



كلية التربية الرياضية للبنين

قسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب

امتحان مادة كرة اليد (اختياري ثاني)

الفرقة : الرابعة

الفصل الدراسي الأول

العام الجامعي ٢٠١٢/٢٠١٣ م

تاريخ الامتحان : ١٧ / ١ / ٢٠١٣ م

الزمن : ساعتان

الدرجة (١٥)

أجب عن الأسئلة الآتية :-

السؤال الأول :-

- اذكر انواع الهجوم الخاطف ؟ ثم تناول احداها بالشرح مستعينا بالرسم .

السؤال الثاني :-

- اذكر واجبات المدير الفني للفريق ؟

السؤال الثالث :-

- (أ) اذكر الحالات التي تحتسب فيها رمية الجزاء ؟

- (ب) ما هو قرارك كحكم إذا دخل لاعب الملعب أثناء مدة إيقافه ؟

مع تمنياتي الطيبة بالتوفيق ،،،

د / أحمد محمد القط



تم اعداد نموذج الإجابة بواسطة د . أحمد محمد القط

ahmed.alqot@fped.bu.edu.eg

نموذج إجابة

امتحان مادة كرة اليد الفرقة  
الثانية  
(نظام حديث)

إعداد

د / أحمد محمد القط

مدرس بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات  
الجماعية  
وررياضات المضرب



تم اعداد نموذج الإجابة بواسطة د . أحمد محمد القط  
ahmed.alqot@fped.bu.edu.eg

## إجابة السؤال الاول

مراحل الهجوم فى كرة اليد هى :

أنواع الهجوم الخاطف ،، ( البسيط / الموسع / الخططي )

### مرحلة الهجوم الخاطف البسيط

الهجوم الخاطف عبارة عن إجراء هجومي خططي يقوم به لاعبي الفريق المدافع أو مجموعة من اللاعبين منه في أقل زمن ممكن حتي يتمكن من إحراز هدف قبل أن ينتهي الفريق المنافس من تنظيم خطوطه الدفاعية ويعتبر الهجوم الخاطف أفضل أنواع ومراحل الهجوم في كرة اليد .

وتبدأ هذه المرحلة بمجرد انقلاب الفريق المدافع إلى فريق مهاجم وذلك إما لنجاح حارس مرمى الفريق في صد الكرة أو الخروج الكرة خارج المرمى ، أو لنجاح الفريق في قطع الكرة خلال أداءه للعمليات الدفاعية أو لوقوع الفريق المهاجم في خطأ قانوني يفقد بسببه الكرة ، وهنا يعمل الفريق الذى استحوذ على الكرة بالهجوم بأسرع ما يمكن وبأقل جهد ممكن عن طريق وصول أحد المهاجمين - الجناح غالبا إلى أقرب مكان لرمى المنافس وقبل إرتداد المدافعين خلفا لإحتلال مراكزهم - ليستلم هذا المهاجم الكرة دون أى رقابة ويقوم بتصويبها .

### عيوب الهجوم الخاطف السريع :

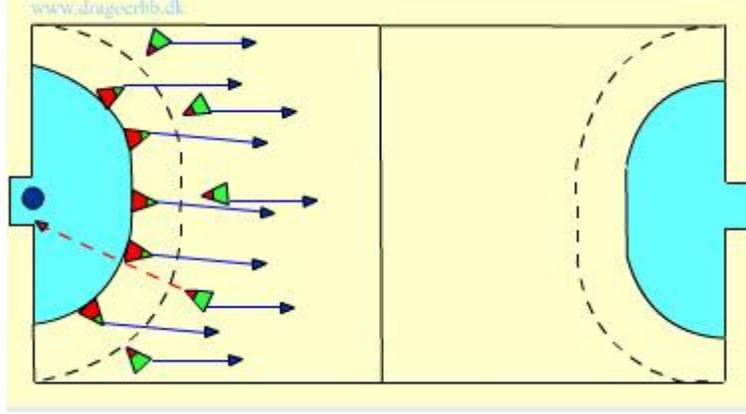
- أ- ضعف التوقيت بين سرعة عدو اللاعب لمستقبل وسرعة التمريرة الممرة إليه من الخلف .
- ب- المغالاة فى أداء مهارة تنطيط الكرة أثناء التقدم أماما .
- ج- تركيز النظر على الكرة دون الإحساس بمكان ووضع حارس المرمى .
- د- الإصرار على أداء الهجمة وإنهائها رغم ارتداد المدافعين .
- هـ- الاقتراب أكثر من اللازم من حارس المرمى أثناء التصويب



