

طرائق الدفاع بكرة اليد

- ١- طريقة الدفاع عن المنطقة .
- ٢- طريقة الدفاع رجل لرجل .
- ٣- طريقة الدفاع المختلط .

الاسس التي يعتمد عليها المدرب عند اختيار طريقة دفاعية



- ١- معرفة قدرات لاعبيه البدنية والفنية .
- ٢- معرفة الخطط الهجومية للفريق المنافس .

طريقة الدفاع عن المنطقة

مميزاتها :

- ١- التعاون بين المدافعين . ٢- لا تحتاج الى بذل جهد كبير . ٣-
- تقلل من تاثير لاعب الدائرة . ٤- القيام بالهجوم المعاكس ٥-
- تتميز بتعدد التشكيلات الدفاعية .

عيوبها :

- ١- انها غير فعالة ضد الفريق الذي يمتلك مهاجمين جيدين
- التصويب من بعيد . ٢- انها تتسم بالسلبية في الحصول على الكرة .

تشكيلات الدفاع عن المنطقة

اولا : التشكيل الدفاعي (٦-صفر) .

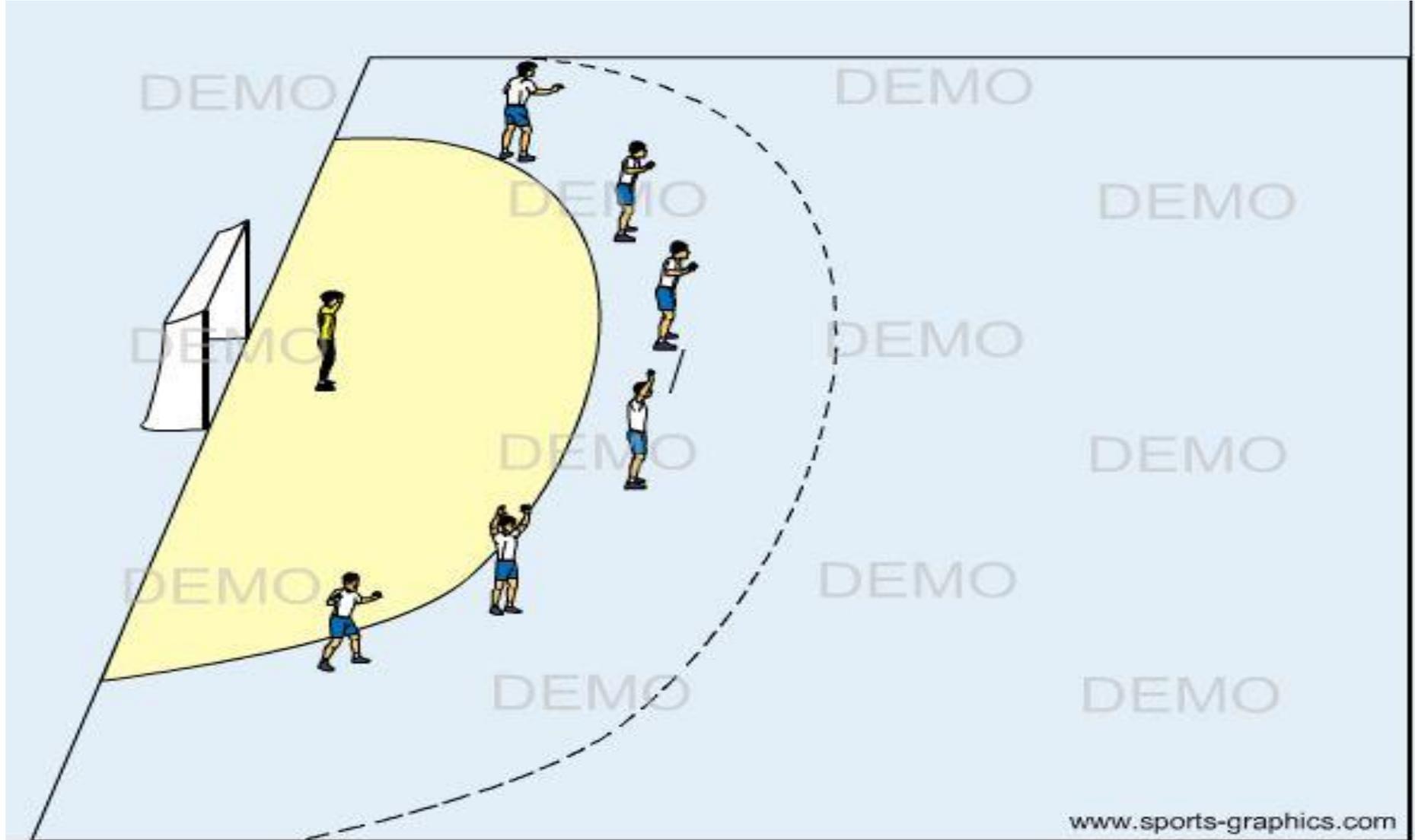
مميزاتها :

- ١- يندر وجود ثغرة دفاعية نتيجة تماسك الدفاع .
- ٢- كثرة المدافعين تعيق تحركات لاعب الدائرة .
- ٣- تحديد المسؤوليات لكل لاعب بكل وضوح .

