

المهارات المشتركة بين الدفاع والهجوم:

هذه المهارات يمكن استخدامها من قبل اللاعبين المدافعين والمهاجمين على حد سواء ، سواء عند الاستحواذ على الكرة أو فقدانها ، على سبيل المثال قد يرى البعض ان مهارة الخداع قد يستخدمها المهاجمون فقط للتخلص من المنافس واجتيازه ووضعها خارج اللعب ، إلا ان الحقيقة ان اللاعب المدافع بإمكانه استخدام الخداع من خلال الإيحاء فتح ثغرة باتجاه معين للاعب الحائز على الكرة ومن ثم الانقضاض عليه،لذا فان عملية تدريب الخداع مثلا او الحجز وغيرها من المهارات لا تقتصر على اللاعبين المهاجمين) عند حيازة الكرة (وإنما يمكن استخدامها في الدفاع كما في الهجوم : وهذه المهارات هي:

١.الحجز.

٢.الخداع.

٣.ضرب الكرة بالقدم والرأس.

٤.المخاطبة.

٥.المكاتفة.

وفيما يلي شرح لكل مهارة من هذه المهارات:

١.الحجز:

الحجز معناه محاولة إخراج اللاعب المنافس خارج اللعبة لبعض الوقت من خلال حجب رؤيته وتقييد حركته والوقوف بينه وبين زميل الحاجز أو بينه وبين الكرة؟، حسب مقتضيات الموقف دفاعا وهجوما. ان عملية الحجز التي يطبقها المهاجمون

تركب كثيرا من تحركات المدافعين للتغطية خاصة إذا كان اللاعبون على قدر كبير من الانسجام ويلى حجزهم تبادل المواقع لخلق الثغرات ، أما في الدفاع فان عملية الحجز تبدو واضحة تماما في الدفاع المحتشد