

يتكون هذا الاختبار من خمسين فقرة من نوع الاختبار من متعدد، وعلى المشترك الاختبار رمز الإجابة الصحيحة، ونقلها إلى الجدول المرفق.

1. من أشكال التصويب في كرة السلة :
 أ. التصويب من الوثب ب. التصويب الكرياجي ج. التصويب من السقوط د. التصويبة الصدرية
2. يسمح لفريق كرة السلة حيازة الكرة مدة :
 أ. 24 ثانية دون قطع ب. 7 ثواني ج. 15 ثانية د. 10 ثواني
3. يخسر فريق كرة السلة المباراة بالإخفاق إذا قل عدد لاعبيه عن :
 أ. لاعبان ب. لاعب واحد ج. ثلاثة لاعبين د. أربعة لاعبين
4. من مهارات كرة السلة :
 أ. التخطيط، التمرير، التصويب ب. التمرير والضرب الساحق ج. الضربة الحرة غير المباشرة د. التصويب الكرياجي
5. أبعاد ملعب كرة اليد الدولية هي :
 أ. 40م × 20م ب. 36م × 18م ج. 27م × 9م د. 18م × 9م
6. تنفذ رمية الإرسال في كرة اليد من :
 أ. الحد الجانبى للملعب ب. خط المنتصف ج. الحد النهائي للملعب د. مكان حدوث الخطأ
7. لا يجوز إعطاء اللاعب في كرة اليد أكثر من :
 أ. انذار ب. انذاران ج. 3 انذارات د. 4 انذارات
8. غالبا ما يتم استخدام التمريرة البندولية في كرة اليد :
 أ. للتصويب من السقوط ب. للتمرير للأمام وللخلف وللجانب ج. لأداء رمية الجزاء د. للمحاورة
9. خط الدفاع الأول ضد هجوم الخصم في لعبة الكرة الطائرة هو :
 أ. التغطية ب. اللاعبين اللذان يشكلان مراكز 1، 6، 5 ج. حائط الصد د. سرعة الاستجابة
10. يجوز للاعب الحر في الكرة الطائرة هو :
 أ. المشاركة في حائط الصد المكتمل ب. أداء الضرب الساحق من المنطقة الخلفية ج. الإرسال مرة واحدة في المباراة د. استقبال الكرة من أسفل بالساعدين في جميع الظروف
11. المهارة الأساسية الأكثر استخداما في الإعداد في لعبة الكرة الطائرة هي :
 أ. التمرير من أعلى بالأصابع ب. التمرير من أسفل بالساعدين ج. التمرير بين مركزي (5، 1) د. التمرير من أسفل من مركز (6)
12. الضربة الساحقة في الكرة الطائرة هي :
 أ. ضربة هجومية لا يتم إحراز نقاط منها ب. ضربة هجومية تنفذ من مركز 1 فقط ج. ضربة هجومية يتم تنفيذها من مراكز مختلفة من الملعب مع اعتبارات قانونية د. مهارة تسبق الإعداد في الفريق
13. واحدة من الألعاب التالية من ألعاب المضمار في ألعاب القوى :
 أ. دفع الجلة ب. رمي القرص ج. رمي المطرقة د. جري 400م

