

مذكرة وحدة كرة الطائرة الصف 12

إعداد و تنظيم الأستاذة خولة الذهلي

مدرسة المؤمنة للتعليم ما بعد الأساسي
(10 - 12)



السؤال الأول:

ضع علامة صح (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة خطأ (x) أمام العبارة الخاطئة فيما يأتي :

()

()

()

()

()

()

()

()

()

()

()

()

- ١- تكون القدمان متقاربتين عند التهيؤ لأداء مهارة حائط الصد في لعبة الكرة الطائرة.
- ٢- في الكرة الطائرة يحق للاعب المدافع الحر الإرسال.
- ٣- تعد مهارة حائط الصد في الكرة الطائرة من المهارات الدفاعية والهجومية .
- ٤- يسمح للاعب المدافع الحر بالتغير مع أي لاعب في مركز الصف الخلفي .
- ٥- عند تنفيذ مهارة حائط الصد في الكرة الطائرة تكون الكفان متقاربتين وأصابع اليد متلاصقة.
- ٦- يسمح حائط الصد في الكرة الطائرة لباقي لاعبي الفريق بأخذ أماكنهم الدفاعية الصحيحة.
- ٧- يكون ثقل الجسم في مرحلة الوثب في حائط الصد بالكرة الطائرة مرتكزا على الأمشاط.
- ٨- خطة العداء في لعبة الكرة الطائرة تعمل على مفاجأة المنافس من حيث اتجاه الهجوم .
- ٩- أثناء الوثب لأداء حائط الصد في الكرة الطائرة يكون ثقل الجسم على مشط القدمين .
- ١٠- يحق للاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة أداء الضربة الهجومية من أعلى الشبكة في المنطقة الأمامية للملعب .
- ١١- تغييرات اللاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة تحتسب من ضمن التبديلات العادية للاعبين .
- ١٢- يحق للاعب الحر في الكرة الطائرة المشاركة في حائط الصد.

السؤال الثاني:

ضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة لكل مفردة من المفردات الآتية:

- ١- حائط الصد في الكرة الطائرة من مهارات الدفاع ضد :

أ- الإرسال.

ب- الإعداد.

ج- الضرب الساحق.

د- الاستقبال.

- ٢- عدد المدافعين الحرين الذين يحق لكل فريق تسجيلهم في الكرة الطائرة ضمن قائمة اللاعبين :

أ- (١).

ب- (٢).

ج- (٣).

د- (٤).

٣- اشترك ثلاثة مهاجمين في لعبة الكرة الطائرة في عملية الهجوم يسمى :

- أ- الإرسال الساحق .
- ب- الإعداد الأمامي .
- ج- خطة دفاع المنطقة .
- د- خطة العداء .

٤- في مباراة الكرة الطائرة يسمح بتغيير اللاعب الحر الاساسي مع اللاعب الحر الاحتياطي :

- أ- مرة .
- ب- مرتين .
- ج- ثلاث .
- د- أربع .

٥- بعد أداء حائط الصد أثناء مباراة الكرة الطائرة يهبط اللاعب على :

- أ- مشطلي القدمين .
- ب- كامل القدمين .
- ج- عقبي القدمين .
- د- قدم واحدة .

٦- عدد اللاعبين الذين يشتركون في تنفيذ خطة العداء أثناء مباراة الكرة الطائرة :

- أ- واحد .
- ب- اثنان .
- ج- ثلاثة .
- د- أربعة .

٧- عند أداء مهارة حائط الصد في لعبة الكرة الطائرة يتم سحب الزارعين عالياً فوق مستوى الجسم في مرحلة :

- أ- حركة القدمين .
- ب- الوثب .
- ج- التنفيذ .
- د- الهبوط .

٨- لا يحق للاعب المدافع الحر في لعبة الكرة الطائرة :

- أ- الإرسال .
- ب- الدفاع .
- ج- الإستقبال .
- د- الإعداد .

٩- عند تنفيذ مهارة حائط الصد في الكرة الطائرة تكون الكفان :

- أ- متقاربة والأصابع منتشرة .
- ب- متقاربة والأصابع متلاصقة .
- ج- متباعدة والأصابع منتشرة .
- د- متباعدة والأصابع متلاصقة .

١٠- من أهم مهارات الدفاع ضد الضربات الساحقة أثناء مباراة الكرة الطائرة :

- أ- حائط الصد .
- ب- خطة العداء .
- ج- الإرسال .
- د- الدفاع بيد واحدة .

