

..، فيهتدى إلى ما هو هادف تحقيقه بأمان من أجل الصحة العامة
ولة للمستوى الرفيع من الممارسين والممارسات لكرة اليد.

يكون هذا المرجع مبادئ وقواعد وأساليب، يمكن الاستفادة منها بصفة
بيدة في النهوض بالتعليم والتدريب وإعداد القادة الرياضيين داخل
ة، وهيئاتنا الرياضية التي ترعى رياضة كرة اليد، وتتحمل عبء
وين المواطن المصرى العربى الإفريقى المتكامل من الجوانب العقلية
اجتماعية والسلوكية... إلخ، لإعداد وصقل وتخريج جيل يتحمل
في الوقوف منتصب القامة شامخ الرأس ممثلاً لمصر في مجال رياضة
فع علم الوطن متأثراً بصدى موسيقى سلامها الوطنى عازفاً السلام
لإقليمى والقارى والعالمى والأولمبى فى كل من المناسبات الرسمية أو

والله ولي التوفيق..

المؤلفان

محتويات الكتاب

الموضوع الصفحة

(٣١-١٥)

الفصل الأول

بطاريات تقويم مستوى تعليم كرة اليد

١٧

١٩

٢٠

٢٥

٣١

- ١ - القياس المعرفى فى كرة اليد
- ٢ - قياس مستوى أداء المهارات الحركية الرياضية
- ٣ - قياس الحالة البدنية
- ٤ - التقويم النهائى للاختبارات الدورية (النوع الأول) الاختبار النهائى
(النوع الثانى)

(٤١-٣٣)

الفصل الثانى

بطاريات تقدير مستوى الأداء

فى كرة اليد للأطفال من ١٢-١٤ سنة

٣٥

٣٥

٣٦

٤١

- ١ - السن والطول
- ٢ - الاختبارات
- ٣ - معدلات الأداء

(٧٥-٤٣)

الفصل الثالث

بطاريات تحديد مستوى الأداء الأولمبى لكرة اليد

٤٥

٤٥

٥٠

٥٨

٥٩

٦٢

- ١ - البطارية الأولى: للمراحل السنية ١٤، ١٥، ١٦، ١٧ سنة فأكثر ..
- ٢ - البطارية الثانية: للمراحل السنية ١٦، ١٧، ١٨، ١٩ سنة فأكثر ...
- ٣ - بطارية تقدير مستوى أداء الأطفال والشباب الألمانى
- أولاً: اختبارات التلميذات (مستوى ب)
- ثانياً: اختبارات التلميذات (مستوى أ)

٣ - تقويم نهاية السنة التدريبية الثالثة كتطبيق رابع فى نهاية السنة
الثالثة من المرحلة الثالثة ٩٢

الفصل الخامس

بطارية اختبار لاعبي ولاعبات كرة اليد بمراكز تدريب الناشئين بالمجلس الأعلى للشباب والرياضة (مصر)

(٩٣-٩٧)

- ١ - اختبارات الإعداد العام ومستوياتها المعيارية للأداء الحركى المهارى
للبنين والبنات ٩٥
- ٢ - اختبارات الإعداد الخاص ومستوياتها المعيارية للبنين والبنات ٩٦
- ٣ - اختبارات الإعداد العام والإعداد الخاص للمرحلة السنية من
١٣-١٧ سنة ٩٧

الفصل السادس

بطارية تقدير مستوى أداء المهارات الأساسية لكرة اليد للاعبات المستويات العالية

(٩٩-٩٩-١٠٠)

- ١-٢ الاختبار الأول: التمرير والاستلام ١٠ مرات على حائط (بالزمن: ثانية) ..
- الاختبار الثانى: التمرير التمرير على مربعات متداخلة ١٠ مرات
(بالدرجة) ١-٣
- ١-٥ الاختبار الثالث: التصويب بالوثب العالى على هدف محدد (بالدرجة) ..
- الاختبار الرابع: الجرى مع تنطيط الكرة فى خط مستقيم لمسافة (٣٠ متراً)
(بالزمن : ثانية) ١-٦
- الاختبار الخامس: الجرى مع تنطيط الكرة مع تغيير الاتجاه
(بالزمن: ثانية) ١-٨

- ٦٤ ثالثاً : اختبارات الشباب (مستوى ب)
- ٦٦ رابعاً : اختبارات الشباب (مستوى أ)
- ٦٦ خامساً : اختبارات التلاميذ (مستوى ب)
- ٦٩ سادساً : اختبارات التلاميذ (مستوى أ)
- ٦٩ سابعاً : اختبارات الشباب (مستوى ب)
- ٧٢ ثامناً : اختبارات الشباب (مستوى أ)

(٧٧-٩٢)

الفصل الرابع

بطاريات مستوى انتقاء الناشئين

بالاتحاد السوفيتى (روسيا الاتحادية حالياً)

