

نموذج اجابة أسئلة اختبار الفصل الدراسي الثاني (ثاني متوسط) العام الدراسي ١٤٤٤/١٤٤٥ هـ			
اسم الطالب/هـ/		رقم الجلوس/	
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

اختار الإجابة الصحيحة :

١ - تقاس القوة العضلية عن طريق :		
(أ) قوة عضلات الذراعين	(ب) الحزام الصدري	(ج) جميع ما ذكر
٢ - تعتبر السرعة عاملاً مهماً في كثير من الرياضات مثل :		
(أ) العدو والسباحة.	(ب) الوقوف.	(ج) الجلوس
٣ - من الأفضل ألا تزيد أهداف الوحدة التدريبية اليومية على :		
(أ) هدفين للناشئين وثلاثة للبالغين.	(ب) هدفين للبالغين وثلاثة للناشئين.	(ج) جميع ما ذكر
٤ - في مهارة الارسال المواجه من أعلى ترمى الكرة لأعلى أمام الجسم مع أرجحه ذراع اليد الضاربة:		
(أ) لأعلى وخلفاً	(ب) أماماً وخلفاً	(ج) لأعلى وأسفل.
٥ - يتم امتصاص القوة المصاحبة للكرة مع نقل وزن الجسم :		
(أ) للأمام.	(ب) للأعلى وأسفل.	(ج) جميع ما ذكر

ضع علامة (✓) أمام الإجابة الصحيحة و علامة (X) أمام الإجابة الخاطئة :

✓	١ أثناء الاستقبال بالساعدين تمد مفاصل الطرف السفلي المثنية في اتجاه التمرير
✓	٢ يجب أن يضرب المرسل الكرة خلال ٨ ثواني بعد صافرة الحكم الأول للإرسال
×	٣ تؤدي ضربة الارسال بوجه المضرب الأمامي بشكل مستقيم فقط
✓	٤ يتم متابعة اليد الضاربة لحركة الكرة لتصل إلى أعلى الرأس
✓	٥ يلعب وضع الاستعداد دوراً هاماً في لعبة تنس الطاولة

الأستاذ/

ارجو لكم بالتوفيق والنجاح ،،

انتهت الأسئلة ،،،