

تم تحميل وعرض المادة من

# منهجي

mnhaji.com



موقع منهجي منصة تعليمية توفر كل ما يحتاجه المعلم  
والطالب من حلول الكتب الدراسية وشرح للدروس  
بأسلوب مبسط لكافة المراحل التعليمية وتوزيع  
المناهج وتحضير وملخصات ونماذج اختبارات وأوراق  
عمل جاهزة للطباعة والتحميل بشكل مجاني

حمل تطبيق منهجي ليصلك كل جديد



أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثالث ( رابع ابتدائي) العام الدراسي 1444/1445هـ

رقم الجلوس/

اسم الطالب/هـ

التوقيع:

المراجع:

التوقيع:

المصحح:

اختار الإجابة الصحيحة :

1 - يكون وضع القدم في وقفة الاستعداد في كرة السلة باتساع:		
( أ ) الكتفين	( ب ) المرفقين	( ج ) لاشي مما ذكر
2 - في مهارة مسك الكرة في كرة السلة تكون الكرة متزنة بين اليدين مع انثناء:		
( أ ) المرفقين بالقرب من الجسم .	( ب ) الجذع	( ج ) جميع الاجابات صحيحة
3 - يتكون فريق كرة السلة من 10 لاعبين ويكون داخل الملعب:		
( أ ) خمسة لاعبين	( ب ) أربعة لاعبين	( ج ) جميع الاجابات خاطئة
4 - تؤدي مهارة التميريرة الصدرية في كرة السلة من خلال:		
( أ ) وقفة الاستعداد	( ب ) مسك الكرة	( ج ) جميع الإجابات صحيحة
5- في مهارة التصويب بيد واحدة من الكتف في كرة السلة يكون وضع المرفقين:		
( أ ) أسفل الكرة مباشرة	( ب ) أعلى الكرة	( ج ) للخلف
6 - يتم منح الكرة القوة من خلال ميل الجذع قليلاً للأمام :		
( أ ) خلف الكرة .	( ب ) أمام الكرة.	( ج ) لاشيء مما ذكر
7 - في مهارة التميريرة الصدرية في كرة السلة يتم نقل وزن الجسم على القدم:		
( أ ) الأمامية .	( ب ) الخلفية.	( ج ) جميع الإجابات صحيحة
8 - من أهم المبادئ الأساسية في كرة السلة:		
( أ ) مسك الكرة .	( ب ) الجري.	( ج ) الوقوف.
9 - تعتبر وقفة الاستعداد من المهارات:		
( أ ) الأولية في كرة السلة .	( ب ) الغير أولية.	( ج ) لاشيء مما ذكر.
10 - أثناء مسك الكرة تكون عضلات الجسم متراخية وخصوصاً:		
( أ ) الذراعين والركبتين .	( ب ) الذراعين فقط.	( ج ) جميع ما ذكر صحيح.

أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثالث ( رابع ابتدائي) العام الدراسي 1444/1445هـ

رقم الجلوس /

اسم الطالب /هـ/

التوقيع:

المراجع:

التوقيع:

المصحح:

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

1	يعتبر مسك الكرة الأساس للبدء بعملية الهجوم في كرة السلة
2	تعتبر مهارة التمريزة الصدرية في كرة السلة من أكثر أنواع التمير استخداماً
3	المحاورة في كرة السلة هي التحكم بالكرة في اتجاه واحد
4	الرشاقة هي: سرعة تغيير أوضاع الجسم أو تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء
5	في قانون كرة السلة يجب أن تكون ساحة اللعب من أرض مسطحة صلبة
6	التصويب : هو عملية رمي الكرة لاتجاه السلة على شكل حركة رمي سريعة
7	الخضروات : لاينصح بالإكثار من تناول بعض انواع الخضروات وتكرارها بشكل يومي
8	اللحوم المصنعة والحيوانية : تسبب اللحوم المصنعة الكثير من الامراض ولذلك لا ينصح بتناولها على الإطلاق
9	الاطعمة المعلبة : تكمن المشكلة في المواد المضافة إليها لحفظها وعدم تلفها لفترة طويلة فتجعلها ضارة بالصحة
10	من توصيات منظمة الصحة العالمية : خفض استهلاك السكر المكرر الذي يضيفه المصنع أو الطاهي أو المستهلك إلى الأغذية أو المشروبات

