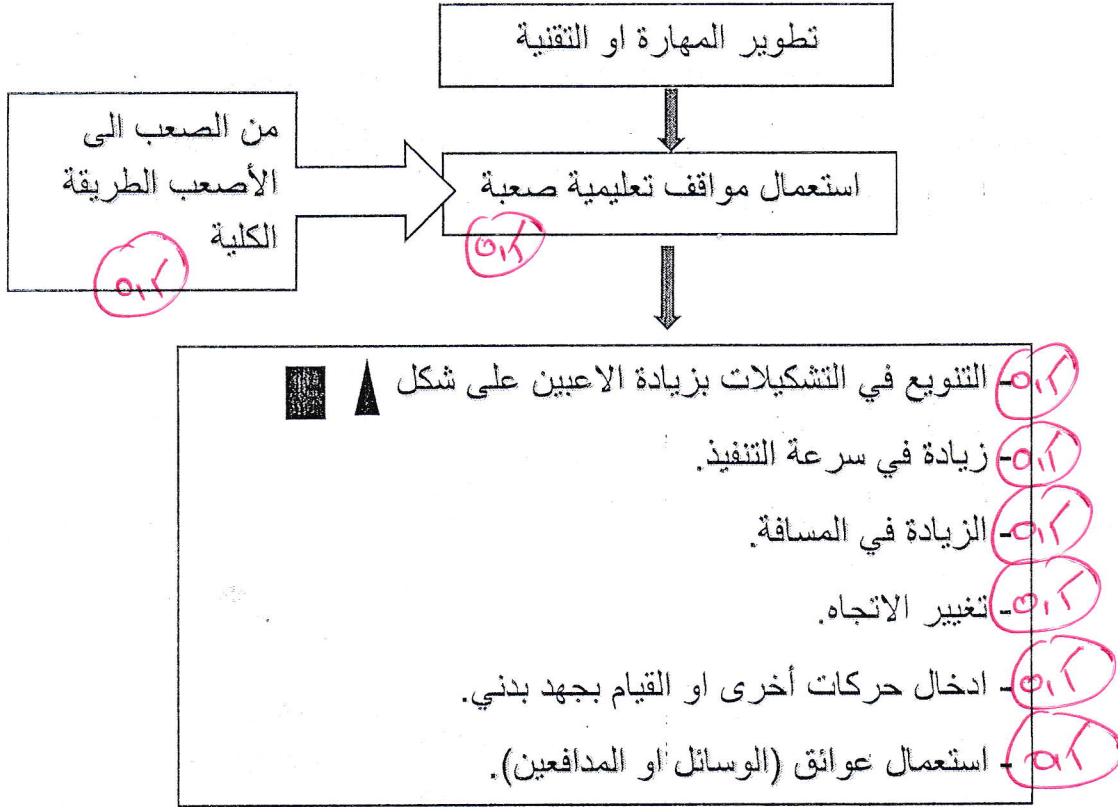


الجواب الثاني: المنهجية او الخطوات التي نتبعها لتطوير تقنية او مهارة هي:



ملاحظة - في حالة إضافته جزء لتدعيم للمادة تحسب نصف العلامة.  
السؤال الثالث: (٦ نقاط)

ان تكوين لاعب كرة اليد يتمحور حول عدة جوانب قصد البلوغ الى اعلى مستوى لنفترض أنك مدرب او مربى متخصص في كرة اليد.

ماهي الجوانب الاساسية التي تركز عليها لبناء لاعب كرة اليد من المستوى العالي؟

الجواب الثالث:

الجوانب الاساسية التي نركز عليها لبناء لاعب كرة اليد من المستوى العالي هي:

١/ الجانب البدني: ويتمثل الجانب البدني في تطوير مختلف الصفات البدنية الأساسية مع الاخذ بعين الاعتبار الخصائص الفيزيولوجية لهذه الرياضة، وتتمثل هذه الصفات

البدنية في (التحمل، السرعة، القوة، الرشاقة، المرونة، التوازن، التوافق)

٢/ الجانب التقني: ويتمثل في تطوير مختلف المهارات والتقنيات الأساسية لكرة اليد

مثل التميرير، الاستقبال..... الخ.