جامعة المستقبل  **Al Mustaqbal University**

 كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  **college of Physical Education**

**and Sports Science**

المحاضرة 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**

**م**

**مم**

## استقبال الكرة

يمكن تقسيم مهارة استقبال الكرة على النحو الآتي:

1. تسلم الكرة
2. التقاط الكرة
3. ايقاف الكرة والسيطرة عليها

## تسلم الكرة

ويقسم الى نوعين هما:

1. التسلم باليدين.
2. التسلم بيد واحدة.

## التسلم باليدين

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

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