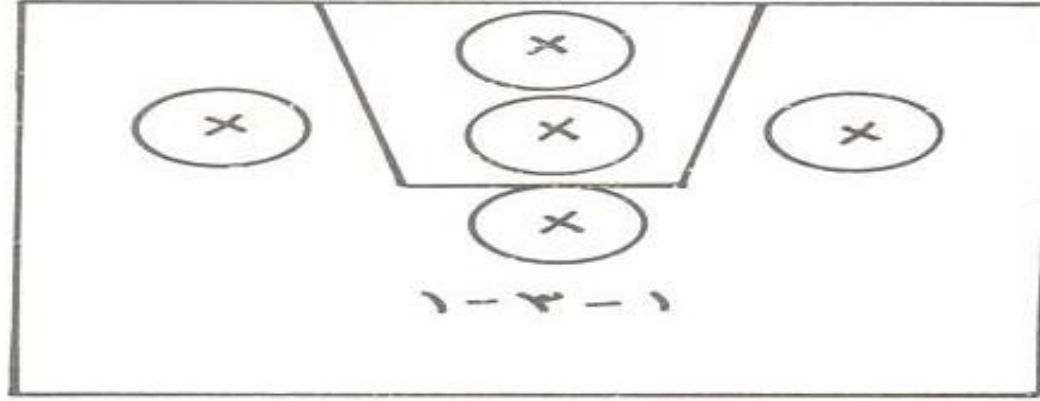


# محاضرة (6) كرة سلة ثانية

( ٥ ) طريقة الدفاع بتشكيلة ١ - ٣ - ١ انظر شكل رقم ( ١٩ )



شكل رقم ( ١٩ )

في هذه الطريقة من الدفاع الفرقي يقف لاعب واحد على قوس الرمية الحرة بينما يقف ثلاثة لاعبين في وسط منطقة الرمية الحرة وعلى الجانبين مستقيم وكذلك يتراجع اللاعب الاخير الى تحت السلة ويكون مسؤولاً عن جميع المجال الموجود تحت السلة لمساعدة زميله المدافع الوسطي الذي يتراجع الى الخلف اذا ما حدث هجوم عليهم في تلك المنطقة . وتستعمل هذه الطريقة ضد الهجوم بوسطين .

نقاط القوة في هذه التشكيلة : -

- ١ - تكون هذه الطريقة قوية جدا ضد الفريق الذي يلعب بلاعبى الارتكاز ويعتمد على التهديفات التي يقوم بها لاعب ارتكاز قوي .
- ٢ - يصعب التهديد من الجناحين .

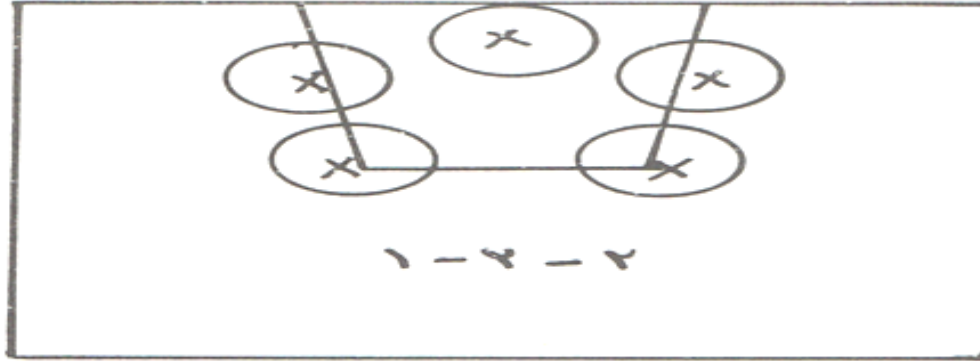
اما نقاط الضعف في هذه التشكيلة الدفاعية فهي :

- ١ - يكون التهديد من خارج قوس الرمية الحرة سهلا .



# محاضرة (6) كرة سلة ثانية

( ٦ ) طريقة الدفاع بتشكيلة ٢ - ٢ - ١ انظر شكل رقم ( ٢٠ )



شكل رقم ( ٢٠ )

في هذه الطريقة من الدفاع يقف لاعبان اماميان على قوس الرمية الحرة بينما يقف لاعبان آخران على جانبي منطقة الرمي الحر ويتراجع اللاعب الاخير الى الخلف تحت السلة وتستعمل هذه الطريقة ضد الدفاع ضد الهجوم بوسط متحرك من الخلف .

