

امسكة الخريبة للمضرب الإرسال امستقيم من أعلى

امرحلة الدراسية : للصف الثاني المتوسط



YouTube

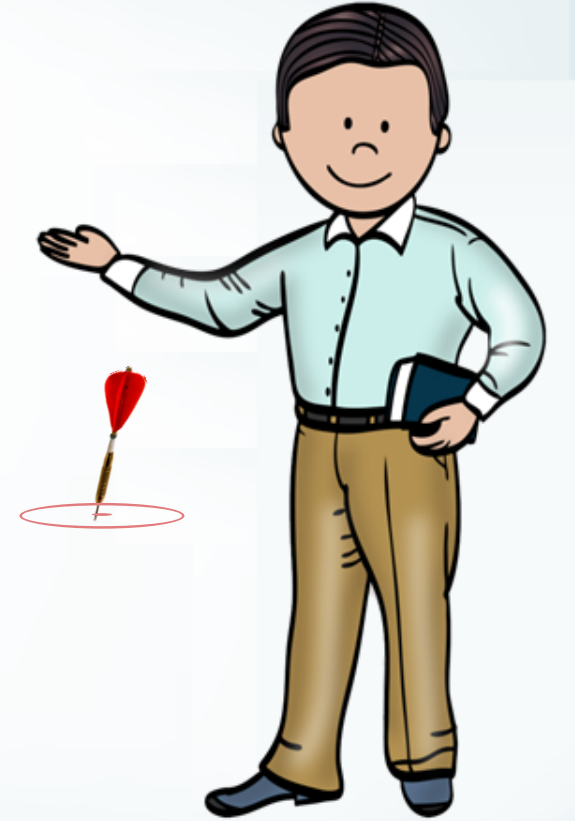


إعداد أ. نواف محمد المنيّف
nawaf@live.at



أهداف الدرس الجديد

أن يؤدي الطالب
الإرسال من أعلى
بطريقة صحيحة



المسكة الخريفة للمضرب

تؤدي وفق الوصف الفني التالي:

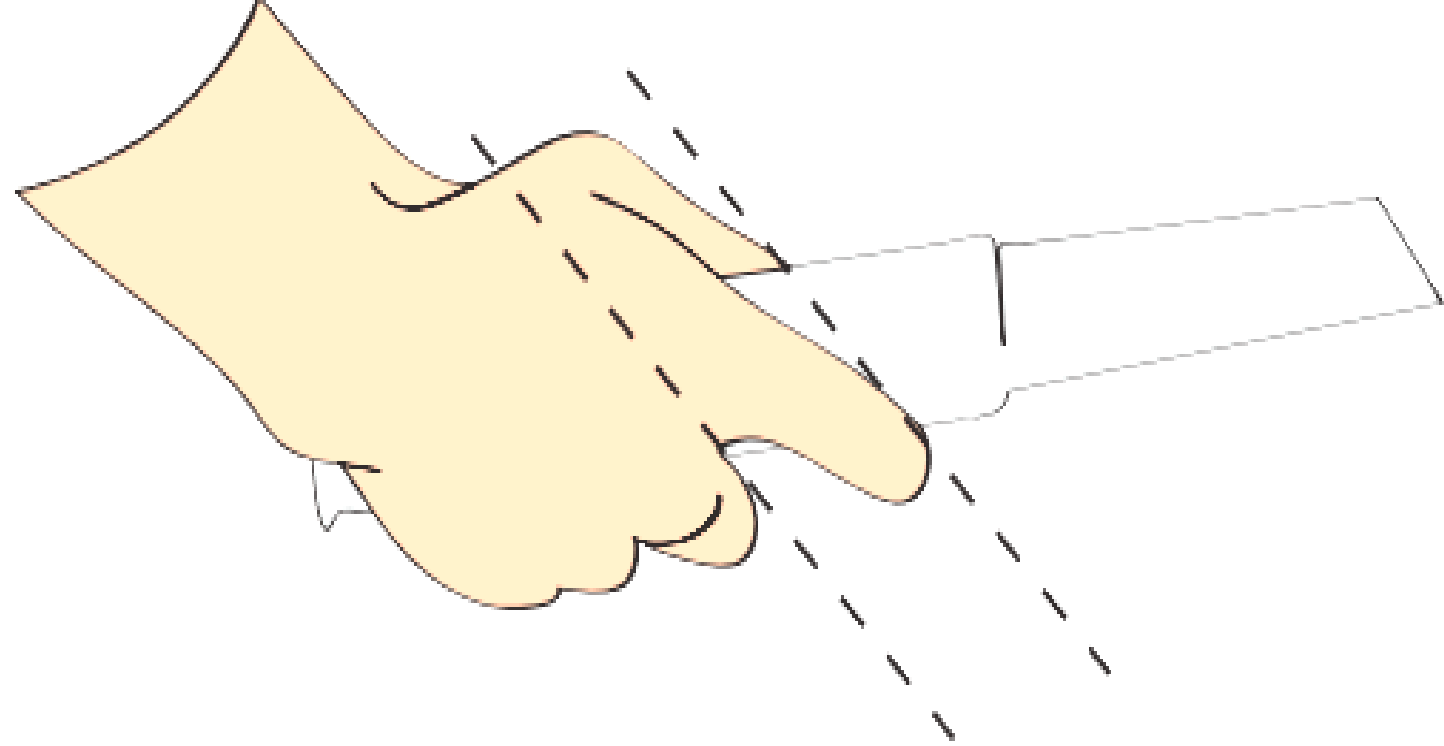
- يضع اللاعب راحة يده تحت قبضة المضرب، ثم تلف الأصابع بحيث يتقابل الإبهام مع السبابة.
- يشكل أصبع الإبهام مع السبابة والأصابع الأخرى رقم (٧).
- فإن شكل (٧) يكون في القبضة الأمريكية قريبا من حافة العضد للمضرب من جهة اليسار تقريبا وتكون الأصابع الأربعة ملتفة حول عضد المضرب يقابلها الإبهام،
- يلتقي أصبع السبابة والإبهام عند استعمال الضربة الأمامية والإرسال اللولبي.