## تدريبات تطبيقية علي الهجوم الخاطف

١- هجوم خاطف بمجموعتين

يقوم فريقان من اللاعبين بلعب كرة اليد العادية في نصف ملعب ويتكون كل فريق من خمسة أو من ستة لاعبين وحارس مرمي واحد فقط للفريقين. بمجرد قيام الفريق المهاجم بالتصويب يجري جميع اللاعبين تجاه وسط الملعب. إذا سجل الفريق هدف يحتفظ الفريق المهاجم بالكرة ويستمر في الهجوم. إذا أخفق الفريق المهاجم في التسجيل، يتحول فريق آخر ل لاعب يصل إلى خط وسط الملعب إلى الدفاع.



٢- التمرير الطويل و التصويب بالوثب

يمرر M1 الكرة إلى اللاعب A الذي يستلم الكرة ويقوم بتنطيطها حتى يصل إلى خط الدائرة ويقوم بالتصويب بالوثب.

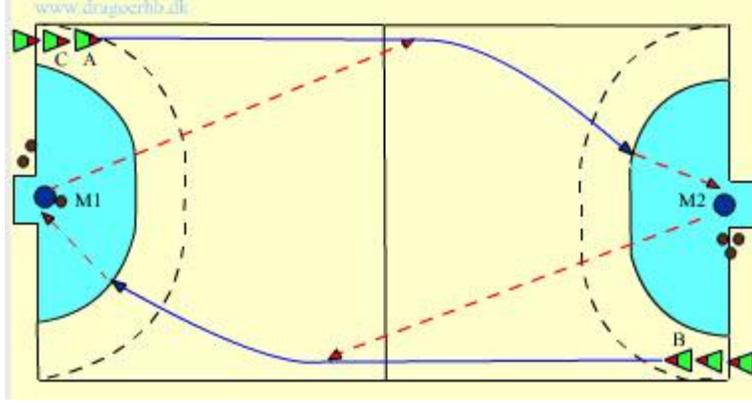
يحاول M2 صد التصوية وفي نفس الوقت يبدأ B بالجري.

يلتقط A الكرة ويضعها بالقرب من مرمي M2 ويجري ليقف خلف آخر لاعب في صف B.

يحضر M2 كرة سريعا ويمررها إلى اللاعب B الذي يستلم الكرة ويقوم بتنطيطها حتى يصل إلى خط الدائرة ويقوم بالتصويب بالوثب .... وهكذا.

يمكن القيام بالتمرين أيضا من الجانب الأخر من الملعب.



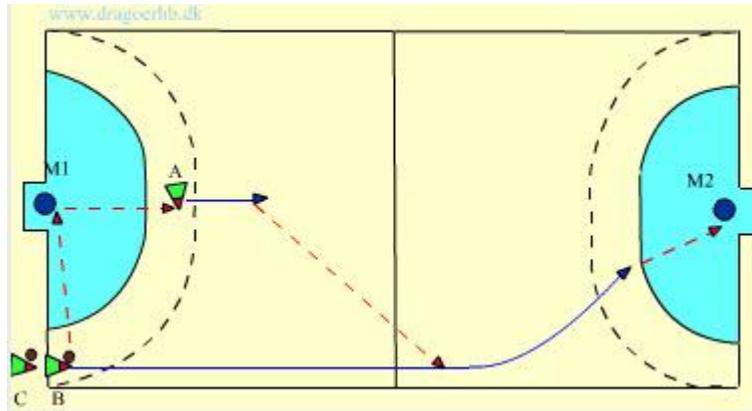


### ٣- التمرير الطويل والقصير إلى لاعب واحد

يدرج أو يمرر اللاعب B الكرة إلى M1 ويجري مباشرة تجاه المرمى المقابل.  
يجري اللاعب A عدة خطوات إلى الأمام ويستلم الكرة من M1 ويمررها سريعا إلى اللاعب B الذي  
يستلمها ويصوب.

بعد تصويبه الكرة يلتقط اللاعب B الكرة ويجري عائدا لكي يقف خلف آخر لاعب في صفه  
الأصلي.

