

## الفصل الثاني عشر

الحديث في مقاييس الملاعب وإشارات الحكام

obeyikandi.com

## الفصل الثاني عشر

### الحريث في مقاييس الملاعب وإشارات الحكام

مقاييس الملاعب وإشارات الحكام :

سوف نتناول فى هذا المجال الأنشطة الرياضية التى يحتوئها المنهاج

المدرسى وهى :

١. كرة القدم .
٢. كرة السلة .
٣. الكرة الطائرة .
٤. كرة اليد .
٥. ألعاب القوى .
٦. الجمباز .

كرة القدم :

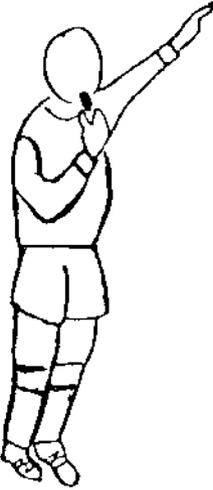
يبين الشكل رقم (٣) المقاييس القانونية للمعب كرة القدم .



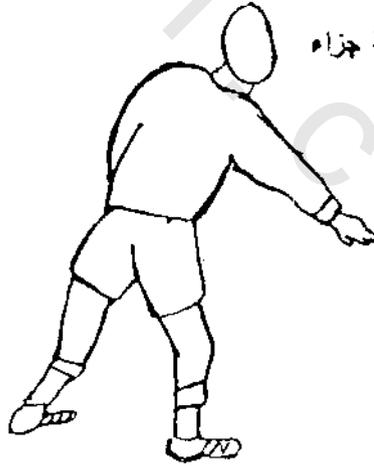
- إشارات الحكم وحامل الراية :

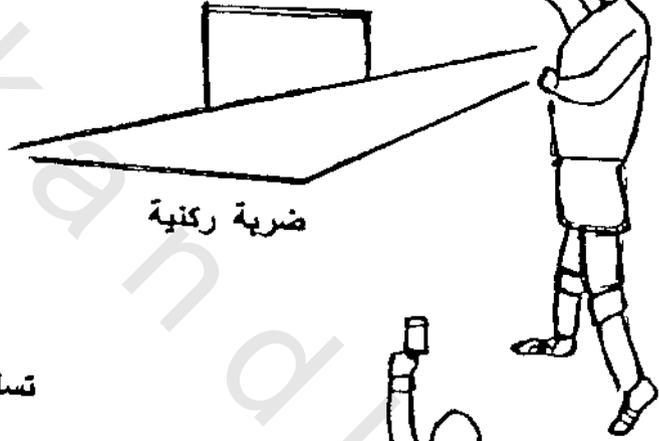
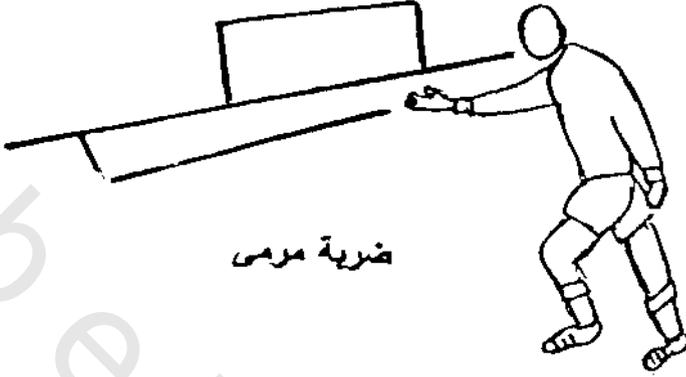


ضربة حرة  
مباشرة

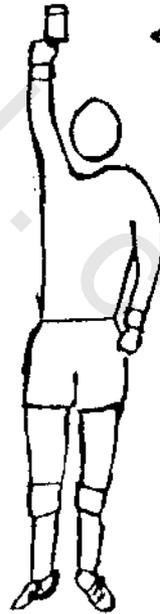


ضربة جزاء

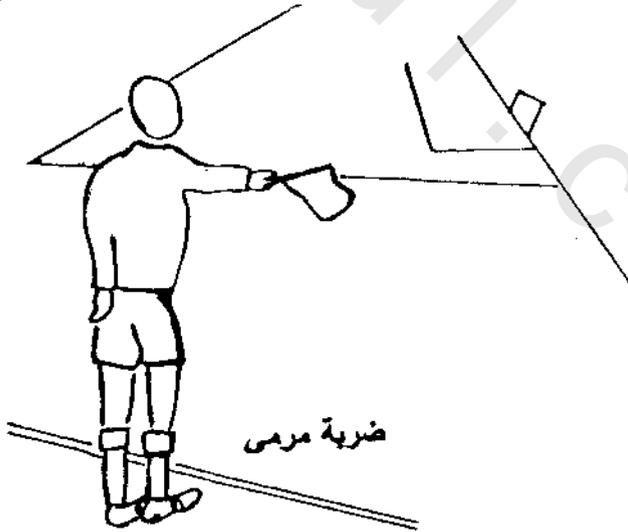
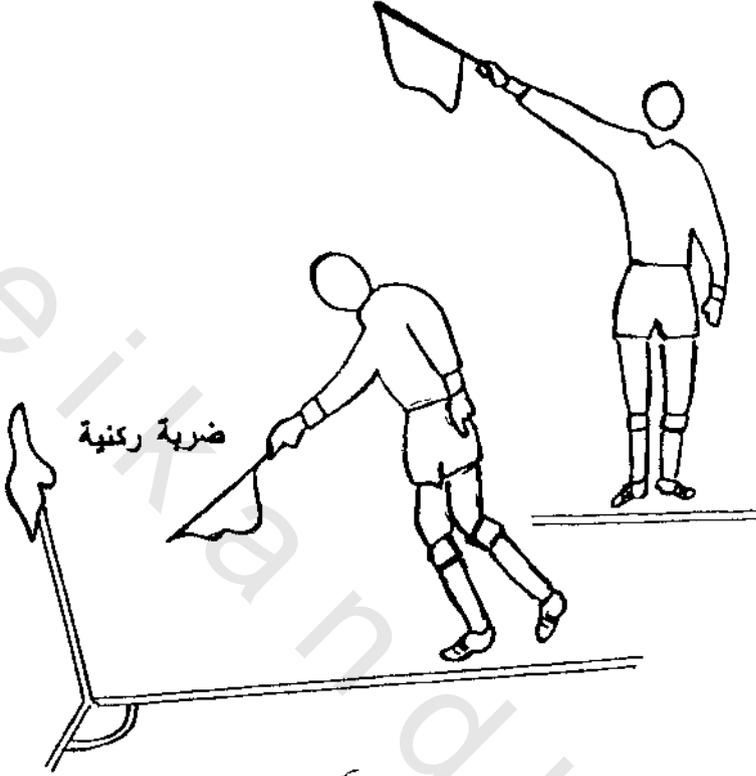