الأستاذ/

أتمنى لكم التوفيق والنجاح ,,

انتهت الأسئلة ,, ,

# نموذج الإجابة

نموذج إجابة أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثالث (رابع ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٤/١٤٤٥ هـ			
اسم الطالب/هـ/		رقم الجلوس/	
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

اختار الإجابة الصحيحة :

١ - يكون وضع القدم في وقفة الاستعداد في كرة السلة باتساع:		
( أ ) الكتفين	( ب ) المرفقين	( ج ) لاشي مما ذكر
٢ - في مهارة مسك الكرة في كرة السلة تكون الكرة مترنة بين اليدين مع انثناء:		
( أ ) المرفقين بالقرب من الجسم .	( ب ) الجذع	( ج ) جميع الاجابات صحيحة
٣ - يتكون فريق كرة السلة من ١٠ لاعبين ويكون داخل الملعب:		
( أ ) خمسة لاعبين	( ب ) أربعة لاعبين	( ج ) جميع الاجابات خاطئة
٤ - تؤدي مهارة التمريرة الصدرية في كرة السلة من خلال:		
( أ ) وقفة الاستعداد	( ب ) مسك الكرة	( ج ) جميع الإجابات صحيحة
٥- في مهارة التصويب بيد واحدة من الكتف في كرة السلة يكون وضع المرفقين:		
( أ ) أسفل الكرة مباشرة	( ب ) أعلى الكرة	( ج ) للخلف
٦ - يتم منح الكرة القوة من خلال ميل الجذع قليلاً للأمام :		
( أ ) خلف الكرة .	( ب ) أمام الكرة.	( ج ) لاشيء مما ذكر
٧ - في مهارة التمريرة الصدرية في كرة السلة يتم نقل وزن الجسم على القدم:		
( أ ) الأمامية .	( ب ) الخلفية.	( ج ) جميع الإجابات صحيحة
٨ - من أهم المبادئ الأساسية في كرة السلة:		
( أ ) مسك الكرة .	( ب ) الجري.	( ج ) الوقوف.
٩ - تعتبر وقفة الاستعداد من المهارات:		
( أ ) الأولية في كرة السلة .	( ب ) الغير أولية.	( ج ) لاشيء مما ذكر.
١٠ - أثناء مسك الكرة تكون عضلات الجسم متراخية وخصوصاً:		
( أ ) الذراعين والركبتين .	( ب ) الذراعين فقط.	( ج ) جميع ما ذكر صحيح.



نموذج إجابة أسئلة اختبار انتساب الفصل الدراسي الثالث ( رابع ابتدائي) العام الدراسي ١٤٤٤/١٤٤٥ هـ			
اسم الطالب/هـ/		رقم الجلوس/	
المصحح:	التوقيع:	المراجع:	التوقيع:

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

✓	١	يعتبر مسك الكرة الأساس للبدء بعملية الهجوم في كرة السلة
✓	٢	تعتبر مهارة التمريرة الصدرية في كرة السلة من أكثر أنواع التمرير استخداماً
x	٣	المحاورة في كرة السلة هي التحكم بالكرة في اتجاه واحد
✓	٤	الرشاقة هي: سرعة تغيير أوضاع الجسم أو تغيير الاتجاه على الأرض أو في الهواء
✓	٥	في قانون كرة السلة يجب أن تكون ساحة اللعب من أرض مسطحة صلبة
✓	٦	التصويب : هو عملية رمي الكرة لاتجاه السلة على شكل حركة رمي سريعة
✓	٧	الخضروات : لاينصح بالإكثار من تناول بعض انواع الخضروات وتكرارها بشكل يومي
✓	٨	اللحوم المصنعة والحيوانية : تسبب اللحوم المصنعة الكثير من الامراض ولذلك لا ينصح بتناولها على الإطلاق
✓	٩	الاطعمة المعلبة : تكمن المشكلة في المواد المضافة إليها لحفظها وعدم تلفها لفترة طويلة فتجعلها ضارة بالصحة
✓	١٠	من توصيات منظمة الصحة العالمية : خفض استهلاك السكر المكرر الذي يضيفه المصنع أو الطاهي أو المستهلك إلى الأغذية أو المشروبات

الأستاذ/

أتمنى لكم التوفيق والنجاح ،،

انتهت الأسئلة ،،،



موقع منهجي  
mnhaji.com

المادة : التربية البدنية والدفاع عن النفس  
الصف : رابع  
الفترة : الثانية  
الزمن : ساعة



المملكة العربية السعودية  
وزارة التعليم  
الإدارة العامة للتعليم بمكة المكرمة  
مدرسة فاطمة بنت عبد الملك الابتدائية

أسئلة اختبار انتساب مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس الفصل الدراسي الثالث ( رابع ابتدائي )  
العام الدراسي 1445/1444 هـ

اسم الطالبة :

رقم الجلوس /

المصحح :

التوقيع :

المراجعة :

التوقيع :

السؤال الأول :

اختر الإجابة الصحيحة:

20

1 - يكون وضع القدم في وقفة الاستعداد في كرة السلة باتساع :			
( أ ) الكتفين	( ب ) المرفقين	( ج ) لركبة	( د ) لاشي مما ذكر
2 - في مهارة مسك الكرة في كرة السلة تكون الكرة متزنة بين اليدين مع انثناء :			
( أ ) المرفقين بالقرب من الجسم	( ب ) الجذع	( ج ) الصدر	( د ) لاشي مما ذكر
3 - يتكون فريق كرة السلة من 10 لاعبين ويكون داخل الملعب :			
( أ ) خمسة لاعبين	( ب ) أربعة لاعبين	( ج ) ثمانية لاعبين	( د ) جميع الاجابات خاطئة
4 - تؤدي مهارة التميرير الصدرية في كرة السلة من خلال :			
( أ ) وقفة الاستعداد	( ب ) مسك الكرة	( ج ) اللكمة المستقيمة	( د ) جميع الاجابات صحيحة
5- في مهارة التصويب بيد واحدة من الكتف في كرة السلة من خلال :			
( أ ) اسفل الكرة مباشرة	( ب ) اعلى الكرة	( ج ) للخلف	( د ) جميع الاجابات صحيحة
6 - يتم منح الكرة القوة من خلال ميل الجذع قليلاً للأمام :			
( أ ) خلف الكرة	( ب ) امام الكرة	( ج ) يمين الكرة	( د ) لاشي مما ذكر
7 - في مهارة التميرير الصدرية في كرة السلة يتم نقل وزن الجسم على القدم :			
( أ ) الامامية	( ب ) الخلفية	( ج ) اليسرى	( د ) لاشي مما ذكر
8 - من اهم النقاط التعليمية للكمة الامامية بالذراع اليمنى واليسرى :			
( أ ) ثني ركبة الرجل الامامية	( ب ) مد ركبة الرجل خلفية	( ج ) مد ركبة الرجل الامامية	( د ) استقامة الظهر والنظر للأمام
9 - عند تنطيط الكرة اليد يكون التنطيط بمفصل :			
( أ ) الاصابع	( ب ) رسغ اليد	( ج ) المرفق	( د ) جميع الاجابات خاطئة
10- من الألعاب الرياضية التي تنمي القدرة العضلية هي :			
( أ ) كرة القدم	( ب ) رمي الرمح	( ج ) كرة الطائرة	( د ) جميع الاجابات صحيحة

السؤال الثاني :

20

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

1	القدرة العضلية هي القوة المميزة بالسرعة
2	يحق للاعب كرة اليد ان يمشي بالكرة اكثر من ثلاث خطوات
3	الضربة الامامية بوجه وظهر المضرب هي ضربة امامية دفاعية
4	يعتبر مسك الكرة الأساس بعملية الهجوم في كرة السلة
5	الرشاقة هي سرعة تغير أوضاع الجسم او تغير الاتجاه على الأرض او في الهواء
6	المحاورة هي كرة السلة هي التحكم بالكرة في اتجاه واحد
7	يجب ان تلبي الأنماط الغذائية الحاجات من حيث الطاقة وان توفر مجموعة متنوعة من الأغذية
8	يجب ان تكون ساحة اللعب من ارض مسطحة صلبة خالية من العوائق
9	يتكون كل فريق من عشرة لاعبين خمسة داخل الملعب وخمسة على دكة الاحتياط
10	قوة عضلات البطن هي قدرة الفرد في التحمل وعملها بصورة متكررة من اجل عملية الانقباض العضلي

انتهت الأسئلة ,,

أتمنى لكم التوفيق والنجاح ,,

معلمة المادة / رمزيه صويلح القرشي

المادة : التربية البدنية والدفاع عن النفس  
الصف : رابع  
الفترة : الثانية  
الزمن : ساعة



