



# ما هي الكرة الطائرة؟ شاركوا

## ما الدافع وراء لعب الكرة الطائرة؟



وهي تبعث على  
المرح والبهجة!



الرياضة تحسن  
مستويات الأطفال  
في المدرسة



أي شخص  
يمكنه اللعب



الكرة الطائرة هي الرياضة  
رقم واحد للنساء والبنات  
في أستراليا

## ما الذي تحتاجينه للعب الكرة الطائرة؟



الحماس



أحذية للجري  
وملابس مريحة  
لعمل التمرينات

## أين يمكنك لعب الكرة الطائرة؟

لمزيد من المعلومات اتصلي بـ

[media.netballact.com.au](http://media.netballact.com.au) or  
[play.netball.com.au](http://play.netball.com.au) أو زوري

## ما الفوائد التي تجني من لعب الكرة الطائرة؟



بث الثقة  
الثقة بالنفس



لعب جماعي  
اللعب معاً،  
والعمل معاً



الصحة  
تحافظ على  
لياقتك وصحتك



التآلف الاجتماعي  
تكوين صداقات جديدة

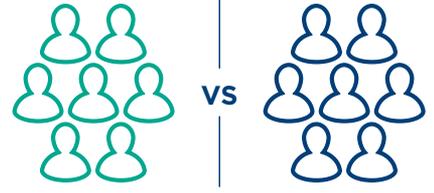
## ما هي الكرة الطائرة؟



وجميع الالعاب لهن مواقع  
مختلفة ويتقيد هذا الموقع بمناطق  
محددة في الملعب



الهدف الذي يسجل  
يعادل نقطة واحدة



الكرة الطائرة هي رياضة  
يلعبها فريقان يتكون  
كل منهما من 7 لاعبات



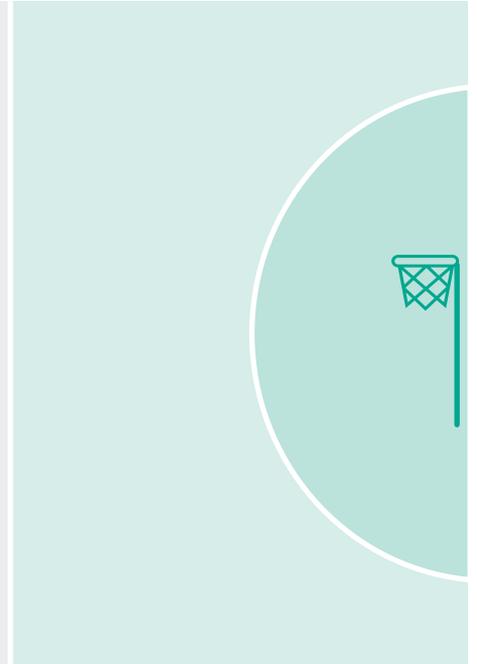
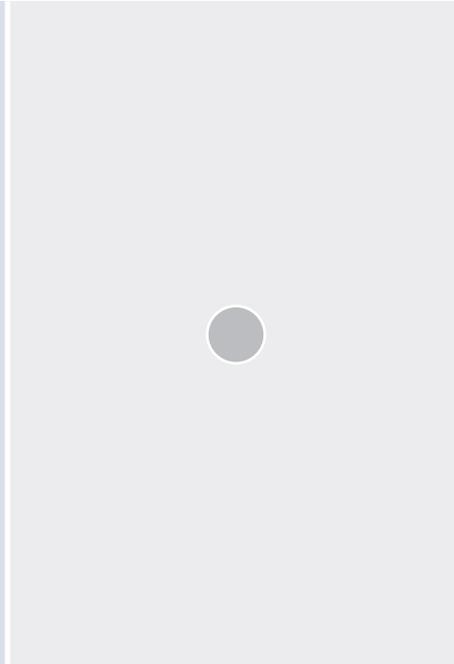
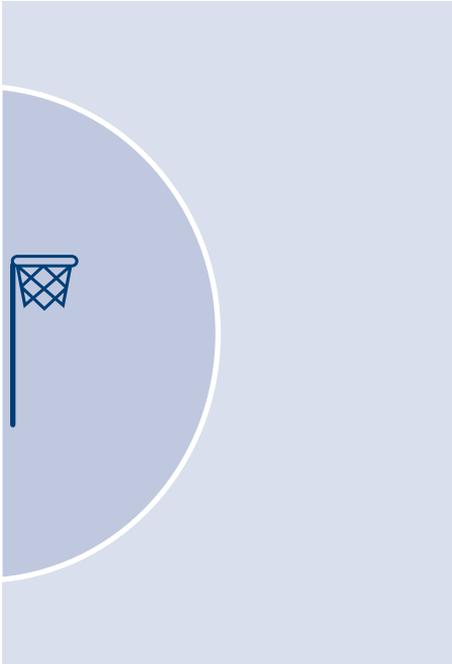
ولا يمكن للاعبات  
الجري بالكرة



لا يسمح باللامسة - قفي  
على بعد 3 أقدام من  
اللاعبة المواجهة



اللاعبة التي معها الكرة يمكنها  
الإمساك بها لمدة لا تزيد  
عن 3 ثواني قبل تمريرها  
إلى لاعبة أخرى



امسحي رمز الاستجابة السريعة (QR)

لمشاهدة فيديو يتناول مقدمة عن الكرة الطائرة