إنذار / طرد

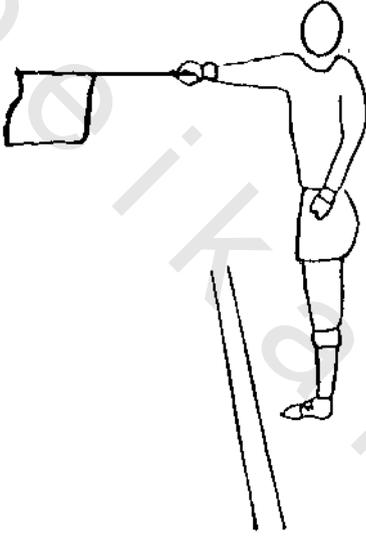


رمية تقاس



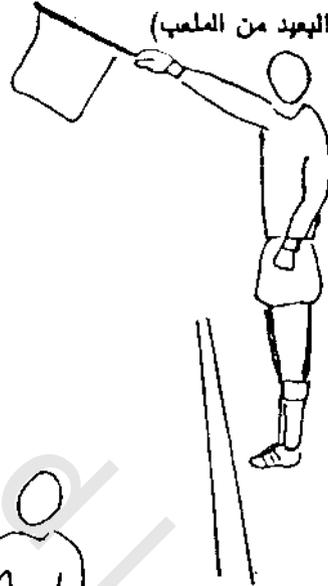
تسلل

( عندما يكون التسلل  
أقرباً من وسط الملعب )



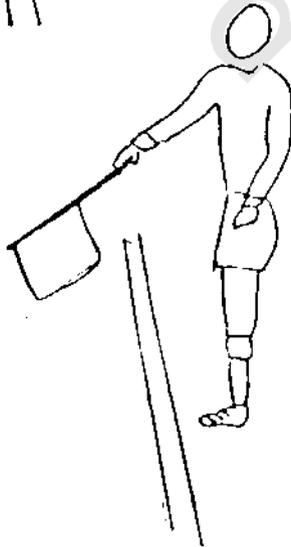
تسلل

( عندما يكون التسلل عند  
الطرف البعيد من الملعب )



تسلل

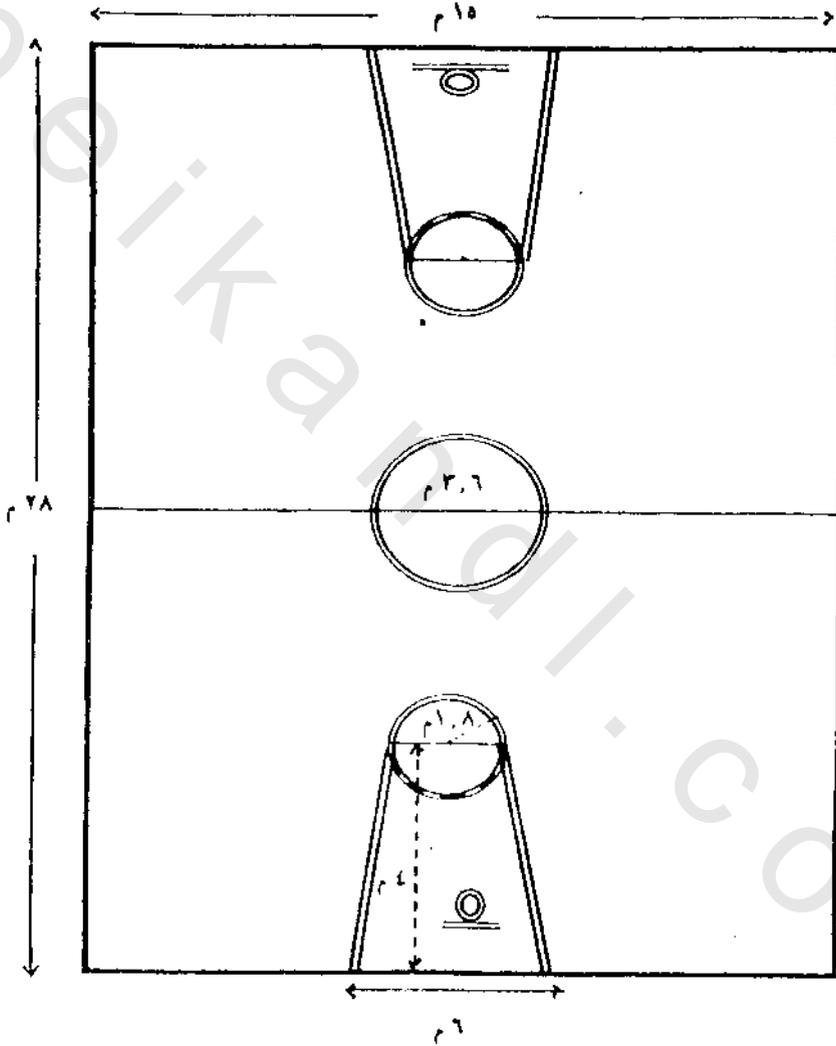
( عندما يكون التسلل في  
الجانب القريب من الملعب )



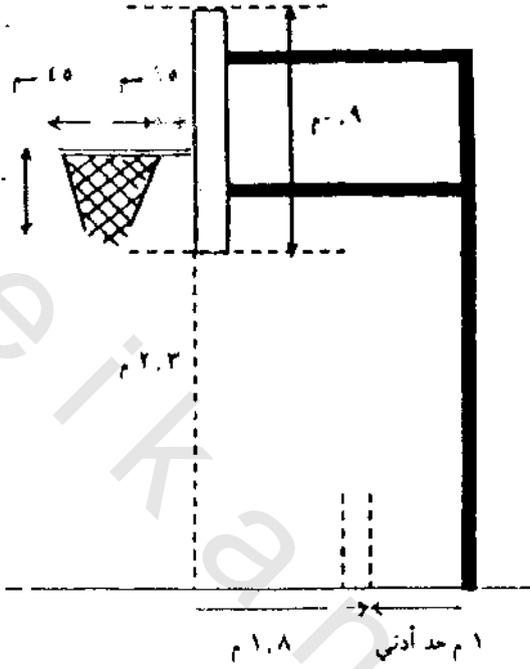
- كرة السلة :

- كرة السلة للصغار :

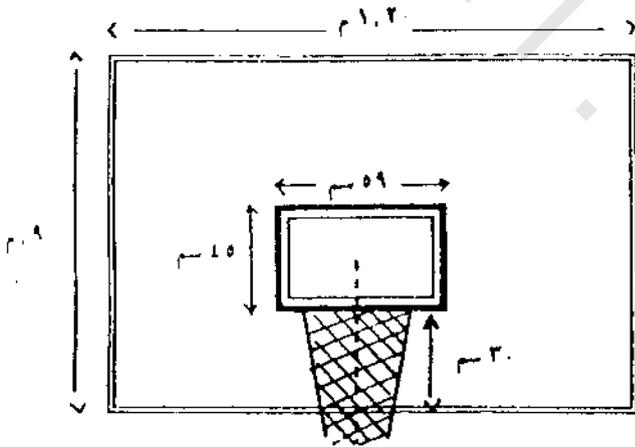
الأشكال أرقام (٤) ، (٥) ، (٦) توضع مقاييس ملعب كرة السلة :



شكل رقم (٤)



