

المحاضرة العشرون
المرحلة الثانية
مادة القياس والتقويم
اعداد
الاستاذ الدكتور
علي سموم الفرطوسي
2025/2024

الاختبارات المهارية لكرة السله

1 - اختبار التمريرة الصدرية: (1)

غرض الاختبار : قياس قدرة المختبر على السرعة في التمرير الصدرية واستلامها

الأدوات المستخدمة :

ارض مسطحة ، حائط مسطح وأملس ، ساعة إيقاف ، كرة السلة .
مواصفات الأداء : يقف اللاعب خلف خط مرسوم على الأرض وعلى بعد (9) أقدام (270 سم) من الحائط ، وعند سماع الإشارة يقوم المختبر بمناولة الكرة إلى الحائط واستلامها على أن يكون هذه المناولات في مستوى راس المختبر وبأسرع ما يمكن بحيث يؤدي 10 مناولات .

الشروط :

- 1 - يجب أداء جميع المناولات من خلف الخط المرسوم على الأرض .
- 2 - غير مسموح بضرب الكرة بعد ارتدادها من الحائط ، إذ يجب استقبالها ثم معاودة مناولتها .
- 3 - مسموح بلامسة الكرة للحائط عند أي ارتفاع .
- 4 - في حالة سقوط الكرة على الأرض أثناء الأداء ، للمختبر أن يعاود الاستحواذ على الكرة والاستمرار في الأداء من خلف الخط ، على أن لا

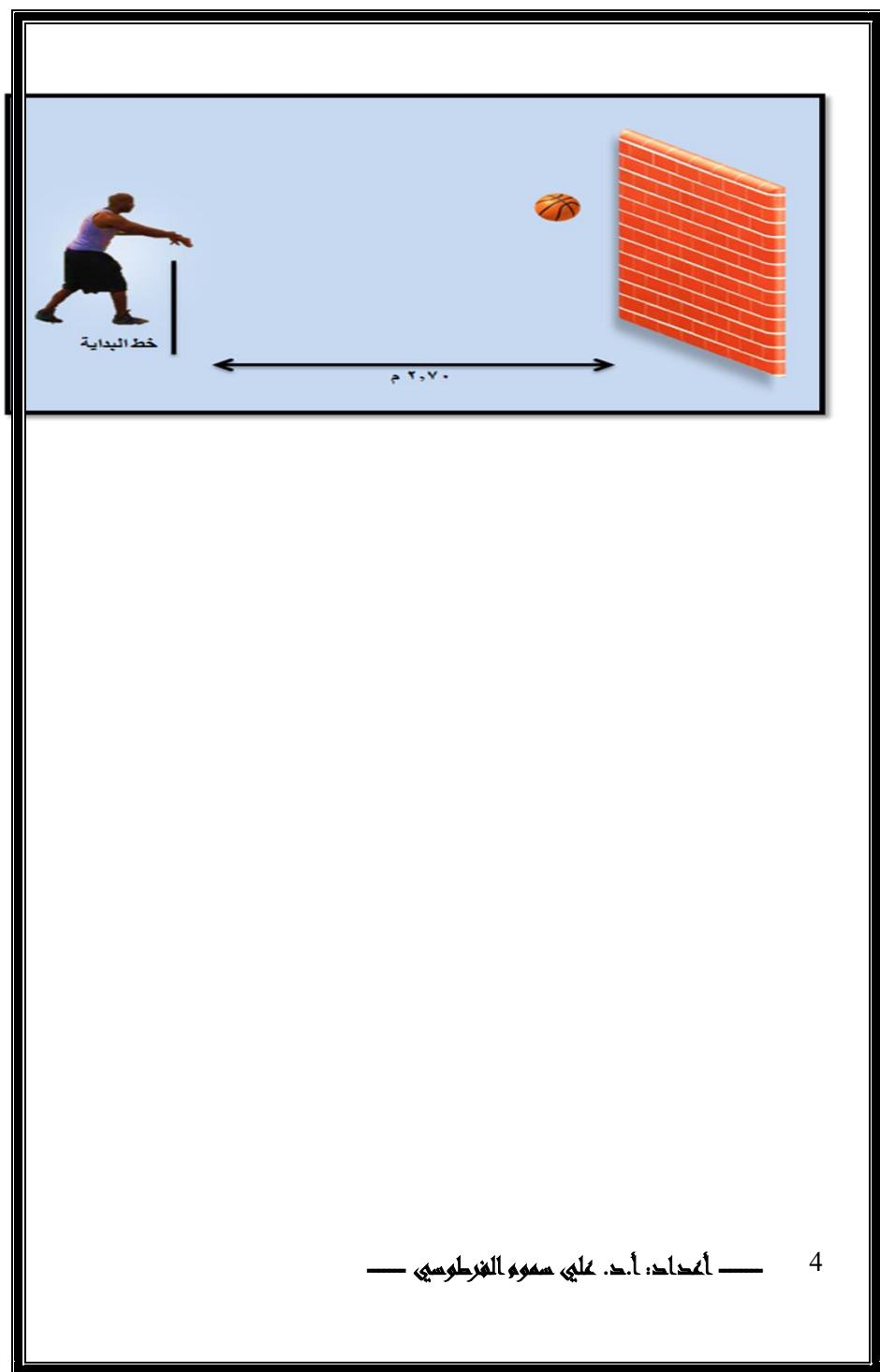
تحسب سوى المناولات الصحيحة التي يكون مسارها من المختبر إلى الحائط ثم إلى المختبر مباشرة دون ملامسة الكرة للأرض .

