

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

KINGDOM OF BAHRAIN
Ministry of Education



مملكة البحرين
وزارة التربية والتعليم

الصف الثالث الاعدادي

كرة الطائرة

ربط الارسال والتمرير من أسفل والتمرير من

أعلى

ربط مهارة الارسال والتمرير من أسفل ومن التمرير من اعلى:

المهارات الأساسية في كرة الطائرة هي الارسال والتمرير من اعلى والتمرير من أسفل ، وهم بمثابة العمود الفقري للعبة.

النقاط الفنية:

تم عملية ربط المهارات على الأداء الفردي أولاً.

الخطوات التعليمية: (التدريبات)

- يقوم الطالب بالإرسال من أعلى.
- يكرر التمرين السابق مع تعديل موقع تنفيذ الإرسال من أعلى.
- يقوم الطالب باستقبال الكرة من أسفل بعد ارتدادها من الحائط.
- يقوم الطالب بتمرير الكرة من أعلى بعد ارتدادها من الحائط.

فيديو تعليمي:



التقييم الذاتي:

1. ضع علامة ✓ أو ✗ أمام العبارات التالية:

✓

أ: عند أداء الارسال من اعلى ترمى الكرة باليد أماما عاليا بارتفاع فوق كتف الذراع الضاربة.

✓

ب: مد الركبتين للوصول للوقوف عند تمرير الكرة من أسفل ومن اعلى .

2. اختر الكلمة المناسبة واملأ الفراغ :

أ:ثني الركبتين و قليلا عند التمرير من اعلى ومن اسفل .(الفخذين ، الذراعين ، الساعدين)

ب:متابعة الكرة بالذراع واليد الضاربة..... للكرة عقب المهارة الارسال والتمرير من أعلى.

(الضاربة/ الممررة ، الساندة / المساعدة ، الحرة/الحاملة)

KINGDOM OF BAHRAIN
Ministry of Education



مملكة البحرين
وزارة التربية والتعليم

انتهى الدرس