



امتحان الصف الحادي عشر
للعام الدراسي ١٤٣٧/١٤٣٨ هـ - ٢٠١٦/٢٠١٧ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الثاني

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

		اسم الطالب
الصف	المدرسة	

التوقيع بالاسم		الدرجة		السؤال
		بالحروف	بالأرقام	
المصحح الثاني	المصحح الأول			١
				٢
				٣
مراجعة الجمع	جمعه			المجموع
			٣٠	المجموع الكلي

امتحان الصف الحادي عشر
للعام الدراسي ١٤٣٧/١٤٣٨ هـ - ٢٠١٦/٢٠١٧ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الثاني

*زمن الإجابة : ساعتان
*الإجابة في الورقة نفسها

*المادة : الرياضة المدرسية
*تنبيه : الأسئلة في (٤) صفحات

أجب عن جميع الأسئلة الآتية

٦

السؤال الأول:

ضع علامة صح (✓) أمام العبارة الصحيحة ، وعلامة خطأ (×) أمام العبارة الخاطئة فيما يأتي:

- ١- يؤدي الضرب الساحق الجانبي في الكرة الطائرة بالارتقاء بقد واحد أو القدمين معا. ()
- ٢- عند أداء التمريرة الخطافية في كرة السلة يكون النظر إلى الزميل الممرر إليه بصورة مباشرة. ()
- ٣- قبل أداء التصويبة الخطافية في كرة السلة تكون الحركة الخداعية في الاتجاه المضاد للتصويب. ()
- ٤- المغالاة في أداء الحركات الخداعية في خداع حارس المرمى في كرة اليد تؤدي إلى السرعة ودقة التصويب. ()
- ٥- يجب أن تبدأ تمرينات التحمل التي تعتبر من أساسيات البرنامج التدريبي بشدة متوسطة وتنتهي بتمرين تهدئة. ()
- ٦- الاستجابات الأيضية تعني النقص في مواد تكوين العظام من المعادن. ()

٦

السؤال الثاني:

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

١. المرحلة الفنية الأخيرة من مراحل الضرب الساحق الجانبي في الكرة الطائرة هي :
أ) الهبوط .
ب) الضرب .
ج) الارتقاء .
د) الوثب .

تابع/ امتحان الصف الحادي عشر
للعام الدراسي ١٤٣٧/١٤٣٨ هـ - ٢٠١٦/٢٠١٧ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الثاني

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

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

تابع/ السؤال الثاني:

٢. يقدم المدرب ورقة بترتيب دوران الفريق قبل بدء الشوط في مباراة الكرة الطائرة إلى :
- أ - رافع الراية .
ب - الحكم الأول .
ج - الحكم الثاني أو المسجل .
د - (أ + ب) .
٣. تعد التصويبة الخطافية في كرة السلة من المهارات الأساسية التي يؤديها بصورة أكثر لاعب:
- أ - الجناح .
ب - الارتكاز .
ج - الوسط .
د - الظهر .
٤. زمن شوط المباراة في كرة اليد بالنسبة للاعبين من (١٢ - ١٦) سنة فما فوق هو:
- أ - (١٥) دقيقة .
ب - (٢٠) دقيقة .
ج - (٢٥) دقيقة .
د - (٣٠) دقيقة .
٥. إذا كانت الطاقة المخزونة تساوي الطاقة المستهلكة من قبل الجسم فالنتيجة هي:
- أ - زيادة الوزن .
ب - ثبات الوزن .
ج - نقص الوزن .
د - لا شيء مما ذكر .
٦. يجب أن لا تزيد مدة الضغط على الشريان الرئيسي المغذي للجرح النازف أكثر من :
- أ - (٤) دقائق .
ب - (١٠) دقائق .
ج - (٧) دقائق .
د - (٥) دقائق .

تابع/ امتحان الصف الحادي عشر
للعام الدراسي ١٤٣٧/١٤٣٨ هـ - ٢٠١٦/٢٠١٧ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الثاني

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

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

السؤال الثالث:

أجب عن الأسئلة الآتية :

١- يتوقف اختيار اللاعبين في لعبة الكرة الطائرة على عدة معايير . حدد ثلاثة منها.

-
-
-

٢- من خلال دراستك لأنواع الهجوم في لعبة كرة السلة . حدد ثلاثاً من المهارات الأساسية المطلوبة للهجوم على دفاع المنطقة (١-٣-١) .

-
-
-

٣-

أ) علل: يعد التصويب بالطيران من أهم التصويبات التي تؤدي من السقوط في لعبة كرة اليد.

-
-

ب) حدد أنواع التصويبات بالطيران في كرة اليد .

-
-
-

تابع/ امتحان الصف الحادي عشر
للعام الدراسي ١٤٣٧/١٤٣٨ هـ - ٢٠١٦/٢٠١٧ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الثاني

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

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

تابع/ السؤال الثالث:

٤- " تعمل الاسعافات الأولية على تقليل المضاعفات التي تنتج من الإصابة بشرط أن تتم بطريقة علمية وصحيحة وهذا يعمل على إنقاذ حياة المصاب " .
في ضوء فهمك للعبارة السابقة :

(أ) * عرف الالتواء .

.....
.....