5 – يسمح للمختبر بمحاولتين على الاختبار ، على أن تحسب له أفضلها .

التسجيل : يحسب زمن أداء الاختبار من لحظة ملامسة الكرة للحائط في التمرير الأولى وحتى ملامسة الكرة للحائط في التمرير الأخيرة ، يعطي للمختبر (

1) علي سموم الفرطوسي: تحديد أهم القدرات الوظيفية و العقلية لانتقاء الناشئين و مؤشر التنبؤ بمستوى أداء بعض المهارات الهجومية بكرة السلة، بغداد : جامعة بغداد ، أطروحة دكتوراه : 2004، ص 50.

محاولتان ويحسب له زمن المحاولة الأقل كما في الشكل



2- اختبار سرعة المحاورة بتغيير الاتجاه بين (6) شواخص ذهاباً وإياباً: (1)

الغرض من الاختبار : قياس سرعة المحاورة بتغيير الاتجاه .

الادوات المستخدمة : ملعب كرة سلة – ساعة توقيت – كرة سلة - شواخص – شريط قياس.

الاجراءات :

1- وضع شريط لاصق على الأرض والذي يكون طوله (1,5) م ثم تحديد نقطتي البداية والنهاية .

2- يبعد الشاخص الاول عن نقطة البدء (1.5) م ومواجهاً لخط البدء .

3- يبعد الشاخص الاول عن الثاني (2.40) م وهكذا مع بقية الشواخص .

4- المسافة بين خط البدء والشاخص السادس (13.5) م .

5- يعطى اللاعب محاولة واحدة فقط .

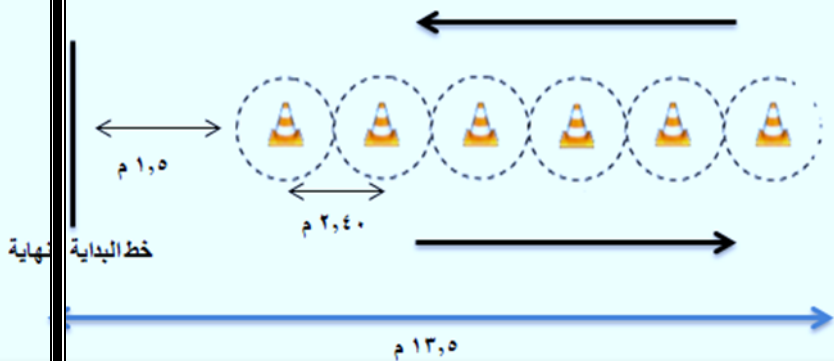
وصف الأداء :