نقاط القوة في هذه التشكيلة :-

- ١ - يمنع التهديف من قرب قوس الرمية الحرة .
  - ٢ - يحد من خطورة رجل الارتكاز في وسط المنطقة المحرمة .
- اما نقاط الضعف الموجودة فيها فهي :-
- ١ - يكون الدفاع ضعيفا ضد الهجوم من تحت السلة للتهديف من الحركة .

**Lay up shot**

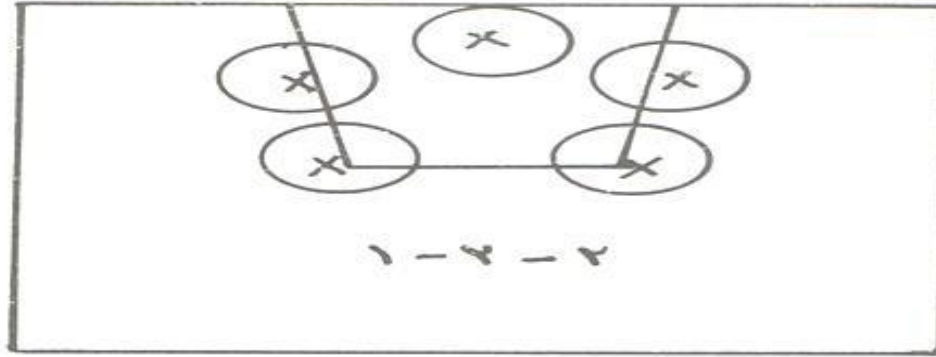
- ٢ - الحصول على الكرات المرتدة يكون ضعيفا .

في جميع التشكيلات المختلفة للدفاع عن المنطقة يجب على اللاعبين جميعا ان يتعاونوا فيما بينهم للحصول على عمل جماعي منظم للدفاع عن المنطقة ككتلة واحدة . فحالما يفقد الهجوم الكرة يتراجع اللاعبون بسرعة نحو هدفهم الذي



# محاضرة (6) كرة سلة ثانية

( ٦ ) طريقة الدفاع بتشكيلة ٢ - ٢ - ١ انظر شكل رقم ( ٢٠ ) .



شكل رقم ( ٢٠ )

في هذه الطريقة من الدفاع يقف لاعبان اماميان على قوس الرمية الحرة بينما يقف لاعبان آخران على جانبي منطقة الرمي الحر ويتراجع اللاعب الاخير الى الخلف تحت السلة وتستعمل هذه الطريقة ضد الدفاع ضد الهجوم بوسط متحرك من الخلف .

نقاط القوة في هذه التشكيلة : -

- ١ - يمنع التهديف من قرب قوس الرمية الحرة .
  - ٢ - يحد من خطورة رجل الارتكاز في وسط المنطقة المحرمة .
- اما نقاط الضعف الموجودة فيها فهي : -
- ١ - يكون الدفاع ضعيفا ضد الهجوم من تحت السلة للتهديف من الحركة .

**Lay up shot**

- ٢ - الحصول على الكرات المرتدة يكون ضعيفا .

في جميع التشكيلات المختلفة للدفاع عن المنطقة يجب على اللاعبين جميعا ان يتعاونوا فيما بينهم للحصول على عمل جماعي منظم للدفاع عن المنطقة ككتلة واحدة . فحالما يفقد الهجوم الكرة يتراجع اللاعبون بسرعة نحو هدفهم الذي



# محاضرة (6) كرة سلة ثانية

يدافعون عنه حتى يكونوا على استعداد لاعاقبة حركة المهاجمين وعرقلة تهديفهم وقطع مناولاتهم . فيجب والحالة هذه ان يبقى لاعبو الدفاع ايديهم مرفوعة عاليا ودائمة الحركة وينتقل جميع اللاعبين الى الجهة التي تنتقل اليها الكرة بحيث يقترب اقرب لاعب مدافع في تلك المنطقة نحو المهاجم المسيطر على الكرة . بينما يغطي اللاعبون المدافعون الباقون المنطقة حسب التشكيلة المصطاة لهم من قبل المدرب وعلى المدرب في هذه الحالة ان يشرح نظريا عمل كل لاعب في منطقتة وكيف يغطي المنطقة خلف زميله اذا ما خرج هذا الاخير ليدافع ضد مهاجم في منطقتة ويبين للاعبين طريقة الانسحاب الى مناطقهم حين يناول المهاجم الكرة . ثم تعطي عدة تمارين للمدافعين للتدريب عليها منها ما يلي . -

