

مقررات فنی مسابقات مجازی رشته هندبال (دختران و پسران)

با توجه به اینکه این رقابت ها مهارت های اساسی هندبال (دریبل، پاس، شوت) دانشجویان را به چالش می کشاند یقیناً می تواند زمینه ای برای کشف استعداد های آنها نیز گردد.

وسایل و فضای مورد نیاز:

۱- دروازه استاندارد به ابعاد (۳ × ۲ متر) این آزمون در یک نیمه زمین هندبال استاندارد ۲۰ در ۴۰ متر قابل اجراست.

۲- دروازه کوچک به ابعاد ۱ × ۱ متر

این دروازه بر روی خط وسط زمین تعبیه می گردد به شکلی که دقیقاً تیرک های آن در راستای با خط وسط باشد.

۳- توپ هندبال ۴ عدد

پسران: توپ شماره ۳

دختران: توپ شماره ۲

۴- مانع بلند یا پرچم به صورت ثابت در محل به تعداد ۸ عدد

* ۴ مانع طرف چپ زمین در راستای مرکز دروازه تا محل تقاطع خط طولی و خط مرکز زمین (با زاویه ۴۵ درجه) قرار می گیرد که فاصله بین خط ۹ متر و اولین مانع ۱ متری و فاصله باقی مانع از همدیگر ۲ متر و فاصله آخرین مانع تا خط شروع نیز ۲ متر می باشد (طبق شکل).

* ۴ مانع سمت راست زمین طوری تعبیه شود که اولین مانع با فاصله ۱ متری از خط شش متر مماس با تیرک دروازه قرار گیرد و ۳ مانع دیگر فاصله طولی ۲ متر از همدیگر و در عرض ۴ متری نسبت به هم قرار گیرد. فاصله آخرین مانع تا خط پرتاب نیز ۲ متر می باشد و فاصله خط پرتاب تا دروازه کوچک ۵ متر می باشد. (طبق شکل)

۵- صندلی ۳ عدد (جهت استقرار توپ)

۶- کرنومتر ۳ عدد (جهت ثبت زمان)

۷- چسب ۵ سانتی جهت ترسیم خطوط نوشت افزار...

شرح مسابقه

فرد شرکت کننده در مسابقه با فاصله ۱ متر در انتظار پشت خط شروع سمت چپ زمین (منتهی الیه تقاطع خط وسط) می ایستند و نفر اول با علامت داور از نقطه شروع توپ را از صندلی برمی دارد و با دریبل کردن صحیح از بین موانع به صورت ماریج

عبور می نماید و بعد از آخرین مانع از پشت منطقه دروازه (خط ۶ متر) به سمت دروازه اقدام به شوت سه گام هندبال (شوت پرشی بالای سر) می نماید که پس از آن پشت خط فرضی ۵/۵ متری فرود می آید.

شرکت کننده پس از شوت به سمت دروازه، می بایست به طرف ایستگاه دوم دویده و توپ را از روی صندلی برداشته و مسیر طراحی شده را به صورت مارپیچ با دریبل تغییر مسیر انجام دهد و بعد از آخرین مانع تا حد فاصل خط فرضی، اقدام به شوت درحال حرکت به دروازه تعبیه شده روی خط وسط نماید.

*در صورت انجام پاس اشتباه و یا دریافت نامناسب که منجر به افتادن یا انحراف توپ گردد بازیکن شروع کننده صرفاً مجاز به تعقیب آن و با استقرار در پشت خط شروع مجاز به ادامه فعالیت می باشد.

اگر دریافت کننده قبل از دریافت خط شروع را لمس نماید ۱ خطا محاسبه می گردد و بایستی با اصلاح وضعیت کار را شروع نماید.

*زمان کل فعالیت پس از اضافه شدن امتیاز گل و کسر خطاهای انجام شده فرد انجام و برنده و بازنده را مشخص می نماید.

*زدن گل به دروازه بزرگ ۱ امتیاز و زدن گل به دروازه کوچک ۲ امتیاز دارد که میزان جمع امتیازات گل فرد از زمان بدست آمده کسر می گردد. (حداکثر ۱۲ امتیاز).

قوانین و مقررات

*زمان برای هر شرکت کننده از استارت در ایستگاه اول شروع و تا پایان ایستگاه آخر ثبت می گردد.

*به ازای هر خطا (دبل، رانینگ و...) ۱ ثانیه به زمان کل فرد اضافه خواهد شد.

*چنانچه حرکت طبق مسیر تعیین شده انجام نشود، می بایست حرکت از منطقه ای که خطا اتفاق افتاده است تکرار گردد.

*برخورد توپ با بدن ورزشکار یا موانع که منجر به جابجایی یا افتادن آنها شود به ازای هر برخورد ۱ ثانیه به زمان اضافه خواهد شد.

*اجرای شوت سه گام با گام های کمتر خطا محسوب نمی شود.

*در شوت پرشی باید از پشت خط ۶ متر انجام شود. در صورتی که پای بازیکن خط یا منطقه دروازه را لمس نماید خطا محسوب می شود که گل محاسبه نمی گردد و در شوت درحال حرکت هم بایست قبل از خط فرضی ترسیم شده اقدام گردد و اگر خط یا محوطه مد نظر را لمس نماید امتیاز گل آن نیز محاسبه نمی شود.

*در انجام شوت یا حریف پاس در صورت برخورد توپ به زمین قبل از ورود به دروازه خطا محسوب نمی گردد.

*در صورتی که بازیکن بعداً شوت سه گام بین خط ۶ متر و ۵ / ۵ متر فرود آید خطا می باشد و ۱ ثانیه به زمان کل اضافه خواهد شد.

* اگر بازیکن در حین اجرا مصدوم گردید و کمیته فنی و داوران تشخیص بر آن دادند، از حضور ایشان در ۲ بازی آتی تیم ممانعت بعمل خواهد آمد.

*انجام و اجرای صحیح مهارت ها (دریبل، شوت سه گام، شوت درحال حرکت و پاس یک دست بالای سر) تاکید می گردد.

*اگر زمان دو نفر یکسان بود و مساوی شوند در مراحل ذیل عمل می گردد:

مرحله الف) امتیاز گل دو فرد با هم قیاس می گردد، هر کدام کسب امتیاز بیشتر داشتند برنده بازی خواهند بود.

مرحله ب) خطاهای دو فرد محاسبه می گردد هر کدام از خطاهای کمتری برخوردار بودند برنده بازی خواهد بود.

مرحله ج) در مرحله نهایی در صورت تساوی دو حالت فوق با انجام قرعه کشی برنده مشخص خواهد شد.

در صورت هرگونه سوال در خصوص این مسابقات با آقای دکتر پورکیانی مسوول انجمن (۰۹۱۲۱۴۰۰۳۸۰) و خانم

کریمیان مسوول انجمن (۰۹۱۰۲۱۷۲۲۰۵) تماس حاصل فرمایید.