

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



المادة :
 الصف :
 الفترة :
 الزمن :

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي 1445/1446هـ			
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) العمر الزمني والتدريبي	(ج) جميع ما ذكر صحيح.
6 - من العوامل المؤثرة في المرونة		
(أ) نوع الرياضة الممارسة.	(ب) الجمباز	(ج) لا شيء مما ذكر
7 - في مهارة التعلق المقلوب يتم القبض المقلوب على العارضة من		
(أ) أعلى	(ب) أسفل	(ج) جانب
8 - قدرة المفصل على التحرك بحرية لمدى حركي كامل		
(أ) المرونة	(ب) التوافق	(ج) الاتزان
9 - هي التي تتضمن جميع مفاصل الجسم		
(أ) المرونة الايجابية	(ب) المرونة الخاصة	(ج) لا شيء مما ذكر
10 - يتم أداء مهارة رمي الكرة من وضع.		
(أ) الجلوس على الأرض	(ب) الوقوف أماماً	(ج) لا شيء مما ذكر

المادة :
 الصف :
 الفترة :
 الزمن :

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي 1445/1446هـ			
اسم الطالب/هـ		رقم الجلوس/	
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

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	
6	الوقوف على قاعدة ثابتة مثل الوقوف على كرسي أو مقعد سويدي.	ص
7	يتم الوقوف على قاعدة غير ثابتة مع الاحتفاظ بتوازن الجسم أثناء الوقوف.	خ
8	الهدف من الرمي هو الدقة في التوجيه لنقطة معينة.	ص
9	يمكن أن يتم الرمي للكرة بيد واحدة أو بكلتا اليدين.	ص
10	يساعد التسلق في تنمية القدرات البدنية لدى الطالب . ويمكن أن يتم التسلق باستخدام حبال معلقة.	ص

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ,,

انتهت الأسئلة ,,

نموذج الإجابة

الزمن :

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٥/١٤٤٦ هـ			
اسم الطالب/هـ/		رقم الجلوس/	
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

اختر 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) العمر الزمني والتدريبي.	(ج) جميع ما ذكر صحيح.
٦ - من العوامل المؤثرة في المرونة		
(أ) نوع الرياضة الممارسة.	(ب) نوع الرياضة الممارسة.	(ج) جميع ما ذكر صحيح
٧ - في مهارة التعلق المقلوب يتم القبض المقلوب على العارضة من		
(أ) أعلى	(ب) أسفل	(ج) جانب
٨ - قدرة المفصل على التحرك بحرية لمدى حركي كامل		
(أ) المرونة	(ب) التوافق	(ج) الاتزان
٩ - هي التي تتضمن جميع مفاصل الجسم		
(أ) المرونة الايجابية	(ب) المرونة الخاصة	(ج) لا شيء مما ذكر
١٠ - يتم أداء مهارة رمي الكرة من وضع.		
(أ) الجلوس على الأرض	(ب) الوقوف أماماً	(ج) لا شيء مما ذكر

المادة :
 الصف :
 الفترة :
 الزمن :

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٥/١٤٤٦ هـ			
اسم الطالب/هـ/		رقم الجلوس/	
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

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

✓	ارتداء الأحذية المناسبة والمريحة يساعد في منع الإصابة بمشاكل القدمين	١
X	تتم مرجحة الذراعين من أمام وخلف الجسم من وضع الجلوس تربيع	٢
✓	يساعد لبس الجوارب إلى عدم ظهور بثور وتقرحات مؤلمة أو مسمار القدم	٣
X	ليس من الضروري تغيير الجوارب بشكل يومي	٤
✓	من العوامل المؤثرة في التوافق الخبرة الحركية	٥
✓	الوقوف على قاعدة ثابتة مثل الوقوف على كرسي أو مقعد سويدي.	٦
X	يتم الوقوف على قاعدة غير ثابتة مع الاحتفاظ بتوازن الجسم أثناء الوقوف.	٧
✓	الهدف من الرمي هو الدقة في التوجيه لنقطة معينة.	٨
✓	يمكن أن يتم الرمي للكرة بيد واحدة أو بكلتا اليدين.	٩
✓	يساعد التسلق في تنمية القدرات البدنية لدى الطالب . ويمكن أن يتم التسلق باستخدام حبال معلقة.	١٠

