



كلية التربية الرياضية
قسم المناهج وتدریس
التربية الرياضية

بطاقة تقويم الطلاب في الكرة الطائرة

إعداد

د/إيمان سيد أحمد

مدرس بقسم المناهج وتدریس التربية الرياضية

أ.د/ أيمن عبده محمد

أستاذ مساعد بقسم المناهج وتدریس التربية الرياضية

1431 هـ - 2010 م

1 الاختبارات المهارية

1- اختبار التمرير من أعلى على الحائط

* الغرض من الاختبار:

قياس قدرة المختبر على سرعة التمرير ومقدار تمكنه من مهارة التمرير من أعلى بالأصابع

* الأدوات:

حائط أملس مرسوم عليه خط موازي للأرض وبارتفاع 3م من سطح الأرض ، يرسم خط موازي للحائط ويبعد عنها بمقدار 180سم ، كرة طائرة ، ساعة إيقاف .

* مواصفات الأداء :

يقف المختبر خلف الخط الذي يبعد عن الحائط بمقدار 180سم (خط التمرير) على أن يمسك الكرة باليدين أمام الوجه ثم يقوم بالتمرير تجاه الحائط وأعلى الخط المرسوم عليها على أن ترتد الكرة لتصل إليه مرة أخرى خلف خط التمرير لمتابع التمرير من أعلى بأصابع اليدين . يستمر المختبر في أداء هذا العمل لمدة نصف دقيقة (30ث)

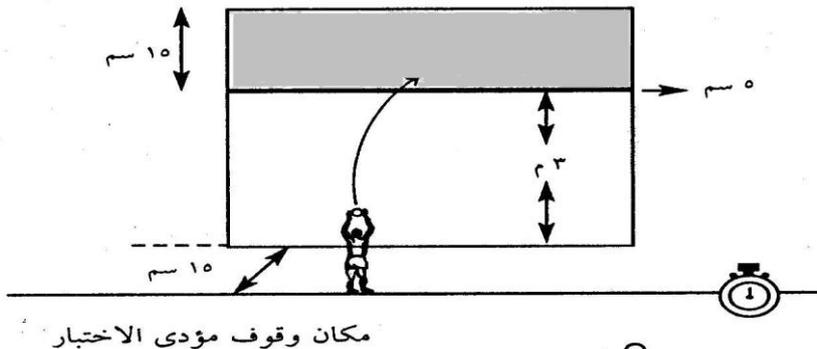
* الشروط :

- يتم التمرير في جميع فترات الأداء من خلف خط التمرير .
- يجب أن يكون التمرير أعلى الخط المرسوم على الحائط .
- يبدأ حساب الزمن بداية من التمريرة الأولى ولمدة 30ث .
- يجب عند بداية الاختبار مسك الكرة باليدين أمام الوجه ثم أداء التمرير بالأصابع .
- إذا خرجت الكرة عن الحائط أو لمست الحائط أسفل الخط المرسوم على الحائط وارتدت بطريقة جعلت المختبر يتابع التمرير من أمام خط التمرير .. في جميع هذه الحالات على المختبر إمساك الكرة ومعاودة البداية بنفس أسلوب بداية الاختبار المتفق عليه .
- يجب استخدام مهارة التمرير من أعلى بالأصابع دون غيرها من أنواع التمريرات الأخرى .
- على المختبر التوقف عن الأداء فور إعلان الحكم انتهاء فترة ال 30ث المقررة .

* التسجيل :

يحسب عدد مرات ملامسة الكرة للحائط خلال ال 30 ثانية المقررة للاختبار، ولا تحسب أي محاولة تخالف الشروط السابق ذكرها .

الدرجة النهائية للمختبر هي عدد المحاولات الصحيحة في ال 30 ثانية



2- اختبار التمير من أسفل بالذراعين على الحائط

* الغرض من الاختبار:

قياس قدرة المختبر على سرعة التمير ومقدار تمكنه من مهارة التمير من أسفل باليدين

* الأدوات :

حائط أملس يرسم على الأرض خط موازي للحائط ويبعد عنه بمقدار 180سم (خط التمير) ومواجهها للحائط ، كرة طائرة ، ساعة إيقاف.