* اذكر اثنين من أعراض الالتواء.

..... •
..... •

(ب) عدد أنواع النزيف من حيث المصدر .

..... •
..... •
..... •

(ج) " تعد الوراثة سببا من الأسباب الرئيسية للسمنة " .وضح ذلك.

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

انتهت الأسئلة مع تمنياتنا لكم بالتوفيق والنجاح



نموذج إجابة امتحان الصف الحادي عشر
للعام الدراسي ١٤٣٧/١٤٣٨ هـ - ٢٠١٦/٢٠١٧ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الثاني

المادة: الرياضة المدرسية
تنبيهه: نموذج الإجابة في (٣) صفحات.
الدرجة الكلية: (٣٠) درجة.

الدرجة : (٦) درجات		إجابة السؤال الأول (صح أو خطأ):	
الصفحة	الدرجة	الإجابة	المفردة
٧٦	درجة واحدة	√	١
٨٤	درجة واحدة	×	٢
٨٦	درجة واحدة	√	٣
٩٩	درجة واحدة	×	٤
١١٨	درجة واحدة	√	٥
١٢٠	درجة واحدة	×	٦
الدرجة : (٦) درجات		المجموع	

الدرجة : (٦) درجات		إجابة السؤال الثاني: الاختيار من متعدد:		
الصفحة	الدرجة	الإجابة	البديل الصحيح	المفردة
٧٦	درجة واحدة	الهبوط	أ	١
٧٩	درجة واحدة	الحكم الثاني أو المسجل	ج	٢
٨٦	درجة واحدة	الارتكاز	ب	٣
١٠٥	درجة واحدة	(٢٥) دقيقة	ج	٤
١٣١	درجة واحدة	ثبات الوزن	ب	٥
١٢٦	درجة واحدة	(٥) دقائق	د	٦
الدرجة : (٦) درجات		المجموع		

(٢)

تابع / نموذج إجابة امتحان الصف الحادي عشر
للعام الدراسي ١٤٣٧/١٤٣٨ هـ - ٢٠١٦/٢٠١٧ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الثاني
في مادة الرياضة المدرسية

الدرجة : (١٨) درجة		إجابة السؤال الثالث (الأسئلة المقالية)		
الصفحة	الدرجة	الإجابة الصحيحة	المفردة	الجزئية
٧٨	٣ درجات	<ul style="list-style-type: none">- الصفات البدنية .- القدرات العقلية (الاستعداد الذهني) .- السمات النفسية (روح الكفاح- الشجاعة - التركيز والانتباه) .- اتقان المهارات الأساسية للعبة . <p><u>*درجة لكل مفردة . (يذكر ثلاثة منها) .*</u></p>		١
٩٤	٣ درجات	<ul style="list-style-type: none">- التمير .- التصويب الخارجي .- التصويب من الداخل .- المتابعة . <p><u>* درجة لكل مفردة . (يذكر ثلاث منها) .*</u></p>		٢
١٠١	درجة واحدة	التصويب بالطيران يساعد على التخلص من إعاقة المدافع والابتعاد عنه والتصويب المباشر على الهدف .	أ	
١٠١	٣ درجات	<ul style="list-style-type: none">- التصويب الأمامي من السقوط .- التصويب الجانبي من السقوط .- التصويب بقبضة اليد أثناء الطيران . <p><u>*درجة لكل مفردة .*</u></p>	ب	٣

(٣)

تابع / نموذج إجابة امتحان الصف الحادي عشر
للعام الدراسي ١٤٣٧/١٤٣٨ هـ - ٢٠١٦/٢٠١٧ م
الدور الأول - الفصل الدراسي الثاني
في مادة الرياضة المدرسية

تابع : إجابة السؤال الثالث (الأسئلة المقالية)				
الصفحة	الدرجة	الإجابة الصحيحة	المفردة	الجزئية
١٢٦	درجة واحدة	<p>*الالتواء: عبارة عن تمزق كلي أو جزئي لأربطة أحد المفاصل نتيجة السقوط على أحد الأطراف أو التعثر أثناء المشي أو الجري أو نتيجة الانتواء المفاجئ لأحد المفاصل.</p> <p>*أعراض الالتواء:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ظهور ورم حول المفصل المصاب (نتيجة تمزق الأنسجة والأربطة وارتشاح السائل الزلالي والنزيف الدموي الداخلي). - شعور المصاب بألم شديد بالمفصل. - عدم القدرة على تحريك الجزء المصاب. <p><u>درجة لكل مفردة (يذكر اثنين منها).</u></p>	أ	٤
١٢٦	درجتان	<ul style="list-style-type: none"> - نزيف شرياني. - نزيف وريدي. - نزيف شعري. <p><u>درجة لكل مفردة .</u></p>	ب	
١٢٥	٣ درجات	<p>تؤثر الوراثة بنسبة عالية جدا على الصحة العامة للجسم ، فإذا كان أحد الأبوين سميما فإن هناك إمكانية بأن يكون لدى المولود استعدادا للسمنة بنسبة ٥٠% ، أما إذا كان كلا الأبوين سميما فإن النسبة قد تصل إلى ٨٠% .</p>	ج	

نهاية نموذج الإجابة