

الهجوم في كرة السلة

الدفاع الفرقي

المقصود بالدفاع الفرقي هو لك الدفاع الذي يساهم في تنفيذه وادائه لاعبو الدفاع الخمسة ويكونون مسؤولين مسؤولية جماعية ومشاركة في تنفيذ اسسه . كما انه ذلك الدفاع الذي يساعد على تغطية النقص في المهارات الدفاعية لدى بعض اللاعبين من خلال العمل الجماعي المشترك .

هناك ثلاثة انواع اساسية من الدفاع الفرقي :

Zone Defense

1- دفاع المنطقة

Man to Man Defense

2- دفاع رجل لرجل

Combination Defense

3- الدفاع المختلط

ان استخدام اي نوع او التغير من استخدام اي نوع دفاعي الى آخر يتم طبقا الى :

1- مدى قابلية وخبرة الفريق المنافس المهاجم

2- مدى قابلية وخبرة الفريق الدفاعي

3- معرفة وخبرة المدرب

4- طول فترة السباقات

5- فترة التدريب على اي نوع خلال موسم الاعداد

6- الاسس المتوفرة لدى الفريق في استخدام اي نوع من انواع الدفاع

7- ظروف المباراة (3)

ان الغرض الرئيسي من هذا الفصل هو ليس لمعرفة اي نوع من هذه الانواع الدفاعية الثلاثة افضل ، وانما التطرق لهذه الطرق الدفاعية وتقسيماتها لمعرفة اسسها في كيفية الاستخدام بالشكل الذي يساعد المدرب على اختيار تلك الطريقة الدفاعية التي تتناسب مع فريقه و لأجل مجابهة الفريق المهاجم والسيطرة على المباراة .

دفاع المنطقة :

ان الهدف الرئيسي من هذا النوع من الدفاع ، هو كل مدافع مسؤول عن منطقة محددة من منطقة الدفاع . وان على الفريق المدافع ان يتحرك كوحدة منسجمة ومتناسقة طبقا لحركة الكرة اولاً ثم المنافس ولكون هذا النوع من الدفاع يستخدم عندما تكون نسبة التصويب للمنافس من المناطق البعيدة ضعيف نسبياً ويعتمد على التصويب القريب والقطع ، فيجب الاعتماد على اولئك المدافعين

الذين يتميزون بالحركات السريعة والتغطية الصحيحة للمناطق الدفاعية لأجل تغطية بعض مساويء المدافعين ان كانوا ضعاف او قلة الحركة وخصوصا من قبل لاعبي الارتكاز في حالة تعبهم او وضعهم بالقرب من الهدف لغرض تأمين استلام والسيطرة على الكرات المرتدة .

محاسن الطريقة :

- 1- ان دفاع المنطقة فعال جدا للبدء بالهجوم السريع المضاد
- 2- لكون المدافعين يلعبون في المناطق القريبة من الهدف ، فانه يساعد بالسيطرة على الكرات المرتدة .
- 3- دفاع المنطقة يخفي عيوب اللاعبين الفردية
- 4- دفاع المنطقة هو دفاع فرقي ، لذلك فعندما يكون هناك تفوق عددي من قبل المنافس ، زميل المدافع لقرب موقعه يستطيع القيام بالمساعدة والتغطية بسهولة .
- 5- دفاع المنطقة سهل من عملية اتمام الدفاع المزدوج .
- 6- دفاع المنطقة فعال ضد التصويب القريب والقطع .
- 7- دفاع المنطقة يطور قابلية المدافع على التوقع الصحيح للمناولات ثم محاولة قطعها .
- 8- دفاع المنطقة يقلل من فرص حدوث الاخطاء الشخصية .
- 9- دفاع المنطقة فعال ضد التصويب من منطقة او مناطق الارتكاز .
- 10- دفاع المنطقة فعال للعب ضد فريق يعتمد في هجومه على لاعبي الارتكاز .
- 11- تستخدم في بداية المباراة كأستكشاف لمعرفة قوة وضعف وتكتيك الفريق المنافس اثناء الهجوم .

مساويء الطريقة :

- 1- دفاع المنطقة يعطي فرص كثيرة للمنافس لغرض التصويب من الخارج ومن المناطق البعيدة .
- 2- دفاع المنطقة معرض للهجوم بالتفوق العددي مهاجمان ضد مدافع واحد في منطقة من مناطق الدفاع مثلا .
- 3- دفاع المنطقة معرض للهجوم ضده من منطقة الارتكاز او الوسط اذا كانت غير مغطاة .
- 4- دفاع المنطقة يميل الى حدوث التكاثر والارتخاء عند اللاعبين المدافعين .
- 5- دفاع المنطقة يعطي فرصة للفريق المنافس بتنفيذ الهجوم السريع لأحتياجه الى وقت لتنظيمه وتكوينه

6- استخدام دفاع المنطقة غير جيد للفريق المهزوم بفارق قليل من الاهداف في الدقائق الاخيرة من المباراة .

اسس دفاع المنطقة :

- 1- على اللاعب المدافع عند ايجاد منافس مع كرة في منطقته ، ان يدافعه بضغط قوي مع اهمال اي مهاجم آخر في منطقته .
- 2- عند عدم وجود اي مهاجم في منطقة المدافع ، على المدافع ان يتحرك للجهة التي فيها أكثر من منافس لغرض مدافعة المنافس الآخر لزميله .
- 3- عندما يجد المدافع بأن هناك اكثر من منافس في منطقته وليس مع أي منهم كرة ، عليه مدافعة المهاجم القريب من الكرة (4) .
- 4- على المدافع ان يحفظ يديه وذراعيه على الاقل بمستوى الكتف في دفاع المنطقة مع اثناء قليل في الكرتين واخذ مساحة واسعة بين القدمين (أكثر من دفاع رجل لرجل) لغرض اعاقاة التصويب ، اجبار المهاجم على اعطاء مناولة بقوس مما يسهل قطعها او اعاقتها او اجبار المهاجم على الطبطبه بقوس بعيداً عن الهدف .
- 5- على اللاعب الدافع الا يسمح للمهاجم بالقطع من جانبه باي حال من الاحوال .
- 6- بعد التصويب ، على المدافع ان يعيق حركة المهاجم في منطقته ثم التحرك باتجاه الكرة لغرض السحب
- 7- على المدافع ان يتحدث مع زملائه لمساعدتهم على معرفة ما يجري في مناطقهم .
- 8- لأجل نجاح المدافعين في تغطية مناطقهم الدفاعية والنجاح في اعاقاة التصويب ، يجب ان تكون حركاتهم كوحدة متكاملة ومتناسقة ومنسجمة .
- 9- بما ان في دفاع المنطقة ، على المدافعين التركيز على الكرة أولاً وبشكل خاص على اللاعب مع الكرة ، على المدافعين ايضاً ان يعطوا أهتمام ويكثرون واعيّن لوضعية خصومهم الاخرين بدون كرة ومراقبة تحركاتهم لكي ينجحوا في مراقبة الكرة والخصوم في وقت واحد مع تغطية مناطقهم الدفاعية .

واجبات اللاعب في دفاع المنطقة :

- 1- الدفاع عن منطقته – يجب تغطية منطقته الدفاعية تغطية كاملة ومنع المنافس من التصويب منها او القطع او استلام الكرة .
- 2- مراقبة الكرة اولاً ثم المنافس ثم مجريات اللعب المختلفة .

3- المساعدة والتغطية - على المدافع التحرك لغرض مساعدة زملائه في حالة عدم وجود كرة في منطقتهم لغرض مساعدة الزميل الضعيف ، لغلق الفجوات ومنع تسلل الكرة والخصوم ، ولمدافعه منافس اذا كان هناك أكثر من منافس في منطقة دفاعية اخرى مع الحفاظ على تغطية منطقتهم .

4- الاشتراك في تشكيل مثلث السحب لغرض تأمين السيطرة على الكرات المرتدة .

5- التهيأ للسيطرة على الكرات الطائشة .

6- التهيأ لتنفيذ الهجوم السريع أولاً .

مزايا لاعب الدفاع :

1- لاعبا الامام يكونان قصارا نسبيا ويتميزان بالصفات التالية :

أ- سرعة الحركة .

ب- القدرة على التغطية .

ج- ذو لياقة بدنية عالية .

د- اجادة المهارات الهجومية (مسك واستلام الكرة ، المناولات ، الطبطبة ، التصويب ، الخداع الخ .

هـ- القدرة على خطف الكرات .

و- القدرة على تنفيذ الهجوم السريع .

ز- المساهمة في تشكيل مثلث الحجز لغرض السيطرة على الكرات المرتدة .

ح- ذورد فعل سريع .

2- لاعبو الخلف والوسط يكونون طوال القامة ويتميزون بالصفات التالية :

أ- المهمة الاساسية تشكيل مثلث السحب لغرض السيطرة على الكرات المرتدة .

ب- منع التصويب من داخل منطقة الدفاع .

ج- السيطرة على لاعب او لاعبي الارتكاز المهاجمين .

د- منع المنافس من القطع عن طريق غلق منافذ القطع .

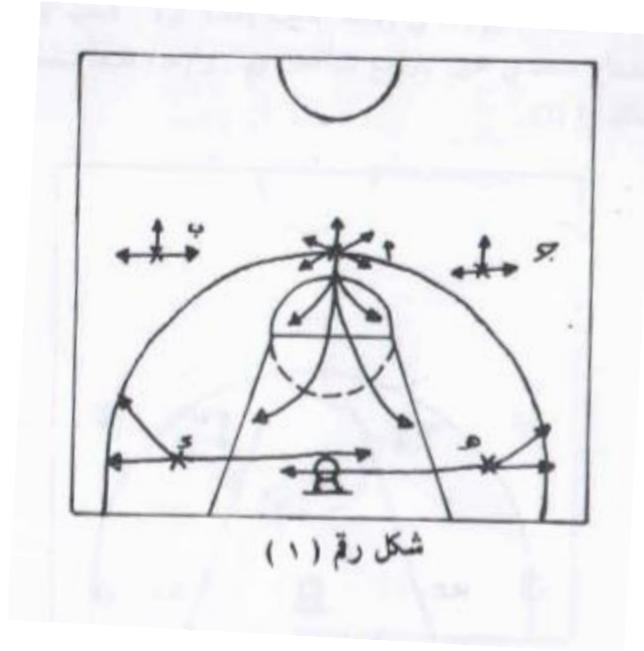
هـ- منع المناولات داخل منطقة الدفاع .

انواع دفاع المنطقة :

ان تشكيلات دفاع المنطقة جاءت تسميتها من وقفة المدافعين في المناطق الدفاعية المخصصة لهم والتي جاءت ايضا لغرض التوزيع في هذه التشكيلات لمواجهة حالات الهجوم المختلفة ضد دفاع المنطقة لغرض السيطرة واعاقه نوع الهجوم المختار .

(1) طريقة 2-3

في هذا النوع من دفاع المنطقة يقف ثلاثة لاعبين في الصف الامامي ولاعبان في الخلف وتستخدم هذه الطريقة عموماً ضد فريق مهاجم يلعب بوسط متقدم امامي ، كما في شكل رقم (1) .



نقاط القوة :

- 1- يقلل من امكانية التصويب من الخارج وخصوصاً من الامام ، منطقة الوسط ، الجناحان والزوايا .
- 2- يعطي امكانية جيدة لتنفيذ الهجوم السريع .
- 3- جيدة ضد القطع من الامام .
- 4- ثلاثة لاعبين في الامام تسهل من عملية استخدام الدفاع المزدوج او الضغط ضد المنافس مع الكرة .

نقاط الضعف :

- 1- يقلل من فرص السيطرة على الكرات المرتدة (الا اذا انسحب لاعب الوسط الامامي الى وسط منطقة الدفاع)
- 2- يزيد من صعوبة الدفاع ضد الزوايا .
- 3- يزيد من الضغط على المدافعين الخلفيين باستخدام هجوم التفوق العددي (5) .
- 4- ضعيفة لتغطية منطقة الرمية الحرة في حالة تقدم المدافع الاوسط الامامي ابعد من قوس الرمية الحرة
- 5- المنطقة الوسطى للدفاع المنطقة تكون مفتوحة نوعا ما .

مواصفات اللاعبين في هذه الطريقة :

أ- لاعب الوسط الامامي (أ) أهم صفاته هي : أن يكون قويا وشديداً ، ذا رد فعل سريع ، شجاع ، ذا ثقة بنفسه وذا خبرة واسعة لكون مسؤوليته متعددة واهمها حماية منطقة الرمية الحرة وتنفيذ الهجوم السريع المضاد بالتوجه على خط مستقيم من منطقتيه باتجاه هدف المنافس عند شروع زملاءه بعملية سحب الكرة والسيطرة عليها .

ب- لاعبا الزوايا (ب) و (ج) مسؤولان عن :

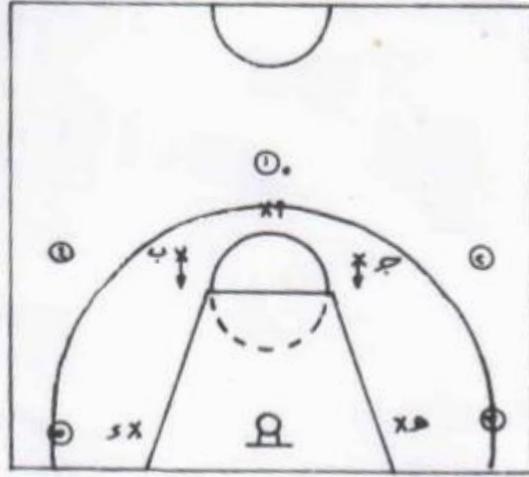
- 1- المنطقة الامامية للدفاع .
 - 2- جوانب منطقة الدفاع .
 - 3- زوايا منطقة الدفاع ، عند تراجع لاعبا الخلف تحت السلة .
 - 4- منطقة الرمية الحرة .
 - 5- التهيؤ للسيطرة على الكرات المرتدة حول دائرة الرمية الحرة .
- ان تعدد واجبات هؤلاء المدافعين تتطلب منهم القوة والشدة ورد الفعل السريع .
- 6- التهيؤ لقيادة الهجوم السريع عند سيطرة الفريق على الكرة .
- ج- لاعبا الخلف (د) و (هـ) مسؤولان عن :

- 1- سحب الكرات المرتدة من الهدف .
- 2- اعاقا المهاجمين في مناطقهم .
- 3- المناولة للزميل وهم في الهواء ، او في لحظة مس قدميهم الارض .

4- الطبطة للخارج لغرض التخلص من حشد المنافس .

حركات اللاعبين طبقاً لحركة الكرة :

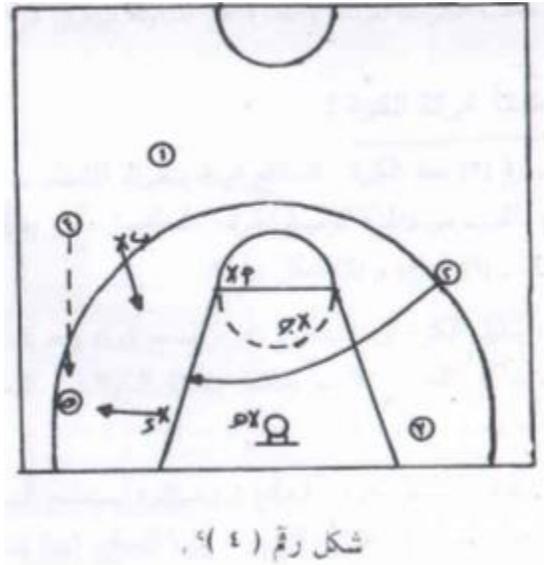
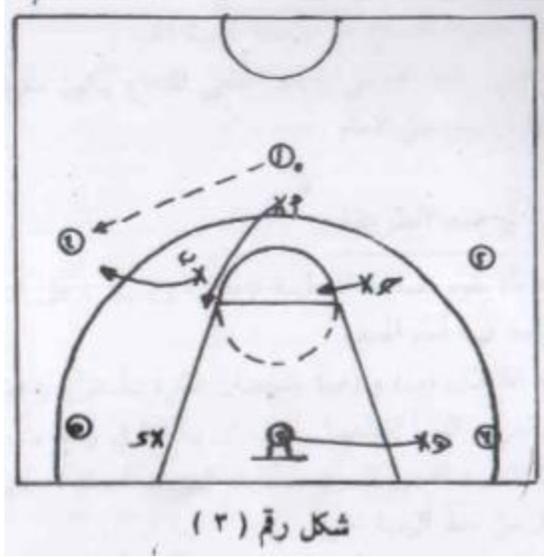
اللاعب المهاجم رقم (1) في وسط الملعب ومعه كرة . لاعب الدفاع الوسط (أ) يتحرك للدفاع ضده في حين يتراجع المدافعان (ب) و (ج) قليلاً لتغطية منطقة الرمية الحرة ، شكل رقم (2)



شكل رقم (2)

اللاعب المهاجم رقم (1) يناول الكرة الى زميله رقم (4) . لاعب الدفاع الايسر (ب) يتحرك لمدافة المهاجم رقم (4) بينما يتراجع اللاعبان المدافعان (أ) و (ج) للخلف .

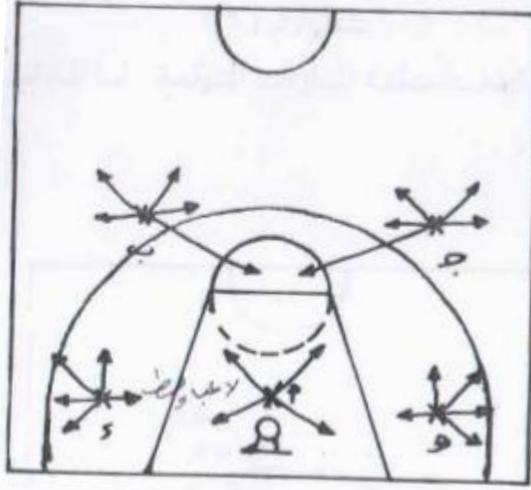
هـ- يتحرك للجانب الايسر من الملعب وتحت السلة تقريباً ، شكل رقم (3)



اللاعب المهاجم رقم (4) يناول الكرة الى زميله رقم (5) . في لحظة استلام اللاعب رقم (5) الكرة ، المدافع (د) يتخذ الوضع الدفاعي القريب من المهاجم والمدافع (ب) ينسحب للخلف عدة خطوات لتوقع المناولة الى المهاجم رقم (4) او رقم (2) . المدافع (هـ) يبقى في مكانه في الجانب الايسر من الملعب وتحت السلة تقريبا ، شكل رقم (4)

طريقة 2-3 :

في هذا النوع من دفاع المنطقة يقف لاعبان في الصف الامامي وثلاثة لاعبين في الصف الخلفي تستخدم هذه الطريقة عموماً ضد فريق يلعب بوسط متأخر عميق شكل رقم (5)



شكل رقم (٥)

نقاط القوة :

- 1- جيدة لغرض تأمين السيطرة على الكرات المرتدة .
- 2- جيدة ضد الوسط العميق (6)
- 3- جيدة ضد القطع .
- 4- جيدة لتنفيذ الهجوم السريع لوجود ثلاثة لاعبين تحت السلة لغرض السحب مما يعطي المجال للاعبين الاماميين للانطلاق للامام .
- 5- جيدة ضد التصويب البعيد من الزوايا وجوانب الملعب .
- 6- يوفر تغطية جيدة حول جميع المناطق الدفاعية .

نقاط الضعف :

- 1- منطقة الرمية الحرة التغطية فيها ضعيفة .
- 2- معرضة للهجوم عن طريق الهجوم بوسط امامي .
- 3- معرضة للهجوم بالتفوق العددي من منطقة الرمية الحرة .
- 4- المنطقة الجانبية بين الخط الامامي والخط الخلفي للدفاع يكون معرضاً للهجوم .
- 5- معرضة للتصويب البعيد من الامام .

مواصفات اللاعبين في هذه الطريقة :

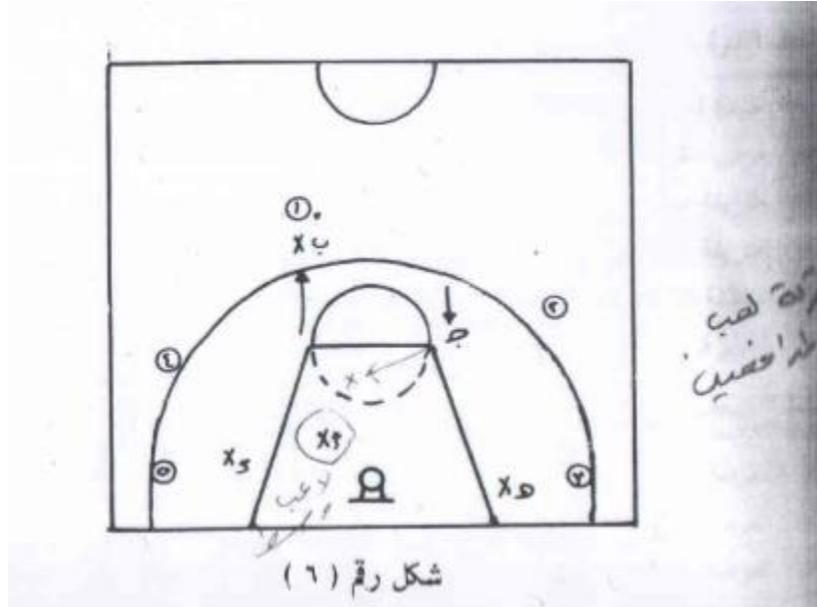
أ- اللاعب المدافع (أ) يقوم بعملية التغطية لزملائه والسيطرة على المنطقة الضيقة والصغيرة المتواجد فيها أمام الهدف .

ب- لاعبا الامام - اللاعبين (ب) و (ج) يتابعان الكرة باستمرار واجبار المنافس على المناولة بسرعة لغرض التهيا لقطعها . يجب ان يكونا في وضع نشط لأي فرصة ممكن استغلالها لتنفيذ الهجوم السريع باتجاه الفريق المضاد . عليهما ايضا عدم الانسحاب أكثر من خط الرمية الحرة .

