

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.	(✓)

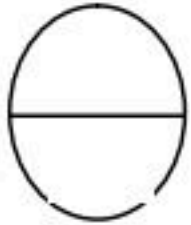
السؤال الثاني : اختار/ي الإجابة الصحيحة فيما يلي :

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؟

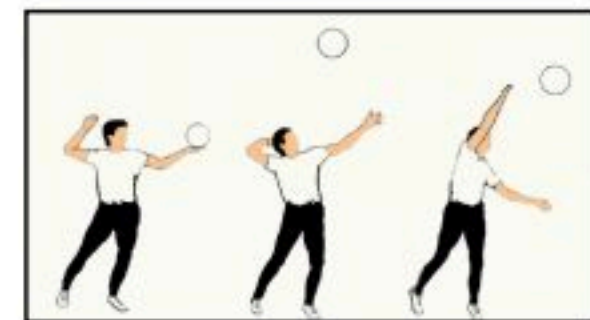
- ١- يمثل الإحماء الجزء التمهيدي أو المدخل لأداء أي نشاط بدني . ( )
- ٢- تتم التهدئة في بداية النشاط البدني . ( )
- ٣- لتجنب الإصابات أثناء النشاط البدني استخدام حذاء مناسب للنشاط البدني. ( )

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

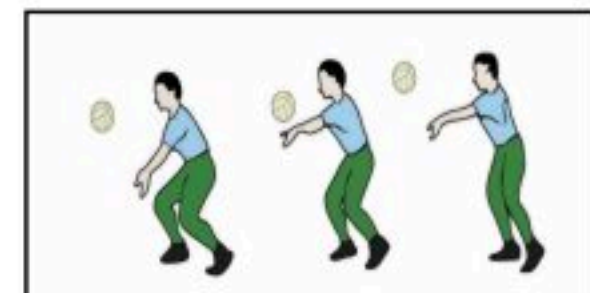
- ١- عند أداء مهارة الإرسال بوجه المضرب الخلفي في كرة تنس الطاولة يكون المضرب .....  
الذراع الأيسر ليتمكن اللاعب / ة المنافس من رؤية زاوية المضرب والقدم اليمنى أماما .  
أ- أسفل      ب- أعلى      ج- أوسط
- ٢- عند أداء مهارة الضربة الساحقة الخلفية في كرة تنس الطاولة بعد الانتهاء من عملية تمتد  
الذراع 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

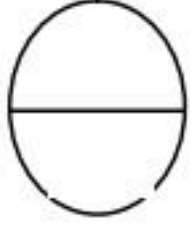


# نموذج الإجابة

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

