

مراجعة الاختبار الشامل ألعاب الموانع وتنطيط الكرة الطائرة



تم تحميل هذا الملف من موقع مناهج مملكة البحرين

موقع المناهج ← مناهج مملكة البحرين ← الصف الثالث ← بدن ← الفصل الثاني ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 2026-05-10 12:16:30

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 ا للمدرس

المزيد من مادة
بدن:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الثالث



صفحة مناهج مملكة
البحرين على
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

المزيد من الملفات بحسب الصف الثالث والمادة بدن في الفصل الثاني

الوحدة الرابعة الدرس العاشر ألعاب الإرسال من الأسفل

1

مراجعة التطبيق الشامل في التربية البدنية

2

الوحدة الثالثة الوثب العالي

3

مراجعة شاملة في التربية الرياضية الاختبار الشامل

4

مراجعة دروس الوقفة التقييمية من الدرس الأول إلى الرابع

5



KINGDOM OF BAHRAIN
Ministry of Education



مملكة البحرين
وزارة التربية والتعليم



تحدي
القراءة
العربي



Al-Muharraq Primary Girl's School

مدرسة المحرق الابتدائية للبنات

مراجعة الاختبار الشامل مادة التربية الرياضية الصف الثالث الابتدائي

معلومات التربية الرياضية للصف الثالث



أ. نفيسة محمد بوزيد
مديرة المدرسة



وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي.

دروس الاختبار الشامل في مادة التربية الرياضية

1. ألعاب الموانع

2. تنطيط الكرة الطائرة

3. التمرير من اسفل

4. الارسال من أسفل

اقرئي دروس
مراجعته
الاختبار
الشامل جيدا

تحتوي المراجعة على
أربع دروس من منهج
التربية الرياضية



ملاحظات هامة



اطلعي على
الدروس
في البوابة
التعليمية

تأكدي من اجاباتك
في
شريحة الإجابة
النموذجية

أجيبني عن
أسئلة التقييم
الذاتي



الدرس الأول

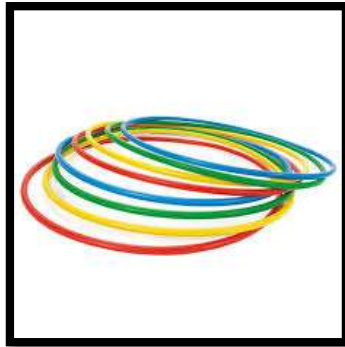
ألعاب المواعظ

ماهي الأدوات الرياضية في ألعاب الموانع ؟

سلم أرضي



أطواق



مراتب



حواجز



مقعد سويدي



أقماع



ماهي الحركات الأساسية في ألعاب الموانع؟

المشي

الجري والجري المتعرج

القفز

الحجل

مشي التوازن

الزحف

الدحرجة الأمامية المتكورة

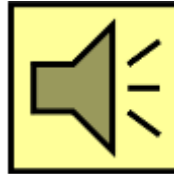
الوثب بالقدمين

التقييم الذاتي

□ صل العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب) :

عمود (ب)
التوازن
معاً
الرجلين

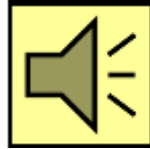
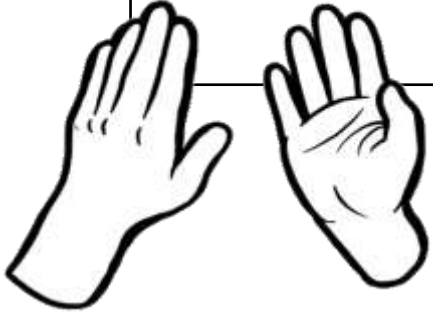
عمود (أ)
من النقاط الفنية لألعاب الموانع الوثب بالقدمين
من النقاط الفنية لألعاب الموانع توافق الذراعين و.....
من النقاط الفنية لألعاب الموانع الحفاظ على أثناء الأداء.



(الإجابة)

❑ صل العمود (أ) بما يناسبه من
العمود (ب):

عمود (أ)	عمود (ب)
من النقاط الفنية للألعاب الموانع الوثب بالقدمين	التوازن
من النقاط الفنية للألعاب الموانع توافق الذراعين و.....	معاً
من النقاط الفنية للألعاب الموانع الحفاظ على أثناء الأداء.	الرجلين





الدرس الثاني

تخطيط الكرة الطائرة

التقييم الذاتي

الدر
س
2

الصف الثالث
الابتدائي
الوحدة الرابعة

تنطيط الكرة



□ صل العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب)



عمود (ب)
الأصابع
اليدين
الكرة
للأمام

عمود (أ)

تنطيط الكرة بالتبادل بين
التنطيط بأطراف
من النقاط الفنية للتنطيط النظر
من النقاط الفنية للتنطيط السيطرة على



