



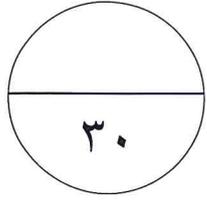
امتحان دبلوم التعليم العام
للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ م
الدور الثاني - الفصل الدراسي الثاني

- عدد صفحات أسئلة الامتحان: (٣) .
- الإجابة في الورقة نفسها.

- المادة: الرياضة المدرسية .
- زمن الإجابة: ساعتان .

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 دبلوم التعليم العام

للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ م

الدور الثاني - الفصل الدراسي الثاني

- زمن الإجابة: ساعتان.
- الإجابة في الورقة نفسها.

- المادة: الرياضة المدرسية .
- تنبيه: الأسئلة في (٣) صفحات.

أجب عن جميع الأسئلة الآتية:

السؤال الأول:

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

()

١- تكون القدمان متقاربتين عند التهيؤ لأداء مهارة حائط الصد في لعبة الكرة الطائرة.

()

٢- يهدف الستار في كرة السلة الى إعاقة طريق أحد مدافعي الفريق المنافس بطريقة قانونية.

()

٣- خطة دفاع المنطقة في كرة السلة تقلل من ارتكاب الأخطاء الشخصية أثناء الدفاع .

()

٤- كلما كان المهاجم سريعاً في مباراة كرة اليد، فإنه يجب أن تكون المسافة الدفاعية قصيرة بين المدافع والمهاجم.

()

٥- المستوى الطبيعي للسكر بالدم قبل الأكل يكون (٨٠ - ١٢٠) مليغراماً .

()

٦- إصابة الكسر البسيط في العظام يصاحبه جرح خارجي .

()

السؤال الثاني:

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

١- التشكيل الدفاعي المناسب الذي يقلل من فاعلية رجل الارتكاز الذي يتواجد على خط الرمية الحرة في كرة السلة ، هو التشكيل :

ب- (١-٢-٣).

أ- (٣-١-١).

د- (٢-٣).

ج- (١-٣-١).

٢- منطقة تغيير اللاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة :

ب- بين خط الهجوم وخط النهاية لفريقه.

أ- من الخط الخلفي لفريقه.

د- بين خط الوسط وخط النهاية لفريقه.

ج- بين خط الوسط وخط الهجوم لفريقه .

٣- في خطة دفاع المنطقة (٦/٠) في كرة اليد ، يقف المدافعون طوال القامة بمنطقة التصويب في :

ب- الجناح الأيسر.

أ- الجناح الأيمن .

د- أمام متقدم.

ج- الوسط.

(٢)

امتحان دبلوم التعليم العام
للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ م
الدور الثاني - الفصل الدراسي الثاني

تابع السؤال الثاني:

٤- العنصر الغذائي الذي يساهم بنسبة ٨٠ % من إجمالي الطاقة اللازمة لأداء الأنشطة البدنية :

- أ- البروتينات .
ب- الفيتامينات .
ج- الكربوهيدرات .
د- الدهون .

٥- إصابة مركز التنفس في المخ هو أحد أسباب:

- أ- الارتجاج .
ب- الاختناق .
ج- التمزق .
د- الغرق .

٦- عند تنفيذ مهارة حائط الصد في الكرة الطائرة تكون الكفان:

- أ- متقاربة والأصابع منتشرة .
ب- متقاربة والأصابع متلاصقة .
ج- متباعدة والأصابع منتشرة .
د- متباعدة والأصابع متلاصقة .

السؤال الثالث:

١- اذكر ثلاث نقاط يجب مراعاتها لأداء حائط الصد بطريقة صحيحة في الكرة الطائرة.

.....
.....
.....

٢- يتطلب إنشاء ملعب كرة السلة قطعة أرض مستوية بعيدة عن العوائق وتكون بعيدة بمسافة كافية عن أسوار المدرسة . اكتب الخطوات الثلاث لإنشاء ملعب كرة السلة.

.....
.....
.....

٣- تعد لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية ذات الطابع السريع التي يتبادل فيها الفريقان أدوار الدفاع والهجوم ممثلة في الخطط الدفاعية والهجومية :

(أ) اذكر ثلاثة عوامل تؤثر في المسافة الدفاعية عند القيام بالمهمة الدفاعية في كرة اليد .

.....
.....
.....

(ب) اذكر أحد سلبيات خطة دفاع المنطقة (٦/٠) .

