جامعة المستقبل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

كرة السلة

لطلبة المرحلة الأولى

اعداد

م . د 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 .

وتؤدى هذه المناولة باليدين من الصدر إذا كان المدافع في منتصف المسافة بين المهاجمين تقريباً , اما إذا كان المدافع في وضع قريب من اللاعب الممرر تؤدى 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 ذراعاه للأعلى .
3. تستخدم بشكل فعال ضد اللاعبين طوال القامة .
4. تستخدم للمسافات القصيرة والمتوسطة .
5. تسمح باستخدام الخداع بدفع الكرة للأعلى ثم يعقبها التغيير المفاجئ لحركة الكرة وإعطاء المناولة المرتدة الواطئة .

المناولة من فوق الرأس **Overhead Pass**

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 احدى الرجلين أماماً للمساعدة على اتزان الجسم والأخرى تبقى كارتكاز .