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ،،

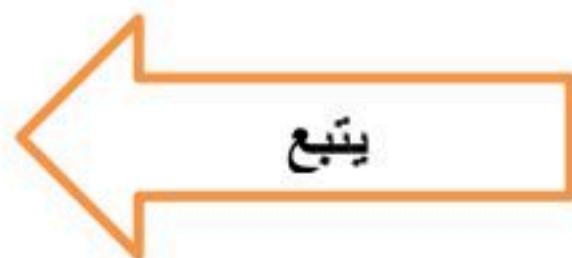
انتهت الأسئلة ،،،

المادة :
الصف :
الفترة :
الزمن :

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي 1445/1446هـ			
اسم الطالب/هـ		رقم الجلوس/	
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

اختر الإجابة الصحيحة :

1 - هو القدرة على الاستجابة لمختلف المهارات الحركية :		
(أ) التوافق العام	(ب) التوافق الخاص	(ج) جميع ما ذكر
2 - إن عدم ارتداء أحذية مناسبة للمشي يؤدي إلى :		
(أ) مشاكل بالقدمين	(ب) راحة القدمين	(ج) لا شيء مما ذكر
3 - اختيار الجوارب القطنية يؤدي إلى السماح للأقدام :		
(أ) بالتنفس	(ب) بثقل القدمين	(ج) جميع ما ذكر
4 - 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
5 - تتم مهارة تنطيط الكرة باليد الواحدة من خلال :		
(أ) الوقوف فتحاً ثني الركبتين	(ب) ثني الذراعين من مفصل المرفقين	(ج) جميع ما ذكر
6 - يتم في مهارة تنطيط الكرة باليد الواحدة في الهواء ضرب الكرة بواسطة حركة مفصل :		
(أ) الرسغ	(ب) المرفق	(ج) الكتف
7 - يعتبر تقوس الجسم من مهارات :		
(أ) الثبات ولائزان	(ب) الجمباز	(ج) جميع ما ذكر
8 - تمثل مرجحة الذراعين شكل من أشكال مرونة مفصل:		
(أ) الكتف	(ب) الركبة	(ج) لا شيء مما ذكر
9 - تبدأ حركة المرجحة بتحريك الذراعين من الجانبين إلى الأمام لتتقاطع أمام:		
(أ) الجسم	(ب) الرأس	(ج) لا شيء مما ذكر
10 - يعد الاتزان من وضع الإقعاء نصفاً أحد أشكال مهارات الاتزان:		
(أ) الثابت	(ب) المتحرك	(ج) لا شيء مما ذكر



المادة :
الصف :
الفترة :
الزمن :

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي 1445/1446هـ			
اسم الطالب/هـ		رقم الجلوس/	
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

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

1	تتم مرجحة الذراعين من أمام وخلف الجسم من وضع الجلوس تربيع
2	تعد المحافظة على بيئة الأنشطة الرياضية من أهم الأمور التي يجب أخذها بعين الاعتبار
3	من العوامل المؤثرة في الرشاقة العمر والجنس والوزن الزائد
4	المرونة الإيجابية هي التي تتضمن جميع مفاصل الجسم
5	الوقوف على قاعدة اتزان ثابتة مثل الوقوف على كرسي أو مقعد سويدي
6	يعتبر الرمي من حركات المناولة التي تستخدم في كثير من الألعاب
7	أثناء أداء مهارة الرمي تحرك اليدين الكرة نهاية حركتها للأمام مع متابعتها لحركة الكرة
8	يتطلب التسلق التحكم في أداء الأجزاء المتحركة من الجسم والسيطرة عليها
9	يتم التعلق بالقبض المقلوب باليدين على العارضة مع مد الذراعين والجسم
10	في مهارة تنطيط الكرة بالرأس يكون ضرب الكرة بالجبهة والعينان مفتوحتان

الأستاذة/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ,,

انتهت الأسئلة ,,,

المادة :
الصف :
الفترة :
الزمن :

نموذج إجابة أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٥/١٤٤٦ هـ	اسم الطالب/هـ
التوقيع:	المصحح:

نموذج الإجابة

اختر الإجابة الصحيحة :

١ - هو القدرة على الاستجابة لمختلف المهارات الحركية :	(أ) التوافق العام	(ب) التوافق الخاص	(ج) جميع ما ذكر
٢ - إن عدم ارتداء أحذية مناسبة للمشي يؤدي إلى :	(أ) مشاكل بالقدمين	(ب) راحة القدمين	(ج) لا شيء مما ذكر
٣ - اختيار الجوارب القطنية يؤدي إلى السماح للأقدام :	(أ) بالتنفس	(ب) بثقل القدمين	(ج) جميع ما ذكر
٤ - 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
٥ - تتم مهارة تنطيط الكرة باليد الواحدة من خلال :	(أ) الوقوف فتحاً ثني الركبتين	(ب) ثني الذراعين من مفصل المرفقين	(ج) جميع ما ذكر
٦ - يتم في مهارة تنطيط الكرة باليد الواحدة في الهواء ضرب الكرة بواسطة حركة مفصل :	(أ) الرسغ	(ب) المرفق	(ج) الكتف
٧ - يعتبر تقوس الجسم من مهارات :	(أ) الثبات والاتزان	(ب) الجمباز	(ج) جميع ما ذكر
٨ - تمثل مرجحة الذراعين شكل من أشكال مرونة مفصل:	(أ) الكتف	(ب) الركبة	(ج) لا شيء مما ذكر
٩ - تبدأ حركة المرجحة بتحريك الذراعين من الجانبين إلى الأمام لتتقاطع أمام:	(أ) الجسم	(ب) الرأس	(ج) لا شيء مما ذكر
١٠ - يعد الاتزان من وضع الأقدام نصفاً أحد أشكال مهارات الاتزان:	(أ) الثابت	(ب) المتحرك	(ج) لا شيء مما ذكر



المادة :
الصف :
الفترة :
الزمن :

نموذج إجابة أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٥/١٤٤٦ هـ			
اسم الطالب/هـ/		رقم الجلوس/	
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

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

١	تتم مرجحة الذراعين من أمام وخلف الجسم من وضع الجلوس تربيع	X
٢	تعد المحافظة على بيئة الأنشطة الرياضية من أهم الأمور التي يجب أخذها بعين الاعتبار	✓
٣	من العوامل المؤثرة في الرشاقة العمر والجنس والوزن الزائد	✓
٤	المرونة الإيجابية هي التي تتضمن جميع مفاصل الجسم	✓
٥	الوقوف على قاعدة اتزان ثابتة مثل الوقوف على كرسي أو مقعد سويدي	✓
٦	يعتبر الرمي من حركات المناولة التي تستخدم في كثير من الألعاب	✓
٧	أثناء أداء مهارة الرمي تحرك اليدين الكرة نهاية حركتها للأمام مع متابعتها لحركة الكرة	✓
٨	يتطلب التسلق التحكم في أداء الأجزاء المتحركة من الجسم والسيطرة عليها	✓
٩	يتم التعلق بالقبض المقلوب باليدين على العارضة مع مد الذراعين والجسم	✓
١٠	في مهارة تنطيط الكرة بالرأس يكون ضرب الكرة بالجبهة والعينان مفتوحتان	✓

الأستاذة/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ،،

انتهت الأسئلة ،،،

موقع منهجي
mnhaji.com



المادة: التربية البدنية والدفاع عن النفس	
الصف: الثالث الابتدائي (انتساب)	
الزمن: ساعة ونصف	
أسئلة اختبار الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ١٤٤٦ هـ	

اسم الطالب / ة	الصف	الدرجة المستحقة	٤٠
المصحح		التوقيع	
المراجع		التوقيع	

السؤال الأول : اختاري الإجابة الصحيحة :