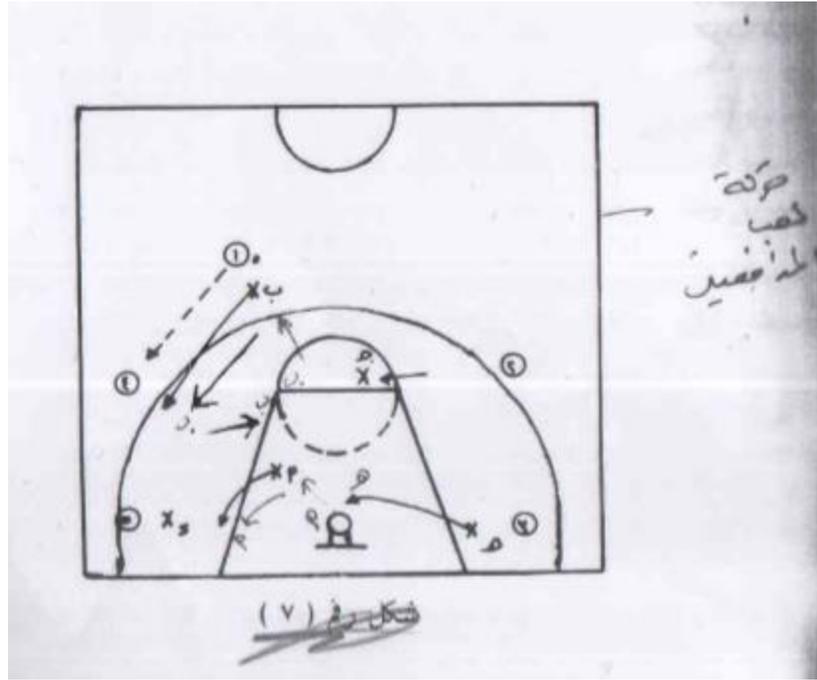
ج- لاعبا الخلف - اللاعبين (د) و (هـ) يكونان غالبا ابطئ اللاعبين تحركا ، عليهم حماية المنطقة الدفاعية من الجانب والزوايا لغرض اعاقا التصويب . الحجر لغرض السيطرة على سحب الكرات المرتدة والقدرة على المناولة للزميل من أية زاوية .

حركة اللاعبين طبقا لحركة الكرة :

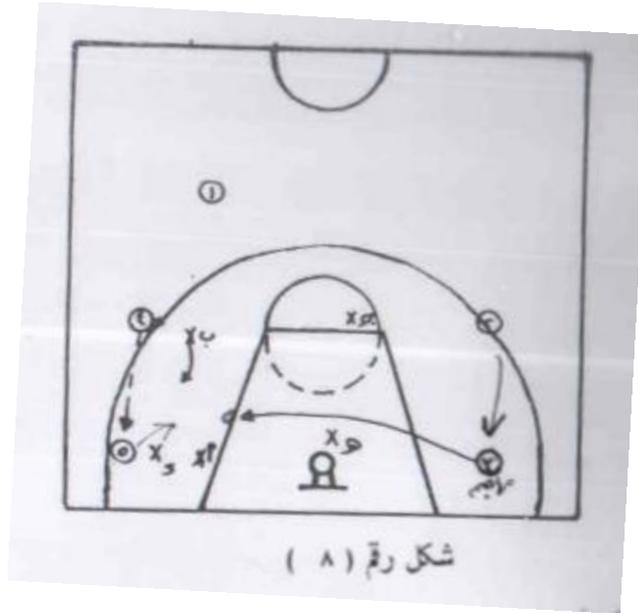
اللاعب المهاجم رقم (1) معه الكرة . المدافع (ب) يتحرك للامام للدفاع ضده ، المدافع (ج) ينسحب بالقرب من دائرة الرمية الحرة ، المدافعون (أ) و (هـ) و (د) يبقون في مكانهم لمراقبة المهاجمين (3) و (4) و (5) شكل رقم (6) .



اللاعب رقم (1) يناول الكرة الى زميله رقم (4) . المدافع (ب) يتحرك باتجاه الكرة المدافعان (أ) و (هـ) يتحركان للجانب الايسر لمدافة منطقة المناولات . المدافع (د) يبقى في مكانه وكذلك المدافع (ج) ، شكل رقم (7)



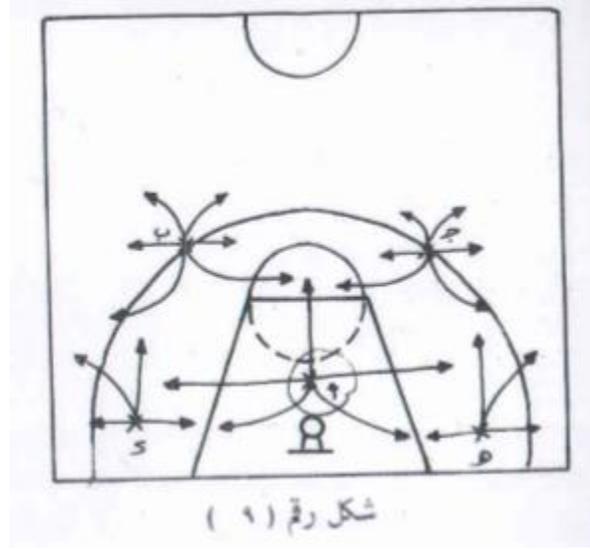
اللاعب المهاجم رقم (5) يستلم الكرة . المدافع (د) مباشرة يستخدم الدفاع القريب منه ، المدافعان (أ) و (هـ) انب الایسر ، بينما المدافع (ب) ينسحب للخلف قليلاً عدة خطوات لتغطية منطقة المناولات المتوقعة . اما المدافع (ج) فيبقى في مكانه ، شكل رقم (8) .



طريقة 2-1-2 :

ان هذا النوع من دفاع المنطقة وجد من قبل المدرسين لأجل تلافي العيوب الموجودة في طريقتين 3-2 و 2-3 الدفاعيتين . في هذا النوع من دفاع المنطقة ، يقف لاعبان في الصف الامامي ، لاعب في الوسط

، لاعبان في الخلف ، تستخدم عموماً ضد فريق يلعب بوسط على جانبي خطوط الرمية الحرة . شكل رقم (9)



نقاط القوة :

- 1- جيدة لغرض السيطرة على سحب الكرات المرتدة .
- 2- فرص تنفيذ الهجوم السريع جيدة .
- 3- طريقة فعالة ضد التصويب من داخل منطقة الدفاع والقطع .
- 4- طريقة فعالة ضد الفريق المهاجم بوسط واحد . وذلك بوجود لاعب في وسط منطقة الدفاع ولاعبين للخلف تجعل من الصعوبة على لاعب الارتكاز المهاجم من ايجاد فرصة جيدة وسهلة للتحرك والتصويب (7)

نقاط الضعف :

- 1- معرضة للتصويب من الخارج
- 2- معرضة للهجوم من الزوايا ومن امام دائرة الرمية الحرة .
- 3- معرضة للهجوم بطريقة التفوق العددي مثلاً الهجوم بوسطين .
- 4- انفتاح المساحة من الجانبين تعطي فرصة للتصويب منها .

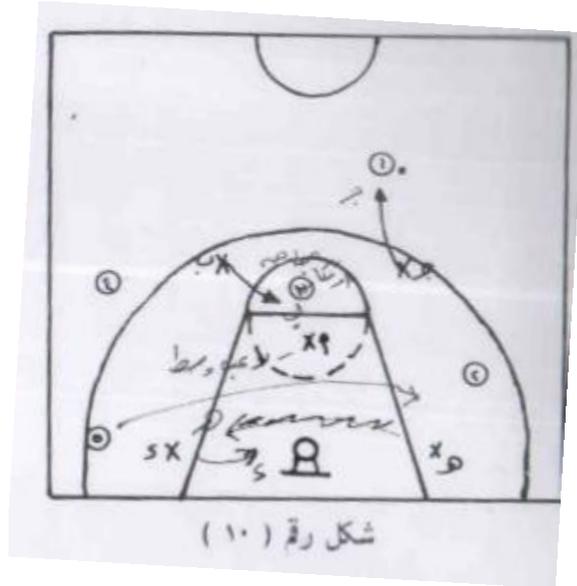
مواصفات اللاعبين في هذه الطريقة :

لاعب الوسط (أ) مسؤول عن منطقة الرمية الحرة ، جوانب منطقة الدفاع ، واكمال مثلث الحجز لغرض سحب الكرات المرتدة . انه تقريبا أطول لاعب في الفريق ويقوم بعملية التغطية لزملاءه المدافعين الاربعة . لاعبا الامام (ب) و (ج) اقوى واسرع لاعبي الفريق ومهمتهم الاساسية ابعاد لاعبي الهجوم المتأخرين للانسحاب للخلف .

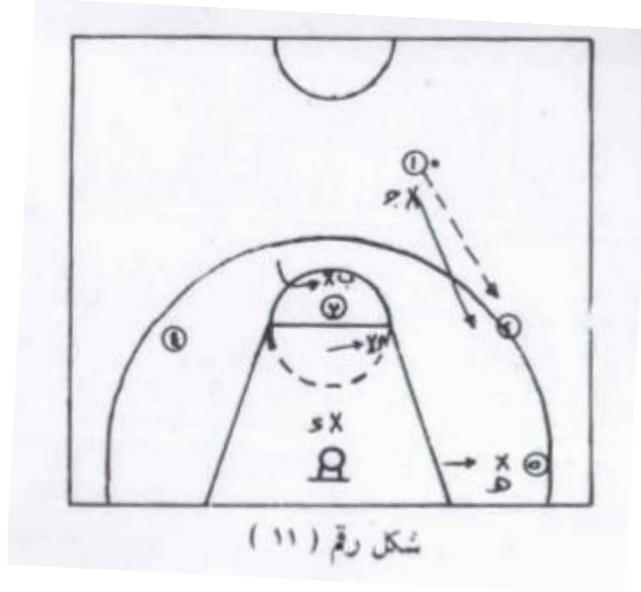
لاعبا الخلف (د) و (هـ) - يجب ان يكونا ذا سرعة لابأس بها ، السيطرة على منطقة الرمية الحرة والزوايا والسيطرة على سحب الكرات المرتدة .

حركات اللاعبين طبقا لحركة الكرة :

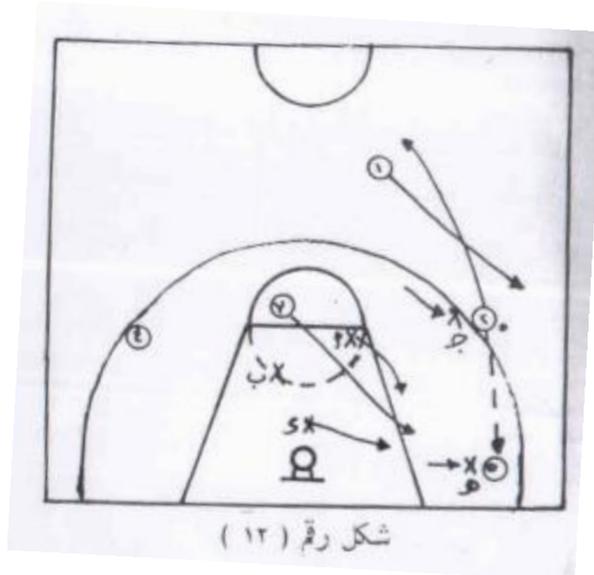
اللاعب المهاجم رقم (1) معه الكرة . على المدافعين (ب) و (ج) ان يحددا من يدافع هذا اللاعب ويفضل ان يدافعه اللاعب القريب من جهته ، شكل رقم (10) .



اللاعب المهاجم رقم (1) يناول الكرة الى زميله رقم (2) ، المدافع (ج) يتحرك لمدافعته ، المدافع (ب) و (أ) يتحركان لأتخاذ وضعية لأعاقاة المناولة الى لاعب الارتكاز المهاجم والمدافع (هـ) يتحرك للتقرب من المهاجم رقم (5) واعاقاة المناولة له . اما اللاعب المدافع (د) فعليه التحرك للجانب الايمن ليكون تحت السلة تقريبا ، شكل (11)

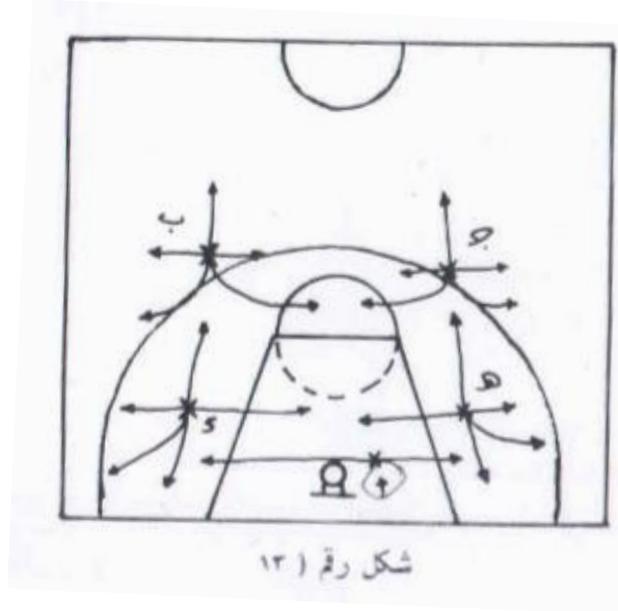


اللاعب المهاجم رقم (2) يناول الى زميله رقم (5) . المدافع (هـ) يتحرك قريبا من المهاجم رقم (5) المدافع (ج) ينسحب للخلف خطوتين او ثلاثة ويبقى نشطا لمحاولة اعاقاة المناولة الى المهاجم رقم (1) ، بينما المدافعان (أ) و (د) يستخدمان الدفاع المزدوج ضد لاعب الارتكاز المهاجم ، شكل رقم (12)



طريقة 1-2-2 :

في هذا النوع من دفاع المنطقة يقف لاعبان في الصف الامامي ، لاعبان في منتصف مسافة منطقة الدفاع واللاعب الخامس في وسط منطقة الدفاع وخلف اللاعبين جميعا اي الخط الدفاعي الثالث ، تستخدم عموماً هذه الطريقة ضد فريق يلعب بوسط متأخر عميق متحرك ، شكل رقم (13) .



نقاط القوة :

- 1- جيدة ضد التصويب نتيجة القطع .
- 2- يقلل من فعالية لاعب الارتكاز المهاجم .
- 3- جيدة ضد التصويب من الامام .

نقاط الضعف :

- 1- قليلة الفعالية للسيطرة على سحب الكرات المرتدة .
- 2- معرضة للهجوم من الزوايا .
- 3- غير فعالة اذا كان الفريق المهاجم بجميع لاعبيه يجيدون التصويب من خارج منطقة الدفاع .

مواصفات اللاعبين في هذه الطريقة :

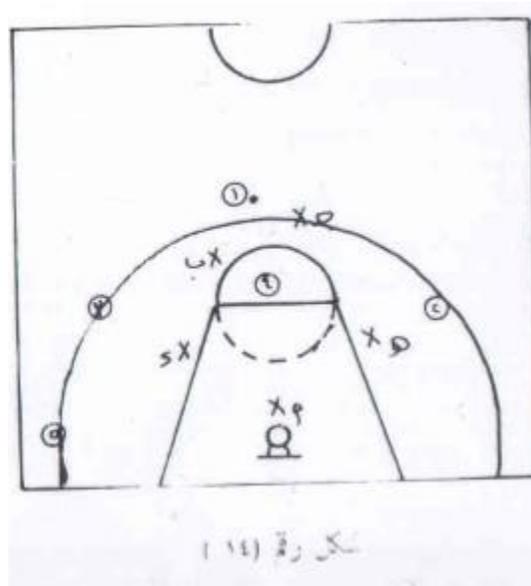
لاعب الوسط (أ) - أطول لاعبي الفريق ويجيد السحب ، يحمي الهدف ضد اللاعب القاطع ، يؤدي دور المناول الى زملائه بعد السحب او الهدف .

لاعبا وسط المنطقة (د) و (هـ) دورهما هو :- المساعدة لسحب الكرات ، حماية الهدف ، منطقة الرمية الحرة ، جوانب منطقة الدفاع .

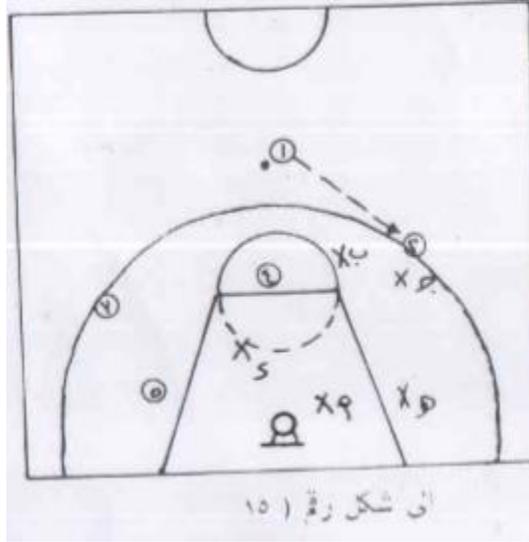
لاعبا الامام (ب) و (ج) يتصفان بسرعة التحرك لكونهما مسؤولين عن مدافعة التصويب من الامام ومن جانب منطقة الدفاع وكذلك تنفيذ الهجوم السريع المضاد .

حركات اللاعبين طبقاً لحركة الكرة :

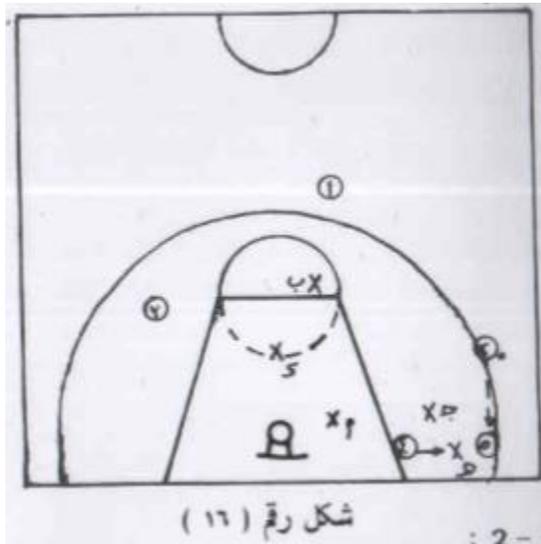
اللاعب المهاجم رقم (1) معه الكرة ، لاعب الدفاع (ب) و (ج) عليهما عدم التحرك للامام لمسافة بعيدة لمدافعة التصويب البعيد وانما يجب ان يبقيا في حالة حركة نشيطة لمنع الطبطبة والقطع باتجاه الهدف او المناولة ، شكل رقم (14) .



اللاعب المهاجم رقم (1) يناول الكرة الى اللاعب رقم (2) الذي يكون في منطقة التصويب ، فهنا يدافع من قبل المدافع (ج) مع انزلاق المدافع (د) قليلا للامام شكل رقم (15) .

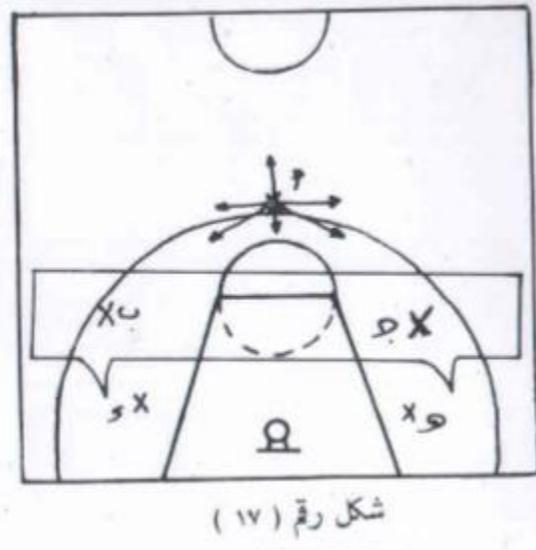


اللاعب المهاجم رقم (2) يناول الكرة لزميله رقم (5) . لكون اللاعب رقم (5) في منطقة يمكن التصويب منها ، فالمدافع (هـ) عليه التحرك لمدافعته من قرب ، المدافع (ج) ينسحب عدة خطوات للخلف ، ويبقى نشطا ضد احتمال أكمال المناولة الى اللاعب رقم (2) مرة ثانية شكل رقم (16) .



طريقة 1-2-2 : 2-2-1

في هذه الطريقة يقف لاعب أمام دائرة الرمية الحرة ، لاعبان قريبان من خط الرمية الحرة ولاعبا الخلف قريبان من منطقة الهدف ، تستخدم هذه الطريقة عموماً ضد فريق يلعب بدون وسط شكل رقم (17) .

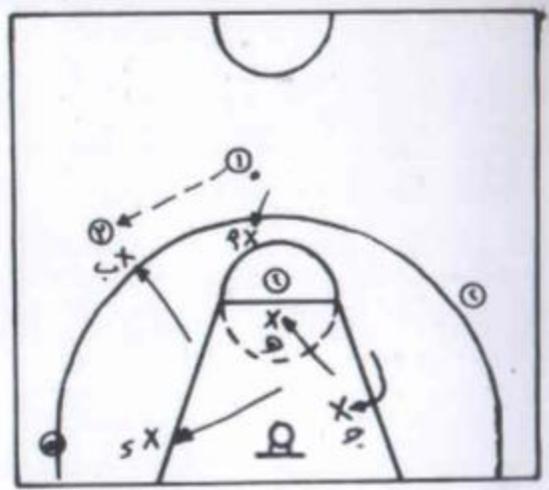


نقاط القوة :

- 1- فعال ضد فريق لديه ثلاثة مهاجمين للامام .
- 2- فعال للسيطرة على سحب الكرات المرتدة .
- 3- فعال ضد التصويب من الخارج .
- 4- فعال ضد اللاعب الممون للفريق المنافس اذا كان ذا مستوى عالٍ .

