

المرفقات

مرفق (1)

استمارة تسجيل البيانات (السن - الطول - الوزن)

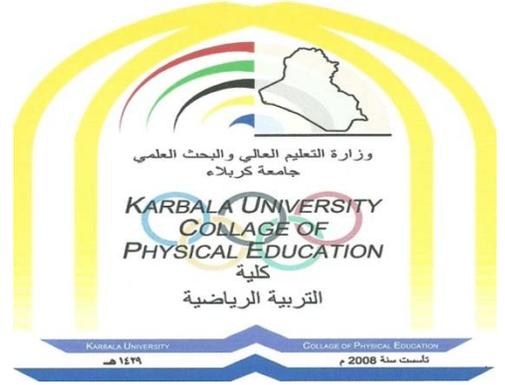
مرفق (٢)

إستمارة تحليل الأداءات الحركية الهجومية المركبة في كرة اليد

مرفق (٣)

توصيف مقرر كرة اليد لطلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية
جامعة كربلاء العراق

القسم : الالعاب التطبيقية
 المرحلة : الرابعة
 اسم المحاضر الثلاثي: حاسم عبد الجبار صالح
 اللقب العلمي: ا.م. د
 المؤهل العلمي: دكتوراه تدريب كرة يد
 مكان العمل: جامعة كربلاء - كلية التربية الرياضية



توصيف مقرر دراسي للمرحلة الرابعة كلية التربية الرياضية- جامعة كربلاء العراق

اسم المقرر	كرة اليد
المقرر الدراسي السنوي (٢٠١٣-٢٠١٤)	يتوزع المقرر على ثلاثين اسبوع
الاهداف العامة للمقرر	<ol style="list-style-type: none"> ١- تنمية القدرات البدنية والحركية الخاصة بكرة اليد . ٢- تطوير المهارات الدفاعية التي سبق تعلمها ومعرفة طرق الدفاع الاساسية (التشكيلات الدفاعية) وتطبيقاتها ٣- تطوير المهارات الهجومية التي سبق تعلمها ومعرفة خطط الهجوم (التشكيلات الهجومية) وتطبيقاتها ٤- تعليم الطلبة كيفية قيادة المباراة (ممارسة التحكيم وكيفية التسجيل في الاستمارة) ٥- تعليم الطلبة كيف انتقاء الناشئين
الغرض من تدريس المقرر اكتساب الطالب ما يلي:	<ol style="list-style-type: none"> ١- المهارات المعرفية: وتشمل التعرف على المصطلحات الخاصة بكرة اليد - التعرف على اهم القدرات البدنية والحركية الخاصة بكرة اليد- التعرف على اهم التشكيلات الدفاعية والهجومية بكرة اليد- التعرف على كيفية قيادة المباريات وممارسة التحكيم . ٢- المهارات العقلية: تطوير قدرة الطلاب على المساهمة في تطوير الجانب البدني والمهاري الخاص بفعالية كرة اليد ، تطوير الجانب الخططي وكيفية ربط المهارات ببعضها ، تطوير افكار الطلاب في الجانب الخططي للمباريات وكيفية قيادتها . ٣- المهارات التطبيقية: تطبيق المهارات الخاصة بالمقرر واتقانها بطريقة مركبة ، تطبيق ما سبق تعلمه من مواد القانون بشكل تطبيقي . ٤- المهارات العامة: تطوير قدرة الطلاب على البحث والربط والتفسير والابتكار حسب محتوى المقرر.
محتوى المقرر	<ul style="list-style-type: none"> - دراسة اهم المصطلحات والاشكال المتعلقة بكرة اليد واهميتها في الجانب النظري والتطبيقي. - مراجعة المهارات التي تم دراستها بالمرحلة الثانية وتطبيقها بالتشكيلات الدفاعية والتشكيلات الهجومية: اولا: مهارات المدافع الفردي. - وقفة الاستعداد الدفاعي ، التحركات الدفاعية ، الدفاع ضد التصويب ، الدفاع ضد الطبطبة ، الدفاع ضد الحجز والتقاطع ، الدفاع رجل لرجل . ثانيا: تطبيق المهارات الدفاعية ببعض التشكيلات الدفاعية (٦- صفر) (٤- ٢) ، (٥- ١) (٣- ٢- ١)

<p>ثالثاً: المهارات الهجومية</p> <ul style="list-style-type: none"> - استلام الكرة متنوع - الطبطبة - المناولات (المناولة الرسغية - المناولة السوطية بمستوى الرأس والكتف - المناولة المرتدة - المناولة البندولية) - التصويب (التصويب من مستوى الرأس - بالقفز للامام - بالقفز عاليا - التصويب من مستوى الحوض والركبة - التصويب بالسقوط للامام) - الخداع البسيط والخداع المركب . - تطبيق المهارات الهجومية في بعض التشكيلات الهجومية (٥ - ١) ، (٤ - ٢) (٦ - صفر) <p>رابعاً: تطبيق المهارات الدفاعية والمهارات الهجومية وكذلك التشكيلات الدفاعية والهجومية في الفصل الاول والثاني على شكل لعب جماعي بعد التمرين عليها ومن ثم تطبيقها</p> <p>خامساً: تعليم الطلاب كيفية قيادة المباراة التحكيم والتدريب على الاستمارة وخطط اللعب ضمن الفصل الاول والفصل الثاني .</p> <ul style="list-style-type: none"> - اختبارات اللاعبين الناشئين . 	
<ul style="list-style-type: none"> - اسلوب الشرح والعرض 	<p>اساليب التعليم</p>
<ul style="list-style-type: none"> - امتحان تحريري - امتحان تطبيقي 	<p>التقويم</p>
<ul style="list-style-type: none"> - الفصل الاول (٢٥) درجة موزعة (١٥) عملي (١٠) تحريري نهاية كل فصل . - الفصل الثاني (٢٥) درجة موزعة (١٥) عملي (١٠) تحريري نهاية الفصل - امتحان نهاية العام الدراسي (٥٠) موزعة (٣٠) عملي (٢٠) تحريري 	<p>توزيع الدرجة</p>
<p>المراجع</p>	
<p>١ - كرة اليد / كمال عارف و سعد محسن</p>	<p>الكتب المنهجية</p>
<p>١ - د. عماد الدين عباس/ د. مدحت محمود: تطبيقات الهجوم في كرة اليد/ تعليم وتدريب</p> <p>٢ - القانون الدولي لكرة اليد / ترجمة أ. د سعد محسن ٢٠١٠</p> <p>٣ - ١. د كمال درويش د. عماد الدين د. سامي محمود - الدفاع في كرة اليد</p>	<p>المصادر الخارجية</p>
<p>معلومات اضافية</p>	

رئيس قسم الالعاب التطبيقية : أ.م د / ولاء فاضل ابراهيم

استاذ المادة : أ. م . د / حاسم عبد الجبار صالح العاني

مرفق (٤)

بيان بأسماء السادة الخبراء والمتخصصين في مجال كرة اليد

بيان بأسماء السادة الخبراء والمتخصصين في مجال كرة اليد

م	الاسم	الدرجة العلمية
١	أ.د / أحمد يوسف متعب	استاذ التدريب الرياضي كرة اليد بكلية التربية الرياضية – جامعة بابل العراق.
٢	م.د / أماني محمد حسين	مدرس بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة بكلية التربية الرياضية للبنات – جامعة الإسكندرية.
٣	أ.د / أميرة عبد الفتاح أبو قنديل	استاذ كرة اليد غير المتفرغ بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية للبنات – جامعة الاسكندرية .
٤	أ.م.د / حاسم عبد الجبار صالح	أستاذ مساعد تدريب رياضي كرة يد بكلية التربية الرياضية جامعة كربلاء – العراق .
٥	أ.م.د / دعاء الدرديري أبو الحسن	أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية للبنات – جامعة الإسكندرية .
٦	أ.د / سامر يوسف متعب	أستاذ التعلم الحركي كرة اليد بكلية التربية الرياضية – جامعة بابل العراق.
٧	أ.د / سعاد محمد أحمد	أستاذ كرة اليد المتفرغ بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة بكلية التربية الرياضية للبنات – جامعة الإسكندرية .
٨	أ.د/ صفية منصور سلطان	أستاذ كرة اليد المتفرغ بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية للبنات – جامعة الإسكندرية .
٩	أ.م. د / فتحية علي حسن	أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة بكلية التربية الرياضية للبنات – جامعة الإسكندرية .
١٠	م.د / نسرين علي هطل	مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية للبنات – جامعة الإسكندرية .
١١	أ.م.د / وفاء محمد عبد المجيد	أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة بكلية التربية الرياضية للبنات – جامعة الإسكندرية .

ملاحظة : أسماء السادة الخبراء مرتبة ترتيبا هجائيا .

مرفق (٥)

إستمارة إستطلاع رأي الخبراء والمتخصصين في مجال كرة اليد حول
مجموعة الأداءات الحركية الهجومية المركبة الأكثر إستخداما وشيوعاً
للمهارات (قيد البحث).

إستمارة إستطلاع رأي الخبراء والمتخصصين في مجال كرة اليد حول مجموعة الأداءات الحركية الهجومية المركبة الأكثر إستخداما وشيوعاً للمهارات (قيد البحث) .

الأستاذ الدكتور

تحية طيبة وبعد

يقوم الباحث / عباس عبد الحمزة كاظم .. بإعداد بحث بعنوان " فعالية إستخدام الأداءات الحركية المركبة في تطوير بعض مهارات كرة اليد الهجومية لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق " وذلك ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية .

وقد قام الباحث بالرجوع للمراجع العلمية والدراسات السابقة وكذلك بتحليل عدد (٣) مباريات من بطولة كأس العالم للرجال لإستخلاص الأداءات الحركية الهجومية المركبة الأكثر إستخداما وشيوعاً والمرتبطة بالمهارات (قيد البحث) .

ولما لسيادتكم من خبرة علمية وأكاديمية سديدة في هذا المجال, لذا يرجو الباحث الإطلاع على الإستمارة المرفقة وإبداء الرأي في مجموعة الأداءات الهجومية المركبة من حيث مدى ملاءمتها لعينة الدراسة (طلاب الفرقة الرابعة) بكلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق.

وشكرا لسيادتكم لحسن تعاونكم في هذا البحث ,,,

بيانات الخبير:-

الإسم:

الوظيفة:

عدد سنوات الخبرة:

جهة العمل:

الباحث

عباس عبد الحمزة كاظم

هدف البحث:

يهدف هذا البحث الى التعرف على فعالية إستخدام الأداءات الحركية المركبة في تطوير بعض مهارات كرة اليد الهجومية (التمرير والاستلام – التنظيط – بعض انواع التصويب – الخداع) لطلاب الفرقة الرابعة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق وذلك من خلال :

- ١- تحديد بعض الأداءات الحركية الهجومية المركبة للمهارات (قيد البحث)
- ٢- وضع مجموعة تدريبات لتطوير الأداءات الحركية المركبة للمهارات (قيد البحث) .
- ٣- وضع اختبارات لقياس المهارات الهجومية المركبة للمهارات قيد البحث .
- ٤- التعرف على نسبة التحسن في مستوى أداء طلاب الفرقة الرابعة لبعض المهارات الهجومية المركبة للمهارات (قيد البحث) .

* الاداءات الحركية الهجومية المركبة والتي تم إستخلاصها من تحليل بعض المباريات لبطولة كأس العالم رجال ٢٠١٣ :

- ١- مباراة اسبانيا – الدنمارك
- ٢- مباراة المانيا - البرازيل
- ٣- مباراة فرنسا – البرازيل

إستمارة الأداءات الحركية الهجومية المركبة الأساسية والفرعية الأكثر إستخداما وشيوعا
والمرتبطة بالمهارات (قيد البحث).

غير مناسب	مناسب	التكرار وفقا لتحليل المباريات	الأداءات الحركية الهجومية المركبة الفرعية	الأداءات الحركية الهجومية المركبة الأساسية
١ - الأداءات التي تنتهي بالتمرير				
		٨٧٠	رسغية	الأداء الاول الاستلام المتنوع ثم التمرير
		٥٧٦	كرباجية من مستوى الرأس والكتف	
		٣٣٠	بندولية للجانب	
		١٥٥	مرتدة للأمام	
		٦٥	رسغية	الأداء الثاني الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التمرير
		٤٠	كرباجية من مستوى الرأس والكتف	
		٣٥	بندولية للجانب	
		٢٠	مرتدة للأمام	
		٩٩	رسغية	الأداء الثالث الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التمرير
		٣٢	بندولية للجانب	
		٣٠	المرتدة للأمام	
		٣٠	رسغية	الأداء الرابع الاستلام ثم التنطيط ثم الخداع ثم التمرير
		١٧	بندولية للجانب	
		١٥	مرتدة للأمام	
		١٨	رسغية	الأداء الخامس الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التنطيط ثم التمرير
		١٢	بندولية للجانب	
		٩	مرتدة للأمام	
٢ - الأداءات التي تنتهي بالتصويب				
		٤٩	الكرباجي من مستوى الرأس والكتف	الأداء السادس الاستلام المتنوع ثم التصويب
		٤٤	بالوثب العالي	
		٣٩	بالوثب الطويل	
		٢٧	بالسقوط الأمامي	
		٢٢	الكرباجي من مستوى الحوض والركبة	
		٢٢	بالوثب الطويل	الأداء السابع الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التصويب
		٢١	بالوثب العالي	
		١٢	الكرباجي من مستوى الحوض والركبة	
		٥٣	بالوثب الطويل	الأداء الثامن الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التصويب
		٢٥	بالوثب العالي	
		١٢	بالسقوط الأمامي	
		٨	من مستوى الحوض والركبة	
		٣٣	الكرباجي من مستوى الرأس والكتف	الأداء التاسع الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب
		٢٩	بالوثب العالي	
		٢٢	بالوثب الطويل	
		٩	من مستوى الحوض والركبة	
		١٣	بالوثب الطويل	الأداء العاشر الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التنطيط ثم التصويب
		٨	بالوثب العالي	
		٨	بالسقوط الأمامي	

مرفق (٦)

إستمارة استطلاع رأي الخبراء والمتخصصين في كرة اليد حول مجموعة التدريبات الخاصة بالأداءات الحركية الهجومية المركبة في كرة اليد للمهارات قيد البحث (الصورة المبدئية) لعدد (١١١) تدريب.

استمارة استطلاع رأي الخبراء والمتخصصين في كرة اليد حول مجموعة التدريبات الخاصة
بالأداءات الحركية الهجومية المركبة في كرة اليد (قيد البحث)

الأستاذ الدكتور

تحية طيبة وبعد

يقوم الباحث / عباس عبد الحمزة كاظم فزع .. باعداد بحث بعنوان " فعالية استخدام الأداءات الحركية المركبة في تطوير بعض مهارات كرة اليد الهجومية لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق " وذلك ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية .

وقد قام الباحث بالرجوع الى المصادر العلمية والدراسات السابقة في إختيار التدريبات الخاصة بالأداءات الهجومية المركبة للمهارات قيد البحث (التمرير والإستلام – التنظيط – بعض أنواع التصويب – الخداع) .

ولما لسيادتكم من خبرة علمية وأكاديمية سديدة في هذا المجال, لذا يرجو الباحث من سيادتكم الإطلاع على الإستمارة المرفقة وإبداء الرأي في مجموعة التدريبات الخاصة بالأداءات الهجومية المركبة من حيث مدى ملاءمتها لعينة الدراسة (طلاب الفرقة الرابعة) بكلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق، وذلك باضافة او حذف او اي تعديل ترونه من وجهة نظركم أفضل.

وشكرا لسيادتكم لحسن تعاونكم في هذا البحث ,،،

بيانات الخبير:-

الإسم:

الوظيفة:

عدد سنوات الخبرة:

جهة العمل:

الباحث

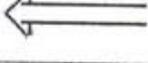
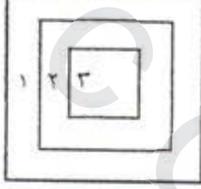
عباس عبد الحمزة كاظم

هدف البحث:

يهدف هذا البحث الى التعرف على فعالية إستخدام الأداءات الحركية المركبة في تطوير بعض مهارات كرة اليد الهجومية (التمرير والاستلام – التنظيط – بعض انواع التصويب – الخداع) لطلاب الفرقة الرابعة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق وذلك من خلال :

- ١- تحديد بعض الأداءات الحركية الهجومية المركبة للمهارات (قيد البحث)
- ٢- وضع مجموعة تدريبات لتطوير الأداءات الحركية المركبة للمهارات (قيد البحث) .
- ٣- وضع اختبارات لقياس المهارات الهجومية المركبة للمهارات قيد البحث .
- ٤- التعرف على نسبة التحسن في مستوى أداء طلاب الفرقة الرابعة لبعض المهارات الهجومية المركبة للمهارات (قيد البحث) .

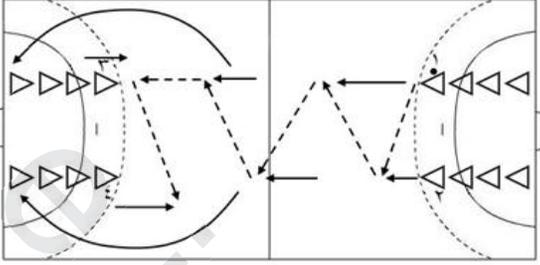
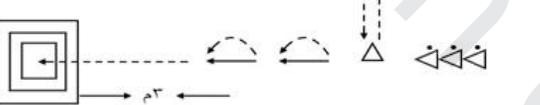
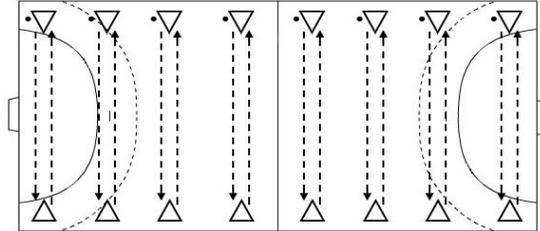
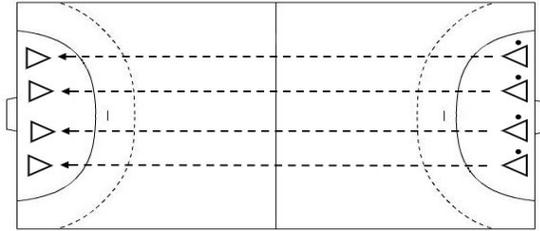
مفتاح الرسم

لاعب مهاجم	
لاعب مهاجم مستحوذ علي الكرة	
شخص	
مسار الكرة	
مسار اللاعب	
تنظيم الكرة	
تصويب	
الخداع	
قمع	
قائم	
حامل الكور	
كرات يد	
كرة طبية	
علامات لوضع القدم أثناء الخداع	
هدف مرسوم علي الحائط عدد ثلاث مستطيلات متداخلة مقاييسهم (٨٠ × ٦٠ سم)، (٦٠ × ٤٠ سم)، (٤٠ × ٢٠ سم)، وعرض خطوط المستطيلات (٥ سم)	
علامات للتصويب	

مجموعة التدريبات الخاصة بالأداءات الهجومية المركبة.

١- تدريبات الأداءات الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمرير.

الأداء الأول : الإستلام المتنوع ثم التمرير			
- الإستلام المتنوع ثم التمريرة الرسغية			
م	شرح التدريب	الشكل	موافق موافق
١	<ul style="list-style-type: none"> - تصطف مجموعتان على هيئة صفين متواجهتين كل اثنتين متقابلين معهما كرة يد والمسافة بينهم (٣ م). - يتم التمرير رسغية بين كل اثنتين متقابلين. - يتم التمرير من الثبات ثم يتدرج الى الجري في المكان ثم الى التحرك للامام وللخلف. (يكرر) 		موافق
٢	<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطلاب في اربع قاطرات على شكل مربع ومعهما كرتان، يقوم الطلاب بتمرير الكرة تمريرة رسغية والجري للوقوف خلف القاطرة. - يؤدي هذا التدريب بكرتان، ويجري اللاعب عكس اتجاه سير الكرة. (يكرر) 		موافق
٣	<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطلاب في مجموعات كل مجموعة مكونة من عدد (٢) طالب على هيئة مثلث ومعهم كرة يتم تمرير الكرة تمريرة رسغية بين الطلاب داخل المثلث، يقوم الطلاب بالتحرك بعد تمرير الكرة بسرعة للوقوف خلف القاطرة الاخرى يتم تغيير اتجاهات التمرير مع سماع صافرة المعلم. (يكرر) 		موافق
٤	<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطلاب في اربع قاطرات على شكل مربع ومعهما كرة واحدة، يقوم الطلاب بعمل تمريرة رسغية والجري للوقوف خلف القاطرة، بحيث يكون اتجاه جري الطلاب في اتجاه تمرير الكرة. (يكرر). 		موافق

موافق	الشكل	شرح التدريب	م
		<p>- يقف الطلاب على هيئة اربعة قاطرات، قاطرتان في منطقة المرمى والاخرون في المنطقة المقابلة.</p> <p>- يقوم الطالب (١) بالجرى مع التمرير تمريرة رسيغية الى (٢) بالتبادل مع الجرى للامام بطول الملعب وعند الاقتراب من منطقة المرمى المقابلة يقوم بالتمرير الى (٣) الذي بدوره يمرر مع الطالب (٤) بالتبادل مع الجري للامام بطول الملعب.</p> <p>- ثم يقوم الطالبان (١)، (٢) بالجرى للوقوف خلف الفاطرتين المقابلتين ويراعى ان يؤدي التمرير بسرعات متفاوتة حيث تبدأ بالجرى العادى ثم اقصى سرعة.</p> <p>- يجب التاكيد على ان يكون الجرى بالمواجهه اثناء التمرير والبعد عن الجرى الجانبى. (يكرر)</p>	٥
		<p>- قاطرة امام حائط التدريب وقمع على مسافة محددة.</p> <p>- يتم تمرير الكرة تمريرة رسيغية واستلامها على حائط التدريب ثلاث مرات متتالية ثم رمى الكرة ولقها مرتين ثم التمرير تمريرة رسيغية على هدف مرسوم على الحائط. (يكرر)</p>	٦
<p>- الاستلام المتنوع ثم التمريرة الكرواجية من مستوى الرأس والكتف</p>			
		<p>- يصطف مجموعتان على هيئة صفين متواجهتين كل اثنين متقابلين معهما كرة يد والمسافة بينهما (٦ م).</p> <p>- يقوم الطالبين بتمرير الكرة تمريرة كرواجية من الثبات ثم من الحركة</p>	٧
		<p>- يقسم الطلاب في مجموعتين يقف كل مجموعة منهما داخل منطقة المرمى وتكون احدى المجموعتين معها كرات.</p> <p>- يقوم الطالب بالتمرير الكرواجى من الثبات ثم من الحركة بطول الملعب فى اتجاه المرمى المقابل بحيث تصل التمريرة مباشرة الى المرمى دون لمس الارض.</p> <p>- تتبادل المجموعتان العمل ويمكن ان نجعلها مسابقة حيث تحتسب الكرة التى تصيب الشباك دون ان تلمس الارض قبل المرمى بنقطة</p>	٨

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٩	<ul style="list-style-type: none"> - مجموعتان من الطلاب - يقف كل مجموعة على هيئة قاطرة عند خط المرمى. - مع كل طالب من احدى المجموعتين كرة يد - يبدأ كل اثنين بالجري على طول خطى جانبي الملعب مع تبادل تمرير الكرة تمريرة كراباجية من الجرى بعرض الملعب، حتى الوصول لآخر الملعب ثم العودة للوقوف خلف القاطرتين. - يراعى عدم اخذ اكثر من ثلاث خطوات اثناء التمرير بالجري. 			
١٠	<ul style="list-style-type: none"> - يقسم اللاعبين الى اربع مجموعات معهم كرة واحدة. - يقوم اللاعب الاول في المجموعة التي بحوزته الكرة بتمرير الكرة تمريرة كراباجية والجري خلف المجموعة المقابلة له وهكذا لبقية اللاعبين وحسب الشكل المرسوم 			
الاستلام المتنوع ثم تمريرة بندولية للجانب				
١١	<ul style="list-style-type: none"> - يقف كل طالبين متواجهين لبعضهما ومعهما كرة والمسافة بينهما (٢ م) وكذلك المسافة بين كل من (أ، ب) و(ج، د) (٢م) . - يتم تمرير الكرة تمريرة بندولية للجانب بين (أ) و(ب) في نفس الوقت يتم التمرير بين (ج) و(د) وكذلك بين (هـ) و(ز) وبين (و) و(ي) عند سماع صافرة المعلم يتم تبديل الاماكن بين الطلاب (هـ) و(ب) وكذلك (ج) و(و) وتكرار التدريب. 			
١٢	<ul style="list-style-type: none"> - تصطف مجموعتان على هيئة صفين متواجهتين كل اثنين متقابلين معهما كرة يد والمسافة بينهما (١.٥ م) - يتم التمرير باستخدام التمريرة البندولية للجانب بين كل اثنين متقابلين 			

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
١٣	<ul style="list-style-type: none"> - يصطف اربع مجموعات كل مجموعتين متجاورتين على خط ال (٩) امتار ومواجهة لخط المنتصف - يقوم اللاعبان بتمرير واستلام الكرة مناوله ببدولية للجانب مع التحرك للامام للتمرير والعودة للخلف بعد التمرير. - وكذلك المجموعة الثانية. 			
١٤	<ul style="list-style-type: none"> - مجموعة من القاطرات كل قاطرتان متواجهتين وكل قاطرة مكونة من (٤) طلاب، يقفون بميل بحيث تكون التمريرة البدولية للجانب ناحية اليسار والجرى للوقوف خلف القاطرة المواجه. 			
١٥	<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطلاب في مراكز اللعب خلف ال (٩ م). - يتم الاستلام ثم التمرير ببدولية للجانب من (أ) حتى وصول الكرة الى (و) والتكرار ومع سماع صافرة المعلم يقوم الطلاب بتبديل اماكنهم. (يكرر) 			
- الاستلام المتنوع ثم تمريرة مرتدة للامام				
١٦	<ul style="list-style-type: none"> - تصطف مجموعتان على هيئة صفين متواجهتين كل اثنين متقابلين معهما كرة يد والمسافة بينهما (٣ م). - يتم اداء تمريرة مرتدة للامام بين كل اثنين متقابلين. - تبدأ المناولات من الثبات ومن ثم من الحركة مع زيادة سرعة الحركة والمناولة. 			
١٧	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرة امام اربعة اقماع في شكل مربع كما هو مبين بالشكل مع وقوف طالبين قرب خط ال (٩م) (أ،ب) - يقوم (ج) بتمرير الكرة تمريرة مرتدة للامام الى (أ) والوقوف مكانه ثم يقوم (أ) برمي ولف الكرة مرتين ثم تمريرها الى (ب) والوقوف مكانه ثم يقوم (ب) برمي ولف الكرة بين الاقماع حتى الوصول الى خلف القاطرة وتكرار الاداء 			

الأداء الثاني: الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التميرير

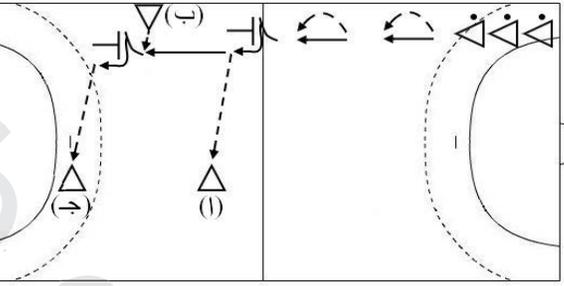
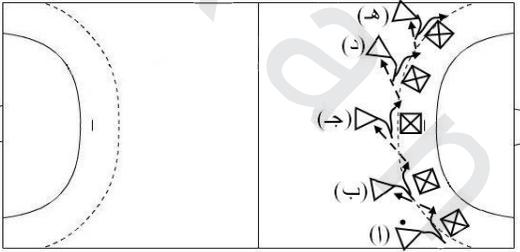
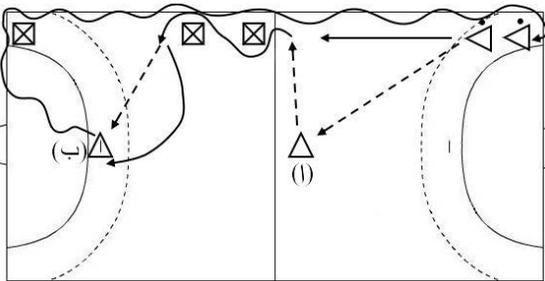
- الإستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التميرير الرسغية

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
١٨	<p>- قاطرة عند خط المرمى مع وقوف طالبين (أ)، (ب) قرب خط ال (٩م)</p> <p>- يتم تمرير الكرة تمريرة رسغية الى (أ) ثم الاستلام والقيام بتنطيط الكرة حتى منتصف الملعب ثم تمرير الكرة الى (ب) والاستلام ثم تنطيط الكرة والعودة الى نقطة البداية خلف القاطرة</p>			
١٩	<p>- يقف الطالب امام الاقماغ على بعد (١٠م) من هدف مرسوم على حائط</p> <p>- يتم رمي الكرة للاعلى ثم لقفها من الهواء مرتين متتاليتين ثم التنطيط الزجاجي بين الاقماغ والقيام بالتمرير تمريرة رسغية على هدف مرسوم على الحائط يبعد (٣م). يكرر</p>			
٢٠	<p>- قاطرتان (أ) و(ب) على خط ال (٦ م) وبحوزة طلاب القاطرة (أ) كور يد.</p> <p>- يقوم (أ) بتمرير الكرة تمريرة رسغية الى (ب) ثم يقطع من خلفه لاستلام الكرة.</p> <p>- في حين يقوم (ب) بالتنطيط لتبادل المركز مع (أ) وهكذا حتى النهاية، والعودة للوقوف خلف القاطرتين ، يكرر.</p>			
- الإستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التميرير الكرابجية من مستوى الرأس والكتف				
٢١	<p>- تقف قاطرتان متواجهتان مع وجود مسافة طولية بينهما حوالي (٣٠ م) ومسافة عرضية حوالي (٥ م).</p> <p>- يؤدي الطالب (أ) تنطيط الكرة مرة واحدة، ثم تمرر الكرة تمريرة كرابجية الى (ب) والجرى خلف القاطرة المقابلة، ثم تمرير الكرة الى (ج) والجرى للوقوف خلف القاطرة المقابلة. (يكرر).</p>			

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٢٢	<p>- وقوف قاطرة بجانب دائرة المرمى، ويقف الطالبين (أ)، (ب) كما بالرسم.</p> <p>- مع اشارة البدء يتم تمرير الكرة تمريرة كرجاجية الى (أ) والاستلام ثم يقوم بالتنطيط من بين الاقماع.</p> <p>- ثم التمرير الى الزميل (ب) الذي يقوم بالاستلام ثم تنطيط الكرة للرجوع الى خط البداية من خلف القمع المحدد.</p> <p>- بينما الطالب الذي قام بالاداء يقف مكان الطالب (ب). (يكرر)</p>			
- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم تمريرة بندولية للجانب				
٢٣	<p>- وقوف الطلاب في قاطرة بكرة في مركز الجناح ومع اشارة البدء يتم تمرير الكرة تمريرة بندولية للجانب الى (أ) والجرى للوقوف مكانه، ثم يقوم (أ) بتنطيط الكرة من بين الاقماع.</p> <p>- ثم يمرر الى (ب) ويجري لياخذ مكانه ثم يقوم (ب) بتنطيط الكرة خلف القمع المحدد وبطول خط الجانب حتى الوقوف خلف القاطرة. (يكرر)</p>			
٢٤	<p>- وقوف الطلاب في قاطرة بكرة في مركز الجناح، مع اشارة البدء يتم تمرير الكرة تمريرة بندولية للجانب الى (أ) ويجري لياخذ مكانه ثم يقوم (أ) بتنطيط زجاجي بين الاقماع ثم تمريرة بندولية للجانب الى الزميل (ب) والجرى لاستلام الكرة منه، ثم اداء تمريرة بندولية للجانب الى (ج) والجرى للاستلام منه ثم بتنطيط الكرة خلف القمع المحدد وبطول خط الجانب حتى الوقوف خلف القاطرة</p>			
٢٥	<p>قاطرتان (أ) و(ب) على خط ال (٦ م) وبحوزة طلاب القاطرة (أ) كور يد.</p> <p>- يقوم (أ) بتمرير الكرة تمريرة بندولية للجانب الى (ب) ثم يقطع من خلفه لاستلام الكرة.</p> <p>- في حين يقوم (ب) بالتنطيط لتبادل المركز مع (أ) وهكذا حتى خط النهاية، والعودة للوقوف خلف القاطرتين.</p>			

- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم تمريرة مرتدة للأمام

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٢٦	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرتان كل قاطرة عند خط المرمى وامام القاطرتان (٤) اقماع. - يلتقط الطالب (أ) الكرة من الارض ثم تنطيط زجاجى بين الاقماع ثم التميرير تمريرة مرتدة للامام للطالب (ب) والجرى للوقوف خلف القاطرة المقابلة. - تكرر (ب) نفس الاداء. 			
٢٧	<ul style="list-style-type: none"> - يرمي الطالب الكرة الى اعلى ويلتقطها بعد ان ترتد من الارض ويقوم بالتنطيط بين الشاخصين ثم يقوم بالتمريرة المرتدة على الهدف المرسوم على الجدار. يكرر الأداء 			
<p>الاداء الثالث : الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التميرير - الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التميريرة الرسغية</p>				
٢٨	<ul style="list-style-type: none"> - يمرر (أ) الكرة تمريرة رسغية الى (ب) للقيام باداء خداع بسيط من امام القائم ثم تمرر الكرة الى (ج). - يتحرك (ب) الى القائم التالي وفي نفس التوقيت يمرر (ج) الكرة الى (د). - يستلم (ب) الكرة من (د) ويؤدى الخداع البسيط من امام القائم ثم يمرر الكرة الى (هـ) ثم (و) فى الجهة المقابلة يمرر (و) الى (ب) وعمل خداع امام قائم وعمل تمريرة رسغية على الحائط. - يجب مراعاة تغيير نوع الخداع (بسيط - مركب). (يكرر) 			
٢٩	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرة امام القمع. - الجرى السريع ثم التقاط كرة واداء خداع بسيط من امام القمع ثم تمرير الكرة تمريرة رسغية على الهدف المرسوم على الحائط ثم العودة للوقوف خلف القاطرة. (يكرر) 			

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٣٠	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرة عند ركن الملعب امام قائمين مع وقوف ثلاث طلاب احدهم قرب خط المنتصف والثاني على خط الجانب والثالث عند خط ال (٦ م). - يتم رمي الكرة لاعلى ولقفا من الهواء ثم القيام بالخداع البسيط امام القائم ثم تمرير الكرة تمريرة رسغية الى (أ) والجري لإستلام الكرة من (ب) ثم الخداع البسيط امام القائم ثم تمرير الكرة الى (ج) والعودة للوقوف خلف القاطرة. - يجب مراعاة تغيير نوع الخداع (بسيط - مركب). (يكرر) 			
- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم تمريرة بندولية للجانب				
٣١	<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطلاب في مراكز اللعب خلف خط ال (٩ م) وامام كل طالب قمع. - يتم النقاط (أ) للكرة من الارض ثم الخداع البسيط ثم التمرير البندولي للجانب الى (ب) حتى وصول الكرة الى (هـ) وتكرار الاداء في الاتجاه العكسي. - يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صوت صافرة المعلم. (يكرر) 			
٣٢	<ul style="list-style-type: none"> - الوقوف قاطرة عند ركن الملعب - وقوف (أ) بالقرب من خط المنتصف, (ب) بالقرب من دائرة ال (٦ م) - مع اشارة البدء يتم تمرير الكرة تمريرة كرجاجية الى (أ) والجري للإستلام ثم يؤدي التنطيط من بين الاقماع. - ثم التمرير تمريرة بندولية للجانب الى الزميل (ب) والجري لأخذ مكانه، ثم يقوم (ب) بالتنطيط من خلف القمع المحدد وبطول خط الجانب حتى الوقوف خلف القاطرة بينما الطالب الذي قام بالاداء يقف لاستلام التمريرة من الطالب التالي. (يكرر) 			

- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم تمريرة مرتدة للامام

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٣٣	<p>- قاطرة عند منطقة المرمى وأمامها قمع ويقف طالب مقابل القاطرة وعلى بعد (٥م) منه.</p> <p>- يلتقط الطالب الكرة من الارض ثم اداء خداع بسيط بالكرة امام القمع ثم تمريرة مرتدة للامام للزميل المقابل والاستلام منه والجرى للوقوف خلف القاطرة.</p> <p>- يتم تكرار الاداء بالنسبة لباقي الطلاب. (يكرر)</p>			
٣٤	<p>- الوقوف قاطرة عند ركن الملعب</p> <p>- يقوم (أ) بالجرى لاستلام الكرة الممررة من حارس المرمى (ب).</p> <p>- ثم يمرر الى (ج) والاستلام منه.</p> <p>- ثم يقوم (أ) بالجرى تجاه القمع لأداء خداع مركب ثم تمريرة مرتدة للامام الى (د) والاستلام منه ثم العودة للوقوف خلف القاطرة.</p> <p>- يتم تبديل الاماكن بين الطلاب (يكرر)</p>			
<p>الأداء الرابع : الإستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التمرير</p>				
<p>- الإستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التمريرة الرسغية</p>				
٣٥	<p>- الوقوف قاطرتان (أ) معهم كرة و(ب) بدون كرة</p> <p>- يمرر (أ) الكرة تمريرة رسغية الى (ب) الذي يقوم بالتنطيط حتى يصل الى القمع الاول ويؤدي الخداع البسيط ثم التمرير الى (ج) والجرى للاستلام منه ثم عمل تنطيط حتى يصل للقمع الثاني ويؤدي الخداع ثم التمرير الى (د) والاستلام منه، ثم عمل خداع من امام القمع الثالث ثم العودة للوقوف خلف القاطرة الاخرى.</p> <p>- يتم تبديل الطلاب لاماكنهم في القاطرتين. (يكرر)</p>			
٣٦	<p>- الوقوف قاطرة عند ركن الملعب</p> <p>- يقوم (أ) بالجرى لاستلام الكرة الممررة من حارس المرمى (ب).</p> <p>- يؤدي (ا) التنطيط في خط مستقيم الى منتصف الملعب ثم تمرر الكرة تمريرة رسغية الى (ج) والاستلام منه.</p> <p>- ثم يقوم (أ) بالجرى تجاه القمع لأداء خداع مركب ثم التمرير الى (د) والاستلام منه ثم العودة للوقوف خلف القاطرة.</p> <p>- يتم تبديل الاماكن بين الطلاب. (يكرر)</p>			

- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التميرير البندولي للجانب

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٣٧	<ul style="list-style-type: none"> - في مراكز اللعب على بعد (١٢ م) من خط المرمى وامام كل طالب قمع على بعد (٢ م) منه. - يتم التنطيط ثم الخداع البسيط من امام القمع ثم التميرير البندولي للجانب من (أ) حتى وصول الكرة الى (د) والتكرار. - يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صافرة من المعلم. 			
٣٨	<ul style="list-style-type: none"> - الوقوف قاطرتان (أ) معهم كرة و(ب) بدون كرة - تمرير (أ) الكرة تمريرة رسغية الى (ب) الذي يقوم بالتنطيط حتى يصل الى القمع الاول ويؤدي الخداع البسيط ثم تمرير بندولية للجانب الى (ج) والجرى للاستلام منه ثم عمل تنطيط حتى يصل للقمع الثاني ويؤدي الخداع ثم التميرير البندولية للجانب الى (د) والاستلام منه، ثم عمل خداع من امام القمع الثالث ثم العودة للوقوف خلف القاطرة الأخرى 			
- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التميريرة المرتدة للامام				
٣٩	<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطلاب في قاطرات كل قاطرتين متواجهتين وبينهم (٤) اقماع. - يقوم الطالب (أ) برمي الكرة ولقها من الهواء. - ثم التنطيط الزجاجي بين الاقماع حتى يصل الى القمع الثالث لاداء الخداع البسيط ثم تمرير الكرة تمريرة مرتدة للامام الى الطالب (ب) واستلامها منه ثم التنطيط في خط مستقيم للوصول للقمع الرابع واداء الخداع ثم تمرير الكرة تمريرة مرتدة للامام الطالب التالي في القاطرة المقابلة، ثم الجرى للوقوف خلف القاطرة المقابلة. (يكرر) 			
٤٠	<ul style="list-style-type: none"> -- الوقوف قاطرة عند ركن الملعب - يقوم (أ) بالجرى لإستلام الكرة الممررة من حارس المرمى (ب). - يؤدي (ا) التنطيط في خط مستقيم الى منتصف الملعب ثم يمرر الكرة تمريرة رسغية الى (ج) والاستلام منه. - ثم يقوم (أ) بالجرى تجاه القمع لأداء خداع مركب ثم تمريرة مرتدة للامام الى (د) والاستلام منه ثم العودة للوقوف خلف القاطرة. - يتم تبديل الاماكن بين الطلاب. (يكرر) 			

الاداء الخامس: الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التنطيط ثم التمير

- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التنطيط ثم التمير الرسغية

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٤١	<p>- الوقوف قاطرتان داخل دائرة المرمى</p> <p>- يمرر (أ) الكرة تمريرة رسغية الى (ب) ويجرى للوقوف خلف القاطرة الاخرى، ثم يقوم (ب) بالخداع البسيط من امام القمع الاول ثم التنطيط ثم التمير الرسغية الى (ج) والجرى للاستلام منه ثم عمل خداع بسيط من امام القمع الثاني ثم تنطيط الكرة والتمير الرسغية الى (د) والجرى للاستلام منه ثم عمل خداع بسيط، ثم العودة مع تنطيط الكرة للوقوف خلف القاطرة الاخرى.</p>			
٤٢	<p>- قاطرة امام القمع</p> <p>- الجرى السريع ثم التقاط كرة واداء خداع مركب من امام القمع ثم تنطيط الكرة مرة واحدة ثم تمرير الكرة تمريرة رسغية على الهدف المرسوم والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p>			
٤٣	<p>- قاطرة عند ركن الملعب امام قمعين مع وقوف اثنين احدهما (أ) قرب خط المنتصف و(ب) بالقرب من خط الجانب.</p> <p>- يتم رمي الكرة لأعلى ولقفا من الهواء ثم القيام بالخداع البسيط امام القمع الاول ثم التنطيط ثم تمرير الكرة تمريرة رسغية الى (أ) والاستلام من (ب) ثم الخداع البسيط من امام القمع الثاني ثم التمير على الحائط والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p>			
٤٤	<p>- قاطرة عند ركن الملعب</p> <p>- يقوم (أ) بالجرى لاستلام الكرة الممررة من (ب).</p> <p>- يؤدي (أ) الخداع امام العمود ثم التنطيط ثم التمير الرسغية على الهدف المرسوم على الحائط (يكرر)</p>			

- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التنطيط ثم التمريزة البندولية للجانب

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٤٥	<p>- في مراكز اللعب على بعد (١٢م) من خط المرمى وامام كل طالب قمع على بعد (٢ م) منه.</p> <p>- يتم الخداع البسيط من امام القمع ثم التنطيط مرة واحدة ثم التمريز البندولي للجانب من (أ) حتى وصول الكرة الى اخر طالب والتكرار.</p> <p>- يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صافرة من المعلم. (يكرر)</p>			
٤٦	<p>- الوقوف قاطرة (أ) اول القاطرة (ب) يقف قرب شمال القاطرة وعلى بعد (١٠) م</p> <p>- يقوم (أ) بالنقاط الكرة من الارض وعمل خداع ثم التنطيط ثم تمريرة بندولية للجانب الى (ب) والاستلام وعمل تمريرة بندولية على الحائط والاستلام والرجوع خلف القاطرة. يكرر</p>			
- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التنطيط ثم التمريزة المرتدة للامام				
٤٧	<p>- يقف الطلاب في قاطرتين متواجهتين وبينهم أربع أقماع وطالب يقف على بعد (٣ م) بجانب القمع الثالث يقوم الطالب (أ) برمي الكرة ولقفاها من الهواء.</p> <p>- ثم الخداع البسيط من أمام القمع الاول ثم التنطيط الزجاجي بين الاقماع الثاني والثالث ثم تمريرة الى الطالب (ب) واستلامها منه ثم اداء الخداع من امام القمع الأخير ثم التنطيط وتمريز الكرة تمريرة مرتدة للأمام الطالب التالي في القاطرة المقابلة والوقوف خلف القاطرة المقابلة. (يكرر)</p>			
٤٨	<p>- قاطرة عند ركن الملعب امام قمعين مع وقوف اثنين احدهما (أ) قرب خط المنتصف و(ب) بالقرب من خط الجانب.</p> <p>- يتم رمي الكرة للأعلى ولقفاها في الهواء ثم القيام بالخداع البسيط امام القمع الاول ثم التنطيط ثم تمرير الكرة الى (أ) والاستلام من (ب) ثم الخداع البسيط من امام القمع الثاني ثم التنطيط والتمرير تمريرة مرتدة على الحائط والعودة للوقوف خلف القاطرة. (يكرر)</p>			

٢- تدريبات الاداءات الحركية الهجومية المركبة التي تنتهي بالتصويب

الاداء السادس: الاستلام المتنوع ثم التصويب

- الاستلام المتنوع ثم التصويب الكراجي من الحركة

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٤٩	<ul style="list-style-type: none"> - يقسم الطلاب الى مجموعتين تقف كل مجموعة منها داخل منطقة المرمي - يقوم الطلاب بالتصويب الكراجي من الحركة بطول الملعب فى اتجاه المرمى المقابل بحيث تصل الكرة مباشرة الى المرمى دون لمس الارض - تتبادل المجموعتان العمل ويمكن ان نجعلها مسابقة حيث تحتسب الكرة التي تصيب الشباك دون ان تلمس الأرض قبل المرمي بنقطة. - لا يعترض الطالب الكرة قبل التأكد من مكان سقوطها وبالتالي التصويبة المقابلة. 			
٥٠	<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطلاب فى شكل مجموعات فى قاطرات فى الثلاث مراكز الخلفية (الظهير الايسر - صانع الالعاب - الظهير الايمن) - الكرة مع الظهير الايسر يقوم بالضغط بالكرة للامام ثم تمرر للطالب صانع الالعاب الذي يستلم من الحركة ويقوم بالضغط للامام بأخذ ثلاث خطوات. ويقوم بدوره بتمرير الكرة للظهير الايمن الذي يستلم من الحركة ويصوب تصويبة كراجية من فوق الرأس والكتف من الحركة والعودة للوقوف خلف القاطرة. - يتم تبادل الطلاب لاماكنهم. يكرر 			
٥١	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرة عند منتصف الملعب - يمرر الطالب (أ) الكرة الى (ب) على جانب القاطرة على بعد (٣م) من القاطرة ويستلمها منه مرة اخرى ثم التصويب الكراجي من فوق الرأس والكتف من الحركة والعودة للوقوف خلف القاطرة. يكرر 			

- الاستلام المتنوع ثم التصويب بالوثب العالي

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٥٢	<p>- قاطرة عند منتصف الملعب</p> <p>- يتم رمى الكرة ولقها من الهواء ثم التصويب بالوثب العالي من خارج خط ال (٩ م) مع مراعاة الارتفاع لاعلى نقطة والتصويب بالوثب العالي، والعودة للوقوف خلف القاطر</p>			
٥٣	<p>- يقف الطلاب في شكل مجموعات في قاطرات في الثلاث مراكز الخلفية (الظهير الايسر - صانع الالعاب - الظهير الايمن)</p> <p>- الكرة مع الظهير الايسر (قاطرة ١) يقوم بالضغط بالكرة للامام، ثم يمرر للطلاب صانع الالعاب (قاطرة ٢) الذي يستلم من الحركة ويقوم بدوره بتمرير الكرة للظهير الايمن قاطرة (٣) الذي يستلم الكرة من الحركة ويرتقى للتصويب بالوثب العالي من خارج ال (٩ م) والعودة للوقوف خلف القاطرة (١).</p> <p>- يتم تبادل الطلاب لاماكنهم. يكرر</p>			
٥٤	<p>- قاطرة في مركز الجناح الايمن</p> <p>- يقوم الطالب بتمرير الكرة للمعلم على خط المنتصف ثم الجرى من خلف المعلم في الجهة العكسية لاستلام الكرة منه ثم التصويب بالوثب العالي والعودة للوقوف خلف القاطرة ثم تكرار الاداء لباقي الطلاب.</p>			
٥٥	<p>- يقف الطلاب في قاطرة خلف خط منتصف الملعب ويقف (أ) في مكان ومعه الكرات ويقف (ب) في مركز الجناح الايمن.</p> <p>- يجرى اول طالب في القاطرة ويستلم تمريرة من (أ) ثم يمررها الى (ب) ويجرى ليستلم مرة اخرى ثم يأخذ ثلاث خطوات ثم الارتفاع للأعلى وللتصويب بالوثب العالي بقوة على المرمى والعودة للوقوف خلف القاطرة. يكرر</p>			

- الاستلام المتنوع ثم التصويب بالوثب الطويل

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٥٦	<p>- قاطرة عند منتصف الملعب</p> <p>- يتم رمي الكرة ولقها من الهواء ثم التصويب بالوثب الطويل من خارج خط ال (م٦) مع مراعاة الارتفاع للأمام وللأعلى، والعودة للوقوف خلف القاطرة. يكرر</p>			
٥٧	<p>- قاطرة عند منتصف الملعب</p> <p>- يقوم الطالب بتمرير الكرة للمعلم على خط المنتصف ثم الجرى تجاه مركز الجناح الايسر لإستلام الكرة ثم التصويب بالوثب الطويل، والعودة للوقوف خلف القاطرة. يكرر</p>			
٥٨	<p>- يقف الطلاب في قاطرة في مركز الجناح الايسر</p> <p>- يتم التقاط الكرة من الارض ثم أخذ خطوات الاقتراب والارتفاع للداخل للتصويب بالوثب الطويل من مركز الجناح مع مراعاة الاقتراب بصورة موازية لخط المرمى كلما أمكن ويتم الارتفاع خلال خطوتين أو ثلاثة والتصويب، والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p> <p>- تكرار الاداء ناحية مركز الجناح الايمن</p>			
٥٩	<p>- قاطرة في مركز الجناح الايسر</p> <p>- يمرر أول طالب في القاطرة الكرة إلى (أ) الذي يمررها إلى (ب)، وفي نفس الوقت يقطع الطالب على خط ال (م٦) ليستلم الكرة من (ب)، ثم يقوم بالتصويب بالوثب الطويل والعودة للوقوف خلف القاطرة. يكرر</p>			
- الاستلام المتنوع ثم التصويب بالسقوط الامامي				
٦٠	<p>- يقف الطلاب في قاطرات على خط ال (م٧) ثم يقوم طلاب الصف الاول من القاطرات عند سماع الصفارة بالتقاط كرة ثابتة من الارض ثم التصويب بالسقوط الامامي، والعودة للوقوف خلف القاطرات. يكرر</p>			

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	تعليم موافق
٦١	<ul style="list-style-type: none"> - الوقوف في مراكز اللعب خارج دائرة ال (٩م) يتم التمير والاستلام وعندما يقوم المعلم بإطلاق صفارته يقوم الطالب المستحوز على الكرة بالتصويب بالسقوط الامامي. - يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صفارة من المعلم 			
٦٢	<ul style="list-style-type: none"> - الطالب (أ) على خط ال (٩م) والطالب (ب) على امتداده ويقف على خط ال (٦م). - يمرر (أ) إلى (ب) تمريره مرتدة ويقوم (ب) بالاستلام ثم الدوران والتصويب بالسقوط الامامي. - يتم تبديل الطلاب لأماكنهم. يكرر. 			
- الاستلام المتنوع ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة				
٦٣	<ul style="list-style-type: none"> - مجموعتان من الطلاب بكرات ويقف امام كل منهما وداخل الملعب طالب حيث يقوم الطالب الاول من المجموعة بتمرير الكرة الى الطالب المقابل له والتحرك في اتجاه المرمى لاستقبال الكرة منه مرة اخرى والتصويب من مستوى الحوض والركبة على المرمى. يكرر 			
٦٤	<ul style="list-style-type: none"> - ثلاث قاطرات (أ) و(ب) و(ج) على جانبي خط ال (٦) أمتار وبحوزتهم كرة، يقوم (ب) بتمرير الكرة رسغية بالجري ل (أ) والتبديل من خلفه بينما يقوم (أ) بالتمرير ل (ج) والتبديل من خلفه واخيرا يقوم (ب) بالتصويب على المرمى تصويب كرجاجي من مستوى الحوض والركبة، والتبادل للرجوع خلف القاطرات. يكرر 			
٦٥	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرتين بحوزتهما كرة، يتبادل الطالبين التمير بينهما بالجري تمريرة رسغ حتى منطقة ال (٩) م ثم يقوم الطالب الذي بحوزته الكرة بالتصويب الكرجاجي من مستوى الحوض والركبة بينما يقوم الزميل بالقطع الامامي ومحاولة القيام بدور المدافع في قطع وتشتيب الكرة اثناء التصويب. يكرر 			

الأداء السابع : الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التصويب

- الإستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التصويب بالوثب الطويل

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٦٦	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرة عند منتصف الملعب - يتم رمي الكرة ولقها من الهواء مرة واحدة ثم تنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب الطويل من خارج خط ال (٦م) مع مراعاة الارتقاء للأمام وللأعلى، والعودة للوقوف خلف القاطرة. 			
٦٧	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرتان عند منتصف الملعب. - يقوم (أ) بتمرير الكرة للمعلم على خط المنتصف ثم الجرى تجاه مركز الجناح لإستلام الكرة من المعلم ثم تنطيطها ثم التصويب بالوثب الطويل والعودة للوقوف خلف القاطرة (ب) ثم تكرار الاداء فى المجموعة الثانية. - يتم تبديل الطلاب لإمكانهم 			
٦٨	<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطلاب فى قاطرة فى مركز الجناح الايسر، يتم إنقاط الكرة من الارض ثم تنطيط الكرة مرة واحدة ثم أخذ خطوات الاقتراب والارتقاء للداخل للتصويب بالوثب الطويل من مركز الجناح مع مراعاة الاقتراب بصورة موازية لخط المرمى كلما أمكن ويتم الارتقاء خلال خطوتين أو ثلاثة والتصويب، والعودة للوقوف خلف القاطرة. - تكرار الاداء من مركز الجناح الايمن. يكرر الاداء 			
٦٩	<ul style="list-style-type: none"> - يمرر (أ) الكرة إلى (ب) ويقطع من خلفه ليستقبل الكرة من زميله المتحرك بالكرة. ثم يقوم (أ) بالتنطيط ثم التصويب بالوثب الطويل. - يتم تبديل الطلاب لأمكانهم. يكرر 			
٧٠	<ul style="list-style-type: none"> - الوقوف قاطرة فى مركز الجناح ثم يمرر الطالب الكرة إلى حارس المرمى ويجرى للأمام ليستلمها منه عند خط المنتصف ثم التنطيط والتصويب بالوثب الطويل، والعودة للوقوف خلف القاطرة. يكرر 			

- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التصويب بالوثب العالي

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٧١	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرة في مركز الجناح الايمن - يقوم الطالب بتمرير الكرة للمعلم عند خط المنتصف ثم الجرى من خلف المعلم في الجهة العكسية لإستلام الكرة منه ثم التنطيط والتصويب بالوثب العالي والعودة للوقوف خلف القاطرة ثم تكرار الاداء لباقي الطلاب - ثم يعكس التدريب من مركز الجناح الايسر. 			
٧٢	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرة عند منتصف الملعب - يتم دحرجة الكرة وإلتقاطها ثم تنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب العالي من خارج خط ال(٩م) مع مراعاة الارتقاء لأعلى نقطة، والعودة للوقوف خلف القاطرة . 			
٧٣	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرة عند ركن الملعب - تقوم (أ) بتمرير الكرة إلى (ب) والجرى لإستلامها وتمريرها إلى (ج) ثم الجرى لإستلامها مرة أخرى. - ثم يقوم (أ) بالتنطيط الزجاجي بين الاقماع ثم التصويب بالوثب العالي، والعودة للوقوف خلف القاطرة. 			
٧٤	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرتان على خط (٦م)، ويقوم (أ) و(ب) بالتمرير والاستلام حتى الوصول لخط منتصف الملعب. - الطالب (ب) الذي بحوزته الكرة يقوم بتنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب العالي - الطالب (أ) يستقبل الكرة من (ج) لتنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب العالي. - يقوم الطلاب بالعودة للوقوف خلف القاطرتين، مع تبديل الاماكن 			
- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة				
٧٥	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرتين احدهما بكرات، يقوم اول طالبين بالتمرير بالجرى حتى خط المنتصف ثم يقوم الطالب المستحوذ على الكرة بالتنطيط على التصويب من مستوى الحوض والركبة على المرمى والرجوع خلف القاطرتين مع مراعات تبديل اماكن الطلاب خلف القاطرة. 			

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٧٦	<p>- قاطرتين بحوزتهما كرة، يتبادل الطالبين التمرير بينهما بالجري تمريرة رسغ حتى منتصف الملعب ثم يقوم الطالب الذي بحوزته الكرة بالتنظيط باتجاه المرمى ثم التصويب الكرابجي من مستوى الحوض والركبة بينم يقوم الزميل بالقطع الامامي ومحاولة القيام بدور المدافع في قطع وتشتيت الكرة اثناء التصويب</p>		موافق	غير موافق
<p>الأداء الثامن: الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التصويب</p>				
<p>- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التصويب بالوثب الطويل</p>				
٧٧	<p>- يقف طالبان بالمواجهه على منطقة المرمى احدهما مدافع معه كرة والاخر مهاجم خارج منطقة الـ (٩) م - يمرر المدافع الكرة للمهاجم الذي يستلم وهو في حالة حركة يقوم بحركة خداع بسيط سواء بالتصويب او بالجسم ثم يتخطى المدافع ويصوب بالوثب الطويل. - يتم تبديل الطلاب لماكنهم مع سماع إشارة من المعلم</p>		موافق	غير موافق
٧٨	<p>- الوقوف قاطرة عند منتصف الملعب. - يتم رمى الكرة ولقها من الهواء ثم عمل خداع بسيط من امام القمع ثم التصويب بالوثب الطويل من خارج دائرة الـ (٦) م مع مراعاة الارتقاء للأمام وللأعلى، ثم العودة للوقوف خلف القاطرة</p>		موافق	غير موافق
٧٩	<p>- الوقوف في مراكز اللعب خارج الدائرة ال (٩) م) يقوم الطالب بعمل حركة خداع بسيط بالتصويب ثم التمرير للطالب الثاني الذي بدوره يقوم بحركة خداع بالتصويب ثم التمرير للطالب الاخير في مركز الجناح الذي ينهي التصويب بالوثب الطويل. - يتم تبديل الطلاب لمركزهم عند سماع صفارة المعلم.</p>		موافق	غير موافق

- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التصويب بالوثب العالي

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٨٠	<p>- الوقوف قاطرة في مركز الجناح الايمن</p> <p>- يقوم (أ) بتمرير الكرة للمعلم على خط المنتصف ثم الجرى من خلف المعلم في الجهة العكسية لإستلام الكرة منه ثم الخداع البسيط من أمام القائم ثم التصويب بالوثب العالي والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p>			
٨١	<p>- الوقوف قاطرة عند منتصف الملعب</p> <p>- يتم دحرجة الكرة والتقاطها ثم الخداع المركب من أمام القائم ثم التصويب بالوثب العالي من خارج خط الـ (٩ م) مع مراعاة الارتقاء لاعلى نقطة والتصويب بالوثب العالي، والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p>			
٨٢	<p>- الوقوف قاطرة عند ركن الملعب.</p> <p>- يقوم (أ) بتمرير الكرة الى (ب) ثم الجرى لاستلام الكرة وتمريرها (ج) ثم الجرى لاستلامها والقيام بالخداع البسيط من أمام القائم ثم التصويب بالوثب العالي، والعودة للوقوف خلف القاطرة</p>			
- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التصويب بالسقوط الأمامي				
٨٣	<p>- يقف الطلاب في قاطرات خلف خط الـ (٩ م) ثم يقوم طلاب الصف الاول من القاطرات عند سماع الصفارة بالتقاط كرة ثابتة من الارض ثم عمل خداع بسيط من امام القائم ثم التصويب بالسقوط الامامي، والعودة للوقوف خلف القاطرة</p>			
٨٤	<p>- الوقوف في مركز اللعب خارج دائرة الـ (٩ م) يتم التمرير والاستلام وعندما يقوم المعلم باطلاق صفارته يقوم الطالب المستحوذ على الكرة بعمل خداع مركب ثم التصويب بالسقوط الامامي.</p> <p>- يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صفارة من المعلم</p>			

- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٨٥	<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطلاب عند منتصف الملعب. - يتم رمي الكرة ولقها من الهواء ثم عمل الخداع أمام القائم الموضوع على خط ال (٩) متر ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة والجري للوقوف خلف القاطرة. 			
٨٦	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرة عند ركن الملعب بكرات، يقوم الطالب (أ) بتمرير الكرة للطالب (ب) والجري ليأخذ مكانه ويقوم (ب) بتمرير الكرة للطالب (ج) واخذ مكانه بينما يقوم (ج) باداء خداع امام القمع ثم التصويب الكرابجي من مستوى الحوض والركبة والجري ليقف خلف القاطرة. 			
الاداء التاسع : الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب				
- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب الكرابجي من الحركة				
٨٧	<ul style="list-style-type: none"> - الوقوف قاطرة عند ركن الملعب. - يتم استلام الكرة من حارس المرمى ثم التنطيط بالكرة والقيام الخداع البسيط وتمريرة رسغية الى المعلم ثم الجرى من خلفه للأستلام ثم القيام بالتنطيط والخداع البسيط ثم التصويب الكرابجى من الحركة والعودة للوقوف خلف القاطرة. 			
٨٨	<ul style="list-style-type: none"> - يقف كل مجموعة من اثنين من الطلاب عند كل من حدود منطقة المرمى، ويحاولان تنطيط الكرة للامام حتى للوصول الى القمع المثبت عند خطي (٩-٩) ثم عمل خداع مركب بالكرة من أمام القمع والتصويب الكرابجى من الحركة. 			
٨٩	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرة على نقطة محددة على دائرة الرمية الحرة - يتم التنطيط حتى الوصول امام القائم ثم الخداع المركب ثم التصويب الكرابجى من الحركة، والعودة للوقوف خلف القاطرة 			

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٩٠	<p>- يقف الطلاب في (٤) قاطرات عند خط المنتصف ثم يقوم الطالب بدرجة والتقاط الكرة ثم التنطيط في خط مستقيم ثم الخداع البسيط من امام القمع ثم التصويب الكريجي من الحركة</p> <p>- يتم تغيير نوع الاستلام حيث يستلم من على الشمال او من على اليمين ويأخذ ثلاث خطوات ويصوب ثم يغير الى التقاط الكرة المتدرجة على الارض ويصوب بقوة على المرمى، والعودة للوقوف خلف القاطرة</p>			
- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب بالوثب العالي				
٩١	<p>- الوقوف قاطرة في مركز الجناح الأيمن</p> <p>- يقوم الطالب بتمرير الكرة للمعلم على خط المنتصف ثم الجرى من خلف المعلم في الجهة العكسية لاستلام الكرة من المعلم ثم الخداع البسيط من أمام القائم ثم التنطيط ثم التصويب بالوثب العالي والعودة للوقوف خلف القاطرة</p>			
٩٢	<p>- الوقوف عند منتصف الملعب .</p> <p>- يتم درجة الكرة والتقاطها ثم تنطيط الكرة ثم الخداع المركب من امام القمع ثم التصويب بالوثب العالي من خارج خط الـ (٩ م) مع مراعاة الارتقاء لاعلى نقطة والتصويب بالوثب العالي، والعودة للوقوف خلف القاطرة</p>			
٩٣	<p>- الوقوف قاطرة عند ركن الملعب</p> <p>- يقوم (أ) بتمرير الكرة الى (ب) ثم الجرى لاستلامها منه.</p> <p>- ثم يقوم (أ) بالتنطيط ثم الخداع المركب من أمام القمع ثم التصويب بالوثب العالي من على خط الـ (٩ م)، والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p>			
٩٤	<p>- الوقوف قاطرتان على خط الـ (٦ م)</p> <p>- يقوم (أ) و(ب) بالتمرير والاستلام (تمرير رسغية) الى خط منتصف الملعب.</p> <p>- الطالب (ب) التي بحوزته الكرة يقوم بعمل خداع بسيط من أمام القائم ثم التصويب بالوثب العالي.</p> <p>- الطالب (أ) يتسلم الكرة من (ج) ثم الخداع المركب من امام القائم الثاني ثم التصويب بالوثب العالي، والعودة للوقوف خلف القاطرتين.</p>			

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
٩٥	<p>- يقف كل مجموعة من اثنين من الطلاب عند كل من حدود منطقة المرمى، ويحاولان تنطيط الكرة للامام حتى للوصول الى القمع المثبت عند خطى (الـ ٩) ثم عمل خداع مركب بالكرة ثم التصويب بالوثب العالى على المرمى .</p>			
- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب بالوثب الطويل				
٩٦	<p>- الوقوف قاطرة عند منتصف الملعب. - يتم رمى الكرة ولقفاها من الهواء مراه واحدة ثم تنطيط الكرة ثم الخداع البسيط من أمام القمع ثم التصويب بالوثب الطويل من خارج خط الـ (٦ م) مع مراعاة الارتقاء للامام وللأعلى والعودة للوقوف خلف القاطرة. - يكرر</p>			
٩٧	<p>- الوقوف قاطرتين عند منتصف الملعب. - يقوم (أ) بتمرير الكرة للمعلم على خط المنتصف ثم الجرى تجاه مركز الجناح لاستلام الكرة ثم تنطيطها ثم الخداع البسيط من امام القمع ثم التصويب بالوثب الطويل والعودة خلف المجموعة (ب) ثم تكرار الأداء فى المجموعة الاخرى (ب). يكرر</p>			
٩٨	<p>- يقف الطلاب فى قاطرة فى مركز الظهر الايسر . - يتم التقاط الكرة من الارض ثم تنطيط الكرة مرة واحدة ثم الخداع البسيط من أمام القمع ثم اخذ خطوات الاقتراب والارتقاء للداخل للتصويب بالوثب الطويل من مركز الجناح مع مراعاة الاقتراب بصورة موازية لخط المرمى كلما أمكن ويتم الارتقاء خلال خطوتين او ثلاثة والتصويب، والعودة للوقوف خلف القاطرة .</p>			
٩٩	<p>- الوقوف قاطرتين بالقرب من دائرة الـ (٩م) - يتم التمرير والاستلام بين الزميلان ثم عمل تنطيط ثم خداع مركب من أمام الطالب (المدافع) ثم التصويب بالوثب الطويل، والعودة خلف القاطرة الاخرى</p>			

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
١٠٠	<p>- الوقوف قاطرة في مركز الجناح ثم يمرر الطالب الكرة الى حارس المرمى ويجرى ليستلمها منه عند خط المنتصف ثم تنطيط الكرة ثم عمل خداع بسيط من أمام القمع ثم التصويب بالوثب الطويل، والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p>			
١٠١	<p>- يقف الطالب (أ) على بعد (١٤ م) من خط المرمى والطالب (ب) على امتداده على خط الـ (٧ م)، وطالب (للدفاع) يقف على خط الـ (٦ م) يمرر (أ) الى (ب) تمريرة مرتدة ويقوم (ب) بالاستلام ثم تنطيط الكرة مرة واحدة ثم خداع بسيط للمدافع الواقف على خط الـ (٦ م) ثم التصويب بالوثب الطويل .</p> <p>- يتم تبديل الطلاب لاماكنهم عند سماع صافرة من المعلم .</p>			
<p>- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة</p>				
١٠٢	<p>- قاطرتين (أ) و(ب) عند ركني الملعب، يقوم (أ) برمي ولقف الكرة ثم التنطيط والخداع عند القمع ثم التصويب على المرمى من مستوى الحوض والركبة والجري ليقف خلف القاطرة (ب)، بينما يقوم (ب) بالتمرير الى (ج) والاستلام ثم التنطيط والخداع عند القمع ثم التصويب على المرمى من مستوى الحوض والركبة والجري ليقف خلف القاطرة (أ) .</p>			
١٠٣	<p>- قاطرتين بحوزتهما كرة، يتبادل الطالبين التمرير بينهما بالجري تمريرة رسغ حتى منتصف الملعب ثم يقوم الطالب الذي بحوزته الكرة بالتنطيط باتجاه المرمى ثم الخداع والتصويب الكراباجي من مستوى الحوض والركبة بينما يقوم الزميل بالقطع الامامي ومحاولة القيام بدور المدافع في قطع وتشتيت الكرة اثناء التصويب .</p>			

الاداء العاشر: الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التنطيط ثم التصويب
- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التنطيط ثم التصويب بالوثب الطويل

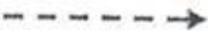
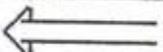
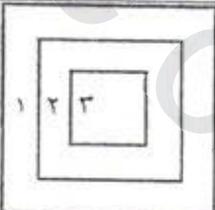
م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
١٠٤	<p>- يقف كل طالبان بالمواجهة احدهما مهاجم والاخر مدافع على منطقة المرمى والمهاجم خارج منطقة ال (٩م) .</p> <p>- يمرر المدافع الكرة للمهاجم الذي يستلم الكرة وهو فى حالة حركة ثم يقوم بحركة خداع بالتصويب أو خداع بالجسم ثم تنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب الطويل .</p> <p>- يتم تبديل الطلاب لأماكنهم مع سماع صفارة المعلم</p>			
١٠٥	<p>- الوقوف قاطرة عند دائرة المرمى .</p> <p>- يتم رمى الكرة ولقها من الهواء ثم عمل خداع بسيط من أمام القمع ثم تنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب الطويل من خارج خط ال (٦م) مع مراعاة الأرتقاء للأمام لأعلى والعودة للوقوف خلف القاطرة .</p>			
١٠٦	<p>- الوقوف فى مراكز اللاعبين، بحيث يقوم الطالب (١) بعمل حركة خداع بالتصويب ثم التمرير تمريرة بندولية للجانب للطالبة (٢) الذي بدوره يقوم بعمل حركة خداعية بالتصويب ثم التمرير للطالب (٣) الذي يقوم بنفس العمل ويمرر للطالب (٤) الذي ينهى بتنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب الطويل .</p> <p>- يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صفارة من المعلم</p>			
- الأستلام المتنوع ثم الخداع ثم التصويب بالوثب العالى				
١٠٧	<p>- الوقوف قاطرة فى مركز الجناح الأيمن</p> <p>- يقوم الطالب بتمرير الكرة للمعلم على خط المنتصف ثم الجرى من خلف المعلم فى الجهة العكسية لاستلام الكرة من المعلم ثم الخداع البسيط من أمام القائم ثم التنطيط ثم التصويب بالوثب العالى والعودة للوقوف خلف القاطرة</p>			

م	شرح التدريب	الشكل	موافق	غير موافق
١٠٨	<ul style="list-style-type: none"> - الوقوف قاطرة عند منتصف الملعب - يتم رمي ولف الكرة ثم الخداع المركب من أمام القائم ثم تنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب العالى من خارج خط ال(٩م) مع مراعاة الأرتقاء لأعلى نقطة والتصويب بالوثب العالى، والعودة للوقوف خلف القاطرة . يكرر 			
١٠٩	<ul style="list-style-type: none"> - الوقوف قاطرة عند ركن الملعب . - يقوم (أ) بتمرير الكرة إلى (ب) ثم الجرى لأستلامها منه، ثم يقوم بتمريرها إلى (ج)، ثم الجرى لأستلامها منه والقيام بالخداع البسيط من أمام القمع ثم تنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب العالى، والعودة للوقوف خلف القاطرة . 			
- الاستلام المتنوع ثم خداع ثم تنطيط والتصويب بالسقوط الامامي				
١١٠	<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطلاب فى (٤) قاطرات خلف خط المنتصف ثم يقوم طلاب الصف الأول من القاطرات عند سماع الصفارة بالتقاط كرة ثابتة من الأرض ثم عمل خداع مركب من أمام القمع ثم تنطيط الكرة ثم التصويب بالسقوط الأمامى، والعودة خلف القاطرة . 			
١١١	<ul style="list-style-type: none"> - الوقوف فى مراكز اللعب خارج دائرة ال(٩م) يتم التمرير والأستلام (تمريرة بندولية للجانب) وعندما يقوم المعلم بإطلاق صفارته يقوم الطالب المستحوذ على الكرة بعمل خداع مركب ثم تنطيط الكرة ثم التصويب بالسقوط الأمامى . - يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صفارة من المعلم 			

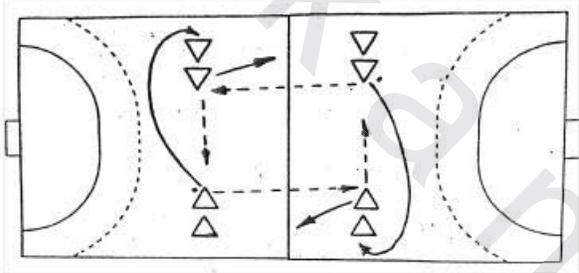
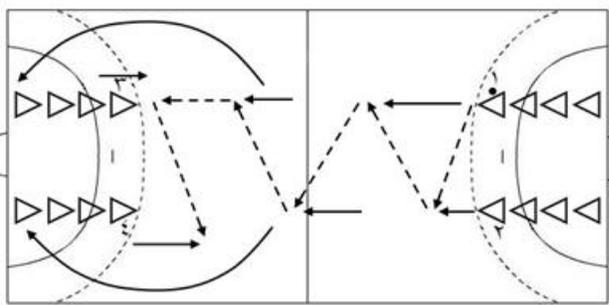
مرفق (٧)

تدريبات الأءاءاء الحركية الهءومية المركبة في كرة اليد للمهاراء قيد البءء
(الصورة النهائية) لعدد (٩٧) ءدريب.

