

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية



الملف اختبار الفترة الثالثة

[موقع المناهج](#) ⇨ [المناهج السعودية](#) ⇨ [الصف الأول](#) ⇨ [التربية البدنية](#) ⇨ [الفصل الثاني](#)

الملف اختبار الفترة الثالثة

[موقع المناهج](#) ⇨ [المناهج السعودية](#) ⇨ [الصف الأول](#) ⇨ [التربية البدنية](#) ⇨ [الفصل الثاني](#)

المزيد من الملفات بحسب الصف الأول والمادة التربية البدنية في الفصل الثاني

<a href="#">اختبار إلكتروني أسبوعي صعود السلم</a>	1
<a href="#">تفاعلي تحضير الوحدة الرابعة</a>	2
<a href="#">تقويم إلكتروني للوحدة الرابعة</a>	3
<a href="#">مهام أدائية للفترة الثالثة</a>	4
<a href="#">توزيع وتحضير منهج التربية البدنية</a>	5



قناة

التربية البدنية والدفاع عن النفس

ابتدائي - متوسط - ثانوي

Physical education and self defense

اختبارالفترة الثالثة لمادة التربية

almanarj.com/sa

المنازل السعودية

البدنية والدفاع عن النفس

للفصل (الأول الابتدائي) (نسخة)

إعداد / فريق عمل التربية البدنية والصحية

\* مطلوب

1

\* الاسم

2

\* الفصل



من مكونات حقيبة الإسعافات الأولية : \*  
(0.5 نقطة)

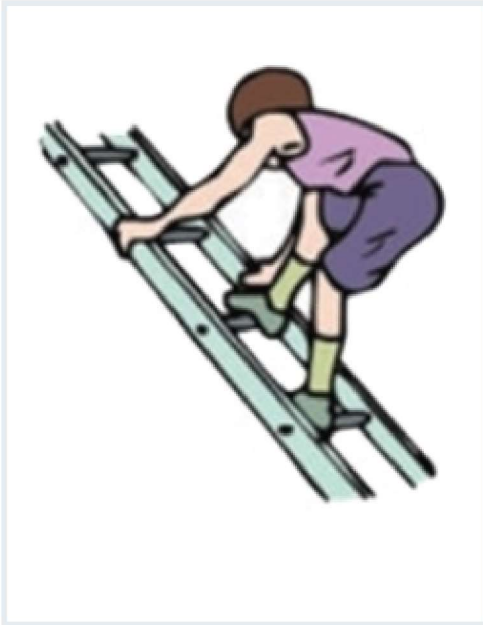
القطن الطبي .

ممسحة الأذن .

الالقفاز . خيار 3

جميع ما ذكر صحيح .

almanahj.com/sa  
المنهج السعودية



أثناء تأدية مهارة صعود السلم يكون الطالب في وضع الوقوف المواجه للسلم . \*  
(0.5 نقطة)

