

محاضرة (17)

المهارات التي يجب أن يتصف بها اللاعب المعد الماهر:

أن تخصص اللاعب المعد مهم جداً ويعتبر من أقوى الأختصاصات في الفريق، ولكن في بعض الأحيان يصبح اللاعب المعد نقطة ضعف الفريق إذا لم يكن يؤدي دوره بالشكل المطلوب في الفريق ولم يستطع العودة من جديد الى جو المباراة ، مما يؤدي الى خسارة النقاط الكثيرة وبالتالي خسارة المباراة، حيث أن اللاعب المعد هو المخطط والقائد الذي يتحكم بأيقاع الفريق الخططي الهجومي وأيقاع اللعب ويصنع الهجوم الفعال والتفوق على الفريق المنافس ولكي يصبح اللاعب المعد ماهراً جداً في تخطيط اللعب الهجومي عليه أن يمتلك عدة مهارات وهي:

1. الأعداد الذهني للاعب المعد Setter Mindset

أن المعد الجيد هو الذي يمتلك القدرة على تحويل الأستقبال الغير جيد الى أعداد جيد للمهاجم والقدرة على تحمل ضغط المباراة النفسي خصوصاً عندما يكون هناك خلل في دفاع وأستقبال الفريق وكذلك فشل اللاعبين المهاجمين في أستغلال الفرص التي يهيؤها لهم بشكل جيد، وتحمل الضغوط الخارجية الأخرى مثل المباريات الحاسمة ومكان أقامتها وتأثير الجمهور وقرارات الحكام وتوجيهات المدرب واللاعبين في بعض الأحيان، والواجبات الكثيرة التي تلقى على عاتقه في المباراة، لأن العمل الأساسي الذي يقوم به اللاعب المعد هو الأعداد للهجوم فضلاً عن الواجبات الأخرى التي يجب القيام بها مثل حائط الصد والدفاع في المنطقة الخلفية الأمامية والأرسال والهجوم في بعض الأحيان، ولكن ماذا تعني كلمة الأعداد؟ تعني أن يبذل ويؤدي اللاعب المعد أفضل ما يستطيع من مهارة ويبذل الجهود لتوجيهه وأعداد الكرة للمهاجم مهما كان نوع الأستقبال وأيصالها الى المكان المناسب للاعب المهاجم ليقوم بضربها بشكل ناجح مع تقييم المستمر للأداء المهاري الهجوم والدفاع.

2. الأعداد من القفز Jump Sets

هي إحدى المهارات التي يجب على اللاعب المعد من أتقانها، حيث أنها تولد هجمات سريعة الأيقاع في الخطط الهجومية، وتسهل الأعداد السريع للاعبين، وتعمل

دائماً على أشغال لاعبي حائط الصد للفريق المنافس وتجعلهم منتبهين وقلقين خصوصاً إذا كان اللاعب المعد في الصف الأمامي، حيث سيعتقدون بأنه سيفاجئهم ويقوم بضرب الكرة بسرعة أو دفعها بيد واحدة الى المكان الفارغ والحصول على النقطة لذا تحتاج هذه المهارة الى الكثير من التدريب والتمارين لأتقانها ، لذا يجب على المدربين الأهتمام بها وأعطائها الوقت الكافي للتدريب والتقدم.

3. الأعداد الحرج والصعب Tight Sets

عندما يقوم المستقبل بأستقبال الكرة بعيدة جيداً فوق الشبكة وعابرة الى الفريق الآخر، يجب أن يقوم بأداء رد فعل مناسب وسريع بخصوص الأستقبال مع محاولة عمل حائط صد لحماية ملعبه ضد اللاعب المهاجم للفريق المنافس عند قيامه بضرب هذه الكرة العالية والعابرة، ولأنقاذ هذه الكرة يحتاج اللاعب المعد الى القفز عالياً وبالاعتماد على ارتفاع الكرة فوق الشبكة، ومن الممكن أن يصل القامة فسيتمكن من القفز والضرب الكرة ومفاجئة الفريق المنافس.

4. الأبتعاد عن لمس الشبكة Save the Net

عندما يقوم المستقبل بتوجيه الكرة بشكل مباشر باتجاه الشبكة، دائماً يمتلك اللاعب المعد الوقت الكافي لأنقاذ الكرة والقيام برفعها الى الأعلى داخل الملعب، إذ أن الخطوة الأولى هي مراقبة الكرة القادمة من المستقبل لرؤية المكان على الشبكة الذي ستضربه الكرة، بعدها يجب أن يضع جسمه تحت مكان سقوط الكرة وبشكل واطئ والركبتان مثنيتان والأنتظار الى أن ترتد الكرة من الشبكة لكي يقوم برفع الكرة بكلتا اليدين أو باليد الواحدة الى الأعلى ووضع الكرة بأرتفاع مناسب ليقوم اللاعب الزميل بضربها أو توجيهها الى ملعب الفريق المنافس، ويجب أن ينهض مباشرة بعد ضرب الكرة.

5. أعداد الكرات الواطئة Low Ball Setting

في بعض الأحيان يكون الأستقبال واطيء وسريع، لذا يجب على اللاعب المعد أعدادها من مكان واطيء أو محاولة أعدادها من الأسفل، إذ لابد أن يقوم المعد بالرجوع الى الخلف قليلاً وعمل نصف دحرجة للخلف ورفع الكرة ثم النهوض.

6. نقر الكرة Tipping

هو دائماً الحل الأمثل إذا كان الأستقبال قريب جداً من الشبكة وفوقها مباشرة واللاعب المعد لا يستطيع أو لا يقوم بمحاولة الأعداد مع ذلك أفضل وقت للقيام بهذا عندما يكون الأستقبال عالي والكرة جيدة ... لماذا؟ ، لأن الفريق المنافس لا يتوقع أن يقوم اللاعب المعد بنقر الكرة، ولكن عندما يكون الأستقبال غير جيد سيتوقع الفريق المنافس ذلك وبالتالي لا يستطيع القيام بعنصر المفاتحة إذا من الأفضل دائماً مراقبة الفريق المنافس والقيام بنقر الكرة في الوقت المناسب الذي لا يتوقع المنافس ذلك، ولكن هناك شيء مهم يجب وضعه بالحسبان يجب أن لا يستخدم اللاعب المعد هذه الكرات باستمرار وأن يتذكر دائماً بأنه لاعب معد وليس مهاجم وأن عمله الأساسي هو أعداد الكرات للمهاجمين وليس لنفسه، ويمكن للمدرب الناجح القيام بالآتي:

- ١- البحث عن اللاعب المعد الماهر والملائم لهذا التخصص.
- ٢- مراقبة كل حركة يقوم بها أو ينفذها اللاعب المعد في التدريب.
- ٣- أن اللاعب المعد الناجح هو الذي يقضي وقتاً كبيراً في المراقبة والتقليد أثناء التدريب، وفي هذا الصدد ننصح المدربين بأن يقضوا وقتاً إضافياً لتنمية وتطوير اللاعب المعد، وتخصيص وقت من 30_60 دقيقة من الوحدة التدريبية لتدريب خاص باللاعب المعد وهذا سوف يساعد ويطور بسرعة مستوى الأداء المهاري وبطريقة علمية سليمة من قبل المدرب.

هناك بعض المواصفات والقابليات الضرورية التي يجب أن يتبعها المدرب لأختيار اللاعب المعد

وهي:

1. القدرات البدنية.
2. القدرات العقلية.
3. الأداء المهاري.
4. حركة اللاعب.
5. الوضع الابتدائي للأعداد.
- 6 لمس الكرة ووضع اليد عليها.