.....

(٣)

امتحان دبلوم التعليم العام
للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ م
الدور الثاني - الفصل الدراسي الثاني

تابع السؤال الثالث:

٤- تعد الاسعافات الأولية أمراً مهماً في مواجهة حالات إصابات الملاعب الشائعة .

(أ)- اذكر أربعة خطوات لإسعاف إصابة التمزق العضلي .

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

(ب)- اذكر أربعة أسباب للاختناق .

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

انتهت الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق والنجاح .



سلطنة عمان
وزارة التربية والتعليم
تموزج إجابة امتحان دبلوم التعليم العام
للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ م
الدور الثاني - الفصل الدراسي الثاني



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

إجابة السؤال الأول: (صح أو خطأ): (٦ درجات)

المفردة	الإجابة	الدرجة	الصفحة
١	×	درجة	٥٦
٢	√	درجة	٧٢
٣	√	درجة	٨٠
٤	×	درجة	٨٦
٥	√	درجة	١٠٣
٦	×	درجة	١٠٧
المجموع			(٦) درجات .

إجابة السؤال الثاني: (الاختيار من متعدد): (٦ درجات)

المفردة	الإجابة	الدرجة	الصفحة
١	(د)	درجة	٧٧
٢	(ب)	درجة	٦٢
٣	(ج)	درجة	٨٩
٤	(ج)	درجة	٩٧
٥	(ب)	درجة	١١٠
٦	(أ)	درجة	٥٧
المجموع			(٦) درجات .

(٢)
تابع نموذج إجابة امتحان دبلوم التعليم العام
للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ م
الدور الثاني - الفصل الدراسي الثاني



إجابة السؤال الثالث: (الأسئلة المقالية):				
(١٨) درجة				
الصفحة	الدرجة	الإجابة الصحيحة	المفردة	الجزئية
٥٨	ثلاث درجات (درجة لكل مفردة)	<ul style="list-style-type: none"> - عدم المبالغة في رفع الذراع عالياً مع استقامة الجسم. - ضرورة ضبط التوقيت المناسب وضبط المسافة بين اليدين والشبكة . - عدم ارتخاء الجسم أثناء التهيؤ والاستعداد للوثب . - عدم الوثب باتجاه منحرف عن اتجاه سير طيران الكرة . - توزيع الأصابع بصورة مفتوحة وممدودة بشكل حجم الكرة . <p style="text-align: center;">*يذكر ثلاثة منها (أو ما يفيد المعنى فيما ذكر)</p>	-	١
٧٠	ثلاث درجات (درجة لكل مفردة)	<ul style="list-style-type: none"> ١- تحديد موقع خط نهاية الملعب ويفضل أن يكون موازياً لأحد المياني ٢- تحديد مقاس عرض الملعب بوضع علامة حديدية أو خشبية عند طرف خط العرض الذي يبلغ طوله ١٥ متر. ٣- تحديد الزاوية القائمة عند طرفي خط العرض لإنشاء خط الطول 	-	٢
٨٦	ثلاث درجات (درجة لكل مفردة)	<ul style="list-style-type: none"> - مكان وقوف المهاجم. - حيازة المهاجم للكرة. - سرعة المهاجم. 	أ	٣
٩٠	درجة واحدة	<ul style="list-style-type: none"> - تتسم بسلبية في الدفاع ، حيث يمكن تركيز الهجوم في المناطق الضعيفة أو بزيادة عدد المهاجمين . 	ب	

يتبع/٣...٣



(٣)
تابع نموذج إجابة امتحان دبلوم التعليم العام
للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ م
الدور الثاني - الفصل الدراسي الثاني

تابع إجابة السؤال الثالث:

الصفحة	الدرجة	الإجابة الصحيحة	المفردة	الجزئية
١١٠	أربع درجات (درجة لكل مفردة)	- وضع كمادات باردة على موضع الإصابة . - الراحة ، وعدم تحريك العضو المصاب . - ربط الجزء المصاب . - نقل المصاب إلى المستشفى .	أ	٤
١١٠	أربع درجات (درجة لكل مفردة)	- الغرق . - دخول أشياء غريبة في مجرى التنفس . - استنشاق الغاز أو الدخان . - إصابة مركز التنفس في المخ .	ب	
(١٨) درجة		المجموع		

نهاية نموذج الإجابة