يدرج أو يمرر اللاعب C الكرة إلى M1 ويجري .....  
يمكن القيام بالتمرين أيضا من الجانب الأخر من الملعب .



### ٤- التمرير الطويل إلى مهاجم الوسط

يمرر A الكرة إلى M1.

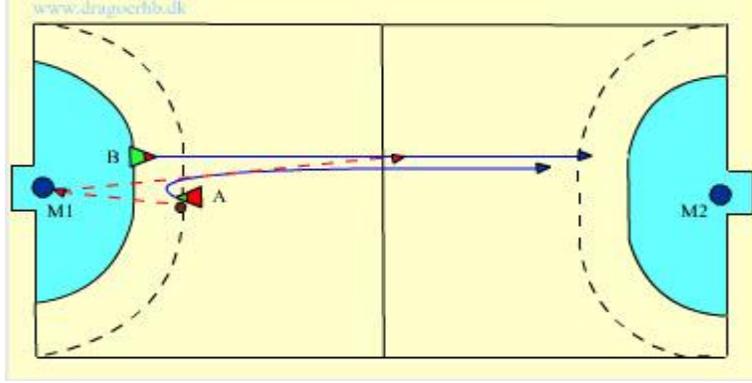
في نفس الوقت يتحرك اللاعب B للأمام ويستلم الكرة مباشرة قبل خط الرميات الحرة بتمريرة طويلة



من M1 .

يصوب اللاعب B المضغوط من قبل اللاعب A الذي يحاول اللحاق به بمجرد تمريره الكرة إلى M1.

يلتقط اللاعبان الكرة ويستعدان للبدء مرة ثانية في التمرين انطلاقاً من مرمي M2 .  
عندما أدي جميع اللاعبين التمرين، يبدأ الجميع التمرين مرة ثانية من مرمي M2 .



## إجابة السؤال الثاني

### \*\* المدير الفني

هو القائد الفني للفريق من أجل الوصول به إلي أفضل المستويات وهو الذي يضع برامج التدريب المحلية والخارجية في ضوء الخطة العامة لإعداد الفريق للمنافسة وهو المسئول مع المدرب عن النواحي الفنية للفريق وكل ما يتعلق باللاعبين داخل الملعب والأمور الخاصة بكل منهم خارج الملعب والتي لها علاقة باللاعب ويكون رأيه هو المعمول به ما دام لا يتعارض مع المصلحة العامة للفريق .

### \* واجبات المدير الفني

- 1- التعرف علي مستوي اللاعبين كأفراد من الجوانب البدنية .
- 2- التعرف علي مستوي اللاعبين كأفراد من الجوانب المهارية .
- 3- التعرف علي مستوي الفريق خططيا .



تم اعداد نموذج الإجابة بواسطة د . أحمد محمد الفظ  
ahmed.alqot@fped.bu.edu.eg

- ٤- التعرف علي مستوى إجابة اللاعبين لمراكز اللعب .
- ٥- التعرف علي المشكلات الخاصة باللاعبين .
- ٦- التعرف علي طريقة اللعب التي يستخدمها الفريق .
- ٧- التعرف علي الحالة الصحية للاعبين .
- ٨- التعرف علي مشكلات اللاعبين الملحة .
- ٩- التعرف علي لوائح الفريق ونظمه المعمول بها .
- ١٠- التعرف علي الجوانب الاجتماعية للاعبين .
- ١١- التعرف علي إصابات اللاعبين إن وجدت .
- ١٢- التعرف علي موقف الفريق ومستواه في الموسم السابق .
- ١٣- التعرف علي مستويات الفرق المنافسة الأخرى .
- ١٤- وضع خطة التدريب للارتفاع بمستوي اللاعب .
- ١٥- الاحتفاظ بعلاقة طيبة مع وسائل الإعلام .
- ١٦- مشاهدة عدة مباريات داخل الفريق .
- ١٧- إجراء الاختبارات والمقاييس .
- ١٨- دراسة سجلات التدريب والسجل الشخصي للاعب
- ١٩- قيادة الفريق في المنافسات

### إجابة السؤال الثالث

#### الحالات التي تحتسب فيها رمية الجزاء :

- الدفاع من داخل منطقة المرمي
- اهدار فرصة واضحة لتسجيل هدف

#### قرارك كحكم إذا دخل لاعب الملعب أثناء مدة إيقافه :

- إيقاف دقيقتين مرة اخري