1- يتخذ اللاعب وضع الاستعداد ومعه الكرة من البدء العالي خلف خط البداية عند نقطة البداية ،

2- اعطاء اشارة البدء للاعب الذي يقوم بالركض مع المحاورة الواطئة بتغيير الاتجاه بين الشواخص ، ثم يدور اللاعب حول الشاخص الاخير ويستمر بالمحاورة الكرة بتغيير الاتجاه مع الركض حتى نهاية الشواخص عند خط البدء ومعه الكرة .

حساب الدرجات :

يتم حساب الزمن الذي يستغرقه اللاعب منذ لحظة اعطاء اشارة البدء حتى خط النهاية عند نقطة النهاية البداية



(1)- يسار صباح جاسم . اساسيات كرة السلة تعلم تدريب تحكيم : ط1 ، ديالى : المطبعة المركزية ,جامعة ديالى ، 2014.

3- اختبار دقة التصويب بالقفز (من امام يسار خط الرمية الحرة والانتقال الى الامام نصف دائرياً ثم الى اليمين) : (1)

الغرض من الاختبار : قياس دقة التصويب بالقفز .

الادوات المستخدمة :

ملعب كرة سلة – شريط قياس – كرة سلة عدد (2) قانونية – هدف كرة سلة – طباشير.

الاجراءات:

رسم ثلاث نقاط على شكل دوائر صغيرة قطرها (15) سم كعلامات دلالة على المناطق الثلاث التي يتم من خلالها أداء الاختبار و على النحو الاتي :

1 – العلامة الاولى يسار نهاية خط الرمية الحرة وعلى بعد (30) سم .

2 – العلامة الثانية منتصف خط الرمية الحرة وعلى بعد (90) سم باتجاه خط التصويب البعيد (رمية الثلاث نقاط) .

3 – العلامة الثالثة يمين نهاية خط الرمية الحرة وعلى بعد (30) سم .

وصف الأداء :

يتخذ اللاعب وضع الوقوف في المكان المحدد خارج منطقة الرمية الحرة وعلى جهة اليسار (العلامة الاولى) ومعه الكرة .

يؤدي اللاعب التصويب بالقفز بيد واحدة باتجاه السلة مباشرة دون ان تلمس الكرة لوحة الهدف .

للاعب (15) رمية يؤديها بواقع ثلاث مجموعات حيث كل مجموعة خمس رميات .

- المجموعة الاولى يتم ادائها من العلامة الموجودة في جهة اليسار من خط الرمية الحرة وعلى بعد (30) سم .

(1) يسار صباح جاسم . اساسيات كرة السلة تعلم تدريب تحكيم : ط1 ، ديالى : المطبعة المركزية , جامعة ديالى ، 2014، 211، 212.

- المجموعة الثانية يتم ادائها من العلامة الموجودة في منتصف خط الرمية الحرة وعلى بعد (90) سم باتجاه خط التصويب البعيد) رمية الثلاث نقاط) .

- المجموعة الثالثة يتم ادائها من العلامة الموجودة في جهة اليمين من خط الرمية الحرة وعلى بعد (30) سم .

يترك اللاعب مكان التصويب بالقفز عقب كل مجموعة وينتقل نصف دائرياً الى الوسط واليمين .

قبل البدء بالمجموعة الثانية يسمح للاعب آخر ان يؤدي اول المجموعات وهكذا بالتناوب ولبقية اللاعبين .

تعليمات الاختبار :

1 – أخذ اللاعب الوضع الصحيح (المكان المحدد على جهة اليسار ومعه الكرة) .

للاعب الحق في أداء (15) رمية و بواقع ثلاث مجموعات ولكل مجموعة (5) رميات متتالية .

