

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد خيضر - بسكرة -
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية
السنة الجامعية: 2024/2023
المستوى: الثانية ليسانس (تربية حركية + تدريب رياضي)

التصحيح النموذجي لمقياس كرة اليد

الجواب الأول: 7.5 ن:

- الحالات التي يقرر فيها الحكام توقيف وقت اللعب:

* اعلان اقضاء أحد اللاعبين.

* اعلان وقت مستقطع لأحدى الفريقين.

* إشارة الميقاتي او محافظ المقابلة بصافرة.

* التشاور و التفاهم بين الحكمين حول نقطة معينة.

* يشير الحكام بإعلان ثلاث صافرات بطريقة سريعة مع الإشارة المخصصة لوقف وقت اللعب.

- **صلاحيات كل من المسجل و الميقاتي:**

* يراجع المسجل ورقة التسجيل (اللاعبين الذين يسجلون هم الذين لهم حق الاشتراك) و يشترك مع الميقاتي في

مراقبة الموقوفين أو اللاعبين الذين يصلون بعد بداية المباراة، كما يقوم المسجل بتسجيل أحداث المباراة بورقة

التسجيل و بدون الملاحظات الضرورية عن (الأهداف- الإنذارات - الإيقاف - الاستبعاد - الطرد).

* يراقب الميقاتي:

أ- وقت اللعب

يقرر الحكمان متى توقف الساعة و تسييرها ثانية.

ب- عدد اللاعبين و الإداريين في منطقة التبديل.

ج - مع المسجل، دخول اللاعبين الذين يصلون بعد بداية المباراة.

د- خروج و دخول اللاعبين البدلاء.

هـ - دخول اللاعبين الذين ليس لهم حق الاشتراك.

و- زمن الإيقاف للاعبين الموقوفين.

الجواب الثاني: 6.5 ن: مفهوم السرعة و أنواعها:

* تعتبر السرعة كصفة حركية، و هي قدرة الإنسان على القيام بالحركات في أقصر فترة زمنية، و في ظروف معينة. كما تعرف السرعة بقابلية الفرد على تحقيق عمل في أقل زمن ممكن.

* أنواع السرعة:

أولاً: السرعة الإنتقالية (السرعة القصوى):

و هي سرعة التحرك من مكان إلى آخر في أقصر زمن ممكن. و كلما زاد إنتاج الحركات بأسلوب جيد زادت نفسية السرعة القصوى.

ثانياً: السرعة الحركية (سرعة أداء الحركة):

تعني سرعة الانقباضات العضلية عند أداء الحركة. لذلك تتحقق السرعة في عملية الانقباض للألياف العضلية التي يلزمها الانقباض أثناء أداء التمرين أو المهارة، و هذا ما يحصل في حركة التصويب و الرمي أو استقبال الكرة أو المحاورة و التمرير.

ثالثاً: سرعة الاستجابة:

يقصد بها سرعة التحرك لأداء يتبعه ظهور موقف أو مثير معين مثل سرعة بدء الحركة لملاقاة الكرة أو سرعة

تغيير الإتجاه يتبعه تغيير موقف مفاجئ.

الجواب الثالث: 6 ن: الفرق بين التقييم و التقويم:

التقييم يعنى التشخيص و يركز على جانب واحد فقط، أما التقويم فيعني التشخيص و الإصلاح و التحسين و التطوير، و يركز على عديد من الجوانب المختلفة، أي يكون شاملاً في معظم الحالات. و عليه نرى أن التقييم هو عملية تسبق التقويم في العملية التعليمية، أو يمكن القول أن التقييم هو بداية التقويم.