

اسم الطالبية : الصف : 00000000000000000000

مراجعة مادة التربية البدنية الصف الثالث متوسط

السؤال الأول :

أ- ضع علامة (صح) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (خطأ) أمام العبارة الخاطئة :

1-	تعتبر مهارة امتصاص الكرة بالصدر إحدى مهارات السيطرة على الكرة في كرة القدم	()
2-	هناك طريقتين لقياس اللياقة القلبية التنفسية : الطريقة المباشرة والطريقة غير المباشرة	()
3-	الأنشطة الهوائية هي الأنشطة البدنية التي تستمر لفترة قصيرة	()
4-	الضربات نصف الطائرة في التنس الأرضي عبارة عن ضربات أمامية وخلفية وتعتبر ضربة دفاعية	()
5-	الركلة الحرة المباشرة في كرة القدم يمكن من خلالها تسجيل هدف مباشرة عندما تلمس أحد	()
6-	من أنواع التوافق : توافق عام وتوافق خاص	()

السؤال الثاني :

أ- اختار الإجابة الصحيحة

1	هي قدرة الجهازين الدوري والتنفسي على أخذ الأكسجين من الهواء الخارجي بواسطة الجهاز التنفسي ونقله بواسطة الجهاز الدوري لأجزاء الجسم المختلفة	أ- اللياقة القلبية التنفسية	ب- التركيب الجسمي	ج- القوة العضلية
2	هي قدرة الجسم أو أجزاء منه على تغير الاتجاه على الأرض أو في الهواء مصحوبا بالسرعة والدقة	أ- الرشاقة	ب- القدرة العضلية	ج- المرونة
3	تعتبر المسكة القارية من المهارات في لعبة	أ- التنس الأرضي	ب- كرة القدم	ج- كرة الطائرة



السؤال الثاني :

أ- ضع دائرة حول اسم المهارة التي أمامك ؟

- 1- امتصاص الكرة بالفخذ 2- امتصاص الكرة بالصدر 3- ضرب الكرة بالرأس

مع تمنياتي لكم بالتوفيق والنجاح
معلم المادة :