



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة

محاضرة في مادة الكرة الطائرة
لطلبة الدراسة الأولية / المرحلة الثانية

اعداد التدريسي
أ.م.د مروان خيرو ياسين

٢٠٢٥ م

١٤٤٧ هـ

مهارة الارسال :هي عملية وضع الكرة في حالة اللعب وبدون الارسال لايمكن ان يبد اللعب

انواع الارسال

- ١- الارسال الموجه من الاسفل
- ٢- الارسال الموجه من الاعلى (التنس)
- ٣- الارسال المتموج
- ٤- الارسال الساحق
- ٥- الارسال الخطاف

مهارة استقبال الارسال

- - أستقبال الارسال من الاسفل

مهارة الاعداد :- وتقسم الى

- ١- الاعداد من فوق الرأس الى الامام
- ٢ الاعداد من فوق الرأس الى الخلف
- ٣- الاعداد من وضع السقوط

مهارة الضرب الساحق :- وتنقسم الى

- ١- الضرب الساحق الموجه
- ٢- الضرب الساحق بالدوران
- ٣- الضرب الساحق بالخداع
- ٤- الضرب الساحق الخطاف
- ٥- الضرب الساحق من الملعب الخلفي

مهارة حائط الصد :- ومن انواعه

- ١- حائط الصد بلاعب واحد
- ٢- حائط الصد بلاعبين
- ٣- حائط الصد بثلاثة لاعبين