مفتاح الرسم

لاعب مهاجم	
لاعب مهاجم مستحوذ علي الكرة	
شاخص	
مسار الكرة	
مسار اللاعب	
تنطيط الكرة	
تصويب	
الخداع	
قمع	
قائم	
حامل الكور	
كرات يد	
كرة طبية	
علامات لوضع القدم أثناء الخداع	
هدف مرسوم علي الحائط عدد ثلاث مستطيلات متداخلة مقاييسهم (٨٠ × ٦٠ سم)، (٦٠ × ٤٠ سم)، (٤٠ × ٢٠ سم)، وعرض خطوط المستطيلات (٥ سم)	
علامات للتصويب	

مجموعة التدريبات الخاصة بالأداءات الحركية الهجومية المركبة.
١ - تدريبات الأداءات الحركية الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمرير.

م	شرح التدريب	الشكل
١	<p>الأداء الأول: الاستلام المتنوع ثم التمريرة - الاستلام المتنوع ثم التمريرة الرسغية</p>	<p>تصطف مجموعتان على هيئة صفين متواجهتين كل اثنين متقابلين معهما كرة يد والمسافة بينهم (٣ م). - يتم التمرير رسغية بين كل اثنين متقابلين. - يتم التمرير من الثبات ثم يتدرج الى الجرى فى المكان ثم الى التحرك للامام وللخلف. (يكرر)</p>
٢	<p>يقف الطلاب في اربع قاطرات على شكل مربع ومعهما كرتان، يقوم الطلاب بتمرير الكرة تمريرة رسغية والجرى للوقوف خلف القاطرة. - يؤدى هذا التدريب بكرتان، ويجري اللاعب عكس اتجاه سير الكرة. (يكرر)</p>	
٣	<p>يقف الطلاب على هيئة اربعة قاطرات، قاطرتان فى منطقة المرمى والاخرون فى المنطقة المقابلة. - يقوم الطالب (١) بالجرى مع التمرير تمريرة رسغية الى (٢) بالتبادل مع الجرى للامام بطول الملعب وعند الاقتراب من منطقة المرمى المقابلة يقوم بالتمرير الى (٣) الذي بدوره يمرر مع الطالب (٤) بالتبادل مع الجرى للامام بطول الملعب. - ثم يقوم الطالبان (١)، (٢) بالجرى للوقوف خلف الفاطرتين المقابلتين ويراعى ان يؤدى التمرير بسرعات متفاوتة حيث تبدأ بالجرى العادى ثم اقصى سرعة. - يجب التاكيد على ان يكون الجرى بالمواجهه اثناء التمرير والبعد عن الجرى الجانبى. (يكرر)</p>	
م	شرح التدريب	الشكل

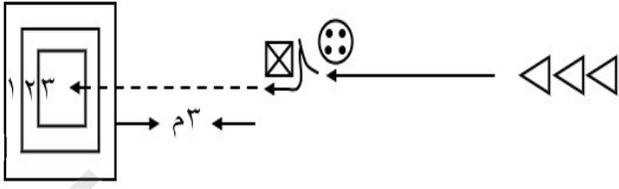
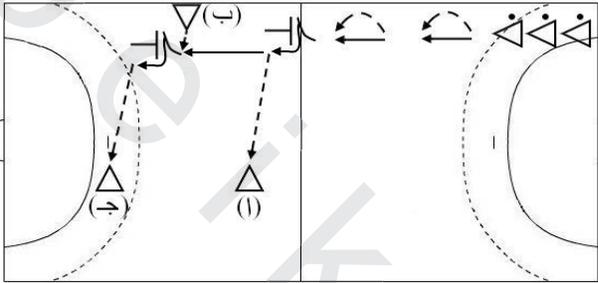
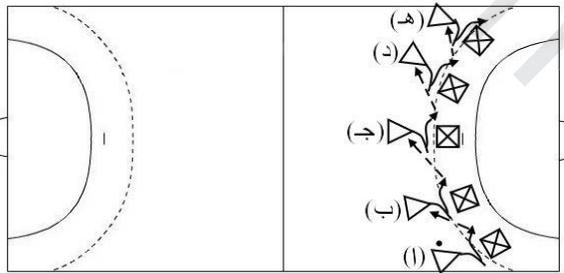
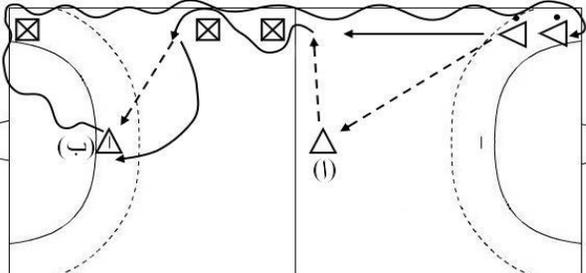
	<p>4 - قاطرة امام حائط التدريب وقمع على مسافة محددة.</p> <p>- يتم تمرير الكرة تمريرة رسغية واستلامها على حائط التدريب ثلاث مرات متتالية ثم رمى الكرة ولقها مرتين ثم التمرير تمريرة رسغية على هدف مرسوم على الحائط. (يكرر)</p>
<p>- الاستلام المتنوع ثم التمريرة الكرابجية من مستوى الرأس والكتف</p>	
<p style="text-align: center;">الشكل</p>	<p>م شرح التدريب</p> <p>5 - يصطف مجموعتان على هيئة صفين متواجهتين كل اثنين متقابلين معهما كرة يد والمسافة بينهما (6 م).</p> <p>يقوم الطالبين بتمرير الكرة تمريرة كرابجية من الثبات ثم من الحركة</p>
	<p>6 - يقسم الطلاب في مجموعتين يقف كل مجموعة منهما داخل منطقة المرمى وتكون احدى المجموعتين معها كرات.</p> <p>- يقوم الطالب بالتمرير الكرابجى من الثبات ثم من الحركة بطول الملعب فى اتجاه المرمى المقابل بحيث تصل التمريرة مباشرة الى المرمى دون لمس الارض.</p> <p>- تتبادل المجموعتان العمل ويمكن ان نجعلها مسابقة حيث تحتسب الكرة التى تصيب الشباك دون ان تلمس الارض قبل المرمى بنقطة</p>
	<p>7 - مجموعتان من الطلاب</p> <p>- يقف كل مجموعة على هيئة قاطرة عند خط المرمى.</p> <p>- مع كل طالب من احدى المجموعتين كرة يد</p> <p>- يبدأ كل اثنين بالجري على طول خطى جانبي الملعب مع تبادل تمرير الكرة تمريرة كرابجية من الجرى بعرض الملعب، حتى الوصول لآخر الملعب ثم العودة للوقوف خلف القاطرتين.</p> <p>- يراعى عدم اخذ اكثر من ثلاث خطوات اثناء التمرير بالجري.</p>
<p>- الاستلام المتنوع ثم تمريرة بندولية للجانب</p>	

م	شرح التدريب	الشكل
٨	<ul style="list-style-type: none"> - تصطف مجموعتان على هيئة صفين متواجهتين كل اثنين متقابلين معهما كرة يد والمسافة بينهما (١.٥ م) - يتم التمرير باستخدام التمريرة البندولية للجانب بين كل اثنين متقابلين 	
٩	<ul style="list-style-type: none"> - يصطف اربع مجموعات كل مجموعتين متجاورتين على خط ال (٩) امتار ومواجهة لخط المنتصف - يقوم اللاعبان بتمرير واستلام الكرة مناولة بندولية للجانب مع التحرك للامام للتمرير والعودة للخلف بعد التمرير. - وكذلك المجموعة الثانية. 	
١٠	<ul style="list-style-type: none"> - مجموعة من الفاطرات كل فاطرتان متواجهتين وكل فاطرة مكونة من (٤) طلاب، يقفون بميل بحيث تكون التمريرة البندولية للجانب ناحية اليسار والجرى للوقوف خلف الفاطرة المواجه. 	
١١	<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطلاب في مراكز اللعب خلف ال (٩ م). - يتم الاستلام ثم التمرير بندولية للجانب من (أ) حتى وصول الكرة الى (و) والتكرار ومع سماع صافرة المعلم يقوم الطلاب بتبديل اماكنهم. (يكرر) 	
- الاستلام المتنوع ثم تمريرة مرتدة للامام		
م	شرح التدريب	الشكل
١٢	<ul style="list-style-type: none"> - تصطف مجموعتان على هيئة صفين متواجهتين كل اثنين متقابلين معهما كرة يد والمسافة بينهما (٣ م). - يتم اداء تمريرة مرتدة للامام بين كل اثنين متقابلين. - تبدأ المناولات من الثبات ومن ثم من الحركر مع زيادة سرعة الحركة والمناولة. 	
م	شرح التدريب	الشكل

	<p>13 - قاطرة امام اربعة اقماع فى شكل مربع كما هو مبين بالشكل مع وقوف طالبين قرب خط ال (م٩) (أ،ب)</p> <p>- يقوم (ج) بتمرير الكرة تمريرة مرتدة للامام الى (أ) والوقوف مكانه ثم يقوم (أ) برمى ولقف الكرة مرتين ثم تمريرها الى (ب) والوقوف مكانه ثم يقوم (ب) برمى ولقف الكرة بين الاقماع حتى الوصول الى خلف القاطرة وتكرار الاداء</p>
<p>الاداء الثاني: الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التمرير</p>	
<p>الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التمريرة الرسغية</p>	
<p>الشكل</p>	<p>م شرح التدريب</p>
	<p>14 - قاطرة عند خط المرمى مع وقوف طالبين (أ، ب) قرب خط ال (م٩)</p> <p>- يتم تمرير الكرة تمريرة رسغية الى (أ) ثم الاستلام والقيام بتنطيط الكرة حتى منتصف الملعب ثم تمرير الكرة الى (ب) والاستلام ثم تنطيط الكرة والعودة الى نقطة البداية خلف القاطرة</p>
	<p>15 - يقف الطالب امام الاقماع على بعد (م١٠) من هدف مرسوم على حائط</p> <p>- يتم رمى الكرة للاعلى ثم لقفها من الهواء مرتين متتاليتين ثم التنطيط الزجاجى بين الاقماع والقيام بالتمرير تمريرة رسغية على هدف مرسوم على الحائط ببعد (م٣). يكرر</p>
	<p>16 - قاطرتان (أ) و (ب) على خط ال (م ٦) وبحوزة طلاب القاطرة (أ) كور يد.</p> <p>- يقوم (أ) بتمرير الكرة تمريرة رسغية الى (ب) ثم يقطع من خلفه لاستلام الكرة.</p> <p>- فى حين يقوم (ب) بالتنطيط لتبادل المركز مع (أ) وهكذا حتى حتى النهاية، والعودة للوقوف خلف القاطرتين</p>
<p>- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التمريرة الكراجية من مستوى الرأس والكتف</p>	
<p>الشكل</p>	<p>م شرح التدريب</p>

	<p>١٧</p> <ul style="list-style-type: none"> - تقف قاطرتان متواجهتان مع وجود مسافة طولية بينهما حوالي (٣٠ م) ومسافة عرضية حوالي (٥ م). - يؤدي الطالب (أ) تنطيط الكرة مرة واحدة، ثم تمرر الكرة تمريرة كرابجية من مستوى الرأس والكتف الى (ب) والجرى خلف القاطرة المقابلة، ثم تمرير الكرة الى (ج) والجرى للوقوف خلف القاطرة المقابلة. (يكرر).
	<p>١٨</p> <ul style="list-style-type: none"> - وقوف قاطرة بجانب دائرة المرمى، ويقف الطالبين (أ)، (ب) كما بالرسم. - مع اشارة البدء يتم تمرير الكرة تمريرة كرابجية من مستوى الرأس والكتف الى (أ) والاستلام ثم يقوم بالتنطيط من بين الاقماغ. - ثم التمرير الى الزميلة (ب) الذي يقوم بالاستلام ثم تنطيط الكرة للرجوع الى خط البداية من خلف القمع المحدد. - بينما الطالب الذي قام بالاداء يقف مكان الطالب (ب). (يكرر)
<p>- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم تمريرة بندولية للجانب</p>	
<p style="text-align: center;">الشكل</p>	<p>١٩</p> <p style="text-align: center;">شرح التدريب</p> <ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلاب في قاطرة بكرة في مركز الجناح ومع اشارة البدء يتم تمرير الكرة تمريرة بندولية للجانب الى (أ) والجرى للوقوف مكانه، ثم يقوم (أ) بتنطيط الكرة من بين الاقماغ. - ثم يمرر الى (ب) ويجري لياخذ مكانه ثم يقوم (ب) بتنطيط الكرة خلف القمع المحدد وبطول خط الجانب حتى الوقوف خلف القاطرة. (يكرر)
	<p>٢٠</p> <ul style="list-style-type: none"> - وقوف الطلاب في قاطرة بكرة في مركز الجناح، مع اشارة البدء يتم تمرير الكرة تمريرة بندولية للجانب الى (أ) ويجري لياخذ مكانه ثم يقوم (أ) بتنطيط زجاجي بين الاقماغ ثم تمريرة بندولية للجانب الى الزميل (ب) والجرى لاستلام الكرة منه، ثم اداء تمريرة بندولية للجانب الى (ج) والجرى للاستلام منه - ثم بتنطيط الكرة خلف القمع المحدد وبطول خط الجانب حتى الوقوف خلف القاطرة
<p>الشكل</p>	<p>شرح التدريب</p>

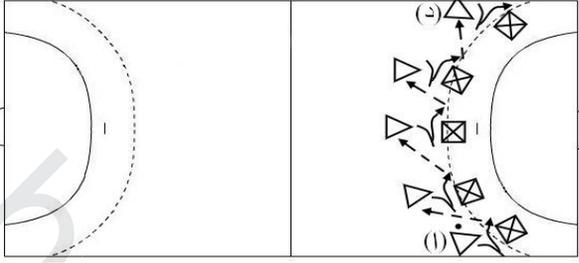
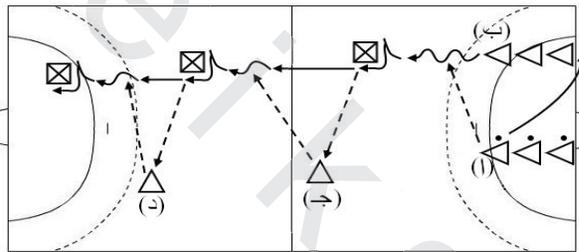
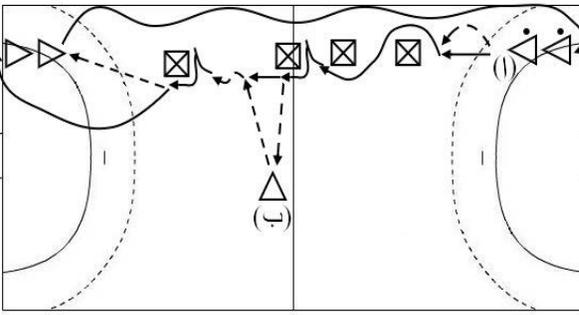
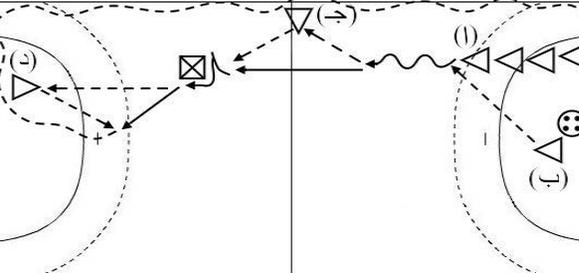
	<p>قائرتان (أ) و (ب) على خط ال (٦ م) وبحوزة طلاب القاطرة (أ) كور يد.</p> <p>- يقوم (أ) بتمرير الكرة تمريرة بندولية للجانب الى (ب) ثم يقطع من خلفه لاستلام الكرة.</p> <p>- فى حين يقوم (ب) بالتنطيط لتبادل المركز مع (أ) وهكذا حتى خط النهاية، والعودة للوقوف خلف القاطرتين.</p>
<p>- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم تمريرة مرتدة للأمام</p>	
	<p>- قاطرتان كل قاطرة عند خط المرمى وامام القاطرتان (٤) اقمام.</p> <p>- يلتقط الطالب (أ) الكرة من الارض ثم تنطيط زجاجى بين الاقمام ثم التمرير تمريرة مرتدة للأمام للطالب (ب) والجرى للوقوف خلف القاطرة المقابلة.</p> <p>- تكرر (ب) نفس الاداء.</p>
	<p>- يرمي الطالب الكرة الى اعلى ويلتقطها بعد ان ترتد من الارض ويقوم بالتنطيط بين الشاخصين ثم يقوم بالتمريرة المرتدة على الهدف المرسوم على الجدار. يكرر الأداء</p>
<p>الاداء الثالث : الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التمرير</p> <p>- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التمريرة الرسغية</p>	
	<p>- يمرر (أ) الكرة تمريرة رسغية الى (ب) للقيام باداء خداع بسيط من امام القائم ثم تمرر الكرة الى (ج).</p> <p>- يتحرك (ب) الى القائم التالى وفى نفس التوقيت يمرر (ج) الكرة الى (د).</p> <p>- يستلم (ب) الكرة من (د) ويؤدى الخداع البسيط من امام القائم ثم يمرر الكرة الى (هـ) ثم (و) فى الجهة المقابلة يمرر (و) الى (ب) وعمل خداع امام قائم وعمل تمريرة رسغية على الحائط.</p> <p>- يجب مراعاة تغيير نوع الخداع (بسيط - مركب). (يكرر)</p>

م	شرح التدريب	الشكل
٢٥	<p>- قاطرة امام القمع.</p> <p>- الجرى السريع ثم التقاط كرة واداء خداع بسيط من امام القمع ثم تمرير الكرة تمريرة رسغية على الهدف المرسوم على الحائط ثم العودة للوقوف خلف القاطرة. (يكرر)</p>	
٢٦	<p>- قاطرة عند ركن الملعب امام قائمين مع وقوف ثلاث طلاب احدهم قرب خط المنتصف والثاني على خط الجانب والثالث عند خط ال (٦ م).</p> <p>- يتم رمى الكرة لاعلى ولقفا من الهواء ثم القيام بالخداع البسيط امام القائم ثم تمرير الكرة تمريرة رسغية الى (أ) والجرى لاستلام الكرة من (ب) ثم الخداع البسيط امام القائم ثم تمرير الكرة الى (ج) والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p> <p>- يجب مراعاة تغيير نوع الخداع (بسيط - مركب). (يكرر)</p>	
<p>- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم تمريرة بندولية للجانب</p>		
٢٧	<p>- يقف الطلاب في مراكز اللعب خلف خط ال (٩ م) وامام كل طالب قمع.</p> <p>- يتم التقاط (أ) للكرة من الارض ثم الخداع البسيط ثم التمرير البندولي للجانب الى (ب) حتى وصول الكرة الى (هـ) وتكرار الاداء في الاتجاه العكسي.</p> <p>- يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صوت صافرة المعلم. (يكرر)</p>	
٢٨	<p>- الوقوف قاطرة عند ركن الملعب</p> <p>- وقوف (أ) بالقرب من خط المنتصف, (ب) بالقرب من دائرة ال (٦ م)</p> <p>- مع اشارة البدء يتم تمرير الكرة تمريرة كراباجية الى (أ) والجرى لاستلام ثم يؤدي التنطيط من بين الاقماع.</p> <p>- ثم التمرير تمريرة بندولية للجانب الى الزميل (ب) والجرى لأخذ مكانه، ثم يقوم (ب) بالتنطيط من خلف القمع المحدد وبطول خط الجانب حتى الوقوف خلف القاطرة بينما الطالب الذي قام بالاداء يقف لاستلام التمريرة من الطالب التالي. (يكرر)</p>	

- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم تمريرة مرتدة للامام

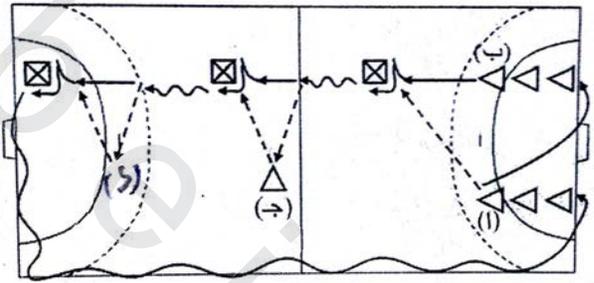
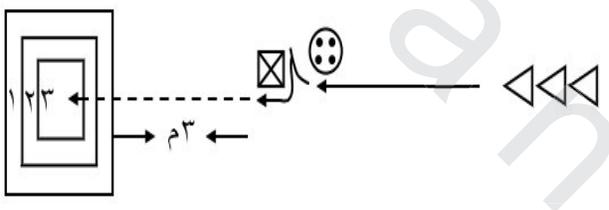
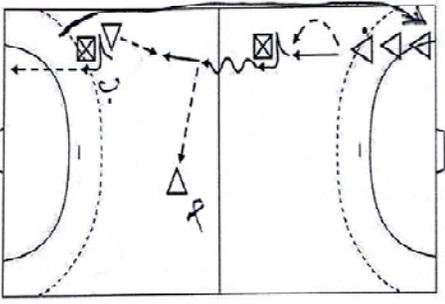
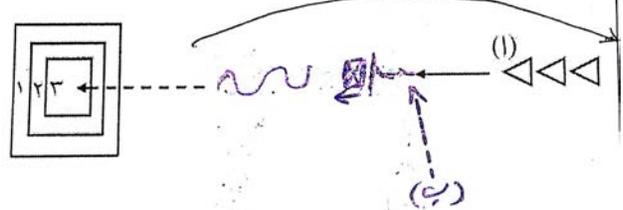
م	شرح التدريب	الشكل
٢٩	<p>- قاطرة عند منطقة المرمى وأمامها قمع ويقف طالب مقابل القاطرة وعلى بعد (٥م) منه.</p> <p>- يلتقط الطالب الكرة من الارض ثم اداء خداع بسيط بالكرة امام القمع ثم تمريرة مرتدة للامام للزميل المقابل والاستلام منه والجرى للوقوف خلف القاطرة.</p> <p>- يتم تكرار الاداء بالنسبة لباقي الطلاب. (يكرر)</p>	
٣٠	<p>- الوقوف قاطرة عند ركن الملعب</p> <p>- يقوم (أ) بالجرى لاستلام الكرة الممررة من حارس المرمى (ب).</p> <p>- ثم يمرر الى (ج) والاستلام منه.</p> <p>- ثم يقوم (أ) بالجرى تجاه القمع لأداء خداع مركب ثم تمريرة مرتدة للامام الى (د) والاستلام منه ثم العودة للوقوف خلف القاطرة.</p> <p>- يتم تبديل الاماكن بين الطلاب (يكرر)</p>	
<p>الأداء الرابع : الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التمرير - الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التمريرة الرسغية</p>		
٣١	<p>- الوقوف قاطرتان (أ) معهم كرة و (ب) بدون كرة</p> <p>- يمرر (أ) الكرة تمريرة رسغية الى (ب) الذي يقوم بالتنطيط حتى يصل الى القمع الاول ويؤدي الخداع البسيط ثم التمرير الى (ج) والجرى للاستلام منه ثم عمل تنطيط حتى يصل للقمع الثاني ويؤدي الخداع ثم التمرير الى (د) والاستلام منه، ثم عمل خداع من امام القمع الثالث ثم العودة للوقوف خلف القاطرة الاخرى.</p> <p>- يتم تبديل الطلاب لاماكنهم في القاطرتين. (يكرر)</p>	
٣٢	<p>- الوقوف قاطرة عند ركن الملعب</p> <p>- يقوم (أ) بالجرى لاستلام الكرة الممررة من حارس المرمى (ب).</p> <p>- يؤدي (أ) التنطيط في خط مستقيم الى منتصف الملعب ثم تمرر الكرة تمريرة رسغية الى (ج) والاستلام منه.</p> <p>- ثم يقوم (أ) بالجرى تجاه القمع لأداء خداع مركب ثم التمرير الى (د) والاستلام منه ثم العودة للوقوف خلف القاطرة.</p> <p>- يتم تبديل الاماكن بين الطلاب. (يكرر)</p>	

- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التميرير البندولي للجانب

الشكل	شرح التدريب	م
	<p>- في مراكز اللعب على بعد (١٢ م) من خط المرمى وامام كل طالب قمع على بعد (٢ م) منها.</p> <p>- يتم التنطيط ثم الخداع البسيط من امام القمع ثم التميرير البندولي للجانب من (أ) حتى وصول الكرة الى (د) والتكرار.</p> <p>- يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صافرة من المعلم.</p>	٣٣
	<p>- الوقوف قاطرتان (أ) معهم كرة و (ب) بدون كرة</p> <p>- تمرير (أ) الكرة تمريرة رسغية الى (ب) الذي يقوم بالتنطيط حتى يصل الى القمع الاول ويؤدي الخداع البسيط ثم تمرير بندولية للجانب الى (ج) والجرى للاستلام منه ثم عمل تنطيط حتى يصل للقمع الثاني ويؤدي الخداع ثم التميرير البندولية للجانب الى (د) والاستلام منه، ثم عمل خداع من امام القمع الثالث ثم العودة للوقوف خلف القاطرة الأخرى</p>	٣٤
<p>الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التميريرة المرتدة للامام</p>		
	<p>يقف الطلاب في قاطرات كل قاطرتين متواجهتين و بينهم (٤) اقماع.</p> <p>- يقوم الطالب (أ) برمي الكرة ولقفاها من الهواء.</p> <p>- ثم التنطيط الزجاجي بين الاقماع حتى يصل الى القمع الثالث لاداء الخداع البسيط ثم تمرير الكرة تمريرة مرتدة للامام الى الطالب (ب) واستلامها منه ثم التنطيط في خط مستقيم للوصول للقمع الرابع واداء الخداع ثم تمرير الكرة تمريرة مرتدة للامام الطالب التالي في القاطرة المقابلة، ثم الجرى للوقوف خلف القاطرة المقابلة. (يكرر)</p>	٣٥
	<p>- الوقوف قاطرة عند ركن الملعب</p> <p>- يقوم (أ) بالجرى لإستلام الكرة الممررة من حارس المرمي (ب).</p> <p>- يؤدي (ا) التنطيط في خط مستقيم الى منتصف الملعب ثم يمرر الكرة تمريرة رسغية الى (ج) والاستلام منه.</p> <p>- ثم يقوم (أ) بالجرى تجاه القمع لأداء خداع مركب ثم تمريرة مرتدة للامام الى (د) والاستلام منه ثم العودة للوقوف خلف القاطرة.</p> <p>- يتم تبديل الاماكن بين الطلاب. (يكرر)</p>	٣٦

الإداء الخامس: الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التنطيط ثم التمير

- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التنطيط ثم التمير الرسغية

الشكل	شرح التدريب	م
	<p>- الوقوف قاطرتان داخل دائرة المرمى</p> <p>- يمرر (أ) الكرة تمريرة رسغية الى (ب) ويجرى للوقوف خلف القاطرة الأخرى، ثم يقوم (ب) بالخداع البسيط من امام القمع الاول ثم التنطيط ثم التمير الرسغية الى (ج) والجرى للاستلام منه ثم عمل خداع بسيط من أمام القمع الثاني ثم تنطيط الكرة والتمرير الرسغية الى (د) والجرى للاستلام منه ثم عمل خداع بسيط، ثم العودة مع تنطيط الكرة للوقوف خلف القاطرة الأخرى.</p>	٣٧
	<p>- قاطرة امام القمع</p> <p>- الجرى السريع ثم التقاط كرة واداء خداع مركب من امام القمع ثم تنطيط الكرة مرة واحدة ثم تمرير الكرة تمريرة رسغية على الهدف المرسوم والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p>	٣٨
	<p>- قاطرة عند ركن الملعب امام قمعين مع وقوف اثنين احدهما (أ) قرب خط المنتصف و (ب) بالقرب من خط الجانب.</p> <p>- يتم رمي الكرة لأعلى ولقفا من الهواء ثم القيام بالخداع البسيط امام القمع الاول ثم التنطيط ثم تمرير الكرة تمريرة رسغية الى (أ) والاستلام من (ب) ثم الخداع البسيط من امام القمع الثاني ثم التمير على الحائط والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p>	٣٩
	<p>- قاطرة عند ركن الملعب</p> <p>- يقوم (أ) بالجرى لاستلام الكرة الممررة من (ب).</p> <p>- يؤدي (أ) الخداع امام العمود ثم التنطيط ثم التمير الرسغية على الهدف المرسوم على الحائط. (يكرر)</p>	٤٠

م	شرح التدريب	الشكل
٤١	<p>- فى مراكز اللعب على بعد (١٢ م) من خط المرمى وامام كل طالب قمع على بعد (٢ م) منه.</p> <p>- يتم الخداع البسيط من امام القمع ثم التنطيط مرة واحدة ثم التمرير البندولي للجانب من (أ) حتى وصول الكرة الى اخر طالب والتكرار.</p> <p>- يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صافرة من المعلم. (يكرر)</p>	
٤٢	<p>- الوقوف قاطرة (أ) اول القاطرة (ب) يقف قرب شمال القاطرة وعلى بعد (١٠ م)</p> <p>- يقوم (أ) بالنقاط الكرة من الارض وعمل خداع ثم التنطيط ثم تمريرة بندولية للجانب الى (ب) والاستلام وعمل تمريرة بندولية على الحائط والاستلام والرجوع خلف القاطرة. يكرر</p>	
<p>- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التنطيط ثم التمريرة المرتدة للامام</p>		
٤٣	<p>- يقف الطلاب فى قاطرتين متواجهتين وبينهم أربع أقماع وطالب يقف على بعد (٣ م) بجانب القمع الثالث يقوم الطالب (أ) يرمي الكرة ولقفها من الهواء.</p> <p>- ثم الخداع البسيط من أمام القمع الاول ثم التنطيط الرجزاجي بين الاقماع الثاني والثالث ثم تمريرة الى الطالب (ب) واستلامها منه ثم اداء الخداع من امام القمع الأخير ثم التنطيط وتمرير الكرة تمريرة مرتدة للأمام الطالب التالي فى القاطرة المقابلة والوقوف خلف القاطرة المقابلة. (يكرر)</p>	
٤٤	<p>- قاطرة عند ركن الملعب امام قمعين مع وقوف اثنين احدهما (أ) قرب خط المنتصف و (ب) بالقرب من خط الجانب.</p> <p>- يتم رمي الكرة للأعلى ولقفها فى الهواء ثم القيام بالخداع البسيط امام القمع الاول ثم التنطيط ثم تمرير الكرة الى (أ) والاستلام من (ب) ثم الخداع البسيط من امام القمع الثاني ثم التنطيط والتمرير تمريرة مرتدة على الحائط والعودة للوقوف خلف القاطرة. (يكرر)</p>	

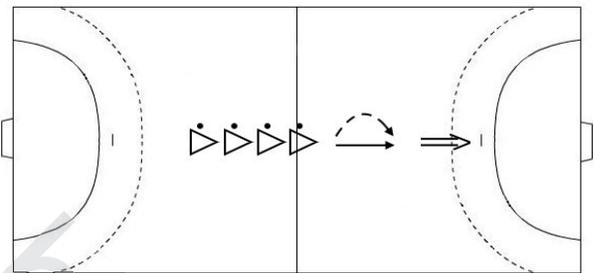
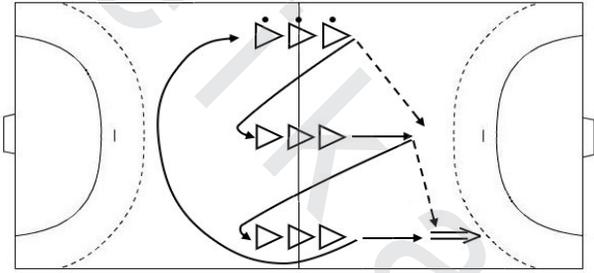
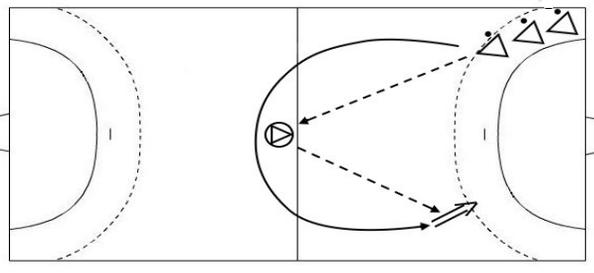
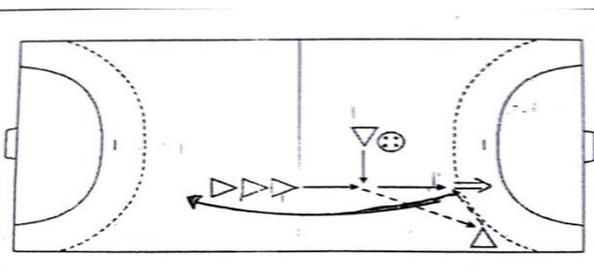
٢ - تدريبات الاداءات الحركية الهجومية المركبة التي تنتهى بالتصويب

الاداء السادس: الاستلام المتنوع ثم التصويب

- الاستلام المتنوع ثم التصويب الكيراجي من الحركة

م	شرح التدريب	الشكل
٤٥	<p>- يقسم الطلاب الى مجموعتين تقف كل مجموعة منها داخل منطقة المرمى</p> <p>- يقوم الطلاب بالتصويب الكيراجي من الثبات ثم من الحركة بطول الملعب فى اتجاه المرمى المقابل بحيث تصل الكرة مباشرة الى المرمى دون لمس الارض</p> <p>- تتبادل المجموعتان العمل ويمكن ان نجعلها مسابقة حيث تحتسب الكرة التى تصيب الشباك دون ان تلمس الأرض قبل المرمى بنقطة.</p> <p>- لا يعترض الطالب الكرة قبل التأكد من مكان سقوطها وبالتالي التصويبة المقابلة.</p>	
٤٦	<p>- يقف الطلاب فى شكل مجموعات فى قاطرات فى الثلاث مراكز الخلفية (الظهر الايسر - صانع الالعاب - الظهر الايمن)</p> <p>- الكرة مع الظهر الايسر يقوم بالضغط بالكرة للامام ثم تمرر للطالب صانع الالعاب الذي يستلم من الحركة ويقوم بالضغط للامام بأخذ ثلاث خطوات ويقوم بدوره بتمرير الكرة للظهر الايمن الذي يستلم من الحركة ويصوب تصويبة كيراجية من الحركة والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p> <p>- يتم تبادل الطلاب لماكنهم. يكرر</p>	
٤٧	<p>- قاطرة عند منتصف الملعب</p> <p>- يمرر الطالب (أ) الكرة الى (ب) على جانب القاطرة على بعد (٣م) من القاطرة ويستلمها منه مرة اخرى ثم التصويب الكيراجي من الحركة والعودة للوقوف خلف القاطرة. يكرر</p>	

