

تم تحميل وعرض المادة من :



موقع واجباتك  
[www.wajibati.net](http://www.wajibati.net)



حمل التطبيق من هنا





## الصف الرابع الابتدائي

### اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس الفترة الثانية للصف الرابع الابتدائي للعام ١٤٤٧ هـ

اسم الطالب/ة: ..... الصف: .....

٣

#### السؤال الأول:

السؤال الأول: ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة:	
١	تبدأ الدرجة الأمامية المتكورة في الجمباز من الجلوس والذراعين عالياً باتساع الصدر، والرأس على استقامة الجذع. ( )
٢	من الأنماط الغذائية الصحية، أن توفر مجموعة متنوعة من الأغذية ذات جودة عالية وأن تكون آمنة للاستهلاك. ( )
٣	التمريرة الصدرية في كرة السلة تسمى تمريرة الفريق حيث تعد من أكثر أنواع التمرير استخداماً أثناء المباريات. ( )

٢

#### السؤال الثاني:

اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:	
١	تستخدم هذه المسكة لضرب كرات الريشة الطائرة التي تأتي من الجهة المقابلة لليد المسكة للمضرب: أ- المسكة الخلفية ب- الإرسال المنخفض ت- المسكة الأمامية
٢	من خطوات أداء تنطيط كرة اليد بيد واحدة: أ- أداء التنطيط بيد واحدة، بمفصل رسغ اليد. ب- تدفع الكرة باليد المفتوحة باتجاه عمودي. ت- جميع ما ذكر

مع تمنياتي لكم بالتوفيق والنجاح...

اسم المعلم/ة: .....

# موقع واجباتي



# نموذج الإجابة

التاريخ: / / ١٤٤٧ هـ  
الفصل: الدراسي الثاني  
اختبار: الفترة الثانية

مدرسة: .....



## الصف الرابع الابتدائي

اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس الفترة الثانية للصف الرابع الابتدائي للعام ١٤٤٧ هـ

الصف: .....

اسم الطالب/ة: .....

٣

### السؤال الأول:

السؤال الأول: ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة:

١	تبدأ الدرجة الأمامية المتكورة في الجمباز من الجلوس والذراعين عالياً باتساع الصدر، والرأس على استقامة الجذع.	(X)
٢	من الأنماط الغذائية الصحية، أن توفر مجموعة متنوعة من الأغذية ذات جودة عالية وأن تكون آمنة للاستهلاك.	(✓)
٣	التمريرة الصدرية في كرة السلة تسمى تمريرة الفريق حيث تعد من أكثر أنواع التمرير استخداماً أثناء المباريات.	(✓)

٢

### السؤال الثاني:

اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

١	تستخدم هذه المسكة لضرب كرات الريشة الطائرة التي تأتي من الجهة المقابلة لليد المسكة للمضرب:		
أ-	المسكة الخلفية	ب- الإرسال المنخفض	ت- المسكة الأمامية
٢	من خطوات أداء تنطيط كرة اليد بيد واحدة:		
أ-	أداء التنطيط بيد واحدة، بمفصل رسغ اليد.	ب- تدفع الكرة باليد المفتوحة باتجاه عمودي.	ت- جميع ما ذكر

مع تمنياتي لكم بالتوفيق والنجاح...

اسم المعلم/ة: .....

موقع واجباتي



اختبار الفترة الأولى

الصف: رابع ابتدائي

الفصل الدراسي الثاني 1447 هـ

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

اسم الطالب : ..... الصف : .....

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

( )	التعرق ظاهرة صحية تحدث أثناء القيام بأداء مجهود بدني.	1
( )	في مهارة استقبال الكرة من أسفل بالساعدين تتلاصق اليدين جنباً إلى جنب وتتجهان إلى أعلى.	2
( )	يعتبر التعرق وسيلة الجسم للتخلص من الحرارة التي ينتجها للمحافظة على حرارته الداخلية.	3
( )	عند ملامسة الكرة للساعدين يتم مد أجزاء الجسم لأعلى ودفع الكرة بالاتجاه المناسب.	4
( )	تنتج العضلات كمية كبيرة من العرق أثناء القيام بمجهود بدني مرتفع الشدة.	5
( )	تؤدي مهارة تمرير الكرة من الأسفل بالساعدين للأمام من الوقوف فتحاً.	6
( )	يفقد الجسم مقداراً من السوائل نتيجة التعرق.	7
( )	تعتبر وقفة الاستعداد في كرة السلة من أولى المهارات التي يجب تعليمها للاعبين.	8
( )	يؤدي نقص تعويض السوائل التي يفقدها الفرد إلى خفض قدرة الجسم على التعرق.	9
( )	في مهارة مسك الكرة في كرة السلة تكون الكرة متزنة بين اليدين مع انثناء المرفقين بالقرب من الجسم.	10

انتهت الأسئلة مع تمنياتي لكم بالتوفيق

معلم/ة المادة

موقع واجباتي



اختبار الفترة الأولى

الصف: رابع ابتدائي

الفصل الدراسي الثاني ١٤٤٧ هـ

# نموذج الإجابة

نموذج إجابة أسئلة اختبار مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس ( الفترة الأولى ) للصف رابع ابتدائي الفصل الثاني لعام ١٤٤٧ هـ

اسم الطالب : ..... الصف : .....

