

ورقة عمل المحاضرة من خلف الظهر



تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية

موقع المناهج ← المناهج السعودية ← الصف الثالث المتوسط ← التربية البدنية ← الفصل الثاني ← أوراق عمل ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 01:22:44 2026-01-20

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب ا اختبارات الكترونية ا اختبارات ا حلول ا عروض بوربوينت ا أوراق عمل
منهج انجليزي ا ملخصات وتقارير ا مذكرات وبنوك ا الامتحان النهائي ا للمدرس

المزيد من مادة
التربية البدنية:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الثالث المتوسط



صفحة المناهج
السعودية على
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

المزيد من الملفات بحسب الصف الثالث المتوسط والمادة التربية البدنية في الفصل الثاني

نموذج الإجابة على تقويم نواتج التعلم وتعزيزها الأسبوع العاشر الوحدة الرابعة كرة السلة

1

تقويم نواتج التعلم وتعزيزها الأسبوع العاشر الوحدة الرابعة كرة السلة

2

ورقة عمل الخداع بدون كرة

3

ورقة عمل المحاضرة من خلف الظهر

4

نموذج الاختبار النهائي مع الحل

5



المحاصرة من خلف الظهر

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
إدارة التعليم بمنطقة

الاسم :

الصف :

التاريخ : / / ١٤٤٥ هـ

الهدف من هذا النوع من المحاصرة هو التخلص من مراقبة المنافس أثناء قيام اللاعب بالمحاصرة. ويعتبر هذا النوع من المحاصرة مهارة عالية ويجب تشجيع اللاعبين على إتقانها، كما أنها مهارة تساعد على تغيير اتجاه اللاعب بدون أي تعثر في الخطوات أثناء المحاصرة. وتؤدي المهارة وفق الوصف الفني التالي:

١- من وقفة الاستعداد في كرة السلة مسك الكرة.

٢- دفع الكرة للأرض من خلف الظهر بزاوية تمكن اللاعب المهاجم من الارتكاز واستلام الكرة باليد الحرة.

٣- الاستمرار بالمحاصرة باتجاه الأداء واليد الحرة تعمل كمساند لعملية المحاصرة ضد المدافع بدون توقف.

٤- تكون الركبتين في وضع منشني قليلاً أثناء تحويل الكرة من خلف الظهر لليد الأخرى.



التربية البدنية والدفاع عن النفس