



كرة السلة ..... د. محمد حسن شعلان



كلية المستقبل الجامعة  
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

# كرة السلة

لطلبة المرحلة الأولى

اعداد

الدكتور محمد حسن شعلان

Mohammed .hasan@

mustaqbal-college.iq





**الطبطة الواطئة ( حماية ) Low (Protective) Dribble**  
وتستخدم خلال التوقف وحماية الكرة من المدافع عندما يكون قريباً من اللاعب لتحاشي محاولة قطعها ، ويكون ارتفاع الكرة بعد ارتدادها بالأرض الى مستوى الركبة تقريباً .



**الطبطة بتغيير الاتجاه Cross- over Dribble**  
وتستخدم ايضاً للتخلص من مراقبة المنافس خلال الطبطة لكي يحتفظ بالكرة بعيداً عن المنافس ويضع جسمه دائماً بين الكرة والمنافس .  
كما وهناك أنواع من الطبطة وهي: الطبطة بالدوران ، الطبطة بالدوران المزدوج ، الطبطة للأمام والخلف ، الطبطة من خلف الظهر و الطبطة بين الساقين .  
أما فوائد الطبطة فهي :

١. التقدم بالكرة خلال الهجوم .
٢. تساعد على المراوغة والاجتياز .
٣. إرجاع المدافع للخلف والتقرب لغرض التصويب .
٤. السيطرة على الكرة خلال الأداء الخططي .
٥. تعد وسيلة لاستهلاك الوقت عندما يكون ذلك ضرورياً .





## المراجع

- شبكة المعلومات العالمية (الانترنت) .
- نصر حسين عبد الامير : محاضرات أُلقيت على طلبة المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة بابل ، ٢٠١٦-٢٠١٧ .

