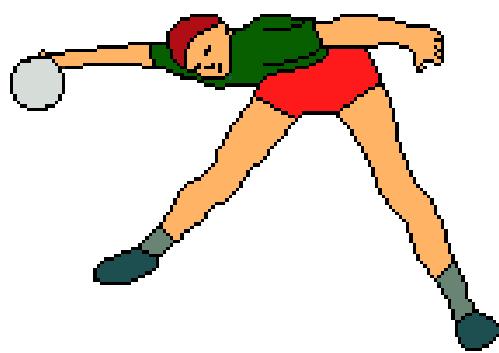




## المناولة السوطية من مستوى الحوض والركبة



تستخدم هذه المناولة عندما يكون هناك منافس أمام اللاعب ، إذ يقوم عندئذ بمناولة الكرة على جانب المنافس بحيث يصعب إعاقتها خاصة اذا سبق أداءها تمويهه باستخدام المناولة من مستوى الرأس .

ويتم اداء هذه المناولة حسب تسلسل الأداء الحركي لها فنرى تقدم القدم اليسرى بالنسبة للاعب اليمين وبخطوة واسعة مع اثناء الركبتين وانثناء الجزء ناحية الذراع الramy مع مرحلة الذراع الramy بالكرة خلفاً في حركة تحضيرية للرمي ، حيث تساهم هذه النقاط مجتمعة باداء حركة الإعداد لمناولة الكرة بمستوى الركبة ، ثم يقوم اللاعب بمرحلة الذراع الramy إلى الامام والأسفل لتطلاق الكرة نحو الزميل ويلاحظ اثناء مفصل المرفق بحيث يكون عضد الذراع الحاملة للكرة موازيًا للأرض لزيادة التحكم بالكرة وتوجيهها بدقة مستفيداً من حركة الرسغ والأصابع ثم تستمر حركة الذراع الramy التكميلية إلى الامام .

والملاحظة المهمة التي يجب ذكرها أن حركة الذراع في الفترة التحضيرية (الرجوع للخلف) وفي حركة الرمي حتى انطلاق الكرة تكون حركة مستمرة وعلى شكل نصف دائرة تقريباً وبدون تقطع او حدوث زوايا وذلك لغرض الاستفادة من الفترة التحضيرية في اعطاء قوة اضافية للكرة .

