

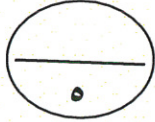
| | | |
|--|---|-----------------------------|
| المادة: اختبار التربية الصحية والبدنية ٢ |  وزارة التعليم Ministry of Education | المملكة العربية السعودية |
| الصف: الثالث ثانوي | | وزارة التعليم |
| الزمن: | | إدارة التعليم بمحافظة |
| | | مكتب التعليم |
| | | ثانوية |

اختبار الفصل الدراسي الثالث (الفترة الاولى) لعام ١٤٤٥ هـ

الشعبة:

اسم الطالب/ة:

السؤال الأول: ضع /ي علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة:



| | | |
|-----|---|--|
| () | ١ | تقاس اللياقة القلبية التنفسية من خلال اختبار الجري والمشي لمسافة ١٢٠٠ متر |
| () | ٢ | تعد القوة العضلية إحدى مكونات اللياقة البدنية وحيث يتوقف عليها معظم الأنشطة الرياضية |
| () | ٣ | تعرف المرونة قدرة المفصل على التحرك بصعوبة للمدى الحركي ولا تتفاوت المرونة بشكل كبير على حسب نوع المفصل والافراد |
| () | ٤ | تعرف القدرة العضلية بأنها عدم قدرة الجسم على إنتاج قوة عضلية مميزة بالسرعة |
| () | ٥ | التمريرة الكبراجية او الضاربة في كرة اليد تعتبر من اهم انواع التمرير واكثرها اقتصاداً |

مع تمنياتنا لكم دوام التوفيق والنجاح .. معلم/ة المادة: