

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج البحرينية



\* للحصول على أوراق عمل لجميع الصفوف وجميع المواد اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh>

\* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف التاسع اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh/9>

\* للحصول على جميع أوراق الصف التاسع في مادة رياضة مدرسية ولجميع الفصول, اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh/9sports>

\* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف التاسع في مادة رياضة مدرسية الخاصة بـ الفصل الثاني اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh/9sports2>

\* لتحميل كتب جميع المواد في جميع الفصول للـ الصف التاسع اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh/grade9>

[almanahjbhbot/me.t//:https](https://t.me/almanahjbhbot)

للتحدث إلى بوت على تلغرام: اضغط هنا



# الصف الثالث الإعدادي

## كرة السلة

### مراجعة أنواع التمرير

الصدرية / الكتفية / فوق الرأس / المرتدة باليدين

## مهارات التمرير:

هي تمارين تطبيقية لمهارة التمرير في كرة السلة ، تتميز بالفرح والسرور وسهولة ممارستها وتكرارها في سبيل الارتقاء الحركي للعبة كرة السلة وإتقان جميع أنواع التمرير في كرة السلة.

## الخطوات التعليمية: (التدريبات)

- (وقوف. مواجه الحائط. مسك الكرة) تمرير الكرة من مسافة 1 م (التمريرة الصدرية – فوق الرأس).
- (وقوف. مواجه الحائط. مسك الكرة) تمرير الكرة من مسافة 1 م . (التمريرة الصدرية – والمرتدة).
- (وقوف. مواجه الحائط. مسك الكرة) تمرير الكرة من مسافة 1 م. (التمريرة الكتفية – فوق الرأس).

## فيديو تعليمي:



## التقويم الذاتي :

1. ضع علامة  $\checkmark$  أو  $\times$  أمام العبارات التالية:

أ: جميع أنواع التمرير في كرة السلة تؤدي من الثبات والحركة.  $\checkmark$

ب: يوجد انثناء خفيف في الركبتين عند أداء التمريرات المختلفة.  $\checkmark$

2. أختَر الكلمة المناسبة وإملاً الفراغ :

أ: تمرر الكرة في ..... المسافة بين **ثلاثي** المرسل والحائط في التمريرة المرتدة.

ب: يوجد أنواع من التمريرات تؤدي بيد واحدة وتمريرات تؤدي .....معا.

(ثلاثي ، نصف ، ربع)

(باليدين ، بالرسغ ، بالكتف)

باليدين

KINGDOM OF BAHRAIN  
Ministry of Education



مملكة البحرين  
وزارة التربية والتعليم

انتهى الدرس