

تم تحميل وعرض المادة من :



موقع واجباتك

www.wajibati.net

موقع واجباتي منصة تعليمية تساهم بنشر حل المناهج الدراسية بشكل متميز لترتقي بمجال التعليم على الإنترنت ويستطيع الطلاب تصفح حلول الكتب مباشرة لجميع المراحل التعليمية المختلفة



حمل التطبيق من هنا





أسئلة اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس (الفترة الأولى) للصف سادس ابتدائي الفصل الثاني لعام 1447 هـ

اسم الطالب : الصف :

السؤال الأول : ضع/ي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

| | | |
|-----|---|---|
| () | 1 | يزداد معدل ضربات القلب أثناء بذل المجهود البدني. |
| () | 2 | يمثل الإحماء الجزء التمهيدي أو المدخل لأداء أي نشاط بدني. |
| () | 3 | ترتفع ضربات القلب بشكل بسيط في الأنشطة البدنية مثل الإرسال في الكرة الطائرة والأعمال اليدوية. |
| () | 4 | تتوقف الزيادة في معدل ضربات القلب على شدة المجهود البدني. |
| () | 5 | تؤدي مهارة تمرير الكرة بالساعدين للأعلى والخلف من الوقوف فتحاً. |

السؤال الثاني : اختار/ي الإجابة الصحيحة فيما يلي :

| | | | | | | | |
|---|---|--------|---|--------|---|------------------|--|
| 1 | أ | للخلف | ب | للأمام | ج | للأعلى | في مهارة تمرير الكرة بالساعدين يتم ثني الركبتين ويميل الجذع قليلاً. |
| 2 | أ | منتصف | ب | أعلى | ج | لا شيء مما ذكر | في مهارة الإرسال الجانبي من الأسفل يتم مسك الكرة أسفل وباليد الحاملة أمام الجسم. |
| 3 | أ | للأمام | ب | للخلف | ج | جميع ما ذكر صحيح | أثناء أداء مهارة تمرير الكرة بالساعدين يتم مد الركبتين للوصول للوقوف ومد الذراعين بمحاذاة الصدر. |
| 4 | أ | خلف | ب | أمام | ج | الكرة | يتم متابعة الجسم لعملية الإرسال وذلك باستمرار مرجحة الذراع الكرة. |
| 5 | أ | خفيفة | ب | قوية | ج | جميع ما ذكر صحيح | تتكون التهدئة من أنشطة تتسم بالبطء في التوقيت. |

انتهت الأسئلة مع تمنياتي لكم بالتوفيق
معلم/ة المادة :



نموذج الإجابة

للفصل السادس ابتدائي الفصل الثاني لعام ١٤٤٧ هـ

نموذج إجابة أسئلة اختبار

اسم الطالب : الصف :

السؤال الأول : ضع/ي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

| | | |
|---|---|-----|
| ١ | يزداد معدل ضربات القلب أثناء بذل المجهود البدني. | (✓) |
| ٢ | يمثل الإحماء الجزء التمهيدي أو المدخل لأداء أي نشاط بدني. | (✓) |
| ٣ | ترتفع ضربات القلب بشكل بسيط في الأنشطة البدنية مثل الإرسال في الكرة الطائرة والأعمال اليدوية. | (✓) |
| ٤ | تتوقف الزيادة في معدل ضربات القلب على شدة المجهود البدني. | (✓) |
| ٥ | تؤدي مهارة تمرير الكرة بالساعدين للأعلى والخلف من الوقوف فتحاً. | (✓) |

السؤال الثاني : اختار/ي الإجابة الصحيحة فيما يلي :

