

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



اختبار الفترة الثانية

الصفحة: سادس ابتدائي

الفصل الدراسي الأول ١٤٤٨هـ

أسئلة اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس (الفترة الثانية) للصف سادس ابتدائي الفصل الأول لعام ١٤٤٨ هـ

اسم الطالب : النصف :

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

1	ينفذ الإرسال من تحت الذراع بأن تترك الكرة لتسقط من يد اللاعب أو يدفعها قليلاً.	()
2	تتم تنمية السرعة بتدريبات السرعة المختلفة مثل العدو لمسافة 30 - 40 - 50 متراً.	()
3	في الإرسال من تحت الذراع تضرب الكرة من الخلف أو من الجانب كي يعطيها دوراناً.	()
4	في الضربة الطائرة المسقطة تسحب اليد لضرب ومضربه بجانب الجسم والقبضة تكون قريبة من الركبة.	()
5	تتكون الوثبة الثلاثية من أربع مراحل.	()
6	في الضربة نصف الطائرة يتم استقبال الكرة بزيادة ثني مفصلي الركبتين.	()
7	تقاس القوة العضلية عن طريق قوة عضلات الذراعين والحزام الصدري.	()
8	تعتبر السرعة عاملاً مهماً في كثير من الرياضات كالعدو وسباحة المسافات القصيرة.	()
9	أثناء الجري في المنحنى يفقد جزءاً من السرعة بفعل القوة الطاردة المركزية.	()
10	تبدأ مرحلة الارتكاز عند وضع قدم الارتكاز في نهاية آخر خطوة قبل الحاجز.	()

السؤال الثاني : اختاري/ي الإجابة الصحيحة فيما يلي :

1	أ	القوة العضلية	ب	الرشاقة	ج	السرعة
2	أ	للأمام	ب	للخلف	ج	لا شيء مما ذكر
3	أ	الضربة الطائرة المسقطة	ب	الإرسال	ج	جميع ما ذكر صحيح
4	أ	أربع	ب	ثلاث	ج	خمس
5	أ	عالياً	ب	للأسفل	ج	لا شيء مما ذكر

السؤال الثالث / ضع/ي الإجابة الصحيحة من بين الكلمات التالية فيما يلي :

(السرعة - الضربة الطائرة المسقطة - الضربة نصف الطائرة - الجري في منحنى - الوثب الثلاثي)

- 1- تبدأ مهارة بمسار الاقتراب يجري فيه الطالب بأقصى سرعته.
- 2- في مهارة يميل الجذع قليلاً جهة اليسار مع دوران مشط قدم الرجل اليسرى قليلاً للخارج.
- 3- في مهارة يمسك المضرب بالمسكة الغربية والشرقية.
- 4- في مهارة بمجرد نقل الرسغ للخلف تجعل شبكة المضرب بوضع مائل.
- 5- هي سرعة الانقباضات العضلية عند أداء حركي معين.

انتهت الأسئلة مع تمنياتي لكم بالتوفيق
معلم/ة المادة :

موقع منهجي 
mnhaji.com

نموذج الإجابة

نموذج إجابة أسئلة اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس (الفترة الثانية) للصف سادس ابتدائي الفصل الأول لعام ١٤٤٨ هـ

اسم الطالب : الصف :

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

(✓)	١	ينفذ الإرسال من تحت الذراع بأن تترك الكرة لتسقط من يد اللاعب أو يدفعها قليلاً.
(✓)	٢	تتم تنمية السرعة بتدريبات السرعة المختلفة مثل العدو لمسافة ٣٠ - ٤٠ - ٥٠ متراً.
(✓)	٣	في الإرسال من تحت الذراع تضرب الكرة من الخلف أو من الجانب كي يعطيها دوراناً.
(✓)	٤	في الضربة الطائرة المسقطة تسحب اليد لضرب ومضربه بجانب الجسم والقبضة تكون قريبة من الركبة.
(✓)	٥	تتكون الوثبة الثلاثية من أربع مراحل.
(✓)	٦	في الضربة نصف الطائرة يتم استقبال الكرة بزيادة ثني مفصلي الركبتين.
(✓)	٧	تقاس القوة العضلية عن طريق قوة عضلات الذراعين والحزام الصدري.
(✓)	٨	تعتبر السرعة عاملاً مهماً في كثير من الرياضات كالعدو وسباحة المسافات القصيرة.
(✓)	٩	أثناء الجري في المنحنى يفقد جزءاً من السرعة بفعل القوة الطاردة المركزية.
(✓)	١٠	تبدأ مرحلة الارتكاز عند وضع قدم الارتكاز في نهاية آخر خطوة قبل الحاجز.

