

عرض بوربوينت

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم
الإدارة العامة للتعليم بمنطقة تبوك
بإشراف قسم التربية البدنية



التربية البدنية والصحية

الضربة الأمامية من فوق الرأس القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة

الحقوق محفوظة لوزارة
التعليم ١٤٤٣هـ

إعداد : أ. نواف محمد المنيف
مراجعة : أ. سلطان القرني

SASPOORT.COM



الفصل الدراسي الثالث



صف خامس ابتدائي





**أن يؤدي الطالب / ه الضربة
الأمامية من فوق الرأس
بطريقة صحيحة**



**أن يعرف الطالب / ه بعض
القوانين الضرورية الحديثة
التي تحكم المنافسة للريشة
الطائرة**



١. من الوقوف: الوضع أماماً ومسك المضرب بأسلوب المسكة الأمامية.
٢. نقل المضرب خلف الرأس وعنقه موازية لعضد الذراع الضاربة.
٣. تشير اليد الحرة إلى الريشة القادمة عبر الشبكة.
٤. نقل ثقل الجسم على الرجل الخلفية.
٥. مد الذراع الممسك بالمضرب للأعلى لمقابلة الريشة فوق الرأس، مع نقل الكتف للأمام.
٦. متابعة الذراع مساره الحركي بعد الضرب ونقل مركز ثقل الجسم على الرجل الأمامية.

التربية البدنية والصحية
saspoort.com



فيما يلي بعض مواد القانون الدولي للريشة الطائرة:

الملعب:

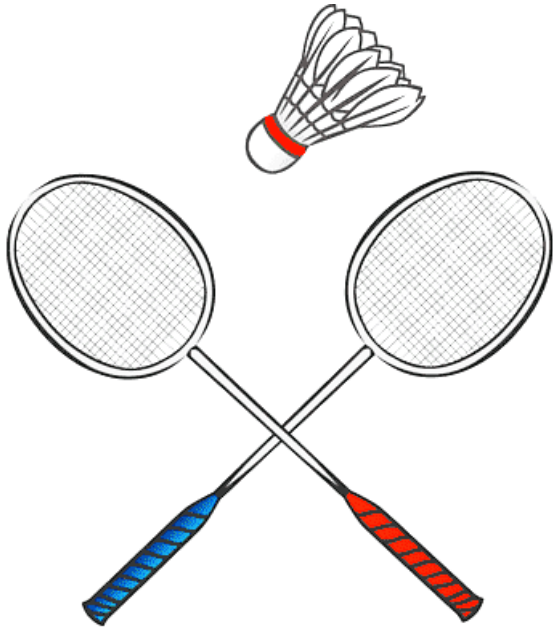
- يبلغ طول ملعب الريشة الطائرة ($13,40 \text{ م} \times 5,18 \text{ م}$) مقسم إلى قسمين أبعادهما ($6,70 \text{ م} \times 5,18 \text{ م}$)، ويرسم خط للإرسال يبعد عن الشبكة مسافة ($5,94 \text{ م}$) بعرض الملعب للفرد، ومسافة ($1,98 \text{ م}$) للزوجي، ويرسم خط ينصفه إلى منطقتين للإرسال (اليمنى، واليسرى) (مادة ١ - أ).

الشبكة:

- تنصب شبكة ذات أبعاد ما بين ($1,55 \text{ م}$ عند طرفي منتصف الملعب، و $1,53 \text{ م}$ في المنتصف) يقسم الملعب إلى قسمين (مادة ٣).

اللاعبون:

- تلعب المباراة الزوجية بحيث يتواجد كل زميلين في أحد قسمي الملعب، وتلعب المباراة الفردية بحيث يتواجد لاعب واحد في أحد نصفي الملعب (مادة ٥).





القرعة:

– تتم القرعة قبل بدء اللعب والفريق الذي يفوز بالقرعة يكون له الحق في اختيار أحد الامتيازات التالية (مادة ٦).

– الإرسال أولاً (مادة ٦-أ).

