

امتحان دبلوم التعليم العام (إناث)
للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الأول

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

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

اجبى عن جميع الأسئلة الآتية:

٦

السؤال الأول:

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

- ١- في التمرينات التي تتصف بالجد العضلي تكون فيها الانقباضات العضلية سريعة وذات قوة عالية. ()
- ٢- عمل الدعاية لمسابقة دفع الجلة تعتبر أحد مهام لجنة العلاقات العامة بالبطولة. ()
- ٣- إذا كان عدد المتنافسين في مسابقة دفع الجلة عشرة لاعين فإنه يمنح كل منهم ست محاولات. ()
- ٤- تسهم التمرينات بالشريط في تنمية بعض الصفات البدنية مثل القوة والسرعة. ()
- ٥- عند تنظيم المسابقات بطريقة الدوري يبقى التنافس فيها مستمرا لفترة طويلة. ()
- ٦- يستخدم أسلوب تنبيت رمز الاستبقاء (ي) في جدول المباريات إذا كان عدد الفرق المشاركة زوجيا. ()

٦

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

١- هي القدرة على أداء عمل ما منذ مقاربة خارجية :-

- أ- الرشاقة.
- ب- المرونة.
- ج- القوة.

٢- من القياسات غير المباشرة للجد الدوري التنفسي :-

- أ- قياس النبض.
- ب- قياس ضغط الدم.
- ج- جري (١٠٠) متر.

٣- المحاولة غير الفاشلة في دفع الجلة هي :-

- أ- أداء المحاولة في غضون دقيقة ونصف.
- ب- دفع الجلة من خلف خط الكتفين.
- ج- لمس خارج الدائرة أثناء الدفع.

(٢)
امتحان دبلوم التعليم العام (إناث)
للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ 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 للكمبار بين:
- أ- (١ - ١.٥) متر .
- ب- (٢ - ٣.٥) أمتار .
- ج- (٤ - ٤.٥) أمتار .
- ٥- يستخدم الميزان في جدول مسابقة الدوري لتأكد من الترتيب الصحيح الممثل للدور:
- أ- الأول .
- ب- الثاني .
- ج- الثالث .

- ٦- إذا كان عدد الفرق المشاركة في مسابقة الدوري من مرحلة واحدة (٩) فرق، فإن عدد المباريات التي ستلعب في كل دور:
- أ- (٣) .
- ب- (٤) .
- ج- (٧) .
- د- (٩) .

١٨

السؤال الثالث:

- ١- اكتب اسم التمرين الموضح بالصور التالية حسب التسلسل المبين، ثم حددي الصفة البدنية التي ينميها هذا التمرين:



(أ)

التمرين :

- الصفة البدنية التي ينميها :



(ب)

التمرين :

- الصفة البدنية التي ينميها :

(٣)
امتحان دبلوم التعليم العام (إناث)
للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ 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:



٢- توجد ثلاث طرق تُحدد وضع الرجل الحرة أثناء أداء حركة التخطف عند دفع الجلة، اذكرها .

-
-
-

٣- اجبني عن ما يأتي :
(١) تنقسم الحركات التي تؤدي بشرط التمريفات إلى أربعة أقسام، اكتبها .

-
-
-
-

(ب) اكتبني الحركة المناسبة باستخدام الشريط حسب الأشكال التالية :

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

(٤)
امتحان دبلوم التعليم العام (إناث)
للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الأول

- زمن الإجابة: ساعتان.
- الإجابة في الورقة نفسها.
- المادة: الرياضة المدرسية (إناث).
- تنبيه: الأسئلة في (٤) صفحات.

تابع السؤال الثالث:

- ٤- اجبني عن ما يأتي :
- (أ) فيما يلي جدول تفريحي لنتائج مسابقة الدوري لثمان فرق رياضية مرقمة من (أ) حتى (ح) . اكمل المربعات الفارغة بالجدول وفق المعطيات التالية : (ثلاث نقاط للفائز ، نقطة للتعادل ، وصفر للخاسر)

الترتيب	النقاط	خسر	تعادل	فاز	لعب	اسم الفريق
السادس	٨			٢	٧	أ
الثاني	١٦	١	١		٧	ب
	١١			٣	٧	ج
السابع	٦	١	٦		٧	د
الخامس	٩	٤		٣	٧	هـ
الأول		-	١	٦	٧	و
الثامن	٢	٥	٢		٧	ز
		٣	١	٣	٧	ح

- (ب) احسبي مجموع المباريات في مسابقة الدوري من مرحلتين لعدد (٧) فرق ، باستخدام المعادلة الحسابية الخاصة بذلك .

.....

.....

.....

انتهت الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق والنجاح .



مملكة العربية السعودية
وزارة التربية والتعليم
شأنات حجتان
إجابة امتحان شهادة دبلوم التعليم العام (إناث)
للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الأول

الدرجة الكلية: (٣٠) درجة.

