

شكراً لتحميلك هذا الملف من موقع المناهج السعودية



نموذج الاختبار النهائي مع الحل

موقع المناهج ← المناهج السعودية ← الصف الثالث المتوسط ← التربية البدنية ← الفصل الثاني ← الملف

تاريخ نشر الملف على موقع المناهج: 04:07:31 2024-02-03

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الثالث المتوسط



المزيد من الملفات بحسب الصف الثالث المتوسط والمادة التربية البدنية في الفصل الثاني

مسرد تحضير القياس البعدي لعناصر اللياقة البدنية	1
مسرد تحضير القياس البعدي لعناصر اللياقة البدنية	2
مسرد تحضير الدفاع عن النفس من صف سادس ابتدائي إلى ثالث متوسط	3
مسرد تحضير حصري وحديد لوحدة كرة السلة	4
نماذج اختبارات منتصف الفصل مع نماذج الإجابة	5

الصف :

اسم الطالب / ة :

السؤال الأول : ضع / ي علامة (✓) أو علامة (×) أمام العبارات التالية ؟

- 1- كلما ارتفع نبض القلب كلما دل ذلك على ارتفاع شدة التدريب .ومن خلال ذلك ، تم تطوير طرق الوصول إلى نبض القلب المستهدف خلال تدريب بدني مطول. (✓)
- 2- العلاقة بين شدة التدريب ومدته كلما زادت شدة التدريب قلت مدته أي أن العلاقة عكسية والاستجابة الفسيولوجية للتدريب هي ناتج حاصل ضرب شدة التدريب في مدته. (✓)
- 3- القوة العضلية: هي أقصى قوة يمكن أن تنتج عن وجود عضلة واحدة أو مجموعة صغيرة من العضلات التي توجد في الجسم. (×)
- 4- من أنواع السرعة سرعة رد الفعل . (✓)
- 5- لا تعد مهارة الضربة الساحقة المستقيمة من المهارات الهجومية وتتم بالقفز لأعلى وضرب الكرة من أعلى نقطة لتعبر الشبكة مع دقة توجيهها لتصل بقوة وسرعة إلى نصف الملعب الآخر. (×)
- 6- تعتبر مهارة حائط الصد من المهارات الدفاعية المهمة في الكرة الطائرة ، كما أنها تعتبر خط الدفاع الأول من الفريق ضد هجوم المنافس. (✓)
- 7- عند أداء الإرسال بظهر المضرب من وقفة الاستعداد المناسبة لأداء ضربة الإرسال يكون الكتف الأيمن أكبر ارتفاعاً من الكتف الأيسر. (×)
- 8- عند أداء الضربة الساحقة الأمامية بوجه المضرب سحب اليد اليمنى للخلف بعد لمس الكرة سطح الطاولة ووجه المضرب مائلاً للأسفل. (✓)
- 9- عند أداء الضربة الساحقة الخلفية بوجه المضرب من الوقوف خلف الكرة تماماً والرجل اليمنى إلى الأمام عند تنفيذ ضربة الكرة كما في الضربة الأمامية. (×)
- 10- هناك نوعان من مهارة الصد وهما الصد الهجومي و الصد الدفاعي . (✓)



التربية البدنية والدفاع عن النفس
physical education and self defense

نموذج اختبار قصير للصف الثالث متوسط للفصل الدراسي الثاني لعام 1445 هـ

رؤية
2030
الجمهورية العربية السعودية
VISION
2030
KINGDOM OF SAUDI ARABIA



وزارة التعليم
Ministry of Education