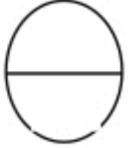
| | | | | | | | |
|---|--|---|--------|---|--------|---|------------------|
| ١ | في مهارة تمرير الكرة بالساعدين يتم ثني الركبتين ويميل الجذع قليلاً. | أ | للخلف | ب | للأمام | ج | للأعلى |
| ٢ | في مهارة الإرسال الجانبي من الأسفل يتم مسك الكرة أسفل وباليد الحاملة أمام الجسم. | أ | منتصف | ب | أعلى | ج | لا شيء مما ذكر |
| ٣ | أثناء أداء مهارة تمرير الكرة بالساعدين يتم مد الركبتين للوصول للوقوف ومد الذراعين بمحاذاة الصدر. | أ | للأمام | ب | للخلف | ج | جميع ما ذكر صحيح |
| ٤ | يتم متابعة الجسم لعملية الإرسال وذلك باستمرار مرجحة الذراع الكرة. | أ | خلف | ب | أمام | ج | الكرة |
| ٥ | تتكون التهدئة من أنشطة تتسم بالبطء في التوقيت. | أ | خفيفة | ب | قوية | ج | جميع ما ذكر صحيح |

انتهت الأسئلة مع تمنياتي لكم بالتوفيق
معلم/ة المادة :

اختبار الفترة الأولى لمادة التربية البدنية والدفاع عن النفس
للفترة الدراسية الثانية لعام ١٤٤٧ هـ للصف السادس الابتدائي

اسم الطالب/ة:

الصف: /



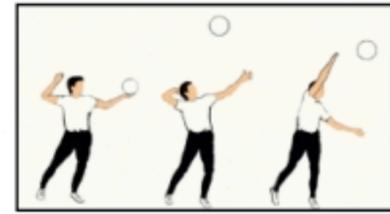
السؤال الأول: ضع / ي علامة (✓) أو علامة (x) أمام العبارات التالية؟

- ١- يمثل الإحماء الجزء التمهيدي أو المدخل لأداء أي نشاط بدني . ()
- ٢- تتم التهدئة في بداية النشاط البدني . ()
- ٣- لتجنب الإصابات أثناء النشاط البدني استخدام حذاء مناسب للنشاط البدني. ()

السؤال الثاني: اختار / ي الإجابة الصحيحة من العبارات التالية؟

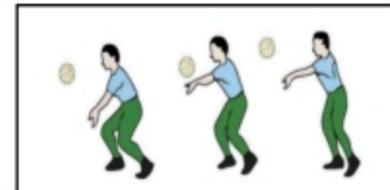
- ١- عند أداء مهارة الإرسال بوجه المضرب الخلفي في كرة تنس الطاولة يكون المضرب
الذراع الأيسر ليتمكن اللاعب / ة المنافس من رؤية زاوية المضرب والقدم اليمنى أماما .
أ- أسفل ب- أعلى ج- أوسط
- ٢- عند أداء مهارة الضربة الساحقة الخلفية في كرة تنس الطاولة بعد الانتهاء من عملية تمتد
الذراع ويدور الساعد باتجاه
أ- الأرض ب- الطاولة ج- الشبكة
- ٣- تستخدم مهارة الضربة الساقطة في كرة تنس الطاولة عندما يكون اللاعب المنافس
عن الطاولة.
أ- وسطيا ب- قريبا ج- بعيدا

السؤال الثالث: صل / ي الصورة بالعنوان المناسب لها؟



تمرير الكرة من الأسفل بالساعدين للأعلى وللخلف

لإرسال المواجه من الأعلى



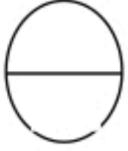
س
دائي

نموذج الإجابة

اختبار
للفترة

اسم الطالب/ة:

الصف: /



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

- 1- يمثل الإحماء الجزء التمهيدي أو المدخل لأداء أي نشاط بدني . (✓)
- 2- تتم التهدئة في بداية النشاط البدني . (x)
- 3- لتجنب الإصابات أثناء النشاط البدني استخدام حذاء مناسب للنشاط البدني. (✓)

