



Al Mustaqbal University
college of Physical Education
and Sports Science

جامعة المستقبل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الماضرة الرابعة
استقبال الكرة
المرحلة الثانية
2023

مدرسي المادة
م . م أنور محمد عبيد
م.م امير فرحان
اسراء سليم هادي

كرة يد .. المرحلة الثانية .. 2023 .. م.م أنور محمد عبيد/ امير فرحان / اسراء سليم

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 :

- 1- التسلم باليدين .
- 2- التسلم بيد واحدة .

1. 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 :

