



كلية التربية الرياضية للبنين

قسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية

وررياضات المضرب

مادة كرة اليد - الفرقة الأولى

محاضرة (٢)



د / عمرو سيد فهمي

التمريرة الصدرية :

- باليدين :

تستخدم هذه التمريرة للمسافات القصيرة بسرعة توجيهها بدقة، وتؤدي عند استقبال الكرة في مستوى الصدر ويحتم الموقف سرعة التمرير إلى زميل في مكان خال مناسب. وتخرج الكرة بمجرد استقبالها بامتداد مفصلي المرفقين ودفع الرسغين. وبع التمرير تشير أصابع اليدين للخارج.

- بيد واحدة :

تستخدم بسرعة التمرير بمجرد الاستقبال باليدين إلى زميل ناحية الجانب ويكون الممرر في حالة حركة للأمام. طريقة الأداء كما سبق مع دفع الكرة بيد واحدة بسرعة دون حركة استعداد.



٣. التمريرة المرتدة :

يتم استعمال التمريرة المرتدة بشكل كبير في لعبة كرة اليد الحديثة نظرًا إلى صعوبة قطع الكرة من قبل الخصم، وتستعمل هذه المهارة في أثناء وجود المدافع قرب اللاعب الممرر، كما تستعمل للاعب الدائرة في مواجهة مدافعين طوال القامة، سواء من الكتف والحوض أو من الرسغ، ويشترط أن تكون التمريرة قصيرة نظرًا إلى صعوبة السيطرة عليها.



النواحي الفنية لمهارة التمريرة المرتدة :

١. تؤدي التمريرة المرتدة من الرسغ وكذلك من مستوى الرأس.
٢. تمسك الكرة باليدين، وعند التمرير تنقل الكرة إلى الجهة الممررة، ويتم التمرير بيد واحدة بعد أخذ الخطوات.
٣. يؤدي التمرير المرتد في بداية الثلث الثالث للمسافة بين اللاعبين.
٤. الحرص على التمرير بشكل مستقيم وسريع.

قانون كرة اليد

قاعدة ٧

اللعب السلبي

قاعدة (٧)



Playing the Ball, Passive play	لعب الكرة، اللعب السلبي
Playing the Ball:	<u>لعب الكرة:</u>
<p>بسم ب:</p> <p>رمي، مسك، إيقاف، دفع، أو ضرب الكرة باستخدام <u>اليدين</u> (مفتوحة أو مقبوضة) <u>الذراعين، الرأس، الجذع، الفخذين، الركبتين</u>.</p>	١ :٧
<p><u>الاحتفاظ بالكرة</u> بحد أقصى <u>٣ ثوان</u>، حتى عندما تكون مستقرة على الأرض (١٣ : ١).</p>	٢ :٧
<p><u>التحرك بالكرة بما لا يزيد على ٣ خطوات (١٣ : ١)، وتعد الخطوة قد تمت عندما:</u></p> <p>أ- يقف اللاعب وكلتا قدميه على الأرض، يرفع قدماً واحدة وينزلها ثانية، أو يحرك قدماً واحدة من مكان لآخر.</p> <p>ب- يلمس اللاعب الأرض بقدم واحدة فقط، وهو ممسك بالكرة ثم يلمس الأرض بالقدم الأخرى.</p> <p>ج- يثب اللاعب ويلمس الأرض بقدم واحدة فقط، ثم يحجل على القدم نفسها أو يلمس الأرض بالقدم الأخرى.</p> <p>د- يثب اللاعب ويلمس الأرض بكلتا قدميه في آن واحد، ثم يرفع إحدى القدمين وينزلها ثانية، أو يحرك قدم واحدة من مكان لآخر.</p> <p>تعليق:</p> <p>- إذا تم تحريك قدم واحدة من مكان لآخر والقدم الأخرى مسحوبة للخلف ... هنا تُحتسب خطوة واحدة فقط.</p> <p>- يعتبر أمراً مطابقاً لقواعد اللعبة إذا وقع لاعب بالكرة على الأرض وانزلق ثم وقف ولعبها، كذلك إذا ارتمي اللاعب على الكرة للسيطرة عليها ثم وقف ولعبها.</p>	٣ :٧