2- من الممكن للاعب أن يتخذ خطوة واحدة فقط قبل أداء التصويب بالقفز مع ملاحظة عدم تجاوز العلامات المرسومة على الارض .

3- لكل لاعب محاولة واحدة فقط .

ادارة الاختبار :

مسجل : بالنداء على الأسماء أولاً وتسجيل نتائج الرميات ثانياً .

محكم : يقف قرب اللاعب لإعطاء الكرة وملاحظة صحة الاداء .

حساب الدرجات :

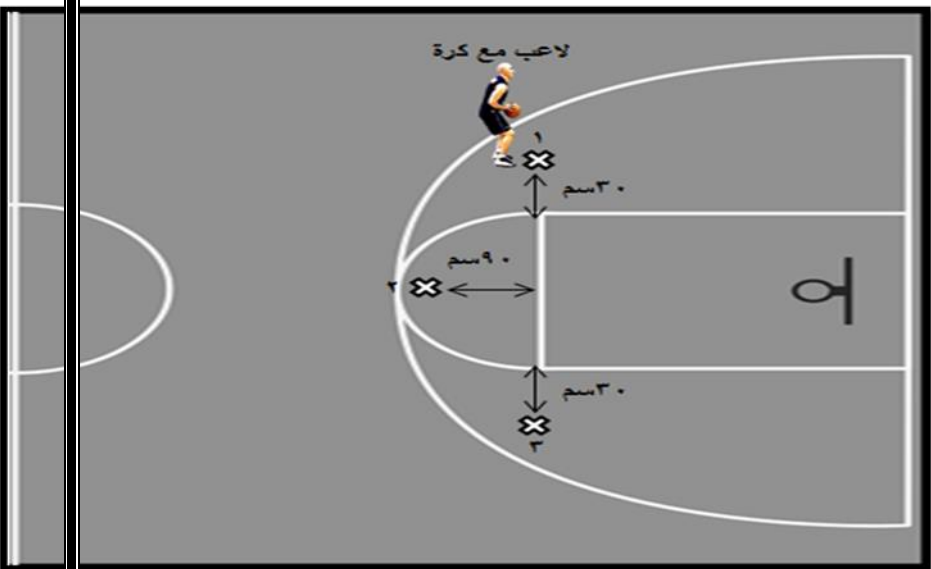
1 – تحتسب وتسجل للاعب درجتان لكل رمية ناجحة (تدخل فيها الكرة السلة) .

2 – تحتسب وتسجل للاعب درجة واحدة لكل رمية تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة .

3 - لا تحتسب الدرجات عندما تلمس الكرة اللوحة ولا تدخل السلة .
درجة اللاعب تساوي مجموع النقاط التي يحصل عليها في الرميات
(15) .

التسجيل :

- 1- تحسب وتسجل درجتان لكل رمية ناجحة (تدخل فيها الكرة السلة).
- 2- تحسب وتسجل درجة واحدة لكل رمية تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل السلة .
- 3- لا تحسب درجة اثناء لمس الكرة للوحة ولا تدخل السلة .
- 4- درجة اللاعب تساوي مجموع النقاط التي يحصل عليها في الـ(15) رمية .
- 5- الدرجة القصوى للاختبار (30) درجة .



4- اختبار التصويب من الثبات: (1)

الهدف من الاختبار :

قياس دقة اداء مهارة التصويب من الثبات وذلك من خلف خط الرمية الحرة.

الادوات المستخدمة :

كرة سلة — هدف كرة سلة.