14. الخطوات الفنية للوثب الثلاثي في ألعاب القوى بالترتيب هي :
 أ. اقتراب، ارتقاء، خطوة، حجلة، وثبة
 ب. اقتراب، ارتقاء، حجلة، وثبة، خطوة
 ج. اقتراب، ارتقاء، حجلة، خطوة، وثبة
 د. اقتراب، ارتقاء، وثبة، حجلة، خطوة
15. تعليم مهارة دفع الكرة الحديدية يتم بالخطوات الفنية التالية :
 أ. وقفة الاستعداد، الطيران، الدفع
 ب. وقفة الاستعداد، الميزان، التكور، الرحلة، الدوران، الدفع
 ج. مسك الكرة بكلا اليدين، الميزان، الدفع
 د. طيران الكرة وهبوطها
16. تعتبر محاولة الوثب الطويل فاشلة إذا :
 أ. لمس اللاعب لوحة الارتقاء بقدمه
 ب. لمس اللاعب لوحة الصلصال بقدمه
 ج. اقترب من مسافة 40م
 د. إذا ارتقى اللاعب قبل لوحة الارتقاء
17. يشترط في مهارة الوقوف على الرأس في رياضة الجمباز
 أ. أن تكون البدان والرأس على خط مستقيم
 ب. تشكل البدان والرأس مثلث متساوي الساقين كقاعدة ارتكاز
 ج. انشاء الركبتين واستقامة المشطون
 د. نقوس الظهر واستقامة الركبتين
18. احد الأجهزة التالية في رياضة الجمباز خاص بالسيدات فقط :
 أ. المتوازيان
 ب. عارضة التوازن
 ج. حصان القفز
 د. الحركات الأرضية
19. من الأخطاء الشائعة عند أداء الميزان الأمامي في الجمباز :
 أ. نثي رجل الارتكاز من الركبة
 ب. الدفع باليدين معا
 ج. البدان باتساع الصدر
 د. فتح الرجلين بعد عملية الدفع مباشرة
20. نظام التعجيل يعمل به في بطولات :
 أ. كرة الطاولة
 ب. كرة السلة
 ج. ألعاب القوى
 د. كرة الماء
21. في الضربة القاطعة الأمامية للاعب يلعب بيده اليمنى في كرة الطاولة :
 أ. تكون القدم اليسرى للخلف واليمين للأمام
 ب. تكون القدم اليسرى قريبا من الطاولة واليمين بعيدة
 ج. تكون المسافة بين القدمين متر تقريبا
 د. تكون القدمان بوضع تقاطع
22. يعتبر لمس سطح الطاولة في لعبة كرة الطاولة باليد الحرة :
 أ. خطأ في جميع الأحوال
 ب. صحيح إذا كان غير مقصود
 ج. خطأ إذا شكل خطورة على حياة المنافس
 د. صحيح في جميع الأحوال
23. عدد نقاط شوط اللعب الزوجي (سيدات) في الريشة الطائرة هو :
 أ. 11 نقطة
 ب. 14 نقطة
 ج. 15 نقطة
 د. 13 نقطة
24. يهدف الارسال العالي الامامي في الريشة الطائرة الى :
 أ. ارسال الريشة الى الحدود الخلفية لملاعب المنافس
 ب. ارسال الريشة الى الحدود القريبة من الشبكة
 ج. ارسال الريشة الى الجانب الايمن المنافس
 د. ارسال الريشة الى الجانب الايسر لملاعب المنافس
25. عند استخدام الضربات المسفطة في الريشة الطائرة :
 أ. تسقط الريشة في الجزء الخلفي من ملعب المنافس
 ب. تسقط الريشة بالقرب من الشبكة في ملعب المنافس
 ج. يستخدم اللاعب أقصى قوة لتوجيه الريشة الى الملعب المنافس
 د. عنصر الدقة غير مهم لاستخدام هذه الضربات

26. من شروط التمرينات في حصة التربية الرياضية :
- أ. أن تتناسب المرحلة السنية
 - ب. أن تخدم المهارة المراد تنفيذها
 - ج. أن تكون متنوعة
 - د. جميع ما ذكر
27. يكون جزء التمرينات في حصة التربية الرياضية في :
- أ. الجزء الختامي
 - ب. الجزء التمهيدي
 - ج. الجزء التعليمي
 - د. الجزء التطبيقي
28. ظاهرة الحمل الزائد هي :
- أ. حمل الأثقال بشكل يزيد عن قدرة اللاعب
 - ب. تعدي الحمل التدريبي لدرجة إلى ما فوق حدود المقترحة بكثير
 - ج. زيادة أداء مهارة في جرة تدريبية
 - د. وزن اللاعب الزائد
29. أي من الاختبارات التالية يقيس عنصر السرعة :
- أ. جري 70م
 - ب. الوثب العمودي
 - ج. جري 800م
 - د. الجلوس من الرقود خلال 30 ث.
30. العلم الذي يدرس سلوك وخبرة الإنسان تحت تأثير ممارسة الأنشطة الرياضية هو :
- أ. علم النفس الرياضي
 - ب. علم الاجتماع الرياضي
 - ج. علم التشريح
 - د. علم الأحياء
31. تسعى التربية الرياضية إلى :
- أ. تنمية سمات الشخصية عبر حضور ومتابعة البرامج الرياضية
 - ب. تنمية سمات الشخصية عبر الكتابة الإبداعية
 - ج. تنمية سمات الشخصية عبر ممارسة الأنشطة الرياضية
 - د. تنمية سمات الشخصية عبر ممارسة الأنشطة الذهنية.
32. من العناصر الأساسية للياقة البدنية هي :
- أ. الرشاقة، التحمل، القوة، المرونة، السرعة
 - ب. الدقة، التوازن، الطول، الوزن
 - ج. الرشاقة، عرض المنكبين، محيط الحوض
 - د. نسبة الدهون، الطول، الوزن، التحمل
33. أكثر أساليب التدريس في التربية الرياضية شيوعاً :
- أ. أسلوب الاكتشاف الموجه
 - ب. أسلوب حل المشكلات
 - ج. أسلوب الأمر
 - د. أسلوب التضميني
34. تستخدم الكمادات الباردة في إسعاف جميع الإصابات الرياضية عدا :
- أ. التقلص العضلي
 - ب. الرضوض
 - ج. التمزق العضلي
 - د. الكسور البسيطة
35. من أعراض خلع الكتف :
- أ. تشوه مكان الإصابة
 - ب. عدم القدرة على المشي
 - ج. ورم في رسغ اليد
 - د. وجود ورم مع عدم وجود ألم في مكان الإصابة
36. الهدف من إسعاف الإصابات الرياضية الأولى هو :
- أ. منع تفاقم الإصابة
 - ب. الاستغناء عن الطبيب الأخصائي
 - ج. إثبات الذات عن طريق الإسعاف
 - د. العلاج النهائي للإصابة
37. تقام بطولة كأس العالم بكرة القدم 2010 في :
- أ. فرنسا
 - ب. إيطاليا
 - ج. جنوب إفريقيا
 - د. اليابان.
38. رئيس الاتحاد الآسيوي لكرة القدم هو :
- أ. ياباني
 - ب. كويتي
 - ج. قطري
 - د. ماليزي

