زانكؤى سةلاحةددين – هةوليَر

كؤليَذى ثةروةردةى جةستةيي زانستة وةرزشيةكان

لقى / ياريية تيمية كان

ث/ بة راورد بكة لةنيَوان هةريةك لة؟ .

قارن بين كل من؟

ا- ثاسد ان و هاويشتن بوًَ طولَ.

المناولة و التصويب.

ب- خةلَة تاندنى سادة وخةلَة تاندنى جووت.

الخداع البسيط والخداع الزوجي.

ج- ليَدان بةباز بوَ سةرة وة و ليَدان بةباز بوَ ثيًَشةوة.

التصويب من القفز للاعلى والتصويب من القفز للأ مام.

ث/ ئةو بوَ شاييانةى خوارةوة ثر بكةوة؟

إملا الفرغات الاتية؟

ا- ثاسادانى باش جيا دةكريَتةوة بة \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ .

تتميز المناولة الجيد ة ب \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ,\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

ب – هةموو هيَلَةكانى ياريـطاى توَثي دة ست بة ثانـى( 5 سم) دة بيَت تةنـها ئةو هيَلَة نةبيَت كة لـة نيَـوان دوو رِاطرةكان و لـة ذيَر رِاستة ثانةكة بة ثانى \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

سمك جميع خطوط في ملعب كرة اليد (5سم ) باستثناء الخط المحصور مابين القائمين واسفل العارضة بسمك \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

ج- كاتى ئارة زووى خةلَة تاندن دة كةيت ثيَويستة ئةوة ى رةضاو بكريَت \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ,\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

عندما تنوى الخداع يجب أن يرعى \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ,\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

د – طوَلَضى لة ناو ناوضةى خوَي ياسا ريَطاى ثيَداوة بة \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ,\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

حارس المرمى داخل منطقته القانون يسمح له ب \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ,\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

ث / لة بةرضى تةث تةثة لة توَثى دة ست كةمتر بةكارديَت بة بةراورد لةطةلَ توَثى سةبةتة رِوونى بكةوة ؟

لماذا يستخدم الطبطبة بكرة اليد أقل مقارنة بكرة السلة وضح ذلك ؟

ث/ باشترين هاويشتن لة توَثىَ دةست ئةوةية كة ياريزانى تيثةكة لة ئاستى سنط بيطريتةوة . وةك ماموَستايةك لة دوا رِوَذ ضوَن قوتابية كانت كارامةى هاويشتن و وةرطرتن بة شيَوةى ثوخت فيَردةكةيت؟

افضل مناولة في كرة اليد هي التى يستلمها الزميل في مستوى الصدر كتدريسي أوتدريسية في المستقبل كيف (تعلم , تعلمي) الطلبة اداء المناولة والاستلام بشكل جيد؟

ث/ بة ضى جيا دةكريَتةوة هةردوو كارامةى هاويشتنى بةثالَ بوَ تةنيشت و كارامةى هاويشتن بوَ تة نيشت بة سورِانى ناوقةد؟

كيف تميز مهارتي المناولة الدفع للجانب والمناولة للجانب بلف الجذع ؟

ث/ ئايا بة ثيَوستى دةزانيت هةموو ياريزانيَك كارامةى هةلَخةلَةتاندنى سادة فيَربيت ؟ وة بؤضى؟

برئيك هل من الضروري على لاعب كرة اليد معرفة مهارة الخداع البسيط؟ ولماذا؟

ث/ ئةوياريزانة دياري بكة كةوا ثيَويستة لةسةريان هةريةك لةو دوو كارامةى خوارةوة ئةنجام بدةن بةثيَي ئةو شويَنةى يارى ليَ دةكةن.

ا- كارامة ى ليَدان بة باز بوَ سة رة وة .

ب- كارامة ى ليَدان بة باز بوَ ثيشة وة .

حدد اللاعبين حسب مراكز لعبهم بضرورة استخدام كل من المهارتين في ادناه .

ا- مهارة التصويب من القفز للأعلى .

ب- التصويب من الفقز للأمام .

ب/ **جوره كانى وه ستانى كول باريز بزميره** .