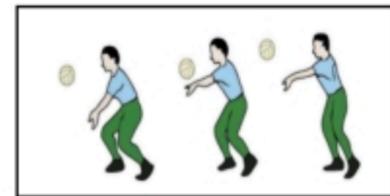
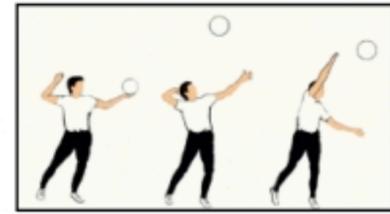
السؤال الثاني: اختار / ي الإجابة الصحيحة من العبارات التالية؟

- 1- عند أداء مهارة الإرسال بوجه المضرب الخلفي في كرة تنس الطاولة يكون المضرب
الذراع الأيسر ليتمكن اللاعب / ة المنافس من رؤية زاوية المضرب والقدم اليمنى أماما .
أ- أسفل
ب- أعلى
ج- أوسط
- 2- عند أداء مهارة الضربة الساحقة الخلفية في كرة تنس الطاولة بعد الانتهاء من عملية تمتد
الذراع ويدور الساعد باتجاه
أ- الأرض
ب- الطاولة
ج- الشبكة
- 3- تستخدم مهارة الضربة الساقطة في كرة تنس الطاولة عندما يكون اللاعب المنافس
عن الطاولة.
أ- وسطيا
ب- قريبا
ج- بعيدا

السؤال الثالث: صل / ي الصورة بالعنوان المناسب لها؟

تمرير الكرة من الأسفل بالساعدين للأعلى وللخلف

لإرسال المواجه من الأعلى



اسئلة عامة لمادة التربية البدنية للصف السادس الفصل الدراسي الثاني – للعام ١٤٤٧ هـ

الوحدة الأولى/ الصحة و اللياقة البدنية

السؤال الأول : ضعي دائرة أمام كل فقرة تمثل الإجابة الصحيحة :

| | | | | | |
|----|--|-----------------------------|------------------------------|---------------------------|--------------------------------|
| ١ | يقصد بقدرة الفرد على أداء عدد من الحركات المركبة في وقت واحد | (أ) السرعة . | (ب) القدرة العضلية . | (ج) التوافق . | (د) المرونة. |
| ٢ | كلما زاد الجهد البدني | (أ) زادت سرعة التنفس . | (ب) شعرنا بالراحة . | (ج) قل استهلاكنا للماء | (د) انخفض التنفس |
| ٣ | (قدرة المفصل على التحرك بحرية لمدى حركي كامل تتفاوت درجاتها بشكل كبير على حسب نوع المفصل للفرد) هو مفهوم..... | (أ) السرعة . | (ب) المرونة . | (ج) التحمل . | (د) الرشاقة . |
| ٤ | يساعد الإحماء الجسم على | (أ) الاستعداد للنشاط البدني | (ب) العودة لحالته الطبيعية . | (ج) زيادة الإصابات . | (د) المشاركة البدنية الخطيرة . |
| ٥ | القوة العضلية هي قدرة العضلات على مواجهة مقاومات خارجية و تتميز ب..... شدتها . | (أ) ارتفاع . | (ب) انخفاض . | (ج) تساوي . | (د) انعدام |
| ٦ | يجب علينا الحرص على شرب الماء كل | (أ) يوم . | (ب) أسبوع . | (ج) شهر. | (د) سنة. |
| ٧ | تتكون التهدئة من أنشطة خفيفة تساعد الجسم للعودة إلى حالته الطبيعية قبل التمرين ويتم عمل التهدئة | (أ) قبل النشاط البدني . | (ب) خلال النشاط البدني . | (ج) نهاية النشاط البدني . | (د) في منتصف النشاط البدني . |
| ٨ | لتجنب الاصابات أثناء تادية أي نشاط بدني ينبغي علينا مراعاة عدة عوامل من ضمنها..... | (أ) ارتداء حذاء مناسب . | (ب) ارتداء ملابس . | (ج) الكتفين . | (د) العينين. |
| ٩ | يساعد تناول الغذاء الصحي و ممارسة الرياضة على الوقاية و السيطرة على العديد من الأمراض فينبغي علينا الحرص على تجنب الغذاء غير الصحي مثل | (أ) الفيتامينات . | (ب) المشروبات الغازية . | (ج) المعادن . | (د) الحبوب الكاملة. |
| ١٠ | من عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالأداءو يمكن قياسها بسباقات الجري و الدراجات . | (أ) السرعة . | (ب) المرونة . | (ج) الرشاقة . | (د) اللياقة القلبية التنفسية . |

