

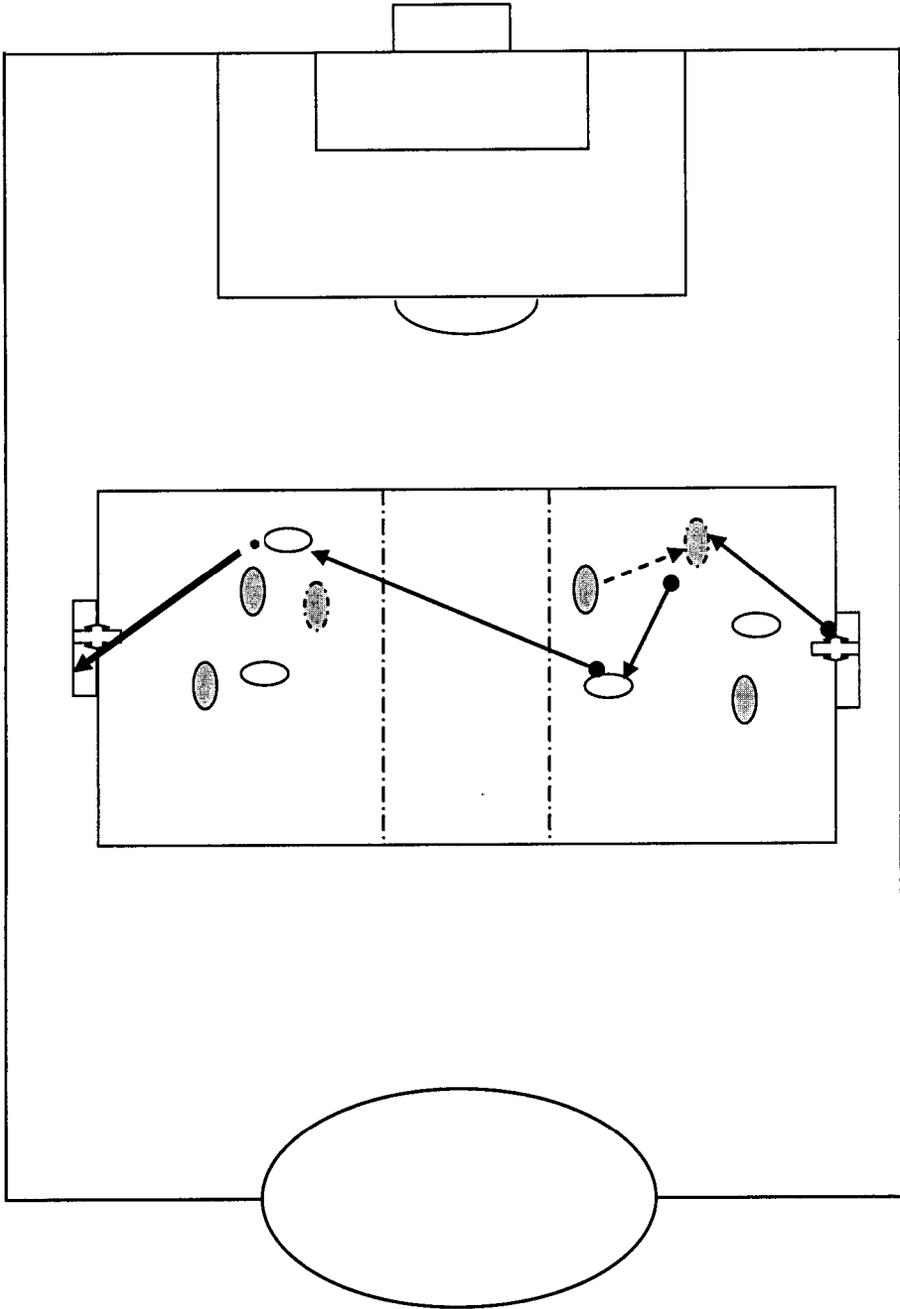
تعاريف تطوير مناولة الكرة من اللمسة الثانية

التمرين الأول:

