



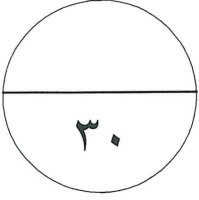
امتحان شهادة دبلوم التعليم العام (إناث)
للعام الدراسي ١٤٣٤/١٤٣٥ هـ - ٢٠١٣/٢٠١٤ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الأول

- 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
المصحح (بالأحمر)	المدقق (بالأخضر)		عشرات	آحاد	
					١
					٢
					٣
مراجعة الجمع والتشطيب (بالأزرق)	جمعه (بالأحمر)				المجموع
			٣٠		المجموع الكلي



امتحان شهادة دبلوم التعليم العام
للعام الدراسي ١٤٣٤/١٤٣٥ هـ — ٢٠١٣ / ٢٠١٤ م
الدور الأول — الفصل الدراسي الأول

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

- المادة: الرياضة المدرسية (إناث).
- تنبيه: الأسئلة في (٤) صفحات.

أجيب عن جميع الأسئلة الآتية:

السؤال الأول:

٦

ضعي علامة صح (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة خطأ (x) أمام العبارة الخطأ فيما يأتي :

- ١- تتصف العضلات العاملة في تمارين الجلد العضلي بقدرتها على العمل في غياب الأكسجين. ()
- ٢- عند الاستعداد لدفع الجلة بطريقة الزحف يقف اللاعب مواجهها بنظره لمقطع الرمي. ()
- ٣- إذا كان عدد المتنافسين في مسابقة دفع الجلة خمسة، يمنح كل منهم ست محاولات. ()
- ٤- دوران شريط التمارين حول محوره على شكل دوامة يتم من مفصل الكتف. ()
- ٥- يستخدم أسلوب تثبيت الرقم (١) في تنظيم الدوري إذا كان عدد الفرق المشاركة فرديا. ()
- ٦- تنظيم الدوري من مرحلتين يحتاج إلى امكانيات مادية وبشرية أكثر عن الطرق الأخرى. ()

السؤال الثاني:

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

٦

- ١- تمرين [وقوف فتحا] تقوس الجذع خلفا لأقصى مدى ممكن يعد من تمارين :
أ- التوازن. ب- المرونة.
ج- القوة. د- التوافق.
- ٢- المسابقة الرياضية التي تنمي الجلد الدوري التنفسي ، جري :
أ- (١٥٠٠) متر. ب- (٤٠٠) متر.
ج- (٢٠٠) متر. د- (١٠٠) متر.
- ٣- نقل السرعة المكتسبة من الجسم إلى الجلة وتحقيق أكبر مسافة ممكنة تحدث في مرحلة :
أ- وقفة الاستعداد. ب- الزحف والدوران.
ج- الدفع والتخلص. د- الاتزان.

(٢)
امتحان شهادة دبلوم التعليم العام
للعام الدراسي ١٤٣٤/١٤٣٥ هـ — ٢٠١٣ / ٢٠١٤ م
الدور الأول — الفصل الدراسي الأول

- زمن الإجابة: ساعتان
- الإجابة في الورقة نفسها

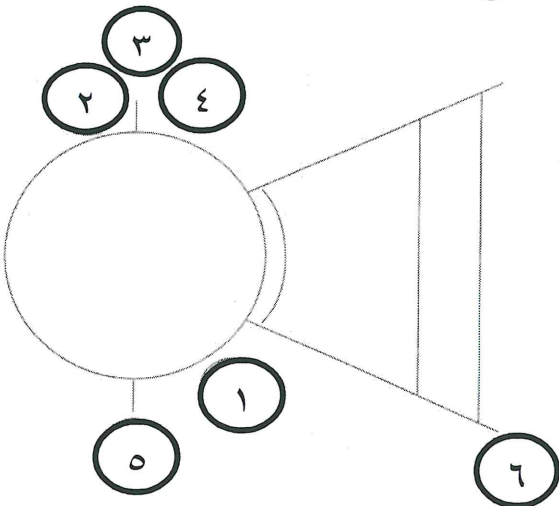
- المادة: الرياضة المدرسية (إناث)
- تنبيه: الأسئلة في (٤) صفحات

تابع السؤال الثاني:

- ٤- يتراوح طول الشريط المستخدم في التمرينات الفنية للكبار بين :
- أ- (٢,٥ - ٣) أمتار. ب- (٣,٥ - ٤) أمتار.
- ج- (٥-٨) أمتار. د- (٩-١٠) أمتار.
- ٥- إذا كان عدد الفرق المشاركة في دوري من مرحلتين (٦) فرق ، فإن العدد الكلي للمباريات:
- أ- (١٥) . ب- (٣٠) .
- ج- (٤٥) . د- (٦٠) .
- ٦- عند تنظيم مسابقة دوري من مرحلة واحدة بأسلوب تثبيت رمز الاستبقاء فإن كل فريق في جدول المسابقة يرتاح:
- أ- مرة واحدة . ب- مرتين.
- ج- ثلاث مرات. د- أربع مرات.

السؤال الثالث:

- ١- يبلغ عدد قضاة وحكام مسابقة دفع الجلة (٩) هم :
- (قاضي قياس المسافة - مسجل مسافة الرمي - قاضي تسجيل الزمن - رئيس القضاة - قاضي تحديد مكان الهبوط - قاضي صحة المحاولة - قاضي ممسك أول شريط القياس - قاضي تسجيل النتائج - معيد الجلل) .
- وزعي ستة منهم في الجدول أدناه حسب مواقعهم الصحيحة في الشكل المقابل :



١	
٢	
٣	
٤	
٥	
٦	

(٣)
امتحان شهادة دبلوم التعليم العام
للعام الدراسي ١٤٣٤/١٤٣٥ هـ — ٢٠١٣ / ٢٠١٤ م
الدور الأول — الفصل الدراسي الأول

- زمن الإجابة: ساعة —
- الإجابة في الورقة نفسها

- المادة: الرياضة المدرسية (إنث)
- تنبيه: الأسئلة في (٤) صفحات

تابع السؤال الثالث:

٢- علي: القياس الغير مباشر هو الأكثر شيوعا لقياس الجلد الدوري التنفسي في المجال الرياضي.

أ-

ب-

ج-

٣- طلب منك تنظيم مسابقة بطريقة الدوري من مرحلة واحدة لعدد (٥) فرق وهي:
(١-٢-٣-٤-٥).

أ- ضعي جدولا لتنظيم مباريات الفرق المشاركة في هذه المسابقة .

--

ب- تنظيم المسابقات بطريقة الدوري لها عدة مميزات . أذكرني ثلاث منها .

١-

٢-

٣-

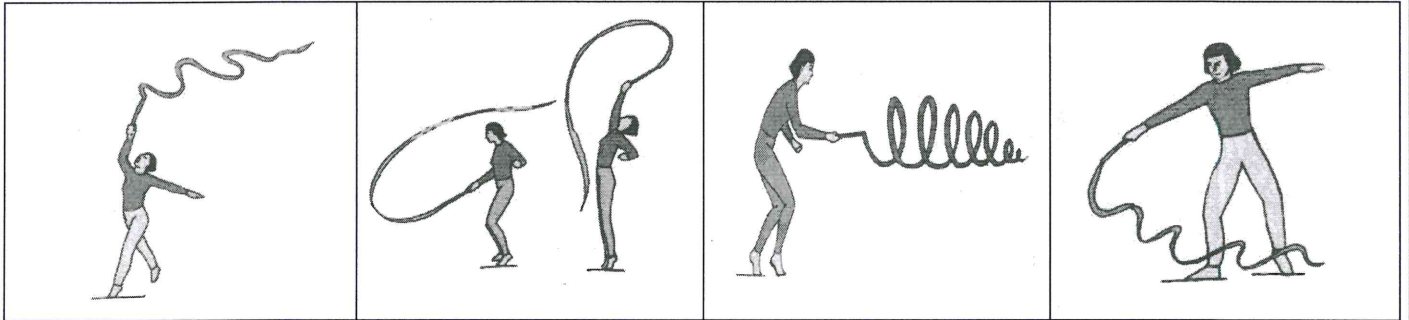
(٤)
امتحان شهادة دبلوم التعليم العام
للعام الدراسي ١٤٣٤/١٤٣٥ هـ — ٢٠١٣ / ٢٠١٤ م
الدور الأول — الفصل الدراسي الأول

- زمن الإجابة: ساعة
- الإجابة في الورقة نفسها

- المادة: الرياضة المدرسية (إناث)
- تنبيه: الأسئلة في (٤) صفحات

تابع السؤال الثالث:

٤- تنقسم الحركات التي تؤدي بشرائط التمرينات إلى أربعة أقسام .
اكتبها من خلال الاستعانة بالأشكال الآتية :



- أ-
- ب-
- ج-
- د-

انتهت الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق والنجاح