



## التصويبة السلمية

# القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة



الحقوق محفوظة لوزارة  
التعليم ١٤٤٣هـ

إعداد : أ. نواف محمد المنيف  
مراجعة : أ. توفيق عسيري

SASPOORT.COM



الفصل الدراسي الثالث



صف ثالث متوسط





أن يؤدي الطالب / هـ  
التصويبة آسلمية بطريقة  
صحيحة

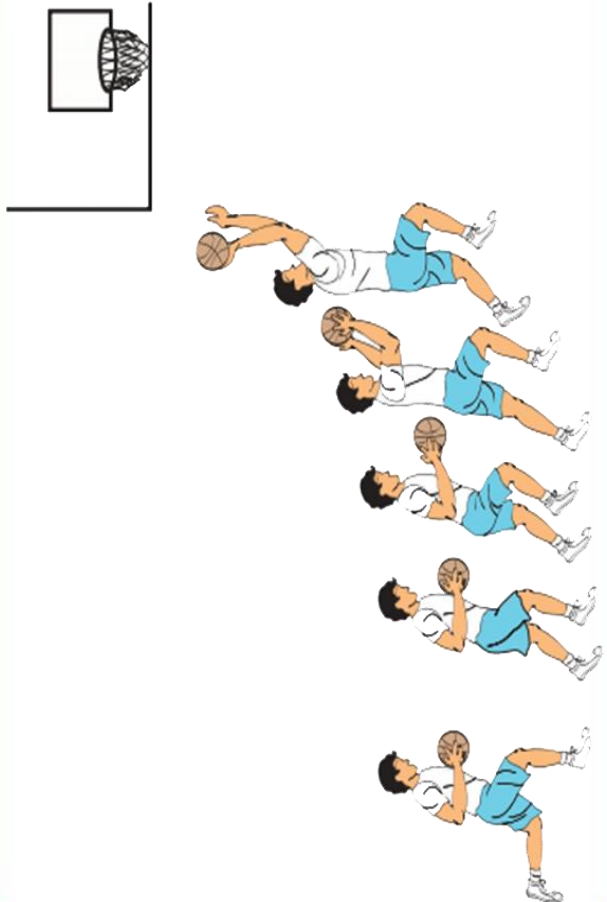


أن يعرف الطالب / هـ  
بعض القوانين الضرورية  
الحديثة التي تحكم المنافسة في  
كرة السلة





تؤدي هذه التصويبة بعد المحاورة بالكرة أو استلامها والتحرك بسرعة في اتجاه السلة، وتؤدي وفق الوصف الفني الآتي:



- عقب استلام الكرة أخذ خطوة إلى الأمام ويكون الهبوط على راحة القدمين لتحقيق الاتزان.
- أخذ خطوة ثانية بالقدم الأخرى ليرتقي عليها ويثب للأعلى، مع رفع ركبة الرجل التي لامست الأرض أولاً.
- عند الوصول إلى أعلى ارتفاع والكرة بين يديه، تترك إحدى اليدين الكرة ليصوب بأصابع اليد المقابلة إلى ركبة الرجل المرفوعة.
- بعد خروج الكرة من اليد الهبوط على كلا القدمين في وقت واحد حتى لا يكون هبوطه على قدم واحدة سبباً في اندفاعه بعيداً عن السلة، مما يتعذر عليه متابعة الكرة مرة أخرى إذا ما فشل في إصابة الهدف.
- الأفضل توجيه الكرة إلى المستطيل في حالة التصويب الجانبي للهدف وإلى الهدف مباشرة في حالة التصويب المواجه للسلة.

saspoort.com

# القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة



## \* إصابة الهدف. متى تحتسب وقيمتها؟

تحتسب الإصابة إذا دخلت الكرة وهي في حالة اللعب في السلة من أعلى الحلقة واستقرت فيها أو اخترقتها.

تحتسب الإصابة التي تسجل من خلال اللعب نقطتين ، ما لم تكن المحاولة قد تمت خارج خط الثلاث نقاط، حيث تحتسب ثلاث نقاط ، وتحتسب الإصابة نتيجة الرمية الحرة بنقطة واحدة فقط.

إذا دخلت الكرة عرضاً السلة من أسفلها فتعتبر موقوفة وتستأنف بكرة قفز على أقرب خط للرمية الحرة .