يحدد ملعب بطول «25 م» وعرض «10 م» باستخدام شواخص - يقسم الملعب إلى ثلاث مناطق: منطقة الدفاع والهجوم «10 م» ومنطقة الوسط «5 م» - يشارك في التمرين أربعة لاعبين وحارس مرمى في كل فريق، بالإضافة إلى لاعبين محايدين يلعبان مع الفريق الحائز على الكرة - لاعبان من كل فريق يلعبان طول الوقت في منطقة الدفاع ولاعبان في منطقة الهجوم - يقف لاعب محايد في منطقة الدفاع والآخر في منطقة الهجوم - لا يسمح للاعبين بالانتقال من منطقة إلى أخرى - يبدأ حارس المرمى اللعب عند التقاطه الكرة أو خروجها خط الهدف، أما الرميات الجانبية فتلعب بالقدم - عند الإشارة يستلم لاعبو الفريق الحائز على الكرة في منطقة الدفاع، ويحاولون اجتياز لاعبي الخصم الذين يتشرون في منطقتهم، وإيصال الكرة إلى المهاجمين بأقل وقت ولمسات - يسمح لكل لاعب بعمل لمسة ثم مناولة - عند استلام اللاعب المهاجم الكرة يحاول تسجيل هدف في مرمى الخصم.

الملاحظات:

- تكون مناولة الكرة بالقدم التي عملت اللمسة الأولى.
- يجب على اللاعبين المهاجمين الانتشار في منطقة دفاع الخصم مع تنفيذ المناولات بينهم بسرعة ودقة.
- يجب على اللاعب الحائز على الكرة إيصالها بشكل شخصي وفي مكان يسمح للمهاجم باستلامها بشكل مريح.
- ضربات الزاوية لا تنفذ.
- قواعد اللعب داخل الملعب تكون بسيطة.
- يمنع اللاعب من تأخير الوقت ما بين اللمسة الأولى والثانية.

