



الإرسال المعكوس - الإرسال من تحت الذراع

المرحلة الدراسية : للصف السادس الابتدائي



YouTube

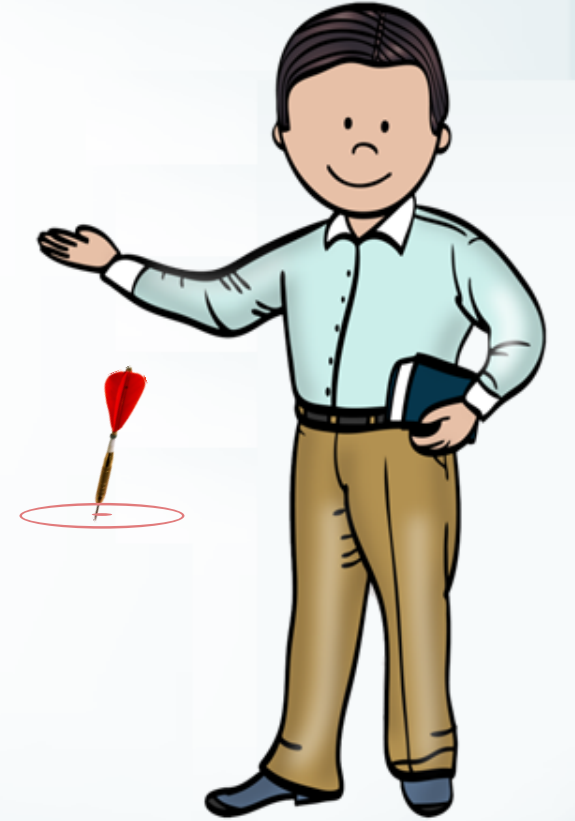


إعداد أ. نواف محمد المنيق
nawaf@live.at



أهداف الدرس الجديد

أن يؤدي الطالب
الإرسال المعكوس
بطريقة صحيحة



استراتيجية العصف الذهني

ماذا تعرف عن
الإرسال المعكوس؟



والآن يا أبطال نبدأ درس جديد بعنوان

الإرسال المعكوس - الإرسال من
تحت الذراع



إعداد: نواف المنيف

Follow me!

الإرسال المعكوس

- ضرب الكرة من الحافة الداخلية (القريبة من وسطها) ومن أمام جسم المرسل تقريبا.
- يكون المضرب متهيئا خلف ظهر المرسل ويكون الطالب قد اختصر الأرجحة ويكون وجه المضرب مقابلا للأرض في أثناء سحب الذراع للأعلى لتنفيذ الضربة وهذه الضربة مشابهة تماما للكبسة.
- يستطيع الطالب تنفيذ الإرسال بأن تضرب الكرة من الخلف للأسفل أما المضرب فينتجه في أثناء الأرجحة من اليمين إلى الجانب ثم إلى الأعلى من جهة يمين الطالب لا من وراء الظهر.



مثال

مثال للمهارة



إعداد أ. نواف المنيف

nawaf@live.at



الإرسال من تحت الذراع

- ينفذ هذا الإرسال بأن تترك الكرة لتسقط من يد الطالب أو يدفعها قليلا وفي هذه اللحظة تتم الأرجحة إلى جانب الجسم إلى أن تمتد الذراع للخلف.
- يبدأ الطالب بعملية الأرجحة الأمامية (وتكون مشابهة لعملية ضرب الكرة بطريقة الضربة الأمامية) بأن تتجه الذراع والمضرب للأسفل كي يلاقي الكرة وهي في جانب الجسم.
- تضرب الكرة من الخلف أو من الجانب كي يعطيها دورانا.



Follow me!

مثال للمهارة

مشاهدة الدرس على اليوتيوب اضغط
على الصورة

You Tube





والآن نقوم بمراجعة
للدرس



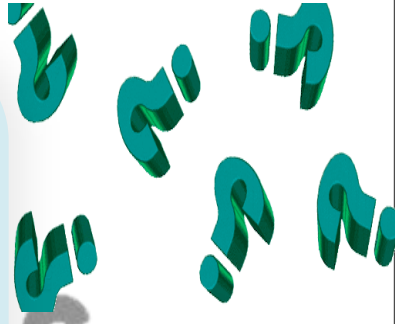


مراجعة الدرس

في الإرسال الجانبي تضرب
الكرة من الحافة الداخلية؟



Follow me!





مراجعة الدرس

في الإرسال من تحت الذراع
تضرب الكرة من الخلف أو من
الجانب؟

من الخلف
من الجانب



Follow me!

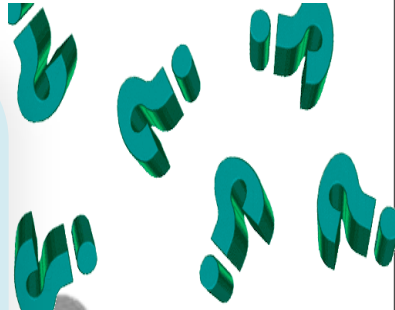


28



مراجعة الدرس

في الإرسال المعكوس يتجه
المضرب أثناء الأرجحة من اليمين
إلى الجانب ثم إلى الأعلى ؟



Follow me!