* مواصفات الأداء :

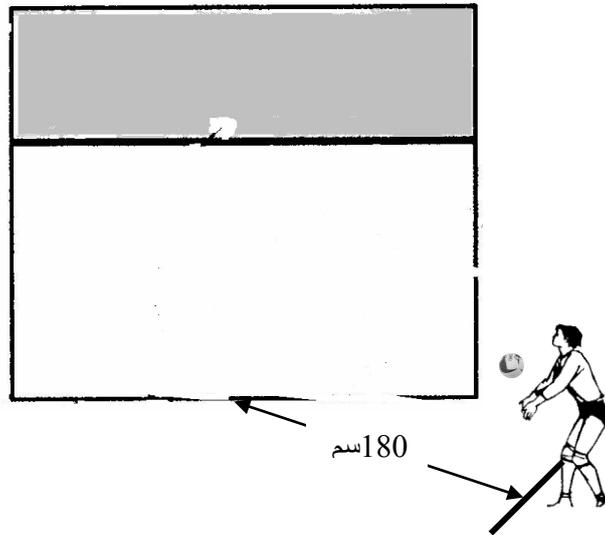
يقف المختبر خلف الخط الذي يبعد عن الحائط بمقدار 180سم (خط التمير) على أن يمسك الكرة باليدين ليذفها إلى الحائط ثم يستقبلها بالتمير باليدين من أسفل إلى الحائط لترتد إليه مرة أخرى خلف خط التمير ليتابع عملية التمير مرة أخرى وهكذا يستمر الأداء لمدة 30 ث

* الشروط :

- يتم التمير في جميع فترات الأداء من خلف خط التمير.
- يبدأ حساب الزمن بداية من التميرة الأولى ولمدة 30ث.
- يجب استخدام مهارة التمير من أسفل دون غيرها من أنواع التميرات الأخرى.
- إذا خطأ اللاعب أثناء الأداء فوق خط التمير لا تحتسب التميرة .
- إذا سقطت الكرة بعد ارتدادها من الحائط قبل خط التمير ،على المختبر إمساك الكرة وبيدأ بالتمير من خلف خط التمير كما هو الحال في بداية الاختبار
- على المختبر التوقف عن الأداء فور إعلان الحكم انتهاء فترة ال 30ث المقررة.

* التسجيل :

- يحسب عدد مرات ملامسة الكرة للحائط خلال ال 30 ثانية المقررة للاختبار، ولا تحسب أي محاولة تخالف الشروط السابق ذكرها.
- الدرجة النهائية للمختبر هي عدد المحاولات الصحيحة في ال 30 ثانية .



3- اختبار " أيفر " AAPHER " للإرسال

* الغرض من الاختبار:

قياس دقة مهارة الإرسال الأمامي المواجه من أسفل ومن أعلى .

* الأدوات :

ملعب كرة طائرة ، مقسم إلى مساحات لكل منها رقماً يعتبر مؤشر عن قيمة النقاط الخاصة بالمنطقة التابع لها الرقم كما هو مبين بالرسم ، عدد (6) كرات طائرة ، ورقة تسجيل ، مسجل ، زميلان لإرجاع الكرات .

* مواصفات الأداء :

يقف اللاعب (المختبر) في المنطقة المحددة لأداء الإرسال ، ويقوم بأداء الإرسال بطريقة قانونية لتعبر الكرة الشبكة في الملعب المقابل .

* القواعد :

1 – يقوم اللاعب بأداء (3) محاولات إرسال للإحماء قبل البدء في الاختبار الفعلي.

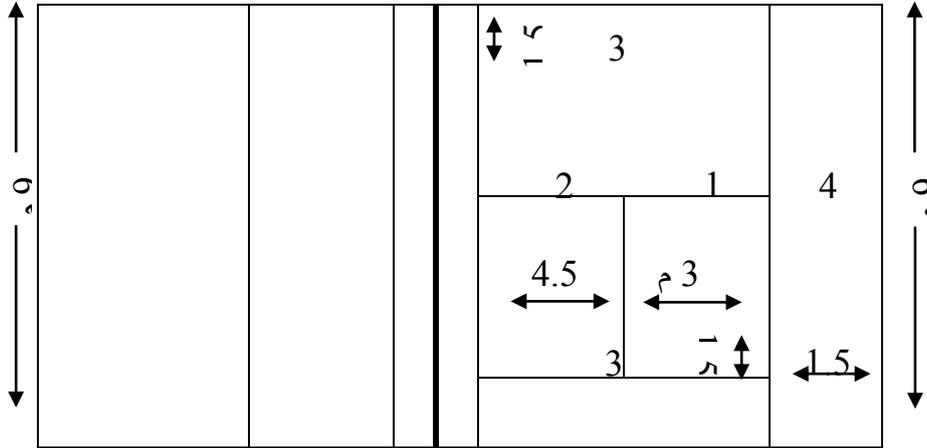
2 – يؤدي اللاعب (10) محاولات إرسال (الاختبار الفعلي) .