عيوبها :

- ١- السماح للفريق الخصم التحرك بكل حرية خارج منطقة التسعة امتار .
- ٢- اعطاء فرصة للفريق المنافس الاحتفا بالكرة .

التشكيل الدفاعي (٦ - صفر)



مجالات استخدامها

- ١- يستخدم من قبل المبتدئين .
- ٢- من قبل الفريق الذي يمتلك لاعبين ضخامة الجسم وطوال القامة .
- ٣- الفريق الذي يمتلك حارس مرمى جيد في صد التصويبات البعيدة .
- ٤- في حالة فوز الفريق المدافع بفارق لا بأس به من الاهداف

التشكيل الدفاعي (٥-١)

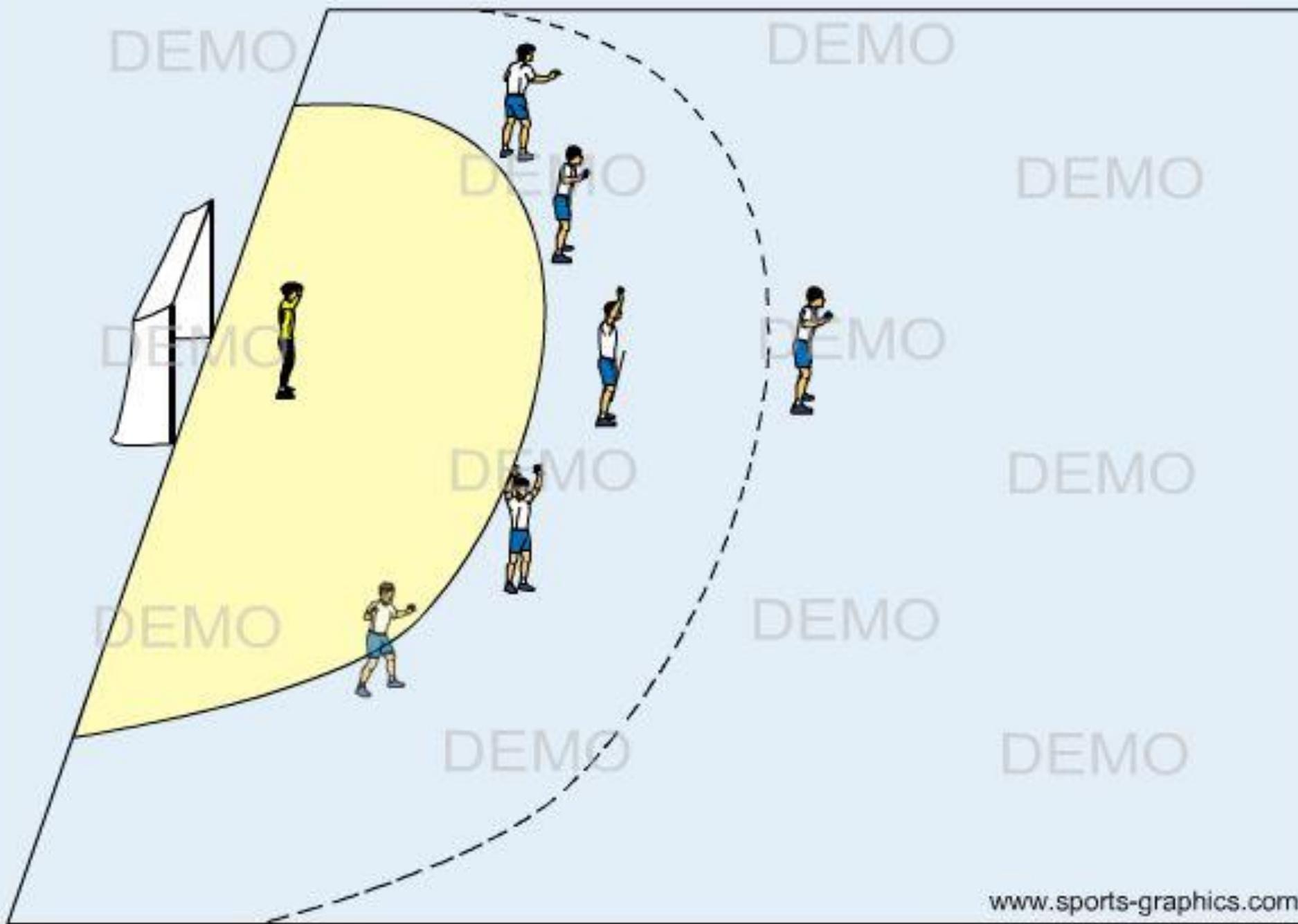
مميزاته :

- ١- اللاعب المدافع المتقدم له تاثير كبير على الفريق المنافس .
- ٢- يمكن الحد من خطورة اهم لاعبي الفريق المنافس وتحييده .
- ٣- يمكن القيام بالهجوم المعاكس .

