

# عرض بوربوينت

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم  
الإدارة العامة للتعليم بمنطقة تبوك  
بإشراف قسم التربية البدنية



التربية البدنية والصحية

## التمرير بيد واحدة من مستوى الكتف

## تمرير الكرة باليدين من أسفل

الحقوق محفوظة لوزارة  
التعليم ١٤٤٣هـ



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

SASPOORT.COM



رؤية  
VISION 2030  
وزارة التعليم



الفصل الدراسي الثالث

٤



صف رابع ابتدائي





أن يمرر الطالب / ه  
كرة اليد بيد واحدة من مستوى  
الكتف بطريقة صحيحة



أن يمرر الطالب / ه  
كرة اليد من أسفل للأمام، للجانب،  
وللأعلى  
بطريقة صحيحة



# التمرير بيد واحدة من مستوى الكتف



- تنقل اليدين الكرة إلى مستوى الكتف ثم تترك لمدة ضئيلة في قبضة اليد الراحية.
- ثني الذراع الراحية من مفصل المرفق.
- تشير راحة اليد الحاملة للكرة بصورة ثابتة مائلة إلى الاتجاه (المائل العالي).
- وضع القدم المعاكسة لليد الراحية أماماً، والخطو بالقدم الأخرى.
- دوران الجذع حتى يصبح محور الكتف مقاطعاً لمحور الأرض.
- ميل أعلى الجذع إلى الأمام قليلاً، وتوجيه النظر نحو الكرة والزميل أو الزميلة.



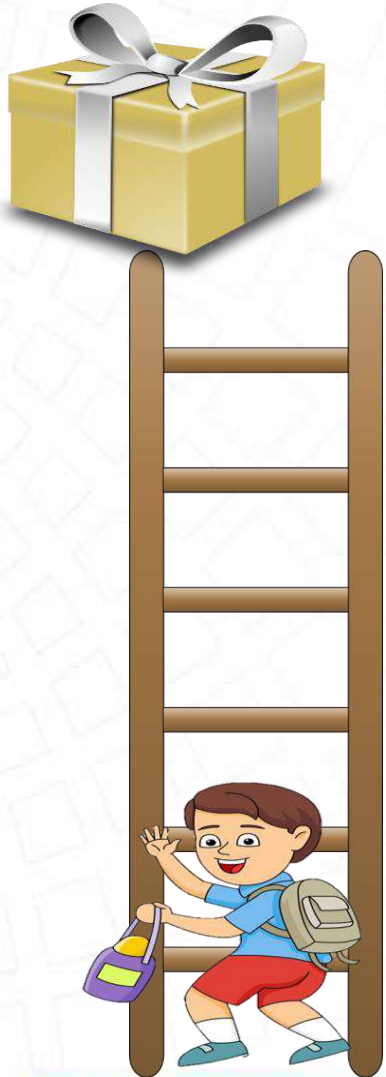
# تمرير الكرة باليدين من أسفل لأمام، للجانب، وللأعلى



- مسك الكرة باليدين بمستوى الحوض أو أسفل منه قليلاً.
- تتأرجح الذراعان خلفاً ثم أماماً.
- تمرر الكرة بمجرد تخطي اليدين مستوى جسم الطالب أو الطالبة.
- وضع قدم الارتكاز أماماً عند التمرير مع نقل ثقل الجسم في اتجاه التمرير.







**عند التمرير بيد واحدة من مستوى الكتف يتم  
ثني الذراع الراحية من مفصل المرفق ؟**

**إجابة خاطئة**

**إجابة صحيحة**



**عند التمرير بيد واحدة من مستوى الكتف نشير راحة اليد  
الحاملة للكرة بصورة ثابتة مائلة إلى الاتجاه المائل العالي ؟**

**إجابة خاطئة**

**إجابة صحيحة**



**عند تمرير الكرة باليدين من أسفل  
تتأرجح الذراعان خلفاً ثم أماماً ؟**

**إجابة صحيحة**

**إجابة خاطئة**