

# القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد

نظريات - تطبيقات

مقدمة

مقدمة

د. كمال الدين عبد الرحمن درويش

د. قذري سيد مرسى

د. عماد الدين عباس أبو زيد

30000

25000

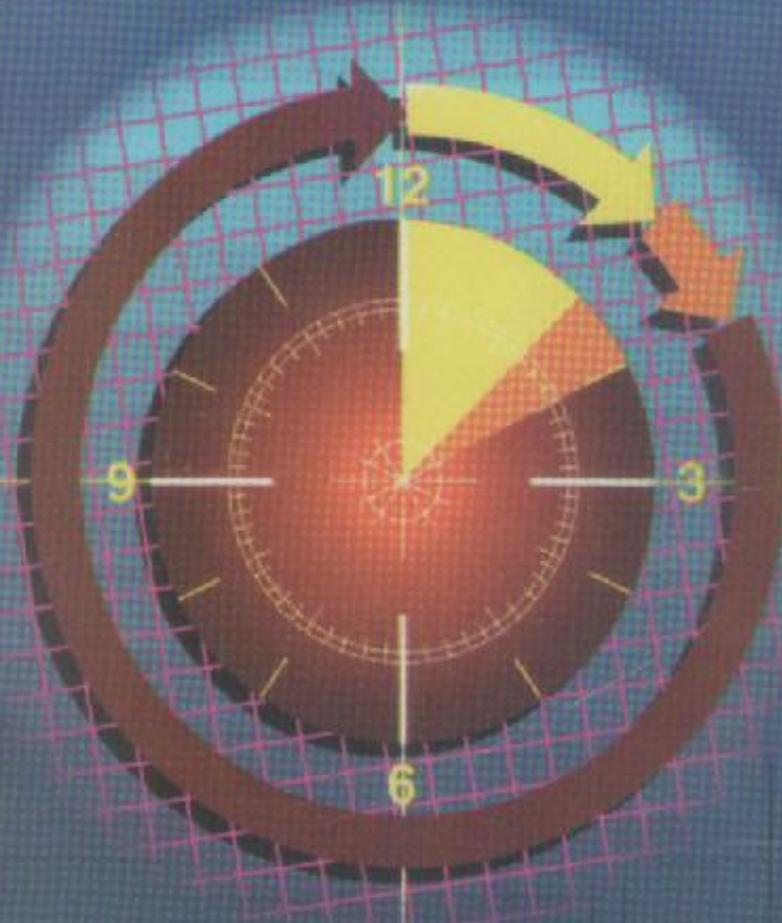
20000

15000

10000

5000

0



مركز الكتاب للنشر

# القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد

## نظريات - تطبيقات

**د / قدرى سيد مرسى**

أستاذ كرة اليد بقسم التدريب الرياضى بكلية  
التربية الرياضية للبنين - القاهرة - جامعة حلوان  
مدرّب قومي والمدير الفني لأندية لنادى الزمالك

**د / كمال الدين عبدالرحمن درويش**

أستاذ والعميد الأسبق لكلية التربية الرياضية للبنين  
القاهرة - جامعة حلوان  
مدرّب قومي والمدير الفني لأندية لنادى الزمالك

**د / عماد الدين عباس أبو زيد**

أستاذ تدريب كرة اليد ورئيس قسم الألعاب بكلية  
التربية الرياضية للبنين - الزقازيق - جامعة الزقازيق  
عضو اللجنة العليا للمدرّبين بالانحد سابقاً



الطبعة الأولى

٢٠٠٢هـ / ٢٠٠٢م

مركز الكتاب للنشر

## المحتويات

الصفحة	الموضوع
٥	مقدمة
٩	فهرس المحتويات
	الباب الأول:
١٣	القياس والتقويم في كرة اليد
١٥	القياس
١٧	التقويم
١٨	التقويم في كرة اليد
١٩	شروط عملية التقويم
١٩	عناصر عملية التقويم
٢٠	خطوات عملية التقويم
٢٢	طرق تقويم المهارات الحركية
٢٤	اختبار وقياس المستوى
٢٥	خطوات بناء الاختبار
٢٩	الشروط العلمية للاختبار الجيد
٣٩	القياس والتقويم وتخطيط التدريب
	الباب الثاني:
٤٧	المتطلبات المهارية للاعب كرة اليد
	تحديد أهم المهارات الأساسية للاعب كرة اليد طبقاً للأسس والخطوات
٤٩	العلمية المقتنة
٤٩	مهارات اللاعب في الهجوم
٥٤	المهارات الهجومية بالكرة
٥٦	المهارات الهجومية بدون كرة
٥٦	مهارات اللاعب في الدفاع
٥٦	مهارات المدافع ضد مهاجم غير مستحوذ على الكرة
٥٦	مهارات المدافع ضد مهاجم مستحوذ على الكرة
٧٣	المتطلبات البدنية للاعب كرة اليد

## تابع المحتويات

الصفحة الموضوع

تحديد العناصر البدنية الضرورية للاعب كرة اليد طبقاً للأسس والخطوات العلمية المقتنة ..... ٧٥  
**الباب الثالث:**