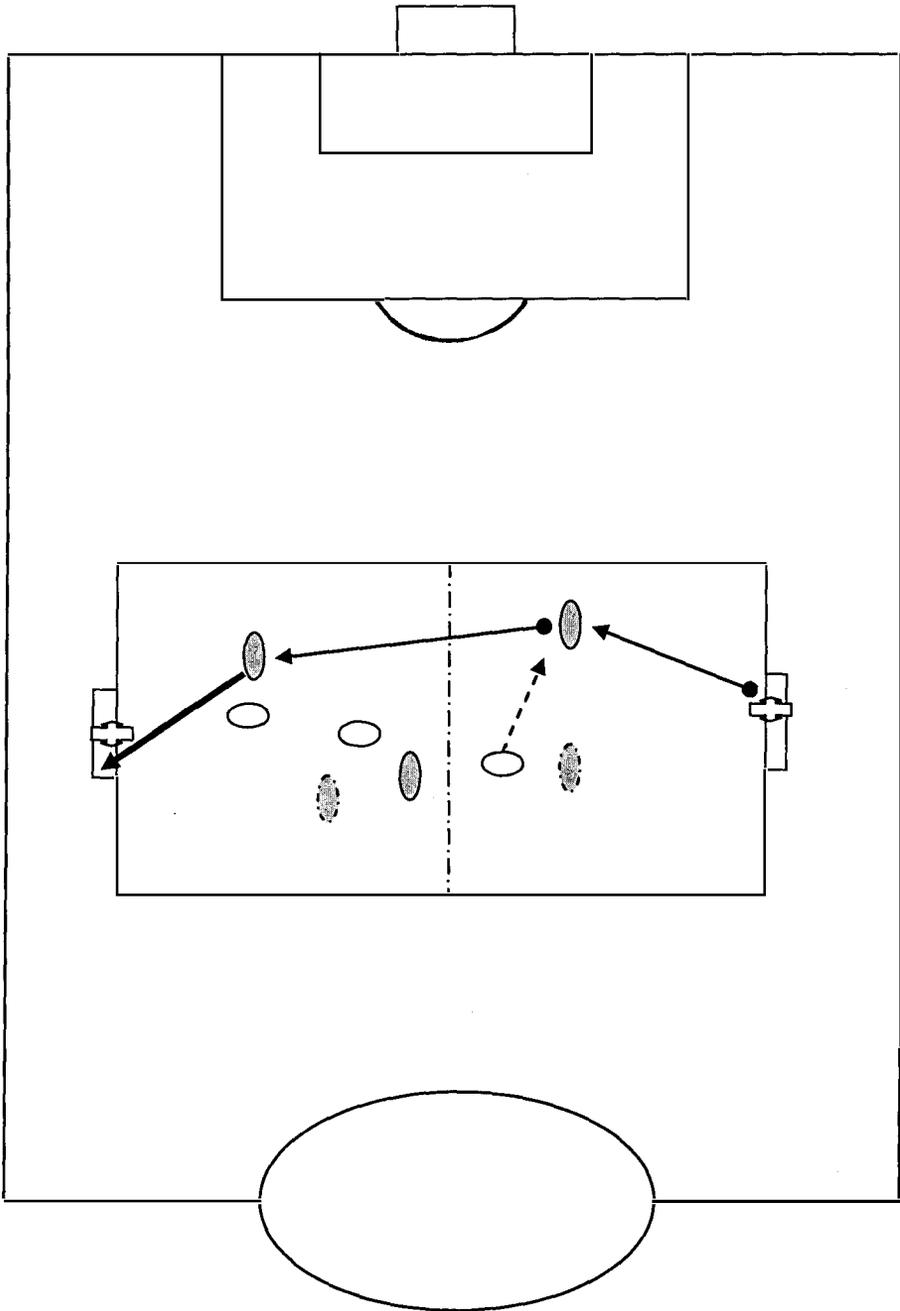


التمرين الثاني:

يحدد ملعب بطول «20 م» وعرض «15 م» باستخدام شواخص - يقسم الملعب إلى نصفين - يشارك في كل فريق ثلاثة لاعبين وحارس مرمى بالإضافة إلى لاعبين محايدين يلعبان مع الفريق الحائز على الكرة - يبدأ اللعب عادة من حارس المرمى عند التقاطه الكرة أو خروجها من الخط الخلفي - يتوزع لاعبو الفريق الحائز على الكرة بشكل يسمح بحركة اللاعبين في منطقة الخصم - يسعى اللاعبون في منطقة الدفاع لإيصال الكرة إلى نصف ساحة الخصم من خلال عمل لمسة ثم مناولة - يحاول اللاعب المهاجم تسجيل هدف في مرمى الخصم بعد استلامه الكرة - يسمح للاعبي الفريقين بالانتقال في نصفي الملعب.

الملاحظات:

- تكون مناولة الكرة بالقدم التي عملت اللمسة الأولى.
- يجب على اللاعبين المهاجمين الانتشار في منطقة دفاع الخصم مع تنفيذ المناولات بينهم بسرعة ودقة.
- يجب على اللاعب الحائز على الكرة إيصالها بشكل شخصي وفي مكان يسمح للمهاجم باستلامها بشكل مريح.
- ضربات الزاوية لا تنفذ.
- قواعد اللعب داخل الملعب تكون بسيطة.
- يمنع اللاعب من تأخير الوقت ما بين اللمسة الأولى والثانية.



التمرين الثالث:

يحدد ملعب بطول «15 م» وعرض «10 م» باستخدام شواخص - يقسم الملعب إلى ثلاث مناطق منطقة الدفاع والهجوم بطول «6 م» ومنطقة الوسط بطول «3 م» - يشارك في التمرين ثلاثة لاعبين بدون حارس مرمى، بالإضافة إلى لاعبين محايدين يلعبان مع الفريق الحائز على الكرة - يكون واجب اللاعبين الحائزين على الكرة في المنطقة الدفاعية للفريق إيصالها إلى المهاجمين في المنطقة الهجومية من اللمسة الثانية «منطقة دفاع الخصم». يحتسب هدف إذا عمل المهاجمون خمس مناوالات مستمرة في منطقة دفاع الخصم - عند خروج الكرة من الخط الجانبي يتم إعادتها بعمل مناولة بالقدم من قبل اللاعبين.

الملاحظات:

- تكون مناولة الكرة بالقدم التي عملت اللمسة الأولى.
- يجب على اللاعبين المهاجمين الانتشار في منطقة دفاع الخصم مع تنفيذ المناوالات بينهم بسرعة ودقة.
- يجب على اللاعب الحائز على الكرة إيصالها بشكل شخصي وفي مكان يسمح للمهاجم باستلامها بشكل مريح.
- ضربات الزاوية لا تنفذ.
- قواعد اللعب داخل الملعب تكون بسيطة.
- يمنع اللاعب عن تأخير الوقت ما بين اللمسة الأولى والثانية.