عيوبها :

- ١- وجود ضعف واضح في منطقة الاجنحة .
 - ٢- لاتكون فعالة في حالة امتلاك الفريق المنافس لاعبين يجيدون اللعب على الدائرة .
- مجالات استخدامه .

- ١- يستخدم ضد الفريق الذي يجيد بعض لاعبيه من المهاجمين الخلفيين التصويب البعيد والتمريرات السريعة .



التشكيل الدفاعي (٢-٤)

مميزاتها :

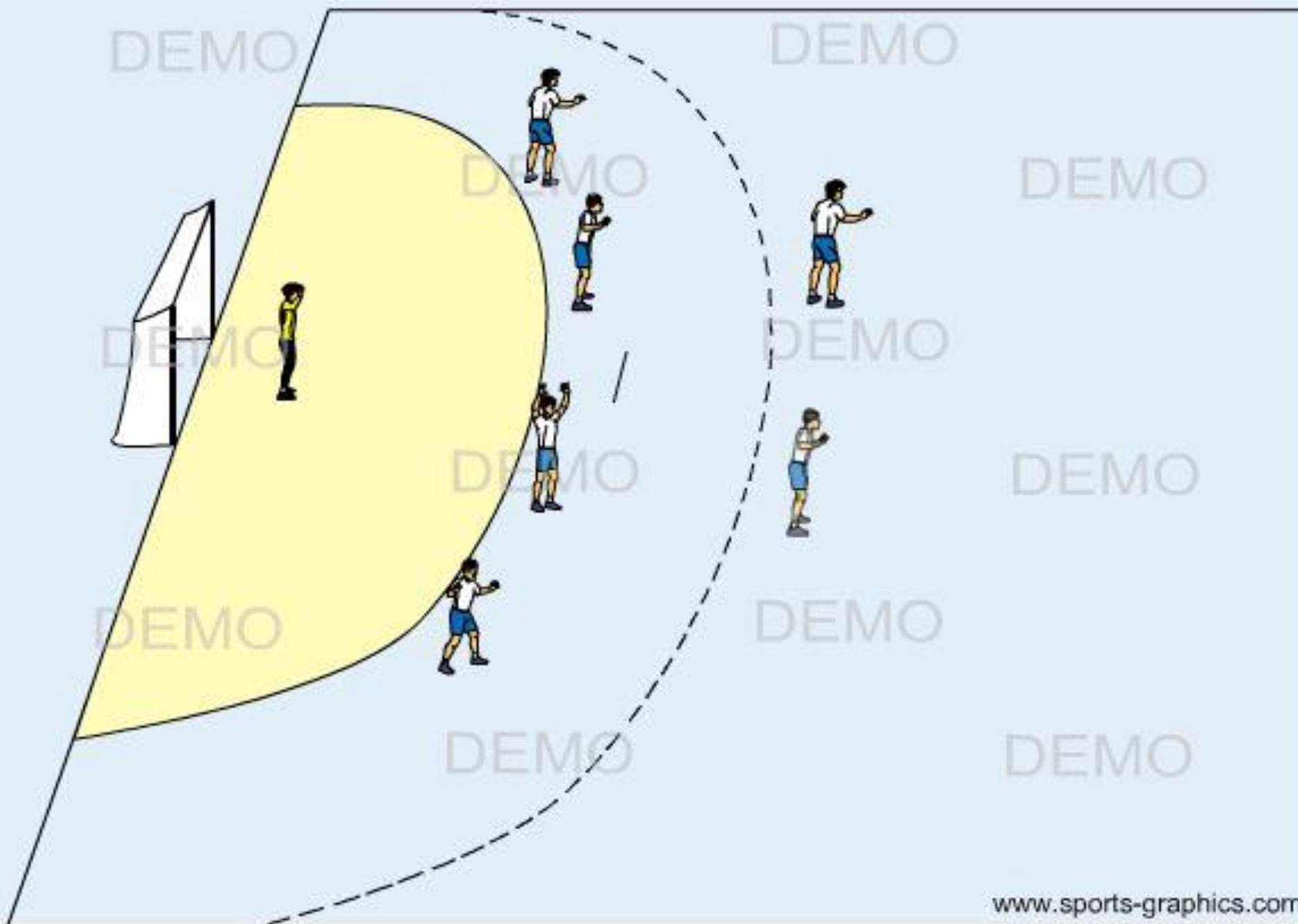
- ١- اعاقة التصويب البعيد للفريق المنافس .
- ٢- منع صانع الالعاب من القيام بدوره على الشكل الاكمل .
- ٣- يمكن استثمار المدافعين المتقدمين في عملية الهجوم الخاطف .