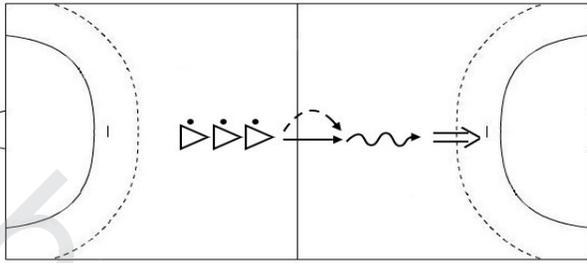
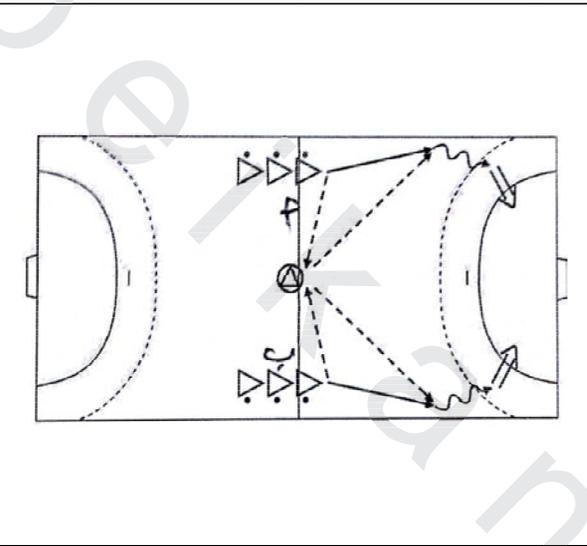
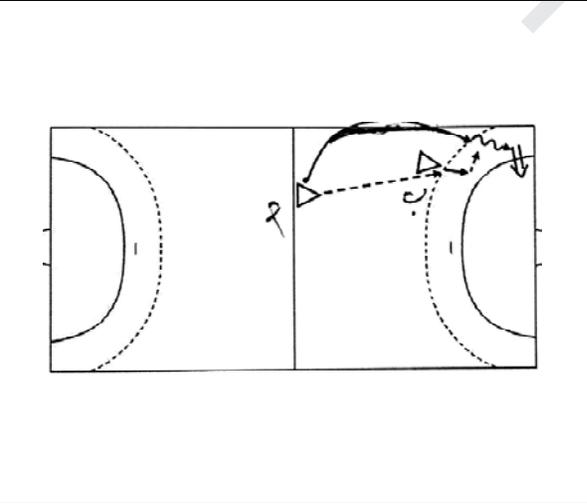
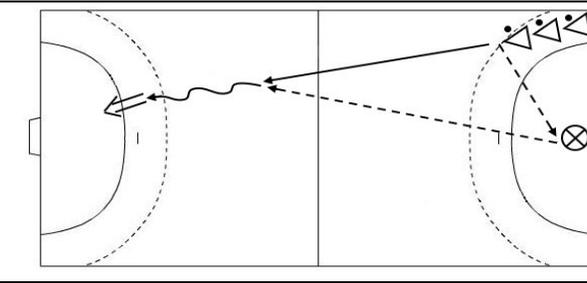
- الاستلام المتنوع ثم التصويب بالوثب العالى

م	شرح التدريب	الشكل
٤٨	<p>- قاطرة عند منتصف الملعب</p> <p>- يتم رمى الكرة ولقها من الهواء ثم التصويب بالوثب العالي من خارج خط ال (٩ م) مع مراعاة الارتقاء لاعلى نقطة والتصويب بالوثب العالي. والعودة للوقوف خلف القاطر</p>	
٤٩	<p>- يقف الطلاب فى شكل مجموعات فى قاطرات فى الثلاث مراكز الخلفية (الظهر الايسر - صانع الالعاب - الظهر الايمن)</p> <p>- الكرة مع الظهر الايسر (قاطرة ١) يقوم بالضغط بالكرة للامام، ثم يمرر للطلاب صانع الالعاب (قاطرة ٢) الذي يستلم من الحركة ويقوم بدوره بتمرير الكرة للظهر الايمن قاطرة (٣) الذي يستلم الكرة من الحركة ويرتقى للتصويب بالوثب العالي من خارج ال (٩ م) والعودة للوقوف خلف القاطرة (١).</p> <p>- يتم تبادل الطلاب لامكانهم. يكرر</p>	
٥٠	<p>- قاطرة فى مركز الجناح الايمن</p> <p>- يقوم الطالب بتمرير الكرة للمعلم على خط المنتصف ثم الجرى من خلف المعلم فى الجهة العكسية لاستلام الكرة منه ثم التصويب بالوثب العالي والعودة للوقوف خلف القاطرة ثم تكرار الاداء لباقي الطلاب.</p>	
٥١	<p>- يقف الطلاب فى قاطرة خلف خط منتصف الملعب و يقف (أ) فى مكان و معه الكرات و يقف (ب) فى مركز الجناح الايمن.</p> <p>- يجرى اول طالب فى القاطرة ويستلم تمريرة من (أ) ثم يمررها الى (ب) ويجرى ليستلم مرة اخرى ثم يأخذ ثلاث خطوات ثم الارتقاء للأعلى وللتصويب بالوثب العالي بقوة على المرمى والعودة للوقوف خلف القاطرة. يكرر</p>	
<p>- الاستلام المتنوع ثم التصويب بالوثب الطويل</p>		

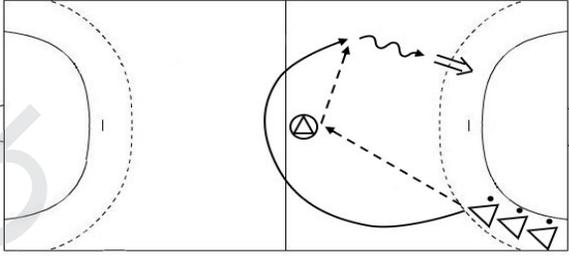
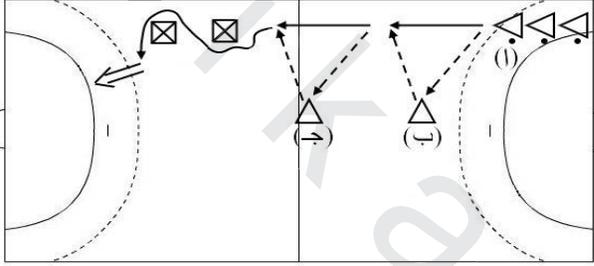
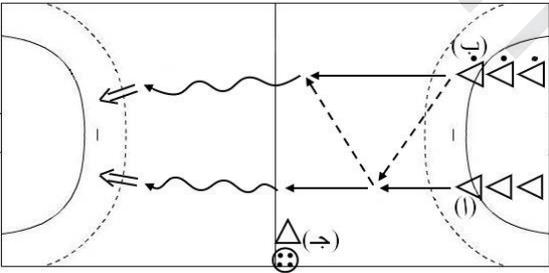
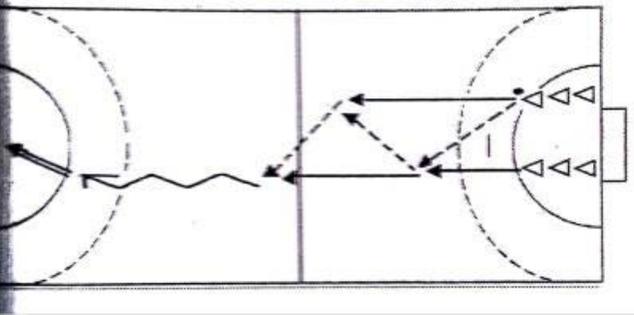
م	شرح التدريب	الشكل
٥٢	<p>- قاطرة عند منتصف الملعب</p> <p>- يتم رمي الكرة ولفها من الهواء ثم التصويب بالوثب الطويل من خارج خط ال (٦م) مع مراعاة الارتفاع للأمام وللأعلى، والعودة للوقوف خلف القاطرة. يكرر</p>	
٥٣	<p>- قاطرة عند منتصف الملعب</p> <p>- يقوم الطالب بتمرير الكرة للمعلم على خط المنتصف ثم الجرى تجاه مركز الجناح الايسر لإستلام الكرة ثم التصويب بالوثب الطويل، والعودة للوقوف خلف القاطرة. يكرر</p>	
٥٤	<p>- يقف الطلاب في قاطرة في مركز الجناح الايسر يتم التقاط الكرة من الارض ثم أخذ خطوات الاقتراب و الارتفاع للداخل للتصويب بالوثب الطويل من مركز الجناح مع مراعاة الاقتراب بصورة موازية لخط المرمى كلما أمكن ويتم الارتفاع خلال خطوتين أو ثلاثة والتصويب، والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p> <p>- تكرار الاداء ناحية مركز الجناح الايمن</p>	
٥٥	<p>- قاطرة في مركز الجناح الايسر</p> <p>- يمرر أول طالب في القاطرة الكرة إلى (أ) الذي يمررها إلى (ب)، وفي نفس الوقت يقطع الطالب على خط ال (٦م) ليستلم الكرة من (ب)، ثم يقوم بالتصويب بالوثب الطويل والعودة للوقوف خلف القاطرة. يكرر</p>	
- الإستلام المتنوع ثم التصويب بالسقوط الامامي		
٥٦	<p>- يقف الطلاب في قاطرات على خط ال (٧م) ثم يقوم طلاب الصف الاول من القاطرات عند سماع الصفارة بالتقاط كرة ثابتة من الارض ثم التصويب بالسقوط الامامي، والعودة للوقوف خلف القاطرات. يكرر</p>	
م	شرح التدريب	الشكل

	<p>٥٧ - الوقوف فى مراكز اللعب خارج دائرة ال (م٩) يتم التميرير والاستلام وعندما يقوم المعلم بإطلاق صفارته يقوم الطالب المستحوز على الكرة بالتصويب بالسقوط الامامى. - يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صفارة من المعلم</p>
	<p>٥٨ - الطالب (أ) على خط ال (م٩) والطالب (ب) على أمتداده ويقف على خط ال (م٦). - يمرر (أ) إلى (ب) تمريره مرتدة ويقوم (ب) بالاستلام ثم الدوران والتصويب بالسقوط الامامى. - يتم تبديل الطلاب لأماكنهم. يكرر.</p>
<p>- الإستلام المتنوع ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة</p>	
	<p>٥٩ - مجموعتان من الطلاب بكرات ويقف امام كل منهما ولدخل الملعب طالب حيث يقوم الطالب الاول من المجموعة بتمرير الكرة الى الطالب المقابل له والتحرك في اتجاه المرمى لاستقبال الكرة منه مرة اخرى والتصويب من مستوى الحوض والركبة على المرمى. يكرر</p>
	<p>٦٠ - ثلاث قاطرات (أ) و (ب) و (ج) على جانبي خط ال (٦) أمتار وبحوزتهم كرة، يقوم (ب) بتمرير الكرة رسغية بالجري ل (أ) والتبديل من خلفه بينما يقوم (أ) بالتمرير ل (ج) والتبديل من خلفه واخيرا يقوم (ب) بالتصويب على المرمى تصويب كرجاجي من مستوى الحوض والركبة، والتبادل للرجوع خلف القاطرات. يكرر</p>
	<p>٦١ قاطرتين بحوزتهما كرة، يتبادل الطالبين التمرير بينهما بالجري تمريرة رسغ حتى منطقة ال (٩) م ثم يقوم الطالب الذي بحوزته الكرة بالتصويب الكرجاجي من مستوى الحوض والركبة بينما يقوم الزميل بالقطع الامامى ومحاولة القيام بدور المدافع في قطع وتشنيت الكرة اثناء التصويب. يكرر</p>
<p>الأداء السابع : الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التصويب</p>	

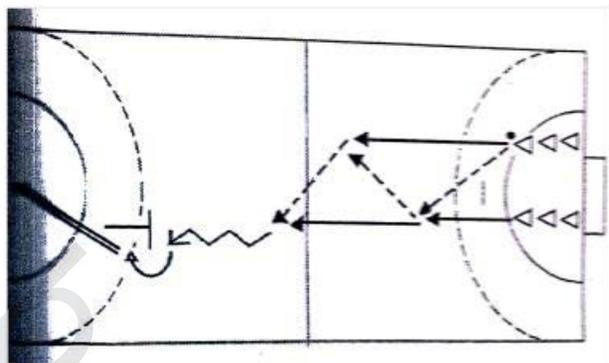
- الأستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التصويب بالوثب الطويل

م	شرح التدريب	الشكل
٦٢	<p>- قاطرة عند منتصف الملعب</p> <p>- يتم رمي الكرة ولقها من الهواء مرة واحدة ثم تنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب الطويل من خارج خط ال (٦م) مع مراعاة الارتقاء للأمام وللأعلى، والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p>	
٦٣	<p>- قاطرتان عند منتصف الملعب.</p> <p>- يقوم (أ) بتمرير الكرة للمعلم على خط المنتصف ثم الجرى تجاه مركز الجناح لإستلام الكرة من المعلم ثم تنطيطها ثم التصويب بالوثب الطويل والعودة للوقوف خلف القاطرة (ب) ثم تكرار الاداء في المجموعة الثانية.</p> <p>- يتم تبديل الطلاب لإمكانهم</p>	
٦٤	<p>- يمرر (أ) الكرة إلى (ب) ويقطع من خلفه ليستقبل الكرة من زميله المتحرك بالكرة. ثم يقوم (أ) بالتنطيط ثم التصويب بالوثب الطويل.</p> <p>- يتم تبديل الطلاب لأمكانهم. يكرر</p>	
٦٥	<p>- الوقوف قاطرة في مركز الجناح ثم يمرر الطالب الكرة إلى حارس المرمى ويجرى للأمام ليستلمها منه عند خط المنتصف ثم التنطيط والتصويب بالوثب الطويل، والعودة للوقوف خلف القاطرة. يكرر</p>	

- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التصويب بالوثب العالي

م	شرح التدريب	الشكل
٦٦	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرة في مركز الجناح الايمن - يقوم الطالب بتمرير الكرة للمعلم عند خط المنتصف ثم الجرى من خلف المعلم في الجهة العكسية لإستلام الكرة منه ثم التنطيط والتصويب بالوثب العالى والعودة للوقوف خلف القاطرة ثم تكرار الاداء لباقي الطلاب - ثم يعكس التدريب من مركز الجناح الايسر. 	
٦٧	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرة عند ركن الملعب - تقوم (أ) بتمرير الكرة إلى (ب) والجرى لإستلامها وتمريرها إلى (ج) ثم الجرى لإستلامها مرة أخرى. - ثم يقوم (أ) بالتنطيط الزجاجي بين الاقماع ثم التصويب بالوثب العالى، والعودة للوقوف خلف القاطرة. 	
٦٨	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرتان على خط (٦م)، ويقوم (أ) و (ب) بالتمرير والاسلام حتى الوصول لخط منتصف الملعب. - الطالب (ب) الذي بحوزته الكرة يقوم بتنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب العالى - الطالب (أ) يستقبل الكرة من (ج) لتنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب العالى. - يقوم الطلاب بالعودة للوقوف خلف القاطرتين، مع تبديل الاماكن 	
<p>- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة</p>		
٦٩	<ul style="list-style-type: none"> - قاطرتين احدهما بكرات، يقوم اول طالبين بالتمرير بالجري حتى خط المنتصف ثم يقوم الطالب المستحوذ على الكرة بالتنطيط ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة على المرمى والرجوع خلف القاطرتين مع مراعات تبديل اماكن الطلاب خلف القاطرة. 	

٧٠



- قاطرتين بحوزتهما كرة، يتبادل الطالبين التمرير بينهما بالجري تمريرة رسغ حتى منتصف الملعب ثم يقوم الطالب الذي بحوزته الكرة بالتنطيط باتجاه المرمى ثم التصويب الكراباجي من مستوى الحوض والركبة بينم يقوم الزميل بالقطع الامامي ومحاولة القيام بدور المدافع في قطع وتشتيت الكرة اثناء التصويب

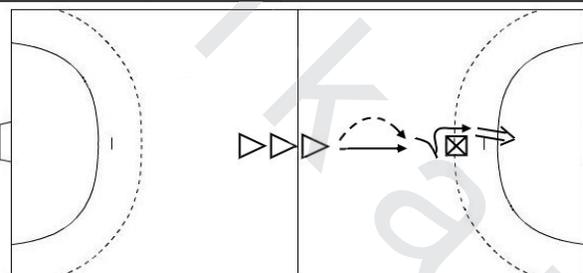
الاداء الثامن: الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التصويب

- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التصويب بالوثب الطويل

م

شرح التدريب

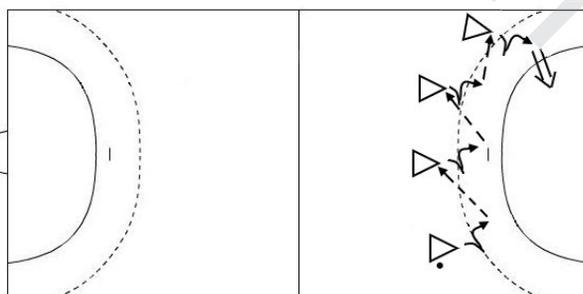
الشكل



٧١

- الوقوف قاطرة عند منتصف الملعب.
- يتم رمى الكرة ولقها من الهواء ثم عمل خداع بسيط من امام القمع ثم التصويب بالوثب الطويل من خارج دائرة الـ (٦ م) مع مراعاة الارتقاء للأمام وللأعلى، ثم العودة للوقوف خلف القاطرة

٧٢



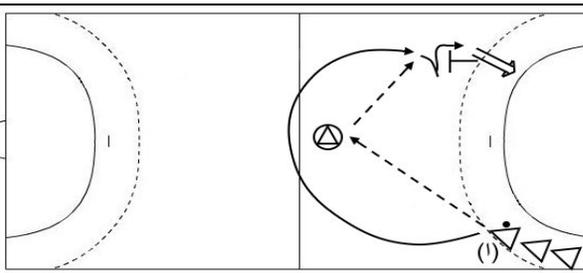
- الوقوف في مراكز اللعب خارج الدائرة الـ (٩ م) يقوم الطالب بعمل حركة خداع بسيط بالتصويب ثم التمرير للطالب الثاني الذي بدوره يقوم بحركة خداع بالتصويب ثم التمرير للطالب الاخير في مركز الجناح الذي ينهي التصويب بالوثب الطويل.
- يتم تبديل الطلاب لمركزهم عند سماع صفارة المعلم.

- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التصويب بالوثب العالي

م

شرح التدريب

الشكل



٧٣

- الوقوف قاطرة في مركز الجناح الايمن
- يقوم (أ) بتمرير الكرة للمعلم على خط المنتصف ثم الجرى من خلف المعلم في الجهة العكسية لإستلام الكرة منه ثم الخداع البسيط من أمام القائم ثم التصويب بالوثب العالي والعودة للوقوف خلف القاطرة.

	<p>٧٤ - الوقوف قاطرة عند منتصف الملعب - يتم درجة الكرة و التقاطها ثم الخداع المركب من أمام القائم ثم التصويب بالوثب العالي من خارج خط الـ (٩ م) مع مراعاة الارتقاء لاعلى نقطة و التصويب بالوثب العالي، والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p>	<p>٧٤</p>
	<p>٧٥ - الوقوف قاطرة عند ركن الملعب. - يقوم (أ) بتمرير الكرة الى (ب) ثم الجرى لاستلام الكرة وتمريرها (ج) ثم الجرى لاستلامها والقيام بالخداع البسيط من أمام القائم ثم التصويب بالوثب العالي، والعودة للوقوف خلف القاطرة</p>	<p>٧٥</p>
<p>- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التصويب بالسقوط الأمامي</p>		
<p style="text-align: center;">الشكل</p>	<p style="text-align: center;">شرح التدريب</p>	<p style="text-align: center;">م</p>
	<p>٧٦ - يقف الطلاب في قاطرات خلف خط الـ (٩ م) ثم يقوم طلاب الصف الاول من القاطرات عند سماع الصفارة بالتقاط كرة ثابتة من الارض ثم عمل خداع بسيط من امام القائم ثم التصويب بالسقوط الامامي، والعودة للوقوف خلف القاطرة</p>	<p>٧٦</p>
	<p>٧٧ - الوقوف في مركز اللعب خارج دائرة الـ (٩ م) يتم التمرير والاستلام وعندما يقوم المعلم باطلاق صفارته يقوم الطالب المستحوذ على الكرة بعمل خداع مركب ثم التصويب بالسقوط الامامي. - يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صفارة من المعلم</p>	<p>٧٧</p>
<p>- الاستلام المتنوع ثم الخداع والتصويب من مستوى الحوض والركبة</p>		

	<p>- يقف الطلاب عند منتصف الملعب.</p> <p>- يتم رمي الكرة ولقها من الهواء ثم عمل الخداع أمام القائم الموضوع على خط ال (٩) متر ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة والجري للوقوف خلف القاطرة.</p>	<p>٧٨</p>
	<p>- قاطرة عند ركن الملعب بكرات، يقوم الطالب (أ) بتمرير الكرة للطلاب (ب) والجري ليأخذ مكانه ويقوم (ب) بتمرير الكرة للطلاب (ج) واخذ مكانه بينما يقوم (ج) باداء خداع امام القمع ثم التصويب الكرابجي من مستوى الحوض والركبة والجري ليقف خلف القاطرة.</p>	<p>٧٩</p>
<p>الاداء التاسع : الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب</p>		
<p>- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب الكرابجي من الحركة</p>		
<p>الشكل</p>	<p>شرح التدريب</p>	<p>م</p>
	<p>- الوقوف قاطرة عند ركن الملعب.</p> <p>- يتم استلام الكرة من حارس المرمى ثم التنطيط بالكرة و القيام الخداع البسيط وتمريرة رسغية الى المعلم ثم الجرى من خلفه للإستلام ثم القيام بالتنطيط والخداع البسيط ثم التصويب الكرابجي من الحركة و العودة للوقوف خلف القاطرة.</p>	<p>٨٠</p>
	<p>- قاطرة على نقطة محددة على دائرة الرمية الحرة</p> <p>- يتم التنطيط حتى الوصول امام القائم ثم الخداع المركب ثم التصويب الكرابجي من الحركة، والعودة للوقوف خلف القاطرة</p>	<p>٨١</p>
	<p>- يقف الطلاب في (٤) قاطرات عند خط المنتصف ثم يقوم الطالب بدحرجة و التقاط الكرة ثم التنطيط في خط مستقيم ثم الخداع البسيط من امام القمع ثم التصويب الكرابجي من الحركة</p> <p>- يتم تغيير نوع الاستلام حيث يستلم من على الشمال او من على اليمين ويأخذ ثلاث خطوات ويصوب ثم يغير الى التقاط الكرة المتدحرجة على الارض ويصوب بقوة على المرمى، والعودة للوقوف خلف القاطرة</p>	<p>٨٢</p>

- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب بالوثب العالي

	<p>٨٣</p> <ul style="list-style-type: none"> - الوقوف عند منتصف الملعب. - يتم دحرجة الكرة و التقاطها ثم تنطيط الكرة ثم الخداع المركب من امام القمع ثم التصويب بالوثب العالي من خارج خط الـ (٩ م) مع مراعاة الارتقاء لاعلى نقطة و التصويب بالوثب العالي، و العودة للوقوف خلف القاطرة
--	---

	<p>٨٤</p> <ul style="list-style-type: none"> - الوقوف قاطرة عند ركن الملعب - يقوم (أ) بتمرير الكرة الى (ب) ثم الجرى لاستلامها منه. - ثم يقوم (أ) بالتنطيط ثم الخداع المركب من أمام القمع ثم التصويب بالوثب العالي من على خط الـ (٩ م)، و العودة للوقوف خلف القاطرة.
--	--

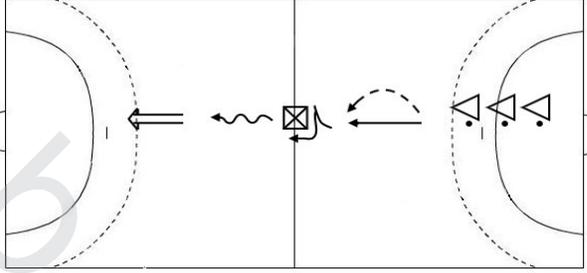
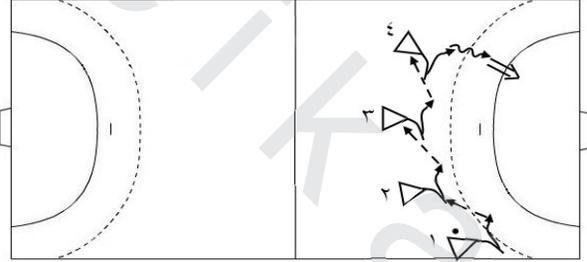
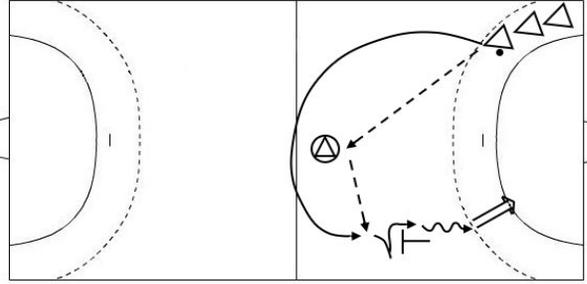
<p>الشكل</p>	<p>شرح التدريب</p>
--------------	--------------------

	<p>٨٦</p> <ul style="list-style-type: none"> - الوقوف قاطرة عند منتصف الملعب. - يتم رمى الكرة ولقفاها من الهواء مره واحده ثم تنطيط الكرة ثم الخداع البسيط من أمام القمع ثم التصويب بالوثب الطويل من خارج خط الـ (٦ م) مع مراعاة الارتقاء للامام و للاعلى والعودة للوقوف خلف القاطرة. - يكرر
--	--

- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب بالوثب الطويل

	<p>٨٦</p> <ul style="list-style-type: none"> - الوقوف قاطرة عند منتصف الملعب. - يتم رمى الكرة ولقفاها من الهواء مره واحده ثم تنطيط الكرة ثم الخداع البسيط من أمام القمع ثم التصويب بالوثب الطويل من خارج خط الـ (٦ م) مع مراعاة الارتقاء للامام و للاعلى والعودة للوقوف خلف القاطرة. - يكرر
--	--

	<p>- الوقوف قاطرتين عند منتصف الملعب. - يقوم (أ) بتمرير الكرة للمعلم على خط المنتصف ثم الجرى تجاه مركز الجناح لاستلام الكرة ثم تنطيطها ثم الخداع البسيط من امام القمع ثم التصويب بالوثب الطويل و العودة خلف المجموعة (ب) ثم تكرار الأداء فى المجموعة الاخرى (ب). يكرر</p>	<p>٨٧</p>
	<p>- الوقوف قاطرتين بالقرب من دائرة الـ (٩م) - يتم التمرير و الاستلام بين الزميلان ثم عمل تنطيط ثم خداع مركب من أمام الطالب (المدافع) ثم التصويب بالوثب الطويل، والعودة خلف القاطرة الاخرى</p>	<p>٨٨</p>
	<p>- الوقوف قاطرة فى مركز الجناح ثم يمرر الطالب الكرة الى حارس المرمى ويجرى ليستلمها منه عند خط المنتصف ثم تنطيط الكرة ثم عمل خداع بسيط من أمام القمع ثم التصويب بالوثب الطويل، والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p>	<p>٨٩</p>
<p>- الاستلام المتنوع ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة</p>		
<p>الشكل</p>	<p>شرح التدريب</p>	<p>م</p>
	<p>- قاطرتين (أ) و (ب) عند ركني الملعب، يقوم (أ) يرمي ولقف الكرة ثم التنطيط والخداع عند القمع ثم التصويب على المرمى من مستوى الحوض والركبة والجري ليقف خلف القاطرة (ب)، بينما يقوم (ب) بالتمرير الى (ج) والاستلام ثم التنطيط والخداع عند القمع ثم التصويب على المرمى من مستوى الحوض والركبة والجري ليقف خلف القاطرة (أ)</p>	<p>٩٠</p>
	<p>- قاطرتين بحوزتهما كرة، يتبادل الطالبين التمرير بينهما بالجري تمريرة رسغ حتى منتصف الملعب ثم يقوم الطالب الذي بحوزته الكرة بالتنطيط باتجاه المرمى ثم الخداع والتصويب التصويب الكراباجي من مستوى الحوض والركبة بينم يقوم الزميل بالقطع الامامي ومحاولة القيام بدور المدافع في قطع وتشتيت</p>	<p>٩١</p>

	الكرة اثناء التصويب.
الاداء العاشر : الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التنطيط ثم التصويب	
- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التنطيط ثم التصويب بالوثب الطويل	
	<p>9</p> <p>الوقوف قاطرة عند دائرة المرمى.</p> <p>- يتم رمي الكرة ولقها من الهواء ثم عمل خداع بسيط من أمام القمعة ثم تنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب الطويل من خارج خط ال(6م) مع مراعاة الأرتقاء للأمام لأعلى والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p>
	<p>9</p> <p>الوقوف في مراكز اللاعبين، بحيث يقوم الطالب (1) بعمل حركة خداع بالتصويب ثم التمرير تمريرة بندولية للجانب للطالبة (2) الذي بدوره يقوم بعمل حركة خداعية بالتصويب ثم التمرير للطالب (3) الذي يقوم بنفس العمل ويمرر للطالب (4) الذي ينهي بتنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب الطويل.</p> <p>- يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صفارة من المعلم</p>
- الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التصويب بالوثب العالي	
	<p>94</p> <p>الوقوف قاطرة في مركز الجناح الأيمن</p> <p>- يقوم الطالب بتمرير الكرة للمعلم على خط المنتصف ثم الجرى من خلف المعلم في الجهة العكسية لاستلام الكرة من المعلم ثم الخداع البسيط من أمام القائم ثم التنطيط ثم التصويب بالوثب العالي والعودة للوقوف خلف القاطرة</p>
الشكل	شرح التدريب

	<p>- الوقوف قاطرة عند ركن الملعب. - يقوم (أ) بتمرير الكرة إلى (ب) ثم الجرى لإستلامها منه، ثم يقوم بتمريرها إلى (ج)، ثم الجرى لأستلامها منه والقيام بالخداع البسيط من أمام القمع ثم تنطيط الكرة ثم التصويب بالوثب العالى، والعودة للوقوف خلف القاطرة.</p>	<p>٩٥</p>
<p>- الاستلام المتنوع ثم خداع ثم تنطيط ثم التصويب بالسقوط الامامي</p>		
	<p>- يقف الطلاب فى (٤) قاطرات خلف خط المنتصف ثم يقوم طلاب الصف الأول من القاطرات عند سماع الصفارة بالتقاط كرة ثابتة من الأرض ثم عمل خداع مركب من أمام القمع ثم تنطيط الكرة ثم التصويب بالسقوط الامامى، والعودة خلف القاطرة.</p>	<p>٩٦</p>
	<p>- الوقوف فى مراكز اللعب خارج دائرة ال(٩م) يتم التمرير والأستلام (تمريرة بندولية للجانب) وعندما يقوم المعلم بإطلاق صفارته يقوم الطالب المستحوذ على الكرة بعمل خداع مركب ثم تنطيط الكرة ثم التصويب بالسقوط الامامى. - يتم تبديل الطلاب لمراكزهم عند سماع صفارة من المعلم.</p>	<p>٩٧</p>

مرفق (٨)

أستمارة إستطلاع رأي السادة خبراء كرة اليد حول تحديد أفضل الأختبارات التي تقيس الأداءات الحركية الهجومية المركبة للمهارات قيد البحث (الصورة المبدئية)

جامعة الاسكندرية

كلية التربية الرياضية للبنات

قسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية

استمارة استطلاع رأي خبراء كرة اليد لتحديد أفضل الإختبارات التي تقيس الأداءات الحركية الهجومية المركبة في كرة اليد (قيد البحث)

السيد الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة وبعد ،،،

يقوم الباحث/ عباس عبد الحمزة كاظم فزع بإعداد بحث بعنوان "فعالية استخدام الأداءات الحركية المركبة في تطوير بعض مهارات كرة اليد الهجومية لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق" وذلك للحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية .

وقد قام الباحث بعد الرجوع للمراجع العلمية والدراسات السابقة التي تناولت الأداءات الهجومية المركبة، بوضع مجموعة الإختبارات المهارية التي تقيس الأداءات الهجومية المركبة في كرة اليد للمهارات (قيد البحث) .

ويأمل الباحث الإستفادة بأرائكم البناءة في تحديد مدى مناسبة هذه الإختبارات لقياس بعض الأداءات الهجومية المركبة لطلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق . وذلك بإضافة او حذف أو أي تعديلات ترونها من وجهة نظركم أفضل

ولسيادتكم خالص الشكر والتقدير

الإسم والدرجة العلمية: -----

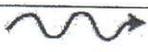
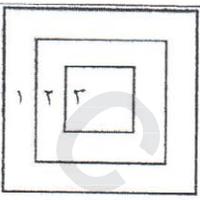
الوظيفة: -----

عدد سنوات الخبرة: -----

جهة العمل: -----

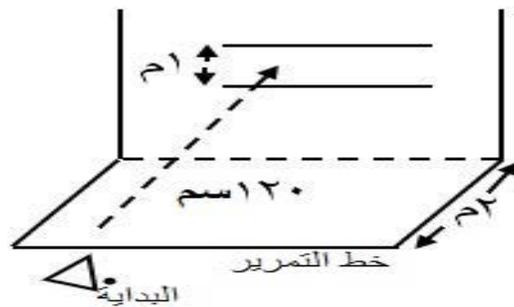
الباحث

مفتاح الرسم

لاعب مهاجم	
لاعب مهاجم مستحوذ علي الكرة	
شاخص	
مسار الكرة	
مسار اللاعب	
تنطيط الكرة	
تصويب	
الخداع	
قمع	
قائم	
حامل الكور	
كرات يد	
كرة طبية	
علامات لوضع القدم أثناء الخداع	
هدف مرسوم علي الحائط عدد ثلاث مستطيلات متداخلة مقاييسهم (٨٠ × ٦٠ سم)، (٦٠ × ٤٠ سم)، (٤٠ × ٢٠ سم)، وعرض خطوط المستطيلات (٥ سم)	
علامات للتصويب	

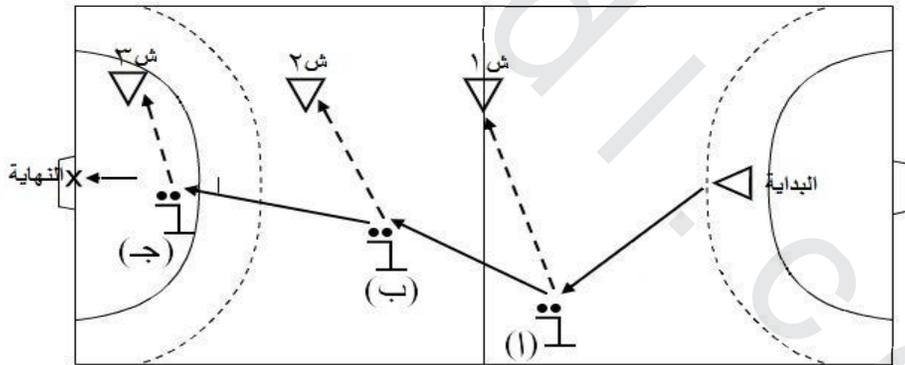
أولاً: إختبارات الأداءات الحركية الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمرير

غير مناسب	مناسب	الأستلام ثم التمرير على حائط لمدة (٣٠) ثانية (درجة)	١-
		قياس سرعة ودقة الاستلام والتمرير (تمريرة رسغية) (من الثبات)	الغرض من الإختبار
		كرة يد قانونية - حائط املس - ساعة ايقاف - يرسم على الحائط خطان متوازيان مع الأرض المسافة بينهم ١م والخط السفلي يرتفع عن سطح الأرض (١٢٠) سم - يرسم خط موازي للحائط على مسافة (٢ م) (خط التمرير).	الأدوات المستخدمة
		- يقف الطالب بحيث يقع خلف خط التمرير . - عند سماع الإشارة يبدأ الطالب بالنقاط كرة ساكنة من الأرض ثم تمرير الكرة تمريرة رسغية بين الخطين على الحائط والاستلام لأكبر عدد ممكن من المرات خلال (٣٠) ثانية .	وصف الإختبار
		- لا تحتسب التمريرة ضمن عدد مرات التمرير والأستلام إذا جاوز الطالب خط البداية او التمرير اسفل او اعلى الخطين ، اذا سقطت الكرة على الأرض ضرورة سرعة اعادتها او اخذ كرة اخرى مثبتة بجانبها ، واستكمال الأداء حتى انتهاء الزمن - تحتسب عدد التمريرات الصحيحة والتي تمت من خلف خط البداية وبين الخطين على الحائط . - اذا لمست الكرة احد الخطين على الحائط تحتسب صحيحة . - لكل طالب محاولة واحدة فقط ، الا في حالة فقدان الكرة يتم إعادة المحاولة . - يجب ان تكون التمريرة في خط مستقيم ومن مستوي الكنف " تمريرة رسغ .	شروط الاداء
		- تسجيل عدد مرات الاستلام والتمرير في زمن قدره (٣٠) ثانية . - لا تحتسب التمريرة ضمن عدد مرات التمرير والاستلام ، عند الاخلال باي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها .	طريقة التسجيل

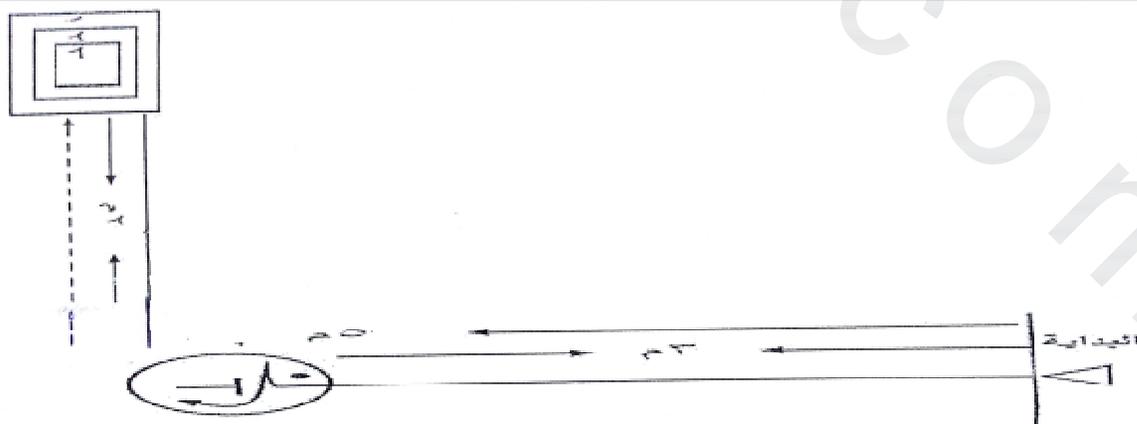


غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التمرير (رسغيه) / درجة - ثانية	٢ -
		قياس سرعة الاستلام والتمرير ودقة التمريرة الرسغية (من الحركة)	الغرض من الاختبار
		كرة يد - حائط أملس - طباشير - شريط قياس - صافرة - ساعة إيقاف - أقماع - يرسم على الحائط الأملس عدد ثلاث مستطيلات متداخلة مقاييس (٨٠ * ٦٠ سم) (٦٠ * ٤٠ سم) (٤٠ * ٢٠ سم) ، وعرض خطوط المستطيلات ٥ سم وبأرتفاع (١٨٠ سم) من مستوي سطح الأرض .	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطالب خلف خط البداية الذي يبعد (٢م) عن الحائط - عند سماع إشارة البدء يقوم الطالب بالتقاط كرة ساكنه من الأرض و تمريرها تمريرة رسغيه على الحائط واستلامها (١٠) تكرارات متتالية - ثم التحرك مع رمي الكرة ولقفها اثناء نزولها من الهواء مرتين في خط مستقيم حتى الوصول الى دائرة مرسومة على الأرض نصف قطرها (٥٠سم) وتبعد (٢م) عن الحائط لأداء تمريرة الرسغ على الهدف المرسوم على الحائط (المستطيلات المتداخلة). 	وصف الاختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - المساعد يشكل مع العضد زاويه قائمه تقريبا وان يكون التمرير من مستوى الكتف - تشير راحة اليد الحاملة للكرة بصورة مائله الى اعلى - ان يكون التمرير في خط مستقيم ومن مستوى الكتف تمريرة رسغ - يجب التمرير من داخل الدائرة المحددة 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> - حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى وصول الكرة الى الهدف المرسوم مع اضافة (١ث) لكل خطأ من الاخطاء الاتية - الإخلال بأي شرط من شروط الأداء السابق ذكرها - سقوط الكرة على الأرض - الجري بالكرة اكثر من (٣) خطوات - عدم الوصول الى الدائرة المحددة للتمرير - عدم ارتفاع اليد الحامله للكرة الى ارتفاع الكتف - حمل الكرة على الاصابع وعدم مسكها - يحصل الطالب على (٣) درجات عند تمرير الكرة داخل المستطيل الصغير - يحصل الطالب على (٢) درجة عند تمرير الكرة ولمسها خطوط المستطيل الصغير او بكاملها داخل المستطيل المتوسط - يحصل الطالب على (١) درجة عند تمرير الكرة و لمسها خطوط المستطيل الكبير - يحصل الطالب على (صفر) عند تمرير الكرة خارج المستطيلات الثلاث 	طريقة التسجيل

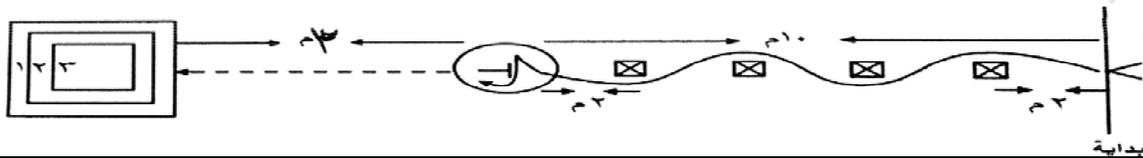
غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التمرير من الجري (رسغيه) / درجة - ثانية	٣ -
		قياس سرعة ودقة الأستلام والتمرير من الجري (تمريرة رسغيه)	الغرض من الأختبار
		ملعب كرة يد - (٣) شواخص للتمرير - كور يد - ساعة إيقاف	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطالب عند خط البداية - عند سماع اشارة البدء يجري الطالب بسرعة في اتجاه حامل الكور (أ) ليلتقط الكرة ثم يقوم بتمريرها الى الشاخص (١) ثم يجري في اتجاه حامل الكور (ب) ليلتقط كرة و يقوم بتمريرها الى الشاخص (٢) ثم يجري في اتجاه حامل الكور (ج) ويلتقط كرة ويقوم بتمريرها الى الشاخص (٣) ويستمر الجري حتى يتخطى خط النهاية 	وصف الأختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - عدم تنطيط الكرة - المساعد يشكل مع العضد زاويه قائمه تقريبا و ان يكون التمرير من مستوى الكتف - تشير راحة اليد الحاملة للكرة بصورة مائله الى اعلى - ان يكون التمرير بخط مستقيم 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> - حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى يتخطى الطالب خط النهاية مع اضافة (١ث) عند الاخلال بأي شروط من شروط الاداء السابق ذكرها - عند التمرير الى الشاخص تحتسب (٣) درجات اذا تم التمرير على الثلاث شواخص بدقة . - لاتحتسب درجة عند التمرير بعيدا عن الشاخص - تلغى الدرجة اذا ارتكب الطالب مخالفه قانونية (٣خطوات ٣ ثواني) 	طريقة التسجيل



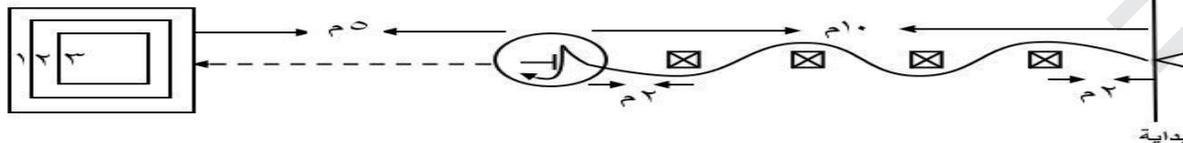
غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم الخداع ثم التميرير بندوليه للجانب / درجة - ثانية	٤ -
		قياس سرعة الاستلام ثم الخداع ودقة التميرير البندولية للجانب	الغرض من الأختبار
		كرة يد حائط - حائط املس - طباشير - شريط قياس - قائم - صافرة - ساعة إيقاف - يرسم على الحائط الاملس عدد ثلاث مستطيلات متداخله مقاييسهم (٦٠×٨٠سم) (٤٠×٦٠سم) (٢٠×٤٠سم) و عرض خطوط المستطيلات (٥سم) وبأرتفاع (٨٠سم) من مستوى سطح الارض	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطالب ومعه كرة خلف خط البداية الذي يبعد مسافة (٣م) عن الدائرة المرسوم على الارض والتي نصف قطرها (٥٠ سم) - وعند سماع اشارة البدء يقوم الطالب بدحرجة الكرة والتقاطها من الارض قبل الوصول الى الدائرة ثم اداء الخداع البسيط بالكرة مع مراعاة لمس العلامة المحددة بالقدم يمينا او يسارا وفقا لاتجاه اداء الخداع ثم التميرير البندولي للجانب على الهدف المرسوم على الحائط والذي يبعده (٢ م) عن الدائرة المرسومة على الارض . 	وصف الأختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - يجب عند التقاط الكرة ان تكون القدمين مفتوحتين في خطوه المشي وتكون القدم المقابلة لجانب الكرة خلفها بمسافه تمنع الاصطدام بها و القدم الأخرى موازيه للكرة - ان يوضح الطالب حركة الخداع و يراعى ان يكون الاداء سريعا - ان تتحرك الذراع الحامله للكرة كحركة البندول للجانب - يجب الالتقاط و الخداع داخل الدائره 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> - حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى وصول الكرة الى الهدف المرسوم على الحائط مع اضافة (١ث) لكل خطأ من الاخطاء الاتيه: - الاخلال بأي شرط من الشروط السابق ذكرها - سقوط الكرة على الارض - عدم دحرجة الكرة والتقاطها - عدم اداء الخداع - عدم لمس العلامة المحددة بالقدم اثناء الخداع - يحصل الطالب على (٣) درجات عند تمرير الكرة داخل المستطيل الصغير - يحصل الطالب على (٢) درجة عند تمرير الكرة و لمسها خطوط المستطيل الصغير او بكاملها داخل المستطيل المتوسط - يحصل الطالب (١) درجة عند تمرير الكرة و لمسها خطوط المستطيل المتوسط او بكاملها داخل المستطيل الكبير - يحصل الطالب على (صفر) عند تمرير الكرة خارج المستطيلات الثلاث 	طريقة التسجيل



غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التنطيط ثم الخداع ثم التميرير(مرتده للأمام) / درجة - ثانية	٥ -
		قياس سرعة الاستلام والتنطيط و الخداع ودقة التميرير المرتدة للامام	الغرض من الأختبار
		كرة يد- حائط املس- طباشير - شريط قياس- صافرة - قائم -ساعة ايقاف - يرسم على الحائط الاملس عدد ثلاث مستطيلات متداخلة مقاييسهم (٦٠×٨٠سم) , (٤٠×٦٠سم) , (٢٠×٤٠سم) وعرض خطوط المستطيلات (٥سم) وبأرتفاع (٣٠سم) من مستوى سطح الارض ويرسم دائرة على الارض بقطر (٥٠) سم على بعد (٣) م من الجدار المرسوم عليه المستطيلات .	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطالب خلف خط البداية الذي يبعد (٣ م) عن الهدف المرسوم على الحائط - عند سماع اشارة البدء يقوم الطالب بالتقاط كرة ساكنه من على الارض و التنطيط في خط زرجاجي بين (٤) اقماع المسافه بينهم (٢م) ثم الخداع البسيط بالكرة امام القائم الذي يبعد مسافة (١٠م) عن خط البداية و(٣م) عن الهدف المرسوم مع مراعاة لمس العلامة المحددة بالقدم يمينا او يسارا وفقا لاتجاه اداء الخداع ثم تمرير الكرة تمريرة مرتدة للامام على الهدف المرسوم على الحائط 	وصف الأختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - يجب عند التقاط الكرة ان تكون القدمين مفتوحين في خطوة المشي وتكون القدم المقابلة لجانب الكرة خلفها بمسافة تمنع الاصطدام بها و القدم الاخرى موازية للكرة - ان تتم حركة التنطيط الزرجاجي بيد واحدة ومن رسغ اليد مع مراعاة ارتخائه ومرونته - يجب ان يكون النظر للامام عند تنطيط الكرة - مرجحة الذراع الرامية اثناء التميرير المرتد للامام - ان يوضح الطالب حركة الخداع ويراعى ان يكون الاداء سريعا - دوران الجذع بحيث يصبح محور الكتف مقاطعا لمحور الحوض اثناء اداء التنطيط بيد واحدة 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> - حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى وصول الكرة الهدف المرسوم مع اضافة (١ث) في حاله اي خطأ من الاخطاء الاتية : - الاخلال بأي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها - سقوط الكرة اثناء التنطيط - تنطيط الكرة ثم استلامها واعادة تنطيطها مرة اخرى - عدم اداء الخداع - الجري بالكرة أكثر من (٣) خطوات - يحصل الطالب على (٣) درجات عند تمرير الكرة داخل المستطيل الصغير - يحصل الطالب على (٢) درجة عند تمرير الكرة ولمسها خطوط المستطيل الصغير او بكاملها داخل المستطيل المتوسط - يحصل الطالب على (١) درجة عند تمرير الكرة ولمسها خطوط المستطيل المتوسط او بكاملها داخل المستطيل الكبير - يحصل الطالب على (صفر) عند تمرير الكرة خارج المستطيلات الثلاثة 	طريقة التسجيل



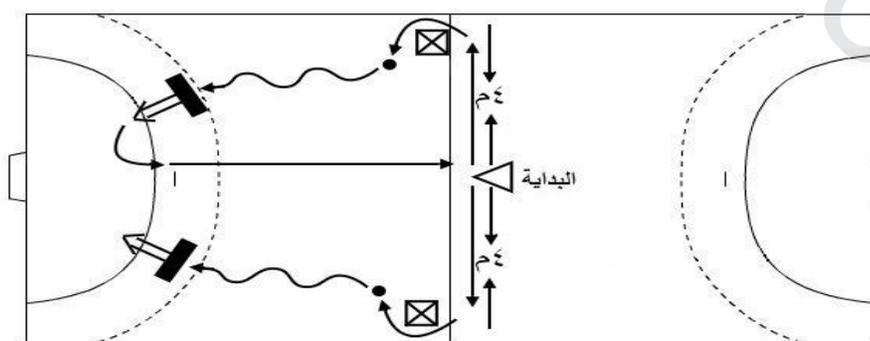
غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التنطيط ثم الخداع ثم التميريه الكرجيه / درجة - ثانية	٦ -
		قياس سرعة الاستلام والتنطيط و الخداع ودقة التميريه الكرجيه	الغرض من الأختبار
		كرة يد- حائط املس- طباشير - شريط قياس- صافرة - قائم -ساعة ايقاف - يرسم على الحائط الاملس عدد ثلاث مستطيلات متداخلة مقاييسهم (٨٠×٦٠سم), (٦٠×٤٠سم), (٤٠×٢٠سم) وعرض خطوط المستطيلات (٥سم) وبأرتفاع (٨٠سم) من مستوى سطح الارض	الأدوات المستخدمة
		- يقف الطالب خلف خط البداية الذي يبعد (١٥م) عن الهدف المرسوم على الحائط - عند سماع اشارة البدء يقوم الطالب بالتقاط كرة ساكنه من على الارض و التنطيط في خط زرجاجي بين (٤) اقمام المسافه بينهم (٢م) ثم الخداع البسيط بالكرة امام القائم الذي يبعد مسافة (١٠م) عن حائط البداية و(٥م) وفقا لاتجاه اداء الخداع ثم تمرير الكرة تمريرة كرجيه على الهدف المرسوم على الحائط	وصف الأختبار
		- يجب عند التقاط الكرة ان تكون القدمين مفتوحين في خطوة المشي وتكون القدم المقابله لجانب الكرة خلفها بمسافة تمنع الاصطدام بها و القدم الاخرى موازية للكرة - ان تتم حركة التنطيط الزرجاجي بيد واحدة ومن رسغ اليد مع مراعاة ارتخائه ومرونته - يجب ان يكون النظر للامام عند تنطيط الكرة - مرجحة الذراع الرامية اثناء التمير الكرجي - ان يوضح الطالب حركة الخداع ويراعى ان يكون الاداء سريعا دوران الجذع بحيث يصبح محور الكتف مقاطعا لمحور الحوض اداء التنطيط بيد واحدة	شروط الاداء
		- حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى وصول الكرة الهدف المرسوم مع اضافة (١ث) لكل خطأ من الاخطاء الاتيه : - الاخلال بأي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها - سقوط الكرة اثناء التنطيط - تنطيط الكرة ثم استلامها واعادة تنطيطها مرة اخرى - عدم اداء الخداع - الجري بالكرة اكثر من (٣) خطوات - يحصل الطالب على (٣) درجات عند تمرير الكرة داخل المستطيل الصغير - يحصل الطالب على (٢) درجة عند تمرير الكرة ولمسها خطوط المستطيل الصغير او بكاملها داخل المستطيل المتوسط - يحصل الطالب على (١) درجة عند تمرير الكرة ولمسها خطوط المستطيل المتوسط او بكاملها داخل المستطيل الكبير - يحصل الطالب على (صفر) عند تمرير الكرة خارج المستطيلات الثلاثة	طريقة التسجيل

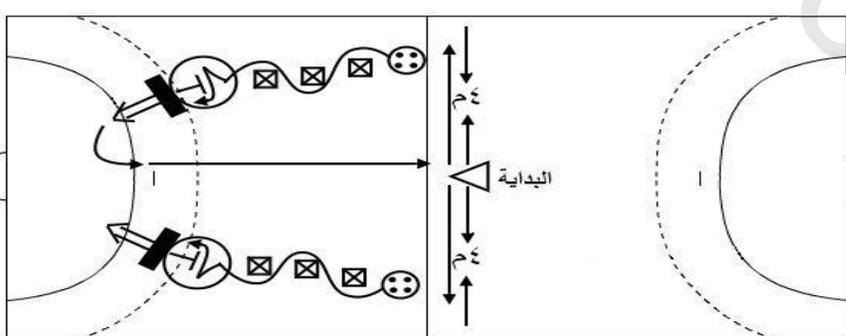


ثانيا: إختبارات الاداءات الحركية الهجومية المركبة التي تنتهي بالتصويب

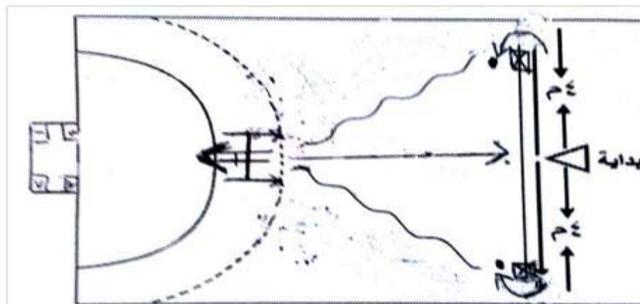
غير مناسب	مناسب ب	الإستلام ثم التصويب بالسقوط الأمامي (ثانية)	٧ -
		قياس سرعة الاستلام ثم التصويب بالسقوط الامامي	الغرض من الأختبار
		ملعب كرة يد - كرة يد - صافرة- ساعة إيقاف	الأدوات المستخدمة
		يقف الطالب عند نقطة البداية خلف خط المنتصف عند سماع اشارة البدء يقوم الطالب بتمرير الكرة تمريرة كبراجية الى الشاخص الذي يقف على خط ال(٩ م) و الجري لاستلامها منه ثم التصويب بالسقوط الامامي من الثبات من خلف العلامة المحددة على خط ال(٧ م)	وصف الأختبار
		- مرجحة الذراع الرامية اثناء التمرير الكبراجي - مسك الكرة وليس حملها - يقوم الطالب بالوقوف بحيث تكون القدم اليسرى اماما خلف خط (٧ م) و القدم اليمنى خلفا (للاعب الايمن) مع مسك الكرة بيد واحدة - دوران الجذع بحيث يصبح محور الكتف مقاطعا لمحور الحوض - تبدأ حركة السقوط اماما للجسم مع انثناء خفيف لركبتي الرامي للامام ورجوع كتف الذراع خلفا - يتم الهبوط بأستناد اليد اليسرى على الارض يعقبها مباشرة اليد اليمنى (للاعب الايمن) ثم يهبط باقي الجسم على الارض - يؤدي التصويب من خلف خط (٧ م)	شروط الاداء
		- حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى تترك الكرة يد الرامي - تحتسب التصويبة عندما تعبر الكرة بكامل محيطها خط المرمى و اسفل العارضة مع اضافة (١ ث) لكل خطأ من الاخطاء الاتية - الاخلال باي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها - لمس خط (٧ م) اثناء التصويب - التصويب قبل السقوط وليس اثناء السقوط - تحريك قدم الارتكاز اثناء التصويب - السقوط على الركبتين - تصويب الكرة خارج المرمى	طريقة التسجيل

غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التنطيط ثم التصويب الكراجي من الحركة (ثانية)	٨ -
		قياس سرعة الاستلام ثم التنطيط ثم التصويب الكراجي من الحركة	الغرض من الاختبار
		ملعب كرة يد - كور يد - صافرة - ساعة إيقاف	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطالب عند نقطة البداية خلف خط المنتصف - عند سماع اشارة البدء يقوم الطالب بالجري جهة اليمين خلف القمع الذي يبعد (٤ م) عن نقطة البداية لالتقاط كرة ساكنه من على الارض ثم تنطيط الكرة في خط مستقيم و التصويب الكراجي من الحركة على المرمى من عند العلامة التي تبعد (٩ م) عن خط المرمى - - - ثم الدوران و العودة الى نقطة البداية وتكرار الاداء في الجهة اليسرى على ابعاد متماثلة وتكرار الاداء في هذا الاتجا 	وصف الاختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - يجب عند التقاط الكرة ان تكون القدمين مفتوحتين في خطوة المشي وتكون القدم المقابلة لجاناب الكرة خلفها بمسافة تمنع الاصطدام بها و القدم الاخرى موازية للكرة - يجب ان يكون النظر للأمام عند التنطيط - يجب ان لا تتعدى خطوات الاقتراب ٣ خطوات - دوران الجذع بحيث يصبح محور الكتف مقاطعا لمحور الحوض . - اداء التنطيط بيد واحدة . - يؤدي التصويب عند خط دائرة الرمية الحرة . - يكون الاداء مرتين (مرة جهة اليمين مرة جهة اليسار) 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> - طريقة التسجيل - حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى تترك الكرة يد الرامي بعد التصويبه الثانيه - تحتسب التصويبه عندما تعبر الكره بكامل محيطها خط المرمى و اسفل العارضه مع اضافة (ا١) لكل خطأ من الاخطاء الاتية - الاخلال بأي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها - لمس دائرة المرمى اثناء التصويب - تصويب الكرة خارج المرمى 	طريقة التسجيل



غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب بالوثب الطويل (ثانية)	٩ -
		قياس سرعة الاستلام ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب بالوثب الطويل	الغرض من الاختبار
		ملعب كرة يد - كرة يد - صافرة - اقماع - ساعة إيقاف	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطالب عند نقطة البداية خلف خط المنتصف - عند سماع اشارة البدء يقوم الطالب بالجري جهة اليمين (٤ م) و التقاط كرة ساكنة من الارض ثم تنطيط الكرة في خط زجاجي بين (٣) اقماع المسافة بين كل قمع و الخر (٢,٥م) حتى الوصول الى العلامة المحددة مع مراعاة لمسها بالقدم يمينا او يسارا وفقا لاداء الخداع ثم التصويب بالوثب الطويل بعد العلامة التي تبعد (٧ م) من المرمى - ثم الدوران و العودة الى نقطة البداية لالتقاط كرة من الجهة العكسية على ابعاد متماثلة وتكرار الاداء في هذا الاتجاه 	وصف الاختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - يجب عند التقاط الكرة ان تكون القدمين مفتوحتين في خطوة المشي وتكون القدم المقابلة لجانب الكرة خلفها بمسافة تمنع الاصطدام بها و القدم الأخرى موازية للكرة - يجب الانتعدي خطوات الاقتراب (٣) خطوات مع دوران كتف الذراع الرامية - يجب الارتقاء على القدم اليسرى (للاعب اليمين) و للامام و ان يكون الارتقاء قبل دائرة ال(٦) امتار - الهبوط على نفس قدم الارتقاء ويعيقها مباشرة هبوط القدم الأخرى - عدم لمس دائرة المرمى اثناء الارتقاء للتصويب - الالتزام بالدوران بين الاقماع اثناء التنطيط وعدم لمسها - يكون الاداء مرتين (مرة جهة اليمين مرة جهة اليسار) 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> - حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى تترك الكرة يد الرامي بعد التصويبة الثانية - تحتسب التصويبة عندما تعبر الكرة بكامل محيطها خط المرمى واسفل العارضة مع اضافة (١ث) لكل خطأ من الاخطاء الاتية - الاخلال بأي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها - سقوط الكرة اثناء التنطيط - تنطيط الكرة ثم استلامها و اعادة تنطيطها مرة اخرى - عدم اداء الخداع - اصطدام الكرة بالقمع - اصطدام الكرة بالقدم اثناء التنطيط - تصويب الكرة خارج المرمى 	طريقة التسجيل
			

غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التنطيط ثم التصويب بالوثب عاليا / درجة - ثانية	١٠ -
		قياس سرعة ودقة الأستلام والتنطيط والتصويب بالوثب عاليا	الغرض من الأختبار
		- جهاز وثب عال يوضع على منطقة (٧) امتار على ارتفاع يساوى طول اللاعب مع رفع الذراعين عاليا. - ستارة توضع على جهاز الوثب . - ستارة لغلق المرمى بها أربع مربعات (٤٠ في ٤٠) يمثلها زوايا المرمى - عدد (٤) كرات يد - ساعة ايقاف	الأدوات المستخدمة
		- يقف الطالب عند نقطة البداية خلف خط المنتصف - عند سماع اشارة البدء يقوم الطالب بالجري جهة اليمين (٤م) و التقاط كرة ساكنة من الارض ثم تنطيط الكرة في خط مستقيم حتى الوصول الى جهاز الوثب المثبت على خط الـ (٧م) ثم التصويب بالوثب العالى . - ثم الدوران و العودة الى نقطة البداية لالتقاط كرة من الجهة العكسية على ابعاد متماثلة يكرر الاداء باربع كرات .	وصف الأختبار
		- يجب مسك الكرة وليس حملها - يجب ان يكون النظر للأمام عند التنطيط - يجب ان لا تتعدى خطوات الاقتراب ٣ خطوات - دوران الجذع بحيث يصبح محور الكتف مقاطعا لمحور الحوض . - اداء التنطيط بيد واحدة . - يؤدي التصويب عند خط الـ (٧ م) من فوق جهاز الوثب العالى . - يجب الأرتقاء لأعلى ما يمكن بالقدم اليسرى (للاعب الايمن) وبالعكس للاعب الايسر الهبوط في نفس قدم الارتقاء تعقبها القدم الاخرى . - التصويب من فوق عارضة جهاز الوثب العالى في أحد المربعات الاربعة والرجوع لحمال الكرة الثانية وتكرار الاداء بنفس الطريقة في الكرة الثالثة والرابعة . - عدم لمس جهاز الوثب العالى اثناء التصويب	شروط الاداء
		- حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى تترك الكرة يد الرامي في التصويبة الثانية - تحتسب التصويبة عندما تدخل الكرة المربعات الاربعة على التوالي حيث إذا دخلت الكرة كل مربع تعطى (٣) درجات ، مع اضافة (١) ثانية لكل خطأ من الأخطاء التالية . - الأخلال بأي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها . - سقوط الكرة اثناء التنطيط - تنطيط الكرة ثم استلامها ثم التنطيط مرة اخرى - عدم اداء الوثب عاليا اثناء التصويب - اصطدام الكرة بالقدم اثناء التنطيط - اصطدام الكرة بجهاز الوثب عند التصويب	طريقة التسجيل

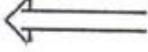
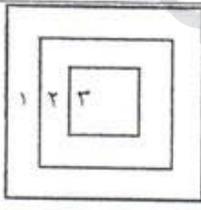


غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التنطيط ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة (ثانية)	١١ -
		اختبار سرعة ودقة التصويب الكراجي من مستوى الحوض والركبة	الغرض من الاختبار
		<ul style="list-style-type: none"> * (٣) كرات يد قانونية . * قائم مدرج ومثبت به عارضة افقية بارتفاع (٧٥ سم) ويوضع على خط الرمية الحرة . * يرسم مربعين بالجير الاول أسفل نهاية العارضة والثاني بداخل دائرة الرمية الحرة بمساحة (٣٠ × ٣٠ سم) والمسافة بينهما (٧٥ سم) . * حبل يقسم المرمى الى نصفين متساويين علوي وسفلي بحيث يثبت من منتصف القائم الأيمن الى منتصف القائم الأيسر من المرمى . 	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> * يقف الطالب خلف خط المنتصف وبحوزته الكرة . * عند سماع الإشارة يبدأ الطالب بتنطيط الكرة (٣ مرات متتالية كحد أقصى) ثم التصويب على المرمى ، وذلك باداء التصويب الكراجي من مستوى الحوض والركبة . 	وصف الاختبار
		<ul style="list-style-type: none"> * بعد الانتهاء من التنطيط يتم مسك الكرة وأخذ الخطوة الاولى بالقدم اليمنى داخل المربع الأول . * مرجحة الذراع الرامية للخلف مع اخذ خطوة بالقدم اليسرى في المربع الثاني . * التصويب من مستوى الحوض والركبة من أسفل العارضة . * يحتسب الهدف فقط في حالة دخول الكرة المرمى أسفل الحبل او اذا ارتدت من قائم المرمى . * متابعة التصويب بالجري حتى خط ال (٦ متر) . 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> * لكل طالب (٣) محاولات كل منها ب (٥) درجات ويحتسب له افضلهم . * يتم خصم درجة عند مخالفة الطالب لأي من شروط الاختبار . 	طريقة التسجيل

مرفق (٩)

**الإختبارات المستخلصة التي تم تحديدها لقياس الأداءات الحركية
الهجومية المركبة للمهارات قيد البحث
(بصورتها النهائية)**

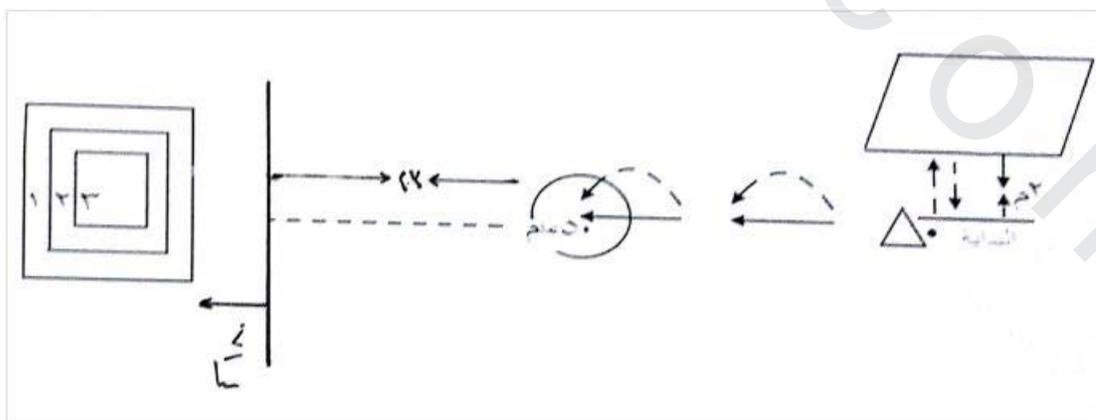
مفتاح الرسم

لاعب مهاجم	
لاعب مهاجم مستحوذ علي الكرة	
شاخص	
مسار الكرة	
مسار اللاعب	
تنطيط الكرة	
تصويب	
الخداع	
قمع	
قائم	
حامل الكور	
كرات يد	
كرة طبية	
علامات لوضع القدم أثناء الخداع	
هدف مرسوم علي الحائط عدد ثلاث مستطيلات متداخلة مقاييسهم (٨٠ × ٦٠ سم)، (٦٠ × ٤٠ سم)، (٤٠ × ٢٠ سم)، وعرض خطوط المستطيلات (٥ سم)	
علامات للتصويب	

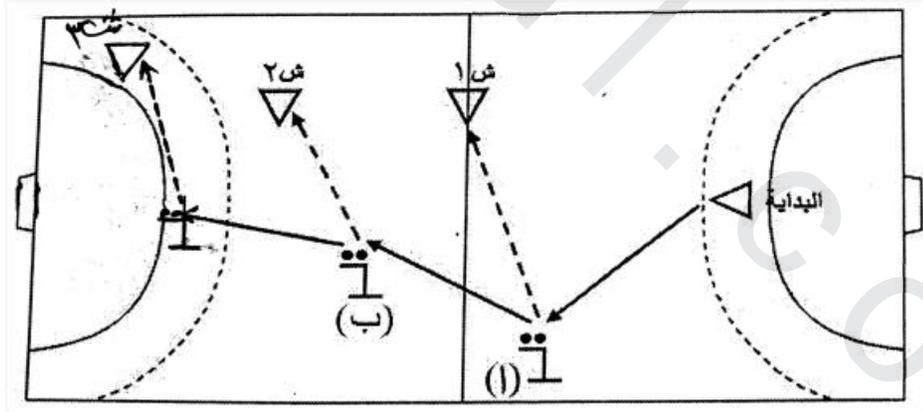
أولا : اختبارات الأداء الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمرير

غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التمرير على حائط لمدة (٣٠) ثانيه	١ -
		قياس سرعة ودقة الاستلام والتمرير (تمريرة رسغية) (من الثبات)	الغرض من الاختبار
		كرة يد قانونية - حائط املس - ساعة ايقاف - يرسم على الحائط خطان متوازيان مع الأرض المسافة بينهم ١م والخط السفلي يرتفع عن سطح الارض (١٢٠) سم - يرسم خط موازي للحائط على مسافة (٢ م) (خط التمرير) .	الأدوات المستخدمة
		- يقف الطالب بحيث يقع خلف خط التمرير . - عند سماع الإشارة يبدأ الطالب بالتقاط كرة ساكنة من الارض ثم تمرير الكرة تمريرة رسغية بين الخطين على الحائط والاستلام لأكبر عدد ممكن من المرات خلال (٣٠) ثانية.	وصف الاختبار
		- لا تحتسب التمريرة ضمن عدد مرات التمرير والاستلام إذا جاوز الطالب خط البداية او التمرير اسفل او اعلى الخطين ، اذا سقطت الكرة على الارض ضرورة سرعة اعادتها او اخذ كرة اخرى مثبتة بجانبه ، واستكمال الأداء حتى انتهاء الزمن - تحتسب عدد التمريرات الصحيحة والتي تمت من خلف خط البداية وبين الخطين على الحائط . - اذا لمست الكرة احد الخطين على الحائط تحتسب صحيحة . - لكل طالب محاولة واحدة فقط ، الا في حالة فقدان الكرة يتم إعادة المحاولة . - يجب ان تكون التمريرة في خط مستقيم ومن مستوي الكتف " تمريرة رسغ	شروط الاداء
		- تسجيل عدد مرات الاستلام والتمرير في زمن قدره (٣٠) ثانية . - لا تحتسب التمريرة ضمن عدد مرات التمرير والاستلام ، عند الإخلال باي شرط من شروط الأداء السابق ذكرها .	طريقة التسجيل
<p>خط التمرير ١٢٠ سم ١ م خط البداية</p>			

غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التمريرة الرسغية (درجة / ثانية).	٢ -
		قياس سرعة الأستلام والتمرير ودقة التمريرة الرسغية . (من الحركة)	الغرض من الأختبار
		كرة يد - حائط أملس - طباشير - شريط قياس - صافرة - ساعة إيقاف - أقماع - يرسم على الحائط الأملس عدد ثلاث مستطيلات متداخلة مقاييس (٨٠ * ٦٠ سم) (٦٠ * ٤٠ سم) (٤٠ * ٢٠ سم) ، وعرض خطوط المستطيلات ٥ سم وبأرتفاع (١٨٠ سم) من مستوي سطح الارض .	الأدوات المستخدمة
		- يقف الطالب خلف خط البداية الذي يبعد (٢م) عن الحائط - عند سماع اشارة البدء يقوم الطالب بالتقاط كرة ساكنه من الارض و تمريرها تمريرة رسغية على الحائط واستلامها (١٠) تكرارات متتالية - ثم التحرك مع رمي الكرة ولقفها اثناء نزولها من الهواء مرتين في خط مستقيم حتى الوصول الى دائرة مرسومة على الارض نصف قطرها (٥٠سم) وتبعد (٣م) عن الحائط لاداء تمريرة الرسغ على الهدف المرسوم على الحائط	وصف الأختبار
		- الساعد يشكل مع العضد زاويه قائمه تقريبا وان يكون التمرير من مستوى الكتف - تشير راحة اليد الحاملة للكرة بصورة مائله الى اعلى - ان يكون التمرير في خط مستقيم ومن مستوى الكتف تمريرة رسغ - يجب التمرير من داخل الدائرة المحددة	شروط الاداء
		- حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى وصول الكرة الى الهدف المرسوم مع اضافة (١ث) لكل خطأ من الاخطاء الاتية - الاخلال بأي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها - سقوط الكرة على الارض - الجري بالكرة اكثر من (٣) خطوات - عدم الوصول الى الدائرة المحددة للتمرير - عدم ارتفاع اليد الحامله للكرة الى ارتفاع الكتف - حمل الكرة على الاصابع وعدم مسكها - يحصل الطالب على (٣) درجات عند تمرير الكرة داخل المستطيل الصغير - يحصل الطالب على (٢) درجة عند تمرير الكرة ولمسها خطوط المستطيل الصغير او بكاملها داخل المستطيل المتوسط - يحصل الطالب على (١) درجة عند تمرير الكرة و لمسها خطوط المستطيل الكبير - يحصل الطالب على (صفر) عند تمرير الكرة خارج المستطيلات الثلاث	طريقة التسجيل

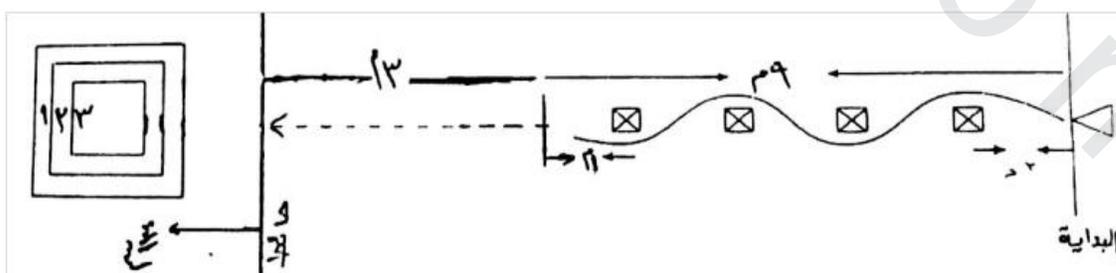


غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التمير من الجري رسغية (درجة / ثانية) .	٣ -
		قياس سرعة ودقة الأستلام والتمير من الجري (تمريرة رسغية)	الغرض من الأختبار
		ملعب كرة يد - (٣) شواخص للتمير - كور يد - ساعة ايقاف	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطالب عند خط البداية - عند سماع اشارة البدء يجري الطالب بسرعة في اتجاه حامل الكور (أ) ليلتقط الكرة ثم يقوم بتمريرها الى الشاخص (١) ثم يجري في اتجاه حامل الكور (ب) ليلتقط كرة و يقوم بتمريرها الى الشاخص (٢) ثم يجري في اتجاه حامل الكور (ج) ويلتقط كرة و يقوم بتمريرها الى الشاخص (٣) ويستمر الجري حتى يتخطى خط الـ (٦) متر 	وصف الأختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - عدم تنطيط الكرة - الساعد يشكل مع العضد زاويه قائمه تقريبا و ان يكون التمير من مستوى الكتف - تشير راحة اليد الحاملة للكرة بصورة مائله الى اعلى - ان يكون التمير بخط مستقيم 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> - حساب الزمن الكلي للأختبار من اشارة البدء حتى يتخطى الطالب خط الـ (٧) متر وتعطى (١) درجة في حالة التمير على الشاخص بدقة واذا مرر الكرة على ثلاث شواخص تعطى (٣) درجات مع اضافة (١ث) عند الاخلال بأي شروط من شروط الاداء السابق ذكرها او . - سقوط الكرة على الارض - الجري بالكرة اكثر من (٣) خطوات - عدم ارتفاع اليد الحامله للكرة الى ارتفاع الكتف - حمل الكرة على الاصابع وعدم مسكها 	



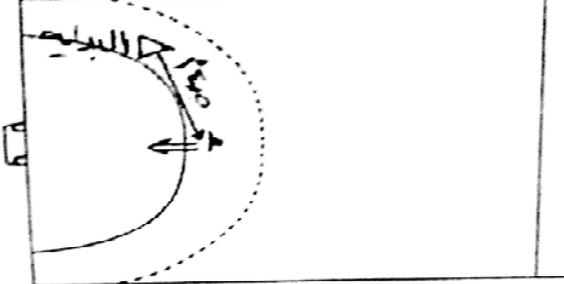
غير مناسب	مناسب	الاستلام ثم الخداع ثم التميرير بندوليه للجانب (درجة / ثانية)	٤ -
		قياس سرعة الاستلام ثم الخداع ودقة التميريرة البندولية للجانب	الغرض من الأختبار
		كرة يد - حائط املس - طباشير - شريط قياس - قائم - صافرة - ساعة ايقاف - يرسم على الحائط الاملس عدد ثلاث مستطيلات متداخله مقاييسهم (٦٠×٨٠سم) (٤٠×٦٠سم) (٢٠×٤٠سم) و عرض خطوط المستطيلات (٥سم) وبأرتفاع (١٥٠سم) من مستوى سطح الارض	الأدوات المستخدمة
		- يقف الطالب ومعه كرة خلف خط البداية الذي يبعد مسافة (٣.٥ م) عن الدائرة المرسوم على الارض والتي نصف قطرها (٥٠ سم) - وعند سماع اشارة البدء يقوم الطالب بدرجة الكرة والتقاطهام ن الارض قبل الوصول الى الدائرة ثم اداء الخداع البسيط بالكرة مع مراعاة لمس العلامة المحددة بالقدم يمينا او يسارا وفقا لاتجاه اداء الخداع ثم التميرير البندولي للجانب على الهدف المرسوم على الحائط والذي يبعده (٣ م) عن الدائرة المرسومة على الارض .	وصف الأختبار
		- يجب عند التقاط الكرة ان تكون القدمين مفتوحتين في خطوه المشي وتكون القدم المقابلة لجانب الكرة خلفها بمسافه تمنع الاصطدام بها و القدم الاخرى موازيه للكرة - ان يوضح الطالب حركة الخداع و يراعى ان يكون الاداء سريعا - ان تتحرك الذراع الحامله للكرة كحركة البندول للجانب - يجب الالتقاط و الخداع داخل الدائرة	شروط الاداء
		- حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى وصول الكرة الى الهدف المرسوم على الحائط مع اضافة (١ث) لكل خطأ من الاخطاء الاتية: • الاخلال بأي شرط من الشروط السابق ذكرها • سقوط الكرة على الارض • عدم درجة الكرة والتقاطها • عدم اداء الخداع • عدم لمس العلامة المحددة بالقدم اثناء الخداع - يحصل الطالب على (٣) درجات عند تمرير الكرة داخل المستطيل الصغير - يحصل الطالب على (٢) درجة عند تمرير الكرة و لمسها خطوط المستطيل الصغير او بكاملها داخل المستطيل المتوسط - يحصل الطالب (١) درجة عند تمرير الكرة و لمسها خطوط المستطيل المتوسط او بكاملها داخل المستطيل الكبير - يحصل الطالب على (صفر) عند تمرير الكرة خارج المستطيلات الثلاث	طريقة التسجيل

غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التنطيط ثم التمير مرتده للأمام (درجة / ثانية)	٥ -
		قياس سرعة الإستلام والتنطيط ودقة التمير المرتدة للامام	الغرض من الأختبار
		كرة يد- حائط املس- طباشير - شريط قياس- صافرة - ساعة إيقاف - يرسم على الحائط الاملس عدد ثلاث مستطيلات متداخلة مقاييسهم (٦٠×٨٠سم), (٤٠×٦٠سم), (٢٠×٤٠سم) وعرض خطوط المستطيلات (٥سم) وبأرتفاع (٣٠سم) من مستوى سطح الارض .	الأدوات المستخدمة
		- يقف الطالب خلف خط البداية الذي يبعد (١٢م) عن الهدف المرسوم على الحائط - عند سماع اشارة البدء يقوم الطالب بالتقاط كرة ساكنه من على الارض و التنطيط في خط زجاجي بين (٤) اقماع المسافه بينهم (٢م) ثم اداء المناولة المرتدة على الهدف المرسوم على الحائط والذي يبعد ٣م عن الدائرة المرسومة على الارض والمسافة ن الدائرة المرسومة على الارض وخط البداية ٩ م	وصف الأختبار
		- يجب عند التقاط الكرة ان تكون القدمين مفتوحين في خطوة المشي وتكون القدم المقابلة لجانب الكرة خلفها بمسافة تمنع الاصطدام بها و القدم الأخرى موازية للكرة . - ان تتم حركة التنطيط الزجاجي بيد واحدة ومن رسغ اليد مع مراعاة ارتخائه ومرونته - يجب ان يكون النظر للامام عند تنطيط الكرة - مرجحة الذراع الرامية اثناء التمير المرتد للامام - دوران الجذع بحيث يصبح محور الكتف مقاطعا لمحور الحوض اثناء اداء التنطيط بيد واحدة	شروط الاداء
		- حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى وصول الكرة الهدف المرسوم مع اضافة (١ث) في حاله اي خطأ من الاخطاء الاتية : - الاخلال بأي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها - سقوط الكرة اثناء التنطيط - تنطيط الكرة ثم استلامها واعادة تنطيطها مرة اخرى - الجري بالكرة اكثر من (٣) خطوات - يحصل الطالب على (٣) درجات عند تمرير الكرة داخل المستطيل الصغير - يحصل الطالب على (٢) درجة عند تمرير الكرة ولمسها خطوط المستطيل الصغير او بكاملها داخل المستطيل المتوسط - يحصل الطالب على (١) درجة عند تمرير الكرة ولمسها خطوط المستطيل المتوسط او بكاملها داخل المستطيل الكبير - يحصل الطالب على (صفر) عند تمرير الكرة خارج المستطيلات الثلاثة	طريقة التسجيل



غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التنطيط ثم الخداع ثم التميريه الكرجاييه (درجة / ثانية)	٦ -
		قياس سرعة الاستلام والتنطيط و الخداع ودقة التميريه الكرجاييه	الغرض من الاختبار
		كرة يد- حائط املس- طباشير - شريط قياس- صافرة - قائم -ساعة ايقاف - يرسم على الحائط الاملس عدد ثلاث مستطيلات متداخلة مقاييسهم (٨٠×٦٠سم), (٦٠×٤٠سم), (٤٠×٢٠سم) وعرض خطوط المستطيلات (٥سم) وبأرتفاع (٨٠سم) من مستوى سطح الارض	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطالب خلف خط البداية الذي يبعد (٨م) عن الهدف المرسوم على الحائط - عند سماع اشارة البدء يقوم الطالب بالتقاط كرة ساكنه من على الارض و التنطيط في خط زرجاجي بين (٤) اقماع المسافه بينهم (٢م) ثم الخداع البسيط بالكرة امام القائم الذي يبعد مسافة (١٠م) عن حائط البداية و(٨م) عن الهدف المرسوم مع مراعاة لمس العلامة المحددة بالقدم يمينا او يسارا وفقا لاتجاه اداء الخداع ثم تمرير الكرة تمريرة كرجاييه على الهدف المرسوم على الحائط 	وصف الاختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - يجب عند التقاط الكرة أن وتكون القدم المقابله لجانب الكرة خلفها بمسافة تمنع الاصطدام بها و القدم الاخرى موازية للكرة - تتم حركة التنطيط الزرجاجي بيد واحدة ومن رسغ اليد مع مراعاة الأرتخاء ومرونة المفاصل . - يجب ان يكون النظر للامام عند تنطيط الكرة - مرجحة الذراع الرامية اثناء التميرير الكرجايي - ان يوضح الطالب حركة الخداع ويراعى ان يكون الاداء سريعا - دوران الجذع بحيث يصبح محور الكتف مقاطعا لمحور الحوض اداء التنطيط بيد واحدة 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> - حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى وصول الكرة الهدف المرسوم مع اضافة (١ث) لكل خطأ من الاخطاء الاتيه : - الاخلال بأي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها - سقوط الكرة اثناء التنطيط - تنطيط الكرة ثم استلامها واعادة تنطيطها مرة اخرى - عدم اداء الخداع - الجري بالكرة اكثر من (٣) خطوات - يحصل الطالب على (٣) درجات عند تمرير الكرة داخل المستطيل الصغير - يحصل الطالب على (٢) درجة عند تمرير الكرة ولمسها خطوط المستطيل الصغير او بكاملها داخل المستطيل المتوسط - يحصل الطالب على (١) درجة عند تمرير الكرة ولمسها خطوط المستطيل المتوسط او بكاملها داخل المستطيل الكبير - يحصل الطالب على (صفر) عند تمرير الكرة خارج المستطيلات الثلاثة 	طريقة التسجيل

ثانيا : إختبارات الأداءات الحركية الهجومية المركبة التي تنتهي بالتصويب

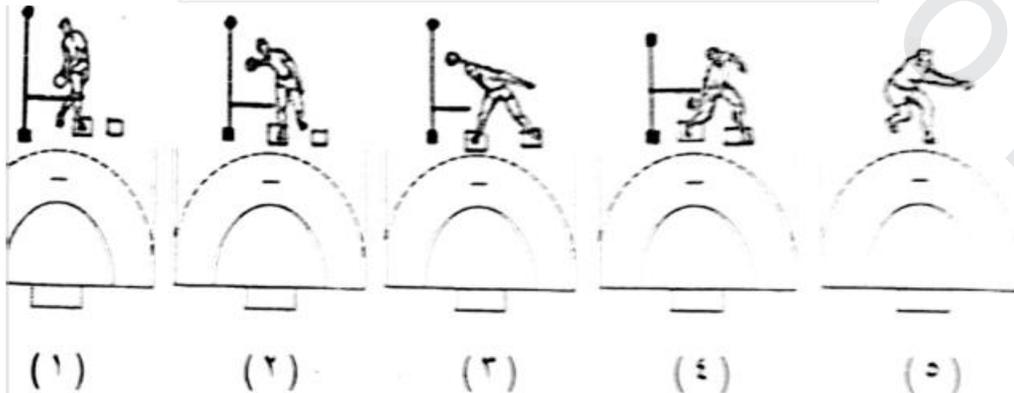
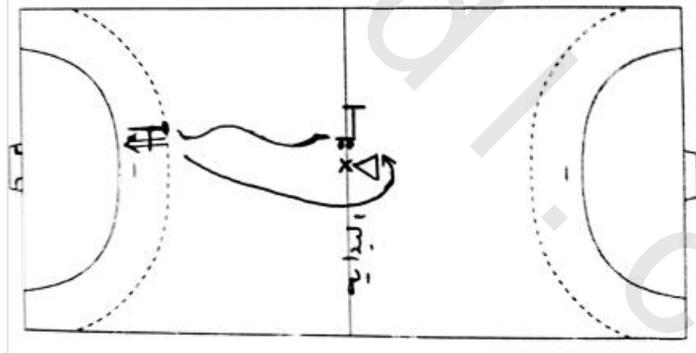
غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التصويب بالسقوط الأمامي (درجة / ثانية)	٧ -
		قياس سرعة الاستلام ثم دقة التصويب بالسقوط الامامي	الغرض من الأختبار
		ملعب كرة يد - كرة يد - صافرة- ساعة إيقاف-مربعات دقة تصويب عدد (٢)	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطالب عند نقطة البداية موازيا لخط الـ (٦ م) على بعد (٤.٥) متر من منتصف خط الـ (٧) متر - عند سماع اشارة البدء يقوم الطالب بالجري بموازة خط الـ ٦م والتقاط كرة ساكنة في منتصف خط الـ ٧م ثم الدوران والتصويب بالسقوط الامامي من على العلامة المحددة قبل خط الـ ٦م وعلى احد مربعات دقة التصويب في الزاوية السفلى للمرمى 	وصف الأختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - مرحة الذراع الرامية اثناء التمرير الكرابجي - مسك الكرة وليس حملها - يقوم الطالب بالتقاط الكرة من على خط الـ (٧) م بخطوة المشي وتكون القدم المقابلة لجانب الكرة خلفها بمسافة تمنع الاصطدام بها و القدم الاخرى موازية للكرة - عمل حركة دوران قبل خط الـ (٦) م وأداء التصويب بالسقوط الأمامي بالشكل الاتي: - دوران الجذع بحيث يصبح محور الكتف مقاطعا لمحور الحوض - تبدأ حركة السقوط اماما للجسم مع انثناء خفيف لركبتي الرامي للامام ورجوع كتف الذراع الرامية للخلف . - يتم الهبوط بأستناد اليد اليسرى على الارض يعقبها مباشرة اليد اليمنى (للاعب الايمن) ثم يهبط باقي الجسم على الارض - يؤدي التصويب من خلف خط (٦ م) 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> - حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى تترك الكرة يد الرامي - تحتسب التصويبة عندما تعبر الكرة بكامل محيطها خط المرمى و اسفل العارضة بحيث اذا دخلت الكرة احد مربعات دقة التصويب يحصل الطالب على (٣) درجات ، واذا ارتدت الكرة اطار احد المربعات يحصل الطالب على (٢) درجة ، واذا دخلت الكرة المرمى و خارج حدود المربعات يحصل الطالب على (١) درجة ، واذا كانت الكرة خارج حدود المرمى يحصل الطالب على (صفر) درجة ، مع اضافة (١٠) لكل خطأ من الاخطاء الاتية - الاخلال باي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها - لمس خط (٦ م) اثناء التصويب - التصويب قبل السقوط وليس اثناء السقوط - تحريك قدم الارتكاز اثناء التصويب - السقوط على الركبتين 	طريقة التسجيل
			

غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التنطيط ثم التصويب الكرابجي من الحركة (درجة / ثانية).	٨ -
		قياس سرعة الإستلام و التنطيط ثم دقة التصويب الكرابجي من الحركة	الغرض من الاختبار
		ملعب كرة يد - كور يد - صافرة - ساعة إيقاف - هدف مثبتة عليه اربع مربعات دقة تصويب قياس (٤٠ × ٤٠) سنتمتر على الزوايا الأربعة للهدف	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطالب عند نقطة البداية خلف خط المنتصف ؟ - عند سماع اشارة البدء يقوم الطالب بالجري جهة اليمين خلف القمع الذي يبعد (٤ م) عن نقطة البداية لالتقاط كرة ساكنه من على الارض ثم تنطيط الكرة في خط مستقيم و التصويب الكرابجي من الحركة على المرمى من عند العلامة التي تبعد (٩ م) عن خط المرمى والتصويب على مربعات دقة التصويب في الكرة الاولى على احد المربعات العليا . - ثم الدوران و العودة الى نقطة البداية وتكرار الاداء في الجهة اليسرى على ابعاد متماثلة والتصويب على احد مربعات دقة التصويب السفلى . 	وصف الاختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - يجب عند النقاط الكرة ان تكون القدمين مفتوحتين في خطوة المشي وتكون القدم المقابلة لجانب الكرة خلفها بمسافة تمنع الاصطدام بها و القدم الأخرى موازية للكرة - يجب ان يكون النظر للأمام عند التنطيط - يجب ان لا تتعدى خطوات الاقتراب ٣ خطوات - دوران الجذع بحيث يصبح محور الكتف مقاطعا لمحور الحوض . - اداء التنطيط بيد واحدة . - يؤدي التصويب عند خط دائرة الرمية الحرة . - يكون الاداء مرتين (مرة جهة اليمين مرة جهة اليسار) 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> - طريقة التسجيل - حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى تترك الكرة يد الرامي بعد التصويبه الثانيه - تحتسب التصويبه عندما تعبر الكره بكامل محيطها خط المرمى و اسفل العارضه بحيث توجه الكرة في احد مربعات دقة التصويب لزوايتي المرمى العلوية والكرة الثانية في احد زاويتي المرمى السفلية بحيث اذا دخلت الكرة داخل مربع دقة التصويب يحصل الطالب على (٣) درجات واذا وقعت الكرة في اطار مربع دقة التصويب وارتدت يحصل الطالب على (٢) درجة واذا دخلت الكرة المرمى دون ان تدخل او تمس مربعات دقة التصويب يحصل الطالب على (١) درجة واذا لم تدخل الكرة حدود المرمى يحصل الطالب على (صفر) درجة مع اضافة (١ ث) لكل خطأ من الاخطاء الاتية - الاخلال بأي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها - لمس دائرة المرمى اثناء التصويب 	طريقة التسجيل

غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب بالوثب الطويل (درجة / ثانية)	٩ -
		قياس سرعة الاستلام ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب بالوثب الطويل	الغرض من الاختبار
		ملعب كرة يد - كرة يد - صافرة - اقماع - ساعة إيقاف	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطالب عند نقطة البداية خلف خط المنتصف - عند سماع إشارة البدء يقوم الطالب بالجري جهة اليمين (٤ م) و التقاط كرة ساكنة من الارض ثم تنطيط الكرة في خط زجاجي بين (٣) اقماع المسافة بين كل قمع و الخر (٢,٥م) حتى الوصول الى العلامة المحددة مع مراعاة لمسها بالقدم يمينا او يسارا وفقا لاداء الخداع ثم التصويب بالوثب الطويل بعد العلامة التي تبعد (٧ م) من المرمى - ثم الدوران و العودة الى نقطة البداية لالتقاط كرة من الجهة العكسية على ابعاد متماثلة وتكرار الاداء في هذا الاتجاه 	وصف الاختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - يجب عند التقاط الكرة ان تكون القدمين مفتوحتين في خطوة المشي وتكون القدم المقابلة لجانب الكرة خلفها بمسافة تمنع الاصطدام بها و القدم الأخرى موازية للكرة - يجب الاتعدى خطوات الاقتراب (٣) خطوات مع دوران كتف الذراع الرامية - يجب الارتقاء على القدم اليسرى (للاعب اليمين) و للامام و ان يكون الارتقاء قبل دائرة ال(٦) امتار - الهبوط على نفس قدم الارتقاء ويعيقها مباشرة هبوط القدم الأخرى - عدم لمس دائرة المرمى اثناء الارتقاء للتصويب - الالتزام بالدوران بين الاقماع اثناء التنطيط وعدم لمسها - يكون الاداء مرتين (مرة جهة اليمين مرة جهة اليسار) 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> - حساب الزمن الكلي للاختبار من إشارة البدء حتى تترك الكرة يد الرامي بعد التصويبة الثانية - تحتسب التصويبه عندما تعبر الكرة بكامل محيطها خط المرمى و اسفل العارضه بحيث توجيه الكرة في احد مربعات دقة التصويب في احد زوايتي المرمى العلوية والكرة الثانية في احد زوايتي المرمى السفلية بحيث اذا دخلت الكرة داخل مربع دقة التصويب يحصل الطالب على (٣) درجات واذا وقعت الكرة في اطار مربع دقة التصويب وارتدت يحصل الطالب على (٢) درجة واذا دخلت الكرة المرمى دون ان تدخل او تمس مربعات دقة التصويب يحصل الطالب على (١) درجة واذا لم تدخل الكرة حدود المرمى يحصل الطالب على (صفر) درجة مع اضافة (١٣) لكل خطأ من الاخطاء الاتية - الاخلال بأي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها - سقوط الكرة اثناء التنطيط - تنطيط الكرة ثم استلامها و اعادة تنطيطها مرة اخرى - عدم اداء الخداع - اصطدام الكرة بالقمع - اصطدام الكرة بالقدم اثناء التنطيط 	طريقة التسجيل

غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التنطيط ثم التصويب بالوثب عاليا (درجة / ثانية)	١٠ -
		قياس سرعة ودقة الأستلام والتنطيط والتصويب بالوثب عاليا	الغرض من الأختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - جهاز وثب عال يوضع على منطقة (٩) امتار على ارتفاع يساوى طول اللاعب مع رفع الزراعين عاليا. - سنارة توضع على جهاز الوثب . - اربع مربعات دقة تصويب قياس (٤٠ × ٤٠) سنتمتر مثبتة على زوايا المرمى الأربعة . - عدد (٤) كرات يد - ساعة ايقاف . 	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطالب عند نقطة البداية خلف خط المنتصف - عند سماع إشارة البدء يقوم الطالب بالجري جهة ليمين (٤م) و التقاط كرة ساكنة من الارض ثم تنطيط الكرة في خط مستقيم حتى الوصول الى جهاز الوثب العالى المثبت على خط الـ (٧م) ثم التصويب بالوثب العالى . - ثم الدوران و العودة الى نقطة البداية لالتقاط كرة من الجهة العكسية على ابعاد متماثلة يكرر الاداء باربع كرات . 	وصف الأختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - يجب مسك الكرة وليس حملها - يجب ان يكون النظر للأمام عند التنطيط - يجب ان لا تتعدى خطوات الاقتراب ٣ خطوات - دوران الجذع بحيث يصبح محور الكتف مقاطعا لمحور الحوض . - اداء التنطيط بيد واحدة . - يؤدى التصويب عند خط الـ (٧ م) من فوق جهاز الوثب العالى . - يجب الأرتقاء لأعلى ما يمكن بالقدم اليسرى (للاعب الايمن) وبالعكس للاعب الايسر الهبوط في نفس قدم الأرتقاء تعقبها القدم الأخرى . - التصويب من فوق عارضة جهاز الوثب العالى في احد المربعات الاربعة والرجوع لحمال الكرة الثانية وتكرار الاداء بنفس الطريقة في الكرة الثالثة والرابعة . - عدم لمس جهاز الوثب العالى اثناء التصويب 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> - حساب الزمن الكلي للاختبار من إشارة البدء حتى تترك الكرة يد الرامي في التصويبة الرابعة . - يجب ان يكون التصويب كل مرة على احد المربعات الأربعة على التوالي بحيث، اذا دخلت الكرة المربع يعطى (٣) درجات واذا وقعت في اطارمربع دقة التصويب وارتدت تعطى (٢) درجة ، واذا دخلت الكرة الهدف من دون ان تدخل الكرة المربع او تترتد من الاطار يعطى الطالب (١) درجة، واذا كانت الكرة خارج حدود المرمى تعطى (صفر) درجة ، مع اضافة (١) ثانية لكل خطأ من الأخطاء التالية . • الأخلال بأي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها . • سقوط الكرة اثناء التنطيط • تنطيط الكرة ثم استلامها ثم التنطيط مرة اخرى • عدم اداء الوثب عاليا اثناء التصويب • اصطدام الكرة بالقدم اثناء التنطيط • اصطدام الكرة بجهاز الوثب عند التصويب . 	طريقة التسجيل

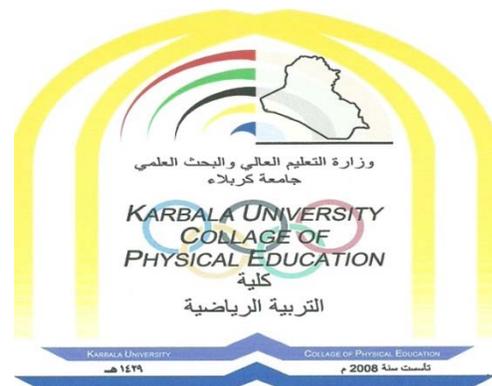
غير مناسب	مناسب	الإستلام ثم التنطيط ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة (درجة / ثانية)	١١ -
		اختبار سرعة الاستلام والتنطيط ودقة التصويب الكرواجي من مستوى الحوض والركبة	الغرض من الاختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - ملعب كرة يد، كرات يد قانونية عدد (٢)، ساعة توقيت، حامل كرات، جبر لرسم مربعات على الارض - قائم مدرج ومثبت به عارضة افقية بار تقاع (٧٥ سم) ويوضع على خط الرمية الحرة - يرسم مربعين بالجبر بمساحة (٣٠ × ٣٠ سم) والمسافة بينهما (٧٥ سم) الأول على بعد (٧٥ سم) من اسفل نهاية العارضة والثاني اسفل نهاية العارضة المثبتة على القائم. - مربعات دقة تصويب عدد (٢) بابعاد (٤٠ * ٤٠ سم) توضع على الزوايا السفلى للمرمى 	الأدوات المستخدمة
		<ul style="list-style-type: none"> - يقف الطالب خلف خط المنتصف ومثبتة امامه كرتان على حامل كرات على امتداد خط المرمى. - عند سماع الإشارة يبدأ الطالب بأخذ كرة من حامل الكرات والقيام بتنطيط الكرة (٣ مرات متتالية كحد أقصى) ثم اداء التصويبة الكرواجية من مستوى الحوض والركبة على مربع دقة التصويب الاول المثبت على المرمى بحيث تمر القدم اليمنى للطالب على المربع الاول والذي قياسه (٣٠ * ٣٠) المرسوم على الارض والقدم اليسار على المربع الثاني الذي يبعد (٧٥) عن المربع الاول - اعادة الأداء مرة اخرى بنفس شكل الاداء والتصويب على مربع دقة التصويب الثاني المثبت على المرمى. 	وصف الاختبار
		<ul style="list-style-type: none"> - يجب ان يكون النظر للامام اثناء التنطيط. - بعد الانتهاء من التنطيط يتم مسك الكرة وأخذ الخطوة الاولى بالقدم اليمنى داخل المربع الاول - مرحة الذراع الرامية للخلف مع اخذ خطوة بالقدم اليسرى في المربع الثاني. - التصويب من مستوى الحوض والركبة اسفل العارضة المثبتة على القائم وعلى مربع دقة التصويب. 	شروط الاداء
		<ul style="list-style-type: none"> - حساب الزمن الكلي للاختبار من اشارة البدء حتى تترك الكرة يد الرامي بعد التصويبة الثانية - تحسب التصويبة عندما تصيب الكرة احد المربعين بحيث اذا دخلت الكرة المربع يحصل الطالب على (٣) درجات وتعطى (٢) درجة اذا ارتدت الكرة مي اطار المربع، وتعطى (١) اذا دخلت الكرة المرمى دون ان تدخل أو تترد من مربعات دقة التصويب، وتعطى (صفر) درجة اذا كانت الكرة خارج حدود المرمى مع اضافة (١) ثا لكل خطأ من الاخطاء الاتية - الاخلال باي شرط من شروط الاداء السابق ذكرها. 	طريقة التسجيل



مرفق (١٠)

التوزيع الزمني لمقرر الفرقة الرابعة في كلية التربية الرياضية جامعة
كربلاء العراق

القسم : الالعب التطبيقية
 المرحلة : الرابعة
 اسم المحاضر الثلاثي: حاسم عبد الجبار صالح
 اللقب العلمي: ا.م. د
 المؤهل العلمي: دكتوراه تدريب كرة يد
 مكان العمل: جامعة كربلاء - كلية التربية الرياضية



التوزيع الزمني لمقرر كرة اليد المرحلة الرابعة – كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء
 العراق (٢٠١٣-٢٠١٤)

الملاحظات	الفصل الدراسي الأول		التاريخ	الاسبوع
	المادة العملية	المادة النظرية		
		اللقاء مع الطلبة وتوزيع المقرر	٢٠١٣ / ٩ / ٢٥	١
	مهارات الدفاع الفردي مهارات الاستعداد الدفاعي والدفاع ضد التصويب		٢٠١٣ / ١٠ / ٢	٢
	الدفاع ضد الطبطبة والدفاع ضد الحجز والتقاطع		٢٠١٣ / ١٠ / ٩	٣
	خطط الدفاع الجماعي وتطبيقه		٢٠١٣ / ١٠ / ١٦	٤
	خطط الدفاع للفريق		٢٠١٣ / ١٠ / ٢٣	٥
		طرق الدفاع المستخدمة في كرة اليد	٢٠١٣ / ١٠ / ٣٠	٦
	تطبيق لطرق الدفاع رجل لرجل		٢٠١٣ / ١١ / ٦	٧
	طريقة دفاع المنطقة – وتطبيق التشكيل الدفاعي ٦ : صفر		٢٠١٣ / ١١ / ١٣	٨
	تطبيق التشكيل الدفاعي ١ : ٥		٢٠١٣ / ١١ / ٢٠	٩
	تطبيق التشكيل الدفاعي ٢ : ٤		٢٠١٣ / ١١ / ٢٧	١٠
	تطبيق التشكيل الدفاعي ١ : ٢ : ٣		٢٠١٣ / ١٢ / ٤	١١
	طريقة الدفاع المركب وتطبيق التشكيل الدفاعي ٥ : صفر + ١		٢٠١٣ / ١٢ / ١١	١٢
	تطبيق التشكيل الدفاعي ٤ : صفر + ٢		٢٠١٣ / ١٢ / ١٨	١٣
	امتحان عملي (الفصل الاول)		٢٠١٣ / ١٢ / ٢٥	١٤
		امتحان الفصل الاول (نظري)	٢٠١٤ / ١ / ٨	١٥

عطلة نصف السنة				
الفصل الدراسي الثاني (المهارة الهجومية)				
٢٠١٤ / ٢ / ١ بداية الفصل الدراسي الثاني				الأسبوع
	اللقاء مع الطلبة وتوزيع المقرر		٢٠١٤ / ٢ / ٦	١٦
	الإستلام بأنواعه – والطبقة بأنواعها		٢٠١٤ / ٢ / ١٣	١٧
	المناولة الرسغية والمناولة السوطية من مستوى الرأس والكتف		٢٠١٤ / ٢ / ٢٠	١٨
	المناولة المرتدة والمناولة البندولية		٢٠١٤ / ٢ / ٢٧	١٩
	التصويب من مستوى الرأس والكتف والتصويب بالقفز للأمام		٢٠١٤ / ٣ / ٦	٢٠
	التصويب بالقفز عاليا والتصويب من مستوى الحوض والركبة		٢٠١٤ / ٣ / ١٣	٢١
	التصويب بالسقوط للأمام		٢٠١٤ / ٣ / ٢٠	٢٢
	الخداع البسيط والخداع المركب		٢٠١٤ / ٣ / ٢٧	٢٣
	تطبيقات للمهارات الهجومية على شكل مباراة		٢٠١٤ / ٤ / ٣	٢٤
	تقويم ما سبق تدريسه في الفصل الثاني		٢٠١٤ / ٤ / ١٠	٢٥
	التشكيل الهجومي (٥ - ١) و (٤ - ٢)	التشكيلات الهجومية	٢٠١٤ / ٤ / ١٧	٢٦
	التشكيل الهجومي (٦ - صفر) والتدريبات للتشكيلات الهجومية		٢٠١٤ / ٤ / ٢٤	٢٧
	التدريب لإدارة مباريات كرة اليد ، اختبارات اللاعبين الناشئين	التدريب لإدارة المباريات	٢٠١٤ / ٥ / ١	٢٨
	امتحان الفصل الثاني (عملي)		٢٠١٤ / ٥ / ٨	٢٩
		امتحان الفصل الثاني نظري	٢٠١٤ / ٥ / ١٥	٣٠