٣٠ /

١	من أهمية ارتداء الأحذية أثناء ممارسة النشاط البدني ؟	١- ارتداء الأحذية المناسبة والمريحة	٢- تغيير الجوارب بشكل يومي	٣- جميع ما ذكر صحيح
٢	من أهمية ارتداء الجوارب أثناء ممارسة النشاط البدني ؟	١- تعقيم الأحذية بعد الاستخدام	٢- اختيار الجوارب القطنية	٣- جميع ما ذكر صحيح
٣	هو القدرة على التنسيق بين حركات أجزاء الجسم المختلفة عندما تقوم بحركات شاملة ؟	١- المرونة	٢- الرشاقة	٣- التوافق
٤	يتطلب أداء هذه المهارة توفر عارضة مناسبة للتعلم من حيث الحجم الذي يجب أن يكون صغيراً حتى يتمكن الطالب/ة من القبض عليها بسهولة ؟	١- التعلق الرأسي	٢- التسلق	٣- القوس المعكوس
٥	تتم مرجحة الذراعين من أمام وخلف الجسم من وضع الوقوف حيث يتم رفع الذراعين وهي مرتخية قليلاً لتكون في وضع بين جانبا وأسفل ؟	١- الاتزان من وضع الإلقاء نصفاً	٢- مرجحة الذراعان من خلف و أمام الجسم	٣- التعلق المعكوس
٦	يعد أحد أشكال مهارات الاتزان الثابت التي تتضمن محاولة المحافظة على اتزان الجسم في وضع معين ؟	١- مرجحة الذراعان من خلف و أمام الجسم	٢- التعلق المعكوس	٣- الاتزان من وضع الإلقاء نصفاً
٧	تعرف بأنها سرعة تغيير أوضاع الجسم أو تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء ؟	١- الرشاقة	٢- المرونة	٣- التوافق
٨	عند أداء المهارة يكون الجسم على استقامة واحدة دون انثناء ؟	١- التعلق الرأسي	٢- التعلق بالقبضة المعكوسة	٣- التعلق بالقبضة المقلوبة
٩	يعتبر من مهارات الثبات والاتزان التي تتطلب دعم الجسم بقاعدة ارتكاز مناسبة.؟	١- الوقوف على قاعدة الاتزان غير ثابتة	٢- رمي الكرة بطريقة صحيحة	٣- القوس المعكوس
١٠	وهو عبارة عن لوح مربع الشكل يرتكز على الأرض عند خط المنتصف ، ومرتفع عنها عند الطرفين ، ويقف الطالب/ة عليه مع محاولة الاحتفاظ بالاتزان بحيث يكون اللوح مرتفعة عن الأرض عند طرفيه ؟	١- الوقوف على قاعدة الاتزان غير ثابتة	٢- الوقوف على قاعدة الاتزان ثابتة	٣- التعلق بالقبضة المقلوبة

يتبع

يتم بيد واحدة أو بكلتا اليدين ويرتبط ذلك بحجم الكرة التي يتم رميها وشكلها ووزنها؟				
١١-	١-	تنطيط الكرة بطريقة صحيحة	٢-	القوس المعكوس
	٣-	رمي الكرة بطريقة صحيحة		
تعرف بأنها قدرة المفصل على التحرك بحرية لمدى حركي كامل وتتفاوت درجة المرونة بشكل كبير على حسب نوع المفصل والأفراد؟				
١٢	١-	المرونة	٢-	الرشاقة
	٣-	التوافق		
يتم التعلق على العارضة من أعلى بحيث يكون باطني كفي اليدين مواجهين للجسم وظاهري الكفين مواجهين للأمام؟				
١٣	١-	القبضة المعكوسة	٢-	القبضة المقلوبة
	٣-	التعلق الرأسي		
يتطلب التحكم في أداء الأجزاء المتحركة من الجسم والسيطرة عليها صعوداً ونزولاً؟				
١٤	١-	التعلق	٢-	التقوس
	٣-	التسلق		
من التحركات الرئيسية في رياضة الجودو ؟				
١٥	١-	التحرك العمودي	٢-	التحرك للأمام و للخلف
	٣-	جميع ما ذكر صحيح		

١٠ /

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

١-	من أهم النقاط التعليمية في التحرك الجانبي (الأيمن والأيسر) التحرك بالزحف على البساط .
٢-	من أهم الأخطاء الشائعة في التحرك الأمامي والخلفي التحرك بانتقال القدمين وليس بالزحف .
٣-	لا يساعد التسلق في تنمية القدرات البدنية لدى الطالب.
٤-	تعد عملية المحافظة على البيئة وحمايتها من أهم الأمور التي يجب على أخذها بعين الاعتبار.
٥-	لا يعتبر الرمي من حركات المناولة التي تستخدم كثير من الألعاب

انتهت الأسئلة تمنياتي لكم بالتوفيق

موقع منهجي  mnhaji.com