



جامعة محمد بوضياف - المسيلة
معهد علوم وتقليبات النشاطات البدنية والرياضية

قسم: النشاط الرياضي المكيف
الإدارة والتسيير الرياضي
الإعلام والاتصال الرياضي
المستوى: سنة ثالثة ليسانس
السداسي: الأول



الإجابة النموذجية لامتحان النخص كرة طائرة

السؤال الأول (02ن):

لحكام الكرة الطائرة إشارات تحكم خاصة باللعبة، التعليق على الإشارات المطلوبة:

- 01..... أ = وقت مستقطع.
- 01..... ب = الكرة خارج الملعب.

السؤال الثاني (04ن):

للكرة الطائرة مميزات وخصائص تتفرد بها عن الرياضات الجماعية الأخرى، أذكرها باختصار ؟

- | |
|------|
| 0.25 |
| 0.25 |
| 0.25 |
| 0.25 |
| 0.25 |
| 0.25 |
| 0.25 |
| 0.25 |
| 0.25 |
| 0.25 |
| 0.25 |
| 0.25 |
| 0.25 |
| 0.25 |
- قلة درجة خطر الإصابة بين المتنافسين (وجود الشبكة).
 - تناسب جميع الأعمار وتصلح مزاوتها بين الجنسين.
 - يعتبر ملعب الكرة الطائرة أصغر ملعب في الألعاب الجماعية.
 - تعتبر اللعبة الجماعية الوحيدة التي تلعب ولا تلمس الكرة الأرض.
 - يمكن إعادة الكرة ولعبها حتى لو كانت خارج الملعب...
 - يعتبر ملعب الكرة الطائرة أكبر هدف في الألعاب الجماعية يمكن التصويب فيه (9 *).
 - يمكن للاعب أن يلعب في جميع المراكز (المنطقة الأمامية والخلفية) ما عدا اللاعب
 - حتمية أداء ضربة الإرسال لجميع أفراد الفريق (ما عدا اللاعب الحر).
 - لا بد أن تنتهي المباراة بفوز أحد الفريقين.
 - لعبة الكرة الطائرة ليس لها وقت محدد.
 - تلعب في خمسة أشواط ويعتبر كل شوط وحدة مستقلة بذاتها.
 - يحق لكل فريق ثلاث لمسات ولمسة واحدة لكل لاعب.
 - لا يسمح بتعدي ملعب الخصم ودخوله أثناء اللعب.
 - لا يسمح للاعب بلمس الكرة لمرتين متتاليتين (إلا في حالة الصد).

السؤال الثالث (04ن):

- مفهوم الأداء المهاري:

نظام خاص لحركات تؤدي في نفس الوقت و حركات تؤدي بالتوالي، و يقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية و الخارجية و المؤثرة في الفرد الرياضي بهدف استغلالها بالكامل و بفعالية لتحقيق أحسن النتائج الرياضية، وهو مستوى اللاعبين و مدى إتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة؛ كما أنه يشير إلى الصورة المثالية للأداء الفني و الطريقة الفعالة لتنفيذ مهمة حركية معينة.

- مراحل الأداء المهاري:

تمر عملية اكتساب الأداء المهاري بثلاث مراحل أساسية لكل منها خصائص مميزة و تدريبات مختلفة وهي:

01..... مرحلة التوافق الأولي للمهارة مع الشرح

- 01.....مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة مع الشرح.
01.....مرحلة إتقان وتثبيت أداء المهارة مع الشرح.

السؤال الرابع (10ن):-

باعتبار المهارات هي القاعدة الأساسية لأي نشاط رياضي سواء كانت مهارات بأداة أو بدون أداة؛ لذا وجب الاهتمام بالمهارات الأساسية للفرد الرياضي.
للكرة الطائرة مهارات أساسية هي:

- | | |
|--------------------------|--------------------|
| ✓ مهارة الإعداد. | ✓ وقفة الاستعداد. |
| ✓ مهارة الضرب الساحق. | ✓ الإرسال. |
| ✓ مهارة الصد. | ✓ مهارة الاستقبال. |
| ✓ مهارة الدفاع عن اللعب. | ✓ مهارة التمريض. |

يجب عليك اختيار إحدى المهارات السابقة وشرحها متطرقاً في ذلك إلى النقاط التالية :-

10ن

- التعريف،
- الأهمية،
- طريقة الأداء،
- الأنواع،
- الخطوات التعليمية،
- الأخطاء الشائعة،
- الجوانب القانونية للمهارة؛

ما عليك إلا الرجوع إلى دروس مقياس الكرة الطائرة الموجودة بمنصة موودل.

§ فم السؤال نصف الإجابة §

بالرفق للجميع