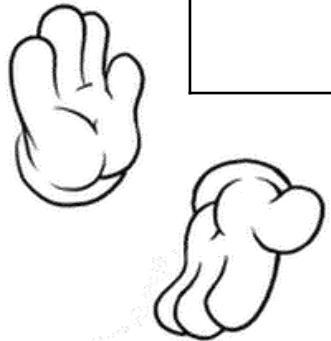
(الإجابة)

الدر
س
2

الصف الثالث
الابتدائي
الوحدة الرابعة
تنطيط الكرة

□ صل العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب) :

عمود (أ)	عمود (ب)
تنطيط الكرة بالتبادل بين	الأصابع
التنطيط بأطراف	اليدين
من النقاط الفنية للتنطيط النظر	الكرة
من النقاط الفنية للتنطيط السيطرة على	للأمام





الدرس الثالث

التمرير من أسفل في الكرة الطائرة

التقييم الذاتي

الدر
سلا ابتدائي
3

الصف
الثالث
الوحدة الرابعة
ألعاب التمرير من
أسفل 2



□ أكمل الفراغ بما يناسبه من العبارات التالية :
(اليدان - القدمين - الساعدين - الركبتين - الصدر)

• الوقفة الصحيحة للمهارة:

1- الوقوف فتحاً مع ثني وميل الجذع للأمام قليلاً ويوزع ثقل الجسم على بالتساوي.

2- الذراعان ممدودتان للأمام وللأسفل باتساع .

3- يوضع الكفان- اليدان على بعضهما وتتجهان لأعلى مع امتداد أصابع ،

الإبهامان متوازيان ومتعامدان على الكفين تقريباً والساعدان للخارج وتضرب الكرة بمنطقة .

(الاجابة)

□ أكمل الفراغ بما يناسبه من العبارات التالية :
(اليدان - القدمين - الساعدين - الركبتين - الصدر)
• الوقفة الصحيحة للمهارة:

1- الوقوف فتحاً مع ثني الركبتين وميل الجذع للأمام قليلاً ويوزع ثقل الجسم على القدمين بالتساوي.

2- الذراعان ممدودتان للأمام وللأسفل باتساع الصدر.

3- يوضع الكفان- اليدان على بعضهما وتتجهان لأعلى مع امتداد أصابع اليدان،



الإبهامان متوازيان ومتعامدان على الكفين تقريباً والساعدان للخارج وتضرب

بمنطقة الساعدين.

التقييم الذاتي

الصف الثالث
الوحدة الرابعة

الدر
سلا ابتدائي
3

ألعاب التمرير من
أسفل 1

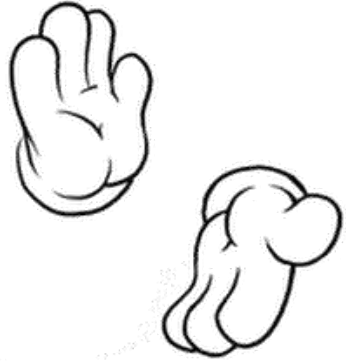
□ أكمل الفراغ بما يناسبه من العبارات التالية :
(مسك - الكرة - الهدف)

- 1- استغلال قوة الرجلين لدفع
- 2- من النقاط الفنية للمهارة النظر للكرة و
- 3- الكرة بطريقة صحيحة.



(الاجابة)

□ أكمل الفراغ بما يناسبه من العبارات التالية :
(مسك - الكرة - الهدف)



- 1- استغلال قوة الرجلين لدفع الكرة.
- 2- من النقاط الفنية للمهارة النظر للكرة والهدف.
- 3- مسك الكرة بطريقة صحيحة.





الدرس الرابع

الارسال من أسفل في الكرة الطائرة

التقييم الذاتي

الدرس
4

الصف الثالث
الابتدائي
الوحدة الرابعة
ألعاب الإرسال من

أسفل 1

ضع علامة صح (✓) أو خطأ (X) أمام العبارات التالية :

- 1- () استغلال قوة الرجلين والذراعين لدفع الكرة.
- 2- () ضرب الكرة بالإرسال باليدين معاً.
- 3- () من النقاط الفنية للمهارة النظر للكرة والهدف.



(الإجابة)

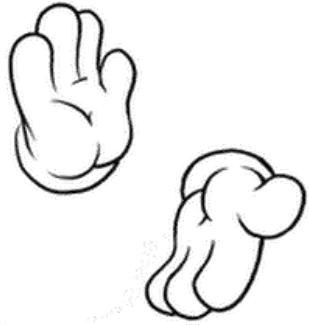
□ ضع علامة صح (✓) أو خطأ (X) أمام العبارات التالية

:

1- (✓) استغلال قوة الرجلين والذراعين لدفع الكرة

2- (X) ضرب الكرة بالإرسال باليدين معاً.

3- (✓) من النقاط الفنية للمهارة النظر للكرة والهدف.



ياربّ اسألك أن لا تضع لي
جهدي وتعيي اللهم
وفقني في دراستي وافرحني بما
أطمح له

reas.1