39. NBA هو دوري كرة السلة المحترفين في :

أ. إيطاليا ب. البرازيل ج. النرويج د. أمريكا

40. مهد الألعاب الأولمبية هو :

أ. الصين ب. اليونان ج. مصر د. روسيا

41. يتم استخدام القصص الحركية في حصة التربية الرياضية :

أ. للذكور فقط ب. للإناث فقط

ج. للفئات العمرية في المرحلة الأساسية الدنيا للإناث والذكور د. للإناث في المرحلة الأساسية الدنيا

42. يعتمد زمن الإحماء في حصة التربية الرياضية على :

أ. رغبة الطالب ب. رغبة مدير المدرسة ج. رغبة المشرف التربوي د. الحالة الجوية وطبيعة المهارة

43. تنفذ أجزاء حصة التربية الرياضية حسب الترتيب التالي :

أ. التعليمي، التطبيقي، الختامي، التهيئة ب. التمهيدي، التطبيقي، الختامي

ج. التمهيدي، التعليمي، التطبيقي، الختامي د. التمهيدي، التعليمي، الختامي

44. دور معلم التربية الرياضية في حصة التربية الرياضية :

أ. مراقب للطلبة في الجزء التعليمي فقط ب. رصد أخطاء الطلبة

ج. معاينة الطالب المشاغب د. تربوي وتعليمي في مختلف أجزاء الحصة

45. الزمن الأصلي لمباراة كرة القدم هو :

أ. 100 دقيقة على شوطين ب. 90 دقيقة على شوطين

ج. 80 دقيقة على شوطين د. 70 دقيقة على شوطين

46. من أهم المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم :

أ. التمريرة الصدرية ب. التمريرة الكرواجية ج. التمرير برؤوس الأصابع د. التمرير بباطن القدم

47. الترتيب المنطقي السليم للآتي هو :

أ. استخدام الوسائل المحسوسة — شبه المحسوس — المجرد.

ب. استخدام المجرد — شبه المحسوس — المحسوس.

ج. استخدام شبه المحسوس — المحسوس — المجرد.

د. استخدام المحسوس — المجرد — شبه المحسوس.

48. الخطوة الأولى في عملية إعداد الخطة الدرسية تكون بتحديد :

أ. الإجراءات ب. الأسلوب ج. الأهداف د. التقويم

49. 'ذو الاحتياجات الخاصة' هم :

أ. المعاقون والموهوبون ب. المعاقون ج. الموهوبون د. المتخلفون عقلياً

50. واحد من الأفعال الآتية والذي يستخدم في عملية صوغ الأهداف السلوكية غير قابل للملاحظة والقياس :

أ. يكتب ب. يرسم ج. يستوعب د. يميز