

عرض بوربوينت

لِلْمَلِكِ كِبْرِيَا لِيُوَفِّيَهُ

وزارة التعليم
الإدارة العامة للتعليم بمنطقة تبوك
بإشراف قسم التربية البدنية



التربية البدنية والصحية

رؤية
2030
وزارة التعليم



الفصل الدراسي الثالث

٢



الإرسال الخلفي

الإسقاط من فوق الرأس

الحقوق محفوظة لوزارة التعليم ١٤٤٣ هـ



صف ثاني متوسط



إعداد : أ. نواف محمد المنيف

مراجعة : أ. توفيق عسيري

SASPOORT.COM





أن يؤدي الطالب / هـ
الإرسال الخلفي بطريقة صحيحة





يؤدي وفق الوصف الفني التالي:

- إسقاط الريشة عموديا في نفس الوقت الذي يعود فيه المضرب من الخلف للأمام لضرب الريشة أمام الجسم وتحت الوسط.
- ضرب الريشة بحركة تشبه البندول من مفصل المرفق.
- يكون رأس المضرب امتداد للذراع الضاربة.
- يكون مسار طيران الريشة أقرب ما يكون من الشبكة وإن تسقط على أو خلف خط الإرسال القريب .





يؤدي وفق الوصف الفني التالي:

- ضرب الريشة واللاعب أقرب ما يكون إلى الشبكة بحيث تسقط الريشة بالقرب من الشبكة.
- تؤدي من أماكن عدة للملعب، وينصح بالنسبة للمبتدئين بأداء المهارة بالقرب من الشبكة.
- تأخذ الريشة مساراً منخفضاً وزاوية حادة عند الضرب.
- يستخدم الرسغ في توجيه حدة الضربة أكثر من الضربة المسقطة البطيئة، حتى تسقط الريشة بعد خط الإرسال المنخفض للملعب المنافس.
- كلما بعد اللاعب عن الشبكة زادت صعوبة أداء المهارة.
- تستخدم هذه المهارة لأغراض تكتيكية، حيث تجبر المنافس على أخذ وضع الطعن العميق جانباً لرد هذه الضربة،
- يصعب على اللاعب في هذا الوضع العودة إلى وضع الاستعداد بالسرعة المطلوبة خصوصاً في حالة الهجوم عليه في المرة الثانية.





عند أداء الارسال الخلفي تضرب الريشة بحركة تشبه البندول
من مفصل المرفق ؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة





في الإرسال الخلفي يكون رأس المضرب امتداد للذراع الضاربة

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة





عند أداء مهارة الإسقاط من فوق الرأس تأخذ
الريشة مساراً منخفصاً وزاوية حادة عند الضرب ؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة

