



امتحان الصف الحادي عشر (ذكور)  
للعام الدراسي ١٤٣٨/١٤٣٩ هـ - ٢٠١٧/٢٠١٨ م  
الدور الثاني - الفصل الدراسي الأول

- المادة: الرياضة المدرسية.
- زمن الإجابة: ساعتان.
- عدد صفحات أسئلة الامتحان: ( ٣ ).
- الإجابة في الورقة نفسها.

اسم الطالب	
المدرسة	
الصف	

(التوقيع بالاسم)		الدرجة بالحروف (بالأحمر)	الدرجة بالأرقام (بالأحمر)		السؤال
المدقق (بالأخضر)	المصحح (بالأحمر)		عشرات	آحاد	
					١
					٢
					٣
مراجعة الجمع والتشطيب (بالأزرق)	جمعه (بالأحمر)				المجموع
				٣٠	المجموع الكلي

امتحان الصف الحادي عشر (ذكور)  
 للعام الدراسي ١٤٣٨/١٤٣٩ هـ - ٢٠١٧/٢٠١٨ م  
 الدور الثاني - الفصل الدراسي الأول

- المادة: الرياضة المدرسية (ذكور).  
 • تنبيه: الأسئلة في (٣) صفحات.  
 • زمن الإجابة: ساعتان.  
 • الإجابة في الورقة نفسها.

أجب عن جميع الأسئلة الآتية:

السؤال الأول:

ضع علامة صح (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة خطأ (x) أمام العبارة الخاطئة فيما يأتي:

- ١- تزداد مدة الاحماء في الجو الحار مقارنة بالجو البارد. ( )  
 ٢- تُعد المحاولة فاشلة في مسابقة رمي الرمح إذا ترك اللاعب منطقة الرمي قبل سقوط الرمح على الأرض. ( )  
 ٣- تستخدم مكعبات البداية في جميع سباقات المسافات القصيرة. ( )  
 ٤- يُعد التمرير الطويل العالي أفضل أنواع التمرير في كرة القدم. ( )  
 ٥- يُعرّف الشمول في الإدارة الرياضية بأنه الإدارة لكافة جوانب مجالات العمل في الهيئة الرياضية. ( )  
 ٦- عند تنظيم جدول طريقة خروج المغلوب من مرتين يتحرك الفائز جهة اليسار والمغلوب جهة اليمين. ( )

السؤال الثاني:

ضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة لكل مفردة من المفردات الآتية:

١- الجهد الناتج عن القوة العضلية لفترة قصيرة من الزمن هي:

- أ- القوة العضلية.  
 ب- التحمل.  
 ج- القدرة العضلية.  
 د- المرونة.

٢- عند ممارسة أي نشاط بدني يجب بدء البرنامج التدريبي بشدة:

- أ- منخفضة.  
 ب- متوسطة.  
 ج- عالية.  
 د- ثابتة.

٣- إذا كان عدد المتسابقين في مسابقة رمي الرمح (٨) متسابقين، فإن عدد المحاولات التي تعطى لكل متسابق:

- أ- (٣).  
 ب- (٤).  
 ج- (٥).  
 د- (٦).

• المادة: الرياضة المدرسية (ذكور) .  
• الدور الثاني.

• الفصل الدراسي الأول.  
• للعام الدراسي ٢٠١٧/٢٠١٨ م

### تابع السؤال الثاني:

٤- في المباريات الدولية لا يزيد عرض ملعب كرة القدم عن :

- أ- ( ٦٠ ) متر .  
ب- ( ٦٥ ) متر .  
ج- ( ٧٠ ) متر .  
د- ( ٧٥ ) متر .

٥- قاعدة الاستبقاء التي تستخدم عند تنظيم وإدارة المباريات تخص الدور :

- أ- الأول .  
ب- الثاني .  
ج- الثالث .  
د- الرابع .

٦- إذا كان عدد الفرق المشتركة في بطولة ما تقام بنظام خروج المغلوب من مرة واحدة (٥) فرق، فإن عدد مباريات هذه البطولة :

- أ- (٧) .  
ب- ( ٦ ) .  
ج- ( ٥ ) .  
د- ( ٤ ) .

### السؤال الثالث:

١٨

١ - هناك العديد من الفوائد الصحية الناتجة عن ممارسة النشاط البدني، اذكر ثلاثاً منها.

- ..... -  
..... -  
..... -

٢ - اذكر المراحل الفنية الثلاثة لسباقات المسافات القصيرة بالترتيب.

- ..... -  
..... -  
..... -

٣ - اذكر أربعاً من المهارات الأساسية لحارس المرمى في كرة القدم.

- ..... -  
..... -  
..... -  
..... -

• المادة: الرياضة المدرسية (ذكور) .  
• الدور الثاني.

• الفصل الدراسي الأول.  
• للعام الدراسي ٢٠١٧/٢٠١٨ م

تابع السؤال الثالث:

٤- أجب عن ما يلي:

أ – عرف الإدارة الرياضية.

.....  
.....

ب – ما الهدف من تعلم الإدارة في الميدان الرياضي؟

..... -  
..... -

ج – اذكر الوظائف الرئيسية الخمسة للإدارة الرياضية، مع تعريف كلا منها.

..... -  
..... -  
..... -  
..... -  
..... -  
..... -  
..... -  
..... -  
..... -  
..... -

انتهت الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق والنجاح.



نموذج إجابة امتحان الصف الحادي عشر ( ذكور )  
للعام الدراسي ١٤٣٨/١٤٣٩ هـ - ٢٠١٧/٢٠١٨ م  
الدور الثاني - الفصل الدراسي الأول

المادة: الرياضة المدرسية  
تنبيهه: نموذج الإجابة في ( ٣ ) صفحات.  
الدرجة الكلية: (٣٠) درجة.

(٦) درجات

إجابة السؤال الأول: (صح أو خطأ):

المفردة	الإجابة	الدرجة	الصفحة
١	×	درجة	٩
٢	√	درجة	٢٧
٣	√	درجة	٣٥
٤	×	درجة	٣٧
٥	√	درجة	٦٤
٦	√	درجة	٧٢
المجموع			(٦) درجات .

(٦) درجات

إجابة السؤال الثاني: (الاختيار من متعدد):

المفردة	الإجابة	الدرجة	الصفحة
١	ج	درجة	١٥
٢	أ	درجة	١٠
٣	د	درجة	٢٧
٤	د	درجة	٥١
٥	أ	درجة	٦٩
٦	د	درجة	٧٠
المجموع			(٦) درجات .

الصفحة	الدرجة	الإجابة الصحيحة	المفردة	الجزئية
١٠	ثلاث درجات (درجة واحدة لكل مفردة)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- تحرق المزيد من الوحدات الحرارية وتسمح للشخص بالمزيد من الأكل .</li> <li>- تخفض مخاطر الإصابة بمرض القلب وبعض أمراض السرطان.</li> <li>- تعطي الشخص شعورا جيدا عن نفسه بحيث يصبح مدركا وواعيا لما يأكله والكمية التي يأكلها .</li> <li>- تخفض مستوى الإجهاد.</li> <li>- تحسن مستوى السكر في الدم.</li> <li>- تحسن وظيفة القلب والأوعية الدموية.</li> <li>- تزيد قوة العضلات.</li> <li>- تخفض مستوى الكوليسترول.</li> <li>- تحافظ على مرونة المفاصل وقوة العظام.</li> <li>- تحسن التوازن الجسدي ، وهو ما يمنع السقطات والإصابات</li> <li>- تجدد الشباب وتعطي سنا بيولوجية أصغر من السن الزمنية .</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>*يذكر ثلاثة منها</b></p>		١
٣٣	ثلاث درجات (درجة واحدة لكل مفردة)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مرحلة بدء السباق.</li> <li>- مرحلة جري مسافة السباق.</li> <li>- مرحلة نهاية السباق.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>*تذكر بالترتيب</b></p>		٢
٤٥	أربع درجات (درجة واحدة لكل مفردة)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- الوقفة الأساسية لحارس المرمى.</li> <li>- مهارة مسك الكرة الأرضية.</li> <li>- مهارة مسك الكرة متوسطة الارتفاع.</li> <li>- مهارة مسك الكرة العالية فوق الرأس.</li> <li>- مهارة ضرب الكرة بقبضة اليدين لابعادها .</li> <li>- مهارة الارتقاء لامسك الكرات البعيدة عن مكان وقوف الحارس.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>*يذكر أربعة منها</b></p>		٣

تابع إجابة السؤال الثالث:				
الصفحة	الدرجة	الإجابة الصحيحة	المفردة	الجزئية
٦٤	درجة واحدة	- هي الجهود الموجهة داخل الهيئة الرياضية لتحقيق أهدافها من خلال القيام بالوظائف الإدارية.	(أ)	
٦٤	درجتان (درجة واحدة لكل مفردة)	- زيادة المهارات الإدارية للأفراد. - تعزيز قيمة التطوير الذاتي وزيادة الخبرات العملية.	(ب)	
٦٥ - ٦٦	خمس درجات (درجة واحدة لكل مفردة)	- التخطيط: هو جزء من النشاط الإداري المتخذ لتحديد أسلوب العمل لفترة مستقبلية. - التنظيم: هو تعاون أي مجموعة من الأشخاص سواء صغيرة كانت أم كبيرة تحت إدارة حكيمة تكون لديها رغبة في تحقيق أهداف مشتركة تتفق مع أهداف المجتمع وفق الإمكانيات والقدرات المتاحة. - القيادة: تأثير وتحريك للأفراد داخل الجماعة لتحقيق أهداف تتفق مع أهداف المجتمع. - التنسيق: هو الترتيب المنظم للجهود الجماعي للوصول إلى هدف مشترك. - الرقابة: هي التحقق من أن كل شيء يمضي وفقاً للخطة المعتمدة والكشف عن أوجه ونقاط الضعف والخطأ لتصحيحها وتلافي تكرارها.  <b>* ملاحظة:</b> في حالة ذكر الطالب للوظيفة فقط دون ان يعطي تعريف لها يعطى الطالب نصف درجة.	(ج)	٤
	( ١٨ ) درجة	المجموع		