

عرض بوربوينت

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

الإدارة العامة للتعليم بمنطقة تبوك
بإشراف قسم التربية البدنية



التربية البدنية والصحية

رؤية VISION
2030
وزارة التعليم



الفصل الدراسي الثالث



صف ثاني ابتدائي



الإرسال الصحيح

للكرة باليد

الحقوق محفوظة لوزارة
التعليم ١٤٤٣هـ



إعداد : أ. زواف محمد المنيف

مراجعة : أ. محمد بوخليف

SASPOORT.COM





أن يرسل الطالب / ه الكرة باليد بطريقة صحيحة

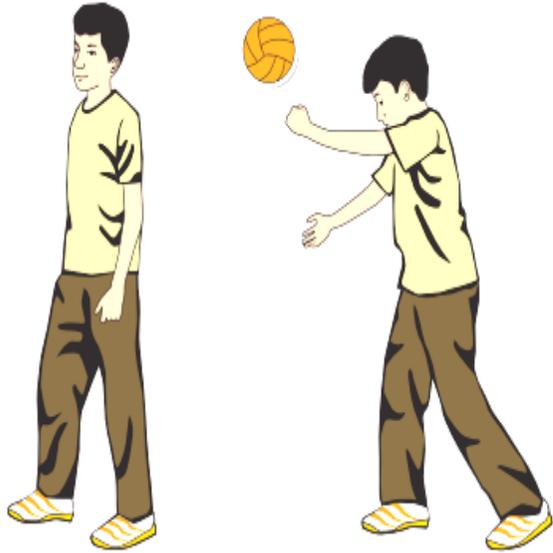


التربية البدنية والصحية
saspoort.com



مهارة إرسال الكرة باليد من المهارات الحركية الأساسية التي تتطلب تحكماً وسيطرة على الكرة من قبل الطالب الذي يعطي قوة للكرة. ويتم إرسال الكرة باليد من أسفل كالتالي:

- يقف الطالب والصدر مواجه للأمام مع وضع إحدى القدمين للأمام والأخرى للخلف.
- تكون الكرة على راحة اليد غير الضاربة في منتصف الجسم وفي مستوى أعلى من وسط الجسم.
- يؤرجح الطالب اليد الضاربة للخلف مع ميل الجسم للأمام قليلاً وضرب الكرة باليد.
- اليد مفرودة أو مضمومة، وتواجه اليد الكرة من أسفل.
- يجب متابعة اليد الضاربة بأرجحتها إلى الأمام بعد أداء الإرسال.
- امتداد مفاصل الجسم جميعها لمتابعة الحركة.





والآن أبنائي نشاهد فيديو توضيحي للمهارة التي تعلمناها بدرسنا اليوم



لمشاهدة فيديو الدرس على اليوتيوب
اضغط هنا

لمشاهدة فيديو الدرس على موقعنا
اضغط هنا



مهارة إرسال الكرة باليد من المهارات الحركية الأساسية
التي تتطلب تحكم وسيطرة على الكرة ؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة





عند الإرسال الصحيح للكرة تكون الكرة على راحة اليد غير الضاربة في منتصف الجسم وفي مستوى أعلى من وسط الجسم؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة





عند الإرسال الصحيح للكرة تكون اليد مفرودة أو
مضمومة وتواجه اليد الكرة من أسفل؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة





أذكر خطوات الأداء الصحيح للإرسال الصحيح للكرة باليد؟