عيوبها :

- ١- الضعف الواضح في منطقة الاجنحة . ٢- كثرة وجود الثغرات في منطقة الوسط . ٣- يمكن حجز المدافعين في منطقة الوسط بسهولة .

مجال استخداماتها :

من قبل الفرق ذات المستوى العالي من الناحية البدنية والمهارية وضد الفرق التي تمتلك لاعبين يجيدون التصويب من خارج التسعة امتار



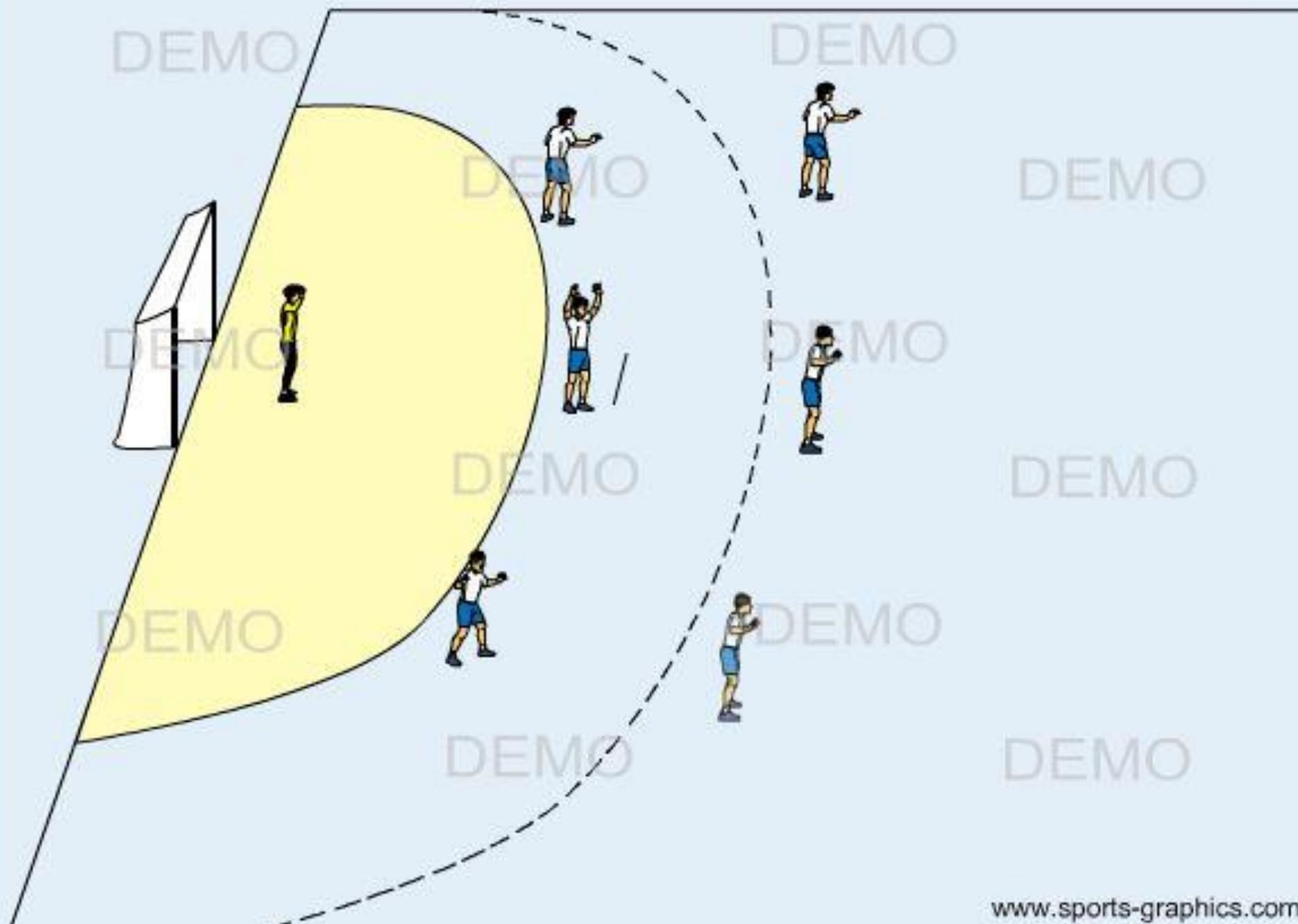
التشكيل الدفاعي (٣-٣)

مميزاتها :

- ١- يظهر الامكانيات البدنية والمهارية الكبيرة للاعبين .
- ٢- يربك الفريق المنافس ويمنعه من التصويب البعيد .
- ٣- يمكن القيام بالهجوم الخاطف السريع بسهولة .