– عدم الإرسال أولاً (مادة ٦-ب).

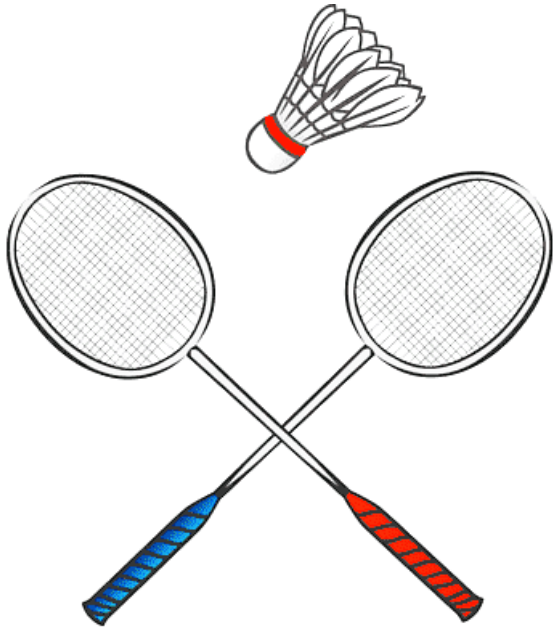
– اختيار أحد نصفي الملعب (مادة ٦-ج).

تسجيل النقاط:

– يتكون شوط اللعب الزوجي والفردى من «١٥» نقطة أو «٢١» نقطة حسب الاتفاق الذي يتم قبل المباراة (مادة ٧-أ).

الفوز بالمباراة:

– يتنافس كلا الطرفين على الفوز باللعب ثلاثة أشواط في المباراة ما لم يتم الاتفاق على ذلك ويكسب المباراة من يفوز بشوطين (مادة ٨).

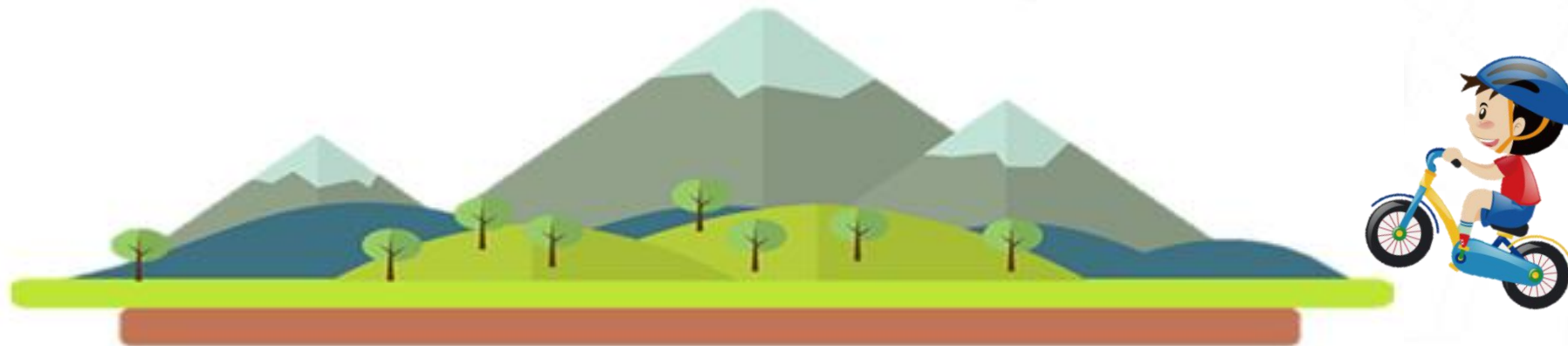




**تؤدي الضربة الأمامية من فوق الرأس من الوقوف الوضع
(أماماً) وممسك المضرب بأسلوب المسكة الأمامية ؟**

خطأ

صح





يتم نقل المضرب خلف الرأس وعنقه موازيه لعضد الذراع الضاربة

صح

خطأ





في الضربة الأمامية من فوق الرأس يتم نقل ثقل الجسم على
الرجل الأمامية ؟

خطأ

صح

