

الوحدة	الخامسة : كرة المضرب / التنس	الدرس	المهارات الأساسية لكرة المضرب ١
الاسم		الشعبة	

السؤال الأول: ضعي علامة (✓) أمام الجملة الصحيحة، وعلامة (X) أمام الجملة الخاطئة.

العلامة	العبارة
[]	١ وقففة الاستعداد ومسك المضرب هي الخطوة الأولى لإتقان مهارات كرة المضرب
[]	٢ لا تعتبر وقففة الاستعداد من المهارات الأساسية في كرة المضرب التنس
[]	٣ يعد الإرسال المستقيم نوعاً من أنواع الإرسال التي تتميز بالقوة والسرعة
[]	٤ يفضل استخدام المسكة الغربية عند اللعب على الملاعب الغير الصلبة

السؤال الثاني: اختاري الإجابة الصحيحة بوضع دائرة حولها:

١- تساعد على التحرك بسرعة للجانبين، وللأمام والخلف، و تحديد المسكة المناسبة للمضرب		
وقففة الاستعداد	الإرسال	الضربات
٢- المسكات الأساسية في التنس هي :		
الأحادية ، الثنائية	الكوري، الصيني	الشرقي، الغربي، القاري
٣- هو الرمية التي يبدأ بها اللعب في بداية المباراة أو بعد تسجيل نقطة.		
التمرير	الإرسال	التنطيط
٤- أكثر القبضات ملاءمة للمبتدئين وفيها تكون راحة الكف خلف قبضة المضرب.		
القبضة القارية	القبضة الغربية	القبضة الشرقية

معلمة المادة :