شكل رقم (٥)  
حامل لوحة الهدف

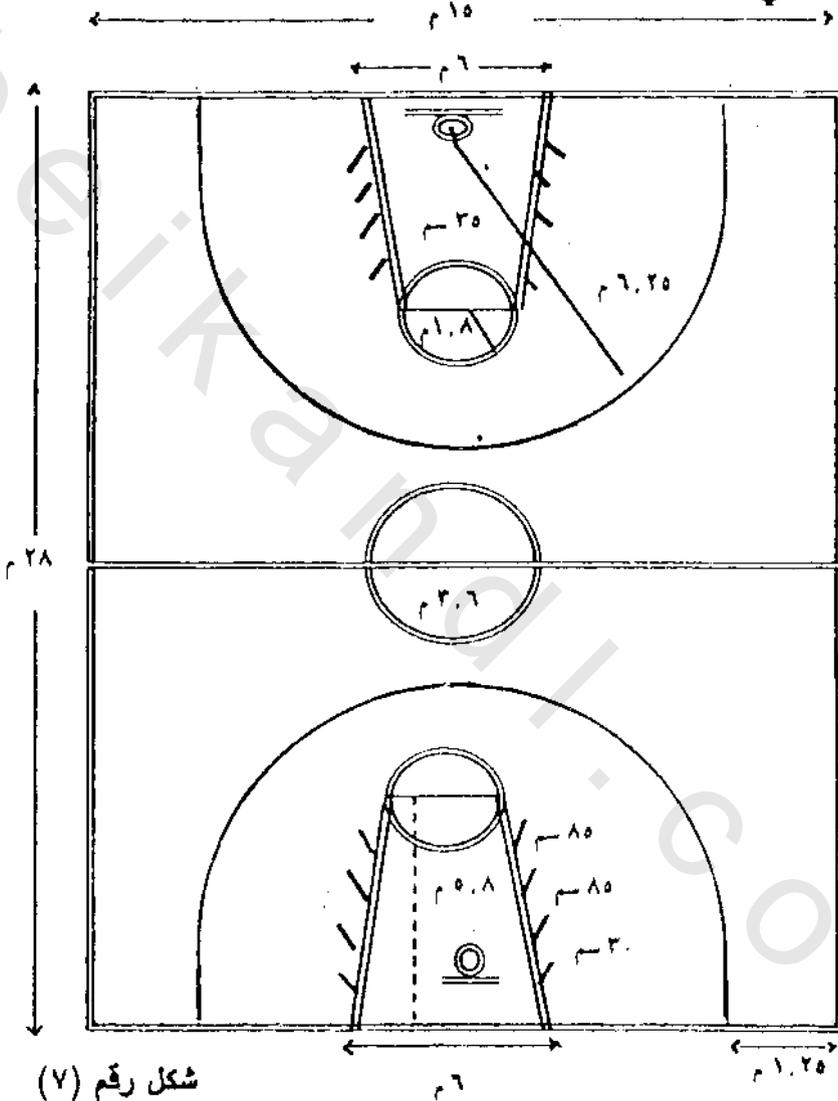


شكل رقم (٦)  
لوحة الهدف

- كرة السلة للكبار :

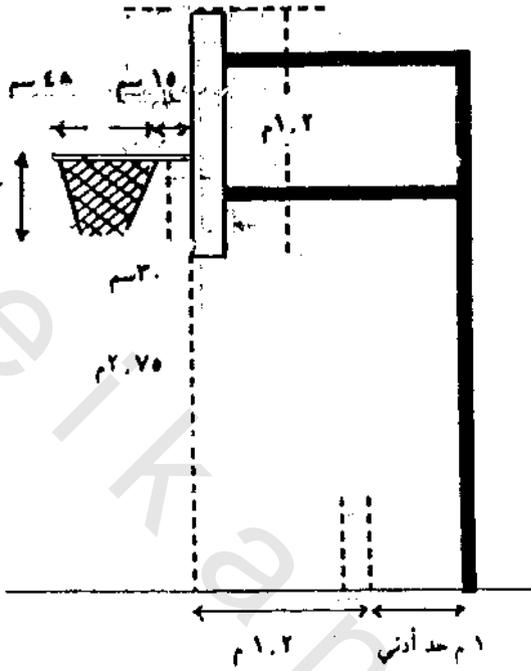
الأشكال الآتية أرقام (٧) ، (٨) ، (٩) توضح مقاييس ملعب كرة السلة

القانوني :

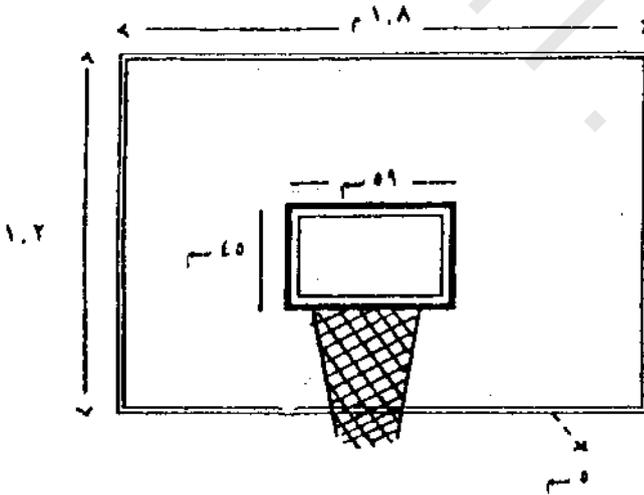


شكل رقم (٧)

شكل رقم (٤)

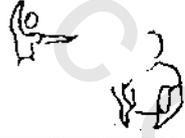


شكل رقم (٨)  
حامل لوحة الهدف



شكل رقم (٩)  
لوحة الهدف

إشارات الحكام فى كرة السلة : ( شكل رقم ١٠ )

خطأ مزدوج 	رميتين حرتين 	إيقاف الساعة— 
رمية حرة واحدة 	إلغاء إصابة 	محاورة غير قانونية 
جزء رمية / رمية 	مخالفة الجري للكرة 	تعهد ضرب الكرة بالقدم 
تصويبة ناجحة بثلاث نقاط 	إرجاع الكرة للمنطقة الخلفية 	خطأ شخصي بدون رميات 
وقت مستقطع للفريق 	إيقاف الساعة خطأ 	التغطية والهجوم أو الدفاع 
مخالفة الـ ٥ ثوانى أو ١٠ ثوانى 	استعمال اليدين بشكل غير قانونى 	خطأ فني 

تابع ( شكل رقم ١٠ )

كرة قفز	طلب تغيير	نقطة - نقطتان
الدفع أو المهاجمة بدون كرة	حمل الكرة	استئناف الوقت
خطأ على فريق مستحوزة على الكرة	تجديد ال ٣ ث	مخالفة ثلاث ثوان
رميات حرة	تسك	مخالفة ٣ ث
ثلاث رميات حرة	المهاجمة مع الكرة	تجديد اللاعب مرتكب الخطأ
محاولة تصويب بثلاث نقاط	خطأ عدم أهليه	استخدام المرتدين والكرع
تقاط	خطأ متعدد	



– إشارات الحكام في الكرة الطائرة (شكل ١٣)

 <p>خط المركز أو ترتيب العدوان (إجعل حركة فاترة بالسبابة)</p>	 <p>الطرد (البطاطين معا)</p>	 <p>السماح بالإرسال</p>
 <p>الكرة داخل (أشربها للوراء والأصابع نحو الأرض)</p>	 <p>عدم الأهلية البطاطين منفصلتين</p>	 <p>الفريق الذي يحق له الإرسال</p>
 <p>الكرة خارج (إرفع الفراعين عمودياً والأيدي مفتوحة وراحتا اليدين نحو الجسم)</p>	 <p>تقاطع الفراعين أمام الصدر واليدين مفتوحان نهاية الشوط أو المباراة</p>	 <p>تغيير اللاعبين</p>
 <p>الكرة المحسولة (إرفع الساعد بطء، وراحة اليدين موازية لأعلى)</p>	 <p>لم ترمي أو تترك الكرة عند ضربة الإرسال (إرفع الفراع المسدودة وراحة اليد متجهة إلى أعلى)</p>	 <p>الوقت المستقطع</p>
 <p>اللمسة المزدوجة (إرفع إصبعين منفصلين)</p>	 <p>التأخير في الإرسال (أرفع خسة أصابع ممدودة مفتوحة)</p>	 <p>التبديل</p>
 <p>أربع ضربات (إرفع أربعة أصابع منفصلة)</p>	 <p>خطأ الف (إرفع الفراعين عمودياً وراحتا اليدين لأمام)</p>	 <p>نفت النظر لسوء السلوك الصفراء. نفت النظر الحمر. للإنتذار</p>

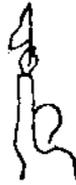
تابع شكل رقم (١٣)

<p>الكرة المموسة (المس براحة اليد أصابع اليد الأخرى بوضع عمودي)</p> 	<p>خطاً مزدوج والإعادة ( ارفع الإبهامين عمودياً)</p> 	<p>ضربة غير قانونية (إخفض يد واحدة وراحة اليد متجهة إلى أعلى من الوسط باتجاه الأرض)</p> 
<p>الشبكة ملسوة بواسطة لاعب أو كرة الإرسال (المس الشبكة أو جانبيها حسب الخط)</p> 	<p>لفت نظر التأخير ( أشر للرسغ بالبطاقة الصفراء . لفت نظراً أو الحمر أو (إنذار)</p> 	<p>ضربة غير قانونية (إخفض يد واحد وراحة اليد متجهة إلى أعلى من الوسط باتجاه الأرض)</p>
<p>الاجتياز داخل ملعب المنافس (أشر إلى خط الوسط)</p> 	<p>ضربة ممنوعة خاطئة بواسطة لاعب الصف الخطي (إعمل حركة بالساعد لأسفل واليد مفتوحة)</p> 	<p>الوصول خلف الشبكة (ضع اليد فوق قبة الشبكة وراحة اليد مواجهة لأسفل)</p> 

إشارات مراقب الخط في الكرة الطائرة : ( شكل ١٤ )



الكرة داخل (أشر بالعلم إلى  
أسفل)



الكرة خارج (أرفع العلم  
عمودياً)



الكرة اللموسة (أرفع العلم  
والمس حافته العليا براحة اليد  
الحرّة)



تعبير الكرة خارج مجال اللعب  
أو خطأ قدم المرسل

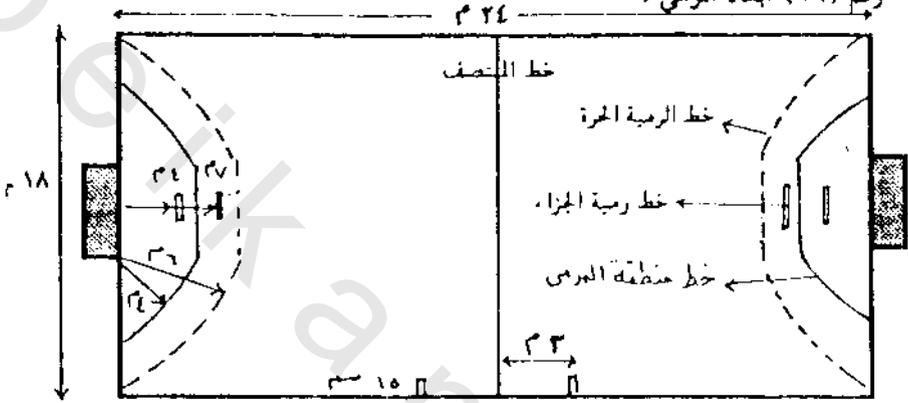


حكم مستحيل إرفع الذراعين  
متقاطعتين واليدين أمام الصدر

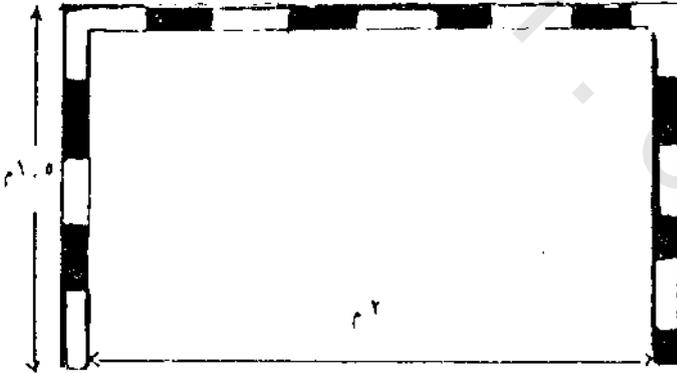
كرة اليد :

- كرة اليد للصغار :

يبين الشكل رقم (١٥) مقاييس الملعب في كرة اليد للصغار ، كما يوضح الشكل رقم (١٦) أبعاد المرمى :



شكل (١٥) مكان التهديف

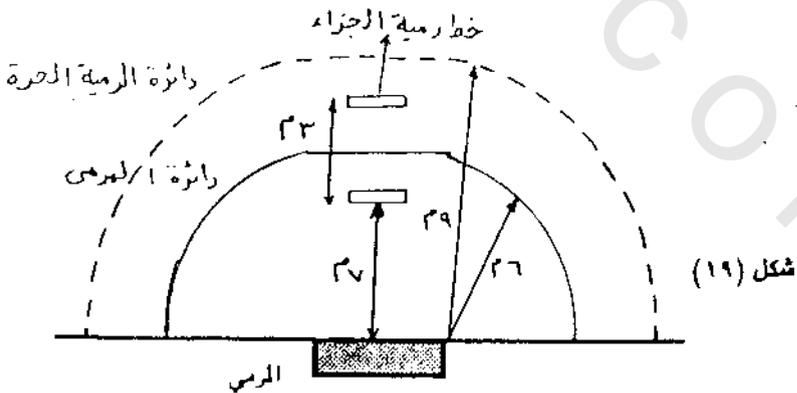
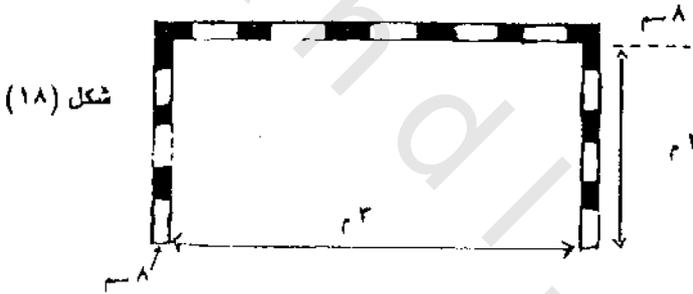
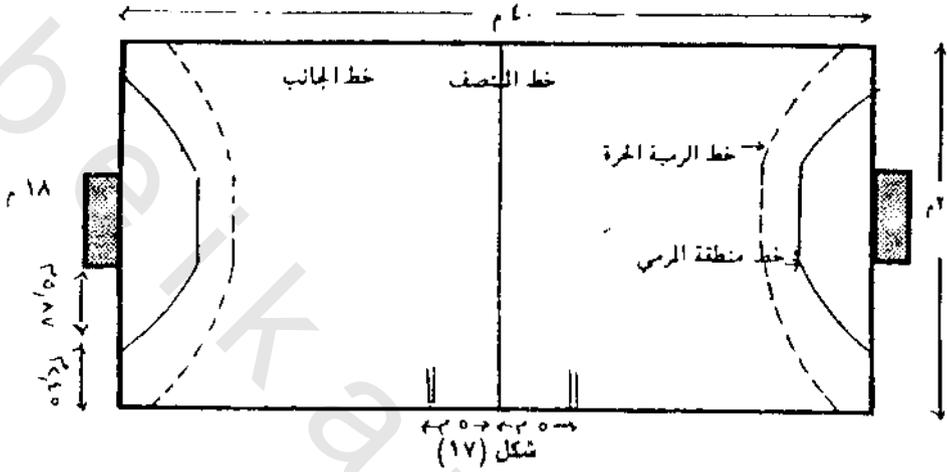


شكل (١٦)

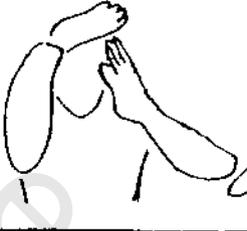
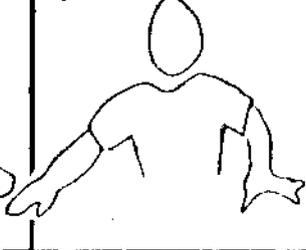
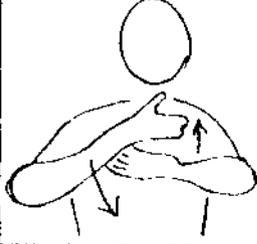
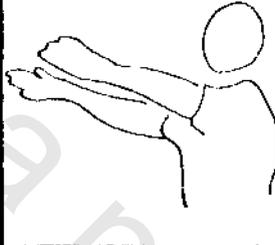
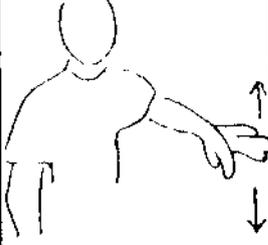
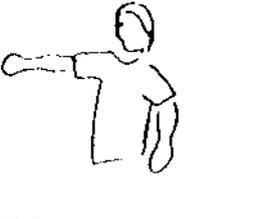
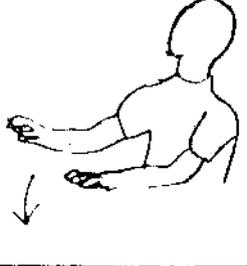
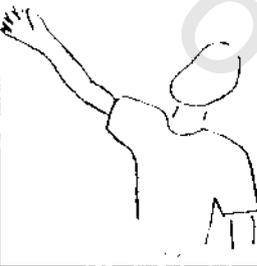
كرة اليد للكبار :

يبين الشكل رقم (١٧) مقاييس الملعب في كرة اليد للكبار ، كما يوضح الشكل

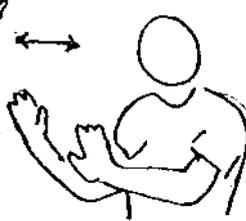
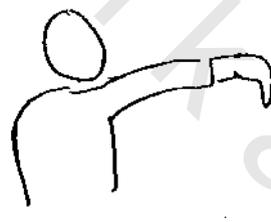
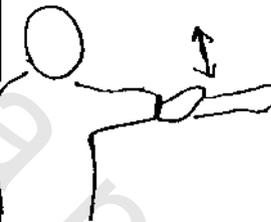
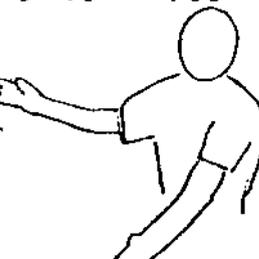
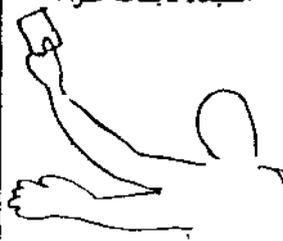
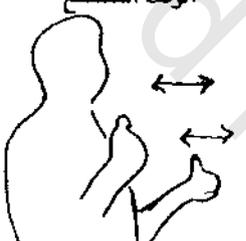
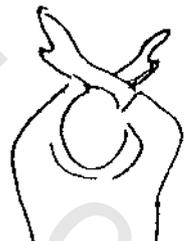
رقم (١٨) أبعاد المرمى ، والشكل رقم (١٩) دائرة المرمى والرمية الحرة .

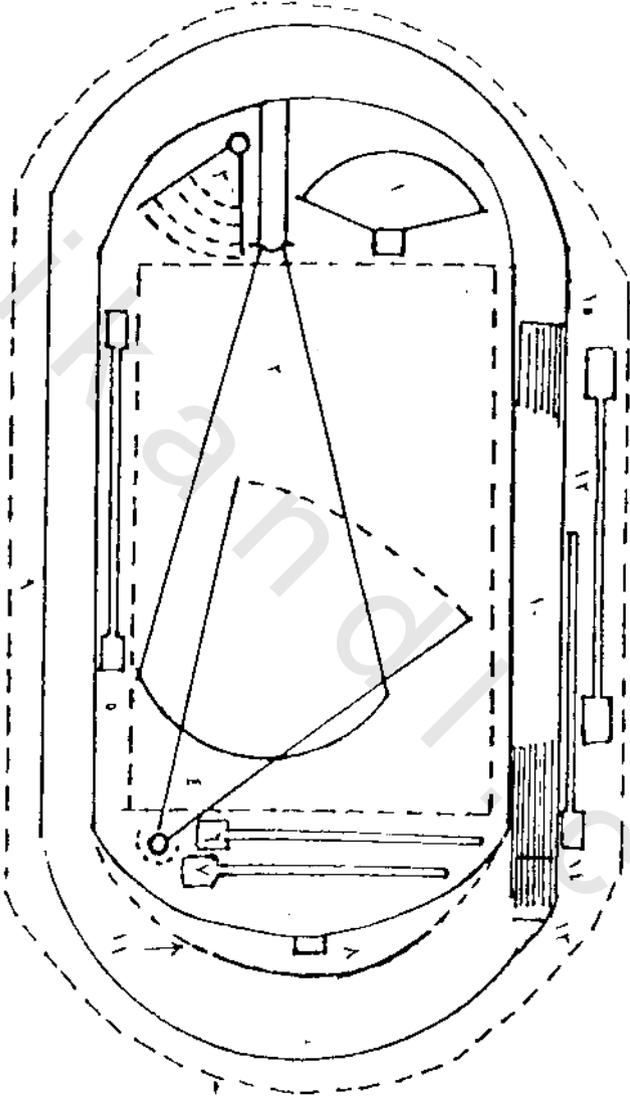


إشارات الحكام في كرة اليد : ( شكل رقم ٢٠ )

<p>إيقاف الوقت</p> 	<p>دخول اللاعب منطقة الرمي</p> 	<p>دورا اليمين - أخطأ ٣ خطوات</p> 
<p>تأجيل الجزاء</p> 	<p>رمية جانب</p> 	<p>رمية مرمي</p> 
<p>هدف - حكم مرمي</p> 	<p>المسك أو التحريط</p> 	<p>احسب هدف - حكم الملقب</p> 
<p>خطأ استلام أو تنطيط الكرة</p> 	<p>إنذار</p> 	<p>رمية ركنية</p> 

تابع شكل رقم (٢٠)

<p>خطأ الدفع - الوثب في اتجاه المنافس</p> 	<p>الإشارة لساعة اليد - دليل اللعب السليم</p> 	<p>تنبيه للرجوع ٣ أمتار</p> 
<p>رمية صرمي</p> 	<p>الضرب على الذراع</p> 	<p>مكان واتجاه أداء الرمية الحرة</p> 
<p>إنذار - بطاقة صفراء - استبعاد - بطاقة حمراء</p> 	<p>السماح بدخول اللاعب بعد الوقت المستقطع</p> 	<p>الطرد</p> 
	<p>رمية حكم</p> 	



المعاب القوي ( الميذان والمضمار ) :

شكل الميذان والمضمار : ( شكل رقم ٢١ )

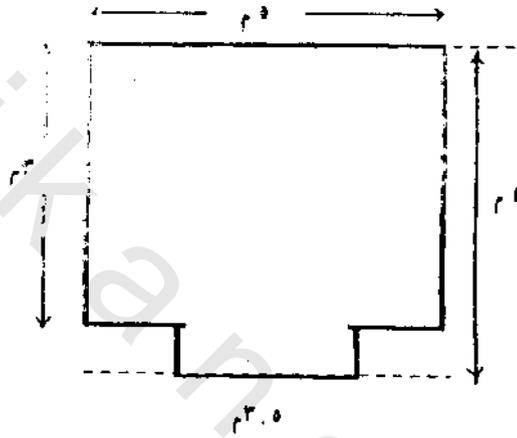
- ١- ميذان الرفيق العالي .
- ٢- ميذان الرجح .
- ٣- ميذان الجنة .
- ٤- ميذان القرص والطوق .
- ٥- ميذان الرفيق التلافي .
- ٦- ميذان الرفيق الطويل .
- ٧- ميذان الزاوية .
- ٨- مانع ( حفره ماء ) .
- ٩- مكان التسخين .
- ١٠- مضمار مستقيم للمسافات التسمية .
- ١١- برصوده غير ثابتة .
- ١٢- مكان احتياطي الزاوية والرفيق الطويل والتلافي .
- ١٣- خط البيه ١١٠م/١١٠م/حواجز .
- ١٤- خط البيه ١٠٠م .
- ١٥- خط الواجهة لجميع المسافات .

- مقاييس الملاعب والأدوات في ألعاب القوى :

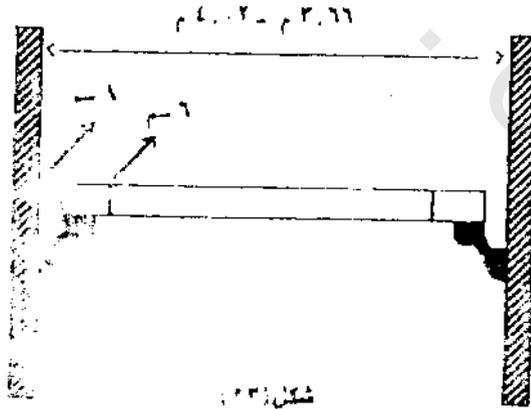
- مقاييس أجهزة ومنطقة الوثب العالي :

بين الشكلين رقمي (٢٢) ، (٢٣) مقاييس منطقة انهبوط ، وجهاز الوثب

العالي :



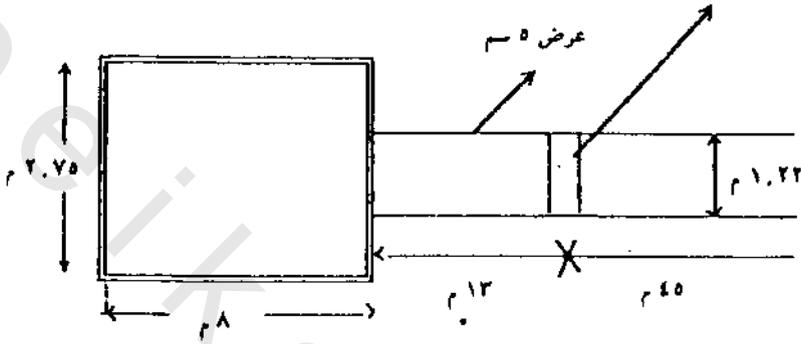
شكل (٢٢)



شكل (٢٣)

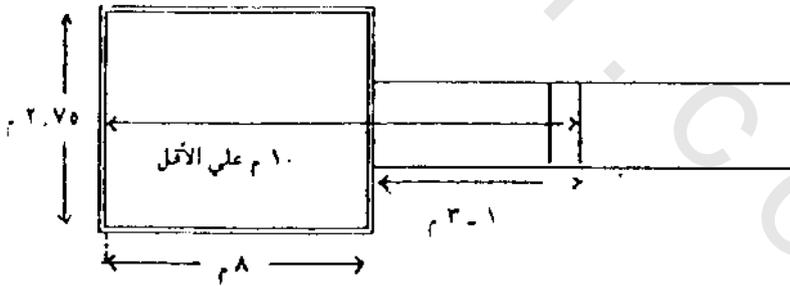
- مقاييس ميدان الوشب الثلاثي :

لوحة الارتقاء (١٢٢ - ١٢١ سم × ١٩,٨ - ٢٠,٢ سم × ١٠ سم)



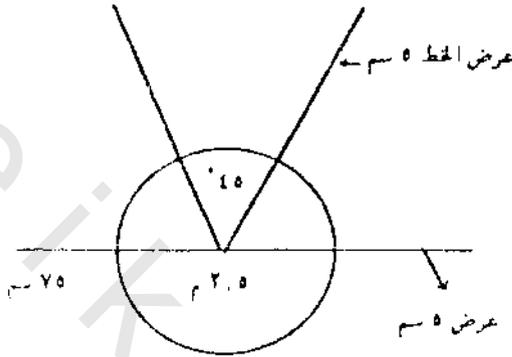
شكل (٢٤)

- مقاييس ميدان الوشب الطويل :



شكل (٢٥)