١١- يحق للاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة القيام بـ :

- أ- الإرسال .
- ب- الإعداد .
- ج- الضرب الساحق .
- د- حائط الصد .

١٣- منطقة تغيير اللاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة :

- أ- من الخط الخلفي لفريقه.
ب- بين خط الهجوم وخط النهاية لفريقه.
ج- بين خط الوسط وخط الهجوم لفريقه.
د- بين خط الوسط وخط النهاية لفريقه.

١٤- من تقسيمات حائط الصد في الكرة الطائرة من حيث النوع:

- أ- فردي.
ب- مفتوح.
ج- ثلاثي.
د- دفاعي.

١٥- عدد المدافعين الحرين الذين يحق تسجيلهم في مباراة الكرة الطائرة في كل فريق :

- أ- (١) .
ب- (٢) .
ج- (٣) .
د- (٤) .

١٥. المقصود بمصطلح (The libero player) في كرة الطائرة هو :

- أ. خطة الهجوم الحائط
ب. السار
ج. حائط الصد
د. اللاعب المدافع الحر

١٦- استعداد لاعب حائط الصد في الكرة الطائرة للقيام بعملية الهجوم المضاد تتم في مرحلة:

- أ- التنفيذ .
ب- الطيران.
ج- الهبوط .
د- التهيؤ.

السؤال الثالث:

١- اذكر النقاط الفنية التي يتم التركيز عليها في مرحلة التنفيذ لمهارة حائط الصد في لعبة الكرة الطائرة .

.....
.....

٢- اذكر ثلاثاً من النقاط التي يجب مراعاتها عند أداء مهارة حائط الصد بطريقة صحيحة في الكرة الطائرة .

.....
.....
.....

٣- من المراحل الفنية لأداء حائط الصد في الكرة الطائرة :

أ- التهيؤ .

ب- حركة القدمين .

ج-

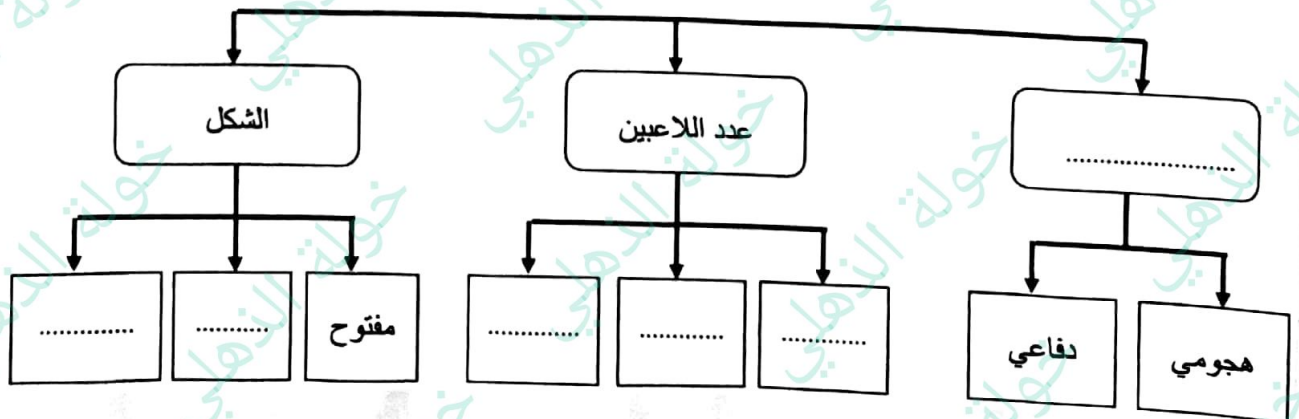
د-

هـ-

٤- اذكر ثلاثة أمور لا يسمح للاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة القيام بها أثناء مشاركته في اللعب .

.....
.....
.....

٥- الشكل الآتي يوضح تقسيمات حائط الصد وأنواعه في الكرة الطائرة ، أكمل الفراغات فيما يأتي:



٦. ماهي تقسيمات حائط الصد من حيث :

- أ. عدد اللاعبين -
-
-
ب. الشكل -
-
-

٧- حسب ما درست في الكرة الطائرة، اذكر ثلاث نقاط أساسية تبين أهمية حائط الصد.

-
-
-

٨- من خلال الشكل المقابل الذي يوضح أحد المهارات التي درستها في لعبة الكرة الطائرة، أجب عن الأسئلة الآتية:



(أ) اذكر أربع مراحل فنية لأداء هذه المهارة.

-
-
-
-

(ب) اذكر اثنين من الأمور التي يجب مراعاتها لأداء هذه المهارة بصورة صحيحة.

