

عرض بوربوينت

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم
الإدارة العامة للتعليم بمنطقة تبوك
بإشراف قسم التربية البدنية

رؤية
VISION 2030
وزارة التعليم



الضربة الأمامية بوجه وظهر المضرب



التربية البدنية والصحية

الفصل الدراسي الثالث

٤



القوانين الضرورية الحديثة التي تحكم اللعبة

الحقوق محفوظة لوزارة
التعليم ١٤٤٣هـ



صف رابع ابتدائي



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

SASPOORT.COM





أن يؤدي الطالب / ه
الضربة الأمامية بوجه
وظهر المضرب بطريقة
صحيحة





الضربة الأمامية بوجه المضرب

أ. أداء الضربة الأمامية بوجه المضرب:

هي ضربة أمامية هجومية، وتتصف بمواصفات الأداء التالي:

- الوقوف الوضع أماماً، وثني ركبة الرجل الأمامية وتوجه قدمها واتجاه الريشة.
- ثني الرجل الحرة "الخلفية" قليلاً، لتعطي دعماً لارتكاز الجسم.
- نقل رأس المضرب خلف رأس اللاعب مع ثني مرفق اليد الضاربة ويكون في مستوى الكتف.
- ثني الذراع الحرة وقربها من الجسم مع ارتخائها.
- يكون وضع الجذع وكتف الذراع الضاربة إلى الخلف قليلاً.
- نقل ثقل الجسم للأمام لحظة ضرب الريشة، مع تحريك الكتف للأمام، وتحريك الذراع الحرة للخلف لإيجاد توازن.



الضربة الأمامية بظهر المضرب

ب. أداء الضربة الأمامية بظهر المضرب:

تؤدي هذه الضربة من وضع القبضة الخلفية، وهي إحدى الضربات الهجومية، وتتصف بمواصفات الأداء التالي:

■ الوقوف الوضع أماماً وثني ركبة الرجل الأمامية واتجاه قدمها باتجاه الريشة.

■ ثني الرجل الحرة "الخلفية" قليلاً؛ لتعطي دعماً لارتكاز الجسم.

■ نقل رأس المضرب في اتجاه الريشة وتكون الذراع متقاطعة مع الجسم.

■ لف المضرب من الرسغ لضرب الريشة بالوجه الخارجي له.

■ ضرب الريشة لخطة مد الذراع الضاربة في مستوى الكتف.



فيما يلي بعض مواد القانون الدولي للريشة الطائرة:

الملعب:

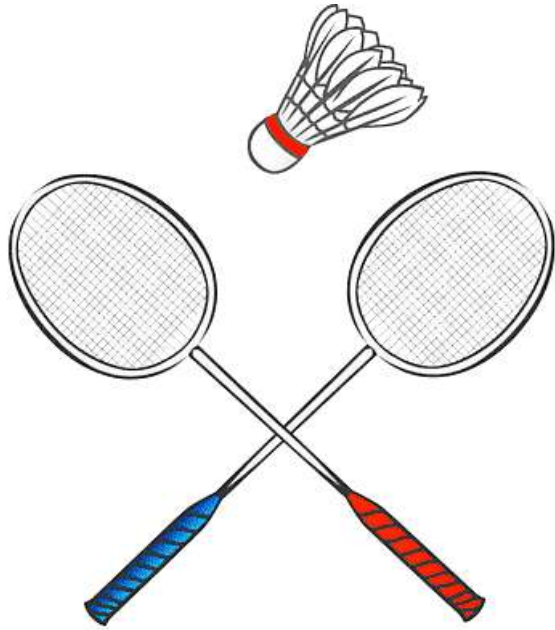
- يبلغ طول ملعب الريشة الطائرة ($13,40 \times 5,18$ م) مقسم إلى قسمين أبعادهما ($6,70 \times 5,18$ م)، ويرسم خط للإرسال يبعد عن الشبكة مسافة ($5,94$ م) بعرض الملعب للفرد، ومسافة ($1,98$ م) للزوجي، ويرسم خط ينصفه إلى منطقتين للإرسال (اليمني، واليسري) (مادة ١ - أ).