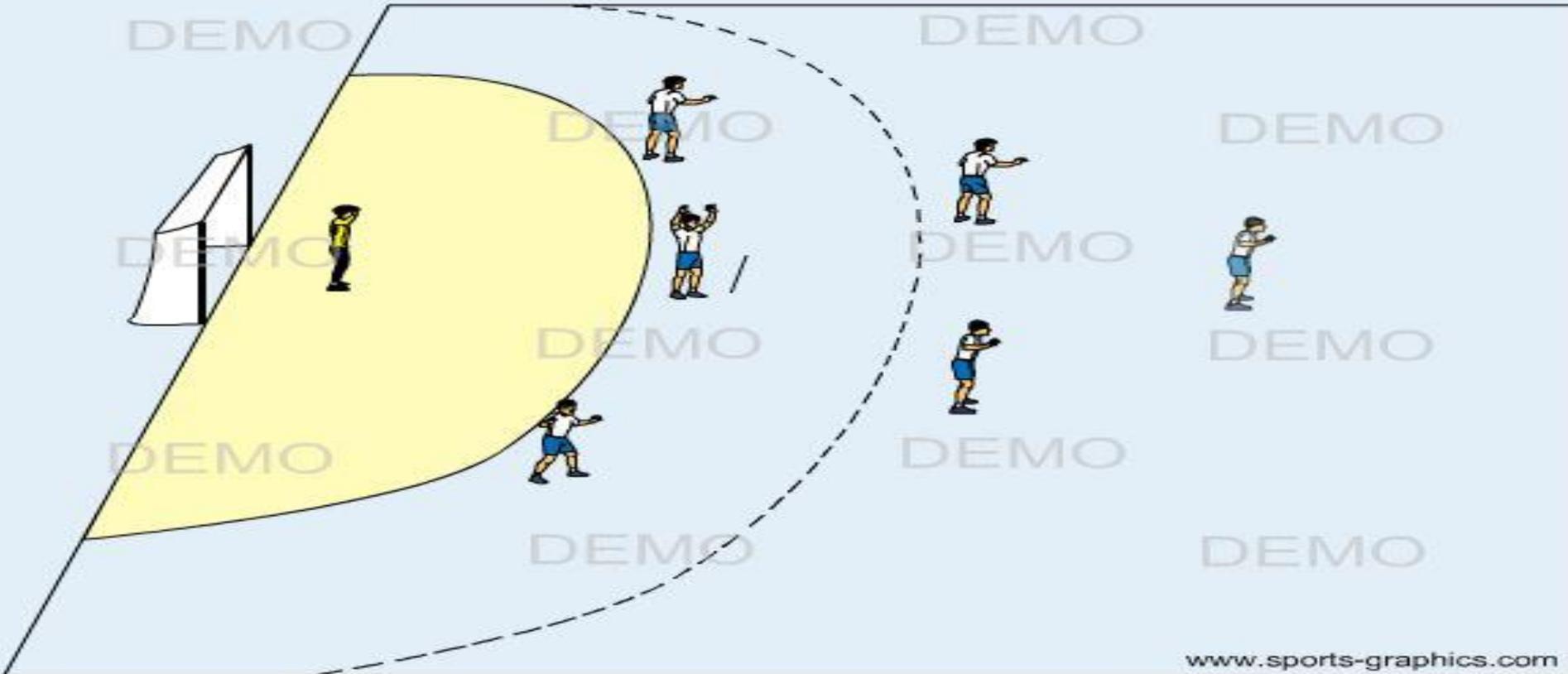
عيوبها :

- ١- لا يمكن تطبيقه من قبل الفرق المبتدئة والناشئة .
- ٢- يشكل خطورة في حالة عدم وجود تفاهم بين عناصر الفريق .
- ٣- لا يمكن تطبيقه في حالة عدم امتلاك الفريق المدافع لياقة بدنية عالية .



التشكيل الدفاعي (١-٢-٣)

يحتاج هذه التشكيل الى التفاهم بين اللاعبين المدافعين والخبرة الميدانية العالية اضافة الى لياقة بدنية ومهارية ممتازة .