المملكة العربية السعودية  
وزارة التعليم  
الإدارة العامة للتعليم بمكة المكرمة  
مدرسة فاطمة بنت عبدالمك الإبتدائية

# نموذج الإجابة

أسئلة اختبار انتساب مادة التربية البدنية والدفاع عن النفس الفصل الدراسي الثالث ( رابع ابتدائي )  
العام الدراسي 1445/1444 هـ

اسم الطالبة :	رقم الجلوس /		
المصحح :	التوقيع :	المراجعة :	التوقيع :

السؤال الأول :  
اختر الإجابة الصحيحة:

20

1 - يكون وضع القدم في وقفة الاستعداد في كرة السلة باتساع :			
( أ ) الكتفين	( ب ) المرفقين	( ج ) لركبة	( د ) لاشي مما ذكر
2 - في مهارة مسك الكرة في كرة السلة تكون الكرة متزنة بين اليدين مع انثناء :			
( أ ) المرفقين بالقرب من الجسم	( ب ) الجذع	( ج ) الصدر	( د ) لاشي مما ذكر
3 - يتكون فريق كرة السلة من 10 لاعبين ويكون داخل الملعب :			
( أ ) خمسة لاعبين	( ب ) أربعة لاعبين	( ج ) ثمانية لاعبين	( د ) جميع الاجابات خاطئة
4 - تؤدي مهارة التميرير الصدرية في كرة السلة من خلال :			
( أ ) وقفة الاستعداد	( ب ) مسك الكرة	( ج ) اللكمة المستقيمة	( د ) جميع الاجابات صحيحة
5- في مهارة التصويب بيد واحدة من الكتف في كرة السلة من خلال :			
( أ ) اسفل الكرة مباشرة	( ب ) اعلى الكرة	( ج ) للخلف	( د ) جميع الاجابات صحيحة
6 - يتم منح الكرة القوة من خلال ميل الجذع قليلاً للأمام :			
( أ ) خلف الكرة	( ب ) امام الكرة	( ج ) يمين الكرة	( د ) لاشي مما ذكر
7 - في مهارة التميرير الصدرية في كرة السلة يتم نقل وزن الجسم على القدم :			
( أ ) الامامية	( ب ) الخلفية	( ج ) اليسرى	( د ) لاشي مما ذكر
8 - من اهم النقاط التعليمية للكمة الامامية بالذراع اليمنى واليسرى :			
( أ ) ثني ركبة الرجل الامامية	( ب ) مد ركبة الرجل خلفية	( ج ) مد ركبة الرجل الامامية	( د ) استقامة الظهر والنظر للأمام
9 - عند تنطيط الكرة اليد يكون التنطيط بمفصل :			
( أ ) الاصابع	( ب ) رسغ اليد	( ج ) المرفق	( د ) جميع الاجابات خاطئة
10- من الألعاب الرياضية التي تنمي القدرة العضلية هي :			
( أ ) كرة القدم	( ب ) رمي الرمح	( ج ) كرة الطائرة	( د ) جميع الاجابات صحيحة



السؤال الثاني :

20

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

( ✓ )	1 القدرة العضلية هي القوة المميزة بالسرعة
( X )	2 يحق للاعب كرة اليد ان يمشي بالكرة اكثر من ثلاث خطوات
( X )	3 الضربة الامامية بوجه وظهر المضرب هي ضربة امامية دفاعية
( ✓ )	4 يعتبر مسك الكرة الأساس بعملية الهجوم في كرة السلة
( ✓ )	5 الرشاقة هي سرعة تغير أوضاع الجسم او تغير الاتجاه على الأرض او في الهواء
( X )	6 المحاوره هي كرة السلة هي التحكم بالكرة في اتجاه واحد
( ✓ )	7 يجب ان تلبى الأنماط الغذائية الحاجات من حيث الطاقة وان توفر مجموعة متنوعة من الأغذية
( ✓ )	8 يجب ان تكون ساحة اللعب من ارض مسطحة صلبة خالية من العوائق
( ✓ )	9 يتكون كل فريق من عشرة لاعبين خمسة داخل الملعب وخمسة على دكة الاحتياط
( ✓ )	10 قوة عضلات البطن هي قدرة الفرد في التحمل وعملها بصورة متكررة من اجل عملية الانقباض العضلي

انتهت الأسئلة ,,

أتمنى لكم التوفيق والنجاح ,,

معلمة المادة / رمزيه صويلح القرشي