صح

خطأ

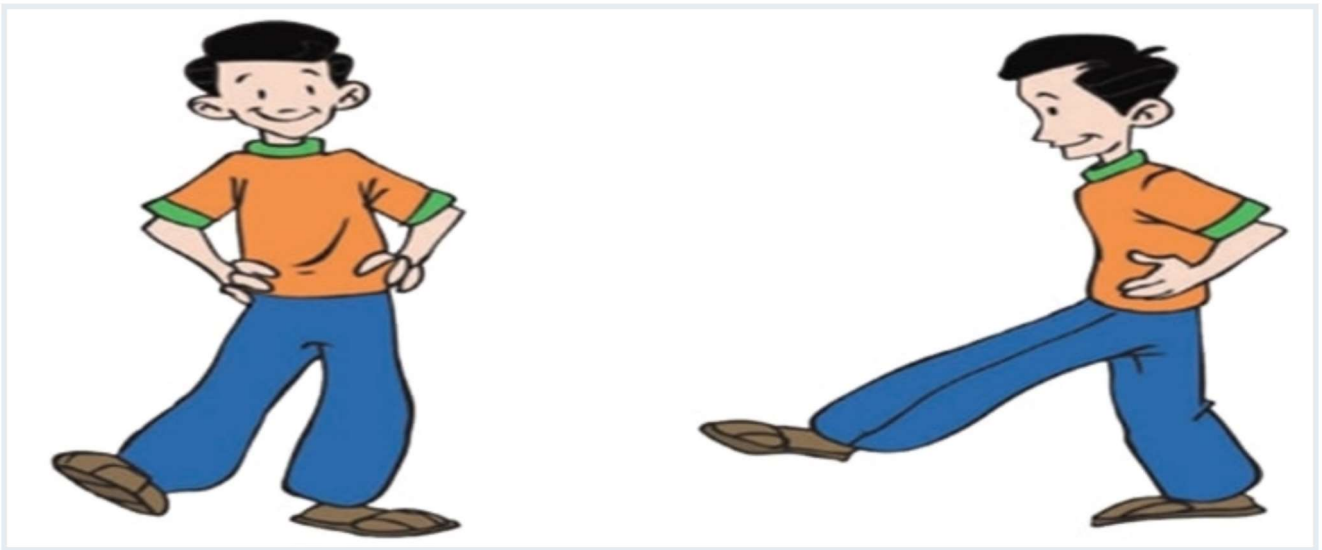


يعرف التوافق على أنه قدرة الفرد على تحريك مجموعتين عضليتين مختلفتين في وقت واحد \* .  
 (0.5 نقطة)

خطأ

صح

تعتبر حركة الرجل لثني مفصل الفخذ هي : \*  
 (0.5 نقطة)



إنقباض لعضلات الفخذ الأمامية .

إنبساط لعضلات الفخذ الخلفية المقابلة .

جميع ما ذكر صحيح .

يعد الإتيان متطلباً أساسياً لأداء كثير من المهارات الحركية . \*  
(0.5 نقطة)

صح

خطأ

8



تتم مهارة تسليم وتسلم الكرة من وضع الوقوف الصحيح مباشرة . \*  
(0.5 نقطة)

صح

خطأ

9

يعرف مفهوم إدراك ضرر المشاركة الخطرة على الزميل أو الزميلة العلاقات بالأشياء المحيطة  
أثناء الحركة . \*  
(0.5 نقطة)

صح

خطأ



تعرف الرشاقة على أنها القدرة على التوافق الجيد للحركات التي يقوم بها الفرد سواء جميع أجزاء جسمه أو جزء منه . \*

(0.5 نقطة)

almanahj.com/sa  
المنهج السموية

خطأ

صح

يعد تمرين الجري مع عدم تغيير الإتجاه من أهم تمارين تنمية الرشاقة . \*

(0.5 نقطة)

خطأ

صح

في مهارة تسليم الكرة وتسلمها ينبغي مراعاة حجم الكرة ( كبيرة – صغيرة ) . \*

(0.5 نقطة)

صح

خطأ

لا ينبغي مراعاة تفريق الأصابع وراحة اليد حول الكرة وعدم الضغط عليها ضغطاً يتناسب مع ثقلها . \*  
(1 نقطة)

صح

خطأ

تتسبب حركة الرجل بثني مفصل الفخذ في تغيير زاوية الحوض عن الوضع الطبيعي . \*  
(1 نقطة)

خطأ

صح

الإتزان هو القدرة على المحافظة على علاقة محددة بين مركز ثقل الجسم وقاعدة إرتكازه . \*  
(1 نقطة)

صح .

خطأ .

في مهارة تسليم الكرة وتسلمها باليد الواحدة تكون يد المستلم أو المستلمة أعلى والمسلم أسفل . \*  
(1 نقطة)

صح

خطأ .

يتم تصنيف العلاقات خلال أداء الحركة إلى : \*  
(1 نقطة)

ثلاثة أنواع .

نوعين .

أربعة أنواع .

almanahj.com/sa  
المنهج السعودية

---

لم يتم إنشاء هذا المحتوى أو اعتماده من قبل Microsoft. سيتم إرسال البيانات التي ترسلها إلى مالك النموذج.

Microsoft Forms