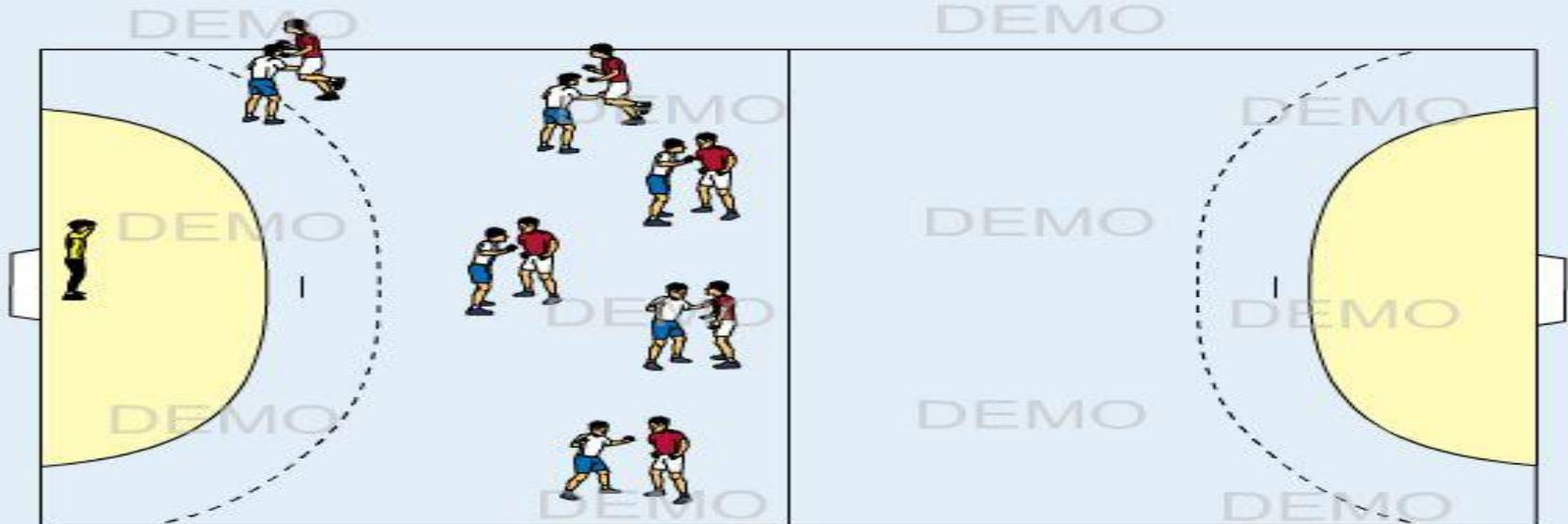


دفاع رجل لرجل

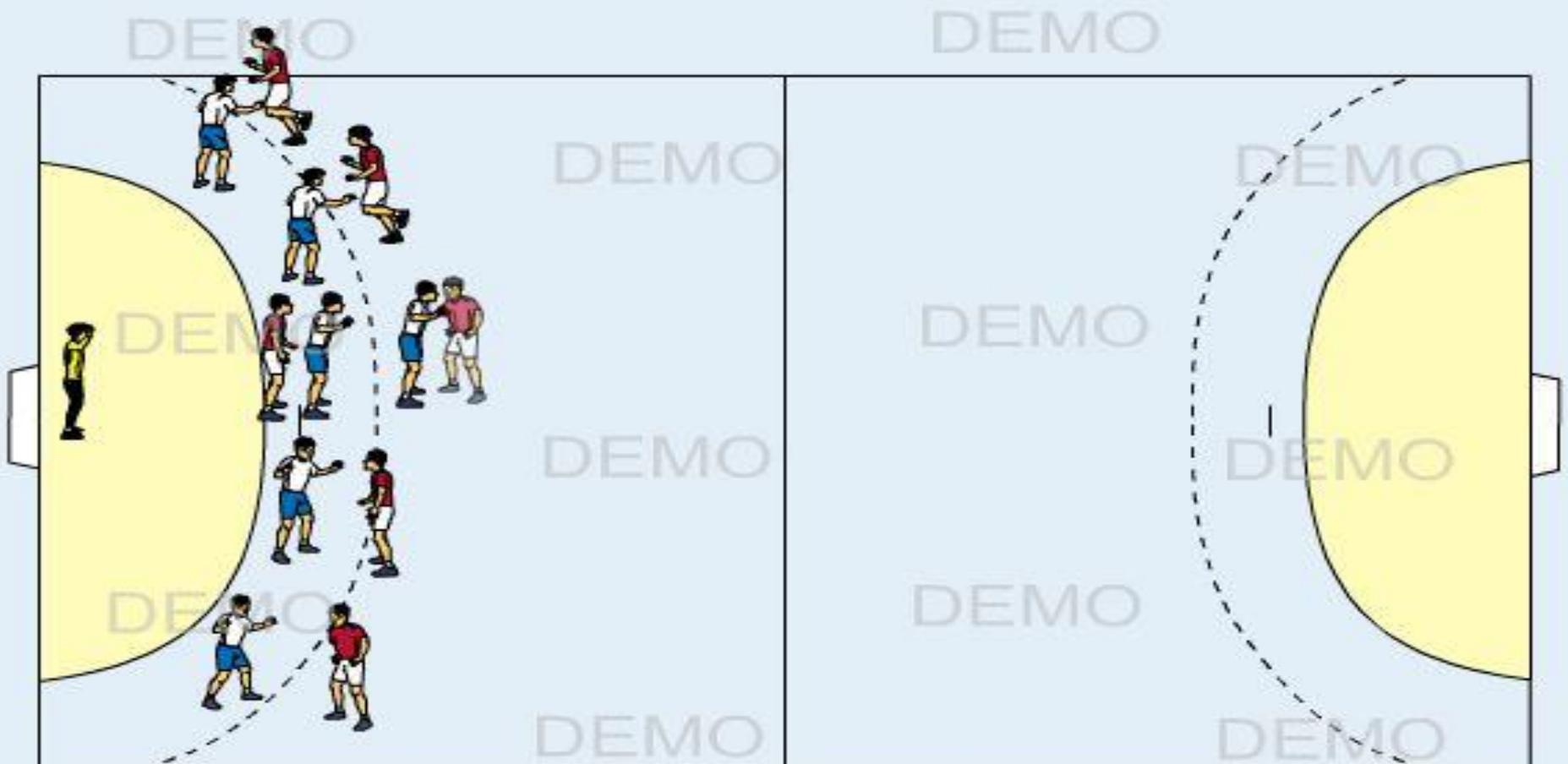
حالات استخدام طريقة الدفاع رجل لرجل ولها ثلاث اشكال :

