



امتحان الصف الحادي عشر (إناث)
للعام الدراسي ١٤٣٤/١٤٣٥ هـ - ٢٠١٣/٢٠١٤ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الأول

- عدد صفحات أسئلة الامتحان: (٤) .
- 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 الكلّي

امتحان الصف الحادي عشر (إناث)
للعام الدراسي ١٤٣٤/١٤٣٥ هـ - ٢٠١٣/٢٠١٤ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الأول

- المادة: الرياضة المدرسية .
• زمن الإجابة: ساعتان .
• عدد صفحات أسئلة الامتحان: (٤)
• الإجابة في الورقة نفسها.

أجيب عن جميع الأسئلة الآتية

السؤال الأول: ضعي دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة لكل مفردة من المفردات الآتية:

- ١- سرعة الاستجابة لمثير معين في أقصر فترة ممكنة تعرف بـ :
أ- السرعة الحركية.
ب- سرعة رد الفعل.
ج- السرعة الانتقالية.
د- السرعة المنتظمة.
- ٢- تعتبر من أهم وأصعب المراحل في سباق المسافات القصيرة هي مرحلة :
أ- الاستعداد للسباق.
ب- بدء السباق.
ج- جري السباق .
د- نهاية السباق.
- ٣- في حالة الخروج عن قواعد وإيقاع الموسيقى في مسابقات التمرينات الحديثة يتم خصم:
أ- (٠,٥) درجة.
ب- (١,٥) درجة.
ج- (٢,٥) درجة.
د- (٣,٥) درجة.
- ٤- الوثب الأمامي من الثبات هو أحد اختبارات قياس :
أ- التحمل العضلي.
ب- القدرة العضلية.
ج- القوة العضلية.
د- التوافق العضلي.
- ٥- أثناء تنظيم المسابقات بطريقة خروج المغلوب فإن قاعدة الاستبقاء تخص الدور:
أ- الأول.
ب- الثاني.
ج- الأول والثاني.
د- النهائي.
- ٦- إذا كان عدد الفرق المشاركة في مسابقة (١٣) فريقا بطريقة خروج المغلوب من مرة واحدة ، فإن عدد المباريات يساوي:
أ- (١٠)
ب- (١١)
ج- (١٢)
د- (١٣)

(٢)

تابع امتحان الصف الحادي عشر (إناث)
للعام الدراسي ١٤٣٤ / ١٤٣٥ هـ - ٢٠١٣ / ٢٠١٤ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الأول
المادة: الرياضة المدرسية

السؤال الثاني: ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخطأ
فيما يأتي:

- ١- ممارسة النشاط البدني تعطي عمرا بيولوجيا أصغر من العمر الزمني للفرد . ()
- ٢- يكون صفر القياس عند قوس الرمي في مسابقة رمي الرمح . ()
- ٣- عند حدوث عقدة على المركز الثامن في مسابقة رمي الرمح يمنح المتنافس المشترك في العقدة ثلاث محاولات إضافية . ()
- ٤- في البطولات التنافسية للتمرينات الفنية الإيقاعية تكون مساحة الأداء (١٤ × ١٤) متر . ()
- ٥- يقصد بالرقابة كإحدى الوظائف الرئيسية للإدارة الرياضية الترتيب المنظم للمجهود الجماعي للوصول إلى هدف مشترك . ()
- ٦- إذا كان عدد الفرق المشاركة في مسابقة خروج المغلوب (١٠) فرق فإننا نلجأ إلى طريقة الاستبقاء . ()

(٣)

تابع امتحان الصف الحادي عشر (إناث)
للعام الدراسي ١٤٣٤/١٤٣٥ هـ - ٢٠١٣/٢٠١٤ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الأول
المادة: الرياضة المدرسية

السؤال الثالث : أجبني عن الأسئلة الآتية :

١- أ) عددي ثلاثاً من مكونات اللياقة البدنية المرتبطة بالمهارة.

-
-
-

ب) أكتب قانون طريق الاقتراب في مسابقة رمي الرمح من حيث :

- الطول :
- العرض :
- عرض الخطوط :

٢- أكمل الجدول الآتي المتعلق بأقسام التمرينات الحديثة وأمثلتها :

القسم	مثال واحد على التمرينات
القسم التحضيري
.....	تمرينات المشي
.....

٣- من خلال دراستك لطرق تنظيم البطولات الرياضية أجبني عن الآتي :
أ) متى تستخدم طريقة الاستبقاء ؟

-
-
-

(٤)

تابع امتحان الصف الحادي عشر (إناث)
للعام الدراسي ١٤٣٤/١٤٣٥ هـ - ٢٠١٣/٢٠١٤ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الأول
المادة: الرياضة المدرسية

تابع السؤال الثالث : أجبني عن الأسئلة الآتية :

ب) لطريقة خروج المغلوب من مرتين مميزات ، أكتبي إحداها .

ج) ضعي رسما توضيحيا لمباريات أربع فرق بطريقة خروج المغلوب من مرتين.

انتهت الأسئلة، مع تمنياتنا لكم بالتوفيق والنجاح.