

فہرستی و کتابت

obeikandi.com

الصفحة

الموضوع
مقدمة

١	تمهيد
٤	إصطلاحات ورموز

البَابُ الْأَوَّلُ

الاستلام والتمرير

٧	أهمية الاستلام والتمرير
٨	استلام الكرة
١٠	الاحتفاظ بالكرة
١١	تمرير الكرة
١٧	أنواع التمرير
	تدريبات على الاستلام والتمرير
٢٢	في المكان ومن الثبات
٣١	مع تغيير الأماكن

البَابُ الثَّانِي

التصويب

٦١	التصويب
٦٢	العوامل المؤثرة في التصويب
٦٢	الإرتخاء
٦٣	الثقة

المفصلة	الموضوع
٦٥	الاداء الميكانيكى السليم
٧٦	التوازن
	تدريبات على التصويب فى السلة
٧٧	من الثبات
٨٠	مع الحركة .

الباب الثالث

المحاورة

١٠١	تاريخ تطور المحاورة
١٠٣	المحاورة مهارة أساسية
١٠٥	تعلم المحاورة
١٠٨	تصنيف المحاورة .
١٠٩	تدريبات على المحاورة

الباب الرابع

الارتكاز

١٣٩	الارتكاز
١٤١	تعلم مهارة حركة الارتكاز
١٤٣	تدريبات على حركات الارتكاز

الباب الخامس

حركات الخداع

١٦١	حركات الخداع
١٦٢	التدريب على حركات الخداع

الصفحة	الموضوع
	تدريبات على حركات الخداع
١٦٣	أثناء التمرير وقبيل استلام الكرة
١٦٨	قبل المحاورة وأثناءها
١٧٢	لتصويب الكرة
١٧٤	للبرور

الباب السادس

كرة السلة في المجالين الأولمبي والدولي

١٨٣	كرة السلة لعبة أولمبية
١٨٤	دورة برلين الأولمبية سنة ١٩٣٦
١٨٥	دورة لندن الأولمبية سنة ١٩٤٨
١٨٨	دورة هلسنكي الأولمبية سنة ١٩٥٢ ولقاء المتنافسين
٢١٣	قبل ملبورن — في البرازيل
٢١٦	كرة السلة وراء المحيط
٢٢١	بطولة العالم في شيل سنة ١٩٥٩
٢٣٠	نتائج مباريات الألعاب الأولمبية
٢٤١	المراجع

دار النجاح للطباعة — اسكندرية
٩ شارع كلية الطب ت ٢٢٤٩٤