

امتحان العملي لمادة تدريب رياضة التخصص (1) (كرة اليد)
لطلاب الفرقة الثالثة
للعام الدراسي 2011/2010
الدرجة : 30 درجة

أجزاء الامتحان :

- 1- جملة مهاريه 10 درجات
- 2- عرض وتفسير ومناقشة بيانات عن كرة اليد تم تحضيرها مسبقا 10 درجات
- 3- تطبيق عملي لنماذج تدريبيه ، تعليميه تم تحضيرها مسبقا 10 درجات

اعداد /

أ.د. قدرى سيد مرسى
ا.م.د. أحمد حسين محمد
م.د. احمد دعبس
م.د. خالد حسين محمد
م. حسام محسن أبو قريش

اولا جملة الأداء المهاري : الدرجة : 10 درجات

اختبار تحمل أداء (140 م)

أجزاء الاختبار : (مرفق رسم الاختبار)

- 1 - بداية
- 2 - تحرك دفاعي أمامي
- 3 - تحرك دفاعي خلفي مائل
- 4 - تحرك دفاعي أمامي
- 5 - تحرك دفاعي خلفي مائل
- 6 - جري سريع حتي خط منتصف الملعب للعلامة (6) وتبعد عن خط الجانب 3م
- 7 - الجري السريع لداخل الملعب للعلامة (7) وتبعد عن خط الجانب 4م
- 8 - التحرك لمركز الجناح الأيسر والتقاط الكرة من يد الساعد (أ) والتصويب
- 9 - التحرك لمركز لاعب الخط الخلفي الأيسر واستلام التمرير من الساعد (أ)
- 10 - الأقتراب للعلامة (10) والتصويب
- 11 - التحرك للخلف للعلامة (11) واستلام الكرة من الساعد (ب)
- 12 - الأقتراب للعلامة (12) والتصويب
- 13 - التحرك للعلامة (13) علي خط منطقة المرمي (تبعد عن خط الجانب الأيمن 7م)
- 14 - التحرك للعلامة (14) علي خط منطقة المرمي (تبعد عن خط الجانب الأيمن 5م)
- 15 - استلام التمرير من الساعد (ب) ثم التصويب علي المرمي
- 16 - التحرك للعلامة (15) علي خط منتصف الملعب وتبعد عن خط الجانب (3م)
- 17 - التحرك للعلامة (16) علي خط منطقة المرمي وتبعد عن خط الجانب (5م)
- 18 - استلام الكرة من الساعد (ج) والتحرك للأمام للعلامة (17) وتمرير الكرة من الأرتكاز للساعد (أ)
- 19 - التحرك للخلف بميل للعلامة (18) واستلام الكرة من الساعد (ج)
- 20 - التحرك للأمام للعلامة (19) والتمرير من الوثب للساعد (ب)
- 21 - التحرك للخلف بميل للعلامة (20) واستلام الكرة من الساعد (ج)
- 22 - التحرك للأمام للعلامة (21) والتصويب من الأرتكاز في المرمي البعيد
- 23 - الجري السريع للعلامة (22) وهي خط رمية ال7م والتصويب من السقوط

التقييم :

1- دقة الأداء : (4 درجات)

- درجة واحده لدقة التمرير للساعد (أ) والساعد (ب)
- ثلاثة درجات لدقة التصويب في زوايا المرمي (6 تصويبات)

2- زمن الأداء : (3 درجات)

- 45 ثانية فأقل 3 درجات
- 50 ثانية فأقل 2 درجة
- 55 ثانية فأقل 1 درجة
- أكثر من 55 ثانية صفر

3- تكنيك الأداء : (3 درجات)

- انسيابية الأداء المهاري والأداء الفني الصحيح للمهارات الدفاعيه والهجوميه

اعداد /

أ.د. قدرى سيد مرسي
م.د. احمد دعبس
م. حسام محسن أبو قريش
ا.م.د. أحمد حسين محمد
م.د. خالد حسين محمد

ثانيا : عرض وتفسير ومناقشة موضوعات عن كرة اليد تم تحضيرها مسبقا
الدرجة : 10 درجات

"من خلال متابعتك لمباريات كرة اليد في بطولات مختلفه اعرض من خلال الفيديو ثم فسر
وناقش أحد الموضوعات الآتية " (خمسة مباريات علي الأقل)

الرقم	الموضوع
1	المهارت الدفاعيه والهجوميه لأحد مراكز اللعب
2	التشكيلات الدفاعيه المستخدمه
3	خطط اللعب الهجوميه المستخدمه
4	نماذج للهجوم الخاطف بأنواعه
5	المواقف الخاصه وكيفية استغلالها
6	تصميم استمارة تحليل أداء وكيفية تطبيقها علي هذه المباريات لأستخراج بيانات خاصه بالأداء خلال المباراه
7	التعاون بين مركزين متجاورين أو أكثر في الدفاع
8	أسلوب الأداء المهاري لحراس المرمي

التقييم :

- | | |
|--------------------|---------|
| 1- علمية الموضوع | 3 درجات |
| 2- أسلوب العرض | 4 درجات |
| 3- الشرح والمناقشه | 3 درجات |

اعداد /
أ.د. قدري سيد مرسي
ا.م.د أحمد حسين محمد
م.د احمد دعيبس
م.د خالد حسين محمد
م. حسام محسن أبو قريش

ثالثا : تطبيق نماذج تدريبيه ، تعليميه لموضوعات في كرة اليد تم تحضيرها مسبقا
الدرجه : 10 درجات

