

# محاضرة (2) كرة سلة ثانية

المبحث الثالث :

انواع الدفاع رجل لرجل :

هناك انواع مختلفة من الدفاع رجل لرجل مثل الدفاع الضاغط **Pressing defense** أو الدفاع عن بعد **Loose Defense** أو الدفاع المتغير **switching Defense** أو الدفاع المباشر **straight Defense** والدفاع في كل الساحة أو الدفاع في نصف الساحة أو الدفاع في منطقة التهديف وجميع هذه الأنواع الدفاعية المختلفة يمكن أن ينظر إليها من زوايا عدة . وتتوقف على عوامل عدة . منها :

اولاً - وضع الدفاع بالنسبة للساحة .

ثانياً - بُعد المسافة بين اللاعب المدافع واللاعب المهاجم .

ثالثاً - ملازمة المدافع لرجل واحد طوال الوقت أو تغيير هذا الرجل اذا لزم الامر وفيما يلي شرح انواع الدفاع رجل لرجل بالنسبة للعوامل التي مر ذكرها : -

١ - وضعية الدفاع بالنسبة للساحة .

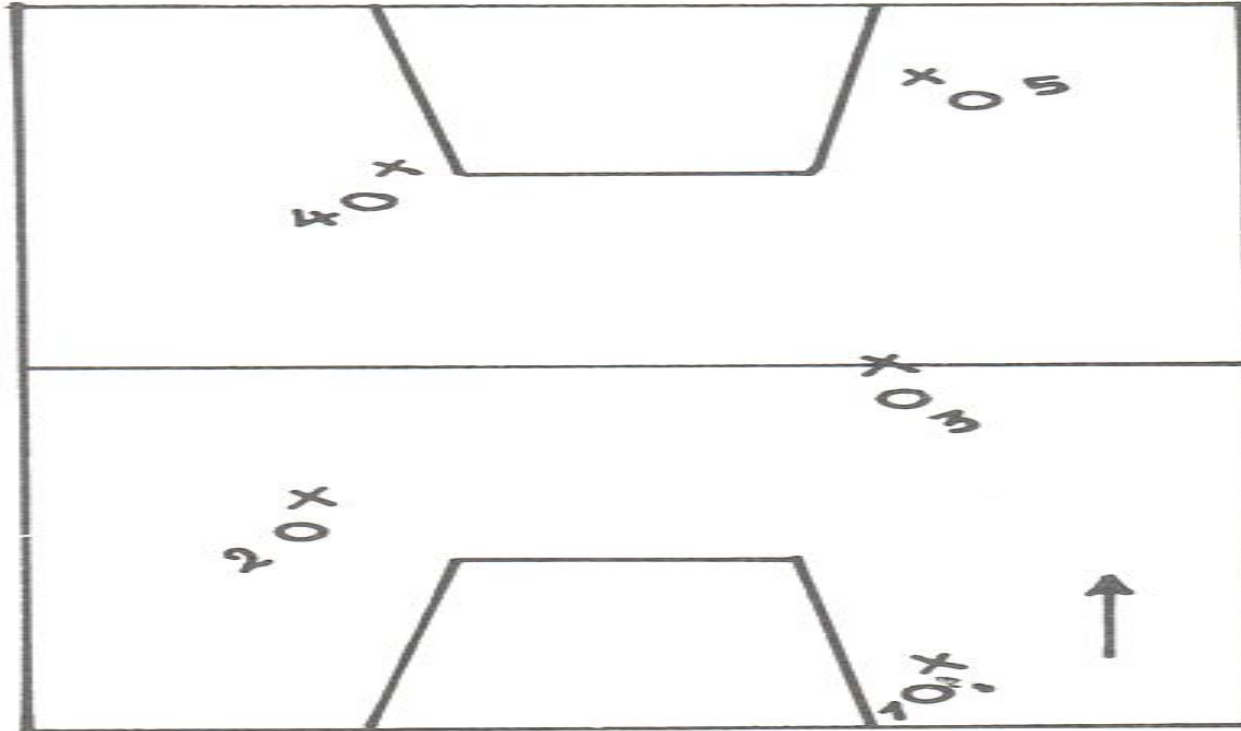
هناك ثلاثة أنواع للدفاع رجل لرجل بالنسبة للساحة : -

أ - الدفاع رجل لرجل كل الساحة « انظر شكل ( ١ ) » .

ان معنى الدفاع الشخصي رجل لرجل في كل الساحة هو أن يكون المدافع ملازماً للمهاجم منذ اللحظة الأولى لفقدانه الكرة واستلامها من قبل الفريق المضاد . فاللاعب المدافع يجب أن يمسك اللاعب المهاجم في أي مكان في الساحة ويمنعه من التهديف أو يقطع عنه مناولاته أو يعرقل طبيطته لمحاولة الحصول على الكرة مرة ثانية أو لجعل المهاجم يرتكب مخالفة ما ( كخروج الكرة خارج الحدود . مخالفة قاعدة الخمس ثواني من خارج الحدود . مخالفة قاعدة العشر ثواني ... الخ ) . ومن هذا نجد الصعوبة التي يلاقيها اللاعب المدافع لان هذا يتطلب منه بذل قصارى جهده لملاحقة خصمه المسؤول عنه فيجب ان ينمي قابليته البدنية ويطور المطاولة حتى يستطيع القيام بواجبه دون أن يصيبه التعب .



# محاضرة (2) كرة سلة ثانية



شكل رقم (١)

كثيرا ما نجد أن اللاعب المدافع لا يستطيع أن يمسك اللا  
ل عنه طوال الوقت لسبب ما . اما لسرعة المهاجم وكثرة مراوغته  
المختلفة للهجوم كالستار أو الحجز أو القطع . فعند ذلك ينصح  
ط اللاعب المهاجم القريب ويترك لاعبه لمدافع آخر اسرع منه  
ن يبقى مع خصمه المهاجم الجديد حتى حدوث أية مخالفة أو  
يرجع اللاعبون المدافعون الى حراسة مهاجميهم حسب توجيه  
مادة .



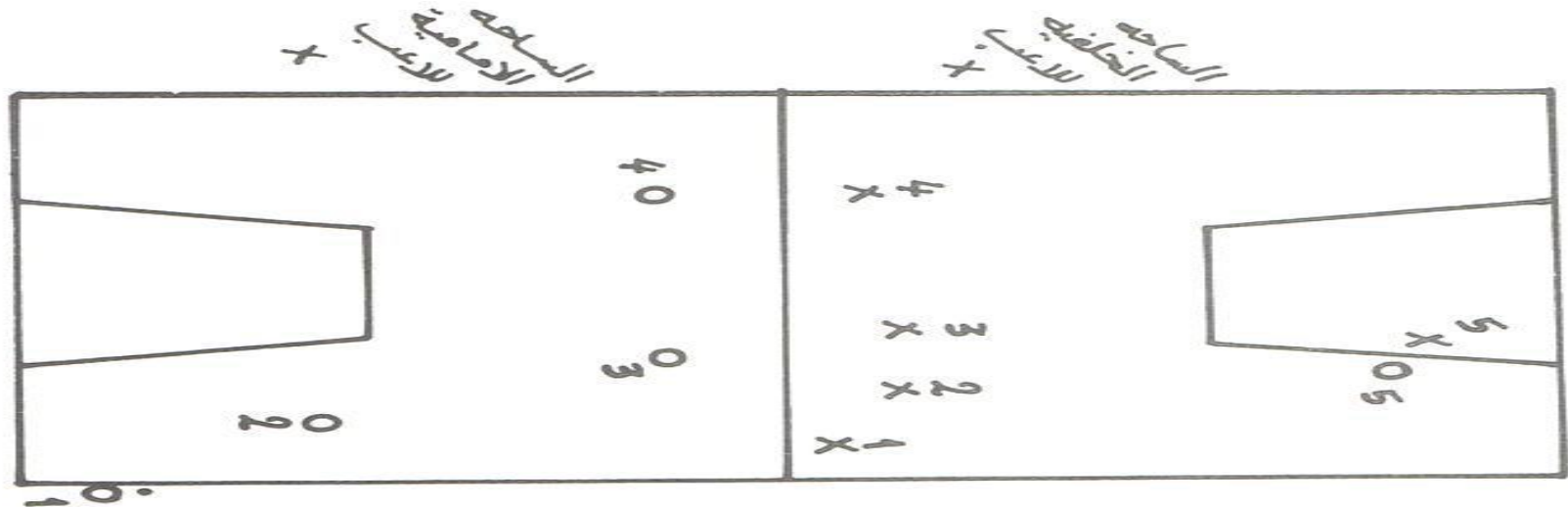
# محاضرة (2) كرة سلة ثانية

وإذا لم يستطع اللاعب المدافع ان يمسك خصمه المسؤول عنه بسرعة عند التبديل من الهجوم الى الدفاع . فعليه ان يمسك أقرب لاعب هجومي له خاصة اللاعبين المسؤولين عن الهجوم السريع ولكن إذا لم يكن الهجوم سريعاً ( أي وجود اللاعبين المهاجمين في الساحة الخلفية ) . فعلى المدافع ان يمسك اللاعب المهاجم حسب الاتفاق عند بدء المباراة .

ومن مساوئ استعمال هذا النوع من الدفاع ( أي رجل لرجل كل الساحة ) هو انه يتطلب من المدافع ان يكون ذا لياقة بدنية ونفسية عالية . ويتطلب قوة ومطاولة وتركيز وسرعة انتباه .

ولكن هذا النوع من الدفاع يكون مفيداً ويكثر استعماله في نهاية المباراة اذا كان الفريق متخلفاً عن الفريق الآخر بفارق من النقاط . وكذلك يستعمل اذا كان الفريق الخصم ضعيفاً في المهارات الأساسية بكرة السلة .

ب - الدفاع الشخصي رجل في نصف الساحة ( أي في الساحة الخلفية ) انظر شكل ( ٢ ) .



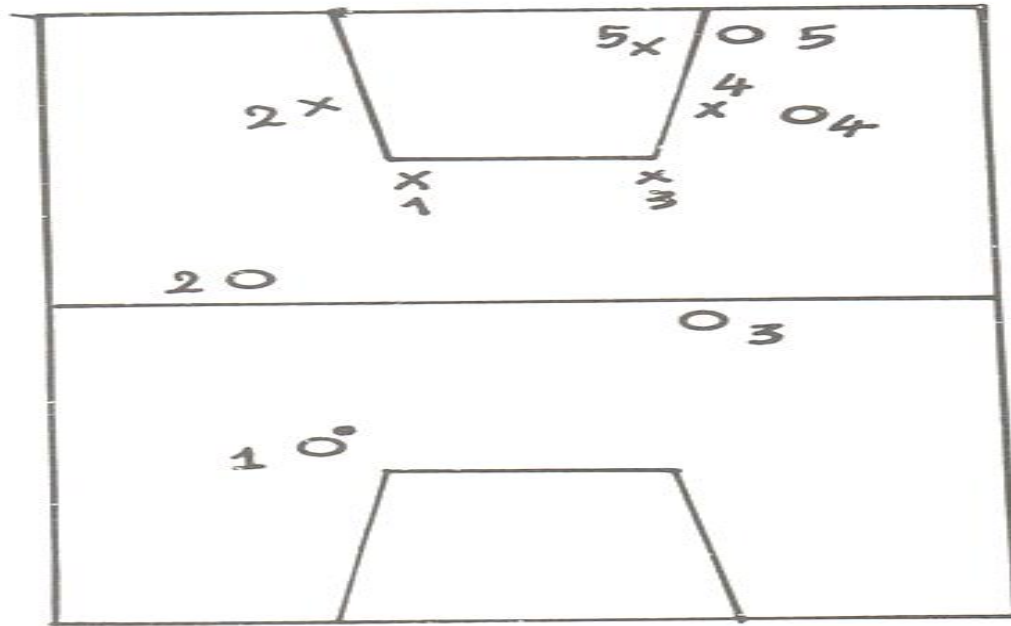
شكل رقم ( ٢ )



# محاضرة (2) كرة سلة ثانية

في هذا النوع من الدفاع ( رجل لرجل في نصف الساحة ) يتراجع الفريق المدافع الى خط الوسط حالما يفقد السيطرة على الكرة أو في حالة ادخال الكرة من وراء خط النهاية من قبل الفريق المضاد بعد تسجيله هدفا . وعند وصول الفريق المدافع الى ساحته الخلفية ينتظر كل لاعب مدافع اللاعب المهاجم المسؤول عن ملازمته . ويجب ان يكون تراجع الفريق بصورة سريعة ومنظمة حتى يستطيع الفريق ان يخمد كل الهجمات السريعة من قبل الفريق المضاد . ولذا فاننا نجد ان كثيرا من الفرق العالمية تفضل استعماله اكثر من الدفاع رجل لرجل في كل الساحة لانه يستطيع ايقاف الهجوم السريع بصورة اكبر من استعمال الدفاع السابق وكذلك فانه لا يتطلب بذل طاقة ومطاولة كبيرة كالذي يتطلبه الدفاع رجل لرجل في كل الساحة .

ج - الدفاع رجل لرجل في منطقة التهديف ( في المنطقة المحرمة أو الزون )  
انظر شكل رقم ( ٣ ) .



شكل رقم ( ٣ )



# محاضرة (2) كرة سلة ثانية

اما في هذا النوع من الدفاع فان اللاعبين المدافعين يرجعون الى منطقة التهديف عندما يسيطر الفريق المضاد على الكرة ويحاولون مسك خصومهم في المنطقة المحرمة ( منطقة التهديف ) وذلك لمنعهم من التهديف القريب ولمنع وصول المناولات الى لاعب الوسط .

ويجب على المدافع أن يكون قريبا جدا من اللاعب المسيطر على الكرة ويكون دفاعه شديدا وقويا مع تجنب ارتكاب الاخطاء الشخصية وذلك لان اللاعب المسيطر على الكرة يكون خطرا جدا لانه قريب من الهدف .

وكذلك يجب على المدافع ان يدافع عن قرب ضد لاعب الوسط لخطورة موقعه أيضا . اما اللاعبون الاخرون فيمكنهم حراسة خصومهم عن بعد نسبيا ومساعدة زملائهم في الحد من خطورة اللاعب المسيطر على الكرة ولاعب الوسط ومحاولة ايقاف التهديف من الحركة أو التهديف السلمي **Layup shots** وقطعها . وهنا لا يمكن أن يبقى الدفاع في موقع بين السلة والهجوم بسبب سرعة ملاحقته للهجوم ومحاولة قطع الكرة وايقاف التهديف ، ولا يجوز للاعب المدافع في هذا النوع من الدفاع ان يدير ظهره للكرة لان عليه ان يكون مستعدا لترك خصمه وايقاف خصم آخر يقذف الكرة في منطقة التهديف .

وفي هذا النوع من الدفاع ( الدفاع رجل لرجل في منطقة التهديف ) يجب على اللاعب المدافع المسؤول عن حراسة اللاعب المهاجم المسيطر على الكرة ان يتراجع قليلا ليسقط الى الخلف ( أي الى قلب منطقة التهديف ) ويسمى هذا النوع أيضا الدفاع بالتراجع . ( **Sagging Man to Man** ) فاذا تراجع هذا اللاعب المدافع الى الخلف . يتقدم اللاعب المدافع المسؤول عن اللاعب المهاجم الذي وصلت اليه الكرة . ليحرسه عن قرب . فحينما تكون الكرة مع الخصم يقترب منه المدافع واذا انتقلت الى زميل آخر ابتعد اللاعب المدافع عنه ساقطا الى خلف ناحية السلة . ان سقوط اللاعب الى الخلف يصبح اكثر كلما بعد عن الكرة بحيث يصبح قرب منطقة

