

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

اختار 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 بإتساع 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

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (ثالث ابتدائي) العام الدراسي 1445/1444هـ			
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 مرحة 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 ,,,

أسئلة اختبار انتساب 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 بإتساع 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

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

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 مرحة 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
✓	٦	الوقوف على قاعدة ثابتة مثل الوقوف على كرسي أو مقعد سويدي.
X	٧	يتم الوقوف على قاعدة غير ثابتة مع الاحتفاظ بتوازن الجسم أثناء الوقوف.
✓	٨	الهدف من الرمي هو الدقة في التوجيه لنقطة معينة.
✓	٩	يمكن أن يتم الرمي للكرة بيد واحدة أو بكلتا اليدين.
✓	١٠	يساعد التسلق في تنمية القدرات البدنية لدى الطالب . ويمكن أن يتم التسلق باستخدام حبال معلقة.

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ،،

انتهت الأسئلة ،،،