

نموذج اجابة أسئلة اختبار الفصل الدراسي الثاني (ثالث متوسط) 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 - تعتبر السرعة عاملاً مهماً في كثير من الرياضات مثل :		
( أ ) العدو والسباحة.	( ب ) الوقوف.	( ج ) الجلوس
٣ - كلما ارتفع نبض القلب كلما دل ذلك على :		
( أ ) ارتفاع شدة التدريب.	( ب ) قلة شدة التدريب.	( ج ) جميع ما ذكر
٤ - يكون الجسم قريب من الأرض لحظة الارتقاء مع انثناء مفاصل:		
( أ ) الفخذين والركبتين.	( ب ) الركبة.	( ج ) المرفق.
٥ - تعتبر كل الحركات التي توجه الكرة نحو المنافس فيما عدا الإرسال أو الصد :		
( أ ) ضربات هجومية.	( ب ) إستقبال.	( ج ) جميع ما ذكر

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

✓	١ تقاس القوة العضلية عن طريق قوة عضلات الكتفين
✓	٢ عند الإرسال ترمى الكرة لأعلى في اتجاه رأسي مع دوران بسيط في الجزء العلوي
×	٣ عند أداء الضربة الساحقة الأمامية بوجه المضرب تكون القدم اليمنى متقدمة على اليسرى
✓	٤ يتم نقل مركز ثقل الجسم من القدم اليمنى إلى اليسرى مع لف الجذع
✓	٥ يلعب وضع الاستعداد دوراً هاماً في لعبة تنس الطاولة

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ،،

انتهت الأسئلة ،،،