المادة: الرياضة المدرسية
تنبيه: نموذج الإجابة في (٣) صفحات.

درجات (٦)

اجابة السؤال الأول: (صح أو خطأ):

الصفحة	الدرجة	الإجابة	المفردة
٦	درجة	×	١
٢٣	درجة	✓	٢
٢٩	درجة	×	٣
٤٠	درجة	✓	٤
٤٩	درجة	✓	٥
٥١	درجة	×	٦
درجات (٦) .			المجموع

درجات (٦)

اجابة السؤال الثاني: (الاختيار من متعدد):

الصفحة	الدرجة	الإجابة	المفردة
١	درجة	ج	١
٩	درجة	د	٢
٣٠	درجة	أ	٣
٤٠	درجة	د	٤
٥١	درجة	أ	٥
٥٢	درجة	ب	٦
درجات (٦) .			المجموع

بتبع/٢ ...

(٢)

توزيع نموذج إجابة امتحان شهادة دبلوم التعليم العام (إناث)
 للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ م
 الدور الأول - الفصل الدراسي الأول



إجابة السؤال الثالث (المقالي) :		الإجابة الصحيحة	المفردة	الجزئية
٥	درجة	اسم التمرين : [وقوف] ثني الركبتين كاملاً لوضع الجلوس على أربع ثم قذفهما خلفاً للانبطاح المائل .	أ	
١١	نصف درجة	الصفة البدنية : الرشاقة / <u>الجد العنفي</u>		
٢	درجة	اسم التمرين : [رفود - الكرة أمام الصدر] رفع الجذع والرجلين معاً لعمل جلوس التوازن والكرة أمام الصدر والثبات هـ توان.	ب	١
	نصف درجة	الصفة البدنية : القوة		
	درجة	* ملاحظة : لا يشترط على الطالب الالتزام التام بشروط كتابة التمارين كالأقواس والفواصل مثلاً .		
١٤	ثلاث درجات (درجة لكل مفردة)	- مع أرجحة الرجل الحرة عالياً . - مع أرجحة الرجل الحرة بدرجة متوسطة . - بدون أرجحة الرجل الحرة .		٢
٤٠	درجتان (نصف درجة لكل مفردة)	- أرجحة ودوران الذراعين بالشريط - دوران الشريط حول نفسه . - تموج الشريط على شكل زحف الثعبان . - رفرقة الشريط	أ	
٤١	درجتان (درجة لكل تمرين)	مرجحة الذراع عمودياً بجانب الجسم للأمام وللخلف	ب	٣
٤٣		دوران الذراع أفقياً فوق الرأس		
		* ملاحظة : لا يشترط على الطالبة الالتزام التام بالصياغة الحرفية		

(٣)

تابع نموذج إجابة امتحان شهادة دبلوم التعليم العام (إناث)
 الدور الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤/٢٠١٥ م
 الفصل الدراسي الأول



الصفحة		الدرجة	الإجابة الصحيحة	المفردة	الجزئية																																																															
٥٣	مست	درجات (نصف درجة لكل إجابة)	<table border="1"> <thead> <tr> <th>الترتيب</th> <th>النقاط</th> <th>خسر</th> <th>تعادل</th> <th>فاز</th> <th>لعب</th> <th>اسم الفريق</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td>٣</td> <td>٢</td> <td></td> <td></td> <td>أ</td> </tr> <tr> <td>الثالث</td> <td></td> <td>٢</td> <td>٢</td> <td>٥</td> <td></td> <td>ب</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>صفر</td> <td></td> <td>ج</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>صفر</td> <td></td> <td>د</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>هـ</td> </tr> <tr> <td></td> <td>١٩</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>و</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>ز</td> </tr> <tr> <td></td> <td>١٠</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>ح</td> </tr> </tbody> </table>	الترتيب	النقاط	خسر	تعادل	فاز	لعب	اسم الفريق			٣	٢			أ	الثالث		٢	٢	٥		ب					صفر		ج					صفر		د							هـ		١٩					و							ز		١٠					ح	(أ)	٤
	الترتيب			النقاط	خسر	تعادل	فاز	لعب	اسم الفريق																																																											
		٣	٢			أ																																																														
الثالث		٢	٢	٥		ب																																																														
				صفر		ج																																																														
				صفر		د																																																														
						هـ																																																														
	١٩					و																																																														
						ز																																																														
	١٠					ح																																																														
٥٢	درجة	درجة	<p>المطلوب:</p> <p>عدد الفرق المشتركة × (عدد الفرق المشتركة - ١)</p> $٤٢ = ٦ \times ٧ = (٦ - ١) \times ٧$ <p>النتيجة = ٤٢ مباراة</p>	(ب)																																																																
درجة (١٨)			المجموع																																																																	

نهاية نموذج الإجابة