3 – أخطاء القدم والأخطاء القانونية تحتسب لها درجة صفر .

* التسجيل :

1 – تحتسب مجموع قيم النقاط التي سقطت الكرة بها داخل الملعب وداخل منطقتها 2 – عند ملامسة الكرة أحد خطوط الملعب فإنه يحتسب الرقم الأعلى للمنطقة التي يتبعها الخط.

ملحوظة : تتراوح الدرجة ما بين (صفر) إلى (40) .



4- اختبار استقبال الإرسال

* الغرض من الاختبار:

قياس دقة استقبال الإرسال

* الأدوات:

ملعب كرة طائرة قانوني، الملعب يخطط كما هو موضح بالشكل، كرات طائرة، صندوق كرات، مرتبة إسفنج.

* طريقة الأداء:

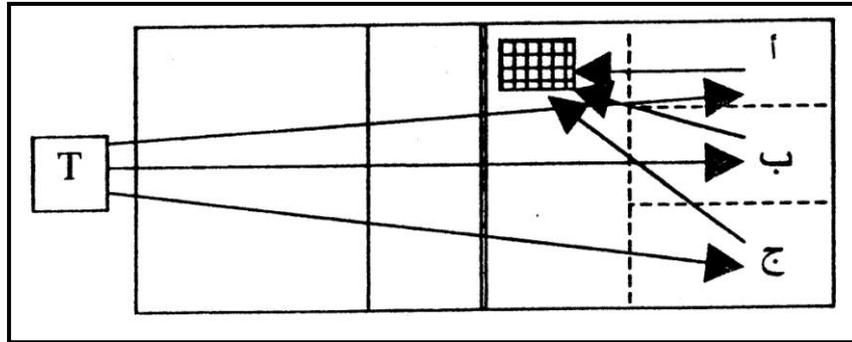
يقف اللاعب في المنطقة (أ) ويستقبل الكرة من المرسل الذي يقف في الملعب الآخر (من الإرسال)، ثم يكرر نفس الأداء ولكن من المنطقة (ب)، ثم المنطقة (ج)، يؤدي اللاعب خمس محاولات من كل منطقة، يجب أن يوجه اللاعب الكرة إلى مركز (2) في اتجاه المرتبة التي يقف عليها لاعب (كهدف).

* الشروط:

يجب أن يلتزم اللاعب بالاسـتقبال من المنطقة المحددة له، وتوجيه الكرة للهدف.

* التسجيل:

- الكرة الصحيحة التي توجه إلى الهدف 4 نقاط.
- الكرة الصحيحة التي تلمس أطراف الهدف 3 نقطة.
- الكرة الصحيحة البعيدة عن الهدف وداخل منطقة الهجوم 1 نقطة.
- الكرة الخطأ صفر



5- اختبار الإعداد القريب من الشبكة

* الغرض من الاختبار :

قياس دقة الإعداد القريب من الشبكة

* الأدوات :

- ملعب كرة طائرة، شبكة بارتفاع قانوني ، 10 كرات طائرة، حامل عليّة حلقة كرة سلة قطرها متر واحد بحيث تلامس حدودها خط المنتصف يبعد مركزها عن خط الجانب بمقدار 4.5 م (مخصصة لوقوف المختبر)

- يوضع الحامل على الجانب بحيث يبعد عن الشبكة بمقدار 30م توضع علامة x على بعد 2م من خط النهاية، 405 م من خط الجانب (تخصص هذه العلامة لوقوف المدرب)

* مواصفات الأداء:

يقوم المدرب برمي الكرة في قوس لأعلى نحو اللاعب الواقف في الدائرة ليقوم بإعدادها بحيث يوجهها إلى حلق السلة لتسقط بداخلها.