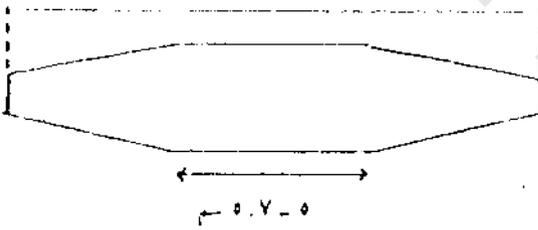
مقاييس القرص ودائرة الرمي :



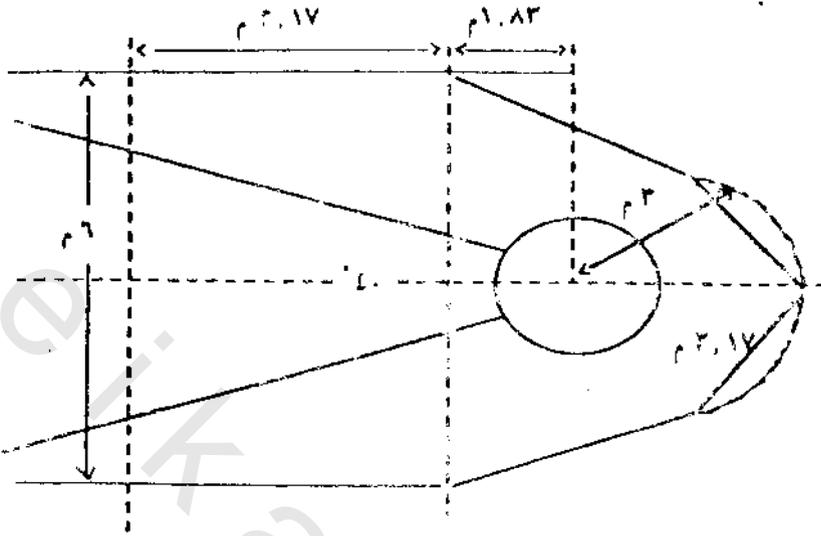
شكل (٢٦)  
دائرة رمي القرص

١٨ - ١٨.٢ سم للسيدات

٢١.٩ - ٢٣.١ سم للرجال

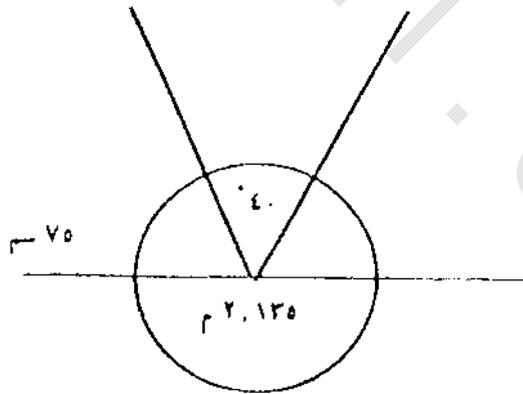


شكل (٢٧)  
القرص



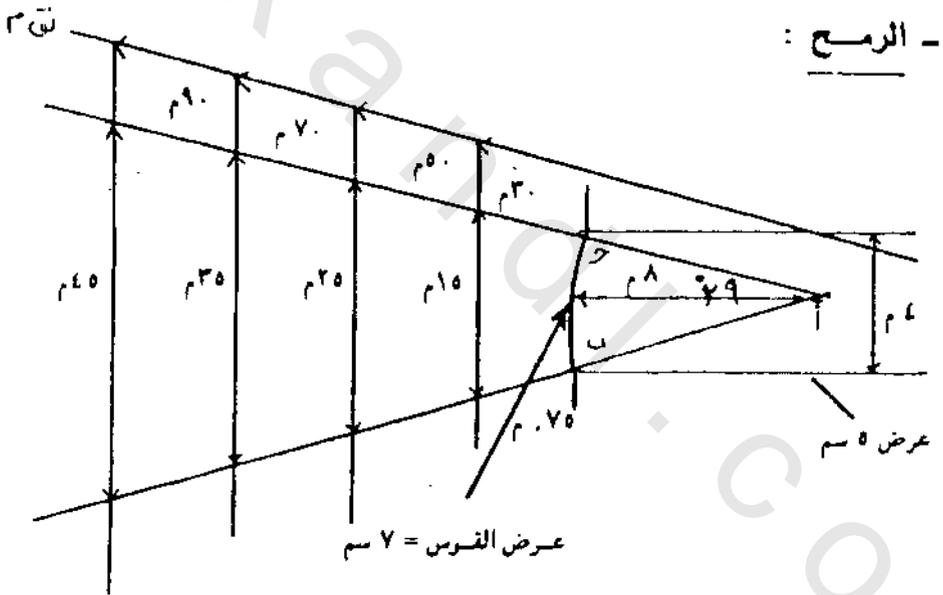
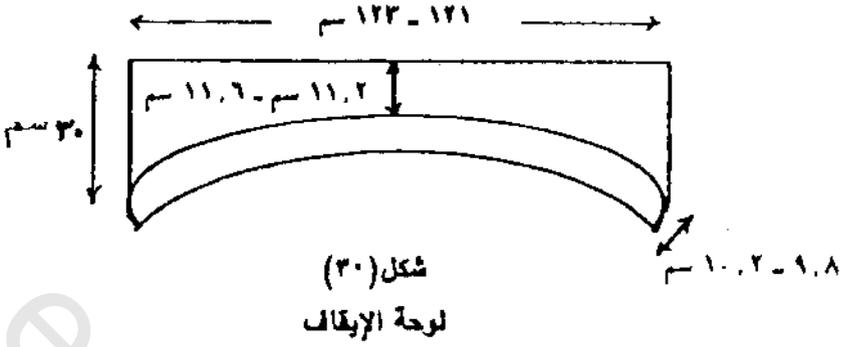
شكل (٢٨)

قلص الرمي



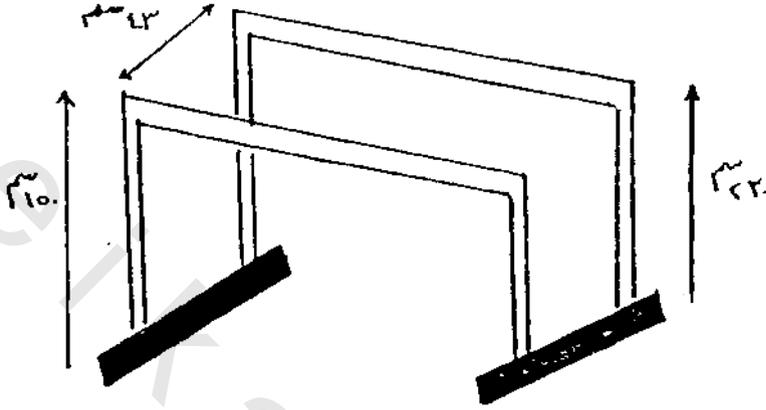
شكل (٢٩)

دائرة دفع الجلة

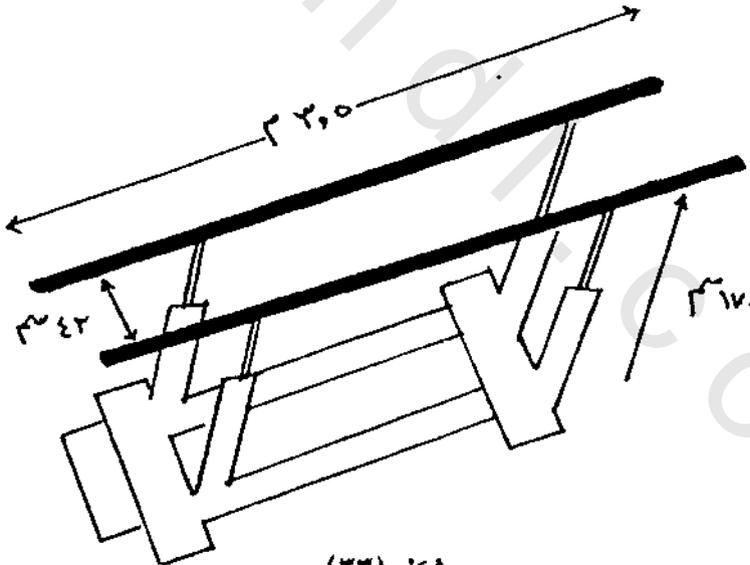


الجمباز :

مقاييس أجهزة وملاعب الجمباز :



شكل (٢٢)  
متوازي البنات



شكل (٢٣)  
المتوازي للرجال

obeyikandi.com

## المراجع العربية والأجنبية

أولاً : المراجع العربية:

- (١) أحمد حسين اللقاني : المناهج بين النظرية والتطبيق ، الطبعة الرابعة ، عالم الكتب ، القاهرة ، ١٩٩٥م.
- (٢) أحمد فتحي سرور : مجلة التربية والتعليم ، العدد الأول ، ١٩٨٩م.
- (٣) أحلام مصطفى : الإمكانيات الرياضية ودورها في تحقيق برنامج النشاط الرياضي بجامعة الإسكندرية ، ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات بالأسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٨٥م.
- (٤) إسماعيل حامد عثمان : بعض المشكلات التي تواجه العاملين في مجال التربية الرياضية ، دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٧٩م.
- (٥) أمين أنور الخولي (وأخ) : التربية الرياضية المدرسية ، دار الفكر العربي ، الطبعة الثانية ، ١٩٩٠م.
- (٦) أميل فهمي : معلم التربية وعلم النفس لدور المعلمين والتعليم الابتدائي ، دراسة ميدانية ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، ١٩٧٢م.
- (٧) السيد حسني شلتوت ، حسن سيد معوض : التنظيم والإدارة في التربية الرياضية ، دار المعارف بمصر ، ١٩٨٤م.
- (٨) المهدي على البدري : مهارات الاستماع لدى طلاب دور المعلمين والعلمات دراسة تقويمية ، دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة المنصورة ، ١٩٩٠م.

- ٩) تشارلز أ. بيوكر: أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض، كمال صالح عبده، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ١٩٦٤م.
- ١٠) ثناء عبد الباقي حسنين: توافر الإمكانيات اللازمة لدرس التربية الرياضية في المدارس الإعدادية بنات، ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان ١٩٧٧م.
- ١١) جمال عبد الهادي على لبن: الحل الإسلامي لقضية التعليم، دار الطباعة والنشر الإسلامي، القاهرة، ١٩٩١م.
- ١٢) حامد عمار: في اقتصاديات التعليم، سيرين الليان، ١٩٦٢م.
- ١٣) حسين كامل بهاء الدين: إنجازات التعليم في عامين، مطابع دار الهلال، القاهرة، ١٩٩٣م.
- ١٤) حمدي عبد الفتاح عطية: مدى إلمام معلم العلوم بمعايير اختيار المحتوى ومدخل تنظيمه وتحقيقها لأهداف تدريس العلوم للحلقة الثانية من التعليم الأساسي، ماجستير، كلية التربية، جامعة المنصورة ١٩٩٢م.
- ١٥) حمدي محمد عبد الفتاح: طرق التدريس بين النظرية والتطبيق، المنصورة، ١٩٩٨م.
- ١٦) سعد جمعة: علم الاجتماع، مكتبة القاهرة، ١٩٨٣م.
- ١٧) سعيد خليل الشاهد: طرق تدريس التربية الرياضية (٢) مذكرات غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنوفية، ١٩٩٨م.

- ١٨) صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد : التربية وطرق التدريس : الجزء الأول ، الطبعة الثانية ، دار المعارف ، القاهرة ، د.ت .
- ١٩) عدنان درويش (و أخ ) : التربية الرياضية المدرسية دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية . - الطبعة الثالثة . - القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٤م .
- ٢٠) عفاف عبد الكريم : طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية . - الإسكندرية : منشأة المعارف ، ١٩٩٥م .
- ٢١) عفاف عبد الكريم : المرامح الحركية والتدريس للصغار . - الإسكندرية : منشأة المعارف ، ١٩٩٥م .
- ٢٢) عنيات محمد أحمد فرج : مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية . - القاهرة : كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، ١٩٨٢م .
- ٢٣) لبول وودنج ؛ ترجمة سليمان قوره : اتجاهات حديثة في أعداد المعلم . - القاهرة : عالم الكتب ، ١٩٧٣م .
- ٢٤) ليلي يوسف : سيكولوجية اللعب والتربية الرياضية . - الطبعة الثانية - القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٧٢م .
- ٢٥) محمد حسن حمص : المرشد في تدريس التربية الرياضية . - الإسكندرية : منشأة المعارف ، ١٩٩٧م .
- ٢٦) محمد حسني مبارك : جريدة الجمهورية يومي ١٦ ، ١٧ سبتمبر ، القاهرة ، ١٩٩٣م .

٢٧) محمد عبد العليم مرسي : العلم والمناهج وطرق التدريس -. الرياض :

جامعة الإمام محمد مسعود الإسلامية ، كلية العلوم الاجتماعية ، ١٩٨٤م.

٢٨) محمد محمد الشحات : طرق تدريس التربية الرياضية -. المنصورة ،

١٩٩٨م.

٢٩) محمد محمد الشحات : الإشراف والتوجيه في التربية الرياضية - المنصورة ،

١٩٩٨م.

ثانياً : المراجع الأجنبية:

- 1) A. Bilbrough and P. Jonne, Physical education in the primary School, University of London press itp. 1968 P.10.
- 2) Bell, R, G. Flower and K. Little (eds) ; Educa- tion in Great in Great Brilain and Ireland A Source book , London & Boston , 1973. PP-47.
- 3) Bidweel Charles: The school as a formal organiza- tion in: Human Serivceorg ., Univ . of Michigan press, 1975.P. P51,53.
- 4) Chlechty, Philip : Teaching and Social Behavior, Toward An organizational theory of instruction , Allyn NC: Boston, London 1976, PP : 155- 156 .
- 5) Moyer, Frederick : Education for a new scolety, phipelto Kappl Bloo Mington , Indiana 1973, P.7.
- 6) Schools Council, Research Studies, Physical Edu- cation in Secondary Schools, London Macmillan Education, Ltd., 1974 .