

نموذج امتحان نهاية الفصل الأول ألعاب القوى بدن 301



تم تحميل هذا الملف من موقع مناهج مملكة البحرين

موقع المناهج ← مناهج مملكة البحرين ← الصف الثاني الثانوي ← بدن ← الفصل الأول ← ملفات متعددة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 29-12-2025 17:19:41

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب | اختبارات الكترونية | اختبارات حلول اعراض بوربوينت | اوراق عمل
منهج انجليزي | ملخصات وتقارير | مذكرات وبنوك | الامتحان النهائي | للمدرس

المزيد من مادة
بدن:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الثاني الثانوي



الرياضيات



اللغة الانجليزية



اللغة العربية



التربية الاسلامية



المواد على Telegram

صفحة مناهج مملكة
البحرين على
فيسبوك

المزيد من الملفات بحسب الصف الثاني الثانوي والمادة بدن في الفصل الأول

نموذج امتحان الدور الثاني ألعاب القوى بدن 301

1

نموذج امتحان الدور الثالث مقرر بدن 301 ألعاب القوى

2

نماذج أسئلة امتحان ألعاب القوى بدن 301

3

إجابات بدن 301

4

ملخص ألعاب القوى

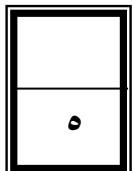
5

مملكة البحرين
وزارة التربية والتعليم
إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات المركزية

امتحان نهاية الفصل الدراسي الأول للتعليم الثانوي للعام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٢ م

المسار: توحيد المسارات
 الزمن : ساعة ونصف

اسم المقرر: العاب القوى
 رمز المقرر: بدن ٣٠١



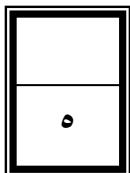
أجب عن جميع الأسئلة الآتية



السؤال الأول :

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة و (X) أمام العبارة الخاطئة فيما يلي:

١. () الوثب العالي هو القفز إلى بعد مسافة ممكنة في حفرة طويلة مملوءة بالرمل .
٢. () يستخدم البدء العالي في جميع سباقات العدو (١٠٠ م / ٢٠٠ م / ٤٠٠ م) .
٣. () في سباق التتابع تكون الطريقة البصرية من خلال استلام العصا دون النظر إلى الخلف.
٤. () يعتبر سباق ١٥٠٠ متر للسيدات من مسابقات جري المسافات المتوسطة .
٥. () في سباق ١٠٠ متر لا يجب أن يلتزم المتسابق بحارته الخاصة به من البداية إلى نهاية السباق .
٦. () في مسابقة الوثب العالي ترفع العارضة بعد كل ارتفاع بمقدار ٥ سنتيمتر.
٧. () في سباق (٤٠٠ متر X) تحدد منطقة التسليم والتسلم بمسافة طولها ٢٠ متر.
٨. () الطريقة الفوسبرية أحدى طرق الوثب الطويل .
٩. () في مسابقة رمي القرص يرتب المتسابقون لأداء محاولتهم بالقرعة .
١٠. () الوقت المسموح به لأداء محاولة دفع الجلة هو ٦٠ ثانية .

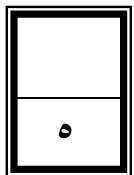


٥

السؤال الثاني:**ضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة:**

- ١- تأسس الاتحاد البحريني لألعاب القوى عام :
أ. ١٩٨٧ م. ب. ١٩٧٤ م.
- ٢- في سباق الحواجز توجد في كل حارة :
أ. حواجز . ب. ١٢ حاجز .
- ٣- تعتبر من مسابقات الدفع والرمي :
أ. إطاحة المطرقة . ب. القفز بالزانة
ج. الوثب الطويل.
- ٤- سباق يتكون من اربع مراحل وهي (الباء / العدو في المنحنى / العدو في خط مستقيم / المرحلة النهائية) :
أ. عدو ١٠٠ متر. ب. عدو ٢٠٠ متر. ج. عدو ٤٠٠ متر.
- ٥- في مسابقة الوثب العالي يمنح كل متسلق على كل ارتفاع :
أ. ٣ محاولات . ب. ٤ محاولات .
ج. ٥ محاولات.
- ٦- يبلغ وزن الكرة الحديدية (الجلة) للسيدات :
أ. ٣ كجم . ب. ٤ كجم .
ج. ٥ كجم .
- ٧- مرحلة فنية في الوثب العالي يرتفع اللاعب من خلالها لمستوى العارضة ثم يتجاوزها هي مرحلة :
أ. الهبوط . ب. الارتفاع .
ج. الطيران .
- ٨- يجب أن يكون الطول القانوني لمضمار ألعاب القوى هو :
أ. ١٠٠ متر . ب. ٣٠٠ متر .
ج. ٤٠٠ متر .
- ٩- من المراحل الفنية لدفع الجلة يجب فيها خروج الجلة من اليدين هي مرحلة :
أ. الزحف . ب. التغطية والمتابعة .
ج. الدفع .
- ١٠- طول الحفرة الخاصة بالوثب الطويل :
أ. ١٠ متر . ب. ٢٠ متر .
ج. ٢٥ متر .

٠,٥

السؤال الثالث:

أ. من خلال الرسم امامك أكمل ما يلي :

..... ١- اسم البدء هو

..... ٢- أكمل المراحل الفنية للمهارة :



(أ)

مرحلة

(ب)

مرحلة

(ج)

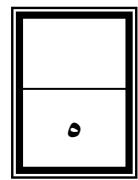
مرحلة

.....

ب. اختر نوع المسابقة بين الاقواس (المضمار أو الميدان) وفقا للتصنيف الوارد في الجدول :

(تابع ٤٠٠ متر / حواجز / الوثب الطويل / الوثب العالي/ سباق ٣٠٠٠ متر / رمي الرمح)

مسابقات الميدان	مسابقات المضمار



٥,٥

السؤال الرابع:

أ. رتب المراحل الفنية لسباق الحواجز (من ١ إلى ٥) :

الترتيب	المرحلة
.....	المرحلة النهائية
.....	مرحلة العدو بين الحواجز
.....	مرحلة الاقتراب
.....	مرحلة اجتياز الحاجز
.....	مرحلة البدء



ب. اختير الحكم المناسب من بين الأقواس (محاولة صحيحة / محاولة خاطئة) في الحالات التالية :

الحكم	الحالة
	في مسابقة التتابع سقطت عصا التتابع من المتسابق واستعادها نفس المتسابق وواصل السباق .
	في سباق الحواجز اسقط المتسابق الحاجز غير المعتمد اثناء السباق
	في الوثب الطويل تجاوز المتسابق المدة الزمنية لتنفيذ المحاولة ٦٠ ثانية
	في دفع الجلة غادر المتسابق قطاع الدفع قبل سقوط الجلة على الأرض
	في رمي القرص أسقط المتسابق القرص بالكامل داخل مقطع الرمي

انتهت الاسئلة