- ١ - يدرّب اللاعبون المدافعون على الحركة نحو اللاعب المهاجم المسيطر على الكرة ثم التراجع خلفا حالما يناول الكرة . وكذلك على الحركة حسب حركة الكرة في المناولات بين مهاجمين واقفين خارج المدافعين .
- ٢ - تصعب عمل الدفاع وذلك بزيادة عدد المهاجمين بجهة معينة على عدد المدافعين فيها .
- ٣ - التاكيد على اللاعبين المبتدئين بعدم ترك اماكنهم بسرعة والتنقل الى أماكن غيرهم او ان يهملوا الدفاع ضد المهاجم المسيطر على الكرة بحيث يستطيع التهديف بسهولة .

## نصائح عامة للدفاع عن المنطقة

- ١ - يجب تركيز النظر على الكرة اولا .
- ٢ - يجب مواجهة الكرة بالجسم والتحرك قليلا نحوها .
- ٣ - يجب ان تبقى الذراعان مرفوعة ومتحركة دائما .
- ٤ - تكون حركة اللاعب سريعة .
- ٥ - عند تغطية المنطقة خلف الزميل يجب الدفاع عنها كأنها منطقة اللاعب المدافع الاصلية .
- ٦ - اذا تركت الكرة يد الخصم في طريقها الى السلة يجب حجز اللاعب الموجود في المنطقة ومواجهة السلة والتحرك معها استعدادا لاخذ الكرة المرتدة .



# محاضرة (6) كرة سلة ثانية

الفرق بين الدفاع رجل لرجل وبين الدفاع عن المنطقة

- ندرج ادناه عدة نقاط مهمة تبين الفرق بين الدفاع رجل لرجل وبين الدفاع عن المنطقة ومن أهم هذه النقاط : -
- ١ - تكون مسؤولية اللاعب المدافع في الدفاع رجل لرجل هو اللاعب المهاجم أولاً ثم الكرة ثانياً . بينما تكون مسؤولية اللاعب المدافع في الدفاع عن المنطقة هي الكرة أولاً ثم اللاعب المهاجم ثانياً في المنطقة المسؤول عنها .
  - ٢ - يستطيع الدفاع رجل لرجل الحد من خطورة التهديد من مسافات بعيدة . او متوسطة بينما يستطيع الدفاع عن المنطقة ايقاف التهديد القريب .
  - ٣ - يحتاج المدافع الذي يلعب بطريقة الدفاع رجل لرجل الى لياقة بدنية عالية بينما يحتاج المدافع الذي يلعب بطريقة الدفاع عن المنطقة الى لياقة بدنية اقل نسبياً .
  - ٤ - تكثر الاخطاء الشخصية في الدفاع رجل لرجل نتيجة لقرب اللاعب المدافع من اللاعب المهاجم بينما تقل الاخطاء الشخصية في الدفاع عن المنطقة .
  - ٥ - تتعرض طريقة الدفاع رجل لرجل الى كثير من المناورات الهجومية الفردية كالخداع والقطع والمناورات الجماعية كالحجز . بينما لا تتعرض طريقة الدفاع عن المنطقة الى مثل هذه المناورات .
  - ٦ - تسهل على اللاعبين المدافعين في الدفاع عن المنطقة استلام الكرات المرتدة بينما يصعب على المدافعين في الدفاع رجل لرجل استلام الكرات المرتدة .
  - ٧ - تكون المسؤولية في الدفاع رجل لرجل فردية وبهذا يسهل على المدرب تصليح الاخطاء وتوجيه الارشادات بينما تكون المسؤولية في الدفاع عن المنطقة جماعية فيصعب تشخيص الخطأ عند اللاعب المقصر .
  - ٨ - في الدفاع رجل لرجل يصعب تغطية الضعف الفردي في الدفاع . بينما يمكن تغطية الضعف الفردي في الدفاع عن المنطقة لان المسؤولية جماعية فاذا اخطأ لاعب في الدفاع عن المنطقة يغطي زميله الاقرب المنطقة خلفه .

