

محاضرة (10)

الارسل المتموج من القفز :

أن هذا الارسل يشبه الارسل المتموج من الوقوف لكن المرسل يضرب الكرة أثناء القفز لذا تنتقل الكرة الى نقطة أعلى من الارسل الوقوف أن الارسل المتموج من القفز أكثر صعوبة في الانتقال من الارسل المتموج من الوقوف لان رمي الكرة للأعلى والركضة التقريبية تكون أصعب عند التنفيذ ومتى ما أتقن اللاعب المرسل كيفية رمي الكرة للأعلى وبشكل فعال وبصورة مستمرة يمكن أن يكون الارسل من القفز ناجحاً جداً لأن الفريق المستقبل سيتوقع أن الكرة سيكون فيها دوران (لأن المرسل يضرب الكرة من القفز ويبدأ الارسل كأنه الارسل الساحق) وأن ما يميز هذا النوع عن الارسل المتموج من الوقوف هو ارتفاع نقطة ألتقاء اليد الضاربة مع الكرة أعلى أو بمستوى ارتفاع الشبكة مما يؤدي الى أن يكون انتقال مسار الكرة من منطقة الارسل الى ملعب المنافس مستقيماً ومتساوياً تقريباً وقريباً الى الحافة العليا للشبك وهذا ما يشكل صعوبة على اللاعب المستقبل وتوقع مكان ومسار سقوط الكرة .

التكتيك الفردي للاعب المرسل وأهم الصفات البدنية والمهارات الفنية للأرسل المتموج من القفز التي ترفع من مستوى الأداء .

* سرعة الذراع :

ان اللاعب الذي يمتلك الياف عضلية سريعة ينجح بشكل أفضل وسريع عند أداء أرسال متموج من القفز والمرسل ذو الذراع العالية السرعة يمكنه أن يسبب مشاكل كثيرة للفريق المستقبل واللاعب الذي يمتلك ألياف عضلية بطيئة يكون نجاحه أقل لأن الكرة تنتقل ببطأ فوق الشبكة وقد لا تصل الى المناطق البعيدة من ملعب المنافس .

* الرمي الثابت :

لأن الكرة تضرب أمام الجسم يجب أن يكون المرسل قادراً على رفع الكرة بصورة مستمرة وثابتة دون دوران باتجاه نفس المكان وبخط مستقيم مع كتف اليد الضاربة أن رمي الكرة يؤدي بالذراع غير الضاربة وأحياناً باليدين كلاهما ويستطيع اللاعب ان يختار أيهما أفضل .

* نمط حركة القدمين الثابتة :

يجب ان ينزل اللاعب على القدمين معا وبثبات عند تنفيذ الارسال المتموج من القفز ويمكن أن ينتهي الارسال بخطوة (يمين - يسار) او (يسار - يمين) عند النزول وأن اللاعب الذي لا يؤدي الارسال بهذه الطريقة في حركة القدم سيواجه مشاكل وصعوبات في تنفيذ الارسال المتموج من القفز ويمكن للمرسل النزول في داخل الملعب بعد النهوض والقفز من خلف خط الارسال لتقليل زمن طيران الكرة والذي يشكل صعوبة في تحرك اللاعب المستقبل وبسرعة الى المكان المتوقع لسقوطها .

الإيجابيات والسلبيات الفنية والخططية الخاصة بالارسال المتموج من القفز :

- 1- أن المرسل يضرب الكرة أثناء القفز في الهواء مما يولد قوة وسرعة أكبر وزوايا من الصعب على المستقبل توقعها والسيطره عليها .
- 2- أن أرسال الكرة أثناء القفز في الهواء يعطي للمستقبل وقت أقل لقراءة نوع واتجاه الارسال ويحرمه من الوقت الكافي لأخذ رد الفعل والاستجابة المناسبة .
- 3- أن هذا الارسال سهلا نسبيا على كتف ذراع المرسل وعلى الرغم من ذلك يمكن ضرب الكرة بقوة عالية ومستقيمة فوق الشبكة معطيا للكرة قوة وسرعة اكبر ,

السلبيات :

- 1- ان المرسل يخاطر بدقة أداء الارسال لأن الكرة تضرب في الهواء وأثناء القفز
- 2- ان رمي الكرة بكلتا اليدين تعيق السيطرة على الكرة لأن الرمية تكون مقابلة لوسط الجسم بينما يجب أن تكون الى جهة الكتف الذراع الضاربة .