

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج العُمانية



\*للحصول على أوراق عمل لجميع الصفوف وجميع المواد اضغط هنا

<https://almanahj.com/om>

\* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف الثاني عشر اضغط هنا

<https://almanahj.com/om/12>

\* للحصول على جميع أوراق الصف الثاني عشر في مادة رياضة مدرسية ولجميع الفصول, اضغط هنا

<https://almanahj.com/om/12sports>

\* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف الثاني عشر في مادة رياضة مدرسية الخاصة بـ الفصل الثاني اضغط هنا

<https://almanahj.com/om/12sports2>

\* لتحميل كتب جميع المواد في جميع الفصول للـ الصف الثاني عشر اضغط هنا

<https://almanahj.com/om/grade12>

\* لتحميل جميع ملفات المدرس مدرسة صحار للبنين (10-12) اضغط هنا

للتحدث إلى بوت على تلغرام: اضغط هنا

[https://t.me/omcourse\\_bot](https://t.me/omcourse_bot)



امتحان دبلوم التعليم العام  
للعام الدراسي : ١٤٤٢/١٤٤١ هـ - ٢٠٢٠/٢٠٢١ م  
الدور الأول - الفصل الدراسي الثاني

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

اسم الطالب	
المدسة	الصف

السؤال	الدرجة بالأرقام ( الأحمر )		الدرجة بالحروف ( الأحمر )	التوقيع ( بالاسم )	
	أحاد	عشرات		المصحح ( بالأحمر )	المدقق ( بالأخضر )
١					
٢					
٣					
المجموع				مراجعة الجمع والتشطيب (بالأزرق)	جمعه (بالأحمر)
المجموع الكلي	٣٠				

٦

أجب عن جميع الأسئلة الآتية

أولاً: الأسئلة الموضوعية (١٢ درجة)

السؤال الأول:

ضع علامة صح (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة خطأ (x) أمام العبارة الخاطئة فيما يأتي :

١. طريقة اللعب ( ٢/٤/٤ ) تعتبر من طرق اللعب الحديثة في كرة القدم. ( )
٢. في تنظيم مسابقات الدوري يتم تثبيت الرقم (١) إذا كان عدد الفرق المشاركة عدد فردياً. ( )
٣. طريقة الدوري من مرحلتين من أكثر الطرق التي يكون فيها عامل الصدفة والحظ قليل. ( )
٤. يعتبر حارس المرمى أغلب الأحيان القائد لخطة الهجوم الخاطف في كرة اليد. ( )
٥. تعتبر الدهون هي المصدر الأساسي لإنتاج الطاقة أثناء المجهود البدني. ( )
٦. النوع الثاني لمرض السكري الغير معتمد على الأنسولين نسبة المصابين به الأقل من مجموع المصابين بمرض السكري. ( )

٦

السؤال الثاني:

اختر الإجابة الصحيحة من بين البدائل المعطاة:

١. من وسائل تنفيذ خطط اللعب الدفاعية الفردية في كرة القدم:
  - أ- الخداع
  - ب- التغطية
  - ج- الدفاع رجل لرجل
  - د- الدفاع المركب
٢. إذا كان مجموع عدد المباريات لدوري من مرحلة واحدة يساوي ٣٦ مباراة فإن عدد الفرق المشاركة يساوي:
  - أ- ٧ فرق
  - ب- ٨ فرق
  - ج- ٩ فرق
  - د- ١٠ فرق
٣. فريق لعب عدد ٨ مباريات في مسابقة دوري من مرحلة واحدة ، حيث فاز في ٦ مباريات وتعادل في مباراة واحدة وخسر مباراة واحدة فإن مجموع عدد نقاطه في نهاية الدوري يكون:
  - أ- ١٩ نقطة
  - ب- ١٤ نقطة
  - ج- ٢٠ نقطة
  - د- ١٥ نقطة

يتبع ٢/

(٢)

المادة: الرياضة المدرسية الصف: الثاني عشر الدور الأول العام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١ م

تابع السؤال الثاني:

٤. كلا مما يلي من العوامل المؤثرة في المسافة الدفاعية عند القيام بالمهمة الدفاعية في كرة اليد ما عدا:

أ- سرعة المهاجم ب- حيازة المهاجم للكرة ج- مكان وقوف المهاجم د- مهارة المهاجم

٥. تقوم بدور كبير في العمليات الحيوية بالجسم كالتمثيل الغذائي وتركيب الأنزيمات ونشاط الغدد الصماء:

أ- الفيتامينات ب- الكربوهيدرات ج- الدهون د- البروتينات

٦. نوع من أنواع الكسور يحدث مع الكسر جرح خارجي، حيث يصل الهواء للعظم:

أ- كسر بسيط ب- كسر مضاعف ج- كسر غير كامل د- كسر كامل

ثالثاً :- الأسئلة المقالية

١) اذكر العوامل المؤثرة في تنفيذ خطط اللعب و يجب مراعاتها عند وضع خطط اللعب في كرة القدم. ( ٤ درجات )

---

---

---

---

---

يتبع/٣

## تابع السؤال الثالث:

(٢) في ضوء دراستك للتنظيم والإدارة في الرياضة المدرسية أكمل الجدول التالي: (٥ درجات)

اسم الفريق	لعب	فاز	تعادل	خسر	له أهداف	عليه أهداف	فارق الأهداف	النقاط	الترتيب
المجد	٧	٥	صفر	٢	٧	٩+		١٥	
الحرية		٤	١		١٥	١٤	١+	١٣	الرابع
التعاون	٧	٢	٢	٣	٨	١٣		٨	السادس
العز	٧		٣	٤	٤	٢١	١٧-	٣	الثامن
الكرامة	٧	٦	١	صفر		٤	١٥+		الأول
الفتوة	٧	٥	صفر	٢	١٦	١١	٥+	١٥	
العدالة	٧	١	١	٥	٥		١٥-	٤	السابع
الوطن	٧	٣	٢	٢	١٢	٨	٤+	١١	الخامس

(٣) اذكر مميزات خطة دفاع المنطقة (٠ / ٦) في كرة اليد. (٤ درجات)

---



---



---



---

(٤)

العام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٠ م

الدور الأول

الصف: الثاني عشر

المادة: الرياضه المدرسية

تابع السؤال الثالث:

٤) في درس الإسعافات الأولية اكتب عن إصابة الإرتجاج من حيث: (٥ درجات)

أ) التعريف :

---

ب) الأعراض :

---

---

---

---

انتهت الأسئلة مع الدعاء للجميع بالتوفيق والنجاح.