

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

كلية المستقبل الجامعة

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

# الكرة الطائرة

# Volley Ball

## المحاضرة الثامنة

استاذ المادة:

م.م. مثنى كاظم جاسم

## الارسال المتموج الامامي (الامريكي):

يحتاج هذا الشكل من الارسال الى مهارة عالية وتدريب متواصل ليتمكن اللاعب من ادائه بصورة متقنة وفعالة فإذا استطاع اللاعب المرسل من اداء هذا الشكل من الارسال بدقة يكون له تاثير نفسي كبير على لاعبي الفريق المنافس لان الحركة المتموجة للكرة تضفي صعوبة كبيرة عند استقبالهم للارسال.

وتختلف شدة تموج الكرة من لاعب الى اخر وكذلك الحال بالنسبة لنوعية التموج فمنها تكون حركة التموج تارة للجانبين وتارة اخرى الى الاسفل والاعلى، فضلا عن ان الكرة تكون مفاجئة عند سقوطها للاسفل عكس الاشكال الاخرى لمهارة الارسال التي تأخذ مساراً معلوماً بسبب ان مركز الكرة يتجه دائماً الى صمام نفخ الكرة حيث يشكل مركز ثقل الكرة، ولهذا يؤثر على نوعية تموجها ففي حالة ضرب الكرة في اثناء الارسال والصمام للاعلى او الاسفل فان التموج يكون للاعلى او الاسفل واذا ضرب اللاعب الكرة والصمام من الجانبين فان التموج يكون للجانبين.

يكون اداء هذا الشكل من المهارة مشابهة لاداء الارسال المواجه من الاعلى (ارسال التنس) ولكن اليد تكون مرفوعة بجانب وخلف الرأس ولا يتم تقوس الظهر ولا تتم متابعة الحركة وتضرب الكرة من نصفها الخلفي مع تثبيت رسغ اليد الضاربة .

عند اداء الارسال المتموج الامامي (الامريكي) توجد اخطاء شائعة عدة منها:

١. اللاعب يرمي الكرة رمية غير صحيحة للاعلى مع اخذ تقوس في الجذع للخلف.
٢. مرافقة الذراع الضاربة للكرة الى الامام.
٣. اللاعب يستعمل حركة تحويط الرسغ على الكرة.

٤ . اللاعب يلتقي بالكرة من الاسفل وبالاصابع فقط.