

A close-up photograph of a tennis racket and a yellow tennis ball on a tennis court. The racket is positioned diagonally across the frame, with its head in the upper right and handle extending towards the bottom left. The strings are a dark, textured mesh. The yellow ball is in the foreground, slightly to the left of the racket's head. The background is a blurred view of a tennis court with green grass and a white line.

انواع الضربات في كرة التنس

مُدرسات المادة:

ا.د. وردة علي عباس

م.د. نازك صبحي مطر

فرع الالعاب الفردية

انواع الضربات في كرة التنس

تتميز لعبة كرة التنس بتنوع الضربات التي يلجأ لها
اللاعبين

وتبعاً لمستوى احترافية اللاعبين ومدى اتقانهم
للمهارات والخطط الدفاعية والهجومية فضلاً عن أهمية
المنافسات والبطولات المقامة وطبيعة **ارضيات**
الملاعب

ومن هذا تنوعت الضربات في كرة التنس

وهي نوعان :
ضربات امامية
وضربات خلفية

ضربات
الارسال

الضربات
الارضية

الضربة
الساحقة

الضربات
الطائرة

الضربة
العالية

ضربة
الدوران

وهناك - ضربات نصف طائرة او
ما تسمى الضربة الاضطرابية
الضربة الطائرة بزاوية -

انواع اللعب في كرة التنس

اللعب الفردي
(لاعب مقابل لاعب)
رجال ونساء

تتضمن مباريات التنس الانواع
التالية من اللعب

اللعب الزوجي
(لاعبين اثنين مقابل اثنين اخرين)
رجال ونساء

اللعب المختلط
لاعب ولاعبة مقابل لاعب
(ولاعبة)
رجال ونساء

الاعداد الخططي في لعب كرة التنس

الاعداد الخططي هي التصرفات التي ينفجها اللاعبين في الملعب وفي حالي الدفاع والهجوم

وايضا

هي واجبات حركية لتحقيق هدف مطلوب

والهدف من هذه الخطط هي

استغلال نقاط ضعف المنافس

والضغط على المنافس

الاستفادة من القدرات الفنية والبدنية والنفسية

اختيار خطط مناسبة وحسب موقف اللعب وحسب ارضيات ونوعيات الملعب

ضرورة التنوع والتغيير في الخطط واستعمال المناسب عند الضرورة

الاعداد الخططي في لعب كرة التنس

انواع اللعب في الملعب

- اللعب الدفاعي والهجومى
- اللعب في الساحة الخلفية وقرب الشبكة

انواع اللعب في الملعب

- اللعب الهجومي
- لاعبوا الارسل والضربات الطائرة

انواع اللعب في الملعب

- اللعب الدفاعي
- لاعبوا الساحة الخلفية