السؤال الثاني : ضعي حرف (ص) أمام الإجابة الصحيحة , وحرف (خ) أمام الإجابة الخاطئة :

- ١- اللياقة القلبية التنفسية ثابتة ولا نستطيع تغييرها . () .
- ٢- يقصد بالنشاط البدني كل حركة يقوم بها الجسم و تؤديها العضلات و تتطلب استهلاك للطاقة. () .
- ٣- الإحماء المناسب قبل التمرين لا يساعدني على تجنب الإصابات أثناء التمرين. () .
- ٤- تظهر أهمية التوافق عندما يقوم الفرد بحركات تتطلب استخدام أكثر من عضو من أعضاء الجسم في وقت واحد . () .
- ٥- المشي و الوقوف الصحيح يساعدان على سلامة القوام. () .
- ٦- مرجحة الذراعين و القدمين توافقا أثناء المشي يسمى بالمشي الصحيح . () .
- ٧- تعد رياضة المشي وسيلة لتحسين اللياقة البدنية والحفاظ على الصحة والحد من التوتر . () .
- ٨- لاتساعد رياضة المشي في الوقاية من الأمراض المزمنة مثل: أمراض القلب، ارتفاع ضغط الدم، داء السكري النوع الثاني. () .
- ٩- يراعى عند ممارسة النشاط البدني ارتداء الملابس الملائمة للجو و حالة الطقس . () .
- ١٠- بطاقة المعلومات الغذائية هي المعلومات الغذائية التي تكتب على أغلفة الأطعمة .

اسئلة عامة لمادة التربية البدنية للصف السادس الفصل الدراسي الثاني – للعام ١٤٤٧ هـ

الوحدة الثانية/ كرة القدم

السؤال الأول: ضعي دائرة أمام كل فقرة تمثل الإجابة الصحيحة:

| | | | | | |
|---|--|---------------------|--------------|---------------|----------------|
| ١ | تشير قدم الارتكاز أثناء كتم الكرة إلىالكرة . | (أ)خلف . | (ب)أمام . | (ج)اتجاه . | (د)جانب . |
| ٢ | أثناء أداء مهارة الجري المتعرج يكون نظر اللاعب لـ | (أ)الأمام . | (ب)الأعلى . | (ج)الأسفل . | (د)الجنب . |
| ٣ | ركل الكرة و التقدم للأمام مع مراعاة عدم ابتعادها كثيراً عن القدم هي مهارة الكرة. | (أ)الجري المتعرج بـ | (ب)كتم . | (ج)التصويب بـ | (د)تمرير . |
| ٤ | يقصد بكتم الكرة بوجه القدم الخارجي في مهارة كتم الكرة..... | (أ)تمريرها . | (ب)إيقافها . | (ج)تصويبها . | (د)الجري بها . |

السؤال الثاني: ضعي حرف (ص) أمام الإجابة الصحيحة , و حرف (خ) أمام الإجابة الخاطئة:

- ١- تبدأ مباراة كرة القدم بالقرعة بين الفريقين . ()
- ٢- عند لمس الكرة للأرض تلمس بوجه القدم الخارجي أثناء ارتدادها من الأرض مع رفع القدم قليلاً لامتصاص ارتدادها . ()
- ٣- تستخدم مهارة الجري المتعرج بالكرة للمراوغة و المحافظة على الكرة . ()
- ٤- يقصد بقدم الارتكاز القدم المتحركة أثناء تأدية مهارة التصويب . ()



الأسئلة الشاملة لمادة التربية البدنية للصف السادس الفصل الدراسي الثاني لعام ١٤٤٧ هـ