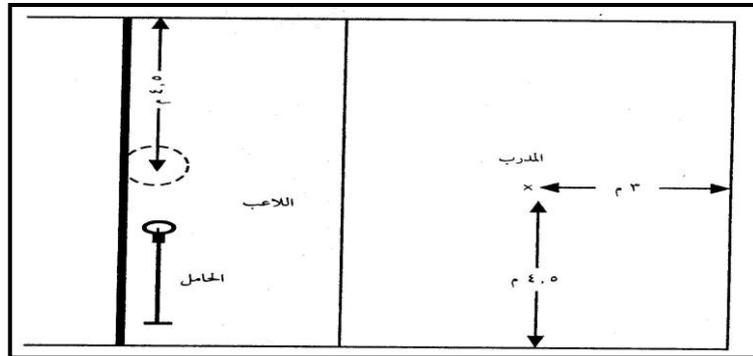
* الشروط:

- 1- لكل مختبر 10 محاولات.
- 2- يجب استخدام الإعداد باليدين والتمرير لأعلى.
- 3- يجب أن يتم الإعداد من داخل الدائرة

* التسجيل:

- يسجل للمختبر مجموع النقاط التي يحصل عليها في المحاولات العشر الممنوحة له وذلك وفقا للاعتبارات التالية:

- ثلاث درجات لكل محاولة تدخل فيه الكرة الحلقة دون ملامستها.
- درجتان لكل محاولة تدخل فيها الكرة الحلقة مع ملامستها (ملامسة الحلقة).
- درجة واحدة لكل محاولة تلمس فيها الكرة الحلقة دون أن تدخلها .
- صفر في حالة أي أداء يخالف ما سبق .



6 – اختبار قياس المستوى المهاري للضربة الساحقة

* الغرض من الاختبار :

قياس المستوى المهاري للضربة الساحقة .

* الأدوات :

5 كرات طائرة ، ملعب كرة طائرة مقسم إلى مناطق كما هو مبين بالشكل .

* وصف الأداء :

- 1 – يقوم اللاعب المعد من مركز (3) بإعداد الكرة للاعب الضارب من مركز (4) .
- 2 – يتحرك اللاعب الضارب من مركز (4) في خط مائل بزاوية 45 درجة تقريباً مع الشبكة وفي مواجهه المناطق المحددة للملعب المضاد .
- 3 – يقوم المحكمان بإعطاء التقدير المناسب (جيد – متوسط – ضعيف) للأداء المرحلي للضربة الساحقة في استمارة تقييم اللاعب .
- 4 – يقوم المحكم الخاص بدقة التوجيه بتسجيل مكان سقوط الكرة بالمناطق الثلاث (الأمامية الوسطى – الخلفية) لكل محاولة .

* التسجيل :

- 1 – يعطى لكل لاعب خمس محاولات مع تسجيل أحسن محاولة .
- 2 – الدرجة الكلية لتقييم الأداء المرحلي عشرون درجة حيث يعطى خمس درجات لكل مرحلة من مراحل الضربة الساحقة إذا كان التقدير جيد لكل مرحلة .
- 3 – يؤخذ متوسط درجة المحكمين .
- 4 – يعطى لدقة التوجيه خمس درجات للمنطقة الأمامية وثلاث درجات للمنطقة الخلفية ودرجة واحدة للمنطقة الوسطى .
- 5 – الدرجة الكلية للمستوى المهاري للضربة الساحقة (دقة التوجيه – الأداء الفني) خمسة وعشرون درجة .