### مراحل تنفيذ الاختبارات للاعب كرة اليد

٨٥ مرحلة اختيار وإعداد الاختبارات .....  
 ٨٦ مرحلة إعداد الأيدي المساعدة .....  
 ٨٦ مرحلة التجارب الاستطلاعية .....  
 ٨٦ مرحلة تقنين الاختبارات .....  
 ٨٧ مرحلة تطبيق الاختبارات .....  
 ٨٧ شروط تطبيق الاختبارات .....  
 ٨٩ الخواص الإحصائية للاختبارات

### تطبيق الاختبارات

اختبار التحرك الدفاعي على مرتين لمسافة ٤٠ م ثم الانطلاق للهجوم .....  
 ١١٤ الخاطف لمسافة ٢٢ م .....  
 ١١٥ اختبار الجري بالظهر والمواجهة لمسافة ٢٥٢ م .....  
 ١١٦ اختبار الجري ٢٠٠ م في شكل تحركات دفاعية وهجومية .....  
 ١١٧ اختبار تنطيط الكرة في خط مستقيم لمسافة ٢٢ م .....  
 ١١٨ اختبار تنطيط الكرة في خط متعرج لمسافة ٣٠ م .....  
 ١١٩ اختبار تنطيط الكرة في خط متعرج لمسافة ١٥ م .....  
 ١٢٠ اختبار التمرير من الجري (ذهاب فقط) لليمين واليسار .....  
 ١٢٢ اختبار التمرير من الجري (ذهاباً وعودة) لليمين واليسار .....  
 ١٢٣ اختبار التمرير من الجري (ذهاباً وعودة) لليمين أو اليسار فقط .....  
 ١٢٤ اختبار سرعة التمرير من المركز (٨ كرات) .....  
 ١٢٥ اختبار التمرير من المراكز (١٠ كرات) .....  
 ١٢٥ اختبار التصويب من الثبات من خط الـ ٩ متر (١٠ كرات) .....  
 ١٢٦ اختبار التصويب بعد الخداع (١٠ كرات) .....

## تابع المحتويات

الصفحة	الموضوع
١٢٧	اختبار التصويب بالوثب عالياً (١٠ كرات)
١٢٩	اختبار رمى الكرة من الوثب لأقصى مسافة
١٣٠	اختبار رمى الكرة لأقصى مسافة من الثبات
١٣٩	قياس وتقويم مستوى الأداء الدفاعى فى كرة اليد
١٤٠	اختبار حائط الصد الدفاعى فى اتجاه واحد
١٤٢	اختبار حائط الصد فى اتجاهين
١٤٣	اختبار التحركات الدفاعية للأمام وللخلف
١٤٥	اختبار التحركات الدفاعية للجانبين
١٤٦	اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة
١٤٨	اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة مع تغيير الاتجاه
١٥٠	اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة
١٥٢	اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة مع تغيير الاتجاه
١٥٤	اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة
١٥٨	اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة مع تغيير الاتجاه
١٥٩	اختبار التحركات الدفاعية للأمام وللخلف
١٦٠	اختبار التحركات الدفاعية لتغطية الهجوم الخاطف
١٦٢	اختبار التحركات الدفاعية لتغطية الهجوم الخاطف
١٦٤	قياس وتقويم مستوى الأداء البدنى فى كرة اليد
١٦٥	اختبارات القوة العضلية
١٧٢	اختبارات القوة المعيزة بالسرعة «القدرة العضلية»
١٧٩	اختبارات التحمل العضلى «تحمل القوة العضلية»
١٨٤	اختبارات التحمل الدورى التنفسى
١٨٧	اختبارات السرعة وسرعة زمن الرجوع
١٩٢	اختبارات الرشاقة
١٩٥	اختبارات المرونة

## تابع المحتويات

الصفحة	الموضوع
١٩٨	اختبارات التوازن
٢٠٤	اختبارات التوافق
<b>الباب الرابع:</b>	
<b>اختبارات الأداء لحارس المرمى فى كرة اليد</b>	
٢٠٩	طبيعة أداء حارس المرمى فى كرة اليد
٢١٦	تحديد اختبارات الأداء لحارس المرمى
٢١٨	الاختبارات المرشحة لقياس الأداء لحارسى المرمى
<b>الباب الخامس:</b>	
<b>تحليل المباراة فى كرة اليد</b>	
٢٧٢	ماهية تحليل المبارات وأهميته فى كرة اليد
٢٧٤	طرق تحليل المباراة فى كرة اليد
٢٧٧	نماذج لطرق تحليل المباراة لتقويم الأداءات الفنية فى كرة اليد
٢٧٧	النموذج الأول
٢٩٦	النموذج الثانى
٣٢٤	النموذج الثالث
<b>الباب السادس:</b>	
<b>المنافسة كوسيلة من وسائل التقويم</b>	
٣٤٥	المنافسة
٣٥١	التقويم والمنافسة
٣٥٥	تدريبات تطبيقية لإعداد المهاجم مهارياً وخططياً
٣٩٨	تدريبات تطبيقية لإعداد المدافع مهارياً وخططياً
٤٣٩	تدريبات تطبيقية فردية لإعداد حارس المرمى مهارياً وخططياً
٤٥٥	<b>المراجع العربية والأجنبية</b>
٤٥٥	<b>المراجع العربية</b>
٤٦١	<b>المراجع الأجنبية</b>