

شكراً لتحميلك هذا الملف من موقع المناهج العمانية



أسئلة درس ألعاب الستار في كرة السلة

موقع المناهج ← المناهج العمانية ← الصف الثاني عشر ← رياضة مدرسية ← الفصل الثاني ← الملف

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الثاني عشر



روابط مواد الصف الثاني عشر على تلغرام

[الرياضيات](#)

[اللغة الانجليزية](#)

[اللغة العربية](#)

[التربية الاسلامية](#)

المزيد من الملفات بحسب الصف الثاني عشر والمادة رياضة مدرسية في الفصل الثاني

ملخص شامل للمنهج	1
أسئلة على درس خطة العداء وتعديلات قانون كرة الطائرة	2
أسئلة درس حائط الصد	3
أسئلة درس ألعاب الستار في كرة السلة	4
ملخص وأسئلة درس خطة دفاع المنطقة في كرة السلة	5

درس ألعاب الستار

١٢



الوحدة السادسة كرة السلة (Basket Ball)

تعد لعبة كرة السلة من الألعاب الجماعية الأكثر إثارة وتأثيراً في النشء، وتتطلب ممارستها قدرات بدنية وحركية، ومهارات فردية وتحركات وخططاً جماعية هجومية ودفاعية، تجتمع كلها لبناء أسس اللعب الجماعي للفريق، فهي لعبة جماعية تعتمد على الأداء الجماعي للاعبين الفريق الواحد مجتمعين كوحدة واحدة سواء في حالة الدفاع أو الهجوم. ما هي متطلبات ممارسة كرة السلة؟ وما هو تعريف لعبة كرة السلة؟

وتتضمن موضوعات هذه الوحدة ألعاب الستار كإحدى طرق الهجوم الفعالة في اللعب الجماعي، ودفاع المنطقة كإحدى الطرق الدفاعية في لعبة السلة، وسيتم التطرق للتشكيلات الدفاعية المختلفة في هذه الطريقة وميزات وعيوب كل تشكيل دفاعي.

الموضوع الثاني ألعاب الستار (Screen)

خلفية:

تعتمد لعبة كرة السلة على تعاون أعضاء الفريق فيما بينهم، من خلال تنفيذ الخطط الهجومية والدفاعية، (صح أم خطأ)

وبعد الستار أحد أشكال هذا التعاون ويساهم في نجاح الخطط الهجومية للفريق فهو من التحركات الهادفة والفعالة التي يقوم بها اللاعبون والتي تهدف إلى إتاحة الفرصة لأحد أعضاء الفريق للوصول إلى مكان مناسب للتصويب.

وضح / يساهم الستار في كرة السلة في نجاح الخطط الهجومية للفريق؟ أو ما أهمية الستار كأحد الخطط الهجومية في نجاح فريق كرة السلة؟ الاجابة

اكتب / ما هو.....

مفهوم الستار:

هو أحد الأساليب الهجومية، ويهدف إلى إعاقة طريق أحد مدافعي الفريق المنافس بطريقة قانونية لتسهيل المهمة الهجومية وفتح طريق للزميل المهاجم للتحرك والتصويب على السلة دون مضايقة.

عرف الستار؟

كيف يؤدي الستار؟

من / اشرح كيفية أداء الستار؟

أقرب من المدافع وأقف في الاتجاه المطلوب لمرور زميلي المهاجم، أقف وقدمي متباعدتان مع إنشاء في الركبتين، وذراعي بجانب الجسم أو متقاطعتان أمام الصدر. وأقوم بحجز المدافع دون اندفاع أو ارتكاب خطأ شخصي ضده، ويقوم زميلي المهاجم بالتحرك في نفس اتجاه وقوفي حتى يستفيد من الستار. الشكل

الاجابة

رقم (١)



الشكل رقم (١)

اكتب وضع اليدين أثناء الستار في كرة السلة؟

١ - تكون الذراعين بجانب الجسم.

٢ - تكون الذراعين متقاطعتين أمام الصدر.

أنواع ألعاب الستار : (١١٦٦)

عدد أنواع الستار؟

- ستار التصويب
- ستار القطع

• ستار للتصويب :

يقف المهاجم بين الزميل المهاجم والمدافع المراقب ، ويكون الوقوف والستار أمام المدافع حتى يتمكن الزميل المهاجم من التصويب بدون مضايقة المدافع . الشكل رقم (٢)



الشكل رقم (٢)

عرف ستار التصويب؟

س / من خلال الصورة المقابلة حدد نوع الستار المستخدم في كرة السلة ؟
ج / ستار التصويب.