وحدة كرة الطائرة

السؤال الأول : ضعي دائرة أمام كل فقرة تمثل الإجابة الصحيحة :

| | | | | | |
|---|---|------------------------------|------------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| ١ | يتم لمس الكرة بأطراف الأصابع مع دفعها للأمام لأداء مهارة | (أ) تمرير الكرة بباطن القدم. | (ب) الإرسال المواجهة من أسفل | (ج) تمرير الكرة بالساعدين . | (د) تمرير الكرة بالأصابع . |
| ٢ | تساهم رياضة كرة الطاولة في تنمية عنصر من عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالأداء وهو | (أ.) السرعة . | (ب) المرونة . | (ج) التوافق . | (د) التركيب الجسمي . |
| ٣ | تُلعب مباراة كرة الطائرة بفريقيين يتكون كل منهما من..... | (أ) سبع لاعبات | (ب) ثمان لاعبات | (ج) ست لاعبات | (د) أربع لاعبات |
| ٤ | اثناء تأديتنا لمهارات كرة الطائرة نقف مع تقدم إحدى القدمين مع مراعاة.....الركبتين قليلاً. | (أ) استقامة. | (ب) تباعد | (ج) ثني | (د) مد |
| ٥ | ضم الساعدين و الذراعان ممدودتان للأمام من مهارات الإرسال ب..... | (أ)تمرير الكرة للأمام . | (ب) التمرير بالساعدين | (ج) المواجهة من أسفل | (د) تمرير الكرة بالأصابع |
| ٦ | تساهم رياضة الكرة الطائرة في تطوير أحد عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وهو | (أ) التحمل | (ب) المرونة | (ج) القوة العضلية | (د) الرشاقة |
| ٧ | اثناء تأديتنا لمهارة تمرير الكرة بالأصابع للأمام تكون الأصابع مفرودة على الكرة بشكل | (أ) مستطيل | (ب) دائري | (ج) مربع | (د) مثلث |

السؤال الثاني :ضعي بين القوسين حرف (ص) أمام الإجابة الصحيحة ، وحرف (خ) أمام الإجابة الخاطئة :

- (1) أثناء تأديتنا لمهارات كرة الطائرة نقف مع تقدم إحدى القدمين مع مراعاة استقامة الركبتين. ()
- (2) تُلعب مباراة كرة الطائرة بفريقيين يتكون كل منهما من لاعبين فقط. ()
- (3) أثناء تأديتنا لمهارة تمرير الكرة بالأصابع تكون الأصابع مفرودة على الكرة بشكل مثلث. ()
- (4) تساهم رياضة الكرة الطائرة في تطوير القوة العضلية وهي أحد عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة. ()
- (5) يتم لمس الكرة بأطراف الأصابع مع دفعها للأمام لأداء مهارة تمرير الكرة بالأصابع. ()
- (6) إمساك الكرة باليد أمام الفخذ للرجل الخلفية من مهارات تمرير الكرة بالأصابع للأعلى. ()
- (7) الذراعان ممدوتان للأمام و الساعدان متقاربان من الخطوات الفنية لمهارة التمرير بالأصابع. ()

وفقن الله

بنك الأسئلة لمادة التربية البدنية

الصف السادس – وحدة كرة السلة

عام ١٤٤٧ هـ

السؤال الأول: ضعي دائرة أمام كل فقرة تمثل الإجابة الصحيحة:

| | |
|---|--|
| ١ | مسك الكرة بطريقة صحيحة هو أول المهارات التي يجب تعلمها ، وتنفذ بتوزيع أصابع اليدين على (أ.) الجانب الأيمن من الكرة . (ب) الجانب الأيسر للكرة . (ج) جانبي الكرة . (د) أسفل الكرة . |
| ٢ | إذا كانت الكرة ممسوكة باليدين و قريبة من الصدر تسمى بالـ (أ) طبطبة الكرة . (ب) التمريرة الصدرية . (ج) التمريرة المرتدة . (د) التصويب . |
| ٣ | تسمى مهارة في حال كانت اليد المؤدية للمهارة واليد الحرة تستند على الكرة للحماية . (أ) التمريرة المرتدة بيد واحدة . (ب) طبطبة الكرة . (ج) التصويب . (د) التمريرة الصدرية . |
| ٤ | أثناء تنطيط الكرات العالية و المنخفضة تكون أصابع اليد وتشير للأمام للسيطرة على الكرة. (أ) متقاربة . (ب) متباعدة . (ج) مثنية . (د) متلاصقة . |
| ٥ | أثناء تأديتنا لمهارة تنطيط الكرة يميل الجذع قليلاً (أ) لليسار . (ب) للأمام . (ج) للخلف . (د) لليمين . |
| ٦ | أثناء تأديتنا لمهارة التصويب من القفز يكون نظر اللاعبه أثناء التصويب . (أ) على السلة . (ب) على الفريق المنافس . (ج) على فريقها . (د) أسفل السلة . |

ضعي بين القوسين حرف (ص) أمام الإجابة الصحيحة ، وحرف (خ) أمام الإجابة الخاطئة :

- (1) المحاورة هي التحكم بالكرة في أي اتجاه وفي سرعات مختلفة . () .
- (2) الجذع يميل قليلا للأمام أثناء التمريرة المرتدة لتقويتها . () .
- (3) تسمح مهارة التمرير بيد واحدة للممرر بتخطي كرة المنافس قبل انحناء المنافس للتصدي للكرة أو إعاقتها . ()
- (4) يكون الإرتكاز الأمامي للكرة عندما يشير الصدر والقدم باتجاه الدوران . ()
- (5) مدة الإستراحة بين الشوطين في مباراة كرة السلة ٢٠ دقيقة . () .
- (٦) يتكون كل شوط في مباراة كرة السلة من فترتين . () .
- (٧) تؤدي مهارة التصويب من الثبات من وضع الوقوف مواجه السلة مع تقدم إحدى الرجلين أو تباعدهما جانبا باتساع الصدر . ()
- (٨) تؤدي مهارة التصويب السلمي بعد المحاورة أو استلام الكرة من الجري على بعد خطوات من السلة . ()

بنك الأسئلة مادة التربية البدنية
للف السادس – وحدة كرة اليد
عام ١٤٤٧ هـ

السؤال الأول: ضعي دائرة أمام كل فقرة تمثل الإجابة الصحيحة :

| | | | | | |
|---|---|-------------------------------|---------------------------|-------------------------|--------------------------|
| ١ | أثناء أداء تمرير الكرة بيد واحدة من مستوى الرأس يكون نظر اللاعبه | (أ) على الملعب . | (ب) نحو الكرة . | (ج) على الشبكة . | (د) على الفريق المنافس . |
| ٢ | إن مسك الكرة بطريقة صحيحة هي أول المهارات التي يجب تعلمها , وتنفذ بتوزيع أصابع اليدين على | (أ.) الجانب الأيمن من الكرة . | (ب) الجانب الأيسر للكرة . | (ج) جانبي الكرة . | (د) أسفل الكرة . |
| ٣ | لأداء مهارة التمرير بالحركة عاليًا تكون إحدى القدمين متقدمة على الأخرى و يوزع ثقل الجسم | (أ) بين القدمين . | (ب) على القدم الأمامية . | (ج) على القدم الخلفية . | (د) على الركبتين . |
| ٤ | أثناء التمرير بالحركة (المشي أو الجري) تكون قدم الارتكاز للأمام وللبيد المررة للكرة . | (أ) متقاربة . | (ب) متباعدة . | (ج) معاكسة . | (د) متلاصقة . |
| ٥ | عدد لاعبات كل فريق في كرة اليد منبما فيهن الحارسة . | (أ) ٤ . | (ب) ٥ . | (ج) ٦ . | (د) ٧ . |
| ٦ | أثناء تأديتنا لمهارة التصويب من مستوى الرأس مع الارتكاز يكون نظر اللاعبه أثناء التصويب . | (أ) على الكرة . | (ب) على الفريق المنافس . | (ج) على فريقها . | (د) أسفل الكرة . |