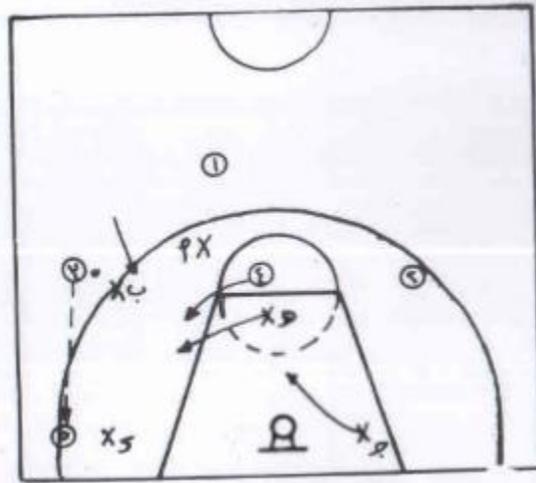
نقاط الضعف :

- 1- غير فعال ضد التصويب من الزوايا .
- 2- الدفاع معرض للهجوم من جهة المدافع الغير جيد في السحب .



شكل رقم (١٩)

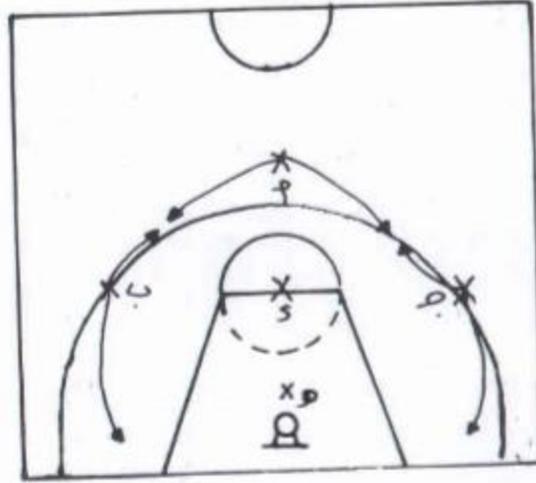
اللاعب المهاجم رقم (3) يناول الى زميله رقم (5) ، المدافع (د) يدافع اللاعب رقم (5) والمدافع (هـ) يحاول منع المناولة الى المهاجم رقم (4) اثناء تحركه باتجاه الهدف . المدافع (ب) يأخذ خطوات للخلف باتجاه الهدف لغرض توفير المساعدة في منطقة التصويب ، شكل رقم (20)



شكل رقم (٢٠)

طريقة 1-3-1 :

في هذه الطريقة يقف لاعب امام دائرة الرمية الحرة ، ثلاثة لاعبين بموازية خط الرمية الحرة ، واللاعب الخامس في منتصف منطقة الدفاع وبالقرب من الهدف ، تستخدم هذه الطريقة عموماً ضد فريق يلعب بوسطين . شكل رقم (21)



شكل رقم (٢١)

نقاط القوة :

- 1- فعالة ضد فريق يلعب بوسطين (امامي وعميق)
- 2- تقلل من فرص التصويب القريب .
- 3- التصويب من الجناحين صعب جدا .
- 4- فعالة ضد القطع والمناولات داخل منطقة الدفاع .
- 5- منطقة الدفاع مغلقة .

نقاط الضعف :

- 1- غير فعالة ضد التصويب من الزوايا .
- 2- فرص تنفيذ الهجوم السريع قليلة .
- 3- مثلث سحب الكرات المرتدة غير كامل .
- 4- انها قد تقود الى المدافعة بطريقة 1x1 عند تبادل المناولات بسرعة .
- 5- تقلل من فعالية الدفاع ضد التغير اماكن لاعبي الارتكاز بأستمرار .

مواصفات اللاعبين في هذه الطريقة :

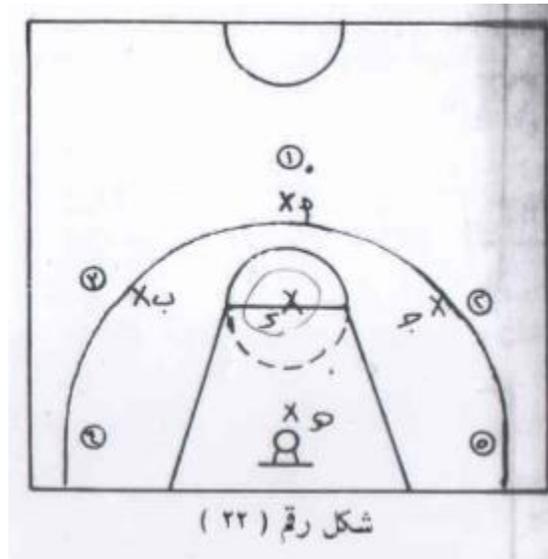
اللاعب الامامي (أ) - ليس فقط أفضل لاعبي الفريق بل أيضا لديه قابلية القيادة . مسؤول عن الكرة في المنطقة المحددة بين خط الرمية الحرة ومركز الملعب بمساعدة زملاءه القريبين منه . لاعبا الاجنحة (ب) و (ج) - المساعدة مع لاعب الامام لأستخدام الدفاع المزدوج ، قطع المناولات في مناطقهم ، السرعة ، وحماية الاجنحة مع الانسحاب للزوايا .

لاعب الوسط (د) - يمتاز بالسرعة والطول لواجباته في تغطية مساحة واسعة من منتصف منطقة التصويب والمتابعة . عليه مدافعة لاعب الارتكاز المهاجم ومنع القطع باتجاه الهدف .

لاعب الخلف (هـ) - اطول لاعبي الفريق وذو مهارة عالية لسحب الكرات المرتدة ، واحيانا يتطلب منه التحرك للزوايا لمدافعة المهاجمين في الزوايا وهنا يتطلب منه السرعة .

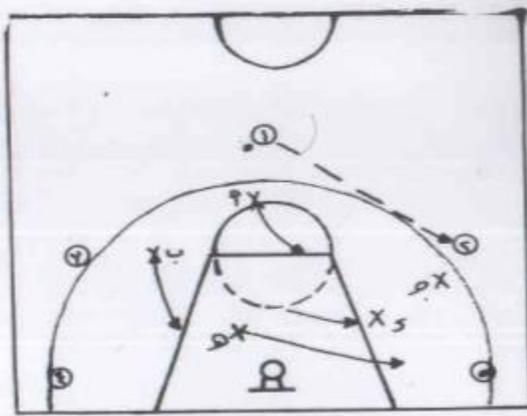
حركة اللاعبين طبقا لحركة الكرة :

اللاعب المهاجم رقم (1) معه الكرة . المدافع (أ) يدافعه ، لاعبا الاجنحة (ب) او (ج) يساعد المدافع (أ) لأداء الدفاع المزدوج او البقاء في مكانهم لعرقلة او قطع اي حركة متوقعة ، شكل رقم (22) .

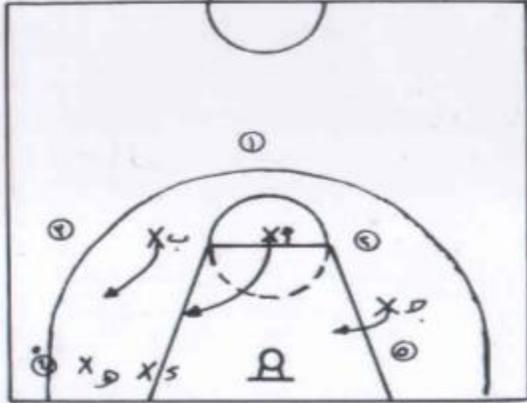


عند مناولة الكرة الى اللاعب رقم (2) ، المدافع (ج) يدافعه ، المدافع (د) يتحرك باتجاه الزاوية المدافع (ب) يتحرك للامام باتجاه السلة والمدافع (هـ) يأخذ خطوة باتجاه الزاوية ، شكل رقم (23) .

عند مناولة الكرة الى المهاجم رقم (4) ، المدافع (هـ) يدافعه ، المدافع (ب) يأخذ وضعية لتوقع المناولة مرة ثانية الى المهاجم رقم (3) وهنا المهاجم يكون مضطرا لمناولة الكرة للخلف . المدافع (أ) يكون في وضع لتوقع هذه المناولة ومحاولة قطعها . المدافع (د) يقف بين المدافع (هـ) و (ج) الذي يكون على بعد 50 سم تقريبا من امام الهدف لأجل توقع أية مناولة ومحاولة قطعها ، شكل رقم (24) .



شكل رقم (٢٣)



شكل رقم (٢٤)

دفاع رجل لرجل :

ان طريقة دفاع رجل لرجل تعتبر احدى الطرق الرئيسية والاساسية في الدفاع الفرقي بكرة السلة . وان هذه الطريقة قد نشأت وتطورت نشوء وتطور اللعبة الى ان اصبحت الطريقة الشائعة الاستخدام في الوقت الحاضر في فرق العالم المتطورة . ان هذه الطريقة تعتبر فعالة للمد من خطورة واعاقة التصويب من أي منطقة في الملعب وكذلك تعتبر مؤثرة للدفاع وعرقلة المناولات والطبطة وحركة الخصوم في الملعب .

ان الطريقة الدفاعية رجل لرجل تعني كل لاعب مسؤول مسؤولية مباشرة في الدفاع ضد لاعب منافس من الفريق المهاجم . ولأجل ان تكون هذه الطريقة فعالة مؤثرة بدرجة أكيدة فأنها تعتمد على معرفة كل لاعب في الفريق الدفاعي واجباته الدفاعية وكذلك واجبات ومهام زملائه الاربعة الاخرين .

محاسن الطريقة :

- 1- طريقة دفاعية فعالة ضد التصويب من الخارج .
- 2- اتقان هذه الطريقة الدفاعية من قبل اللاعبين تمكنهم من أجادة الطرق الدفاعية الاخرى .
- 3- المسؤولية الدفاعية في هذه الطريقة فردية مما تساعد اللاعب على بذل اقصى الجهد والمثابرة
لأعاقبة المنافس .
- 4- كثرة الحصول على فائدة تطبيق اللعب **turn Over** وذلك لكثرة الفرص الحصول على الكرات المضاد
- 5- منع الفريق المنافس من التحرك بحرية في الملعب .
- 6- تساعد على تطوير اللياقة البدنية للاعبين .
- 7- تساعد على اكتشاف نقاط الضعف لدى الفريق المنافس واستثمارها لمصلحة الفريق من ناحية المساعدة في الدفاع وزيادة فرص الهجوم وفرص التصويب .

مساوىء الطريقة :

- 1- كثرة الاخطاء الشخصية نتيجة الاحتكاك المباشر بين الدفاع والمنافس .
- 2- طريقة غير فعالة ضد القطع باتجاه الهدف من قبل لاعبي الهجوم .
- 3- طريقة غير فعالة للسيطرة على سحب الكرات المرتدة من البورد وذلك لبعده المسافة بين المدافع والهدف وخصوصا اذا كان المدافعون المكلفون بالسحب يلعبون خارج منطقة الدفاع .
- 4- غير فعالة ضد الفريق المهاجم الذي يمتلك المناولات الهجومية الجيدة كالسرعة والخداع وتغيير الاتجاه .
- 5- خطأ اللاعب اثناء الدفاع يصعب تغطيته من قبل زملائه الآخرين .
- 6- غير فعالة لتنفيذ الهجوم السريع .
- 7- تتطلب ان يكون جميع لاعبي الدفاع الخمسة في نفس المستوى ، اي تلكا او ضعف لدى احد المدافعين يعتبر عامل استثمار واستغلال من قبل الفريق المنافس وبالتالي زيادة فرص التصويب .

أسس مهمة يجب مراعاتها :

- 1- اللاعب المدافع يجب ان يراقب المنافس اولاء ، الكرة ثم مجريات اللعب المختلفة .
- 2- كل ميزة هجومية يجب ان تقابلها ميزة دفاعية . أي اللاعب الطويل يجب ان يدافع ضده طويل ، اللاعب السريع ضده لاعب سريع ، اللاعب القصير ضده لاعب قصير ، اللاعب البطيء ضده لاعب بطيء ، لاعب جيد التصويب ضده لاعب جيد الدفاع ضد التصويب ... الخ .
- 3- المساعدة والتغطية ، أي مساعدة زملاء في الدفاع وتغطية منافسه في نفس الوقت .
- 4- عند مدافعة منافس مع الكرة ، على المدافع ان يكون بين المهاجم والهدف الذي يدافع عنه .
- 5- عند مدافعة منافس بدون الكرة ، على المدافع ان يكون بين الكرة ومنافسه مع الانسحاب قليلا للخلف
- 6- المساهمة في استخدام الدفاع المزدوج .
- 7- عدم اللجوء الى تبادل المراكز الا في الحالات الطارئة .
- 8- القدرة على الانتقال للهجوم السريع المضاد باقصى ما يمكن .

أنواع دفاع رجل لرجل :

في طريقة دفاع رجل لرجل هناك ثلاثة أنواع :

- 1- دفاع رجل لرجل لكل الساحة .
- 2- دفاع رجل لرجل في منتصف الملعب .
- 3- دفاع رجل لرجل في منطقة التصويب .

1- دفاع رجل لرجل لكل الساحة press

ان دفاع رجل لرجل في كل الساحة اي ان لاعبي الفريق عليهم بعد فقدان الكرة ملازمة خصومهم الخمسة في أي منطقة يتواجدون فيها بالملعب لحين انتهاء اللعبة . ان الغرض الرئيسي من هذا النوع من دفاع رجل لرجل هو لارباك اللعب الهجومي للمنافس وسحبهم الى وضعية لعب - عليهم او غير معتادين عليها .

هذه الطريقة تحتاج لكي تكون فعالة ان يكون هناك تناسق بين لاعبي الدفاع الخمسة - كوحدة واحدة متكاملة ، حيث ان وجود لاعب في الفريق غير قادر على لعب الدفاع الضاغط او عدم تأديته بالشكل الصحيح فانه سيحطم ويربك كل جهود الفريق وبالتالي الى افسال الدفاع الضاغط .

ان الدفاع الضاغط يتطلب الضغط على المنافس مع الكرة قدر الامكان ، فعلى لاعبي الدفاع اتباع الاسس التالية :

- 1- عند استخدام الدفاع الضاغط من قبل اللاعبين يجب ان لا يكون بالدرجة الذي يؤدي الى كثرة ارتكاب الاخطاء ، بل الضغط اقصى ما يمكن مع تجنب الاخطاء .
- 2- العمل على ايقاف اللاعب القائم بالطبقة واجباره على اعطاء مناولة غير جيدة والتي ستساعد على قطع الكرة . حيث ان الهدف من الدفاع الضاغط ليس خطف الكرة من المنافس بقدر ما هو اجبار المهاجم على فقدان التحكم الصحيح بالكرة .
- 3- محاولة عرقلة المناولة الاولى وذلك بقيام المدافع بنشر ذراعية بمساحة واسعة مع الاطباق على المنافس لاجبار المهاجم على اعطاء المناولة العالية او الطويلة .
- 4- على اللاعبين الاستمرار في الدفاع الضاغط ، اي على المدافعين عدم انتظار المهاجمين لحين سيطرتهم على الكرة ثم يبدأون لعبهم الدفاعي .
- 5- ان يكون لهم القدرة على التحرك للخلف مع استخدام الدفاع الضاغط .

6- استثمار فوائد الاخطاء التي يقع فيها اللاعب مع الكرة .

7- على جميع لاعبي الدفاع ان يكونوا على استعداد لايقاف وعرقلة التصويب في كل وقت .

8- كل لاعب اثناء الدفاع الضاغط ان يضع بالاعتبار العوامل التالية :

المهاجم الذي يدافعه ، الكرة ، والقدرة على الانسحاب لمساعدة الزميل الذي وقع في خطأ .

اما بخصوص كيفية ملازمة اعضاء الفريق المهاجم اثناء تطبيق الدفاع الضاغط ، فهناك طريقتين :

اولاً : كل لاعب يحدد منافسه مسبقاً وفق كل ميزة هجومية تقابلها الميزة الدفاعية المناسبة مع استخدام تبادل المراكز للضغط بصورة أكثر على المهاجم مع الكرة .

ثانياً : عدم التحديد المسبق للخصوم – ففي لحظة فقدان الفريق للكرة ، يقوم قسم من لاعبي الدفاع بمدافعة اللاعبين القريبين (اللاعب مع الكرة وزملاءه) وينسحب اللاعبون الآخرون للخلف لتغطية المساحة الخلفية لغرض السيطرة على المهاجمين المنطلقين باتجاه الساحة الامامية . اما اذا لم يكن هناك مهاجمون في الساحة الامامية ، فعلى هؤلاء المدافعين عدم تجاوز منتصف الساحة لأجل مساعدة زملائهم والضغط على المهاجمين عند اقتضاء الحاجة لذلك . ان هذه الطريقة الدفاعية تحتاج الى تعاون كبير بين اعضاء الفريق من حيث المساعدة فيما بينهم ، التحدث ، تبادل المراكز .

محاسن الطريقة :

1- يستخدم في بداية موسم السباقات لعدم استعداد الخصوم للعب ضده .

2- يستخدم في الدقائق الاخيرة من المباراة اذا كان الفريق خاسراً بفارق قليل من النقاط .

3- يستخدم في بداية المباراة لغرض تسجيل عدد من الاهداف قبل ان يتمكن المنافس من الاستعداد للعب ضده . وكذلك يقع عليه الاختيار لأستكشاف المنافس لغرض وضع استراتيجية الدفاع في المباراة خلال شوطيها .

4- يستخدم خلال المباراة من فترة الى اخرى لتغير طابع اللعب وارتباك المنافس .

5- يستخدم الدفاع الضاغط بشكل فعال ضد الفريق الذي يمتاز ببطء الحركة قليل التجربة ، لياقة بدنية واطئة ، التوتر العصبي وضعف في المهارات الاساسية .

6- يساعد على زيادة سرعة اللعب ، واجبار المنافس على اللعب بطريقة عشوائية وارتكاب الاخطاء الكثيرة .

7- الدفاع الضاغط يساعد على تخفيف التوتر العصبي للاعبي الدفاع ، واللعب بارتخاء .

مساويء الطريقة :

- 1- الدفاع الضاغظ يتطلب الل عب بقوة مما يهيء الى ارتكاب الاخطاء الشخصية وخصوصا بالنسبة للاعبين المبتدئين الذين يحاولون دائما خلف الكرة مما يعرضهم الى كثرة ارتكاب الاخطاء .
- 2- ان حركة اللاعب المستمرة في الدفاع الضاغظ قد تسبب احيانا فقدان الاتزان للمدافع مما يعطي الفرصة للمهاجم لتجاوزه والتخلص من مراقبته .
- 3- انها طريقة غير فعالة بالنسبة للاعبين قليل الخبرة والتجربة .
- 4- صعوبة مقدرة المدافعين على الرجوع لتأدية الدفاع الضاغظ بعد كل فقدان للكرة .
- 5- صعوبة الحصول او السيطرة على الكرات المرتدة .
- 6- صعوبة تغطية اللاعب القاطع بعد تخلصه من مراقبة منافسه .
- 7- صعوبة مقدرة المدافعين على مسك كل لمنافسه ، حيث احيانا لم يتمكن المدافع من مسك منافسه المكلف بالدفاع ضده . وهنا على كل لاعب مدافع ان يمسك اقرب منافس له لحين انتهاء اللعب فيعود كل الى منافسه الاصلي .
- 8- لكون هذه الطريقة تحتاج الى لياقة بدنية عالية وقدرة على التحرك والتعرض لارتكاب الاخطاء ، فانها تحتاج الى توفر اللاعب الاحتياطي الجيد .

2) دفاع رجل لرجل في منتصف الملعب :

ان هذا النوع من دفاع رجل لرجل مشابه لما هو في الدفاع الضاغظ سوى ان لاعبي الدفاع يتراجعون الى خط منتصف الساحة لاستقبال خصومهم وهناك يتم اللعب ضدهم دفاع رجل لرجل .

محاسن الطريقة :

- 1- يحتاج الى لياقة بدنية أقل من الدفاع الضاغظ لكل الساحة .
- 2- يساعد على ايقاف الهجمات السريعة .
- 3- مدافعة الخصوم في مناطقهم المعتادة للتصويب .
- 4- يعتبر أكثر ضمان لأعاقبة اللاعب المنفرد بعد التخلص من مراقبة منافسه والقطع باتجاه الهدف مما هو في الدفاع بكل الساحة .
- 5- ممكن ان يدافع اربعة لاعبين في الساحة الخلفية واللاعب الخامس في الساحة الامامية ضد اللاعب مع الكرة لغرض عرقلة الهجوم .

مساويء الطريقة :

- 1- عدم السيطرة على الكرات المرتدة .
- 2- كثرة الاخطاء الشخصية .
- 3- لا تزال هناك فرصة للمهاجمين لاستخدام القطع .
- 4- المساعدة والتغطية ضعيفة .
- 5- صعوبة تنفيذ الهجوم السريع المضاد
- 6- معرضاً لأداء الحجز ونجاحه .

3) دفاع رجل لرجل في منطقة التصويب :

ان هذا النوع من دفاع رجل لرجل هو النوع الشائع الاستخدام في الوقت الحاضر والذي يستخدمه الفريق أطول فترة ممكنة خلال المباريات . ان الشرط الاساسي لهذا النوع من دفاع رجل لرجل هو رجوع المدافعين بأقصى سرعة بعد انتهاء هجومهم الى منطقتهم الدفاعية لأنتظار المهاجمين ومدافعهم خارج منطقة الرمية الحرة . ان هذا النوع يسهل للفريق الحصول على الكرات المرتدة ، فعلا ضد القطع لقرب المسافة بين المدافعين ، فعال ضد التصويب البعيد ، ممكن مدافعة لاجب الارتكاز المهاجم الطويل القامة وذلك لقرب المدافعين منه . وانه فعال ايضا ضد الحجز ، ان النقطة السلبية التي تؤخذ على هذه الطريقة الدفاعية هي تعرض المدافعين لارتكاب الاخطاء الشخصية نتيجة قرب المهاجمين من منطقة التصويب وكذلك تعرضهم لخداع المهاجمين مما يسبب مواقف محرجة للمدافعين يصعب عليهم تعويضها .