• ستار للقطع :

يهدف هذا النوع الى إتاحة الفرصة للزميل المهاجم للقطع والتحرك نحو السلة ، حيث يقوم المهاجم القائم بالستار بالوقوف أو التحرك في مكان يعطل حركة المدافع . الشكل رقم (٣)



الشكل رقم (٣)

عرف ستار القطع؟

س / من خلال الصورة المقابلة حدد نوع الستار المستخدم في كرة السلة ؟
ج / ستار القطع .

هناك عدة نقاط يجب مراعاتها لأداء الستار بطريقة صحيحة، عددها؟

لكي أؤدي الستار بطريقة صحيحة وبنجاح أراعي الآتي :

أكمل/

- أحدد المكان المناسب والملائم لعمل الستار بما يتناسب ووضعيته ومكان وقوف المدافع .

- أتخذ الوضعية الصحيحة التي تساعد على إقامة ستار ثابت ومتزن .

- أقرب بخطوات ثابتة ومتزنة بحيث لا أقوم بدفع المدافع وارتكاب خطأ شخصي .

لماذا

- أثبت الوضعية الأساسية ، ولا أتحرّك أو أقوم بتغيير الوضعية لمنع المدافع من التحرك لأنها ستؤدي إلى ارتكابي خطأ شخصياً ضد المدافع .

لماذا

- أقرب من المدافع مسافة تسمح بإقامة ستار جيد ، ولا أبتعد كثيراً عنه لكي لا يسهل عليه التحرر من الستار .

لماذا

أذكر بعض الأنشطة التعليمية و التدريبية لتنمية مهارة الستار في كرة السلة؟

الأنشطة التعليمية والتدريبية:

- أشاهد نموذجًا لأداء الستار من مختلف الاتجاهات ، من الصور والأشكال المعروضة في كتاب الطالب أو على شريط فيديو تعليمي أو قرص مدمج بمركز مصادر التعلم بالمدرسة .
- من وضع الوقوف المواجه للزميل أقترب بالمشي من الزميل لحمل ستار . (أكرر تبادل الأداء بيني وبين زميلي) .
- نفس التدريب السابق لكن الإقتراب بالجري من الزميل وعمل الستار . (أكرر تبادل الأداء بيني وبين زميلي) .
- من وضع الوقوف أمرر الكرة إلى زميلي ، ثم أجري لحمل ستار على المدافع من الجانب ليتحرك زميلي بالقطع من جانب الستار ويصوب على السلة . الشكل رقم (٤)



الشكل رقم (٤)

- أقف مع اثنين من زملائي المهاجمين عند منتصف الملعب ، بينما يقف ثلاثة مدافعين أ، ب، ج على القوس أمرر الكرة إلى زميلي رقم (١) وأجري لليسار لحمل ستار على المدافع المراقب لزميلي رقم (٣) ، الذي يتحرك بالخداع للخارج ثم القطع من جانب الستار مباشرة إلى السلة ، ويستلم الكرة من الزميل رقم (١) ويصوب على السلة . بعد نجاح الستار أقوم بمتابعة تصويبة زميلي . الشكل رقم (٥)



الشكل رقم (٥)

- نفس التدريب السابق ، يمرر (٢) الكرة إلى (٣) ويقوم بالخداع والجري لتحرر من المدافع المراقب له ، والجري لحمل ستار على المدافع (١) المراقب لـ (١) ، يقوم (١) بالتمويه بالحركة لجهة اليمين والقطع لجهة اليسار والمرور بجانب الستار القائم واستلام الكرة من (٣) والتصويب على السلة ، يقوم (٢) بمتابعة الكرة بعد نجاح الستار . الشكل رقم (٦)



الشكل رقم (٦)

- يقف أربعة مهاجمين ضد أربعة مدافعين ، (١) يمرر الكرة (٢) ثم يقوم بحمل ستار خلفي للمدافع المراقب لـ (٢) ، يمرر (٢) إلى (٣) الذي يمررها إلى (٤) ، يقوم (٢) بالتمويه والخداع للجهة اليمنى ثم الجري في الاتجاه الأيسر للاستفادة من الستار القائم من (١) ، واستلام الكرة من (٤) والتصويب على السلة . كما في الشكل رقم (٧)



الشكل رقم (٧)