الجامعة المستنصرية
كلية التربية الاساسية
قسم التربية الرياضية

المرحلة الاولى

المهارات الأساسية في كرة اليد

التنطيط بالكرة (الطبطبة)

مدرس المادة

م. لؤي عبد الستار

م.م يونس كاظم جوده

٢٠٢٥–٢٠٢٦م

من المهارات المهمة في كرة اليد إذ أحسن إستغلالها ومن الممكن أن يكون العكس إذ لم تستخدم في مكانها، وتستخدم عملية التنطيط عندما لا نجد أي زميل في مكان مناسب تمرر إليه الكرة وكذلك عندما ننفرد بحارس المرمى وليس أمامنا سوى الهدف ولا يفضل استخدام مهارة التنطيط في غير ما ذكر حيث إن عملية التنطيط تبطيء عملية الهجوم وتعطي الفرصة للفريق المنافس لأخذ المكان الدفاعي الصحيح.

وتؤدي مهارة التنطيط بدفع الكرة بأصابع اليد المفتوحة إلى الأرض لترتد إليها مرة ثانية وتؤدي حركة الرسخ ومرونته دوراً رئيسياً في دفع الكرة إلى الأرض وتوجيهها وتدفع الكرة إلى الأمام وخارج القدم المماثلة لليد الدافعة على أن تكون الكرة دائمة الحركة بين الأرض ويد اللاعب والنظر يكون دائماً للأمام.

وعلى اللاعب ملاحظة النقاط الآتية أثناء عملية التنطيط:

١. أن يكون جسمه بين الخصم والكرة (في حالة وجود مدافع).
٢. أن لا يكون نظره مركزا على الكرة فقط بل موزعاً حول الساحة ليتسنى له نقل الكرة أو لعبها في الوقت المناسب.
٣. إن قانون اللعب يسمح بنقل الكرة من يد إلى أخرى أثناء التنطيط ولا يسمح بتنطيط الكرة بكلتا اليدين معا، لذا يجب عليه أن يجيد التنطيط باليد الواحدة.
٤. إن المسافة التي تدفع إليها الكرة وارتفاعها أثناء التنطيط تتناسب طردياً مع سرعة الحركة.

وعلى المدرب تعليم جميع اللاعبين (التكنيك) الصحيح باليد الواحدة المفتوحة من الثبات أولاً ثم من الحركة والى جميع الجهات امام، خلف، يمين، شمال، وكذلك تعليم اللاعبين التنطيط بارتفاعات مختلفة عالية، ومنخفضة.

شكل رقم (١)

الأخطاء الشائعة:

١. تصلب رسخ اليد أثناء دفع الكرة
٢. دفع الكرة براحة اليد.
٣. طبطبة الكرة أمام اللاعب مما يسبب حدوث مخالفة من لمس الكرة للقدم أو الساق (جزاء المخالفة رمية حرة ضده).
٤. دفع الكرة بعيداً عن اللاعب خلال الطبطبة مما يسبب عدم إمكانية السيطرة عليها.
٥. تركيز نظر اللاعب على الكرة دون توزيعه بين الكرة والملعب.

أسباب قلة استخدام الطبطبة بكرة اليد:

كما وضحنا فإن الطبطبة تسمح للاعب بالحركة غير المحدودة عندما تكون الكرة تحت سيطرته، ولكن الطبطبة بكرة اليد قليلة الاستخدام قياساً إلى كرة السلة التي يسمح قانونها الدولي بالشروط نفسها. ونرى أن لذلك عدة أسباب هي:

١. كما ذكرنا أعلاه فإن قانون كرة اليد يسمح للاعب بحمل الكرة والتحرك بها ثلاث خطوات دون طبطبتها وهذا يسمح بالتقدم تمرير بالكرة ومراقبة الملعب دون الحاجة إلى الطبطبة.
٢. بما أن الكرة المستخدمة اصغر فإن إمكانية مسكها والسيطرة عليها ومناولتها بين أعضاء الفريق تكون أسرع.

٣. لأن الكرة صـــغيرة نســـبياً فإن ذلك يجعل من الصـــعوبة الســـيطرة عليها عند .ارتدادها من الأرض وخاصة عندما يكون النظر على اللاعبين.

٤. لان طبطبة الكرة تساهم في إبطاء الهجوم.

٥. لان الطبطبة تسمح للفريق المنافس بأخذ المكان الصحيح للدفاع.

لان طبطبة الكرة بذاتها فيها خطورة فقدان الكرة.

متى تستخدم الطبطبة في كرة اليد؟:

مع كل النقاط الواردة سابقاً فإن الطبطبة تمثل جزءا من اللعبة . ويمكن استخدامها في كرة اليد في الحالات الآتية:

في الهجوم السريع والنفراد المهاجم بحارس المرمى حيث يراعى السرعة. القصوى في طبطبة الكرة للوصول إلى منطقة مرمى المنافس والتصويب.

١. في حالة عدم وجود زميل حال يمكن مناولته الكرة كما في دفاع رجل لرجل.

٢. لإجبار المدافع على اتخاذ قرار حركي دفاعي أو لأجل تفكيك (خلخلة) التشكيلة الدفاعية.

٣. في حالة وجود أي ثغرة بين مدافعين اثنين فيجب اســـتخدام الطبطبة للمرور الســـريع والتصويب.

٤. للإشارة ببداية هجوم متفق عليه مسبقاً (تنفيذ حركة مخطط لها).

٥. عندما يكون اللاعب المنافس لاعباً يسهل خداعه.

٦. لتهدئة اللعب وخاصة عند الفرق القوية التي تجيد اللعب السريع.

٧. لإضـــاعة الوقت على الفريق الآخر في حالة الفوز بفارق قليل وقرب انتهاء وقت المباراة و في ٠حالة إيقاف لاعب من التفريق أذ يكثر هذا الفريق اســتخدام الطبطبة الإضــاعة الوقت لحين دخول زميلهم الموقوف وذلك في حدود القانون (لاحظ مادة اللعب الســـلبي ٧ : ١١) أي ضرورة القيام بالطبطبة تجاه المدافعين ثم المناولة أو الطبطبة مع تغيير المراكز على أن يتم ذلك دائما مع التهديد بالتصريب.

ويتوقف ارتفاع فكرة أثناء الطبطبة على عاملين أساسيين هما:

١- السرعة

٢- وجود مدافع