الحالات التطبيقية لدفاع رجل لرجل (8)

بما ان المهمة الاساسية لكل مدافع اثناء دفاع رجل لرجل هو وجود مدافع ضد كل مهاجم في كل الاوقات والاحيان ، فهناك عدة حالات تطبيقية لدفاع رجل لرجل والتي تساعد وتسهل على وجود كل مدافع ضد مهاجم ، وهي :

1) دفاع رجل لرجل الاعتيادي : Standard Man to Man Defense :

في هذه الطريقة كل مدافع يحاول ان يبقى مع منافسه المقرر الا اذا تم حجزه بفعل يعيقه من متابعة منافسه ففي هه الحالة عليه الرجوع الى تبادل المراكز ، كثير من المدربين يعتبرون هذه الطريقة ملائمة لتحمل المدافع المسؤولية وانها عامل حث وتحفيز للاعب لبذل اقصى جهد ، ولكن على اي حال فان المدافع يجد صعوبة في استخدام هذه الطريقة ضد الفريق المهاجم الذي يجيد انواع متعددة من

الحجز . عندما يريد ان يبقى المدافع مع منافسه على الرغم من تنفيذ الحجز ضده ، فهناك ثلاث طرق تساعد على التخلص من الحجز وملازمة منافسه :

- 1- أخذ خطوة من امام الحجز
- 2- التحرك من الفجوة الموجودة بين الحاجز وزميله المدافع .
- 3- اخذ خطوة من خلف الحاجز وزميله المدافع .

(2) دفاع رجل لرجل الشديد Aggressive Man to Man Defense

في هذه الطريقة على المدافعين سواء استخدموا دفاع رجل لرجل مع بقاء كل مدافع مع منافسه او دفاع رجل لرجل بتبادل المراكز ، عليهم ان يستخدموا هذا الدفاع بقوة وشدة ، ان هذه الطريقة فعالة اذا كان الفريق المنافس يمتاز بطول القامة ولكن ببطء الحركة . كذلك هذه الطريقة فعالة ضد الفريق الضعيف في السيطرة على الكرة والمناولات .

(3) دفاع رجل لرجل بتبادل المراكز : Swiching Man to Man Defense

في هذه الطريقة يستخدم المدافعون تبادل المراكز اوتوماتيكيا بعد كل حجز يطبق ضدهم ، فعندما يكون الحجز جزء من استراتيجية الفريق الهجومية يجب على المدافعين ان يطبقوا هذه الطريقة الدفاعية بسرعة لمنع التصويب بالقفز السريع والقطع الذي يطبق الحجز لاجله . لغرض اداء تبادل المراكز على المدافع الذي

يدافع الحاجز ان يلعب بعيدا عنه تقريبا طالما ان ليس من مسؤولية المدافعة ضد الرول (Roll)

الذي يستخدمه منافسه بعد الحجز باتجاه الهدف وانما مسؤوليته متابعة القاطع بعد تبادل المراكز اما المدافع الاخر الذي يدافع ضد المهاجم الذي تم له الحجز فيجب مدافعته بشدة لحين تنفيذ الحجز . بعد اجراء تبادل المراكز يقوم هذا المدافع بالانزلاق للخلف لتغطية الطريق خلف الحاجز وزميله المدافع وبهذا يمكن من منع استخدام الرول باتجاه الهدف من قبل المنافس وكذلك منع المناولة من القاطع الى زميله لاعب الرول . ان دفاع رجل لرجل بتبادل المراكز ممكن ان يستخدم بفعالية فقط اذا كان المدافعون منسجمين فيما بينهم ، اي بتبادل المراكز ممكن ان يستخدم بفعالية فقط اذا كان المدافعون منسجمين فيما بينهم ، اي كل واحد يعرف متى يتم تطبيق تبادل المراكز . ان الفريق المهاجم الذي يعتمد على استخدام الحجز كسلاح فعال ورئيسي لهجومه فان دفاع رجل لرجل بتبادل المراكز اذا استخدم بالشكل الصحيح فإنه سيشل حركة المهاجمين واجبار لاعبي الهجوم على التصويب الفاشل وكثرة الاخطاء .

الحجز . عندما يريد ان يبقى المدافع مع منافسه على الرغم من تنفيذ الحجز ضده ، فهناك ثلاث طرق تساعد على التخلص من الحجز وملازمة منافسه :

- 1- أخذ خطوة من امام الحجز
- 2- التحرك من الفجوة الموجودة بين الحاجز وزميله المدافع .
- 3- اخذ خطوة من خلف الحاجز وزميله المدافع .

(2) دفاع رجل لرجل الشديد Aggressive Man to Man Defense

في هذه الطريقة على المدافعين سواء استخدموا دفاع رجل لرجل مع بقاء كل مدافع مع منافسه او دفاع رجل لرجل بتبادل المراكز ، عليهم ان يستخدموا هذا الدفاع بقوة وشدة ، ان هذه الطريقة فعالة اذا كان الفريق المنافس يمتاز بطول القامة ولكن ببطء الحركة . كذلك هذه الطريقة فعالة ضد الفريق الضعيف في السيطرة على الكرة والمناولات .

(3) دفاع رجل لرجل بتبادل المراكز : Swiching Man to Man Defense

في هذه الطريقة يستخدم المدافعون تبادل المراكز اوتوماتيكيا بعد كل حجز يطبق ضدهم ، فعندما يكون الحجز جزء من استراتيجية الفريق الهجومية يجب على المدافعين ان يطبقوا هذه الطريقة الدفاعية بسرعة لمنع التصويب بالقفز السريع والقطع الذي يطبق الحجز لاجله . لغرض اداء تبادل المراكز على المدافع الذي

يدافع الحاجز ان يلعب بعيدا عنه تقريبا طالما ان ليس من مسؤولية المدافعة ضد الرول (Roll)

الذي يستخدمه منافسه بعد الحجز باتجاه الهدف وانما مسؤوليته متابعة القاطع بعد تبادل المراكز اما المدافع الاخر الذي يدافع ضد المهاجم الذي تم له الحجز فيجب مدافعته بشدة لحين تنفيذ الحجز . بعد اجراء تبادل المراكز يقوم هذا المدافع بالانزلاق للخلف لتغطية الطريق خلف الحاجز وزميله المدافع وبهذا يمكن من منع استخدام الرول باتجاه الهدف من قبل المنافس وكذلك منع المناولة من القاطع الى زميله لاعب الرول . ان دفاع رجل لرجل بتبادل المراكز ممكن ان يستخدم بفعالية فقط اذا كان المدافعون منسجمين فيما بينهم ، اي بتبادل المراكز ممكن ان يستخدم بفعالية فقط اذا كان المدافعون منسجمين فيما بينهم ، اي كل واحد يعرف متى يتم تطبيق تبادل المراكز . ان الفريق المهاجم الذي يعتمد على استخدام الحجز كسلاح فعال ورئيسي لهجومه فان دفاع رجل لرجل بتبادل المراكز اذا استخدم بالشكل الصحيح فإنه سيثقل حركة المهاجمين واجبار لاعبي الهجوم على التصويب الفاشل وكثرة الاخطاء .

4) دفاع رجل لرجل بالمساعدة والتغطية : Sagging Man to Man Defense

ان هذه الطريقة من دفاع رجل لرجل لاتخص اللاعب المدافع ضد المهاجم مع الكرة . وانما تخص المدافعين الاربعة دائما ان يقفوا بين اللاعب المهاجم مع الكرة والهدف مع الانسحاب قليلا للخلف . أن أهم نقطة ضعف في هذه الطريقة ان الفريق المدافع معرض للتصويب من الخارج من قبل الفريق المهاجم . حيث ان اللاعب الذي ينسحب لغرض المساعدة محتمل يكون غير قادر للرجوع لمداغفة منافسه بعد استلامه الكرة بسرعة لمنعه من محاولة التصويب باستثناء الفريق الذي يجيد التصويب السريع من الخارج .

5) دفاع رجل لرجل بالمداغفة المزدوجة : Double Team Man to Man Defense

المقصود بالمداغفة المزدوجة هو قيام لاعبين من الدفاع الاطباق على المهاجم مع الكرة . ان هذه الطريقة من دفاع رجل لرجل قد تستخدم في بعض مناطق الملعب او نتيجة الاستجابة لحالات لعب معينة . ان اهم ما يجب مراعاته في تنفيذ هذه الطريقة الدفاعية :

1- استخدام دفاع رجل لرجل الشديد والقوي .

2- عدم ارتكاب الاخطاء الشخصية من قبل لاعبي الدفاع المزدوج ضد المهاجم مع الكرة .

3- لأجل ان يكون الدفاع المزدوج فعالا ، على المدافعين تطويق المهاجم بالانتشار حوله مع استخدام اليدين لتغطية مناطق المناولة او اجبار المهاجم على اعطاء مناولة فاشلة او اجبار المهاجم لمسك الكرة بدون فسح المجال له للقيام بأية محاولة هجومية او اجبار المهاجم على فقدان الكرة .

4- على الفريق استخدام اشارات معينة عند البدء بأداء الدفاع المزدوج .

ان الحالات التي يمكن ان يطبق فيها الدفاع المزدوج هي :

1- بمجرد عبور اللاعب المهاجم مع الكرة خط منتصف الملعب .

2- عند تواجد المهاجم في زاوية من زوايا الملعب .

3- عندما يكون المهاجم ضعيف في المباديء الاساسية .

4- يستخدمه الفريق في أي مكان من الملعب عندما تسنح الظروف لذلك .

5- يستخدم ضد اللاعب المهاجم بعد ان ينتهي من الطبطبة .

6- يستخدم عند استدارة ظهر المهاجم اثناء الطبطبة باتجاه احد المدافعين .

7- يستخدم في المناطق التي يجيد فيها اللاعب المهاجم المناولة .

8- يستخدم أثناء المباراة من وقت الى آخر لتغير تكتيك الفريق الدفاعي وارباك المنافس .

الدفاع المختلط :

هو ذلك الدفاع الذي يجمع بين دفاع رجل لرجل ودفاع المنطقة . الغرض الرئيسي من الدفاع المختلط هو أفضل استخدام لطريقتي دفاع رجل لرجل ودفاع المنطقة من قبل اللاعبين . ان الدفاع المختلط هو ايضا احدى الطرق الدفاعية الصعبة ، ولكن ان استخدم بشكل صحيح غالبا ما يكون فعال وقوي ويساعد على تلبية اطماع المدرب لحالة اللعب المستجدة في تلك المباريات .

محاسن الطريقة :

- 1- الاستخدام القصوي لقوة وقدرة اللاعبين الدفاعية الفردية .
- 2- كثير من الفرق غير متدربة ومستعدة للعب ضد هذا النوع من الدفاع مما يسبب لها الارتباك والتشتت اثناء الهجوم .
- 3- يعتبر استخدامه اثناء المباريات عنصر مفاجئة للفرق المضاد مما يساعد على احباط هجومه .
- 4- يجمع بين مميزات الدفاع الفردي والدفاع الفرقى .

مساوى الطريقة :

- 1- انها طريقة غير فعالة ضد التصويب من الخارج .
- 2- قد تسبب ارتكاب أخطاء شخصية من قبل افضل لاعبي الدفاع .
- 3- قد تسبب انسحاب افضل اللاعبين المدافعين خارج منطقة الدفاع .

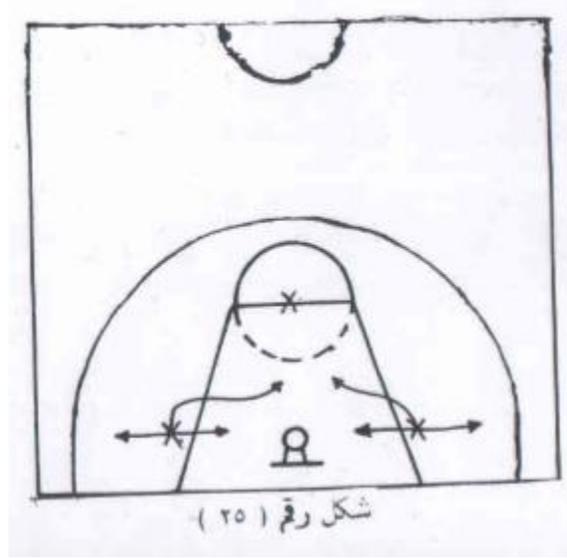
أنواع الدفاع المختلط :

- 1- المنقطة الامامية دفاع منطقة – والمنطقة الخلفية دفاع رجل لرجل :

ان هذا النوع من الدفاع المختلط يتطلب ان يكون لاعبي المنطقة الامامية يتميزون بالقوة والشدة والسرعة اما لاعبي فيجب التأكد على ان افضل لاعبي مقدرة على سحب الكرات المرتدة يكون بشكل دائمى تقريبا في منطقة السحب ان هذا النوع من الدفاع المختلط ممكن ان يتغير طبقا لتغير عدد لاعبي المنطقة الامامية

2- المنطقة الامامية دفاع رجل لرجل - المنطقة الخلفية دفاع منطقة :

ان عدد لاعبي المنطقة الامامية في هذا النوع من دفاع المنطقة يعتمد على امكانية الفريق المدافع وظروف اللعب . ولكن يفضل قدر الامكان ان يكون هناك ثلاثة لاعبين في المنطقة الخلفية لتأدية دفاع المنطقة بشكل مستمر وتكون وقفتهم كما في شكل رقم (25) .



يقف لاعب عند منتصف خط الرمية الحرة واللاعبان الاخران على جانبي منطقة الرمية الحرة بالقرب من الهدف . ان هذه الوضعية تساعد على تشكيل مثلث سحب الكرات المرتدة ومنع التصويب من منطقة الرمية الحرة وكذلك يكون فعالاً ضد القطع . في حالة احتياج لاعبي المنطقة الامامية الى مساعدة ، يتحرك احد لاعبي المنطقة الخلفية للامام لغرض المساعدة . وبالعكس ، على لاعبي المنطقة الامامية مساعدة لاعبي المنطقة الخلفية ضد القطع او في حالة حدوث التفوق العددي من قبل المهاجمين ضد المدافعين .

3- طريقة الصندوق - اللاعب الامامي دفاع رجل لرجل - لاعبي الخلف الاربعة دفاع منطقة :

ان هذا النوع من الدفاع المختلط يتميز بالمميزات التالية :

- 1- يعتبر من أقدم واسهل الانواع تفهماً من قبل لاعبي الفريق .
- 2- يستخدم بشكل فعال ضد الفريق الذي لديه لاعب يمتلك مقدرات خاصة ومميزة للتصويب من الخارج ، القطع ، المناولات ، الطبطبة ، وتنفيذ استراتيجية الفريق الهجومية .

ان هذه الواجبات للاعب الدفاع الامامي تتطلب منه المميزات التالية :

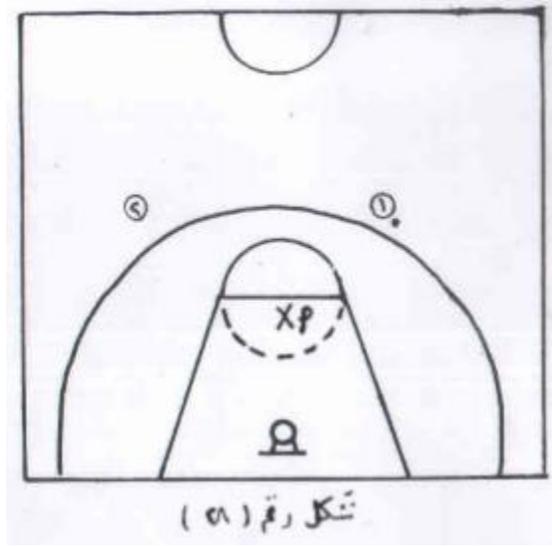
- 1- السرعة .
- 2- الرشاقة .
- 3- التحمل او المطاولة .
- 4- الطول .
- 5- القدرة على تنفيذ الدفاع المزدوج .
- 6- تكتيك الابداع الذاتي .
- 7- توقع المناولات والقدرة على اعاقتها في منطقة المناولات .
- 8- القدرة على تنفيذ الهجوم السريع المضاد .

ان المهمات الملقة على هذا اللاعب والتي تتطلب منه التحرك ضد منافسه في كل انحاء الملعب مما يكون مجبراً على الانتقال باستمرار من جهة الى اخرى مما يجعله معرضاً للتعب وكثرة الاخطاء كنتيجة لعبه القوي والشديد ، من هنا يتطلب تدريب واعداد أكثر من لاعب يقوم بهذه المهمة الدفاعية .

المهام الاساسية للاعب دفاع المنطقة الاربعة فهي :

- 1- قطع واعاقه المناولات في منطقة الدفاع .
 - 2- اعاقه التصويب في منطقة الدفاع .
 - 3- حماية زوايا منطقة الدفاع .
- لهذا عند وجود لاعب مهاجم في أحد زوايا منطقة الدفاع ومعه كرة ، على اللاعب المدافع القريب منه التحرك لمدافعه ، اما المدافع الاخر الخلفي فعليه التحرك بالقرب من الهدف لغرض المساعدة وتغطية المنطقة .
- 4- حماية جوانب منطقة الدفاع . في حالة مناولة الكرة الى أحد لاعبي الهجوم في الجانب او الى منطقة دائرة الرمية الحرة . على المدافع القريب التحرك لمدافعه ، اما المدافع الآخر فيجب الانسحاب الى الخلف باتجاه وسط منطقة الدفاع لغرض المساعدة وتغطية المنطقة .

- 1- تأخير الهجوم السريع قدر المستطاع لحين عودة زملائهم للمنطقة الدفاعية .
- 2- منع التصويب الناجح .
- 3- ارباك المنافس لغرض الحصول على الكرات الطائشة او فقدان الكرة من قبل المنافس .
- 4- الحصول على الكرة وادخالها الى الملعب بأسرع ما يمكن لغرض تنفيذ الهجوم السريع المضاد بالتفوق العددي .



النوع الاول : مدافع ضد هجومين ، شكل (28) .

اذا ما تعرض لاعدب مدافع الهجوم من قبل مهاجمين فعليك اتباع ما يلي :

أ- كن قريباً من هدفك قدر المستطاع .

ب- دافع المهاجم القريب أكثر من البعيد .

ج- اذا كان المهاجم القاطع ضعيف في المهارات او التصويب ، فدافع المهاجم الآخر وهنا ممكن ان تحقق التصويب الفاشل وصعوبة المناولة الى الزميل الآخر .

د- حاول مدافعة كلا اللاعبين بأقصى جهد ومثابرة .

هـ- دافع التصويب القريب اكثر من البعيد لأن نسبة التصويب القريب أكثر نجاحاً من نسبة التصويب البعيد

و- استخدام المناورات الدفاعية لغرض ارباك المنافس كتحرك القدمين ، تحرك اليدين ، التقدم قليلاً للامام والخلف .

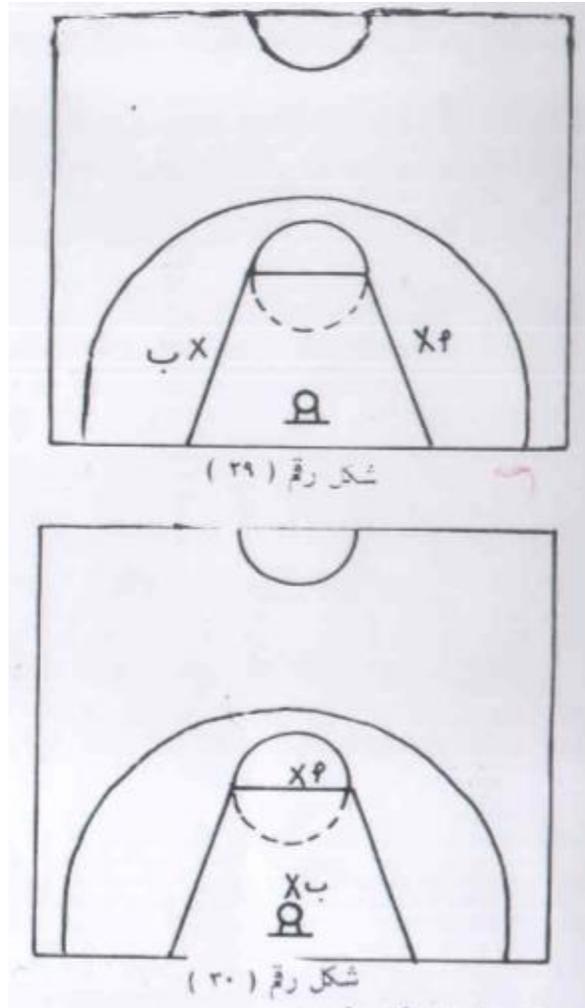
ز- تأكد من عدم محاولة قطع الكرة الا اذا كنت متأكد من ذلك 100 % لان مهمتك الاساسية تأخير الهجوم والحصول على التصويب الفاشل .

ح- في حالة التصويب اتخذ المكان المناسب بالسيطرة على الكرة المرتدة ونفذ الهجوم السريع المضاد .

النوع الثاني : لاعبان مدافعان ضد ثلاثة مهاجمين .

هناك طريقتان لوقفة المدافعان اثناء تعرضهم للهجوم من قبل ثلاثة لاعبين .

الطريقة الاولى : يقف المدافعان على خط موازي على عرض منطقة الدفاع وفي منتصف المنطقة ، شكل رقم (29) .



الطريقة الثانية : يقف المدافعان احدهما امام الآخر ، الامامي يقف تقريبا امام خط الرمية الحرة والثاني يقف خلفه امام السلة بقليل ، شكل رقم (30) . ان هذه الطريقة هي الافضل والتي سيتم التطرق اليها ، لكون الطريقة الاولى مفتوحة من الامام مما تسهل عملية القطع من امام منطقة الدفاع او استخدام التصويب بالقفز القريب .

تحرك اللاعبين يتم كالاتي كما في شكل رقم (31)

- 1- اذا كانت الكرة مع لاعب الهجوم الوسط فتكون وقفة المدافعين احدهما امام الاخر .
- 2- اذا تم مناولة الكرة الى الجانب الايمن فيتحرك المدافع الخلفي لمدافعتة ، اما المدافع الامامي فينسحب قليلا للخلف وباتجاه وسط منطقة الدفاع لغرض محاولة السيطرة على لاعبي الوسط والجانب الايسر .
- 3- عند مناولة الكرة الى الجانب الايسر ، يتحرك المدافع (أ) لمدافعتة ، اما المدافع (ب) فيتحرك قليلا للامام وباتجاه وسط منطقة الدفاع لمحاولة السيطرة على لاعبي الوسط والجانب الايمن .
- 4- بعد التصويب اتخاذ المكان المناسب للحصول على الكرات المرتدة وتنفيذ الهجوم السريع المضاد .

النوع الثالث : ثلاثة مدافعين ضد اربعة مهاجمين ، شكل رقم (32) .

اذا ما تعرض ثلاثة مدافعين لهجوم من قبل اربعة مهاجمين فعليهم اتباع ما يلي :

1- الوقوف على شكل مثلث حيث :

أ- يقف احد المدافعين على خط الرمية الحرة لمنع التصويب من هذه المنطقة .

ب- يقف المدافعان الاخران على عرض منطقة الدفاع وبالقرب من الهدف لمنع التصويب البعيد من جانبي الملعب والزوايا وكذلك القطع

2- محاولة التحرك بالتغطية والمساعدة لمنع فعالية اللاعب الرابع الذي يقوم بدور الحجز والدوران .

ان اللعب الهجومى سواء كان فردياً او جماعياً قد اكتشف وطور نال اهتمام المدربين منذ تاريخ نشوء اللعبة قبل غيره من النواحي الخاصة بأعداد الفريق على اعتبار لعبة كرة السلة هي من الالعاب التي يتقرر بها الفوز على ضوء نسبة الاهداف المسجلة في هدف المنافس ، لهذا تم التركيز على اللعب الهجومى من أجل محاولة تسجيل أكبر عدد ممكن من الاهداف في هدف المنافس لتحقيق الفوز .

ومع اهتمام مدربي كرة السلة والمعنيين بشؤون اللعبة بالتكتيك الفرقي للهجوم فقد اتخذ اللعب الهجومى شكله الحالي والذي قسم الى قسمين :

1- الهجوم السريع ، الذي على الفريق تنفيذه قبل اي نوع من أنواع الهجوم الاخرى وفي حالة عرقلة تنفيذه او فشله لأي سبب من الاسباب ، على الفريق اتباع ،

2- الهجوم المنظم ، وهو الهجوم الذي يعتمد في ادائه على لاعبي الفريق الخمسة والذي يختلف ويتنوع حسب الطرق الدفاعية المستخدمة من قبل الفريق المدافع سواء كانت طريقة دفاع المنطقة او دفاع رجل لرجل او الدفاع المختلط .

ان النقطة الجديرة بالاهتمام هي ان اللعب الهجومى لأي نوع من أنواعه لا يمكن تنفيذه بدون الاعتماد اساساً على مدى اجادة اللاعبين للمهارات الاساسية الهجومية (مسك الكرة واستلامها ، المناولات ، الطبطبة ، الخداع ، التصويب ، والمتابعة) والتي سبق شرحها في كتاب المهارات الفنية بكرة السلة وكتب اخرى بشكل مفصل وكذلك يعتمد على قدرة المدرب في الرسم الصحيح للخطط الهجومية لكي يتمكن اللاعبين من تنفيذها بالشكل الصحيح .

من هنا فان ، هذا الباب سيكون مكرس للتطرق للعب الهجومى بنوعيه السريع والمنظم بشكل مفصل للمساعدة على فهم ادائه بالشكل الذي يضمن للفريق الاداء الفعال للتكتيك الفرقي في الهجوم .

الهجوم السريع :

المقصود بالهجوم السريع ، هو محاولة الوصول الى هدف المنافس بأقصى سرعة و بأقل وقت وبطريقة مضمونة من أجل اصابة هدف المنافس وذلك قبل ان يتمكن الفريق الدفاعى من اتخاذ الوضع الدفاعى الحيد او النظم .

في الوقت الذي يعتبر الهجوم السريع احد الطرق الهجومية المثيرة والجيدة في كرة السلة ، الا انه ايضا يعتبر احد الطرق الصعبة لغرض الاتقان والاداء . لهذا يتطلب على اي فريق التدريب على الهجوم السريع لغرض بناء واعداد الفريق القادر على تنفيذ الهجوم السريع بنجاح . بالاضافة ، على اللاعبين اتقان المناولات والتصويب ، فعليهم ايضا التدريب على مقاومة وتعلم كيفية تطبيق الهجوم السريع طبقاً لظروف اللعب المختلفة خلال الوحدات التدريبية .

ان الهجوم السريع يطبق سواء كان المنافس يلعب بطريقة دفاع المنطقة او دفاع رجل لرجل او الدفاع المختلط ، لهذا على لاعبي الهجوم محاولة تطبيق الهجوم السريع في اي وقت يسيطرون فيه على الكرة باعتبار الهجوم الاول الذي يجب ان ينفذوه وفي حالة المثل او التأخير عليهم الانتقال الى تنفيذ الهجوم المنظم . ان الهجوم السريع عموماً يعتمد على ظروف اللعب ، النتيجة ، وسرعة الفريق المنافس وكذلك على سرعة وقابلية الفريق

عوامل نجاح الهجوم السريع :

1- الدفاع الجيد :

المقصود به ، الدفاع الجيد يساعد على اعاقه التصويب لدى الفريق المنافس ، واستنتاجاً لذلك تكون النتيجة نسبة ضئيلة من تحقيق الاهداف من قبل المهاجمين ونسبة ضئيلة من تحقيق الاهداف يعني فقدان الفريق المهاجم للكرة ، وبعد كل اضاءة كرة يعني اعطاء فرصة للدفاع لأداء الهجوم السريع المضاد .

2- سحب الكرات :

ان سحب الكرة من الهدف يعتبر عاملاً ص مهماً لتنفيذ الهجوم السريع طالما ان الفريق لم يستطيع تنفيذ الهجوم السريع بدون كرة . من هنا يمكن اعتباره العامل الاول لتنفيذ الهجوم السريع ويجب تدريب اللاعبين عليه بشكل يضمن اتقانهم لهذه المهارة وجعل اللاعب قادراً على سحب الكرة من الهدف والقدرة على الدوران وهو في الهواء لأعطاء المناولة ان امكن ، او سحب الكرة وحمايتها والبدء بالمناولة او الطبطبة في لحظة مس قدميه للارض .

3- المناولة :

ان المناولة تعتمد على مبدئين اساسيين وهما الدقة في المناولة والوقت المناسب لقطع اللاعب المستلم لتنفيذ الهجوم السريع . ان لاعب السحب والمستلم يجب ان يكون بينهما الدقة والوقت المنسجم لتنفيذ عملية المناولة خارج نطاق تكديس اللاعبين في منطقة الدفاع . ان هذا يتم بقيام القاطع بتركيز نظره على الكرة خلال عملية تحركه باتجاه الجانب لغرض الاستلام وعلى لاعب السحب ان يقدر مكان المستلم بشكل جيد قبل المناولة وكذلك المنافس لكي يقرر اعطاءه المناولة ام ان المناولة محتمل ان تعاق . فاذا كان القاطع حراً من المراقبة فتتم المناولة مباشرة قدر الامكان ، وان كان في وضع اعاقه من قبل منافس ، فعلى لاعب السحب تركيز نظره باتجاه وسط الملعب او الجانب الآخر لاعطاء المناولة الى الزميل الآخر البعيد عن المراقبة ، ان المناولات المستخدمة والمفضلة للهجوم السريع هي :

المناولة الطويلة من الكتف ، المناولة الخطافية ، المناولة من فوق الرأس بكلتا اليدين .

4- ان الخطوة التالية ، على اللاعب المستلم بعد استلامه الكرة ان يركز نظره باتجاه وسط الملعب لمناولة الكرة الى اللاعب الموجود في منطقة الوسط وذلك لكون المستلم الاول عادة ما تتم مدافعته اولاً ويكون اللاعب المهاجم الآخر في وسط الملعب حراً من المراقبة تقريباً .

5- املاء خطوط الملعب :

عند تنفيذ الهجوم السريع يفضل ان يكون هناك ثلاثة لاعبين ، لاعب في الجانب الايمن ، لاعب آخر في الجانب الايسر ، واللاعب الثالث في الوسط والذي يتميز بالقدرة والسيطرة على الكرة وتنفيذ الهجوم السريع .

6- تنفيذ الهجوم السريع :

هناك عدة اختبارات لتنفيذ الهجوم السريع تعتمد على مكان وجود المدافعين واعاقتهم لأي من المهاجمين

أ- اذا كان اللاعب المهاجم في الوسط مع الكرة قادراً على تنفيذ الهجوم السريع والقطع باتجاه هدف المنافس بدون اعاقه يكون ذلك أفضل .

ب- اذا كان اللاعب في الوسط معاقاً يستطيع القيام بالمناولة للاعب الجانب الايسر الذي يقوم بالقطع لتنفيذ التصويبة السليمة او التصويب بالقفز القريب .

ج- اذا كان اللاعب في الوسط معاقاً يستطيع القيام بمناولة للاعب في الجانب الايمن الذي يقوم بالقطع لتنفيذ التصويبة السليمة او التصويب بالقفز القريب .

د- اذا كان الثلاثة مهاجمين غير قادرين على تنفيذ الهجوم السريع ، يستطيعون القيام بالمناولة للمهاجم الرابع الذي يتابعهم والذي يقوم بالقطع لتأدية التصويبة السليمة او التصويب بالقفز القريب .

7- السرعة : ان جميع العوامل السابقة تعتمد على السرعة اذا أريد للهجوم السريع ان يطبق بنجاح وذلك لسببين :

أ- ان الهجوم السريع يجب ان ينفذ خلال ثواني من وقت المباراة .

ب- ان الفريق المدافع يحاول جاهداً وبأقصى سرعة الرجوع الى وضع الدفاع الفرقي او المنظم لأجل اعاقه الهجوم السريع ، لهذا يجب ان يتضمن المنهاج التدريبي في مراحل اعداده الاولى على تطبيق تمارين الهجوم السريع وبأقصى سرعة من اجل اعطاء فكرة للمدرب لمعرفة اي من اللاعبين لديه

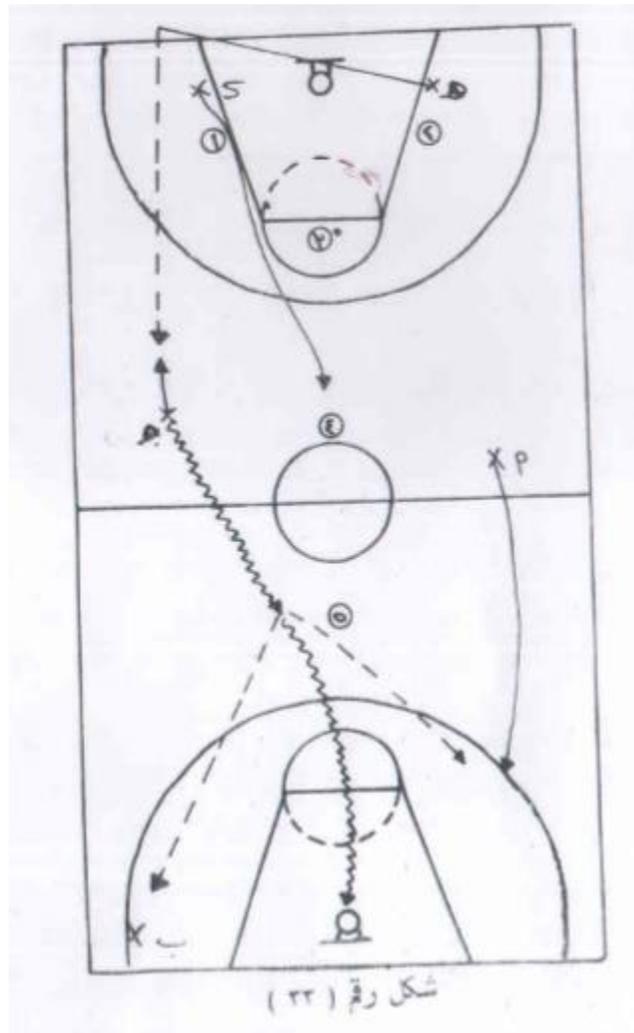
القابلية للركض بأقصى سرعة وفي نفس الوقت لديه القدرة على التحكم والسيطرة بالكرة والتصويب لأجل اعطائهم الافضلية في تنفيذ الهجوم السريع .

حالات تنفي الهجوم السريع :

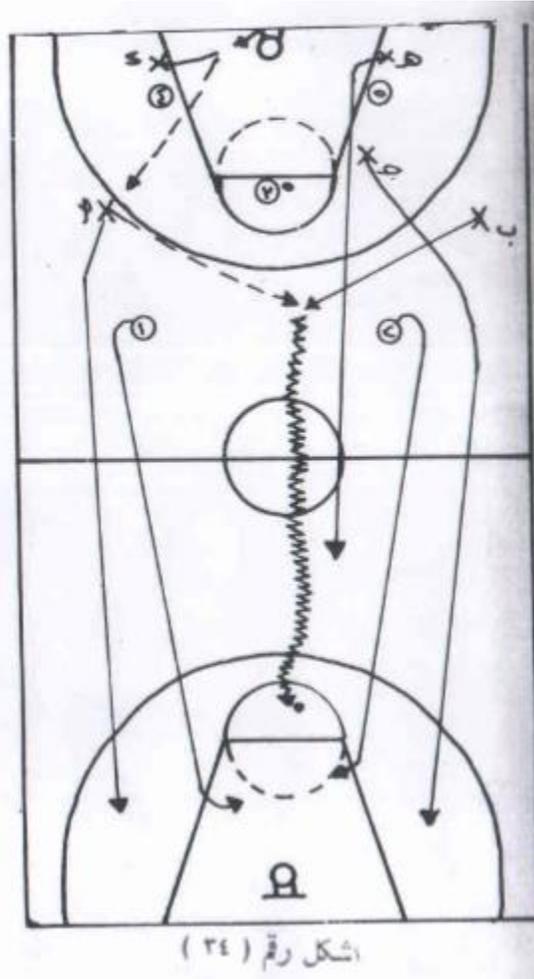
ممکن لاي فريق من تحقيق او الشرع في تنفيذ الهجوم السريع بعد حصوله على الكرة من الحالات التالية :

1- الرمية الحرة :

أ- بعد نجاح الرمية الحرة ، شكل رقم (33)

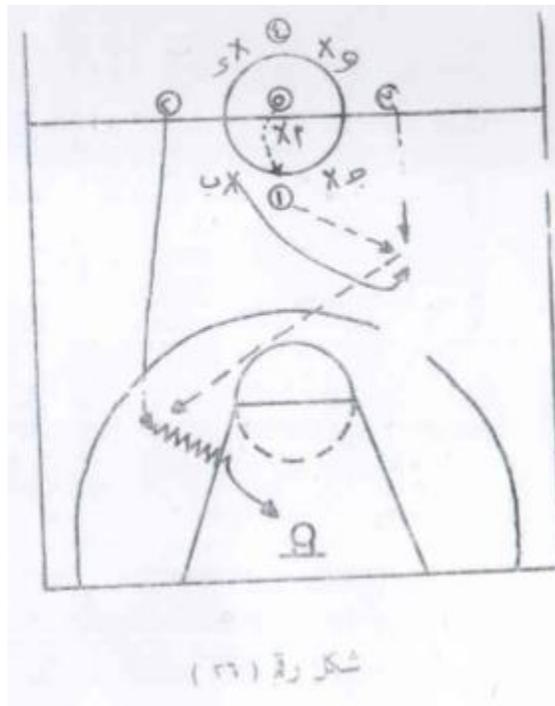
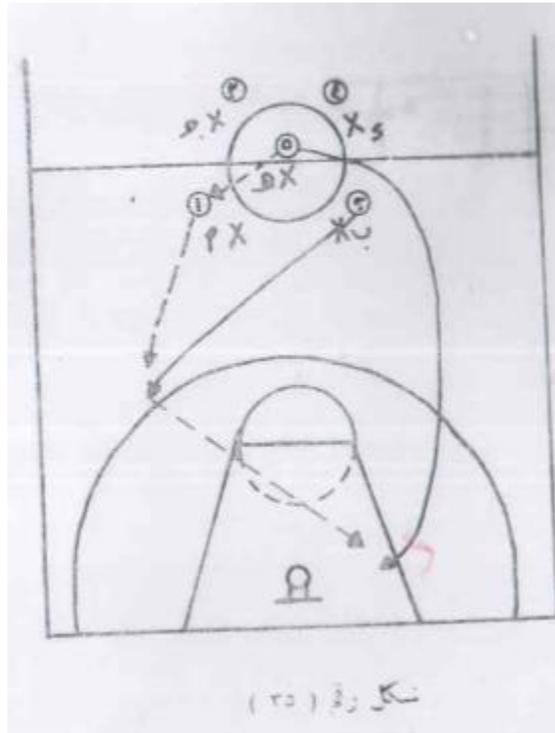


ب- بعد فشل الرمية الحرة ، شكل رقم (34)



- 1- فقدان الكرة اثناء اللعب .
- 2- التصويب الناجح او الفاشل نتيجة القطع ، التصويب البعيد ، والمتابعة .
- 3- خطف الكرة من المنافس سواء كان في حالة طبطبة أو ماسكاً للكرة .
- 4- قطع الكرة اثناء المناولات .

5- كرة القفز كما في شكل رقم (35) وشكل رقم (36)



اسباب فشل الهجوم السريع :

هناك حالات كثيرة تؤدي الى فشل تنفيذ الهجوم السريع وهذا يعني ضياع الفريق لحوالي 50 % من هجومه واقتصاره على الهجوم المنظم فقط والذي تكون فيه نسبة اصابة هدف المنافس أقل مما هي في الهجوم السريع . من هذه الحالات :

- 1- بطء الحركة في تنفيذ الهجوم السريع .
 - 2- عدم تشكيل مثلث سحب الكرات المرتدة .
 - 3- عدم بذل الجهد لسحب الكرات المرتدة .
 - 4- عدم اشتراك لاعبي الاجنحة في الدفاع والهروب قبل السيطرة على الكرة من قبل فريقهم وهذا له سلبياته من حيث :
 - أ- التفوق العددي للمهاجمين ، خمسة مهاجمين ضد ثلاثة مدافعين .
 - ب- كثيراً ما ترد الكرة بقوة مما تسقط في مناطقهم ، ونظراً لعدم وجودهم فتعطي فرصة اخرى للمهاجمين للسيطرة على الكرة مرة ثانية .
 - 5- البطء في ادخال الكرة الى الملعب .
 - 6- استخدام الطبطبة بدلاً من المناولة . هناك حالة واحدة على المهاجم بعد سيطرته على الكرة ان يستخدم الطبطبة بدلاً من المناولة هي في حالة حشد اللاعبين بالقرب من الهدف مما يسبب له صعوبة في المناولة ، فهنا يكون مضطراً للقيام بالطبطبة للجانب او وسط الملعب لغرض التخلص من حشد اللاعبين ثم القيام بالمناولة مباشرة بعد ذلك .
 - 7- عدم دقة المناولة وتناسبها مع سرعة واتجاه المستلم .
 - 8- خطأ المستلم وذلك لعدم النظر على الكرة لحين الاستلام .
 - 9- استخدام الطبطبة لفترة طويلة وها له سلبياته :
- أ- ان المستلم المفروض ان يركض بأقصى سرعة لأجل مواجهة احدى متطلبات الهجوم السريع ثم استلام الكرة والقيام بالقطع لتنفيذ التصويبة السلمية او التصويب بالقفز القريب . فاستمرار اللاعب بالطبطبة لفترة طويلة سيجعل المستلم اما ان يكون تحت الهدف مما يصعب عليه التصويب او عليه الابطاء في حركته وهنا سيفقد فائدة السرعة للتغلب على المدافع .

- ب- استمرار اللاعب بالطبطة لفترة طويلة ، قبل المستلم ان يكون قريبا من المدافع وتسهل على المدافع من السيطرة عليه .
- ج- المناولة اسرع من الطبطة من أجل اختزال الوقت والوصول الى هدف المنافس بأقصى سرعة .

انواع الهجوم السريع :

هناك عدة انواع من الهجوم السريع وهذه الانواع تتحدد على ضوء وجود مدافع ام لا .

النوع الاول : الهجوم السريع بعدم وجود مدافع ويكون على نوعين :

أ- الهجوم السريع بمرحلة واحدة : ينفذ هذا النوع من الهجوم السريع بمناولة واحدة بين لاعبين اثنين (10) اي الكرة تنتقل من المناول الى المستلم ثم القطع باتجاه الهدف .

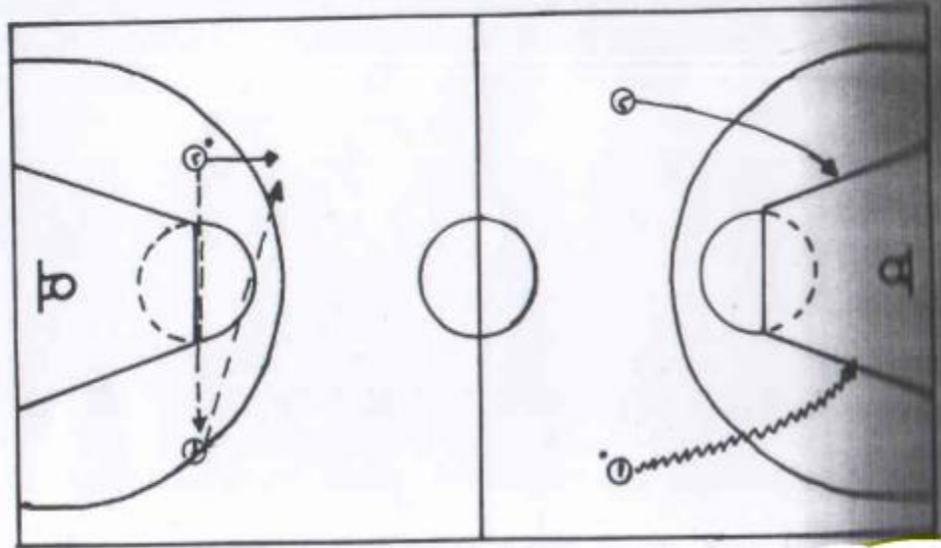
ب- الهجوم السريع بمرحلتين : ينفذ هذا النوع من الهجوم السريع بمناولتين بين ثلاثة لاعبين ، اي ان الكرة تنتقل من المناول الى المستلم الاول ثم المستلم الثاني ثم القطع باتجاه الهدف . ان المستلم الاول يناول الكرة الى المستلم الثاني في الحالات التالية :

- 1- اذا كان هناك منافس قريب منه مما يعيقه من تنفيذ الهجوم السريع .
- 2- اذا كان ضعيفا في بعض المهارات كالطبطة والقطع والتصويب .
- 3- اذا كان المستلم الثاني اقرب منه الى هدف المنافس وجيدا في تنفيذ الهجوم السريع .

