



تمرير الكرة باليدين من فوق الرأس

تمرير الكرة باليدين من أسفل الرافعة

الحقوق محفوظة لوزارة
التعليم ١٤٤٣هـ



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

SASPOORT.COM



الفصل الدراسي الثالث



صف رابع ابتدائي





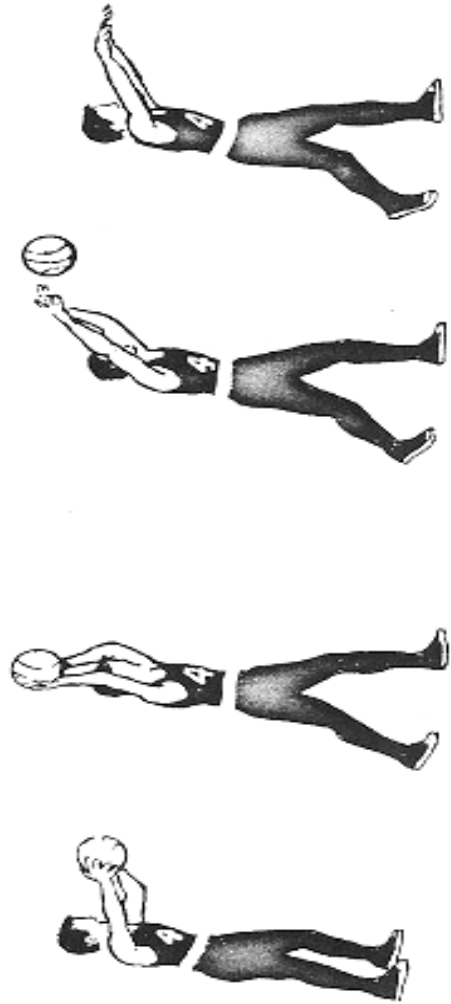
أن يمرر الطالب / ه كرة السلة باليدين من فوق الرأس



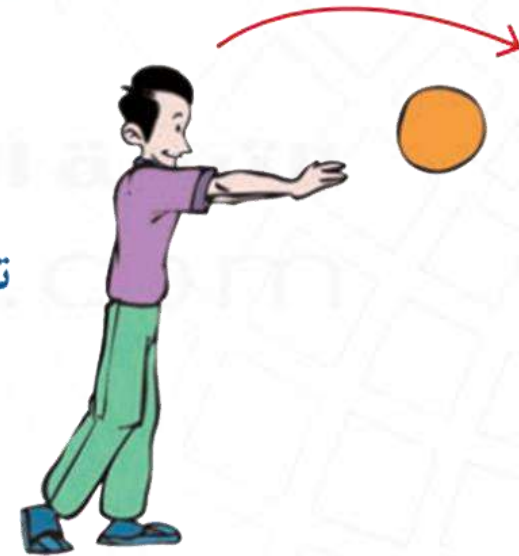
تمرير الكرة باليدين من فوق الرأس



- تمسك الكرة باليدين، وتكون الذراعان ممدودتان للأعلى.
- تسير الكرة في اتجاه أفقي وإلى الأسفل قليلاً حتى يتسلمها الزميل أو الزميلة.
- تؤدي هذه التمريرة بالاعتماد على الرسغ والأصابع وعندما يكون الممرر طويلاً والمدافع قصيراً.



تمرير كرة السلة
من فوق الرأس



تمرير الكرة باليدين من أسفل الرافعة



- تمسك الكفان الكرة من أسفلها، والمرفقان ممدودان إلى الأسفل قليلاً أمام الجسم.
- تدفع الكرة بالأصابع دفعة بسيطة في اتجاه المستلم وفي مستوى جذعه.



تمرير كرة السلة
من أسفل





والآن أبنائي نشاهد فيديو توضيحي للمهارة التي تعلمناها بدرسنا اليوم



لمشاهدة فيديو الدرس على اليوتيوب
اضغط هنا

التربية البدنية والصحية

لمشاهدة فيديو الدرس على موقعنا
اضغط هنا



عند أداء تمرير الكرة باليدين من فوق الرأس تمسك الكرة
باليدين وتكون الذراعان ممدودتان للأعلى ؟

إجابة خاطئة

إجابة صحيحة





عند أداء تمرير الكرة باليدين من فوق الرأس تسير الكرة في اتجاه أفقي وإلى الأسفل قليلا حتى يتسلمها الزميل؟



إجابة خاطئة

إجابة صحيحة





عند أداء تمرير الكرة باليدين من أسفل تدفع الكرة بالأصابع
دفعه بسيطة في اتجاه المستلم وفي مستوى جذعه؟؟



إجابة خاطئة

إجابة صحيحة