الرقم	الموضوع
1	- تدريبات متدرجه لتعليم اللاعبين في أحد المراكز الدفاعيه أداء الواجب الدفاعي الآتي : " الدفاع علي لاعب خط خلفي يجيد التصويب بالوثب بعد استلامه الكره من جهة اليمين "
2	تدريبات متدرجه لتعليم اللاعبين التعاون بين مركزين دفاعيين متجاورين لمواجهة التعاون الثنائي الهجومي بين لاعب خط أمامي ولاعب خط خلفي
3	تدريبات متدرجه لتعليم خطه هجوميه
4	تدريبات تطبيقيه متدرجه علي احدي المهارات الهجوميه
5	- تدريبات تطبيقيه متدرجه علي احدي المهارات الدفاعيه
6	تدريبات لتعليم اللاعبين الأنطلاق للهجوم الخاطف بموجاته من أحد تشكيلات دفاع المنطقه
7	تدريبات لتعليم اللاعبين الدفاع ضد التكوينات الهجوميه
8	تدريبات تطبيقيه لتعليم حارس المرمي صد الكرات من زوايا المرمي المختلفه

التقييم :

- 1- الشرح 3 درجات
2- قيادة المجموعه 3 درجات
3- أسلوب التنفيذ 4 درجات

اعداد /
أ.د. قدري سيد مرسي
ا.م.د. أحمد حسين محمد
م.د. احمد دعيس
م.د. خالد حسين محمد
م. حسام محسن أبو قریش

امتحان عملي لمادة المبادئ الأساسية للالعاب الجماعية (1)
لطلاب الفرقه الأولى للعام الدراسي 2010/2011

أجزاء الأختبار : (مرفق رسم الأختبار)

- 1 - البدايه عند منتصف خط منتصف الملعب
- 2 - تمرير الكره الي الساعد (أ) ثم استلام الكره منه مره أخري
- 3 - الجري مع اداء مهارة التنطيط حتي علامه علي بعد 10م من المرمي
- 4 - اداء مهارة التصويب بالوثب

التقييم :

1- دقة الأداء : (2 درجات)

- درجه واحده لدقة التمرير للساعد (أ)
- درجه واحده لدقة التصويب في زوايا المرمي

2- تكنيك الأداء : (4 درجات)

- انسيابية الأداء المهاري والأداء الفني الصحيح للمهارات)

اعداد /

- أ.د قذري سيد مرسي
- ا.م.د أحمد حسين محمد
- م.د احمد دعيس
- م.د خالد حسين محمد
- م. حسام محسن أبو قريش

امتحان عملي لمادة المبادئ الأساسية للاعب الجماعية (2)
لطلاب الفرقه الثانيه للعام الدراسي 2011/2010

أجزاء الأختبار : (مرفق رسم الأختبار)

- 1 - التحرك الدفاعي للامام حتي علامه (2)
- 2 - التحرك الدفاعي المائل للخلف حتي علامه (3)
- 3 - التحرك الدفاعي الجانبي حتي علامه (1)
- 4 - الجري للامام واستلام الكره من الساعد (أ)
- 5 - أداء التنطيط في خط مستقيم حتي خط منتصف الملعب ثم التميرير للساعد (ب)
- 6 - الجري للامام ثم استلام الكره من الساعد (ج)
- 7 - أداء مهارة الخداع البسيط أمام قائم علي بعد 10م من المرمي
- 8 - التصويب بالوثب في المرمي

التقييم :

1- دقة الأداء : (2 درجات)

- درجه واحده لدقة التميرير للساعد (ب)
- درجه واحده لدقة التصويب في زوايا المرمي

2- تكنيك الأداء : (4 درجات)

- انسيابية الأداء المهاري والأداء الفني الصحيح للمهارات)

اعداد /

- أ.د. قدري سيد مرسي
- ا.م.د. أحمد حسين محمد
- م.د. احمد دعيس
- م.د. خالد حسين محمد
- م. حسام محسن أبو قريش

استمارة الأختبار العملي لمادة المبادئ الأساسية للألعاب الجماعية (1) كرة اليد
لطلاب الفرقة الأولى للعام الدراسي 2011/2010

الدرجة الكلية للأختبار		عناصر التقييم						رقم الجلوس	اسم الطالب	م
		تكنيك الأداء		دقة الأداء						
				دقة التصويب		دقة التمريم				
الدرجة المستحقة	الدرجة المقدرة	الدرجة المستحقة	الدرجة المقدرة	الدرجة المستحقة	الدرجة المقدرة	الدرجة المستحقة	الدرجة المقدرة			
	6		4		1		1			1
	6		4		1		1			2
	6		4		1		1			3
	6		4		1		1			4
	6		4		1		1			5
	6		4		1		1			6
	6		4		1		1			7
	6		4		1		1			8

اعداد /

أ.د. قدرى سيد مرسي

ا.م.د. أحمد حسين محمد

م.د. احمد دعيس

م.د. خالد حسين محمد

م. حسام محسن أبو قريش

استمارة الأختبار العملي لمادة المبادئ الأساسية للألعاب الجماعية (2) كرة اليد
لطلاب الفرقة الثانية للعام الدراسي 2010/2011

الدرجة الكلية للأختبار		عناصر التقييم						رقم الجلوس	اسم الطالب	م
		تكنيك الأداء		دقة الأداء						
		الدرجة المستحقة	الدرجة المقدرة	دقة التصويب		دقة التمرير				
الدرجة المستحقة	الدرجة المقدرة			الدرجة المستحقة	الدرجة المقدرة					
	6		4		1		1			
	6		4		1		1			
	6		4		1		1			
	6		4		1		1			
	6		4		1		1			
	6		4		1		1			
	6		4		1		1			
	6		4		1		1			
	6		4		1		1			

اعداد /

أ.د. قدرى سيد مرسي

أ.م.د. أحمد حسين محمد

م.د. احمد دعيس

م.د. خالد حسين محمد

م. حسام محسن أبو قريش