النوع الثاني : الهجوم السريع بوجود مدافع : هذا النوع من الهجوم السريع يعتمد على مبدأ التفوق العددي وينقسم الى :

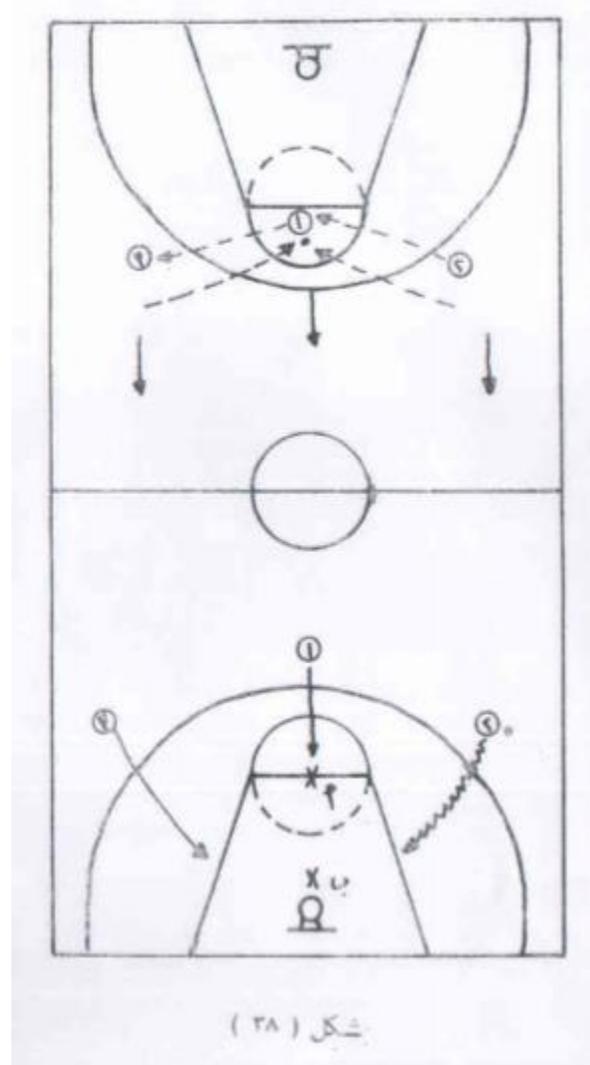
أ- لاعبي هجوم ضد مدافع واحد : في هذا النوع من الهجوم السريع على لاعبي الهجوم احتلال مركزين الجانب الايمن واليسر والقيام بالمناولات لحين الوصول تقريبا الى منتصف الساحة الامامية وذلك لكون المناولة اسرع من الطبطة وتساعد ايضا على تشتيت تركيز المدافع . بعد وصولهم الى منتصف الساحة الامامية عليهم قطع المناولات في المنطقة التي يشعرون بأن المناولة قد تقطع من قبل المنافس ، على اللاعب المهاجم الذي معه الكرة عليه القيام بالقطع والتصويب لكونه مسؤولا مسؤولية مباشرة عن التصويب ، وعليه عدم المناولة الى زميله اثناء القطع الا بعد التحام المدافع معه 100 % اما زميل المهاجم الثاني فيجب ان يكون قريبا من الخط الجانبي لمنطقة الدفاع وفي زاوية تسهل عليه استلام الكرة من زميله القاطع ، ومن ناحية اخرى تصعب على المدافع مدافعة كلا المهاجمين لبعد المسافة بينهما . ان اي تقدم داخل منطقة الدفاع تسهل على المدافع مدافعة كلا

المهاجمين وتعيق المناولة وان اي تأخير في التقدم لزميل القاطع تعرقل عملية سرعة تنفيذ الهجوم السريع شكل رقم (37) .

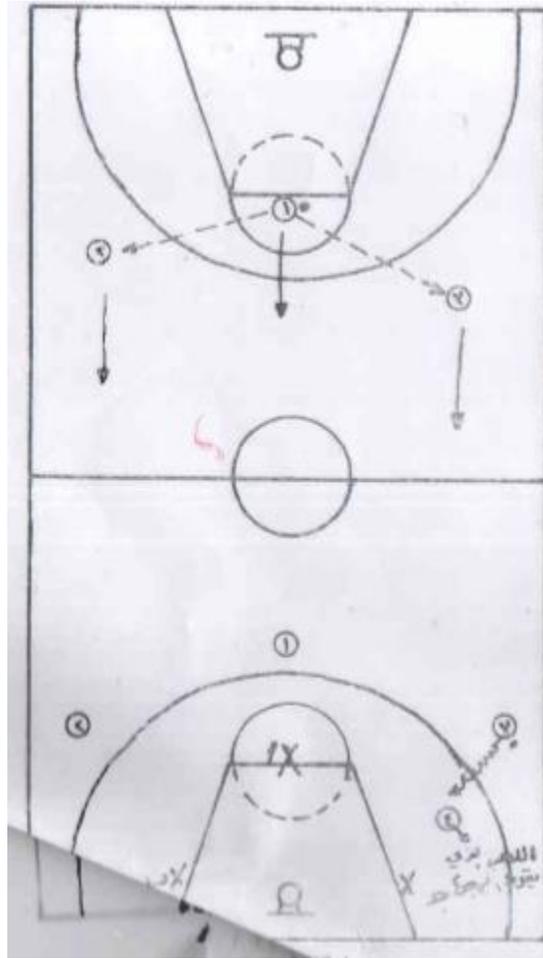


شكل (٣٧)

ب- ثلاثة لاعبي هجوم ضد لاعبي دفاع : في هذا النوع من الهجوم السريع على لاعبي الهجوم احتلال ثلاثة مراكز اثناء تحركهم ، لاعب في الوسط ولاعب في كل جانب من جوانب الملعب الايمن والايسر ثم القيام بالمناولات بين الوسط واليمين ، والوسط واليسار لحين الوصول الى منتصف الساحة الامامية . بعد الوصول الى منتصف الساحة الامامية يفضل ان تكون الكرة مع احد لاعبا الزوايا الذي يقوم بالقطع باتجاه الهدف والتصويب وعليه ايضا عدم مناولة الكرة الا اذا اعاقا المدافع 100 % لاعب الوسط اثناء قطع زميله للتصويب يجب ان يكون بالقرب من خط الرمية الحرة ، اما لاعب الزاوية الاخرى فيجب ان يكون بالقرب من الخط الجانبي لمنطقة الدفاع وفي زاوية جيدة للاستلام . ان هذه الوضعية تسهل عملية المناولة لهم اذا تم اعاقا القاطع وكذلك تصعب على المدافعان السيطرة عليهم واعاقا التصويب ، شكل رقم (38) .



ج- الهجوم بأربعة مهاجمين ضد ثلاثة مدافعين : في هذا النوع من الهجوم السريع يحتل ثلاثة لاعبين ثلاثة مراكز الوسط ، الجانب الايمن ، الجانب الايسر ، اما اللاعب الرابع فعليه الركض بأسرع ما يمكن للوقوف بالقرب من احد المدافعين ليشكل التفوق العددي في تلك الجهة فقط على المهاجمين الثلاثة التحرك بالمناولات لحين الوصول الى منتصف الساحة الامامية ثم البدء بالهجوم من قبل اللاعب الذي معه الكرة في جهة اللاعب الرابع لحصول التفوق العددي في تلك الجهة فقط ، كما ذكرنا سابقاً في تنفيذ الهجوم السريع من جهة عكس جهة اللاعب الرابع يكون صعباً وذلك لعدم وجود التفوق العددي - شكل رقم (39)



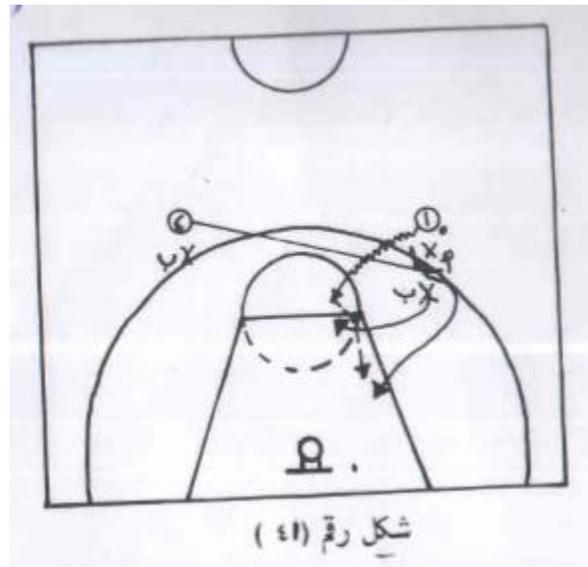
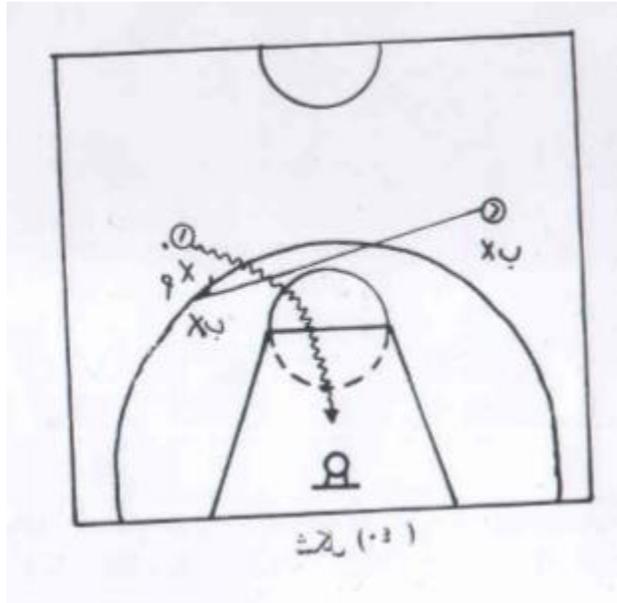
النوع الثالث: الهجوم السريع بتساوي عدد المهاجمين مع المدافعين .

ان هذا النوع من الهجوم السريع يعتمد على مبدأ الحجز والدوران Screen and Roll

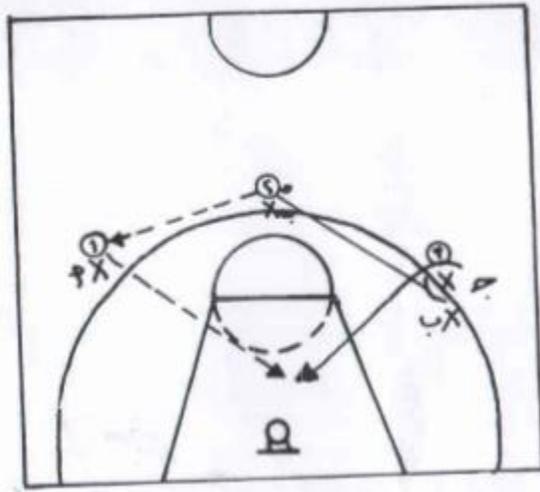
ان القصد من هذا النوع هو لأعطاء فرصة للاعب المسيطر على الكرة من التخلص من مراقبة المنافس والقطع باتجاه الهدف لغرض التصويب او اعطاء الفرصة للزميل الاخر للتخلص من مراقبة المنافس لاستلام الكرة والقطع باتجاه الهدف لغرض التصويب انه يستخدم بطريقتين :

أ- لاعبي هجوم ضد لاعبي دفاع : الحجز للاعب مع الكرة ، قيام اللاعب بالقطع باتجاه الهدف بالطبقة في حالة قيام المدافعين بتبادل المراكز ، على الحاجز القيام بعملية الدوران تاركاً المدافع

خلفه لغرض استلام الكرة من زميله والقطع باتجاه الهدف كما في شكل رقم (40)، اما اذا لم يستخدم المدافعون عملية المراكز فعلى القاطع الاستمرار بالقطع والتصويب ، كما في شكل رقم (41)



ب- ثلاثة لاعبي هجوم ضد ثلاثة لاعبي دفاع : في هذا النوع اما ان يتم الحجز للاعب مع الكرة ويطبق كما في حالة لاعبي هجوم ضد لاعبي دفاع ، او ان يتم الحجز للاعب بدون كرة وعلى اللاعب الذي تم له الحجز ان يقوم بالخداع والقطع من جهة الحجز لاستلام الكرة من زميله المناول والقطع باتجاه الهدف لغرض التصويب ، شكل رقم (42)



شكل رقم (٤٢)

الهجوم الفرقي :

المقصود بالهجوم الفرقي لأي نوع من انواعه الثلاثة ، هو ذلك الهجوم الذي يرسم ويشكل وفق خطة مدروسة منظمة لأجل ان يكون فعالاً ومؤثراً ضد أي طريقة دفاعية يلجأ اليها المنافس سواء كانت طريقة دفاع عن المنظمة او دفاع رجل لرجل او الدفاع المختلط للحصول على الفرصة المناسبة للتصويب وتسجيل الاصابة .

مع العلم ان اختيار الطرق الهجومية تعتمد على مهمة المدرب في التخطيط ، الاختيار ، وترسيخ الطريقة الهجومية الي تستخدم من قبل جميع أعضاء الفريق ، الا ان اعتبار تلك الطرق الهجومية او احدهما الافضل للفريق قد يتأثر بعدة عوامل . من هذه العوامل هي مهارة وقابلية اعضاء الفريق المهاجم مقدرة الفريق المنافس ، ظروف المباراة ، ظروف التدريب واخيراً تجربة وخبرة المدرب . ان هذه العوامل على الرغم من انها قد تختلف لدى كل لاعب الا انها يجب ان تعطى الاعتبار والاهتمام اللازم حول اي قرار بخصوص طرق الهجوم الفرقي التي سوف تستخدم خلال موسم السباقات . ان تنفيذ الهجوم الفرقي او الهجوم المنظم يعتمد على :

1- التميز - كل لاعب من لاعبي الهجوم ان تكون له القدرة على تمييز فعالية وعمل الدفاع ، وما هي المناطق القوية في الدفاع وما هي المناطق الضعيفة .

2- رد الفعل - بعد التميز ، على المهاجمين الاستجابة لاستغلال أية فرصة مناسبة يسمح بها المدافعون . مع المعروف اثناء عمل المدافعين للدفاع ضد اية طريقة هجومية فانهم سيرتكبون بعض الاخطاء ، لهذا فعلى المهاجمين تمييز تلك الاخطاء والاستجابة لها لاستغلالها كفرص لاصابة هدف المنافس .

3- التوقيت - على كل لاعب من لاعبي الهجوم ان يعرف خلال لحظة اين بقية زملائه في الملعب ، هل هم في الاماكن التي يجب ان يكونوا فيها ، وماذا عليهم ان يعملوا . على لاعبي الهجوم ايضا معرفة اين هم المدافعون . ان استراتيجية الفريق المهاجم هي محاولة التغلب على المنافس في مناطق مختلفة من الملعب للحصول على امكانية التصويب الجيد . لأجل نجاح المهاجمين في ذلك ، عليهم معرفة حركة كل مدافع وزملاءه ايضا . ان هذا يسمى مفتاح الهجوم الذي يساعد المهاجمين على الاستجابة الصحيحة . فاذا تمكن المهاجمون من تمييز مفتاح الهجوم والاستجابة له فورا ستكون لهم المقدرة على النفاذ من بين صفوف المدافعين وتسجيل الاهداف .

في كرة السلة هناك ثلاثة انواع من الهجوم الفرقي او المنظم وسيتم التطرق لكل نوع من هذه الانواع الثلاثة بالتفصيل :

1- الهجوم ضد دفاع المنطقة .

2- الهجوم ضد دفاع رجل لرجل .

3- الهجوم ضد الدفاع المختلط .

الهجوم ضد دفاع المنطقة :

كما عرفنا في الباب الاول ، الفصل الثاني ، ان اعضاء الفريق المدافع في دفاع المنطقة كل لاعب مسؤول في الدفاع عن منطقة من مناطق الدفاع ويكونون قريبين من هدفهم . لهذا على الفريق المهاجم اثناء الهجوم ضد دفاع المنطقة استغلال الفرص ونقاط الضعف لدى الفريق المدافع لغرض النجاح في التصويب من الخارج وامكانية اختراق صفوف المدافعين والقطع باتجاه الهدف . ان هذا النوع من الهجوم يعتمد اذن على كيفية نجاح المهاجمين في التحرك واتخاذ الوضع الهجومي الجيد خارج منطقة الدفاع وايضا يعتمد اساسا على مبدأ زيادة عدد المهاجمين على عدد المدافعين في منطقة من مناطق الدفاع لغرض النجاح في ارباك صفوف المدافعين والنجاح في تسجيل الاهداف . من هنا فهناك طريقتان للهجوم ضد دفاع المنطقة .

الطريقة الاولى : الهجوم بدون لاعب وسط او ارتكاز .

في هذا النوع من الهجوم ضد دفاع المنطقة يكون اعضاء الفريق المهاجم الخمسة منتشرين جميعهم خارج منطقة الدفاع او في منطقة الهجوم على شكل شبه دائرة يستخدم الفريق هذه الطريقة الهجومية للأسباب التالية :

1- اذا كان لديه خمسة لاعبين سريعى الحركة .

2- اذا كان لاعبه يجيدون المناورات الهجومية والمهارات الهجومية الفردية كالخداع والطبطة والمناولات الخ .

3- لديه عدد من اللاعبين يجيدون التصويب من خارج منطقة الدفاع ويجيدون القطع من ثغرات الدفاع .

4- عدم وجود لاعب او لاعبين يتصفون بصفات لاعب الارتكاز من حيث طول القامة والقوة الجسمية والقدرة على الخداع داخل منطقة الدفاع والقدرة على التصويب القريب والقدرة على ارباك صفوف الدفاع .

ان هذا النوع من الهجوم ضد دفاع المنطقة يستخدم بالاعتماد اساسا على خلق الفرص المناسبة للاعبين الذين هم متميزون بالتصويب الناجح لاجل ان يكونوا بعيدين من المراقبة للقيام بشكل رئيسي بعملية التصويب . انه من الخطأ على الفريق عن استخدام هذا النوع من الهجوم والقيام بالحركات الهجومية الفعالة ثم ينهي هجومه بالتصويب من قبل لاعب او لاعبين غير جيدين بالتصويب . بل الاصح طالما ان الفريق في هذا النوع من الهجوم يعتمد اساسا على التصويب من الخارج ، فيجب ان يكون اللاعبون الجيدون بالتصويب النصيب الاكبر لغرض تنفيذ التصويب . وهناك عدة طرق لذلك .

1- ان استخدام الحجز غير مقصورا على طريقة الهجوم ضد دفاع رجل لرجل ، بل يمكن استخدامه بشكل فعال ومؤثر في الهجوم ضد دفاع المنطقة وخصوصا الحجز الامامي ، حيث يمكن استخدامه بحجز المدافع في المنطقة التي يتواجد فيها زميل الحجز والذي يجيد التصويب من تلك المنطقة بعد حجز مدافعه وابعاده عن المراقبة .

2- كثرة استخدام التصويب الناجح من الخارج سيكسب الفريق المهاجم فائدتين :

اولا- في حالة بقاء مدافعين في مناطقهم يعني استمرار الفريق بالتصويب الناجح من الخارج بدون اعاقه .

ثانيا- انسحاب المدافعين خارج مناطقهم الدفاعية ، سيمكن الفريق المهاجم من اسغلال الفجوات والثغرات المستحدثة في اختراق صفوف المدافعين والقطع باتجاه الهدف .

3- من الطرق المهمة للهجوم ضد دفاع المنطقة بدون لاعب وسط او ارتكاز هو التزام لاعبي الهجوم الخمسة جميعهم بالتحرك بصورة مستمرة ثم النفاذ من المناطق الضعيفة في الدفاع لغرض التصويب مباشرة او استلام الكرة ثم التصويب . ان هذا النوع من الهجوم يجب ان يتم في المناطق الدفاعية التي تسمح بالتعرض لمثل هذا الهجوم .

4- استخدام المناولات السريعة والقوية مع بقاء المهاجمين في اماكنهم . من المعروف ان المدافعين في دفاع المنطقة جهدهم يكون منصبا على مراقبة الكرة قبل كل شيء . لهذا فان متابعة وتحرك المدافعين لمراقبة الكرة اثناء المناولات السريعة والقوية ستساعد على ارباك صفوف المدافعين فيمكن استغلالها للتصويب من الخارج او القطع .

5- تركيز المناولات الى جهة معينة بالشكل الذي يولد قناعة لدى المدافعين بان الهجوم مركز من هذه الجهة مما يخدمهم بالتركيز في الدفاع على تلك الجهة ، ثم قيام المهاجمين بعد ذلك بشكل مفاجيء وسريع من نقل الكرة الى الجهة الاخرى والتي يتواجد فيها احد لاعبي الهجوم الذي يجيد التصويب ، مما يمكنه من التصويب بدون اعاقه وذلك لصعوبة انتقال لاعبي الدفاع بنفس سرعة انتقال الكرة .
الطريقة الثانية :

في هذا النوع من الهجوم ضد دفاع المنطقة ، هو وجود اربعة لاعبين خارج منطقة الدفاع ولاعب داخل منطقة الدفاع (يسمى الهجوم بلاعب وسط او ارتكاز) او وجود ثلاثة مهاجمين خارج منطقة الدفاع والذين يكونون على شكل مثلث (لاعب متأخر ولاعب في كل جانب من منطقة الدفاع) ولاعبان داخل منطقة الدفاع (يسمى الهجوم بلاعب ارتكاز) .