١- استخدام طريقة رجل لرجل في الملعب كله .

٢- استخدام رجل لرجل في نصف الملعب الخاص



الدفاع عن بعد



مميزاتها

- ١- تحديد مسؤولية كل لاعب بوضوح .
- ٢- معالجة نقاط القوة لدى الفريق المنافس .
- ٣- تعتبر اساس لتعلم بقية الطرق الدفاعية .
- ٤- تستخدم ضد أي طريقة هجومية .

عيوبها :

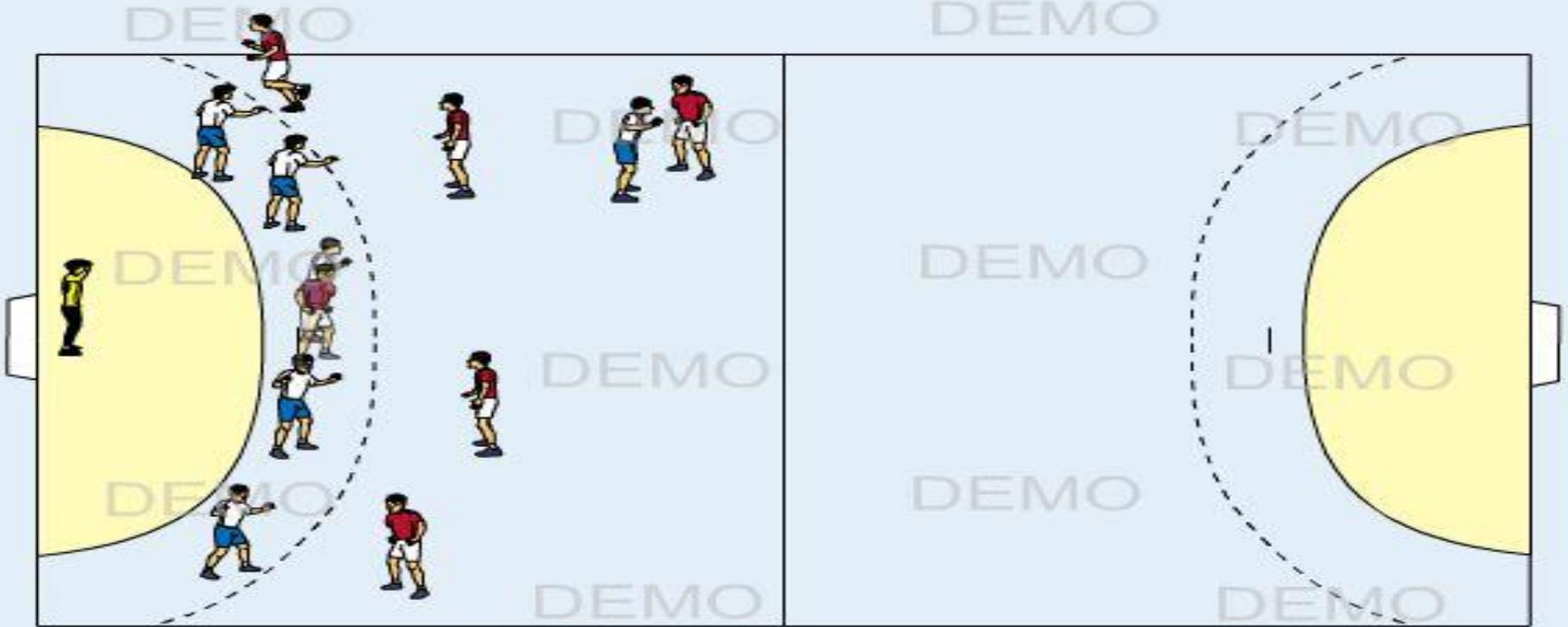
- ١- لايمكن استخدامها لفترة طويلة .
- ٢- لايمكن استخدامها ضد الفريق الذي يكون متفوق بدنيا ومهارين على الفرق المدافع
- ٣- تظهر نقاط ضعف لدى الفريق المدافع يسهل استغلالها

