



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

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

			اسم الطالب
	الصف		المدرسة

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



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

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

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

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

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

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

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

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
الدرجة الكلية: (٣٠) درجة.
تنبيه: نموذج الإجابة في (٣) صفحات.

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

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

(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

إجابة السؤال الثالث (الأسئلة المقالية)				
الدرجة : (١٨) درجة				
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"> - التمرير . - 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	٣
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)

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)				
الجزئية	المفردة	الإجابة الصحيحة	الدرجة	الصفحة
٤	أ	<p>*الالتواء: عبارة عن تمزق كلي أو جزئي لأربطة أحد المفاصل نتيجة السقوط على أحد الأطراف أو التعثر أثناء المشي أو الجري أو نتيجة الانتشاء 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 بالألم شديد بالمفصل. - عدم القدرة على تحريك الجزء المصاب. <p><u>درجة لكل مفردة (يذكر اثنين منها).</u></p>	درجة واحدة	١٢٦
	ب	<ul style="list-style-type: none"> - نزيف شرياني. - نزيف وريدي. - نزيف شعري. <p><u>*درجة لكل مفردة .</u></p>	٣ درجات	١٢٥
	ج	<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>	درجتان	١٣٠

نهاية نموذج الإجابة