ان هذا النوع من الهجوم يعتبر من أكثر الانواع الشائعة والسائدة في الهجوم ضد دفاع المنطقة في وقتنا الحاضر وذلك بالاضافة الى امتلاك الفريق الى الصفات الجيدة للاعبين الذين يلعبون خارج منطقة الدفاع ، فهو ايضا يمتلك لاعبي الارتكاز الذين يتصفون بالصفات التالية والتي تعزز من مقدرة الفريق الهجومية .

1- طول القامة .

2- القوة الجسمية .

3- القدرة على حجز المدافعين داخل منطقة الدفاع .

4- القدرة على المناولة لزملائه .

5- القدرة على التصويب من داخل منطقة الدفاع بالرغم من وجود المدافعين .

6- القدرة على المدافعة .

7- القدرة على ارباك صفوف المدافعين من خلال التحرك السليم داخل منطقة الدفاع .

ان تحركات لاعب الارتكاز لاجل ان تكون ناجحة فانها تعتمد على عدة عوامل منها :

موقع المنافس ، المقدرة المهارية والجسمية للاعب الارتكاز ، النتيجة ، ووقت المباراة . (12)

قبل التطرق الى انواع الهجوم بالارتكاز ضد دفاع المنطقة ، هناك اسس مهمة على لاعب الارتكاز ادراكها واتقانها لغرض النجاح في مهمته :

1- على لاعب الارتكاز ان يحدد موقع استلام الكرة باشارة من يديه لكي يتمكن المناول من معرفة اتجاه الكرة اين يجب ان يكون عند المناولة .

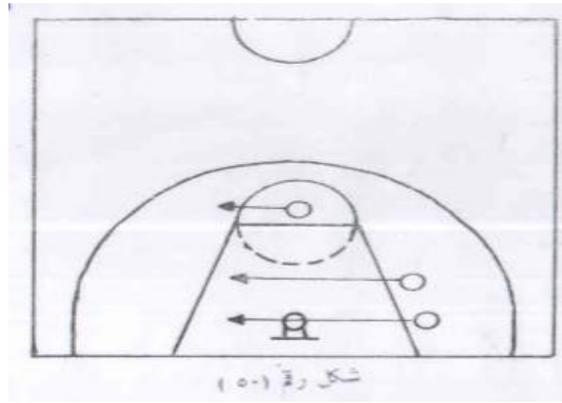
- 2- المناولة يجب ان يتم استلامها من مستوى الصدر فما فوق من قبل لاعب الارتكاز وذلك لقرب المدافعين منه . المناولة باليدين من فوق الرأس تعتبر من المناولات المفضلة للاعب الارتكاز وذلك لامكانية استلامها اعلى وابعد من الدفاع .
- 3- عند استلام الكرة يجب حمايتها بالجسم مباشرة .
- 4- يجب تحريك الكرة من جانب الى آخر بواسطة دوران الرسخ . هذه الحركة تساعد على توفير حماية اضافية للكرة ضد تحركات المدافعين .
- 5- على لاعب الارتكاز العميق ان تكون لديه المقدرة على التصويب بكلتا اليدين ومن كلا الجانبين وان يجيد التصويب الخطا في والتصويب بالقفز والتصويب بالقفز بعد الدوران على لاعب الوسط الامامي ايضا اجادة هذه الانواع الرئيسية من التصويب .
- 6- على لاعب الارتكاز الامامي ان يتخذ المكان الصحيح في الملعب او في منطقة الدفاع والتي تكون عادة بالقرب من منطقة الرمية الحرة وذلك لاجل ان يكون قريب من الهدف ولديه المجال للتحرك للجانب لكي ينفذ التصويب الناجح . ايضا عليه ان يعزز مكانة ويكون على خط مستقيم تقريبا بين الكرة ، نفسه ، والهدف . هذه الوضعية تعيق المدافع من اتخاذ الموقف الدفاعي الجيد ضده .
- 7- على لاعب الارتكاز التحرك بسرعة للمنطقة التي يرغب استلام الكرة فيها لغرض التخلص من مراقبة الدفاع . الصبر أهم عامل على لاعب الارتكاز ان يدركه عندما يريد استلام الكرة في المناطق الفعالة لغرض التصويب والمناولة .
- 8- يجب ان تكون لديه القدرة على التحرك ومعرفة المناطق التي يجب ان يتحرك فيها في منطقة دفاع المنافس مع الاخذ بالاعتبار موقع الهدف وساحة اللعب .
- 9- ممكن للاعب الارتكاز استخدام اشارات معينة في المناطق التي يريدون استلام الكرة فيها .
- 10- يجب اخفاء الكرة عن المدافعين في كل الاوقات . هذا يتم بوضع الجسم بين الكرة واللاعب المدافع .
- 11- الخداع الذي يستخدمه لاعب الارتكاز للتخلص من مراقبة المنافس لغرض استلام الكرة والتصويب غالباً ما يعتمد على المسافة من الهدف ، ارتفاع مستوى الكرة عند الاستلام واتجاه حركته المقررة
- 12- عند اداء اي نوع من التصويب على لاعب الارتكاز ان يحفظ يديه على الكرة اطول مدة ممكنة بالاضافة لذلك ، التصويب يجب ان يتم بشكل يساعد لاعب الارتكاز على منع الكرة من حالة فشلها التصويب .

انواع الهجوم بالارتكاز :

هناك نوعان من الهجوم بالارتكاز :

النوع الاول : الهجوم بلاعب ارتكاز .

في هذا النوع من الهجوم ، الفريق يهاجم بلاعب ارتكاز واحد واربعة لاعبين خارج منطقة الدفاع الذين يحتلون لاعبان للخلف ولاعب في كل جانب من منطقة الدفاع . ان لاعب الارتكاز في هذا النوع من الهجوم يحتل ثلاث مراكز ويسمى لاعب الارتكاز باسماء المواقع التي يكون فيها ، كما في الشكل رقم (50) .



1- لاعب الارتكاز العميق :

يقف هذا اللاعب على خط منطقة الدفاع وبالقرب من السلة ان هذا اللاعب يمتاز بالطول والقدرة على التصويب الجيد ، ولكنه يكون اقل قدرة في اعطاء المناولة لزملاءه اثناء القطع باتجاه مما هو بالنسبة للمركزين الاخرين للاعب الوسط او الارتكاز .

2- لاعب الارتكاز الوسط -

يحتل هذا اللاعب المنطقة التي تقع بين خط الرمية الحرة والهدف على اي جانب من جوانب منطقة الدفاع . يعتبر هذا النوع من الارتكاز من الانواع الشائعة والسائدة في الوقت الحاضر ، من هذا الموقع يستطيع لاعب الارتكاز هذا ان يهدد هدف المنافس لوقوعه ضمن مقدرته على التصويب . كما انه ايضا يستطيع ان يقوم بدور الممون لزملائه اثناء القطع باتجاههم واستلامهم الكرة منه . بما ان لاعب الارتكاز هذا غالبا ما يكون ظهره مواجه للهدف ، فانه يستطيع القيام بالدوران ومواجهة الهدف بعد استلام الكرة ثم القيام بالتصويب كما انه يستطيع ان يلعب وظهره مواجه للهدف باستخدام الارتكاز واداء التصويب الخطافي .

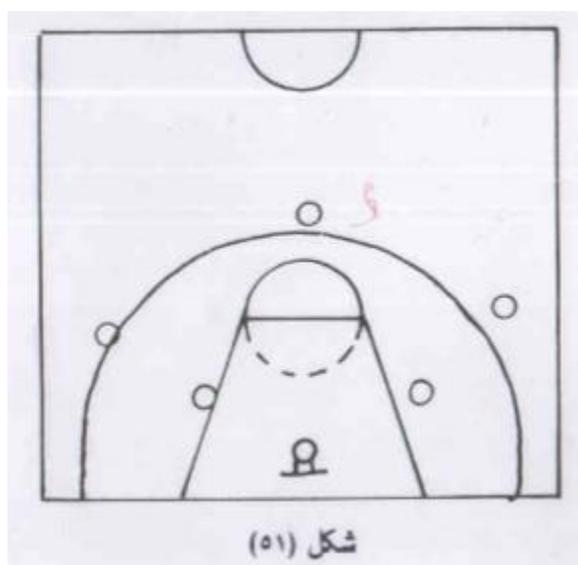
3- لاعب الارتكاز الامامي :

يحتل هذا اللاعب المنطقة القريبة من خط الرمية الحرة وظهره يكون مواجهاً للهدف . ان واجب هذا اللاعب هو اداء الحجز لزملائه ويكون الممون لهم بالمناولات اثناء القطع اكثر من واجب التصويب ، وفي حالة ادائه التصويب وبما ان ظهره مواجه للهدف ولبعده عن الهدف تقريبا ، فاما ان يدير ظهره ويواجه الهدف واداء التصويب او المحاولة للقطع من حول مدافعه باتجاه الهدف لكي يستخدم التصويب بالقفز القريب او التصويب الخطافي او التصويبة السلمية في هذا النوع من الارتكاز يعتمد الفريق المهاجم في استخدامه على القطع الفردي او الزوجي اكثر من النوعين الاخرين .

النوع الثاني : الهجوم لاعبي ارتكاز

ان الفريق عادة يستخدم هذا النوع من الهجوم ضد دفاع المنطقة عند توفر لاعبين يتصفان بصفات لاعب الارتكاز ولغرض احداث التفوق العددي . ان المراكز التي يحتلها لاعبا الارتكاز هي :

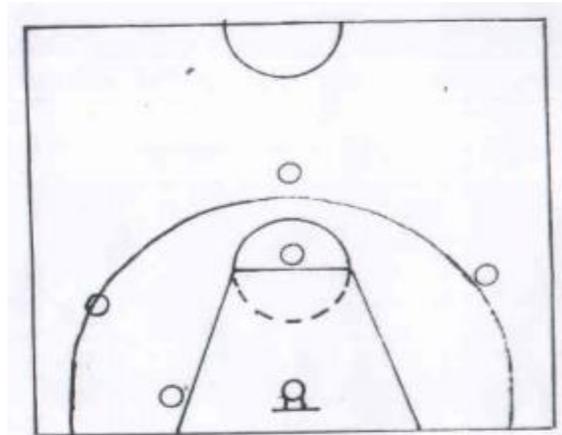
1- اما احتلال المنطقة العميقة من جانبي خطوط منطقة الدفاع وبالقرب من الهدف او في جانبي وسط خطوط منطقة الدفاع وهي الطريقة السائدة الآن ، شكل رقم (51)



اما بقية اللاعبين الثلاثة فأحدهم يكون لاعب متأخر والاخران يحتلان جوانب منطقة الدفاع . ان مهمة لاعبي الارتكاز هو القطع بعد اداء الارتكاز وايضا اداء التصويب بالقفز من الدوران والتصويب الخطافي والقطع والتصويب السلمي كذلك تسهيل مهمة زملائهم الثلاثة بالقطع باتجاه هدف المنافس نتيجة تحركهم وسحب المدافعين للخارج مما يساعد على فتح منطقة وسط الدفاع ، او اداء الحجز لزملائهم لتسهيل مهمة القطع لهم . اما واجب اللاعب المتأخر هو القدرة بالسيطرة على الكرة على

اعتبار انه المسؤول في تحريك الكرة وتنسيق حركات المهاجمين وعليه المساهمة ايضا مع زملائه في جانبي الملعب باداء الحركات المتقاطعة للمناورة لغرض اداء القطع المزدوج باتجاه احد لاعبا الارتكاز وكذلك لديه القدرة في التصويب البعيد من الامام . اما لاعبا الزوايا فواجباتهم هي المقدرة على التصويب البعيد من الجوانب نتيجة سحب لاعبا الارتكاز المدافعين للداخل والسرعة للقطع باتجاه هدف المنافس متى ما سمحت ظروف اللعب لذلك .

النوع الثاني من وقفة لاعبي الارتكاز - هو وقوف احدهم على خط الرمية الحرة ويمثل لاعب الوسط الامامي ، والآخر في المنطقة العميقة من خط منطقة الدفاع وبالقرب من الهدف ويمثل الوسط العميق ، شكل رقم (52)



شكل (٥٢)

اما بقية اللاعبين الثلاثة فتكون وقفتهم ايضا لاعبا متأخر والاخران كل واحد منهم على جانب من منطقة الدفاع ، وبهذا يشكل الفريق اثناء الهجوم طريقة 1-3-1 في هذه الطريقة اللاعب الطويل يفضل ان يوضع في العمق وان تكون له القدرة على التصويب افضل من لاعب الوسط الامامي الذي يمتاز بالقدرة على الحركة والحجز لزملائه وتموين الكرات لزملائه ولكن مع هذا يجب ان تكون للاعب الوسط الامامي القدرة على اداء التصويب بالقفز بعد الدوران اما لاعب الوسط العميق فبالرغم من ان لديه القدرة على اللعب والتصويب وظهره مواجها للهدف ، فيجب ان تكون لديه الامكانية ايضا على الانسحاب للزوايا والتصويب الناجح . على العموم ان لاعبي الارتكاز يجب ان يغيروا مراكزهم بتأني من فترة الى اخرى لغرض ارباك المدافعين . اما واجبات اللاعبين الثلاثة الاخرين فهي كما في النوع الاول من الهجوم بلاعبي ارتكاز .

الهجوم ضد دفاع رجل لرجل :

كما عرفنا في طريقة دفاع رجل لرجل هناك ملازمة فردية لكل لاعبي الهجوم . بعبارة اخرى كل مهاجم هناك مدافع مسؤول عنه ويتحرك معه الى اي اتجاه . لهذا فان الهجوم ضد دفاع رجل لرجل يجب ان

يكون منصبا لايجاد الوسائل والطرق التي تساعد لاعب او اكثر من لاعبي الهجوم لأن يتخلص من مراقبة منافسه للحظة قصيرة لأجل ان يستغلها في اداء التصويب بحرية . هناك عدة طرق للهجوم ضد دفاع رجل لرجل :

1- استغلال خطأ الدفاع :

من الواضح ان كل مايقوم به الفريق المهاجم اثناء الهجوم ضد دفاع رجل لرجل من خطط ووسائل هو لأجل تخلص احد لاعبي الهجوم من مراقبة منافسه لأجل القيام بالتصويب بحرية مباشرة او بعد استلام الكرة ، فهنا على المهاجم ان لايبقى اسيرا لمنافسه ويبقى منتظرا فقط تطبيق الخطط الجماعية للفريق ، بل في كثير من الحالات يتمكن المهاجم من التخلص من مراقبة منافسه والتصويب بحرية من دون الالتزام بخطط الفريق الهجومية . لاجل النجاح في ذلك ، على المهاجم دائما ان ينظر ويراقب منافسه ويستطلع كل حركة من حركاته وذلك لكون المدافع احيانا يقع في اخطاء دون ان يشعر بها ، فمتى ما كان المهاجم مراقبا لمنافسه فانه سيستطيع اكتشاف تلك الاخطاء واستغلالها بالتخلص من مراقبة الدفاع واداء التصويب . من هذه الاخطاء على سبيل المثال : كأن يكون المدافع غير واقف بين المهاجم مع الكرة والهدف الذي يدافع عنه او كأن يكون المدافع مراقبا ومركزا نظره على الكرة 100 % دون النظر على المهاجم او قد يكون المدافع من النوع الذي يسهل خداعه والتخلص من مراقبته الخ

2- استخدام مهارات المهاجم الفردية : على اللاعب المهاجم ايضا ان يستثمر مميزاتة الفردية الهجومية ويطبقتها ضد منافسه اثناء الملازمة الفردية لأجل التخلص من منافسه قبل اللجوء الى خطط الفريق الجماعية ، فاللاعب المهاجم يستطيع استخدام مناورة تغير السرعة اثناء تحركه ، كالتغير من السرعة العالية الى البطيئة او من السرعة العالية الى التوقف . لأجل ان ينجح المهاجم في استخدام هذه المناورة للتخلص من مراقبة منافسه ، فيجب ان يتصف استخدامها بالتكرار والمفاجئة وان يكون التغير في السرعة ملموسا . فمتى ما كان المدافع تحركه غير جيد ورد فعله بطيء فبالتأكيد سينجح المهاجم من التخلص من مراقبة منافسه .

ممكن على المهاجم استخدام الخداع ، كالخداع بتحريك القدم الى جهة معينة لخداع المنافس بأنه سيتحرك من تلك الجهة ثم التغير فجأة الى الجهة المعاكسة . او الخداع بالنظر وذلك بتركيز النظر للاعلى او الجانب او الاسفل على اعتبار الاستعداد لاستلام الكرة من تلك الجهة فمتى ما قام المدافع بتغير نظره طبقا لنظر المهاجم على اساس محاولة قطع الكرة سيتمكن المهاجم من استغلال هذه الحالة والقيام بالحركة السريعة للتخلص من مراقبة منافسه . يستطيع المهاجم ان يخدع بالوقوف باسترخاء وعدم مبالاة لخداع منافسه بانه غير مشترك في خطة الفريق الهجومية ثم يقوم بعد ذلك بالاندفاع المفاجيء متجاوزا منافسه .

يستطيع المهاجم استخدام الطبطبة كوسائل خداعية للتخلص من مراقبة منافسه ، كالتبطبة بتغير السرعة ، الطبطبة بتغير الاتجاه ، الطبطبة بالدوران ، الطبطبة من خلف الظهر ، الطبطبة بين الساقين ، الطبطبة للامام والخلف ، الطبطبة بالدوران المعكوسة . يتمكن المهاجم ايضا باستخدام الخداع بتغير الاتجاه وذلك بالتحرك باتجاهات مختلفة وتحرك المدافع معه . فمتى ما كانت حركة المدافع ورد فعله بطيء يستطيع المهاجم استغلال هذا الضعف للتخلص من مراقبة منافسه . او احيانا يسبب الخداع بتغير الاتجاه الى تقاطع ساقى المدافع مما يسبب له الاعثار او السقوط مما يسهل على المهاجم التخلص من مراقبة منافسه .

3- الحياكة Weave

ان الحياكة تعتبر احدى العاب الفريق الهجومية الجماعية لغرض التخلص من مراقبة المنافس من قبل احد المهاجمين واداء التصويب بحرية .

ان اللاعبين الذين يشتركون باداء هذا النوع من الهجوم ضد دفاع رجل لرجل يجب ان يتصفوا بالمؤهلات التالية :

- 1- القدرة في السيطرة على الكرة .
- 2- القدرة في خداع المنافس .
- 3- الطول المعتدل للاعبين .
- 4- القدرة على التصويب بالقفز القريب
- 5- القدرة على القطع باتجاه الهدف .
- 6- القدرة على الطبطبة والمناولة
- 7- البراعة والنشاط .

اسس مهمة يجب مراعاتها اثناء اداء الحياكة :

- 1- على لاعبي الحياكة الاستمرار بالحركة حول الملعب لزيادة الضغط على المدافعين .
- 2- لاعبوا القطع ليس مقيدين لاستلام الكرة والقطع والتصويب فقط بل اداء الحجز لزملائهم ايضا .
- 3- يجب اجبار المدافعين على التحرك مع المهاجمين لمنعهم من القيام بدور الانسحاب والمساعدة او غلق منطقة وسط الملعب .

4- منطقة وسط الملعب يجب ان تبقى مفتوحة . لاعبوا القطع الذين لم يستلموا كرة اثناء قطعهم عليهم الاستمرار بالركض الى جوانب الملعب .

5- المناولات يجب ان يكون اتجاهها للخارج وامام المستلم

6- حركة المناول تكون من الداخل وحركة المستلم من الخارج (اي المناول يكون بين المنافس والمستلم)

7- المناولة باليد البعيدة عن المنافس .

8- على المهاجمين مراقبة حركة المدافعين اثناء ادائهم الحياكة لاستغلال اخطاء المدافعين في الوقت المناسب والقطع باتجاه الهدف .

9- على لاعب الوسط بعد مناولة الكرة اكمال ركضة على اقواس رقم (8) باللغة الانكليزية دون الرجوع مباشرة على خط مستقيم .

الهدف من اداء حركة الحياكة :

الهدف الاساسي هو تخلص احد لاعبي الهجوم من مراقبة المنافس عن طريق :

1- تخلخل صفوف المدافعين نتيجة حركة المهاجمين السريعة اثناء اداء حركة الحياكة .

2- تصادم المدافعين فيما بينهم نتيجة تحرك المدافعين التحرك الافقي ضد خصومهم ودون وجود انسجام بين المدافعين في التقدم والتراجع اثناء تحركهم التحرك الافقي .

3- اداء الحجز الجانبي اثناء تحرك المهاجمين

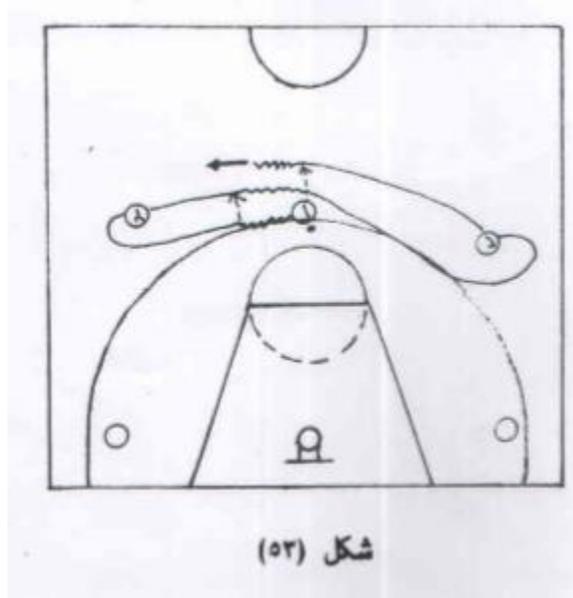
4- استغلال خطأ الدفاع في حالة متابعة المدافع لمنافسه المهاجم بالركض ورائه عند الاقواس بشكل يصبح المدافع خلف المهاجم ويصبح المهاجم قريباً من هدف المنافس وحراً من المراقبة .

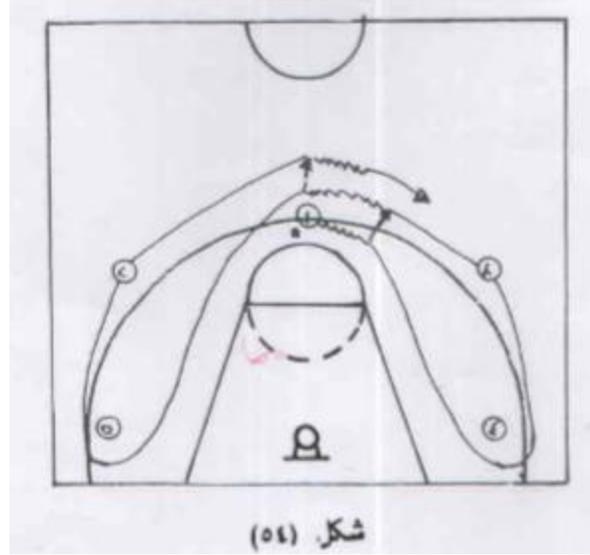
انواع حركة الحياكة :

حركة اللاعبين في الحياكة تكون على شكل رقم (8) باللغة الانكليزية على ارض الملعب وهناك نوعان من الحياكة :

النوع الاول : الحياكة بثلاثة لاعبين - وتكون وقفة المدافعين على شكل 2-3 . ثلاثة مدافعين للخلف مسؤولين عن اداء حركة الحياكة . تبدأ الحركة من قبل لاعب الوسط رقم (1) الذي تكون الكرة معه ويبدأ بالتحرك والمناولة الى زميله في احد الجوانب رقم (2) او (3) وهكذا يستمرون بالتحرك لحين تحقيق احدى اهداف حركة الحياكة المذدورة اعلاه اما اللاعبين الاخران رقم (4) ، (5) فيقف كل منهما في زاوية من زوايا الملعب وتكون مهمتهما عدم الاشتراك في حركة الحياكة وانما محاولة استغلال اخطاء مدافعيهم للقطع باتجاه وسط منطقة الدفاع لاستلام الكرة من زملائهم والقيام بالتصويب او الانتظار لحين قطع احد زملائهم باتجاه الهدف ثم الانطلاق خلفه لغرض متابعة التصويب ، شكل رقم (53)

النوع الثاني : الحياكة بخمسة لاعبين - ان لاعبي الهجوم الخمسة يقفون ايضا على شكل 2-3 ولكن جميعهم يشتركون في حركة الحياكة لتحقيق احدى اهداف حركة الحياكة المذكورة اعلاه ، شكل رقم (54)





اللاعب رقم (1) يقوم بالطبقة لمسافة قصيرة ثم يناول الى اللاعب رقم (3) ويستمر بالحركة في الزاوية اليمنى ليحل محلا اللاعب رقم (4) الذي هو يتحرك ليشغل مكان اللاعب (1) ، اللاعب (3) يطبب باتجاه اليسار ثم يناول الى اللاعب رقم (2) ، ثم الاستمرار بالحركة باتجاه الزاوية اليسرى ليحل محل اللاعب رقم (5) الذي بدوره عليه ان يحل محل اللاعب رقم (2) اللاعبون يستمرون بالحركة والقطع من زاوية الى اخرى لحين استغلال الفرصة المناسبة للقطع باتجاه الهدف من قبل احد المهاجمين بعد تخلصه من مراقبة منافسه ، ايضا على اللاعبين القائمين بالطبقة ان يكونوا نشطين وواعين لأي فرصة تسمح لهم للقطع باتجاه الهدف مباشرة . او مناولة الكرة الى اللاعب القاطع .

4- الحجز :

هو اهم سلاح فعال وشائع الاستخدام في الهجوم ضد دفاع رجل لرجل . وهو عبارة عن مهارة هجومية تعتمد على الحاجز والقاطع يستخدمها اللاعبون المهاجمون فيما بينهم لغرض تطويق المدافع ووضعهم في موقع حرج لاعطاء فرصة لزميلهم باستغلال الحجز والقيام بالطبقة والقطع او التصويب بالقفز او المناولة ، او القطع واستلام الكرة من الزميل (اذا كان الحجز للاعب بدون كرة) لغرض اجراء الطبقة والقطع او التصويب بالقفز مباشرة بعد الاستلام ، او اعطاء مناولة لزميل اخر . ان الحجز يعتمد على نقطتين :

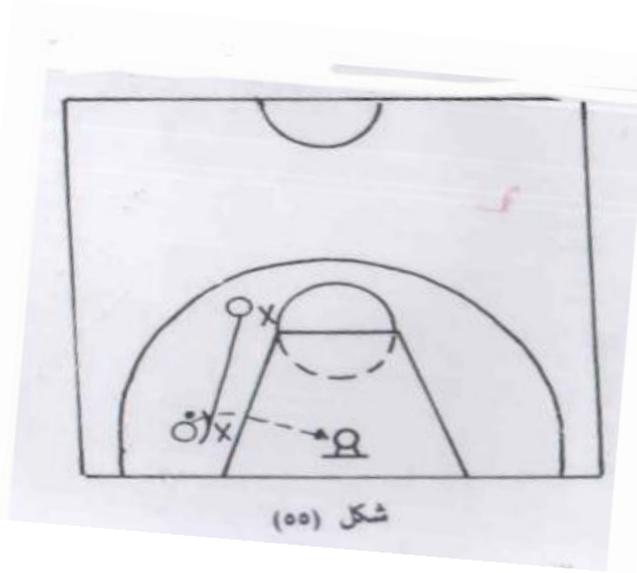
1- على اللاعب الحاجز ان يدرس المدافع جيدا قبل الحجز ضده لمعرفة نقاط ضعفه ومعرفة اداء اي نوع من الحجز بشكل يساعد على دفع المدافع للحظة بعيدا عن طريق المهاجم الذي تم له الحجز ليكون حرا في التصرف .

2- بدون ان يكون الحجز صحيحا 100 % لا يتمكن المهاجم الذي تم له الحجز من التخلص من مراقبة منافسه والتصرف بالكرة بحرية تامة لغرض القطع او التصويب بالقفز او المناولة او استلام الكرة اذا كان الحجز للاعب بدون كرة .

انواع الحجز :

هناك ثلاثة انواع من الحجز :

1) الحجز الامامي : الهدف الرئيسي منه اعطاء فرصة للزميل الذي تم له الحجز باستخدام التصويب البعيد ، شكل رقم (55) .



أ - دور الحاجز :

1- ان يقف امام المدافع مباشرة .

2- ان يواجه زميله (وجهاً لوجه) لغرض مشاهدة خروج الكرة من يد زميله التصويب ليقوم بعدها بالدوران والمتابعة . او يمكن ان يقف الحاجز مواجه لزميله ايضا . ولكن الوقفة الاولى تفضل لامكانية مشاهدة حركة اللاعب وزميله .

3- ان تكون المسافة بين القدمين واسعة وكذلك نشر الذراعين للجانب قليلاً لاعاقبة حركة المدافع للجانب لملازمة منافسه واجبار المدافع على التحرك بقوس .

ب - دور اللاعب الذي تم له الحجز :

1- ان لا يبدأ بالتصويب الا بعد اكمال عملية الحجز 100 % وبدون اكمال عملية الحجز فهو لا يزال تحت سيطرة المدافع .

2- التصويب يجب ان يتم امام الحجز مباشرة لكون المدافع محجوز من الامام فقط . اي حركة للجانب تعطي فرصة للمنافس لملازمته مرة ثانية .

3- عدم التأخير في التصويب بعد اتمام عملية الحجز لانه يعطي فرصة للمنافس للتحرك وملازمته مرة ثانية

4- القيام بالمتابعة بعد التصويب مباشرة .

الحجز الجانبي :

الهدف الرئيسي منه القطع باتجاه الهدف . فاما القطع بالطبقة اوالتصويبة السلمية او التصويب القريب بالقفز (اذا كان الحجز للاعب مع الكرة) ، شكل (56) . او القطع واستلام الكرة من زميل اخر والقيام بتكملة القطع واداء التصويبة السلمية او التصويب القريب بالقفز (اذا كان الحجز للاعب بدون كرة) ، شكل (57)

ب- دور اللاعب الذي تم له الحجز :

1- عدم البدء بالقطع الا بعد اتمام الحجز 100 %

2- القطع يتم من جهة الحجز لكون المدافع مطوق من تلك الجهة فقط ؟

3- القطع يكون من جانب الحجز مباشرة بدون الحاجة الى اخذ قوس .

4- لنجاح عملية القطع يجب ان يسبقه عملية خداع للجهة المعاكسة للقطع .

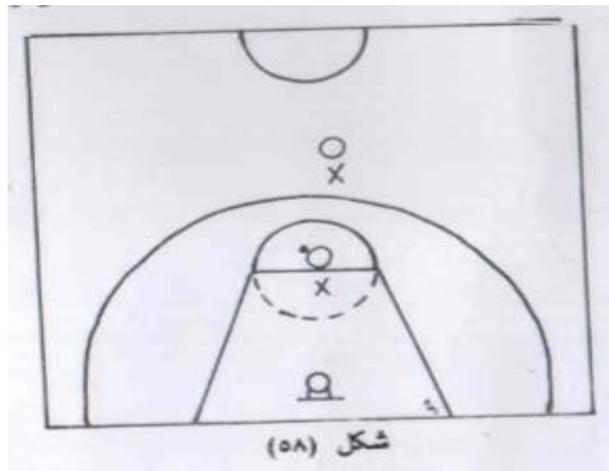
5- القطع يجب ان يكون باقصى سرعة لغرض الوصول الى الهدف والتصويب او لغرض استلام الكرة ثم اكمال القطع والتصويب .

(3) الحجز الخلفي :

الهدف الرئيسي منه القطع باتجاه الهدف بالتخلص من مراقبة منافسه نتيجة اصطدامه بالحاجز او الساتر او العمود . ان اهم الطرق الشائعة الاستخدام في هذا النوع من الحجز هي طريقة

اعط واذهب (Give and Go)

والذي يتطلب وجود مهاجمين احدهما الحاجز والذي يقف بالقرب من قوس دائرة الرمية الحرة والقاطع بالقرب من منتصف الملعب ، شكل رقم (58)



أ- دور الحاجز :

1- ان يقف بالقرب من قوس دائرة الرمية الحرة .

2- الثبات في المكان وعدم الانتقال من مكان الى آخر

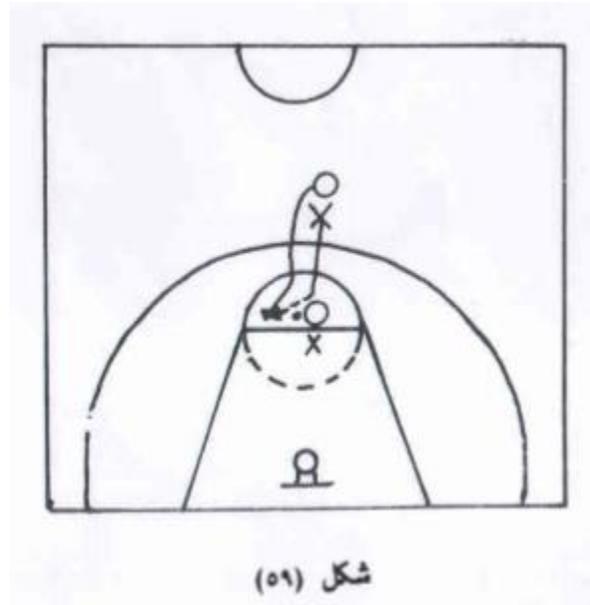
3- مسك الكرة بشكل جيد وحمايتها من منافسه

4- اعطاء المناولة للقاطع بشكل لا يؤثر على سرعة حركة اللاعب واتجاهه .

ب - دور القاطع :

1- التحرك بعد اتخاذ زميله وضعية الحجز الخلفي .

2- التحرك باتجاه زميله مستخدماً التحرك بتغير الاتجاه (يمين ويسار) لأجل اجبار منافسه على التراجع للخلف لحين ايصاله الى الحاجز او الساتر او العمود للاصطدام به وفقدانه وتوازنه مما يسهل على القاطع التخلص من مراقبته واستلام الكرة من الحاجز والاستمرار بالقطع من اي الجهتين واداء التصويبة السليمة او التصويب القريب بالقفز ، شكل رقم (59)



3- في حالة محاولة المدافع تجنب الاصطدام بالحاجز والتحرك الى احدى الجهتين قبل الوصول الى الحاجز ، على القاطع القطع من الجهة المعاكسة لمنافسه ، شكل رقم (60) .

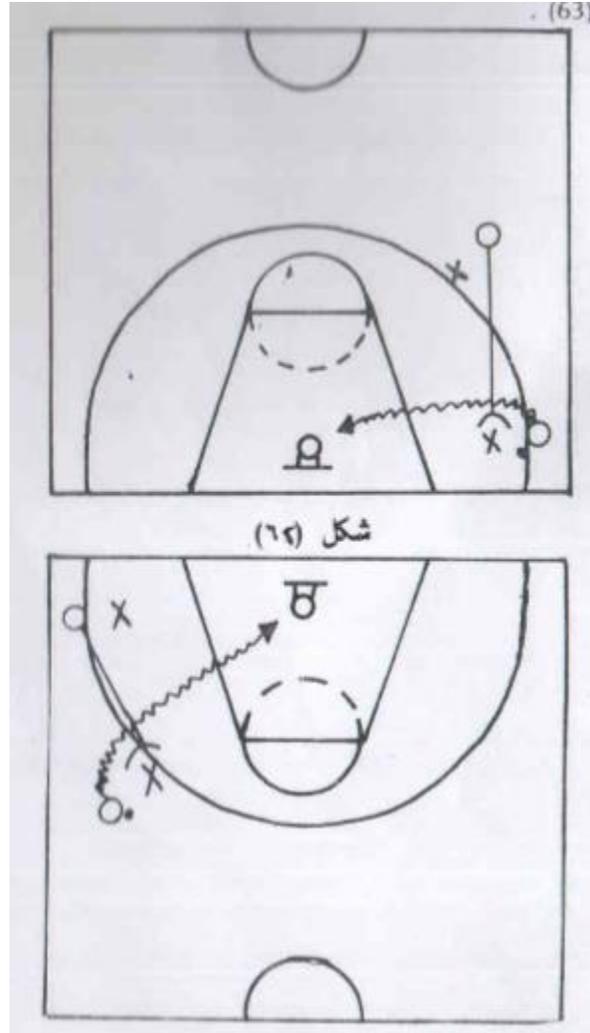
4- في حالة محاولة المدافع تجنب الاصطدام بالحاجز والتحرك للوقوف خلف الحاجز لغرض استقبال القاطع ، فهنا الحجز الخلفي تحول الى حجز امامي وعلى القاطع استغلاله بأداء التصويب بالقفز البعيد . شكل رقم (61)



حالات اداء الحجز

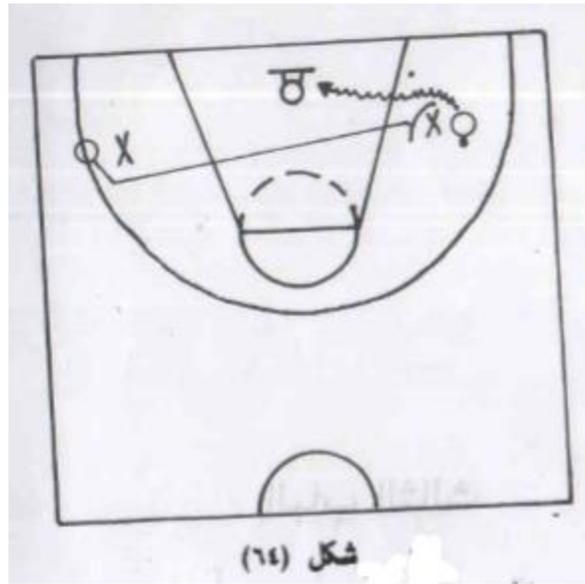
ان الحجز يمكن ان يتم على ارض الملعب من قبل المهاجمين وفق الصيغ التالية (13)

1- الحجز من الامام للخلف : في هذا النوع من الحجز يتم من لاعب في وسط الملعب الى لاعب في الخلف او في العمق . ممكن اداء الحجز الامامي اذا كان اللاعب في منطقة التصويب الجيدة ، شكل رقم (62)



2- الحجز من الخلف للامام : في هذا النوع من الحجز يتم من لاعب في الخلف او العمق الى لاعب في وسط الملعب . ممكن اداء الحجز الجانبي او الحجز الخلفي ، شكل رقم (63)

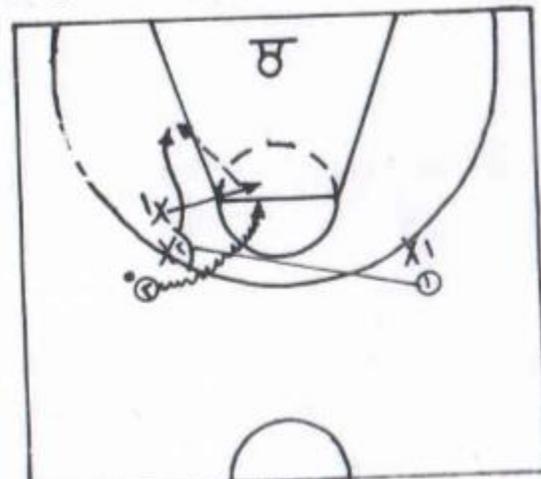
3- الحجز من جانب الى آخر حول منطقة الدفاع : في هذا النوع من الحجز يتم من لاعب في احد جانبي منطقة الدفاع الى لاعب في الجانب الآخر من منطقة الدفاع . ممكن اداء الحجز الجانبي ، الحجز الامامي اذا كان اللاعب في منطقة تصويب جيدة وممكن اداء الحجز الخلفي ، شكل رقم (64)



واجب الحاجز بعد الحجز :

بعد نجاح عملية الحجز وقيام القاطع بالقطع باتجاه الهدف ، على الحاجز ان لايبقى في مكانه وانما عليه

القيام بحركة (الدوران - الرول) كرد فعل لقيام المدافعين بعملية تبادل المراكز فيما بينهم Swiching قيام المهاجم رقم (1) باداء الحجز لزميله رقم (2) ولك بحجز المدافع 2 x جانبيا . فبعد قيام المهاجم رقم (2) بالقطع باتجاه الهدف وقيام المدافعين بتبادل المراكز فيما بينهم وذلك بقيام المدافع 1 x بمدافعة المهاجم رقم (2) ، على المهاجم رقم (1) مباشرة بعد عملية تبادل المراكز بين المدافعين القيام بحركة الدوران (الرول) بسرعة وذلك بالارتكاز على القدم القريبة من هدف المنافس والقطع من جهة معاكسة لجهة القاطع رقم (2) تاركا المدافع 2 x خلفه لأجل ان يصبح مهاجمين ضد مدافع وقيام المهاجم رقم (2) بمناولة الكرة الى المهاجم رقم (1) في حالة نجاح المدافع 1 x بتطويقه ، شكل رقم (65)



الهجوم ضد الدفاع المختلط :

بما ان الدفاع المختلط جزء منه دفاع منطقة والجزء الآخر دفاع رجل لرجل ، يستخدم لغرض الحد من خطورة بعض اللاعبين المهاجمين المتميزين عن غيرهم من زملائهم ، لهذا فأن الهجوم ضد الدفاع المختلط يجب ان يتم بشكل يفشل استراتيجية هذا النوع من الدفاع الفرقي . ان الهجوم ضد الدفاع المختلط يكون مبنياً على الاسس التالية :

1- امتلاك الفريق المهاجم أكثر من لاعب مميز لنفس الصفة – فعند قيام المدافعين مثلاً في جزء من دفاعهم بطريقة دفاع رجل لرجل ضد اللاعب الممون (play Maker)

فقط للحد من خطورته لكونه لاعب يتصف بسرعة الحركة واجادة المهارات والمناورات الهجومية الفردية والتصويب البعيد ويعتبر المفتاح لتنفيذ الخطط الهجومية ، على الفريق المهاجم ان يمتلك أكثر من لاعب بهذه الصفة لأجل ارباك المدافعين ، استغلال نقاط الضعف في طريقة الدفاع المختلط والاستمرار بتنفيذ خطط الفريق الهجومية دون اي تلكأ او عرقلة . ونفس الشيء عند الدفاع رجل لرجل ضد اللاعب الطويل او الارتكاز فيجب ان يكون في الفريق أكثر من لاعب طويل او ارتكاز للتعويض عن اللاعب الآخر . ونفس القول بخصوص اللاعب الذي يجيد القطع والتصويب من الخارج فيجب ان يتضمن الفريق المهاجم لأكثر من لاعب يتميز بصفة القطع والتصويب من الخارج للتعويض عن اللاعب المحاصر . ان السبب وراء ذلك ، هو احتمال عدم امتلاك الفريق المدافع أكثر من مدافع يمتلكون القدرة على مدافعة أكثر من مهاجم يمتلكون نفس الصفة وهنا سيتعرض الفريق المدافع للهجوم المستمر والفعال وافشال الدفاع المختلط .

2- اذا كان الفريق المهاجم يعتمد على اللاعب المطوق من قبل احد المدافعين ضد طريقة الدفاع المختلط في تنفيذ خطط الفريق الهجومية ولابداعاته الفردية ، يجب استخدام الحجز الفردي او المزدوج لاجل مساعدة هذا اللاعب للتخلص من مراقبة المنافس والاستفادة من قدراته على التصويب او مساعدة زملائه على اللعب الهجومي .

3- على الفريق المهاجم امتلاك عدد غير قليل من اللاعبين الذين يجيدون التصويب من خارج منطقة الدفاع لاستغلال نقاط ضعف الفريق المدافع في حالة لعبه بأكثر من لاعب دفاع رجل لرجل .

4- استغلال مناطق ضعف الدفاع في وسط منطقة الدفاع المفتوحة واللعب ضده بلاعب او لاعبي ارتكاز الذي يجيدون التصويب القريب بالقفز او القطع من حول والتصويب .