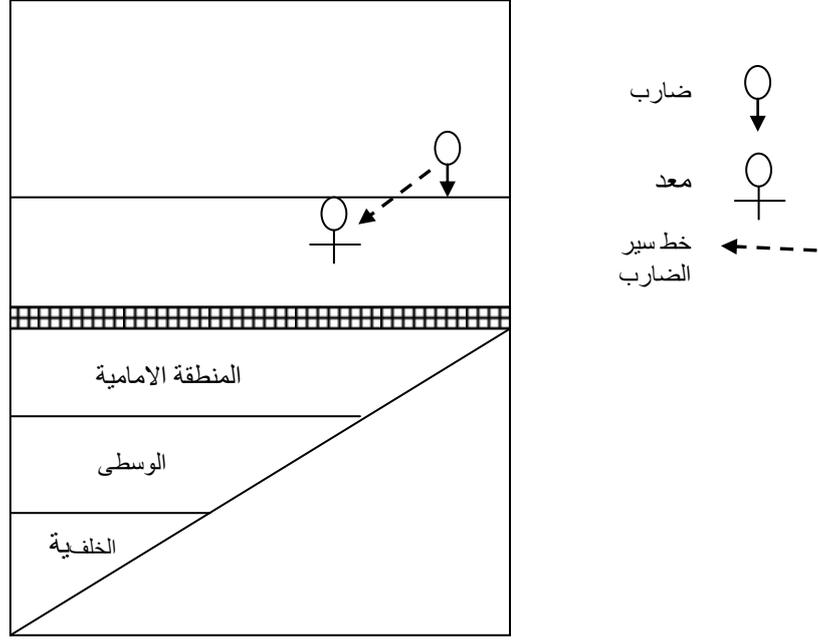
* نقاط يجب مراعاتها :

- 1 – تعاد المحاولة في حالة الإعداد الغير سليم .
- 2 – تلغى المحاولة في حالة ارتكاب خطأ قانوني .
- 3 – في حالة نزول الكرة على خط مشترك بين منطقتين تحتسب تبعاً للمنطقة الأعلى درجة .
- 4 – لا بد من ضرب الكرة وليس تمريرها .

* لجنة التحكيم :

- 1- محكمان لوضع التقدير المناسب لكل مرحلة من مراحل الضربة الساحقة أثناء أداء اللاعب المحاولات الخمس وفقاً لاعتبارات معينة لا بد من مراعاتها أثناء التحكيم .

2 - محكم لتسجيل مكان نزول الكرة للمناطق الثلاثة (الأمامية - الوسطى - الخلفية).



ملعب الكرة الطائرة المعد لاختبار قياس المستوى المهاري
للضربة الساحقة من مركز (4)

7- اختبار الصد الفردي

* الغرض من الاختبار:

قدرة اللاعب على أداء حائط الصد.

* الأدوات:

ملعب كرة طائرة قانوني، الملعب يخطط كما هو موضح بالشكل، 30 كرة طائرة، منضدة، هدف (طوق خشب)

* طريقة الأداء:

يقوم المدرب بضرب الكرة للاعب وعلى اللاعب أداء مهارة حائط الصد الدفاعي من المراكز الثلاثة في اتجاه الهدف (الطوق الخشب).

* الشروط:

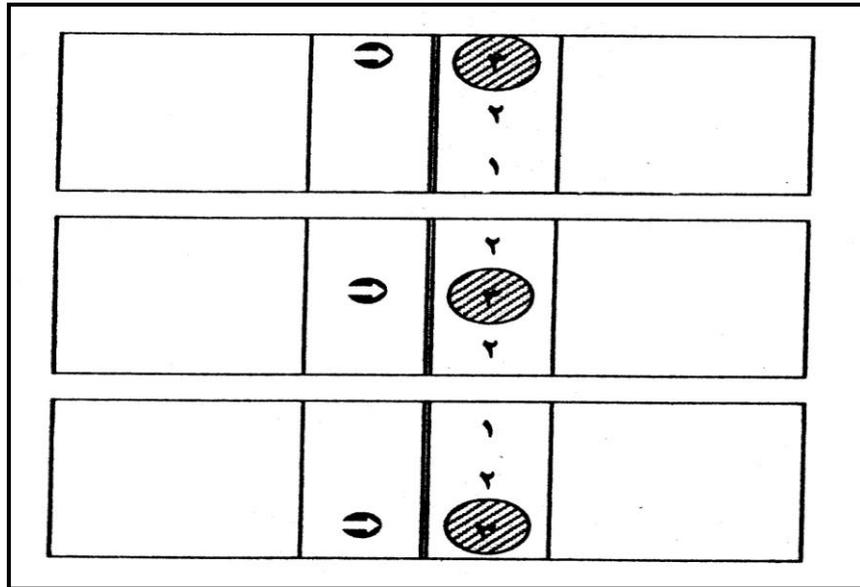
لكل لاعب 5 محاولات من كل مركز (2، 3، 4).

* التسجيل:

يأخذ اللاعب درجة كل منطقة تقع بها الكرة في الملعب الآخر، ويحسب المجموع الكلي لكل مركز، ثم المجموع الكلي للمراكز الثلاثة.

* ملاحظات:

- يقف المدرب فوق منضدة لكي يعطى الوضع الطبيعي لأداء الضرب الساحق.
- تعطى فترة راحة 30 ث بعد كل 5 محاولات.
- محاولة المدرب بقدر الإمكان بتثبيت ارتفاع وقوس وبعد الكرة عن الشبكة.



8- اختبار الدفاع عن الملعب

* الغرض من الاختبار:

قدرة اللاعب على أداء مهارة الدفاع عن الملعب من المنطقة الخلفية.

* الأدوات:

ملعب كرة طائرة قانوني، الملعب يخطط كما هو موضح بالشكل، 30 كرة طائرة، منضدة.

* طريقة الأداء:

يقوم المدرب بالضرب وتوجيه الكرة إلى اللاعب حسب المنطقة التي يقف فيها (1، 6، 5) يقوم اللاعب بالدفاع عن الملعب وتوجيه الكرة إلى مركز (2).

* الشروط:

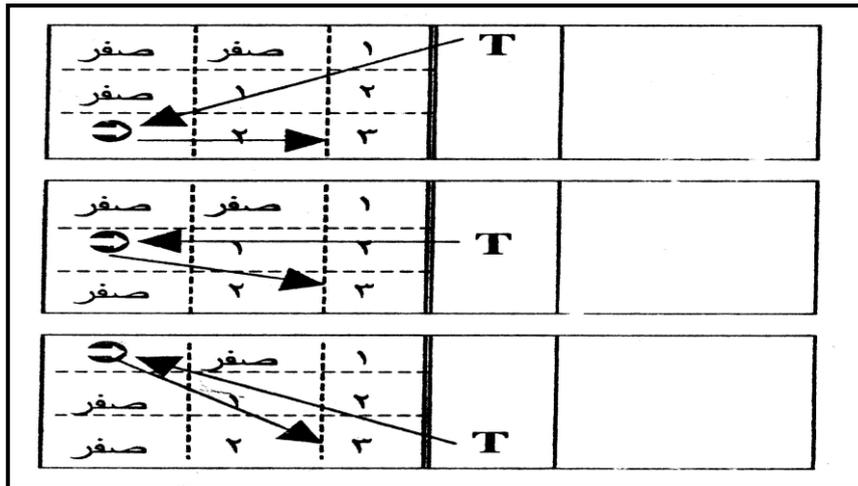
لكل لاعب 5 محاولات من كل مركز (1، 6، 5).

* التسجيل:

يأخذ اللاعب درجة كل منطقة تقع بها الكرة في الملعب الآخر، ويحسب المجموع الكلي لكل مركز، ثم المجموع الكلي للمراكز الثلاثة (15 محاولة).

* ملاحظات:

- يقف المدرب فوق منضدة لكي يعطى الوضع الطبيعي لأداء الضرب الساحق.
- تعطى فترة راحة 30 ث بعد كل 5 محاولات.
- محاولة المدرب بقدر الإمكان بتثبيت ارتفاع وقوس وبعد الكرة عن الشبكة.
- يمكن أداء نفس الاختبار من مركز (2).



أهداف المقرر:

بعد الانتهاء من دراسة المقرر سوف يستطيع الطالب أن :

- يكتسب الطالب بعض التمرينات التمهيدية والمعلومات النظرية المرتبطة بالكرة الطائرة .
- يكتسب الطالب المهارات الأساسية للكرة الطائرة .
- يتعرف الطالب على المصطلحات الفنية للمهارات المقررة .
- يتعرف الطالب على بعض قواعد اللعب الدولية في الكرة الطائرة .
- يكتسب روح التعاون والأداء الجماعي.
- كيفية تدريس لعبة الكرة الطائرة .
- إكساب الطالب طرق اللعب المختلفة (الهجومية - والدفاعية) .
- إلمام الطالب بقواعد اللعب الدولية في الكرة الطائرة .