- ٧٩ اختبارات المراحل الأولى والثانية والثالثة ٨١
- أولاً : اختبارات المرحلة الأولى: (بداية الانتقاء من ١٠ سنوات فأكثر
إلى ١٢ سنة) ٨١
- ١ - تقويم نهاية السنة التدريبية الأولى من المرحلة الأولى ٨٢
- ٢ - تقويم نهاية السنة التدريبية الثانية من المرحلة الأولى ٨٣
- ثانياً : اختبارات المرحلة الثانية (بداية الانتقاء من ١٢ سنة فأكثر إلى ١٥
سنة) ٨٤
- ١ - تقويم نهاية السنة التدريبية الأولى كتطبيق ثانى ٨٥
- ٢ - تقويم نهاية السنة التدريبية الثانية من المرحلة الثانية ٨٦
- ٣ - تقويم نهاية السنة التدريبية الثالثة من المرحلة الثانية ٨٧
- ٤ - تقويم نهاية السنة التدريبية الرابعة من المرحلة الثانية ٨٨
- ثالثاً : اختبارات المرحلة الثالثة (مرحلة التدريب للمستويات العالية) .. ٨٩
- ١ - تقويم السنة التدريبية الأولى كتطبيق ثانى من المرحلة الثالثة .. ٩٠
- ٢ - تقويم نهاية السنة التدريبية الثانية كتطبيق ثالث فى نهاية السنة
الثانية من المرحلة الثالثة ٩١

الفصل السابع (١١١-١١٩)

بطاريات تقدير المستوى المهارى والبدنى

- ١١٣ ١ - الوحدة الأولى : السرعة والتنظيط والتصويب
- ١١٣ ٢ - الوحدة الثانية : القوة
- ١١٤ ٢ - الوحدة الثالثة : السرعة
- ١١٦ ٢ - الوحدة الرابعة : التحمل

الفصل الثامن (١٢١-١٣٥)

بطارية اختبارات لقياس مستوى الأداء المهارى

والحالة البدنية العامة

- ١٢٣ المجال الأول : اختبارات المكونات الأساسية للاعب كرة اليد
- ١٢٧ المجال الثانى : اختبار الثمانى أو العشر كرات
- ١٣١ المجال الثالث : اختبار الخطو (اختبار المقعد)

الفصل التاسع (١٣٧-١٦٠)

بطاريات اختبارات بدنية مهارية للاعبى الدورى

الممتاز لكرة اليد (مصر)

- ١٣٩ أولاً : البطاريات القصيرة
- ١٤٠ ١ - البطارية القصيرة الأولى
- ١٤٠ ٢ - البطارية القصيرة الثانية
- ١٤١ ٣ - البطارية القصيرة الثالثة
- ١٤١ ٤ - البطارية القصيرة الرابعة
- ١٤٢ ٥ - شروط تطبيق الاختبارات

١٤٣ ثانياً : بطارية اختبارات تقدير المستوى البدنى والمهارى

١٤٣ الاختبار الأول : اختبار التمرير من الجرى

١٤٦ الاختبار الثانى : اختبار تنظيط الكرة لمسافة ٢٢ متر

١٤٨ الاختبار الثالث : التمرير من المركز ٨ كرات

١٥٠ الاختبار الرابع : اختبار الجرى ٢٠٠ متر

١٥٢ الاختبار الخامس : اختبار رمى الكرة من الوثب لأقصى مسافة

١٥٤ الاختبار السادس : اختبار التصويب بالوثب العالى

١٥٦ الاختبار السابع : اختبار التحرك الدفاعى على مرتين (٤٠م)

١٥٩ الاختبار الثامن : اختبار التصويب بعد الخداع

الفصل العاشر (١٦١-١٨٣)

اختبارات تقدير مستوى الأداء والإنجاز

للذكور والإناث

١٦٣ أولاً : ارشادات عامة

١٦٣ ثانياً : الاختبارات الخمسة لمستوى الأداء والدرجات المعيارية

١٦٥ المقابلة للدرجات الخام لكل اختبار

١٦٥ الاختبار الأول : اختبار جرى التحمل ودرجاته المعيارية

١٦٨ الاختبار الثانى : اختبار التصويب الهادف والبعيد ودرجاته المعيارية

١٧٣ الاختبار الثالث : اختبارات الوثب الثلاثى والطويل ودرجاتهما المعيارية

١٧٣ ١ - اختبار الوثبة الثلاثية من الثبات

١٧٤ ٢ - اختبار الوثب الطويل من الثبات

١٧٨ الاختبار الرابع : اختبارات التحكم فى الأداء المهارى للإناث والذكور

١٧٨ ودرجاته المعيارية

١٨١ الاختبار الخامس : اختبار جرى الرشاقة للإناث والذكور ودرجاته

١٨١ المعيارية

الفصل الأول

بطاريات تقويم مستوى تعليم كرة اليد

١ - القياس المعرفى فى كرة اليد.

٢ - قياس مستوى أداء المهارات الحركية الرياضية.

٣ - قياس الحالة البدنية.

٤ - التقويم النهائى للاختبارات الدورية والاختبارات النهائية.

(١٨٥-٢٠٦)

الفصل الحادى عشر

مقياس تقويم لاعبى كرة اليد خلال المباراة

١٨٧	المقياس الأول : مقياس الهجوم الفردى
١٨٧	المقياس الثانى : مقياس التكوينات الهجومية
١٩١	المقياس الثالث : مقياس الهجوم الخاطف والرمية الجزائية (م٧)
١٩٤	المقياس الرابع : مقياس الدفاع الفردى
١٩٧	المقياس الخامس : مقياس الدفاع ضد التكوينات الهجومية
٢٠٠	المقياس السادس : مقياس الدفاع ضد الهجوم الخاطف والرمية
٢٠٣	الحررة (م٩) والجزائية (م٧)
(٢١٦-٢٠٧)	المراجع العربية والأجنبية
٢٠٧	المراجع العربية
٢٠٣	المراجع الأجنبية