<p>أثناء الوقوف أو الجري:</p> <p>أ- تطيط الكرة مرة واحدة ثم معاودة مسكها مرة ثانية بيد واحدة أو بكلتا اليدين.</p> <p>ب- تطيط الكرة على الأرض بشكل متكرر بيد واحدة (الارتداد)، ثم معاودة مسكها أو أخذها ثانية بيد واحدة أو بكلتا اليدين.</p> <p>ج- نحرجه الكرة على الأرض وتكرر بيد واحدة، ثم معاودة مسكها أو أخذها ثانية بيد واحدة أو بكلتا اليدين.</p> <p>بمجرد مسك الكرة بعد ذلك بيد واحدة أو بكلتا اليدين، يجب أن تُلعب خلال ٣ ثوان كحد أقصى أو بعد أخذ ما لا يزيد على ٣ خطوات (١٣:١١).</p> <p>يعتبر الارتداد أو التطيط قد بدأ عندما يلمس اللاعب الكرة بأي جزء من جسمه ويوجهها مباشرة إلى الأرض.</p> <p>بعد أن تلمس الكرة لاعباً آخر أو المرمى، يُسمح للاعب بنحرجه أو تطيطها ثم مسكها مرة ثانية (انظر على أي حال ١٤:٦).</p>	<p>٤ : ٧</p>
<p>نقل الكرة من يد إلى اليد الأخرى.</p>	<p>٥ : ٧</p>
<p>لعب الكرة أثناء الركوع أو الجلوس أو الرقود على الأرض، وهذا يعنى أنه يسمح بتنفيذ الرمية (مثلاً: الرمية الحرة)، من هذا الوضع، إذا توافرت شروط (القاعدة ١٥ : ١) بما في ذلك الاشتراطات التي تتطلب وضع جزء من أحد القدمين على اتصال ثابت مع الأرض.</p>	<p>٦ : ٧</p>
<p>لا يسمح بي:</p> <p>لمس الكرة أكثر من مرة بعد السيطرة عليها ما لم تكن في هذه الأثناء قد لامست الأرض أو لاعباً آخر أو المرمى (١٣ : ١ أ)، ولكن لا يعاقب على لمسها أكثر من مرة إذا ارتبك اللاعب، أي بمعنى فضله في السيطرة عليها عندما حاول مسكها أو إيقافها.</p>	<p>٧ : ٧</p>
<p>لمس الكرة بالقدم أو الساق أسفل الركبة، ما عدا إذا رميت الكرة على اللاعب من قبل المنافس (١٣ : ١ أ - ب، انظر أيضاً ٧:٨ هـ).</p>	<p>٨ : ٧</p>
<p>يستمر اللعب إذا لامست الكرة الحكم داخل الملعب.</p>	<p>٩ : ٧</p>

<p>٧ : ١٠</p>	<p>إذا تحرك اللاعب بالكرة خارج حدود الملعب بإحدى القدمين أو بكتفهما (بينما الكرة لاتزال داخل الملعب)، وذلك من أجل تخطي اللاعب المدافع، هنا سيتم احتساب رمية حرة للمنافسين (١١:١٣).</p> <p>إذا اتخذ أحد لاعبي الفريق الذي بحوزته الكرة موقعه خارج الملعب بدون كرة، يتعين على الحكام التنبيه عليه بأنه يجب عودته للملعب، إذا لم يمثل اللاعب لذلك، أو إذا تكرر هذا التصرف لاحقاً من قبل الفريق نفسه، سوف تُحتسب رمية حرة للمنافسين (١١:١٣) بدون أي تحذير آخر. إن مثل هذه الإجراءات لا تؤدي إلى عقوبة شخصية بموجب القاعدتين (٨ و ١٦).</p>
	<p>اللعب السلبي: Passive Play:</p>
<p>٧ : ١١</p>	<p>لا يُسمح للفريق المستحوذ على الكرة الاحتفاظ بها بدون أي محاولة واضحة للهجوم أو التصويب على المرمى، وبالمثل لا يُسمح للفريق التأخير بشكل متكرر لتنفيذ رمية الإرسال، الرمية الحرة، الرمية الجانبية أو رمية حارس المرمى (انظر الإيضاح رقم ٤) والذي يعد لعباً سلبياً يجب المعاقبة عليه برمية حرة ضد الفريق المستحوذ على الكرة إلا إذا توقف هذا الميول السلبي (١١:١٣).</p> <p>... يتم تنفيذ الرمية الحرة من المكان الذي كانت فيه الكرة عندما أوقف اللعب.</p>
<p>٧ : ١٢</p>	<p>عندما يصبح الميول للعب السلبي واضحاً، يتم رفع الإشارة التحذيرية (إشارة اليد رقم ١٧)؛ وذلك لإعطاء الفريق المستحوذ على الكرة الفرصة لتغيير طريقة الهجوم لتجنب فقدان الكرة، إذا لم تتغير طريقة الهجوم بعد رفع إشارة التحذير يكون للحكم الحق في إطلاق صافرة اللعب السلبي في أي لحظة، وإذا لم يتم التصويب على المرمى من الفريق المهاجم بعد (٦) تمريرات بعد أقصى، تُحتسب رمية حرة ضد هذا الفريق (١١:١٣)، الإجراءات والاستثناءات انظر الإيضاح رقم «٤» القسم د).</p> <p>قرار الحكام الخاص بعدد التمريرات يتم وفقاً لملاحظتهم للحقائق من واقع أحداث المباراة طبقاً للقاعدة (١١:١٧).</p> <p>في بعض الحالات المحددة يمكن للحكام أن يحتسبوا رمية حرة ضد الفريق المستحوذ على الكرة دون إعطاء أي إشارة مسبقة للتحذير.</p> <p>مثال: عندما يعتمد اللاعب الامتقاع عن محاولة استغلال الفرصة الواضحة للتسجيل.</p>