توقيع العميد :

توقيع الاستاذ : أ. م. د. حاسم عبد الجبار صالح

مرفق (١١)

المحاضرات التي تم تطبيقها على المجموعة التجريبية باستخدام
الأداءات الحركية الهجومية المركبة (قيد البحث)

المهارات المراد تطويرها باستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة خلال المحاضرة بواسطة الاداءات من (الأول الى الخامس):

- الاستلام المتنوع ثم التمريرة الرسغية ، الأداءات (الأول، الثاني، الثالث، الرابع، الخامس)

ن = (٣٠)

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفسي حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
تنمية الميل نحو النظام والنظافة	-	أن يتعرف الطالب على اهمية ارتداء الملابس الرياضية المناسبة	تقويم الزني والمظهر العام	٥ قاطرات ××××× ××××× ×××××			ملعب كرة يد	٥ ق	- الأعمال الإدارية - اخذ الغياب	الجزء التمهيدي	
ان يشعر الطالب بالميل نحو العمل	ان يهيئ الطالب جميع عضلات ومفاصل الجسم للعمل	أن يتعرف الطالب على اهمية الأحماء للتقليل من إصابات الملاعب	تقويم الأداء الصحيح لكل تمرين	دائرة حول الملعب ×××× × × ×××× قاطرات ××××× ××××× ××××× مربع ناقص ضلع × × × × ×××××	٥ لفات		ملعب كرة يد	٥ ق	- (الوقوف) الجري حول ملعب كرة اليد ٥ مرات مستمرة - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل رفع الركبتين. - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل لمس العقبين. - (رقود) النهوض لوضع الوقوف عند سماع الإشارة ثم الجري للأمام. - اطالة لعضلات الذراعين والرجلين والظهر.	الأحماء	

الأهداف التعليمية			التقويم	الإجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفسي حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
أن يشارك الطالب بإيجابية أثناء أداء التمرينات المختلفة	أن يمارس الطالب بعض التمرينات لتهينته بدنيا لأداء المهارة المراد تعلمها وتطويرها	أن يتعرف الطالب على ماهية الإعداد البدني العام والخاص	تقديم تغذية راجعة من المعلم لتصحيح اخطاء الطلاب	-	قاطرتين × × × × × × قاطرتين × × × × × ×	٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات ٣ مرات مرتين مرتين	كرات يد - سلم تدريب مثبت على الأرض	ملعب كرة يد	١٠ ق	- (جلوس طويل) تمرير واستلام كرة طبية (اكجم) بالذراعين معا ثم بذراع واحدة. - تبادل رفع الذراعين اماما عاليا بأستخدام ثقل " دميلز " - رمي كرة طبية لأعلى ثم لقفها باليدين. - تمرير كرة طبية باليدين معا ثم بيد واحدة للزميل (المسافة بينهما ١,٥ متر) - وقوف رمي كرة طبية لأبعد مسافة. - عمل تدريبات بأستخدام سلم التدريب على الأرض : - (الوقوف امام سلم التدريب) التحرك بين خانات السلم للأمام بقدم وراء الأخرى بأقصى سرعة مع رفع الركبتين عاليا. - الوقوف امام سلم التدريب التحرك بين خانات السلم بقدم وراء الأخرى ثم الوثب بقدم الأرتقاء.	الأعداد البدني العام والخاص

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
يجب تنبيه الطلاب عند أداء التدريبات	تطبيق الطلاب للتدريبات الخاصة بالأداءات الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمريرة الرسغية.	أن يكتسب الطالب بعض المعارف والمعلومات المتعلقة بمهارة لقف الكرة باليدين ان يتعرف الطالب على النواحي الفنية المتعلقة بمهارة التمريرة الرسغية والمهارات الهجومية المركبة المتعلقة بها	تصحيح الأخطاء من قبل المعلم من خلال المرور على الطلاب وفي حالة الخطأ الجماعي يتم إيقاف العمل وشرح التدريب مرة أخرى وإعطاء النقاط الفنية الهامة	تقديم فكرة عامة للطلاب عن المهارات المراد تطويرها شرح المعلم لطريقة أداء التدريب من خلال تقديم نموذج صحيح من قبل المعلم والمساعدين شرح اهم النقاط التعليمية الخاصة بالتدريب	مرفق رقم (٧)	٣ دقيقة لكل تدريب	كرات يد اقماع كرات طبية	ملعب كرة يد	٦٠ دقيقة	- الأستلام المتنوع ثم التمريرة الرسغية. الأداءات الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمريرة الرسغية : الأداء الأول : تدريب ((١ - ٢ - ٣ - ٤)) الأداء الثاني : تدريب ((١٤ - ١٥ - ١٦)) الأداء الثالث : تدريب ((٢٤ - ٢٥ - ٢٦)) الأداء الرابع : تدريب ((٣١ - ٣٢)) الأداء الخامس : تدريب ((٣٧ - ٣٨ - ٣٩ - ٤٠))	الجزء الرئيسي (التعليمي+التطبيقي)
ان يشعر الطلاب بروح التعاون والمنافسة أثناء الاداء	ان يستطيع الطالب تطبيق الأداء الهجومي المركب الذي تعلمه بالمحاضرة.	ان يكتسب الطالب المعارف والمعلومات الخاصة بالنقاط الأساسية لتطوير الاداءات الهجومية المركبة.	يقوم المعلم بتصحيح الاخطاء الفنية والقانونية.	- تقسيم الطلاب الى فرق - اقامة العاب مصغرة على شكل اداءات هجومية مركبة مشابهة للمهارات التي تم التدريب عليها			كرات يد قانونية	ملعب كرة يد	١٠ ق	اقامة العاب مصغرة وتمارين تهدئة	الجزء الختامي

المهارات المراد تطويرها باستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة خلال المحاضرة :

أولا : الاستلام المتنوع ثم التمريزة الكبراجية من مستوى الرأس والكتف. (الأداء الأول – الأداء الثاني)

ثانيا : الاستلام المتنوع ثم التصويب الكبراجي من الحركة. (الأداء السادس – الأداء التاسع)

ن = (٣٠)

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
تنمية الميل نحو النظام والنظافة	-	أن يتعرف الطالب على أهمية ارتداء الملابس الرياضية المناسبة	تقويم الزي والمظهر العام		٥ قاطرات ××××× ××××× ×××××			ملعب كرة يد	٥ ق	- الأعمال الأدارية - اخذ الغياب	الجزء التمهيدي
ان يشعر الطالب بالميل نحو العمل	ان يهيئ الطالب جميع عضلات ومفاصل الجسم للعمل	أن يتعرف الطالب على أهمية الأحماء للتقليل من إصابات الملاعب	تقويم الأداء الصحيح لكل تمرين		دائرة حول الملعب ××××× × × ××××× قاطرات ××××× ××××× ××××× مربع ناقص ضلع × × × × ×××××	٥ لفات		ملعب كرة يد	٥ ق	- (الوقوف) الجري حول ملعب كرة اليد ٥ مرات مستمرة - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل رفع الركبتين. - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل لمس العقبين. - (رقود) النهوض لوضع الوقوف عند سماع الإشارة ثم الجري للأمام. - اطالة العضلات الذراعين والرجلين والظهر.	الأحماء

الأهداف التعليمية			التقويم	الإجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفسي حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
يجب تنبيه الطلاب عند أداء التدريبات	تطبيق الطلاب للتدريبات الخاصة بالأداءات الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمريرة الرسغية.	أن يكتسب الطالب بعض المعارف والمعلومات المتعلقة بمهارة لقف الكرة باليدين ان يتعرف الطالب على النواحي الفنية المتعلقة بمهارة التمريرة الرسغية والمهارات الهجومية المركبة المتعلقة بها	تصحيح الأخطاء من قبل المعلم من خلال المرور على الطلاب وفي حالة الخطأ الجماعي يتم إيقاف العمل وشرح التدريب مرة أخرى وإعطاء النقاط الفنية الهامة	تقديم فكرة عامة للطلاب عن المهارات المراد تطويرها شرح المعلم لطريقة أداء التدريب من خلال تقديم نموذج صحيح من قبل المعلم والمساعدين شرح اهم النقاط التعليمية الخاصة بالتدريب	مرفق (٧)	٤ دقيقة لكل تدريب	كرات يد اقماع	ملعب كرة يد	٦٠ دقيقة	اولا : الأستلام المتنوع ثم التمريرة الكرابجية. الأداءات الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمريرة الكرابجية : الأداء الأول : تدريب (٥ - ٦ - ٧) الأداء الثاني : تدريب (١٧ - ١٨) ثانيا : الأستلام متنوع ثم التصويب الكرابجي من الحركة. - الأداءات الهجومية المركبة التي تنتهي التصويب الكرابجي من الحركة. الأداء السادس : تدريب (٤٥ - ٤٦ - ٤٧) الأداء التاسع : تدريب (٨٠ - ٨١ - ٨٢)	الجزء الرئيسي (التعليمي +التطبيقي)
ان يشعر الطلاب بروح التعاون والمنافسة أثناء الاداء	ان يستطيع الطالب تطبيق الاداء الهجومي المركب الذي تعلمها بالمحاضرة.	ان يكتسب الطالب المعارف والمعلومات الخاصة بالنقاط الاساسية لتطوير الاداءات الهجومية المركبة.	يقوم المعلم بتصحيح الاخطاء الفنية والقانونية.	- تقسيم الطلاب الى فرق - اقامة العاب مصغرة على شكل اداءات هجومية مركبة مشابهة للمهارات التي تم التدريب عليها			كرات يد قانونية	ملعب كرة يد	١٠ ق	اقامة العاب مصغرة وتمارين تهدئة	الجزء الختامي

المهارات المراد تطويرها باستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة خلال المحاضرة :

- الأستلام المتنوع ثم التميررة البندولية للجانب الأداءات : (الاول - الثاني - الثالث - الرابع - الخامس)

ن = (٣٠)

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأتفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
تنمية الميل نحو النظام والنظافة	-	أن يتعرف الطالب على أهمية ارتداء الملابس الرياضية المناسبة	تقويم الزي والمظهر العام	٥ قاطرات ××××× ××××× ×××××			ملعب كرة يد	٥ ق	- الأعمال الأدارية - اخذ الغياب	الجزء التمهيدي	
ان يشعر الطالب بالميل نحو العمل	ان يهين الطالب جميع عضلات ومفاصل الجسم للعمل	أن يتعرف الطالب على أهمية الأحماء للتقليل من إصابات الملاعب	تقويم الأداء الصحيح لكل تمرين	دائرة حول الملعب ××××× × × ×××× قاطرات ××××× ××××× ××××× مربع ناقص ضلع × × × × ×××××	٥ لفات	٤ مرات لكل جزء	ملعب كرة يد	٥ ق	- (الوقوف) الجري حول ملعب كرة اليد ٥ مرات مستمرة - (وقف) الجري للأمام مع تبادل رفع الركبتين. - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل لمس العقبين. - (رقود) النهوض لوضع الوقوف عند سماع الأشارة ثم الجري للأمام. - اطالة لعضلات الذراعين والرجلين والظهر.	الأحماء	

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية				محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب		
أن يشارك الطالب بإيجابية أثناء أداء التمرينات المختلفة	أن يمارس الطالب بعض التمرينات لتثبيتها بدنيا لأداء المهارة المراد تعلمها وتطويرها	أن يتعرف الطالب على ماهية الإعداد البدني العام والخاص	تقديم تغذية راجعة من المعلم لتصحيح أخطاء الطلاب	-	قاطرتين ×× ×× ××	٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات	كرات يد - سلم تدريب مثبت على الأرض	ملعب كرة يد	١٠ ق	<ul style="list-style-type: none"> - (جلوس طويل) تمرير واستلام كرة طبية (الكجم) بالذراعين معا ثم بذراع واحدة. - تبادل رفع الذراعين اماما عاليا بأستخدام ثقل " دمبلز " - رمي كرة طبية لأعلى ثم لقفها باليدين. - تمرير كرة طبية باليدين معا ثم بيد واحدة للزميل (المسافة بينهما ١,٥ متر) - وقوف رمي كرة طبية لأبعد مسافة. - عمل تدريبات بأستخدام سلم التدريب على الأرض : - (الوقوف امام سلم التدريب) التحرك بين خانات السلم للأمام بقدم وراء الأخرى بأقصى سرعة مع رفع الركبتين عاليا. - الوقوف امام سلم التدريب التحرك بين خانات السلم بقدم وراء الأخرى ثم الوثب بقدم الأرتقاء.

الأهداف التعليمية			التقويم	الإجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
يجب تنبيه الطلاب عند أداء التدريبات	تطبيق الطلاب للتدريبات الخاصة بالأداءات الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمريرة الرسغية.	أن يكتسب الطالب بعض المعارف والمعلومات المتعلقة بمهارة لقف الكرة باليدين ان يتعرف الطالب على النواحي الفنية المتعلقة بمهارة التمريرة الرسغية والمهارات الهجومية المركبة المتعلقة بها	تصحيح الأخطاء من قبل المعلم من خلال المرور على الطلاب وفي حالة الخطأ الجما عي يتم إيقاف العمل وشرح التدريب مرة اخرى وإعطاء النقاط الفنية الهامة	تقديم فكرة عامة للطلاب عن المهارات المراد تطويرها شرح المعلم لطريقة أداء التدريب من خلال تقديم نموذج صحيح من قبل المعلم والمساعدين شرح اهم النقاط التعليمية الخاصة بالتدريب	مرفق (٧)	٤ دقيقة لكل تدريب	كرات يد اقماع	ملعب كرة يد	٦٠ دقيقة	- الاستلام المتنوع ثم التمريرة البنديولية للجانب . - الأداء الأول : تدريب (٨ - ٩ - ١٠ - ١١) - الأداء الثاني : تدريب (١٩ - ٢٠ - ٢١) - الأداء الثالث : تدريب (٢٧ - ٢٨) - الأداء الرابع : تدريب (٣٣ - ٣٤) - الاداء الخامس : تدريب (٤١ - ٤٢)	الجزء الرئيسي (التعليمي) + تطبيقي
ان يشعر الطلاب بروح التعاون والمنافسة اثناء الاداء	ان يستطيع الطالب تطبيق الأداء الهجومي المركب الذي تعلمها بالمحاضرة	ان يكتسب الطالب المعارف والمعلومات الخاصة بالنقاط الاساسية لتطوير الاداءات الهجومية المركبة.	يقوم المعلم بتصحيح الاخطاء الفنية والقانونية.	- تقسيم الطلاب الى فرق - اقامة العاب مصغرة على شكل اداءات هجومية مركبة مشابهة للمهارات التي تم التدريب عليها			كرات يد قانونية	ملعب كرة يد	١٠ ق	اقامة العاب مصغرة وتمارين تهدئة	الجزء الختامي

المهارات المراد تطويرها باستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة خلال المحاضرة :

- الاستلام المتنوع ثم التمريرة المرتدة للأمام الأداءات (الاول - الثاني - الثالث - الرابع - الخامس)

ن = (٣٠)

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
تنمية الميل نحو النظام والنظافة	-	أن يتعرف الطالب على أهمية ارتداء الملابس الرياضية المناسبة	تقويم الزي والمظهر العام	٥ قاطرات ××××× ××××× ×××××			ملعب كرة يد	٥ ق	- الأعمال الأدارية - اخذ الغياب	الجزء التمهيدي	
ان يشعر الطالب بالميل نحو العمل	ان يهينى الطالب جميع عضلات ومفاصل الجسم للعمل	أن يتعرف الطالب على أهمية الأحماء للتقليل من إصابات الملاعب	تقويم الأداء الصحيح لكل تمرين	دائرة حول الملعب ×××× × × ×××× قاطرات ××××× ××××× ××××× مربع ناقص ضلع × × × × ×××××	٥ لفات	٤ مرات لكل جزء	ملعب كرة يد	٥ ق	- (الوقوف) الجري حول ملعب كرة اليد ٥ مرات مستمرة - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل رفع الركبتين. - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل لمس العقبين. - (رقود) النهوض لوضع الوقوف عند سماع الإشارة ثم الجري للأمام. - اطالة لعضلات الذراعين والرجلين والظهر.	الأحماء	

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفسي حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
أن يشارك الطالب بإيجابية أثناء أداء التمرينات المختلفة	أن يمارس الطالب بعض التمرينات لتهيئتها بدنيا لأداء المهارة المراد تعلمها وتطويرها	أن يتعرف الطالب على ماهية الإعداد البدني العام والخاص	تقديم تغذية راجعة من المعلم لتصحيح أخطاء الطلاب	-	قاطرتين × × × × × ×	٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات ٣ مرات	كرات يد - سلم تدريب مثبت على الأرض	ملعب كرة يد	١٠ ق	<ul style="list-style-type: none"> - (جلوس طويل) تمرير واستلام كرة طبية (اكجم) بالذراعين معا ثم بذراع واحدة. - تبادل رفع الذراعين اماما عاليا باستخدام ثقل " دميلز " - رمي كرة طبية لأعلى ثم لقفها باليدين. - تمرير كرة طبية باليدين معا ثم بيد واحدة للزميل (المسافة بينهما ١,٥ متر) - وقوف رمي كرة طبية لأبعد مسافة. - عمل تدريبات باستخدام سلم التدريب على الأرض : - (الوقوف امام سلم التدريب) التحرك بين خانات السلم للأمام بقدم وراء الأخرى بأقصى سرعة مع رفع الركبتين عاليا. - الوقوف امام سلم التدريب التحرك بين خانات السلم بقدم وراء الأخرى ثم الوثب بقدم الأرتقاء. 	الأعداد البدني العام والخاص

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
يجب تنبيه الطلاب عند اداء التدريبات	تطبيق الطلاب للتدريبات الخاصة بالأداءات الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمريرة الرسغية.	أن يكتسب الطالب بعض المعارف والمعلومات المتعلقة بمهارة لقف الكرة باليدين ان يتعرف الطالب على النواحي الفنية المتعلقة بمهارة التمريرة الرسغية والمهارات الهجومية المتعلقة بها	تصحيح الأخطاء من قبل المعلم من خلال المرور على الطلاب وفي حالة الخطأ الجما عي يتم ايقاف العمل وشرح التدريب مرة اخرى وإعطاء النقاط الفنية الهامة	تقديم فكرة عامة للطلاب عن المهارات المراد تطويرها شرح المعلم لطريقة أداء التدريب من خلال تقديم نموذج صحيح من قبل المعلم والمساعدين شرح اهم النقاط التعليمية الخاصة بالتدريب	مرفق (٧)	٤ دقيقة لكل تدريب	كرات يد اقماع	ملعب كرة يد	٦٠ دقيقة	-الأستلام المتنوع ثم التمريرة المرتدة للأمام. الأداءات الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمريرة المرتدة للأمام : - الأداء الأول : تدريب (١٢ - ١٣) - الأداء الثاني : تدريب (٢٢ - ٢٣) - الأداء الثالث : تدريب (٢٩ - ٣٠) - الأداء الرابع : تدريب (٣٥ - ٣٦) الأداء السادس : تدريب (٤٣ - ٤٤)	الجزء الرئيسي + (التعليمي) (التطبيقي)
ان يشعر الطلاب بروح التعاون والمنافسة اثناء الاداء	ان يستطيع الطالب تطبيق الأداء الهجومي المركب الذي تعلمها بالمحاضر.	ان يكتسب الطالب المعارف والمعلومات الخاصة بالنقاط الاساسية لتطوير الاداءات الهجومية المركبة.	يقوم المعلم بتصحيح الاخطاء الفنية والقانونية.	- تقسيم الطلاب الى فرق - اقامة مباراة على شكل اداءات هجومية مركبة مشابهة للمهارات التي تم التدريب عليها			كرات يد قانونية	ملعب كرة يد	١٠ق	مباراة مصغرة	الجزء الختامي

المهارات المراد تطويرها باستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة خلال المحاضرة :

- الاستلام المتنوع ثم التصويب بالوثب الطويل الأداءات: (السادس، السابع ، التاسع)

ن = (٣٠)

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
تنمية الميل نحو النظام والنظافة	-	أن يتعرف الطالب على أهمية ارتداء الملابس الرياضية المناسبة	تقويم الزي والمظهر العام	٥ قاطرات ××××× ××××× ×××××			ملعب كرة يد	٥ ق	- الأعمال الإدارية - اخذ الغياب	الجزء التمهيدي	
ان يشعر الطالب بالميل نحو العمل	ان يهين الطالب جميع عضلات ومفاصل الجسم للعمل	أن يتعرف الطالب على أهمية الأحماء للتقليل من إصابات الملاعب	تقويم الأداء الصحيح لكل تمرين	دائرة حول الملعب ×××× × × ×××× قاطرات ××××× ××××× ××××× مربع ناقص ضلع × × × × ×××××	٥ لفات ٤ مرات لكل جزء		ملعب كرة يد	٥ ق	- (الوقوف) الجري حول ملعب كرة اليد ٥ مرات مستمرة - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل رفع الركبتين. - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل لمس العقبين. - (رقود) النهوض لوضع الوقوف عند سماع الإشارة ثم الجري للأمام. - اطالة لعضلات الذراعين والرجلين والظهر	الأحماء	

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الاتفاعلي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
أن يشارك الطالب بايجابية أثناء أداء التمرينات المختلفة	أن يمارس الطالب بعض التمرينات لتهيئتها بدنيا لأداء المهارة المراد تعلمها وتطويرها	أن يتعرف الطالب على ماهية الإعداد البدني العام والخاص	تقديم تغذية راجعة من المعلم لتصحيح اخطاء الطلاب	-	قاطرتين ×× ×× ××	٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات	كرات يد - سلم تدريب مثبت على الأرض	ملعب كرة يد	١٠ ق	<ul style="list-style-type: none"> - (جلوس طويل) تمرير واستلام كرة طبية (اكجم) بالذراعين معا ثم بذراع واحدة. - تبادل رفع الذراعين اماما عاليا باستخدام ثقل " دميلز " - رمي كرة طبية لأعلى ثم لقفها باليدين. - تمرير كرة طبية باليدين معا ثم بيد واحدة للزميل (المسافة بينهما ١,٥ متر) - وقوف رمي كرة طبية لأبعد مسافة. - عمل تدريبات باستخدام سلم التدريب على الأرض : - (الوقوف امام سلم التدريب) التحرك بين خانات السلم للأمام بقدم وراء الأخرى بأقصى سرعة مع رفع الركبتين عاليا. - الوقوف امام سلم التدريب التحرك بين خانات السلم بقدم وراء الأخرى ثم الوثب بقدم الأرتقاء. 	الأعداد البدني العام والخاص

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
يجب تنبيه الطلاب عند اداء التدريبات	تطبيق الطلاب للتدريبات الخاصة بالأداءات الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمريرة الرسغية.	أن يكتسب الطالب بعض المعارف والمعلومات المتعلقة بمهارة لقف الكرة باليدين ان يتعرف الطالب على النواحي الفنية المتعلقة بمهارة التمريرة الرسغية والمهارات الهجومية المتعلقة بها	تصحيح الأخطاء من قبل المعلم من خلال المرور على الطلاب وفي حالة الخطأ الجما عي يتم ايقاف العمل وشرح التدريب مرة اخرى وإعطاء النقاط الفنية الهامة	تقديم فكرة عامة للطلاب عن المهارات المراد تطويرها شرح المعلم لطريقة أداء التدريب من خلال تقديم نموذج صحيح من قبل المعلم والمساعدين وشرح اهم النقاط التعليمية الخاصة بالتدريب	مرفق (٧)	٤ دقيقة لكل تدريب	كرات يد اقماع	ملعب كرة يد	٦٠ دقيقة	- الأستلام المتنوع ثم التصويب بالوثب الطويل : - الأداء السادس : تدريب (٥٢ - ٥٣ - ٥٤ - ٥٥) - الأداء السابع: تدريب (٦٢ - ٦٣ - ٦٤ - ٦٥) -الأداء التاسع : تدريب (٨٦ - ٨٧ - ٨٨ - ٨٩)	الجزء الرئيسي + (التعليمي) (التطبيقي)
ان يشعر الطلاب بروح التعاون والمنافسة اثناء الاداء	ان يستطيع الطالب تطبيق الأداء الهجومي المركب الذي تعلمها بالمحاضر.	ان يكتسب الطالب المعارف والمعلومات الخاصة بالنقاط الاساسية لتطوير الاداءات الهجومية المركبة.	يقوم المعلم بتصحيح الاخطاء الفنية والقانونية.	- تقسيم الطلاب الى فرق - اقامة مباراة على شكل اداءات هجومية مركبة مشابهة للمهارات التي تم التدريب عليها			كرات يد قانونية	ملعب كرة يد	١٠ق	مباراة مصغرة	الجزء الختامي

المهارات المراد تطويرها باستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة خلال المحاضرة :

أولا : الاستلام المتنوع ثم التصويب بالوثب الطويل ، الأداء (الثامن ، العاشر).

ثانيا : الإستلام ثم التصويب بالوثب العالي ، الأداء (السادس).

ن = (٣٠)

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
تنمية الميل نحو النظام والنظافة	-	أن يتعرف الطالب على اهمية ارتداء الملابس الرياضية المناسبة	تقويم الزي والمظهر العام		٥ قاطرات ××××× ××××× ×××××			ملعب كرة يد	٥ ق	- الأعمال الإدارية - اخذ الغياب	الجزء التمهيدي
ان يشعر الطالب بالميل نحو العمل	ان يهينى الطالب جميع عضلات ومفاصل الجسم للعمل	أن يتعرف الطالب على اهمية الأحماء للتقليل من إصابات الملاعب	تقويم الأداء الصحيح لكل تمرين		دائرة حول الملعب ×××× × × ×××× قاطرات ××××× ××××× ××××× مربع ناقص ضلع × × × × ×××××	٥ لفات		ملعب كرة يد	٥ ق	- (الوقوف) الجري حول ملعب كرة اليد ٥ مرات مستمرة - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل رفع الركبتين. - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل لمس العقبين. - (رقود) النهوض لوضع الوقوف عند سماع الإشارة ثم الجري للأمام. - اطالة لعضلات الذراعين والرجلين والظهر.	الأحماء

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية				محتوى الدرس	أجزاء الدرس	
المجال الأنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب			الزمن
يجب تنبيه الطلاب عند اداء التدريبات	تطبيق الطلاب للتدريبات الخاصة بالأداءات الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمريرة الرسغية.	أن يكتسب الطالب بعض المعارف والمعلومات المتعلقة بمهارة لفك الكرة باليدين ان يتعرف الطالب على النواحي الفنية المتعلقة بمهارة التمريرة الرسغية والمهارات الهجومية المتعلقة بها	تصحيح الأخطاء من قبل المعلم من خلال المرور على الطلاب وفي حالة الخطأ الجما عي يتم إيقاف العمل وشرح التدريب مرة أخرى وإعطاء النقاط الفنية الهامة	تقديم فكرة عامة للطلاب عن المهارات المراد تطويرها شرح المعلم لطريقة أداء التدريب من خلال تقديم نموذج صحيح من قبل المعلم والمساعدين شرح اهم النقاط التعليمية الخاصة بالتدريب	مرفق (٧)	٤ دقيقة	كرات يد اقماع	ملعب كرة يد	٦٠ دقيقة	اولا : الاستلام المتنوع ثم التصويب بالوثب الطويل - الأداء الثامن : تدريب (٧١ - ٧٢) - الاداء العاشر : تدريب (٩٢ - ٩٣) ثانيا : الإستلام المتنوع ثم التصويب بالوثب العالي -الأداء السادس : تدريب (٤٨-٤٩-٥٠-٥١) - الأداء السابع : تدريب (٦٦-٦٧-٦٨)	الجزء الرئيسي (التعليمي +التطبيقي)
ان يشعر الطلاب بروح التعاون والمنافسة اثناء الاداء	ان يستطيع الطالب تطبيق الأداء الهجومي المركب الذي تعلمها بالمحاضر.	ان يكتسب الطالب المعارف والمعلومات الخاصة بالنقاط الاساسية لتطوير الاداءات الهجومية المركبة.	يقوم المعلم بتصحيح الأخطاء الفنية والقانونية.	- تقسيم الطلاب الى فرق - اقامة مباراة على شكل اداءات هجومية مركبة مشابهة للمهارات التي تم التدريب عليها			كرات يد قانونية	ملعب كرة يد	١٠ ق	مباراة مصغرة	الجزء الختامي

المهارات المراد تطويرها باستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة خلال المحاضرة :

أولا : الاستلام المتنوع ثم التصويب بالوثب العالي الأداء ، (الثامن ، التاسع ، العاشر)

ثانيا : الاستلام المتنوع ثم التصويب بالسقوط الامامي (الاداء السادس)

ن = (٣٠)

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية				محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب		
تنمية الميل نحو النظام والنظافة	-	أن يتعرف الطالب على أهمية ارتداء الملابس الرياضية المناسبة	تقويم الزي والمظهر العام	ه قاطرات ××××× ××××× ×××××			ملعب كرة يد	٥ ق	- الأعمال الإدارية - اخذ الغياب	الجزء التمهيدي
ان يشعر الطالب بالميل نحو العمل	ان يهيئ الطالب جميع عضلات ومفاصل الجسم للعمل	أن يتعرف الطالب على أهمية الأحماء للتقليل من إصابات الملاعب	تقويم الأداء الصحيح لكل تمرين	دائرة حول الملعب ×××× × × ×××× قاطرات ××××× ××××× ××××× مربع ناقص ضلع × × × × ×××××	٥ لفات	٤ مرات لكل جزء	ملعب كرة يد	٥ ق	- (الوقوف) الجري حول ملعب كرة اليد ٥ مرات مستمرة - (ووقوف) الجري للأمام مع تبادل رفع الركبتين. - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل لمس العقبين. - (رقود) النهوض لوضع الوقوف عند سماع الإشارة ثم الجري للأمام. - اطالة لعضلات الذراعين والرجلين والظهر.	الأحماء

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الإنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
أن يشارك الطالب بإيجابية أثناء أداء التمرينات المختلفة	أن يمارس الطالب بعض التمرينات لتثبيتها بدنيا لأداء المهارة المراد تعلمها وتطويرها	أن يتعرف الطالب على ماهية الإعداد البدني العام والخاص	تقديم تغذية راجعة من المعلم لتصحيح أخطاء الطلاب	-	قاطرتين ×× ×× ××	٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات ٤ مرات	كرات يد - سلم تدريب مثبت على الأرض	ملعب كرة يد	١٠ ق	- (جلوس طويل) تمرير واستلام كرة طبية (اكجم) بالذراعين معا ثم بذراع واحدة. - تبادل رفع الذراعين اماما عاليا باستخدام ثقل " دمبلز " - رمي كرة طبية لأعلى ثم لقفها باليدين. - تمرير كرة طبية باليدين معا ثم بيد واحدة للزميل (المسافة بينهما ١,٥ متر) - وقوف رمي كرة طبية لأبعد مسافة. - عمل تدريبات باستخدام سلم التدريب على الأرض : - (الوقوف امام سلم التدريب) التحرك بين خانات السلم للأمام بقدم وراء الأخرى بأقصى سرعة مع رفع الركبتين عاليا. - الوقوف امام سلم التدريب التحرك بين خانات السلم بقدم وراء الأخرى ثم الوثب بقدم الأرتقاء.	الأعداد البدني العام والخاص

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأتفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
يجب تنبيه الطلاب عند اداء التدريبات	تطبيق الطلاب للتدريبات الخاصة بالأداءات الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمريرة الرسغية.	أن يكتسب الطالب بعض المعارف والمعلومات المتعلقة بمهارة لقف الكرة باليدين أن يتعرف الطالب على النواحي الفنية المتعلقة بمهارة التمريرة الرسغية والمهارات الهجومية المركبة المتعلقة بها	تصحيح الأخطاء من قبل المعلم من خلال المرور على الطلاب وفي حالة الخطأ الجما عي يتم إيقاف العمل وشرح التدريب مرة أخرى وإعطاء النقاط الفنية الهامة	تقديم فكرة عامة للطلاب عن المهارات المراد تطويرها شرح المعلم لطريقة أداء التدريب من خلال تقديم نموذج صحيح من قبل المعلم والمساعدين شرح اهم النقاط التعليمية الخاصة بالتدريب	مرفق (٧)	٤ دقيقة لكل تدريب	كرات يد اقماع	ملعب كرة يد	٦٠ دقيقة	اولا : الاستلام المتنوع ثم الخداع ثم التتطيط ثم التصويب بالوثب العالي -الاداء الثامن :تدريب، (٧٣-٧٤-٧٥) -الاداء التاسع : تدريب (٨٣-٨٤-٨٥) -الأداء العاشر : تدريب، (٩٤ - ٩٥) ثانيا : الإستلام المتنوع ثم التصويب بالسقوط الامامي الأداء السادس : تدريب ، (٥٦ - ٥٧ - ٥٨)	الجزء الرئيسي + (التعليمي) (التطبيقي)
ان يشعر الطلاب بروح التعاون والمنافسة اثناء الاداء	ان يستطيع الطالب تطبيق الاداء الهجومي المركب الذي تعلمها بالمحاضر.	ان يكتسب الطالب المعارف والمعلومات الخاصة بالنقاط الاساسية لتطوير الاداءات الهجومية المركبة.	يقوم المعلم بتصحيح الأخطاء الفنية والقانونية.	- تقسيم الطلاب الى فرق - اقامة مباراة على شكل اداءات هجومية مركبة مشابهة للمهارات التي تم التدريب عليها			كرات يد قانونية	ملعب كرة يد	١٠ ق	مباراة مصغرة	الجزء الختامي

المهارات المراد تطويرها باستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة خلال المحاضرة :

أولا : الإستلام المتنوع ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة الأداء (السادس ، السابع ، الثامن ، التاسع)

ثانيا : الإستلام المتنوع ثم التصويب بالسقوط الأمامي الأداء (الثامن ، العاشر).

