

محاضرة (14)

استقبال الأرسال باليدين من الأعلى Overhand Receiving Service

وهي إحدى طرق إستقبال الأرسال التي أستحدثت بعد التعديلات على القواعد القانونية للعبة والتي عملت على زيادة ورفع من مستوى للفرق لمواكبة التطور الكبير الذي حدث في الأداء الهجومي، إذ سمح للاعبين بأستقبال الأرسال باليدين من الأعلى الشكل (اللمسة الأولى) دون أحتساب خطأ ضد اللاعب (اللمسة المزدوجة أو حمل الكرة ، إذ أن الكثير من اللاعبين الذين يمتلكون مهارات ومواصفات بدنية عالية يجدون هذه الطريقة أسهل لأستقبال الأرسال للكرات العالية خاصة التي يكون سقوطها عند خط النهاية، والتي كانت تشكل بعض الصعوبات على اللاعبين وهذه الطريقة تشبه التمرير من الأعلى لكنها تختلف في طريقة الأداء وبخاصة أصابع اليدين إذ تكون اليدين مفتوحتين والأصابع مشدودة، والذراعان متباعدتين إلى الخارج بحيث يمكن رؤية الكرة تسقط أعلى الجبهة للرأس، وهذا الوضع للذراعين يعطي قوة إضافية لدفع الكرة أمام أعلى والسيطرة عليها ضد الأرسالات السريعة القوية، أما الجذع يكون بشكل عمودي تقريباً، وأيضاً يكون إنثناء في مفصلي الركبتين قليلاً، أما إتجاه الرأس فيكون أمام أعلى، وهذا الوضع يؤدي إلى وضع اللاعب أسفل الكرة ويؤدي إلى إمكانية السيطرة عليها أولاً وإعطاء قوة إضافية لدفع الكرة ثانياً، وذلك لأن الأنثناء الكبير في الركبتين يؤدي إلى فقدان السيطرة على الكرة وفقدان قوة دفع الرجلين وبالتالي يكون الاعتماد فقط على اليدين والذراعين مما يؤدي إلى عدم تمرير الكرة بشكل جيد للمعد، فضلاً عن أن وضعية الأصابع المشدودة ستعمل عملها في الارتداد المناسب للكرة نتيجة سرعة الأرسالات المستخدمة من جهة والضرب الساحق من جهة أخرى.



الشكل مهارة استقبال الأرسال من الأعلى باليدين

التكتيك الفردي لمهارة استقبال الأرسال:

Individual Tactic of Receiving Service

أن مهارة أستقبال الأرسال مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بنوعية أرسال الفريق المنافس لذا يجب أن يعرف اللاعب المستقبل مسبقاً نوع الأرسال المستخدم للفريق لكي يستطيع التحرك السريع والوصول إلى الكرة وأيصالها إلى اللاعب المعد بدقة عالية.

هناك نقاط يجب على اللاعب والمدرّب مراعاتها عند التدريب على مهارة أستقبال الأرسال وهي:

١- التحرك إلى المكان المخصص له وبسرعة بعد خسارة النقطة وأتخاذ التشكيل المناسب للأستقبال.

٢- اللاعب المستقبل عليه ملاحظة إشارة اللاعب المعد المتقّق عليها مسبقاً، لمعرفة نوع الخطة

الهجومية المستخدمة لكي يمرر الكرة إلى المنطقة التي سوف يتم فيها تطبيق خطة الهجوم.

٣- أتخاذ وقفة الأستعداد المناسبة يساعد كثيراً على سرعة التحرك للمكان المناسب، وأن الوقوف

على الجزء الأمامي (الأمشاط) للقدم يساعد على الحركة السريعة والانطلاق بشكل أفضل من

الوقوف على كل القدم.

٤- عندما تكون الكرة بين لاعبين أثنين فأن اللاعب الذي يبدأ الحركة أولاً يكون مسؤول عن

أستقبالها.

٥- اللاعب المستقبل عليه أن يعرف حقيقة هي أن التقدم إلى الأمام أسرع من الرجوع إلى الخلف

أثناء عملية الأستقبال.

٦- كلما كانت الكره قريبة من الشبكة أتخذت الذراعان وضعاً أفقياً.