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

(✓)	التعرق ظاهرة صحية تحدث أثناء القيام بأداء مجهود بدني.	١
(✓)	في مهارة استقبال الكرة من أسفل بالساعدين تتلاصق اليدين جنباً إلى جنب وتتجهان إلى أعلى.	٢
(✓)	يعتبر التعرق وسيلة الجسم للتخلص من الحرارة التي ينتجها للمحافظة على حرارته الداخلية.	٣
(✓)	عند ملامسة الكرة للساعدين يتم مد أجزاء الجسم لأعلى ودفع الكرة بالاتجاه المناسب.	٤
(✓)	تنتج العضلات كمية كبيرة من العرق أثناء القيام بمجهود بدني مرتفع الشدة.	٥
(✓)	تؤدي مهارة تمرير الكرة من الأسفل بالساعدين للأمام من الوقوف فتحاً.	٦
(✓)	يفقد الجسم مقداراً من السوائل نتيجة التعرق.	٧
(✓)	تعتبر وقفة الاستعداد في كرة السلة من أولى المهارات التي يجب تعليمها للاعبين.	٨
(✓)	يؤدي نقص تعويض السوائل التي يفقدها الفرد إلى خفض قدرة الجسم على التعرق.	٩
(✓)	في مهارة مسك الكرة في كرة السلة تكون الكرة متزنة بين اليدين مع انثناء المرفقين بالقرب من الجسم.	١٠

انتهت الأسئلة مع تمنياتي لكم بالتوفيق

معلم/ة المادة

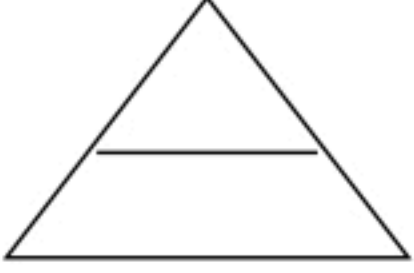
موقع واجباتي



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

اسم الطالب/ة:

الصف: /



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

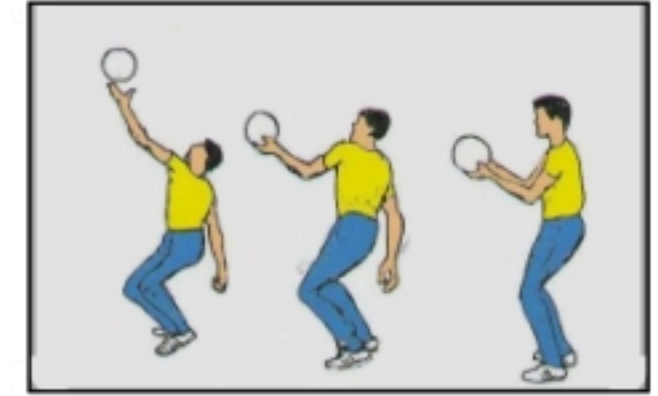
- ١- التعرق ظاهرة غير صحية تحدث أثناء القيام بأداء مجهود بدني . ( )
- ٢- من الملابس الملائمة لممارسة النشاط البدني خلال الطقس الحار يتم اختيار الملابس الخفيفة الفضفاضة . ( )

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

- ١- يفقد الجسم مقدار من السوائل نتيجة .....  
أ- الجوع      ب- البرودة      ج- التعرق

السؤال الثالث: صل / ي الصورة بالعنوان المناسب لها؟

استقبال الكرة من الأسفل بالساعدين



الإرسال المواجه من الأسفل

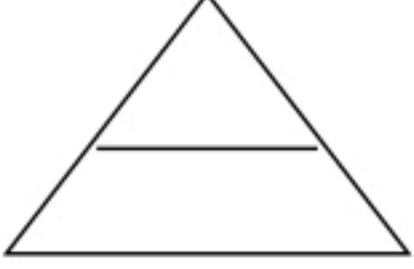


اختبار الفترة الأولى لمادة التربية البدنية والدفاع عن النفس  
مع الابتدائي

## نموذج الإجابة

اسم الطالب/ة:

الصف: /



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

- التعرق ظاهرة غير صحية تحدث أثناء القيام بأداء مجهود بدني . ( × )
- من الملابس الملائمة لممارسة النشاط البدني خلال الطقس الحار يتم اختيار الملابس الخفيفة الفضفاضة . ( ✓ )

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

- يفقد الجسم مقدار من السوائل نتيجة .....  
أ- الجوع      ب- البروده      ج- التعرق

السؤال الثالث: صل / ي الصورة بالعنوان المناسب لها؟

استقبال الكرة من الأسفل بالساعدين

الإرسال المواجه من الأسفل