السؤال الثاني : ضعي بين القوسين حرف (ص) أمام الإجابة الصحيحة ، وحرف (خ) أمام الإجابة الخاطئة:

- (١) مرجحة اليد المصوبة في حركة دائرية خلفاً وعالياً فوق مستوى الرأس للتصويب أثناء تأديتنا لمهارة التصويب مع الارتكاز () .
- (٢) الجذع يميل قليلاً للأمام أثناء تنطيط الكرة في المحاورة () .
- (٣) لتأدية مهارة التصويب من فوق الرأس مع الارتكاز تكون اليد المصوبة تحت مستوى الرأس () .
- (٤) مرجحة اليد المصوبة في حركة دائرية خلفاً وعالياً تحت مستوى الرأس للتصويب () .
- (٥) يتكون فريق كرة اليد من ٧ لاعبات () .
- (٦) يتكون كل شوط في مباراة كرة اليد من ٣٠ دقيقة () .

اسئلة عامة لمادة التربية البدنية للصف السادس- للعام ١٤٤٧ هـ التنس الأرضي

السؤال الأول: ضعي دائرة أمام كل فقرة تمثل الإجابة الصحيحة :

| | |
|---|--|
| ١ | (هو الإرسال الذي نستطيع الإرسال فيه من اليمين إلى الجانب) المقصود به ... |
| | (أ)الضربة الخلفية. (ب)الإرسال المعكوس . (ج) الضربة الطائرة العالية. (د) الضربة الساحقة. |
| ٢ | سحب الذراع الحاملة للمضرب للخلف قليلاً و إلى الجنب الخلفي ويكون المضرب عالياً من مهارات |
| | (أ)أداء الضربة الطائرة العالية. (ب) الإرسال المستقيم. (ج)الضربة الخلفية (د)الضربة الساحقة |
| ٣ | نعتبر.....من الضربات المهمة في لعبة كرة التنس و يمكن توجيهها إلى أي نقطة في الملعب الخاص بالمنافس . |
| | (أ)الضربة الخلفية. (ب)الإرسال المستقيم (ج) الضربة الطائرة المسقطة. (د) الضربة الساحقة. |
| ٤ | (المضرب عمودي على الأرض و يكون نحو الاتجاه الذي سوف نضرب فيه الكرة) هو وصف ل..... |
| | (أ)الضربة الخلفية. (ب)الإرسال المستقيم (ج) الضربة الطائرة العالية. (د) الضربة الساحقة. |
| ٥ | (دوران الجسم جانباً مع أخذ خطوة ونقل وزن الجسم للأمام، وخفض رأس المضرب لمستوى أدنى من الكتف استعداداً لضرب الكرة) يسمى..... |
| | (أ)الضربة الإرسال من تحت الذراع. (ب)الإرسال المستقيم (ج) الضربة الطائرة العالية. (د) الضربة الساحقة. |
| ٦ | أثناء تأدية الضربة الخلفية يرتكز وزن الجسم على |
| | (أ) الرجل الحرة . (ب) رجل الارتكاز . (ج) الركبتين . (د) كلا الرجلين . |

السؤال الثاني: ضعي الحرف (ص) أمام الإجابة الصحيحة , و حرف (خ) أمام الإجابة الخاطئة :

- ٣- الإرسال المعكوس هو إرسال الكرة من الأسفل إلى الأعلى . () .
- ٢- تؤدي الضربة النصف طائرة بالمسكة الشرقية . () .
- ٣- سحب الذراع الحاملة للمضرب للخلف قليلاً و إلى الجنب الخلفي ويكون المضرب عالياً من مهارات الضربة المسقطة () .
- ٤-(المضرب عمودي على الأرض و يكون نحو الاتجاه الذي سوف نضرب فيه الكرة) في مهارة الإرسال المعكوس ()
- ٥- لأداء الإرسال من تحت الذراع تضرب الكرة من الخلف أو من الجانب كي يعطيها دوران () .