طريقة تقديم المقرر :

- التطبيقات العملية (فردى- جماعى- فى شكل مباراة).
- المحاضرات النظرية.
- الأبحاث العلمية

نظام تقويم المقرر :

أساسيات الكرة الطائرة:

- | | |
|---|-------------------------|
| 45 درجة (اختبار عملي أول+ اختبار عملي ثاني+بحث) | - درجة أعمال السنة |
| 60 درجة (عملي) | - درجة الاختبار النهائى |
| 45 (نظرى) | - درجة الاختبار النهائى |
- تمرير من أعلى - القانون.

جدول مقترح

الموضوع	الأسبوع
الأرشاد الأكاديمي ومناقشة سير العمل	الأول
- وقفة الاستعداد- التمرير من أعلى للأمام باليدين	الثاني
- التمرير من أعلى للجانب وللخلف باليدين- القانون.	الثالث
- التمرير بالساعدين - خطوات تتابع المهارة. - ألعاب التمرير بالساعدين - قانون.	الرابع
- تطبيقات وتدريبات على التمرير من أعلى و التمرير بالساعدين	الخامس
- الإرسال - من أسفل - قانون - الإرسال من أعلى - قانون	السادس
اختيار فصلي (عملي أول)	السابع
الأنواع المختلفة للضرب الهجومي - القانون.	الثامن
الدفاع العميق ، الصد - القانون	التاسع
الخطط الهجومية - الخطط الدفاعية - القانون.	العاشر
تركيبات الإعداد والضرب - القانون	الحادي عشر
اختبار فصلي(عملي ثاني)	الثاني عشر
محاضرات نظريه- قانون	الثالث عشر
محاضرات نظريه- قانون	الرابع عشر

- التمرير من أعلى - القانون.

طريقة الاختبار وكيفية تقدير الدرجات أعمال السنة والعملية

لمقرر أساسيات الكرة الطائرة

الاختبار الأول لأعمال السنة

م	المهارات	الدرجة	ملاحظات
1	التمرير من أعلى	5	
2	التمرير من أسفل	5	
3	الإرسال من أسفل	5	
4	الإرسال من أعلى	5	
5	المجموع	20	

الاختبار الثاني لأعمال السنة

م	المهارات	الدرجة	ملاحظات
1	التمرير من أعلى	4	
2	التمرير من أسفل	4	
3	الإرسال من أسفل	3	
4	الإرسال من أعلى	5	
5	الضربة الساحقة	5	
6	حائط الصد	4	
7	المجموع	25	

الاختبار العملي

م	المهارات	الدرجة	ملاحظات
1	التمرير من أعلى	10	
2	التمرير من أسفل	10	
3	الإرسال من أسفل	10	
4	الإرسال من أعلى	10	
5	الضربة الساحقة	10	
6	حائط الصد	10	
7	المجموع	60	

نظام تقويم المقرر :

تدريس الكرة الطائرة

- درجة أعمال السنة 60 درجة (اختبار عملي أول + اختبار عملي ثاني + بحث)
 - درجة الاختبار النهائي 80 درجة (عملي)
 - درجة الاختبار النهائي 60 (نظري)
- تمرير من أعلى - القانون.

طريقة الاختبار وكيفية تقدير الدرجات أعمال السنة والعملي

لمقرر أساسيات الكرة الطائرة

الاختبار الأول لأعمال السنة

م	المهارات	الدرجة	ملاحظات
1	التمرير من أعلى	5	
2	التمرير من أسفل	5	
3	الإرسال من أسفل	5	
4	الإرسال من أعلى	5	
5	تحضير درس تعليمي لإحدى المهارات	5	
6	المجموع	25	

الاختبار الثاني لأعمال السنة

م	المهارات	الدرجة	ملاحظات
1	التمرير من أعلى	10	
2	التمرير من أسفل	10	
3	الإرسال من أسفل	5	
4	الإرسال من أعلى	10	
5	الضربة الساحقة	10	
6	حائط الصد	5	
7	تقديم وأداء درس باحد أساليب التدريس	10	
8	المجموع	60	

الاختبار العملي

م	المهارات	الدرجة	ملاحظات
1	التمرير من أعلى	10	
2	التمرير من أسفل	5	
3	الإرسال من أسفل	10	
4	الإرسال من أعلى	15	
5	الضربة الساحقة	15	
6	حائط الصد	10	
7	تطبيق درس تعليمي لاحد مهارات الكرة الطائرة	15	
8	المجموع	80	