الشبكة:

- تنصب شبكة ذات أبعاد ما بين ($1,55$ م عند طرفي منتصف الملعب، و $1,53$ 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).

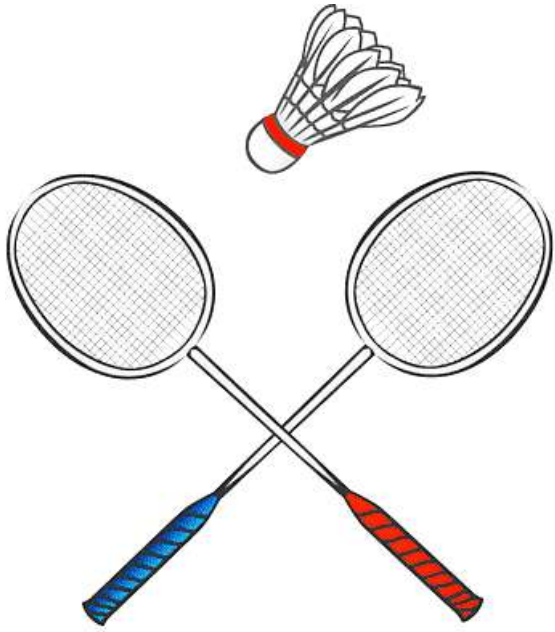
- اختيار أحد نصفي الملعب (مادة ٦-ج).

تسجيل النقاط:

- يتكون شوط اللعب الزوجي والفردي 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).

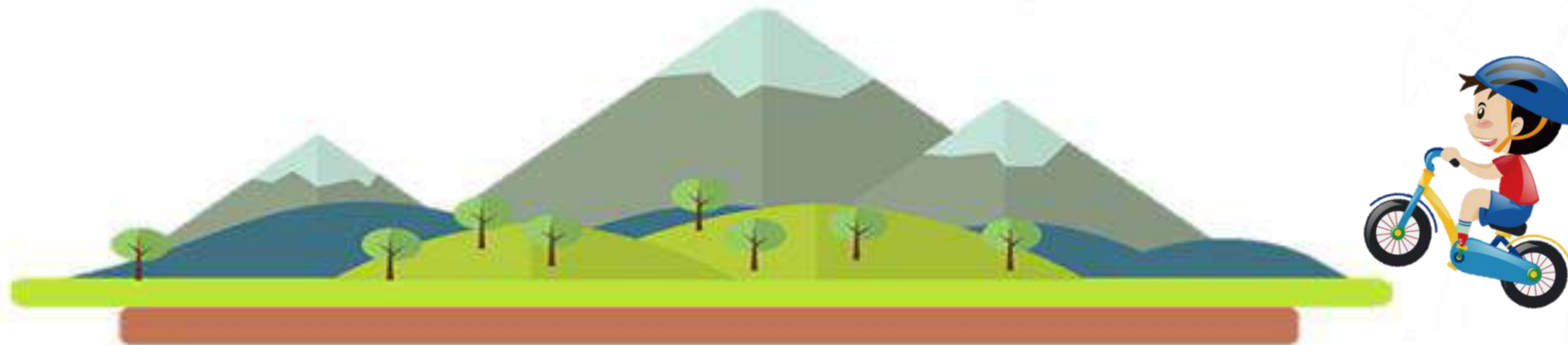




الضربة الأمامية بوجه المضرب ضربية أمامية هجومية؟

صح

خطأ





تلعب المباراة الفردية بحيث يتواجد لاعب واحد في أحد نصفي الملعب ؟

صح

خطأ





تؤدي الضربة الأمامية بظهر المضرب من وضع القبضة الخلفية؟

صح

خطأ



التربية البدنية والصحية