## \* عرقلة الكرة في حالة الهجوم.

لا يجوز للطالب المهاجم أن يلمس الكرة أثناء هبوطها إلى أسفل بكاملها، أو فوق مستوى الحلقة، أو فوق المنطقة المحرمة مباشرة، سواء أكانت في حالة التصويب على الهدف أو في حالة التمرير. ويسري هذا الحظر فقط إلى أن تلمس الكرة الحلقة.

لا يجوز لأي طالب مهاجم أن يلمس سلة الفريق المنافس أو لوحة الهدف عندما تكون الكرة على حلقة السلة أثناء التصويب على الهدف أو في حالة التمرير.





# القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة



## \* عرقلة الكرة في حالة الدفاع.

لا يجوز للطالب المدافع أن يلمس الكرة بعد أن تكون قد بدأت هبوطها لأسفل أثر تصويب الفريق المنافس لها على الهدف، وعندما تكون الكرة بأكملها فوق مستوى الحلقة.

لا يجوز كذلك للطالب المدافع أن يلمس سلة فريقه أو لوحة الهدف عندما تكون الكرة على الحلقة أثناء محاولة إصابة الهدف، أو أن يلمس الكرة أو السلة عندما تكون الكرة داخل هذه السلة.

## \* إدخال الكرة إلى الملعب بعد إصابة الهدف أو بعد الرمية الحرة الناجحة.

يجب ألا يستغرق إدخال الكرة إلى الملعب أكثر من خمس ثوان تحتسب من اللحظة التي تصبح فيها الكرة في حيازة أول طالب خارج الحدود.

يجب ألا يقوم الحكم بتسليم الكرة من خارج الحد النهائي، إلا إذا رأى ضرورة لاستئناف اللعب بسرعة.

لا يجوز لأفراد الفريق المنافس للطالب الذي سيدخل الكرة في اللعب لمسها. ويمكن استثناء الحالات التي يلمس فيها أحد هؤلاء الطالبين الكرة عرضاً أو دون قصد.





## والآن أبنائي نشاهد فيديو توضيحي للمهارة التي تعلمناها بدرسنا اليوم



لمشاهدة فيديو الدرس على اليوتيوب  
اضغط هنا

لمشاهدة فيديو الدرس على موقعنا  
اضغط هنا

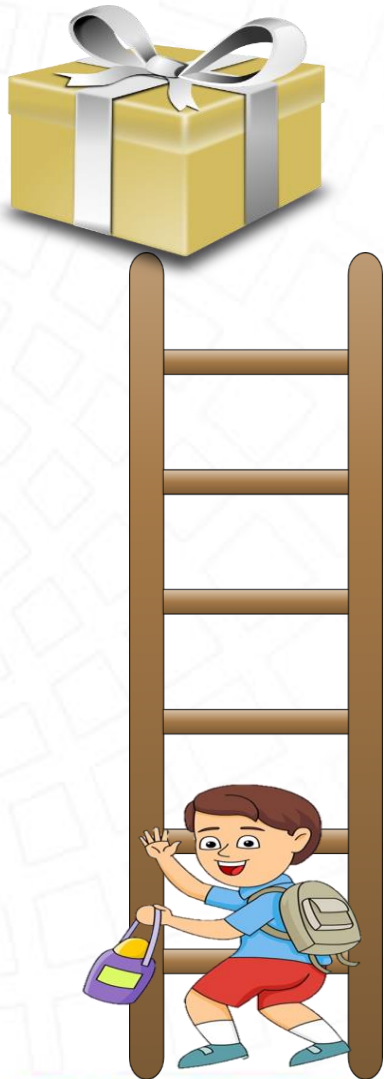




**زملائي طلاب وطالبات الصف  
دعونا نساعد صديقنا في صعود السلم  
للحصول على الصندوق  
من خلال إجاباتكم على الأسئلة الآتية:**



التربية البدنية والصحية  
saspoort.com



**تتكون المباراة في كرة السلة من أربعة أشواط وزمن  
كل شوط ١٠ ق ؟**

**إجابة خاطئة**

**إجابة صحيحة**





**يحدث المشي بالكرة عندما يقوم اللاعب بتحريك إحدى قدميه أو كلاهما بأي اتجاه وهو لا يزال ممسكاً بالكرة داخل الملعب ؟**

**إجابة خاطئة**

**إجابة صحيحة**



**لا يجوز للاعب أن يبقى لأكثر من ٣ ثواني متتالية في المنطقة المحرمة (منطقة الرمية الحرة) للفريق الآخر؟**

**إجابة صحيحة**

**إجابة خاطئة**





شكرا لكم أصدقائي



## أذكر مواصفات الأداء الصحيح للتصويبه السلمية ؟