طريقة الأداء :

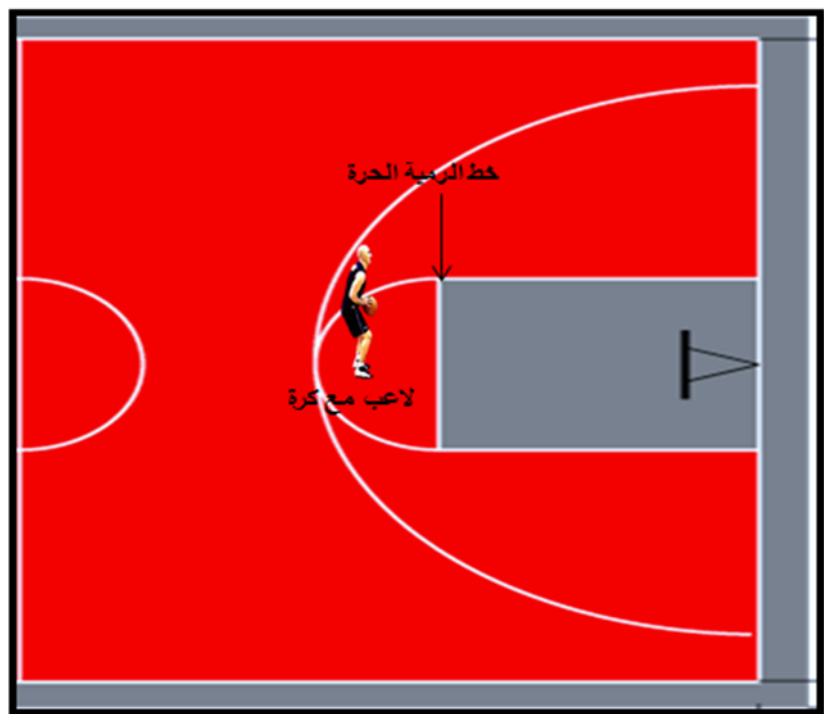
يتم أداء الرميات من خلف خط الرمية الحرة ولكل مختبر (20) محاولة ، وللمختبر أن يقوم بأداء الرمية الحرة باستخدام اي طريقة من طرق التصويب على أن يؤدي الرميات (20) في شكل مجموعات منها (5) رميات على أن يكون ذلك في شكل دائرة . وأن يدع مختبر آخر يقوم بنداء للمجموعة الأولى وهكذا ، يسمح بأداء بعض الرميات قبل الأداء على سبيل التجربة .

شروط الاختبار :

- 1- لكل مختبر الحق في أداء (20) رمية .
- 2- يجب أن يتم الرمي خلف خط الرمية الحرة .

التسجيل :

تحتسب درجة واحدة لكل إصابة صحيحة (دخول الكرة في السلة) يقوم بها المختبر، وذلك بصرف النظر عن كيفية دخولها السلة. ويحسب (صفرأ) إذا لم يتحقق ذلك . وأن لكل مختبر الحق في أداء (20) رمية حرة والحد الأقصى لعدد الدرجات (20) درجة .



(1) يسار صباح جاسم . اساسيات كرة السلة تعلم تدريب تحكيم : ط1 ، ديالى : المطبعة المركزية ,جامعة ديالى ، 2014.

5- اختبار التصويب السلمي: (1)

الغرض من الاختبار :

قياس مهارة التصويب السلمي .

الأدوات المستخدمة :

كرة السلة ، ملعب كرة سلة ، شوا خص ، ساعة توقيت .

طريقة الأداء :

يقف اللاعب على خط البداية والذي يبعد (19.5)م عن الهدف (نقطة سقوط العمود النازل من مركز الحلقة على الأرض) وعند سماع إشارة البدء يقوم بالمحاورة بين الشواخص والموضحة أبعادها في الشكل

(14) وعند اجتيازه الشاخص الأخير يقوم بالتصويب بالطريقة السلمية وعند نجاح التصويبة يقوم بأخذ الكرة وطببتها والعودة بسرعة إلى خط البداية وفي حالة عدم نجاح التصويبة يقوم المختبر بأخذ الكرة مرة أخرى ويصوبها نحو السلة ولحين نجاح التصويبة ثم يقوم بأخذ الكرة وطببتها والعودة بسرعة إلى خط النهاية وعندها يتم إيقاف ساعة التوقيت .

التسجيل :

يمنح اللاعب محاولتين للأداء ويسجل له زمن المحاولة الأفضل.