-
-

نموذج الإجابة (كرة الطائرة)

السؤال الأول :

(√) أو (×)

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
×	×	×	√	√	√	√	×	√	√	×	×

السؤال الثاني :

اختر الاجابة الصحيحة :

16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
ج	د	ب	د	ب	ب	أ	أ	أ	د	ج	أ	أ	د	ب	ج

إجابة السؤال الثالث (المقالية)

١-

- تكون الذراعين ممدودتين فوق حافة الشبكة وعلى شكل قوس وتتجه الكفان الى الأرض اتجاه ملعب الفريق الآخر .
- تكون الكفان متقاربتين وأصابع اليدين منتشرة ومتباعدة حيث لا تسمح بمرور الكرة بينهما وتحركان باتجاه سير طيران الكرة .

٢-

- عدم المبالغة في رفع الذراع عالياً مع استقامة الجسم.
- ضرورة ضبط التوقيت المناسب وضبط المسافة بين اليدين والشبكة .
- عدم ارتخاء الجسم أثناء التهيؤ والاستعداد للوثب .
- عدم الوثب باتجاه منحرف عن اتجاه سير طيران الكرة .
- توزيع الأصابع بصورة مفتوحة وممدودة بشكل حجم الكرة .

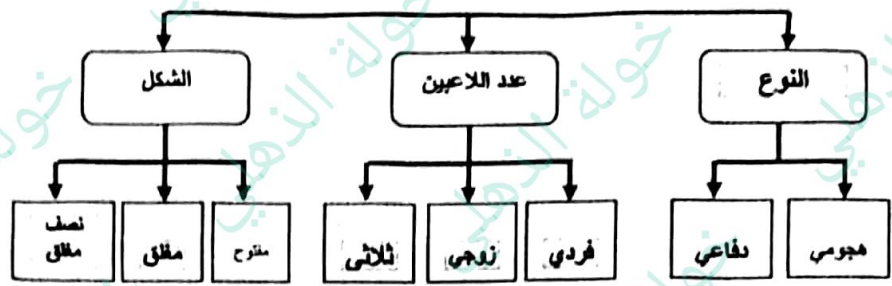
*ينكر ثلاثة منها (أو ما يفيد المعنى فيما نكر)

٣-

- ج - الوثب (الطيران) .
- د - التنفيذ (الأداء) .
- هـ - الهبوط والتغطية .

٤-

- لا يحق له الإرسال.
- لا يحق له الصد أو محاولة الصد.
- لا يحق له تكملة الضربة الهجومية إذا كانت الكرة أعلى من قمة الشبكة .
- لا يسمح له اللعب في المنطقة الأمامية من الملعب .
- لا يحق له أن يكون رئيساً للفريق أو رئيساً للشوط .
- لا يجوز أن يكون قميصه مشابهاً لقمصان أفراد فريقه .
- * ملاحظة : ينكر ثلاثاً منها، لا سطح المنزل من سيم أقيم بيضاً الدوران و على المصحح أن يحتسب الدرجة عند كتابة الطالب حالات أخرى صحيحة غير منكرة في نموذج الإجابة.



أ - حائط الصد الفردي - حائط الصد الزوجي - حائط الصد الثلاثي

ب - حائط صد مفتوح - حائط صد مغلق - حائط صد نصف مغلق

- ٦-
- يعتبر خط الدفاع الأول.
 - قدرته على امتصاص قوة الضربة الساحقة.
 - يسمح لباقي لاعبي الفريق بأخذ أماكنهم الدفاعية الصحيحة.
 - تأثيره النفسي على الضارب في حالة نجاح حائط الصد.

* ينكر ثلاثة منها.

٧-	<ul style="list-style-type: none"> - التهيؤ أو الاستعداد. - حركات القدمين. - الوثب أو الطيران. - التنفيذ أو الأداء. - الهبوط والتغطية. <p>* ملاحظة : ينكر أربعة منها ، ولا يشترط الترتيب</p>
٨-	<ul style="list-style-type: none"> - عدم المبالغة في رفع الذراعين عاليا مع استقامة الجسم. - ضبط التوقيت المناسب وضبط المسافة بين اليدين والشبكة. - عدم ارتخاء الجسم في أثناء التهيؤ والاستعداد للوثب. - عدم الوثب باتجاه منحرف عن اتجاه سير طيران الكرة. - نشر الأصابع بصورة مفتوحة وممدودة بشكل حجم الكرة. <p>* ملاحظة : ينكر اثنين منها (أو ما يفيد المعنى فيما ذكر)</p>