

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج البحرينية



*للحصول على أوراق عمل لجميع الصفوف وجميع المواد اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh>

* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف الثاني عشر اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh/12>

* للحصول على جميع أوراق الصف الثاني عشر في مادة رياضة مدرسية ولجميع الفصول, اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh/12sports>

* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف الثاني عشر في مادة رياضة مدرسية الخاصة بـ الفصل الأول اضغط هنا

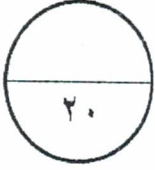
<https://almanahj.com/bh/12sports1>

* لتحميل كتب جميع المواد في جميع الفصول للـ الصف الثاني عشر اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh/grade12>

[almanahjbhbot/me.t//:https](https://t.me/almanahjbhbot)

للتحدث إلى بوت على تلغرام: اضغط هنا



مملكة البحرين
وزارة التربية والتعليم
إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات

نموذج الإجابة

امتحان منتصف الفصل الأول للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2020/2019م

المسار : توحيد المسارات
الزمن : ساعة

النموذج الثاني

اسم المقرر : ألعاب القوى
رمز المقرر : بدن 301

أجب عن جميع الأسئلة الآتية

0.5

السؤال الأول :

5

ضع علامة ($\sqrt{}$) أمام العبارات الصحيحة وعلامة (\times) أمام العبارات الخاطئة :
(\times) 1- وضعت أول قواعد فنية للمنافسات الدولية عام 1915.

($\sqrt{}$) 2- يتكون العشاري من عشر مسابقات على أن تقام في يومين متتالين .

($\sqrt{}$) 3- عند سماع إشارة الانطلاق يبدأ التلميذ بالاندفاع إلى الأمام وبزاوية مقدارها 45 درجة من الأرض.

($\sqrt{}$) 4- مرحلة العدو بعد الإنطلاق من مكعبات البداية، المرحلة الوسطى ((العدو في المنحنى)) ، مرحلة النهاية ، من المراحل الفنية لسباق العدو 200م .

(\times) 5- في سباقات التتابع عندما تسقط العصا على الأرض يحق لأي لاعب ضمن الفريق التقاطها وتسليمها لزمليه .

($\sqrt{}$) 6- يبلغ ارتفاع الحواجز في سباق 110 متر حواجز للرجال 107سم .

($\sqrt{}$) 7- في جميع مسابقات المضمار لكل متنافس مسار لا يقل عرضه عن 1,22م ولايزيد عن 1,25م محدد بخطوط عرضها 5سم .

($\sqrt{}$) 8- أنواع البدايات في العدو والجري نوعان البدء العالي والبدء المنخفض .

(\times) 9- في سباق الحواجز إذا رأى الحكم المتسابق تعمد إسقاط الحاجز بيده أو قدمه فإنه يحذره ويكمل السباق .

($\sqrt{}$) 10- في سباق التتابع (4×100م) تتم عملية تسليم واستلام العصا في منطقة محدودة طولها 20م

السؤال الثاني:

1

5

اكتب رمز العبارة "ب" امام مايناسبها في العبارة "أ":

#	العبارة " أ "	الاجابة	الرمز	العبارة " ب "
1	يجب أن لا يقل عرض طول ألعاب القوى عن	هـ	أ	سباقات الحواجز
2	شاركت اول فتاة في منطقة الخليج العربي في اولمبياد .	د	ب	سباقات المسافات القصيرة
3	100م،110م،400م	أ	ج	8,5 متر
4	في سباق 100 متر حواجز سيدات تكون المسافة بين الحواجز	ج	د	سيدي
5	100م،200م،400 م	ب	هـ	400 متر

0.5

السؤال الثالث :

5

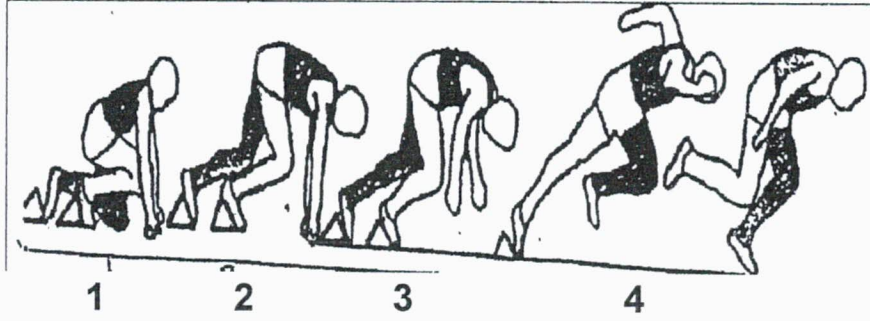
من خلال دراستك لمقرر ألعاب القوى أجب مايلي:

- 1- أذكر ثلاث من مسابقات الوثب :
 - 1- الوثب الطويل
 - 2- الوثب الثلاثي
 - 3- الوثب العالي
 - 4- القفز بالزانة
- 2- اذكر ثلاث من مسابقات الرمي :
 1. دفع الجلة
 - 2- قذف القرص
 - 3- رمي الرمح
 - 4- إطاحة المطرقة
- 3- أذكر اثنين من طرق الوثب الطويل:
 - 1- التعلق في الهواء
 - 2- المشي في الهواء
 - 3- القرفصاء
- 4- اذكر اثنين من طرق الوثب العالي :
 1. المقصية
 - 2- السرجية
 - 3- الظهرية (فاسبري)



السؤال الرابع :

من خلال الشكل الذي أمامك أجب عن التالي :



أ. ماذا تمثل الصورة أعلاه ؟

مسابقة البدء المنخفض.

ب. أذكر المراحل الفنية للشكل السابق .

1- خذ مكانك .

2- استعد .

3- انطلق .

4- تزايد السرعة (التسارع) .

كل الأمنيات لكم بالنجاح والتوفيق