ن = (٣٠)

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
تنمية الميل نحو النظام والنظافة	-	أن يتعرف الطالب على أهمية ارتداء الملابس الرياضية المناسبة	تقويم الزي والمظهر العام	٥ قاطرات ××××× ××××× ×××××			ملعب كرة يد	٥ ق	- الأعمال الإدارية - اخذ الغياب	الجزء التمهيدي	
ان يشعر الطالب بالميل نحو العمل	ان يهينى الطالب جميع عضلات ومفاصل الجسم للعمل	أن يتعرف الطالب على أهمية الأحماء للتقليل من إصابات الملاعب	تقويم الأداء الصحيح لكل تمرين	دائرة حول الملعب ×××× × × ×××× قاطرات ××××× ××××× ××××× مربع ناقص ضلع × × × × ×××××	٥ لفات	٤ مرات لكل جزء	ملعب كرة يد	٥ ق	- (الوقوف) الجري حول ملعب كرة اليد ٥ مرات مستمرة - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل رفع الركبتين. - (وقوف) الجري للأمام مع تبادل لمس العقبين. - (رقود) النهوض لوضع الوقوف عند سماع الإشارة ثم الجري للأمام. - اطالة لعضلات الذراعين والرجلين والظهر.	الأحماء	

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية				محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الإنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب		
أن يشارك الطالب بايجابية أثناء أداء التمرينات المختلفة	أن يمارس الطالب بعض التمرينات لتهيئتها بدنيا لأداء المهارة المراد تعلمها وتطويرها	أن يتعرف الطالب على ماهية الإعداد البدني العام والخاص	تقديم تغذية راجعة من المعلم لتصحيح اخطاء الطلاب	-	قاطرتين	٤ مرات	كرات يد - سلم تدريب مثبت على الأرض	ملعب كرة يد	١٠ ق	<ul style="list-style-type: none"> - (جلوس طويل) تمرير واستلام كرة طبية (الكجم) بالذراعين معا ثم بذراع واحدة. - تبادل رفع الذراعين اماما عاليا بأستخدام ثقل " دمبلز " - رمي كرة طبية لأعلى ثم لقفها باليدين. - تمرير كرة طبية باليدين معا ثم بيد واحدة للزميل (المسافة بينهما ١,٥ متر) - وقوف رمي كرة طبية لأبعد مسافة. - عمل تدريبات بأستخدام سلم التدريب على الأرض : - (الوقوف امام سلم التدريب) التحرك بين خانات السلم للأمام بقدم وراه الأخرى بأقصى سرعة مع رفع الركبتين عاليا. - الوقوف امام سلم التدريب التحرك بين خانات السلم بقدم وراه الأخرى ثم الوثب بقدم الأرتقاء.
					× ×	٤ مرات				
					× ×	٤ مرات				
					× ×	٤ مرات				
					قاطرتين	٤ مرات				
					× ×	٤ مرات				
					× ×	٤ مرات				
					× ×	٤ مرات				
					قاطرتين	٤ مرات				
					× ×	٤ مرات				

الأهداف التعليمية			التقويم	الأجراءات التنفيذية	الأجزاء التنظيمية					محتوى الدرس	أجزاء الدرس
المجال الأنفعالي	المجال النفس حركي	المجال المعرفي			التشكيلات	التكرار	الأدوات	الملعب	الزمن		
يجب تنبيه الطلاب عند أداء التدريبات	تطبيق الطلاب للتدريبات الخاصة بالأداءات الهجومية المركبة التي تنتهي بالتمريرة الرسغية.	أن يكتسب الطالب بعض المعارف والمعلومات المتعلقة بمهارة لقف الكرة باليدين ان يتعرف الطالب على النواحي الفنية المتعلقة بمهارة التمريرة الرسغية والمهارات الهجومية المتعلقة بها	تصحيح الأخطاء من قبل المعلم من خلال المرور على الطلاب وفي حالة الخطأ الجما عي يتم إيقاف العمل وشرح التدريب مرة اخرى وإعطاء النقاط الفنية الهامة	تقديم فكرة عامة للطلاب عن المهارات المراد تطويرها شرح المعلم لطريقة أداء التدريب من خلال تقديم نموذج صحيح من قبل المعلم والمساعدين شرح اهم النقاط التعليمية الخاصة بالتدريب	مرفق (٧)	٤ دقيقة لكل تدريب	كرات يد اقماع	ملعب كرة يد	٦٠ دقيقة	اولا : الإستلام المتنوع ثم التصويب من مستوى الحوض والركبة - الأداء السادس: تدريب (٥٩ - ٦٠ - ٦١) الأداء السابع : تدريب ، (٦٩ - ٧٠) - الأداء الثامن : تدريب (٧٨ - ٧٩) - الأداء التاسع : تدريب (٩٠ - ٩١) ثانيا : الإستلام المتنوع ثم التصويب بالسقوط الأمامي -الأداء الثامن : تدريب (٧٦-٧٧) -الأداء العاشر : تدريب (٩٦-٩٧)	الجزء الرئيسي + (التطبيقي)
ان يشعر الطلاب بروح التعاون والمنافسة اثناء الاداء	ان يستطيع الطالب تطبيق الأداء الهجومي المركب الذي تعلمها بالمحاضر.	ان يكتسب الطالب المعارف والمعلومات الخاصة بالنقاط الاساسية لتطوير الاداءات الهجومية المركبة.	يقوم المعلم بتصحيح الاخطاء الفنية والقانونية.	- تقسيم الطلاب الى فرق - اقامة مباراة على شكل اداءات هجومية مركبة مشابهة للمهارات التي تم التدريب عليها			كرات يد قانونية	ملعب كرة يد	١٠ق	مباراة مصغرة	الجزء الختامي

ملخصات البحث

- ملخص البحث باللغة العربية
- مستخلص البحث باللغة العربية
- مستخلص البحث باللغة الانجليزية
- ملخص البحث باللغة الانجليزية

ملخص البحث

"فعالية استخدام الأداءات الحركية المركبة في تطوير بعض مهارات كرة اليد الهجومية" طلاب كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق"

اسم الباحث/ عباس عبد الحمزة كاظم فزع العامري

يواجه العالم اليوم تغيرات سريعة في كافة مجالات الحياة وذلك نتيجة للانفتاح المعرفي والتقدم العلمي والتطور التكنولوجي والاتجاهات المعاصرة، ولقد حقق العلم بفضل التطور طفرة كبيرة في جميع المجالات وما زال يخطو في اضطراد مستمر بخطوات ثابتة نحو مزيد من التطور حتى اصبح العلم المحك الاساسي للحكم على مصداقية الموضوعات المختلفة، كما يعد الركيزة الاولى للتقدم و الأساس الذي لا غنى عنه لما يراه التطور.

والتعليم عبارة عن مجموعة من الاستراتيجيات والأساليب التي يتم من خلالها تنمية المعلومات والمهارات والاتجاهات عند الفرد او مجموعة من الأفراد سواء كان ذلك بشكل مقصود او غير مقصود بواسطة الفرد نفسه او عن طريق المعلم الذي يوفر له الإجراءات والإمكانات اللازمة لتحقيق الهدف المرجو من الموقف التعليمي، بالإضافة الى انه عملية مستمرة فهي تستغل جانب أساسي في حياة كل فرد فهو يكتسب خبراته من خلال المواقف المستمرة التي يتعرض لها في الحياة ونتائج هذه المواقف تظهر في سلوكه واعماله.

كما تعد كرة اليد مجالاً خصباً لتنمية القدرات العقلية والحركية، وذلك لما تتطلبه في ممارستها من قدرة على الإلمام بقواعد اللعبة وخططها وطرق اللعب، وهذه الأبعاد تتطلب قدرات عقلية متعددة مثل الانتباه والإدراك والفهم والتركيز والذكاء والتحصيل وحفظ الخطط والقدرة على تنفيذها بما يتضمنه ذلك من قدرة على التصرف الحركي في المواقف المختلفة والابتكار في كثير من الأحيان يتطلب من الممارسين استخدام قدراتهم العقلية بفاعلية وجدية، أي إنها تعتبر ممارسة حقيقية وتنشيطاً واقعياً وفعالاً للقدرات العقلية والحركية المختلفة.

كما يرى الباحث ان رياضة كرة اليد تتشابه مع بعض الرياضات الجماعية الأخرى مثل كرة القدم، وكرة السلة والتي تحتوي على مواقف متعددة ومتنوعة تحدث أثناء المباراة مما تحتم على اللاعبين استخدام أداءات مهارية مركبة تؤدي على التوالي والتوازي.

وقد قام العديد من الباحثين باجراء الأبحاث العلمية في الأداءات الحركية المركبة بدلاً من ادائها بصورة منفردة وذلك لتكون مواقف مشابهة لمواقف اللعب والمباراة ومنها : في مجال كرة اليد دراسة نسرين علي محمد هطل (٢٠١١) (٥٧)، دعاء الدريدي أبو الحسن وآخرون (٢٠٠٧) (١٧)، محمد اشرف كامل (٢٠٠٤) (٤١)، ماركوسيبلا Marko sibil (١٩٩٧) (٦٥)، أمر الله أحمد البساطي (١٩٩٤) (٩)، وفي مجال كرة السلة دراسة سناء عباس حسين (٢٠٠٦) (٢٢)، علي محمد العجمي (٢٠٠١) (٣٢)، كذلك في مجال الهوكي دراسة بوسي محمد أحمد (٢٠١٢) (١٢)، وقد اسفرت معظم نتائج هذه الدراسات في كرة اليد وفي الأنشطة الأخرى مدى أهمية استخدام الأداءات الحركية المركبة في تنمية وتحسين وتطوير المهارات الهجومية والدفاعية للأنشطة الجماعية المختلفة وكذلك تطوير مستوى الأداء المهاري للاعبين الفرق وطلبة كليات التربية الرياضية، كما اوصت تلك الدراسات بضرورة استخدام الأداءات الحركية المركبة في تنفيذ خطط اللعب المختلفة، والتدريب بها في كليات التربية الرياضية حيث يؤكد الاتجاه الحديث في مجال تعليم وتدريب المهارات على ضرورة دمج المهارات وادائها بصورة مركبة لتشبه مواقف اللعب المتنوعة بدلاً من ادائها بصورة منفردة.

وقد لاحظ الباحث من خلال البحث والأطلاع إن الدراسات التي تناولت كرة اليد طبقت في مجال التدريب ما عدا دراسة نسرين علي هطل (٢٠١١) (٥٧)، ودعاء الدريدي أبو الحسن وآخرون (٢٠٠٧) (١٧).

بينما لم يتم تناول موضوع الدراسة الحالي في مجال كرة اليد بكليات التربية الرياضية في الجامعات العراقية، بالإضافة إلى ما سبق لاحظ الباحث من خلال مشاركته في تدريس مقرر كرة اليد للفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية ان المهارات الهجومية عند تدريسها تؤدي منفردة بصورة جيدة ومقبولة، وعند دمج وربط المهارات مع بعضها البعض أي أدائها في صورة أداءات حركية مركبة يكون الأداء ضعيف وحيث ان هدف الدراسة الحالية تطوير مستوى أداء بعض مهارات كرة اليد الهجومية لطلاب الفرقة الرابعة، وذلك من خلال استخدام الأداءات الحركية المركبة مما ينعكس إيجابياً على تطوير مستوى أداء الطلبة في المهارات (قيد البحث) بدلاً من استخدام الطريقة المتبعة (الشرح والعرض) والتي يتم تدريس المهارات فيها بطريقة منفردة، هذا ما دفع الباحث لإجراء الدراسة الحالية وموضوعها: "فعالية

إستخدام الأداءات الحركية المركبة في تطوير بعض مهارات كرة اليد الهجومية لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق "

هدف البحث:

يهدف هذا البحث الى التعرف على فعالية إستخدام الأداءات الحركية المركبة في تطوير بعض مهارات كرة اليد الهجومية (الاستلام و التمير - التنطيط - الخداع - بعض انواع التصويب) لطلاب الفرقة الرابعة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق وذلك من خلال:

- ١ - تحديد بعض الأداءات الحركية الهجومية للمركبة للمهارات (قيد البحث)
- ٢ - وضع مجموعة تدريبات لتطوير الأداءات الحركية للمركبة للمهارات (قيد البحث).
- ٣ - وضع اختبارات لقياس المهارات الهجومية للمركبة للمهارات قيد البحث.
- ٤ - التعرف على نسبة التحسن في مستوى أداء طلاب الفرقة الرابعة لبعض المهارات الهجومية للمركبة للمهارات (قيد البحث).

فروض البحث:

- ١ - توجد فروق دالة احصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمهارات الهجومية للمركبة بكرة اليد (قيد البحث) ولصالح القياس البعدي.
- ٢ - توجد نسبة تحسن في مستوى الأداء لبعض المهارات الهجومية نتيجة إستخدام الأداءات الحركية للمركبة للمهارات (قيد البحث).

اجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

إستخدم الباحث المنهج الوصفي والتجريبي معا نظرا لمناسبتها لطبيعة البحث حيث إستخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي في تحديد الأداءات الحركية الهجومية للمركبة الأكثر تكرار في المباريات عن طريق تحليل الأداء المهاري لبعض مباريات بطولة كأس العالم التي اقيمت في أسيانيا عام ٢٠١٣، لعدد (٣ مباريات) كما إستخدم المنهج التجريبي بنظام المجموعة الواحدة بإستخدام القياس القبلي والبعدي.

ثانياً: مجالات البحث:

- أ - المجال الزمني: الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي (٢٠١٣ - ٢٠١٤).
- ب- المجال البشري: طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق.
- ج - المجال المكاني: كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق.

ثالثاً: مجتمع البحث:

تم إختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية / جامعته كربلاء في العراق للعام الجامعي (٢٠١٣ / ٢٠١٤) والبالغ عددهم الكلي (٦٧) طالب مقسمين الى مجموعتين (أ، ب). وذلك للأسباب التالية:

- مقرر كرة اليد مقرر أساسي لطلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية - جامعته كربلاء وتتضمن المهارات (قيد البحث).
- سبق لهم دراسة وتعلم المهارات الأساسية الهجومية (قيد البحث) في الفرقة الثانية والبحث الحالي يهدف الى تطوير المهارات الهجومية للمركبة التي يتم مراجعتها في الفرقة الرابعة.

رابعاً: عينة البحث:

قام الباحث بإختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وكانت تتمثل في مجموعة واحدة (ب) والبالغ عددهم (٣٣) طالباً وتم إستبعاد عدد (٣) طلاب بواقع عدد (٢) طالب بسبب الإصابة، وعدد (١) طالب بسبب الغياب المستمر.

وبذلك أصبح حجم عينة الدراسة الأساسية (٣٠) طالب تم التدريس لهم بإستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة بهدف تطوير وتحسين المهارات الهجومية بالمقرر الدراسي (قيد البحث).

وقد قام الباحث بتجانس عينة البحث الأساسية في متغيرات (السن والطول والوزن) وذلك لضبط المتغيرات التي قد تؤثر على إجراءات البحث.

خامساً: أدوات البحث:

أ - الأداءات الحركية الهجومية المركبة في كرة اليد:

- اداءات تنتهي بالتمرير وبلغ عددها (٥) اداءات .
- اداءات تنتهي بالتصويب وبلغ عددها (٥) اداءات .

ب - التدريبات الخاصة بالأداءات الحركية الهجومية المركبة في كرة اليد:

بلغ عدد التدريبات بصورتها المبدئية (١١١) تدريب وتم عرضها على السادة الخبراء حيث تم إستبعاد التدريبات التي حصلت على نسبة قبول أقل من ٦٠%، وبلغت التدريبات بصورتها النهائية على (٩٧) تدريب .

ج - الاختبارات التي تقيس الأداءات الحركية الهجومية المركبة في كرة اليد:

- ١ . الإستلام ثم التمرير على حائط لمدة (٣٠) ثانية (درجة)
- ٢ . الإستلام ثم التمرير (رسغيه) (درجة - ثانية)
- ٣ . الإستلام ثم التمرير من الجري (رسغيه) (درجة - ثانية)
- ٤ . الإستلام ثم الخداع ثم التمرير (بندوليه للجانب) (درجة - ثانية)
- ٥ . الإستلام ثم التنطيط ثم الخداع ثم التمرير (مرتده للأمام) (درجة - ثانية)
- ٦ . الإستلام ثم التنطيط ثم الخداع ثم التمريره الكرابجيه (درجة - ثانية)
- ٧ . الإستلام ثم التصويب بالسقوط الأمامي (درجة - ثانية)
- ٨ . الإستلام ثم التنطيط ثم التصويب الكرابجي من الحركة (درجة - ثانية)
- ٩ . الإستلام ثم التنطيط ثم الخداع ثم التصويب بالوثب الطويل (درجة - ثانية)
- ١٠ . الإستلام ثم التنطيط ثم التصويب بالوثب عاليا (درجة - ثانية)
- ١١ . الإستلام ثم التنطيط ثم التصويب من مستوى الحوض والركبه (درجة - ثانية)

الدراسة الاستطلاعية الأولى

تم إجراء الدراسة الإستطلاعية الأولى على عينة قوامها (١٠) من طلاب الفرقة الرابعة، ومن خارج عينة البحث الأساسية في الفترة من (١ / ٢ / ٢٠١٤) الى (٥ / ٢ / ٢٠١٤) وذلك بغرض:

- إجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لإختبارات الأداءات الحركية الهجومية المركبة في كرة اليد (قيد البحث).

سادسا: الأجهزة والأدوات المساعدة المستخدمة في التنفيذ:

- ١ - ميزان طبي.
- ٢ - شريط متر للقياس.
- ٣ - ساعة إيقاف.
- ٤ - مباريات كرة يد محملة على CD.
- ٥ - ملعب كرة يد قانوني.
- ٦ - كرات يد قانونية.
- ٧ - مرمى كرة يد قانوني.
- ٨ - اقمار بأحجام مختلفة.
- ٩ - شريط لاصق.
- ١٠ - حواجز.
- ١١ - جير.
- ١٢ - مقاعد سويدية.
- ١٣ - جهاز حاسوب (لايتوب).
- ١٤ - حائط مرسومة عليه مستطيلات متداخلة.
- ١٥ - حبل.
- ١٦ - مربعات بقياس (٤٠ × ٤٠).
- ١٧ - قائم مدرج.
- ١٨ - جهاز وثب عالي.

سابعاً: التوزيع الزمني لخطة تنفيذ تدريبات الأداءات الحركية الهجومية المركبة في كرة اليد (قيد البحث):

الفترة الدراسية: الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي (٢٠١٣ / ٢٠١٤).

مدة الفصل الدراسي: يشتمل الفصل الدراسي الثاني على عدد (١٥) اسبوع يبدأ من (١ / ٢ / ٢٠١٤) وينتهي في (١٥ / ٥ / ٢٠١٤)، وتم تنفيذ التجربة الأساسية في عدد (٨) أسابيع للفترة من ٢/١٣ الى ٢٠١٤/٤/٣ بواقع محاضرة واحدة كل أسبوع وزمن المحاضرة (٩٠) دقيقة، موزعة كالتالي:

- (أ) مهام إدارية (٥) دقائق.
- (ب) أحماء عام (٥) دقائق.
- (ج) أعداد بدني عام وخاص (١٠) دقائق
- (د) الجزء الرئيسي (التعليمي والتطبيقي) (٦٠) دقيقة
- (هـ) الجزء الختامي: (١٠) دقائق

- الدراسة الاستطلاعية الثانية:

تمت الدراسة الاستطلاعية الثانية يوم (٦ / ٢ / ٢٠١٤) لتجريب درس على العينة الاستطلاعية من طلاب الفرقة الرابعة، ومن خارج عينة البحث الأساسية، وذلك لمعرفة مدى ملائمة عدد التكرارات، ومدى مناسبة الزمن المحدد لعدد التدريبات داخل الدرس.

ثامناً: القياسات القبليّة:

قام الباحث بإجراء القياسات القبليّة على عينة البحث الأساسية وذلك لإختبارات الأداءات الحركية الهجومية المركبة في الفترة من (٨ - ٩ / ٢ / ٢٠١٤)، وأستند الباحث على القياسات القبليّة لتجانس عينة البحث الأساسية في هذه الإختبارات.

تاسعاً: الدراسة الأساسية:

تم تطبيق الدراسة الأساسية على عينة البحث الأساسية وذلك بالتدريس لهم باستخدام تدريبات الأداءات الحركية الهجومية المركبة وقد تمت الدراسة في الفصل الدراسي الثاني في العام الجامعي (٢٠١٣ / ٢٠١٤) في الفترة من (١٣ / ٢ / ٢٠١٤) إلى (٣ / ٤ / ٢٠١٤) ولمدة (٨) أسابيع بواقع محاضرة واحدة إسبوعياً " ويوضح ذلك التوزيع الزمني لمحتوى مقرر كرة اليد لطلاب الفرقة الرابعة بالكلية مرفق (١٠) ، ووفقاً لما جاء بالمحاضرات يوضحها مرفق (١١)، تم توزيع الأداءات الحركية الهجومية المركبة، والتدريبات على المحاضرات.

عاشرا: القياسات البعدية:

بعد الانتهاء من التجربة الأساسية تم إجراء القياسات البعدية لإختبارات الأداءات الحركية الهجومية المركبة في كرة اليد في الفترة (٩ - ١٠ / ٤ / ٢٠١٤).

الحادي عشر: المعالجات الإحصائية:

- ١ - النسبة المئوية.
- ٢ - المتوسط الحسابي .
- ٣ - الإنحراف المعياري .
- ٤ - الوسيط .
- ٥ - معامل الألتواء .
- ٦ - معامل التقلطح .
- ٧ - معامل التمايز .
- ٨ - إختبار (ت) للفرق بين المتوسطات .
- ٩ - نسبة التحسن .

الإستخلاصات:

- في ضوء هدف البحث وفروضه ومن خلال المعالجات الإحصائية توصل الباحث إلى الإستخلاصات التالية :
- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات كل من القياسين القبلي والبعدى لعينة البحث في إختبارات الأداءات الحركية الهجومية المركبة في كرة اليد ولصالح القياس البعدى.
 - ٢- إستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة للمهارات (قيد البحث) أدت الى تحسن مستوى الأداء لدى عينة البحث في الإختبارات المستخدمة .

التوصيات:

- في ضوء الاستخلاصات السابقة يوصي الباحث بما يلي :
- ٥- إستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة في تنمية وتطوير المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق.
 - ٦- تطبيق التدريبات الخاصة بالأداءات الحركية الهجومية المركبة على طلاب الفرقة الثانية والثالثة بكلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق بإعتبارهم مبتدئين في كرة اليد.
 - ٧- ضرورة اهتمام القائمين بالتدريس في كليات التربية الرياضية بالتنوع في الأداءات الحركية المركبة ووضعها في تدريبات متدرجة الصعوبة مما يجعلها أكثر تشويقاً ونشاطاً لما يحدث في المباريات.
 - ٨- إجراء المزيد من البحوث والدراسات المشابهة لتحديد الأداءات الحركية المركبة الدفاعية في كرة اليد بهدف الوصول إلى أداء حديث متكامل لجميع جوانب المهارات المستخدمة في كرة اليد.

مستخلص البحث

" فعالية إستخدام الأداءات الحركية المركبة في تطوير بعض مهارات كرة اليد الهجومية لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق "

اسم الباحث/ عباس عبد الحمزة كاظم فرع العامري

هدف هذا البحث إلى التعرف على فعالية إستخدام الأداءات الحركية المركبة في تطوير بعض مهارات كرة اليد الهجومية (الاستلام والتمرير - التنطيط - الخداع - بعض انواع التصويب) لطلاب الفرقة الرابعة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق ، وطبقت الدراسة على عينة تم إختيارها بالطريقة العشوائية من بين طلاب الفرقة الرابعة قوامها (٣٠) طالب وهم عينة الدراسة الأساسية وتم التدريس لهم باستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة في كرة اليد، وكان من أهم النتائج التي توصل اليها الباحث فعالية إستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة على تطوير بعض المهارات الهجومية في كرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء العراق، وتأكيدا على ذلك وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث الأساسية في الأداءات الحركية الهجومية المركبة ولصالح القياس البعدي، مما يشير إلى فعالية إستخدام الأداءات الحركية الهجومية المركبة على تطوير بعض مهارات كرة اليد الهجومية .

Summary Study

"Effectiveness of the use of motor vehicle renderings in developing some skills handball offensive to students of the Faculty of Physical Education, University of Karbala, Iraq"

Researcher Name: Abbas Abdul Hamza Kadhim Al Ameri

The world today faces rapid changes in all areas of life as a result of the openness of knowledge and scientific progress and technological development and contemporary trends, and have achieved a science thanks to the development of a major breakthrough in all areas and is still stepping in Ahtarad continuous steady steps towards further development until he became science stake basic to judge the credibility of the different subjects, is also a substrate for the first offer and the basis on which the indispensable what he sees evolution.

Education is a set of strategies and methods by which the development of information, skills and attitudes when an individual or group of individuals, whether intentionally or unintentionally by the individual himself or by a teacher who provides his procedures and capabilities needed to achieve the desired objective of the educational situation, as well as it is an ongoing process to take advantage of it is a fundamental aspect in the life of every individual is gaining expertise through ongoing positions are exposed to life and show the results of these attitudes in his behavior and his works. It is also handball fertile ground for the development of mental abilities and motor, and that as required by the practitioners of the ability of the familiarity with the rules of the game, plans and ways to play, and these dimensions requires mental abilities such as multiple attention, perception and understanding, focus and IQ and achievement and preservation plans and the ability to implement including reinforcing the ability of the kinetic disposition in different position and innovation often requires practitioners to use their mental abilities to effectively and seriously, it considers any real exercise in order to stimulate a realistic and effective capabilities of various mental and motor.

The researcher believes that the sport handball is similar with some other team sports such as football, basketball and containing multiple positions and varied occur during the game, which makes it imperative for players to use skill performances lead vehicle in a row and parallelism.

He has many researchers to conduct scientific research in the renderings motor vehicle rather than their performance individually so as to be positions similar to the positions of play and the game, including: in the field of handball study Nasreen Ali Mohamed rains (2011)(57), and a prayer Darderi Abu Hassan and others (2007)(17), and Mohammed Ashraf Kamel (2004)(41), a study Marko Sibila (1997)(65), and the command of Allah Bisatti (1994)(9), in the field of basketball study Sana Abbas Hussan (2006)(22), and Ali Mohammed Al-Ajmi (2001)(32), Kmalk in field hockey study Posey Mohamed Ahmed (2012)(12) , has resulted in most of the results of these studies in handball and other activities over the importance of the use of renderings motor vehicle in the development and improvement and development of skills of offensive and defensive activities of collective different as well as the development of the level of performance

skills of the players, teams and students of the faculties of Physical Education, as recommended those studies need to use renderings motor vehicle play in the implementation of the various plans, and teaching in colleges of education where sports confirms the recent trend in the field of education and skills training on the need to integrate the skills and performance of the vehicle are similar to the positions instead of playing diverse performance individually.

The researcher noted through research and see that the studies that dealt with handball applied in the field of training except study Nasreen Ali Mohamed rains (2011)(57), and a prayer Darderi Abu Hassan and others (2007)(17), In the field hockey study Posey Mohamed Ahmed (2012)(12), which has been application in the field of education.

While not addressing the subject of study, the current in the field of handball in the Faculty of Physical Education, University of Karbala - Iraq, in addition to the above noted researcher through its participation in the teaching Orteurkrh hand for the band Fourth Faculty of Physical Education that attacking skills taught and performed solo in an acceptable and good, and when you merge and linking skills with each other any performance in image Adouat mobility vehicle performance is weak and that's where the goal of the current study to develop some skills handball offensive to fourth year students, and through the development of renderings motor vehicle, which is reflected Aijaaaaly Ttior level of students in the skills (under discussion) and so using a motor vehicle renderings instead of using the method used (to demonstrate) and which skills are taught in a way in which individual, this is why the researcher to conduct the study and the current theme: "The effectiveness of the use of motor vehicle renderings in developing some skills handball offensive to students of the Faculty of Physical Education, University of Karbala, Iraq"

Research objectives:

This research aims to identify:

- 1- Identify some renderings motor vehicle offensive skills (under discussion)
- 2- Exercises to develop a set Ttoiraladaouat motor vehicle skills (under discussion).
- 3 - Develop tests to measure the skills of offensive skills to the vehicle in question.
- 4- To identify the proportion of the improvement in the performance level of the fourth year students to some of the skills of offensive skills vehicle (under discussion)

Research hypotheses:

- 1- No statistically significant differences between the mean scores of the pre and post measurements of the offensive skills of the vehicle hand roller (under discussion) and in favor of dimensional measurement.
- 2- There are 2 percentage improvement in the level of performance for some offensive skills as a result of the use of motor vehicle renderings of skills (under discussion).

Research procedures

Research methodology:

The researcher used the descriptive method and experimental together due to Manasphma to the nature of search terms Use descriptive approach survey manner in determining renderings kinetic assault vehicle most repetition in games by analyzing the performance skills of some of the games World Cup held in Spain in 2013, also used the experimental approach to the cluster per using pre and post measurement.

Research domains:

- A- **Time domain:** the second semester of the academic year (2013-2014).
- B- **The human domain:** the fourth year students at the Faculty of Physical Education - University of Karbala / Iraq.
- C- The spatial domain: Faculty of Physical Education - University of Karbala / Iraq.

Research community:

Was selected research community intentional way of fourth year students at the Faculty of Physical Education / University of Karbala in Iraq for the academic year (2013/2014) and the total number of (67) students were divided into two groups (A, B). And for the following reasons:

- Decision handball decision essential to fourth year students at the Faculty of Physical Education - University of Karbala and skills include (under discussion).
- Have already study and learn the basic skills of offensive (under discussion) in the second year, and current research is aimed at developing the skills of offensive vehicle, which will be reviewed in the fourth division.

Research sample:

The researcher to choose the research sample randomly and were represented in one group (b) totaling (33) students were excluded number (3) students the number of (2) a student because of injury, and the number of (1) a student because of continued absence.

Bringing the sample size of the study of basic (30) student was teaching them using offensive performances motor vehicle in order to develop the academic skills to the decision of the offensive skills (under discussion).

Search Tools:

A - Offensive performances motor vehicle in handball:

- Performances ending scroll down and numbered (5) performances.
- Performances correction ends and numbered (5) performances.

B - Workouts Baladaouat motor vehicle offensive in handball: The number of initial exercises its image (111) Training was presented to the gentlemen, where experts have been disposed of exercises that got the acceptance rate of less than 60%, and reached its final form on exercises (97) training.

C- Tests that measure performances motor vehicle offensive in handball:

1. Receipt then scroll on the wall for a period of (30) second / degree
2. Receipt and then scroll (wrists) / degree- seconds
3. Receipt and then scroll from running (wrists) / degree - again
4. Receipt then deception then scroll (Bandouliah side) / degree - again
5. Receipt then stumping then deception then scroll (apostate forward) / degree - seconds
6. Receipt then stumping then deception then pass Alcirbejah / degree - seconds
7. Receipt then correction to fall front / degree seconds
8. Receipt then stumping then Alcirbeja correction of movement / degree - seconds
9. Receipt then stumping then deception then correction Balothb long / degree – seconds
10. Receipt then stumping then correction Balothb high / degree - seconds
11. Receipt then stumping then the correction of the level of the pelvis and knee / degree - seconds

First Pilot study

Scoping study was conducted on a sample of the first (10) of fourth year students, and outside of the core sample from (01/02/2014) to (05/02/2014) for the purpose of:

- Conducting scientific transactions (honesty - steadiness) for tests renderings motor vehicle offensive in handball (under discussion).

Sixth: hardware and utilities used in the implementation:

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 1- Medical balance. | 2- Meter measuring tape. |
| 3- Stopwatch. | 4- Handball games loaded on the CD. |
| 5- Tennis Handball legal. | 6- Balls legal hand. |
| 7- Goalkeeper handball legal. | 8- Cones of different sizes. |
| 9- Duct tape. | 10- Barriers. |
| 11- Gear. | 12- Swedish seats. |
| 13- A computer (laptop). | |
| 14- A wall painted by overlapping rectangles. | |
| 15- Rope. | 16- Measuring boxes (40 × 40) |
| 17- Existing runway. | 18- A high bounce. |

Seventh: The distribution schedule for the implementation of the training plan renderings motor vehicle offensive in handball (under discussion):

The period of study: the second semester of the academic year (2013/2014). Duration of the semester: includes second semester on the number (15) week starts (01/02/2014) and ends at (15/05/2014), was implemented basic experience in the number of (8) weeks by a lesson every week and the time of the lesson (90) minutes.

Main study:

- A) Administrative tasks (5) minutes.
- B) In a warm-up (5) minutes.
- C) The number of physical and in particular (10) minutes
- D) The main part (the educational and practical) (60) minutes)
- E) The final part: (10) minutes

The second exploratory study:

Scoping study has the second day (06/02/2014) to workout studied sample reconnaissance of the fourth year students, and from outside the sample of basic research, so as to know the appropriateness of the number of iterations, and the appropriateness of the time specified for the number of exercises within the lesson.

Pre measurements

The researcher conducting measurements tribal sample of basic research in order to tests renderings kinetic assault vehicle from (08/02/2014) to (09/02/2014), was based researcher on measurements tribal homogeneity of the sample core in these tests.

Main study application.

Been applied to the study of basic research sample core and it teaches them to use exercises renderings kinetic offensive vehicle has been studying in the second semester of the academic year (2013/2014) in the period from (13/02/2014) to (3/4/2014) and for (8) weeks by a lecture once a week, "explains that the temporal distribution of the content of the decision handball students Alverwh fourth college facility (10), According to the units of educational illustrated facility (11), were distributed renderings kinetic assault vehicle, and training lessons.

Tribal measurements:

The researcher conducting tribal measurements on a sample of basic research and tests to offensive performances motor vehicle in the period from (8 -9 / 2/2014), was based on the researcher's tribal measurements of sample homogeneity of basic research in these tests.

Statistical work:

- 1- Percentage.
- 2 - Relative Importance.
- 3- (T) test for the difference between the averages.

- 4- The arithmetic mean.
- 5- The amount of effect size.
- 6- Standard deviation.
- 7- Coefficient sprains.
- 8- Percentage of improvement between the pre and post measurement.

Conclusions

In the light of the objectives of the research and homework and through statistical treatments researcher reached the following conclusions:

- 1- There are a remarkable development in the offensive performances motor vehicle (under discussion) for the students of the Faculty of Physical Education, University of Karbala, Iraq.
- 2- The use of the vehicle renderings kinetic offensive skills (under discussion) led to an improvement in the level of performance of the sample used in the tests.
- 3- There is an improvement in the ratio of the level of performance for some offensive skills (under discussion) as a result of the use of kinetic offensive performances of the vehicle.

Recommendations:

In light of the previous conclusions researcher recommends the following:

1. Used vehicle renderings kinetic offensive in the development of skills in the offensive handball for the fourth year students at the Faculty of Physical Education, University of Karbala, Iraq.
2. Application workouts Baladaouat motor vehicle on the offensive band students second and third at the Faculty of Physical Education, University of Karbala, Iraq included as starters in handball.
3. Paying attention to those who teach in colleges of education in sports diversity renderings motor vehicle and placed in graded exercises difficulty making it more interesting and similarity to what happens in the games.
4. Further research and similar studies to determine the kinetic vehicle renderings defensive handball in order to reach the performance of a modern integrated all aspects of the skills used in handball.

Research Abstract

"The Effectiveness of the use of motor vehicle renderings in developing some skills handball offensive to students of the Faculty of Physical Education, University of Karbala, Iraq"

Researcher Name: Abbas Abdul Hamza Kadhim Al Ameri

The aim of this study was to investigate the effectiveness of the use of renderings motor vehicle in the development of some of the skills of handball offensive (receipt and scrolling - stumping - deception - some types of correction) for the fourth year students Faculty of Physical Education University of Karbala, Iraq, and the study was applied to a sample was chosen randomly from among the fourth year students of (30) students as they study sample core was teaching them to use the renderings kinetic assault vehicle in handball, and it was the most important findings of the researcher effective use of renderings kinetic assault vehicle to develop some skills offensive in handball for the students of the Faculty of Physical Education University of Karbala, Iraq, and the confirmation of the presence of statistically significant differences between the mean scores of the two measurements pre and post sample of basic research in the renderings kinetic assault vehicle for the benefit of dimensional measurement, which indicates the effectiveness of the use of renderings kinetic assault vehicle to develop some skills offensive in handball for.



Alexandria University
Faculty of Physical Education for Girls
Curricula and Physical education
teaching methods department

**"Effectiveness of the use of motor vehicle renderings in
developing some skills handball offensive to students of the
Faculty of Physical Education
University of Karbala, Iraq"**

A Thesis Presented by

Abbas Abdul Hamza Kadhim Al Ameri
Demonstrator in the Faculty of Physical Education
University of Karbala, Iraq

**In partial fulfillment of the Requirements of
Master degree in Physical Education**

Supervisors

Prof. Dr.

Zozo Hamed El-hassab Mohamed

Assistant professor at Curricula and physical
education teaching methods department, Faculty
of Physical Education for Girls,
Alexandria University

Dr.

Bedour Mohamed Adel Elbially

Lecturer, Curricula and physical
education teaching methods department,
Faculty of Physical Education for Girls,
Alexandria University

1436H – 2014G