مجالاتها

- ١- في مباريات المبتدئين والناشئين .
- ٢- في الدقائق الاخيرة من المباراة .
- ٣- عندا يكون الفريق المدافع متفوقا بدنيا ومهاريا .
- ٤- عندما يكون الفريق المنافس ناقص عدديا .
- ٥- لاستعراض قوة وامكانية الفريق عندما يكون متقدما على الفريق المنافس من ناحية تسجيل الاهداف

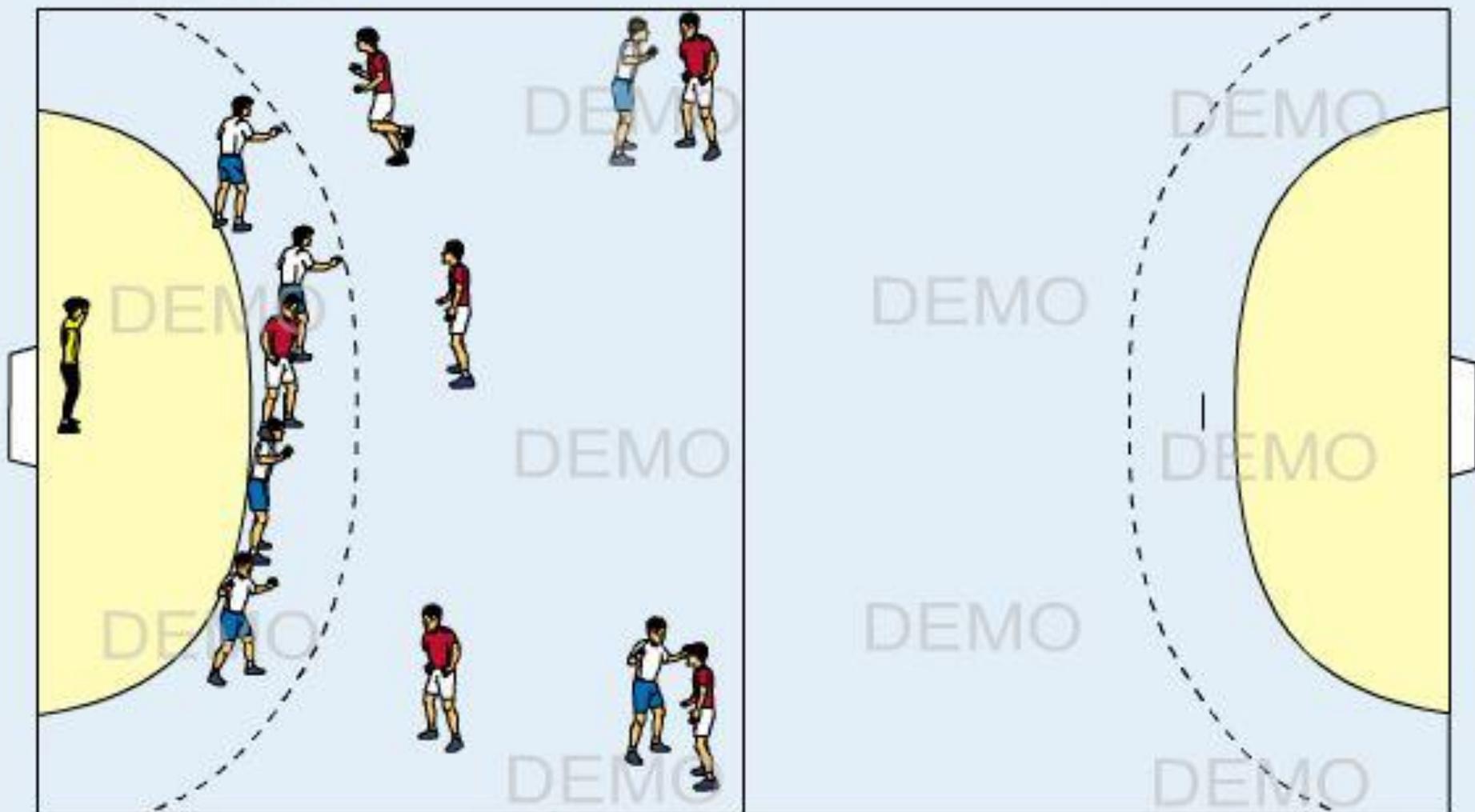
طريقة الدفاع المركب

اولا : ٥ لاعبين منطقة – و لاعب رجل لرجل



DEMO

DEMO





اعداد

م . م علاء محمد جاسم