

أسئلة اختبار الفصل الدراسي الثاني (ثاني ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٤/١٤٤٥ هـ			
اسم الطالب/هـ/		رقم الجلوس/	
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

اختار الإجابة الصحيحة :

١ - من العوامل المؤثرة في التوافق:		
(أ) التفكير	(ب) الخبرة الحركية	(ج) جميع ما ذكر
٢ - يؤدي حمل أوزان ثقيلة دون جاهزية الجسم لحمل هذه الأوزان إلى :		
(أ) تمزق الأوتار والأربطة	(ب) ضرر على العظام والعمود الفقري	(ج) جميع ما ذكر
٣ - عند الهبوط بقدم واحدة من ارتفاعات منخفضة تُرفع الذراعان للجانب قليلاً لحفظ		
(أ) التوازن	(ب) التوافق	(ج) الرشاقة
٤ - تسمح الملابس الفضفاضة ب..... :		
(أ) تبريد الجسم	(ب) تبريد العرق الذي يفرزه	(ج) جميع ما ذكر
٥ - في مهارة الرفع الصحيح للأثقال يكون وضع الظهر		
(أ) مستقيماً	(ب) منحنيًا	(ج) متجهه للأمام

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

✓	١	خلال الطقس البارد يتم اختيار ملابس ثقيلة تجنباً للبرد والمحافظة على درجة حرارة الجسم
X	٢	يعتبر القفز من المهارات الحركية الأساسية الغير انتقالية
✓	٣	أثناء هجوم المنافس يضع الطالب جسمه بين الكرة والمنافس والنظر للأمام لاستخلاص الكرة
X	٤	يأخذ القفز ثلاثة أشكال من أشكال الأداء
✓	٥	أثناء الجري بالكرة أماماً يستحسن ركل الكرة بقدم واحدة

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ،،

انتهت الأسئلة ،،،