

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 متنوعة ← الملف

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

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب ا اختبارات الكترونية ا اختبارات ا حلول ا عروض بوربوينت ا أوراق عمل
منهج انجليزي ا ملخصات وتقارير ا مذكرات وبنوك ا الامتحان النهائي للمدرس

المزيد من مادة
بدن:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الثاني الثانوي



صفحة مناهج مملكة
البحرين على
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

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

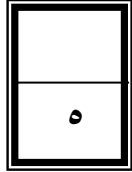
5

مملكة البحرين
وزارة التربية والتعليم
إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات المركزية

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

المسار: توحيد المسارات
الزمن : ساعة ونصف

اسم المقرر: ألعاب القوى
رمز المقرر: بدن ٣٠١

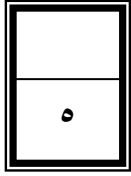


أجب عن جميع الأسئلة الآتية

السؤال الأول : ٠,٥

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

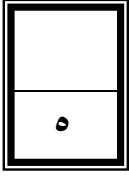
١. () الوثب العالي هو القفز الى ابعد مسافة ممكنة في حفرة طويلة مملوءة بالرمل .
٢. () يستخدم البدء العالي في جميع سباقات العدو (١٠٠ م / ٢٠٠ م / ٤٠٠ م) .
٣. () في سباق التتابع تكون الطريقة البصرية من خلال استلام العصا دون النظر الى الخلف.
٤. () يعتبر سباق ١٥٠٠ متر للسيدات من مسابقات جري المسافات المتوسطة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



السؤال الثاني:

ضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة:

- ١- تأسس الاتحاد البحريني لألعاب القوى عام :
 أ. ١٩٨٧ م .
 ب. ١٩٧٤ م .
 ج. ١٩٩٠ م .
- ٢- في سباق الحواجز توجد في كل حارة :
 أ. ٨ حواجز .
 ب. ١٢ حواجز .
 ج. ١٠ حواجز .
- ٣- تعتبر من مسابقات الدفع والرمي :
 أ. إطاحة المطرقة .
 ب. القفز بالزانة .
 ج. الوثب الطويل .
- ٤- سباق يتكون من اربع مراحل وهي (البعد / 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 متسابق 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 يجتازها هي مرحلة :
 أ. الهبوط .
 ب. الارتقاء .
 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 .



السؤال الثالث:

أ. من خلال الرسم امامك أكمل ما يلي :

١- أسم البدء هو

٢- أكمل المراحل الفنية للمهارة :



(أ)
مرحلة

(ب)
مرحلة

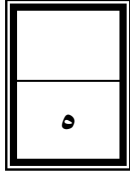
(ج)
مرحلة

.....

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

(تتابع ١٠٠x٤ متر / ١١٠ حواجز / الوثب الطويل / الوثب العالي/ سباق ٣٠٠٠ متر / رمي الرمح)

مسابقات المضمار	مسابقات الميدان



السؤال الرابع:

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

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



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

الحالة	الحكم
في مسابقة التتابع سقطت عصا التتابع من المتسابق واستعادها نفس المتسابق وواصل السباق .	
في سباق الحواجز اسقط المتسابق الحواجز غير المتعمد 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