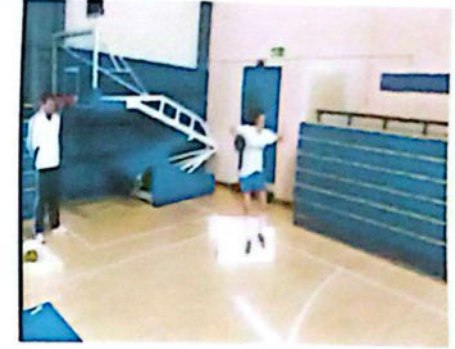


بطارية اختبار في كرة اليد

التنسيق بين مجموعة من المهارات في كرة اليد:

- التصويب من الجناح.
- التنسيق بين الأقدام. (من اليمين و اليسار)
- التنسيق بين حركة الرجلين مع المراوغة بين الأقدام.
- الجري من الجناح مع الاستقبال والارتقاء إلى الأعلى مع التسديد إلى المرمى

قسم النشاط
الرياضي المكيف

أ.د. / صديقي
عبد الوهاب