

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

اختار الإجابة الصحيحة :

1 - تقاس القوة العضلية عن طريق		
(أ) قوة عضلات الذراعين	(ب) الحزام الصدري	(ج) جميع ما ذكر
2 - هي عدم قدرة الفرد في التحمل وعملها بصورة متكررة :		
(أ) قوة عضلات البطن	(ب) الوثب الطويل	(ج) القوة العضلية
3 - تقاس قوة عضلات البطن باختبار :		
(أ) الجلوس من الرقود	(ب) الوثب العالي	(ج) جهاز الترمومتر
4 - هي سرعة تغيير أوضاع الجسم أو تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء:		
(أ) الرشاقة	(ب) التوازن	(ج) السرعة
5 - يتكون فريق كرة الطائرة من لاعباً كحد أقصى:		
(أ) 12 لاعباً	(ب) 15 لاعباً	(ج) 20 لاعباً
6 - هي أقصى قوة يمكن أن تنتج عن وجود عضلة واحدة:		
(أ) القوة العضلية .	(ب) الجمباز	(ج) لا شيء مما ذكر
7 - من العوامل المؤثرة في الرشاقة:		
(أ) العمر	(ب) القياسات الجسمية	(ج) جميع ما ذكر
8 - في مهارة الدرجة الأمامية المتكورة يتم ثني الركبتين نصفاً مع خفض الذراعين:		
(أ) أماماً أسفل	(ب) للداخل	(ج) للخلف
9 - عند أداء الوقوف على الرأس يوضع مقدمة الرأس على الأرض بحيث يشكل مع اليدين:		
(أ) مثلثاً متساوي الساقين	(ب) مربعاً متساوي الساقين	(ج) لا شيء مما ذكر
10 - من أوضاع الجسم أثناء الحركة:		
(أ) المستقيم والمنحني والمتكور	(ب) الوقوف أماماً	(ج) لا شيء مما ذكر

نموذج الإجابة

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

اختار الإجابة الصحيحة :

١ - تقاس القوة العضلية عن طريق		
(أ) قوة عضلات الذراعين	(ب) الحزام الصدري	(ج) جميع ما ذكر
٢ - هي عدم قدرة الفرد في التحمل وعملها بصورة متكررة :		
(أ) قوة عضلات البطن	(ب) الوثب الطويل	(ج) القوة العضلية
٣ - تقاس قوة عضلات البطن باختبار :		
(أ) الجلوس من الرقود	(ب) الوثب العالي	(ج) جهاز الترمومتر
٤ - هي سرعة تغيير أوضاع الجسم أو تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء:		
(أ) الرشاقة	(ب) التوازن	(ج) السرعة
٥ - يتكون فريق كرة الطائرة من لاعباً كحد أقصى:		
(أ) ١٢ لاعباً	(ب) ١٥ لاعباً	(ج) ٢٠ لاعباً
٦ - هي أقصى قوة يمكن أن تنتج عن وجود عضلة واحدة:		
(أ) القوة العضلية.	(ب) الجمباز	(ج) لا شيء مما ذكر
٧ - من العوامل المؤثرة في الرشاقة:		
(أ) العمر	(ب) القياسات الجسمية	(ج) جميع ما ذكر
٨ - في مهارة الدرجة الأمامية المتكورة يتم ثني الركبتين نصفاً مع خفض الذراعين:		
(أ) أماماً أسفل	(ب) للداخل	(ج) للخلف
٩ - عند أداء الوقوف على الرأس يوضع مقدمة الرأس على الأرض بحيث يشكل مع اليدين:		
(أ) مثلثاً متساوي الساقين	(ب) مربعاً متساوي الساقين	(ج) لا شيء مما ذكر
١٠ - من أوضاع الجسم أثناء الحركة:		
(أ) المستقيم والمنحني والمتكور	(ب) الوقوف أماماً	(ج) لا شيء مما ذكر

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

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

1	أثناء قياس القوة العضلية لا يفضل استخدام الأجهزة
2	أثناء أداء الدرجة الأمامية المتكورة يوضع الكفين على الأرض والركبتين نصفاً
3	الرشاقة هي عدم تغيير أوضاع الجسم أو تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء
4	في الوضع المتكور تكون الركبتان مثنيتان كاملاً على الصدر والجذع منحنيًا بشدة
5	عندما يكون الجذع والكتفان والركبتان والقدمان على استقامة يسمى الوضع مستقيم
6	تبدأ الدرجة الخلفية المتكورة من وضع الوقوف والذراعين عاليًا
7	من خطوات تعلم الدرجة الخلفية نقل مركز ثقل الجسم للأمام وثني الركبتين كاملاً
8	أثناء أداء الوقوف على الرأس تشير الأصابع إلى الخلف
9	من أهم النقاط التعليمية في السقطة الخلفية من القرفصاء السقوط على الظهر
10	في السقطة الخلفية من الحركة تكون المسافة بين كل طالب وزميله 2م تقريباً

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ,,

انتهت الأسئلة ,,,

نموذج الإجابة

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثاني (رابع 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	أثناء قياس القوة العضلية لا يفضل استخدام الأجهزة	x
٢	أثناء أداء الدرجة الأمامية المتكورة يوضع الكفين على الأرض والركبتين نصفاً	x
٣	الرشاقة هي عدم تغيير أوضاع الجسم أو تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء	x
٤	في الوضع المتكور تكون الركبتان مثنيتان كاملاً على الصدر والجذع منحنيًا بشدة	✓
٥	عندما يكون الجذع والكتفان والركبتان والقدمان على استقامة يسمى الوضع مستقيم	✓
٦	تبدأ الدرجة الخلفية المتكورة من وضع الوقوف والذراعين عالياً	✓
٧	من خطوات تعلم الدرجة الخلفية نقل مركز ثقل الجسم للأمام وثني الركبتين كاملاً	x
٨	أثناء أداء الوقوف على الرأس تشير الأصابع إلى الخلف	x
٩	من أهم النقاط التعليمية في السقطة الخلفية من القرفصاء السقوط على الظهر	x
١٠	في السقطة الخلفية من الحركة تكون المسافة بين كل طالب وزميله ٢م تقريباً	✓

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ،،

انتهت الأسئلة ،،،