موقع منهجي

mnhaji.com



السؤال الثاني : اختاري/ي الإجابة الصحيحة فيما يلي :

١	أ	القوة العضلية	ب	الرشاقة	ج	السرعة
٢	أ	للأمام	ب	للخلف	ج	لا شيء مما ذكر
٣	أ	الضربة الطائرة المسقطة	ب	الإرسال	ج	جميع ما ذكر صحيح
٤	أ	أربع	ب	ثلاث	ج	خمس
٥	أ	عالياً	ب	للأسفل	ج	لا شيء مما ذكر

السؤال الثالث / ضع / ي الإجابة الصحيحة من بين الكلمات التالية فيما يلي :

(السرعة - الضربة الطائرة المسقطة - الضربة نصف الطائرة - الجري في منحنى - الوثب الثلاثي)

- ١- تبدأ مهارة **الوثب الثلاثي**.... بمسار الاقتراب يجري فيه الطالب بأقصى سرعته.
- ٢- في مهارة **الجري في منحنى**.. يميل الجذع قليلاً جهة اليسار مع دوران مشط قدم الرجل اليسرى قليلاً للخارج.
- ٣- في مهارة **الضربة نصف الطائرة**.... يمسك المضرب بالمسكة الغربية والشرقية.
- ٤- في مهارة **الضربة الطائرة المسقطة**.... بمجرد نقل الرسغ للخلف تجعل شبكة المضرب بوضع مائل.
- ٥- **السرعة**..... هي سرعة الانقباضات العضلية عند أداء حركي معين.

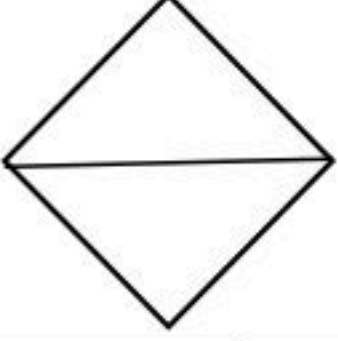
 **موقع منهجي**
mnhaji.com

انتهت الأسئلة مع تمنياتي لكم بالتوفيق
معلم/ة المادة :

اختبار الفترة الثانية للفصل الدراسي الأول لعام 1448 هـ لمادة التربية البدنية
 والدفاع عن النفس للصف السادس الابتدائي

الصف /

اسم الطالب / ة



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

1-	عند أداء مهارة الإرسال المعكوس يتم ضرب الكرة من الحافة الداخلية و من أمام جسم المرسل تقريبا
2-	عند أداء مهارة الإرسال من تحت الذراع تضرب الكرة من الأمام أو من الجانب كي يعطيها دورانا
3-	عند أداء مهارة الضربة نصف الطائرة يتم مقابلة الكرة بعد ارتدادها من الأرض مباشرة
4-	من العوامل المؤثرة على عنصر الرشاقة الوراثة .
5-	عند أداء مهارة الجري في منحني زيادة طول خطوة الرجل اليسرى من الرجل اليميني

السؤال الثاني : أكمل / ي الفراغات التالية مما يلي ؟

قوة القبضة - التفكير - الاقتراب - بالطريقة الشرقية - فقد

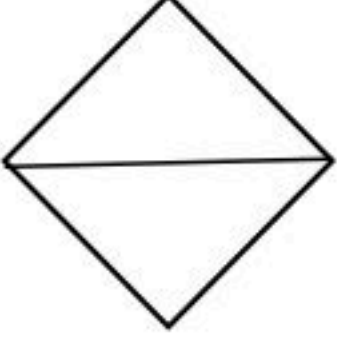
- 1- يتم أثناء الجري في المنحني جزء من السرعة بفعل القوة الطاردة المركزية.
- 2- تتكون مهارة الوثب الثلاثي من أربع مراحل إحداها مرحلة
- 3- عند أداء مهارة الضربة نصف الطائرة تتم بمسك المضرب
- 4- من العوامل المؤثرة في عنصر التوافق
- 5- يقاس عنصر القوة العضلية عن طريق جهاز

نهودج الإجابة

اختبار الفترة الثانية للفصل الدراسي الأول لعام 1448 هـ لمادة التربية البدنية والدفاع عن النفس للصف السادس الابتدائي

الصف /

اسم الطالب / ة



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

✓	1- عند أداء مهارة الإرسال المعكوس يتم ضرب الكرة من الحافة الداخلية و من أمام جسم المرسل تقريبا .
✗	2- عند أداء مهارة الإرسال من تحت الذراع تضرب الكرة من الأمام أو من الجانب كي يعطيها دورانا
✓	3- عند أداء مهارة الضربة نصف الطائرة يتم مقابلة الكرة بعد ارتدادها من الأرض مباشرة
✗	4- من العوامل المؤثرة على عنصر الرشاقة الوراثة .
✓	5- عند أداء مهارة الجري في منحني زيادة طول خطوة الرجل اليسرى من الرجل اليمنى .

السؤال الثاني : أكمل / ي الفراغات التالية مما يلي ؟

قوة القبضة - التفكير - الاقتراب - بالطريقة الشرقية - فقد

- 1- يتم أثناء الجري في المنحني **فقد** جزء من السرعة بفعل القوة الطاردة المركزية.
- 2- تتكون مهارة الوثب الثلاثي من أربع مراحل إحداها مرحلة **الاقتراب** .
- 3- عند أداء مهارة الضربة نصف الطائرة تتم بمسك المضرب **بالطريقة الشرقية**.
- 4- من العوامل المؤثرة في عنصر التوافق **التفكير** .
- 5- يقاس عنصر القوة العضلية عن طريق جهاز **قوة القبضة** .