



كرة السلة ا. د جمال صبري فرج / م . م الحسن
علي خالد



جامعة المستقبل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

كرة السلة
لطلبة المرحلة الأولى

Basketball

اعداد

م . م جمال صبري فرج

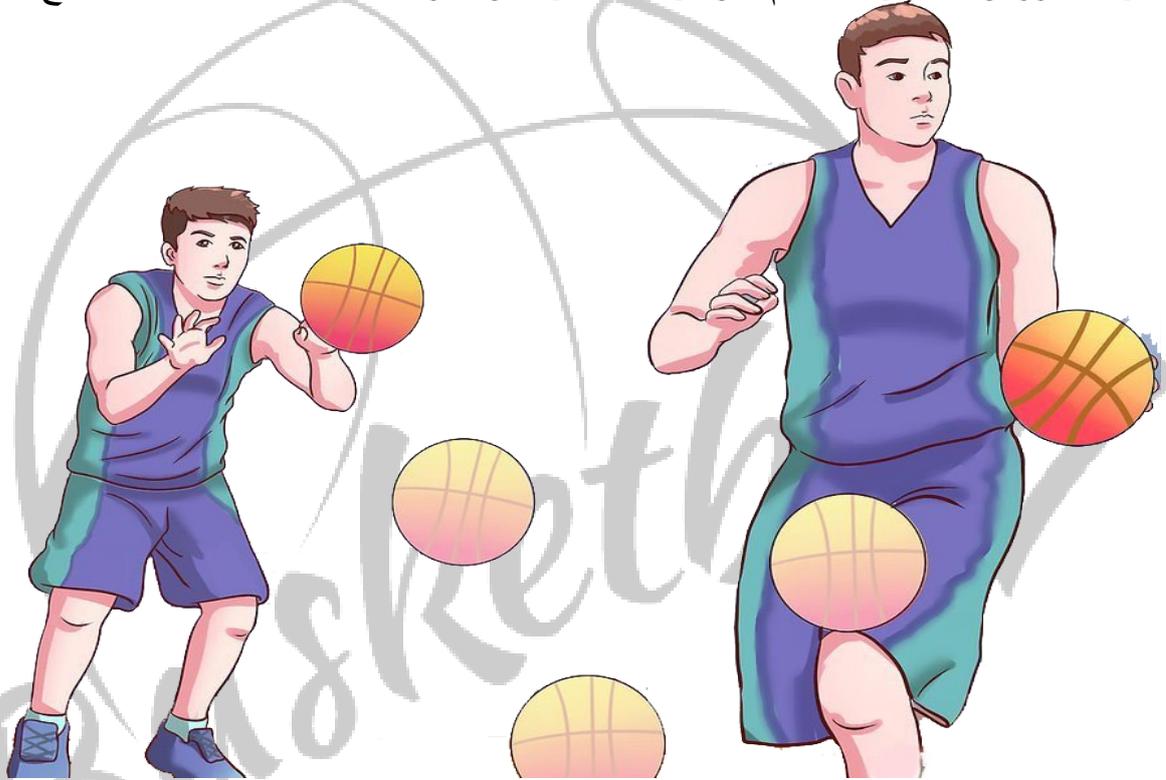
م . م الحسن علي خالد

اسراء سليم هادي



المناولة المرتدة Bounce Pass

تستخدم هذه المناولة في حالة وجود منافس بين الممرر والمستلم وتشبه هذه المناولة (المناولة الصدرية) في طريقة أدائها , إلا ان الكرة تصل الى الزميل المستلم بصورة غير مباشرة أي بعد ارتدادها من الارض بحيث يكون ارتدادها على مسافة تقارب ثلثي المسافة من الممرر وثلثها من المستلم , ولكن يجب ان يكون ارتدادها بجانب اللاعب المدافع .



وتؤدي هذه المناولة باليدين من الصدر إذا كان المدافع في منتصف المسافة بين المهاجمين تقريباً , اما إذا كان المدافع في وضع قريب من اللاعب الممرر تؤدي المناولة المرتدة بيد واحدة من خلال الجانبين .

وان هذه المناولة لها قيمة فعالة عندما تكون حالة اللعب لا تسمح باستخدام المناولات المباشرة ومن مزايا هذه المناولة :

1. تستخدم بشكل فعال ضد دفاع المنطقة .
2. تستخدم بشكل فعال ضد المدافع الذي يكون ذراعه للأعلى .
3. تستخدم بشكل فعال ضد اللاعبين طوال القامة .



كرة السلة ا. د جمال صبري فرج/ م . م الحسن علي خالد



4. تستخدم للمسافات القصيرة والمتوسطة .

5. تسمح باستخدام الخداع بدفع الكرة للأعلى ثم يعقبها التغيير المفاجئ لحركة

الكرة وإعطاء المناولة المرتدة الواطئة .

Overhead Pass المناولة من فوق الرأس

من الوضع الاساسي لمسك الكرة تمد الذراعان عالياً فوق الرأس , ثم يتم دفع الكرة الى الزميل بحركة شبه قوسية من خلال توجيه رسغ وأصابع اليدين الى الامام مع المحافظة على امتداد اليدين الى الامام الاعلى من أجل متابعة الكرة , كذلك تقدم احدي الرجلين أماماً للمساعدة على اتزان الجسم والأخرى تبقى كارتكاز

