	أ	للخلف	ب	للأمام	ج	للأعلى
٢	في مهارة الإرسال الجانبي من الأسفل يتم مسك الكرة أسفل وباليد الحاملة أمام ..... الجسم.	أ	منتصف	ب	أعلى	ج	لا شيء مما ذكر
٣	أثناء أداء مهارة تمرير الكرة بالساعدين يتم مد الركبتين للوصول للوقوف ومد الذراعين ..... بمحاذاة الصدر.	أ	للأمام	ب	للخلف	ج	جميع ما ذكر صحيح
٤	يتم متابعة الجسم لعملية الإرسال وذلك باستمرار مرجحة الذراع ..... الكرة.	أ	خلف	ب	أمام	ج	الكرة
٥	تتكون التهدئة من أنشطة ..... تتسم بالبطء في التوقيت.	أ	خفيفة	ب	قوية	ج	جميع ما ذكر صحيح

اختبار الفترة الأولى لمادة التربية البدنية والدفاع عن النفس  
للفترة الدراسية الثانية لعام ١٤٤٧ هـ للصف السادس الابتدائي

اسم الطالب/ة:

الصف: /



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

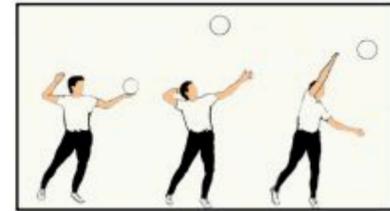
- ١- يمثل الإحماء الجزء التمهيدي أو المدخل لأداء أي نشاط بدني . ( )
- ٢- تتم التهدئة في بداية النشاط البدني . ( )
- ٣- لتجنب الإصابات أثناء النشاط البدني استخدام حذاء مناسب للنشاط البدني. ( )

السؤال الثاني: اختار / ي الإجابة الصحيحة من العبارات التالية؟

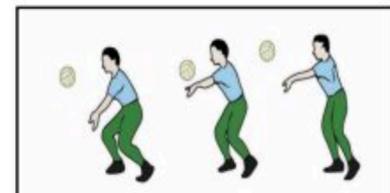
- ١- عند أداء مهارة الإرسال بوجه المضرب الخلفي في كرة تنس الطاولة يكون المضرب .....  
الذراع الأيسر ليتمكن اللاعب / ة المنافس من رؤية زاوية المضرب والقدم اليمنى أماما .  
أ- أسفل      ب- أعلى      ج- أوسط
- ٢- عند أداء مهارة الضربة الساحقة الخلفية في كرة تنس الطاولة بعد الانتهاء من عملية تمتد  
الذراع ويدور الساعد باتجاه .....  
أ- الأرض      ب- الطاولة      ج- الشبكة
- ٣- تستخدم مهارة الضربة الساقطة في كرة تنس الطاولة عندما يكون اللاعب المنافس .....  
عن الطاولة.  
أ- وسطيا      ب- قريبا      ج- بعيدا

السؤال الثالث: صل / ي الصورة بالعنوان المناسب لها؟

تمرير الكرة من الأسفل بالساعدين للأعلى وللخلف



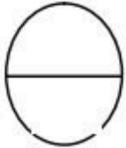
لإرسال المواجه من الأعلى



اختبار الفترة الأولى لمادة التربية البدنية والدفاع عن النفس  
للفترة الدراسية الثانية لعام ١٤٤٧ هـ للصف السادس الابتدائي

اسم الطالب/ة:

الصف: /



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

- ١- يمثل الإحماء الجزء التمهيدي أو المدخل لأداء أي نشاط بدني . ( ✓ )
- ٢- تتم التهدئة في بداية النشاط البدني . ( x )
- ٣- لتجنب الإصابات أثناء النشاط البدني استخدام حذاء مناسب للنشاط البدني. ( ✓ )

السؤال الثاني: اختار / ي الإجابة الصحيحة من العبارات التالية؟

- ١- عند أداء مهارة الإرسال بوجه المضرب الخلفي في كرة تنس الطاولة يكون المضرب .....  
الذراع الأيسر ليتمكن اللاعب / ة المنافس من رؤية زاوية المضرب والقدم اليمنى أماما .  
أ- أسفل      ب- أعلى      ج- أوسط
- ٢- عند أداء مهارة الضربة الساحقة الخلفية في كرة تنس الطاولة بعد الانتهاء من عملية تمتد  
الذراع ويدور الساعد باتجاه .....  
أ- الأرض      ب- الطاولة      ج- الشبكة
- ٣- تستخدم مهارة الضربة الساقطة في كرة تنس الطاولة عندما يكون اللاعب المنافس .....  
عن الطاولة.  
أ- وسطيا      ب- قريبا      ج- بعيدا

السؤال الثالث: صل / ي الصورة بالعنوان المناسب لها؟

تمرير الكرة من الأسفل بالساعدين للأعلى وللخلف

لإرسال المواجه من الأعلى

