

Al Mustaqbal University College
Department of Physical Education
and Sports Science



كلية المستقبل الجامعة
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة



استقبال الكرة

يمكن تقسيم مهارة استقبال الكرة على النحو الآتي:

- أ- تسلم الكرة
- ب- التقاط الكرة
- ج- إيقاف الكرة والسيطرة عليها

أ- تسلم الكرة

ويقسم الى نوعين هما :

- ١- التسلم باليدين .
- ٢- التسلم بيد واحدة .

١. التسلم باليدين



أن استلام الكرة بكلتا اليدين هو الافضل والاكثر امانا والاروح للاعبين وخاصة المبتدئين منهم من استلام الكرة بيد واحدة والذي نادرا ما يحدث اثناء اللعب ، ويقوم اللاعب به عندما لا تكون فرصة لتسلم الكرة باليدين .

يمكننا تبعا لدرجة ارتفاع الكرة أن نفرق بين نوعين مهمين من التسلم باليدين هما : (تسلم الكرات العالية وتسلم الكرات المنخفضة) ، وسنشرح كل نوع بالتفصيل :