

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج العُمانية



\*للحصول على أوراق عمل لجميع الصفوف وجميع المواد اضغط هنا

<https://almanahj.com/om>

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

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

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

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

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

<https://almanahj.com/om/12sports2>

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

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

\* لتحميل جميع ملفات المدرس مدرسة صحار للبنين (10-12) اضغط هنا

للتحدث إلى بوت على تلغرام: اضغط هنا

[https://t.me/omcourse\\_bot](https://t.me/omcourse_bot)



المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة شمال الباطنة  
مدرسة صحار للبنين (١٠-١٢)  
الامتحان التجريبي لدبلوم التعليم العام (ذكور)  
للعام الدراسي ١٤٤١/١٤٤٢ هـ - ٢٠٢٠/٢٠٢١ م

\* عدد صفحات أسئلة الامتحان: (٣).  
\* الإجابة في الورقة نفسها.

\* المادة: الرياضة المدرسية.  
\* زمن الإجابة: ساعتان.

اسم الطالب	
الصف	المدرسة

(التوقيع بالاسم)		الدرجة بالحروف (بالأحمر)	الدرجة بالأرقام (بالأحمر)		السؤال
المدقق (بالأخضر)	المصحح (بالأحمر)		عشرات	آحاد	
					١
					٢
					٣
مراجعة الجمع والتشبيب (بالأزرق)	جمعه (بالأحمر)				المجموع
				٣٠	المجموع الكلي

المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة شمال الباطنة  
مدرسة صحار للبنين (١٠-١٢)  
الامتحان التجريبي لدبلوم التعليم العام (ذكور)  
للعام الدراسي ١٤٤١/١٤٤٢ هـ - ٢٠٢٠/٢٠٢١ م

\* المادة: الرياضة المدرسية (ذكور).  
\* تنبيه: الأسئلة في (٣) صفحات.  
\* زمن الإجابة: ساعتان.  
\* الإجابة في الورقة نفسها.

أجب عن جميع الأسئلة الآتية:

٦

السؤال الأول:

ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة فيما يلي:

- ١- تعتبر التغطية أحد وسائل تنفيذ خطط اللعب الدفاعية الجماعية في كرة القدم. ( )
- ٢- المعادلة المستخدمة لحساب عدد المباريات في طريقة الدوري من مرحلتين هي:  
عدد الفرق المشاركة - (عدد الفرق المشاركة x ١). ( )
- ٣- تنظيم الدوري من مرحلتين يحتاج إلى إمكانيات مادية وبشرية أكثر من الطرق الأخرى. ( )
- ٤- حارس المرمى يكون دائماً القائد لخطة الهجوم الخاطف في كرة اليد. ( )
- ٥- القوة التي تبذلها عضلة القلب عند ضخ الدم إلى أطراف الجسم عبر الأوعية الدموية تسمى الانقباض. ( )
- ٦- ينصح مرضى السكري باستخدام الماء الساخن عند غسل القدمين. ( )

السؤال الثاني:

ضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة لكل مفردة من المفردات الآتية:

٦

- ١- طريقة اللعب في كرة القدم التي تستخدم في حالة وجود فريقين متقاربين في المستوى والامكانيات البدنية والمهارية للاعبين هي:

أ - (٣/٣/٤).  
ب - (٢/٤/٤).  
ج - (٢/٥/٣).  
د - (٤/٣/٣).

- ٢- عند تنظيم مسابقة دوري من مرحلة واحدة لعدد (١١) فريق، فإن عدد المباريات الفعلية التي ستلعب في كل دور:

أ - (٥).  
ب - (٦).  
ج - (١٠).  
د - (١٢).

- ٣- من أكثر الطرق عدالة عند تنظيم المسابقات الرياضية:

أ - خروج المغلوب من مرة واحدة.  
ب - الترضية.  
ب - الدوري من مرحلتين.  
د - التمايز.

\* زمن الإجابة: ساعتان.  
\* الإجابة في الورقة نفسها.

\* المادة: الرياضة المدرسية (ذكور).  
\* تنبيه: الأسئلة في (٣) صفحات.

### تابع السؤال الثاني:

٤- تكون المسافة الدفاعية قصيرة بين المدافع والمهاجم في كرة اليد في حالة كون المهاجم:  
أ - سريعاً.  
ب - بطيئاً.  
ج - بعيداً عن المرمى.  
د - غير حائزاً للكرة.

٥- تقوم بدور كبير في العمليات الحيوية بالجسم كالتمثيل الغذائي وتركيب الانزيمات:  
أ - البروتينات.  
ب - الكربوهيدرات.  
ج - الدهون.  
د - الفيتامينات.

٦- لا تعتبر من الأسباب المباشرة للإصابة بمرض السكري:  
أ - الوراثة.  
ب - الأدوية.  
ج - السمنة.  
د - الحالة النفسية.

### السؤال الثالث:

١- حسب المادة (١١) من قانون كرة القدم، حدد الآتي:

أ - متى يكون اللاعب في موقف تسلل:  
ب - متى لا يكون اللاعب في موقف تسلل.

٢- تم تنظيم بطولة في كرة الطائرة بين أندية (نزوى - السيب - صحار - عمان - أهلي سداب) بطريقة الدوري من مرحلة واحدة، ضع جدولاً لتنظيم مباريات الأندية المشاركة في هذه البطولة.

الدور الأول	الدور الثاني	الدور الثالث	الدور الرابع	الدور الخامس
×	×	×	×	×
×	×	×	×	×
×	×	×	×	×

\* زمن الإجابة: ساعتان  
\* الإجابة في الورقة نفسها

\* المادة: الرياضة المدرسية (ذكور)  
\* تنبيه: الأسئلة في (٣) صفحات

تابع السؤال الثالث:

٣- أذكر أربع حالات يتم فيها معاقبة لاعب كرة اليد بالإنذار.

.....

.....

.....

.....

٤- شعر هيثم بألم شديد في مفصل كتفه وخروجه عن مكانه الطبيعي بعد احتكاك مع لاعب في مباراة لكرة القدم.

أ- حدد نوع الإصابة: .....

ب - أذكر أحد أعراض الإصابة: .....

ج - عدد ثلاثاً من طرق إسعاف هذه الإصابة.

.....

.....

.....

انتهت الأسئلة مع رجائنا لكم بالتوفيق والنجاح.