Follow me!

مثال

مثال للمهارة



إعداد أ. نواف المنيف

nawaf@live.at



مثال

مثال للمهارة



إعداد أ. نواف المنيف

nawaf@live.at



الإرسال المستقيم من أعلى

تؤدي وفق الوصف الفني التالي :

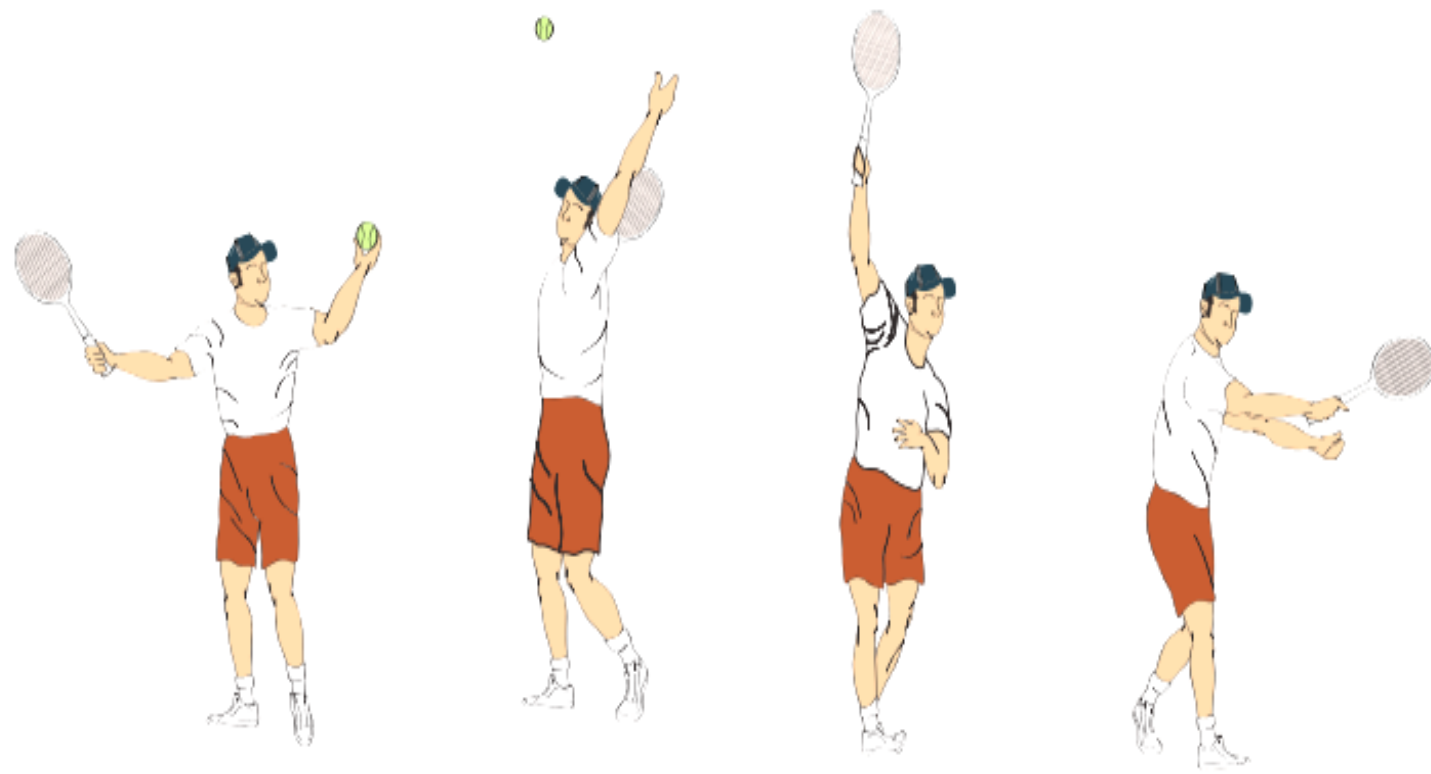
- يؤدي بصورة مستقيمة.
- يلتقي المضرب بالكرة عندما تكون بحالة انخفاض.
- تتجه الكرة فيه إلى مؤخرة منطقة الإرسال وفي الجهة المعاكسة؟
- تكون الكرة الساقطة في ملعب المنافس خالية من أي دوران؟



Follow me!

مثال

مثال للمهارة



إعداد أ. نواف المنيف
nawaf@live.at



مثال

مثال للمهارة



ANIMATING...

إعداد أ. نواف المنيف

nawaf@live.at



مثال

مثال للمهارة



ANIMATING...

إعداد أ. نواف المنيف

nawaf@live.at



مثال للمهارة

مشاهدة الدرس على اليوتيوب اضغط
على الصورة

You Tube





والآن نقوم بمراجعة
للدرس



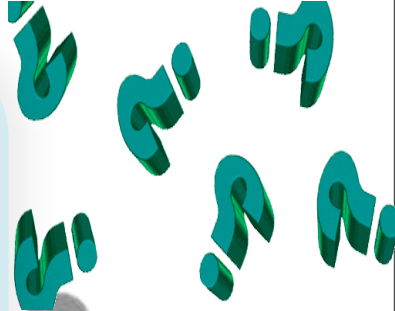


مراجعة الدرس

في المسكة الغربية يشكل أصبع
الابهام مع السبابة والأصابع
الأخرى رقم ٩ ؟



Follow me!



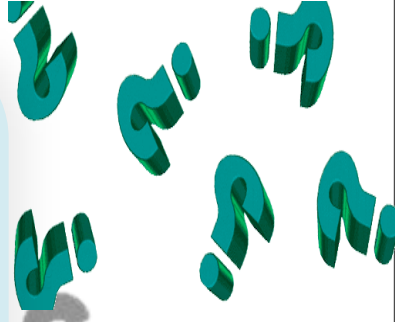


مراجعة الدرس

عند أداء الإرسال المستقيم يلتقي
المضرب بالكرة عندما تكون بحالة
انخفاض ؟



Follow me!





مراجعة الدرس

الصورة التي أمامنا تعني الإرسال
المستقيم من أعلى ؟

