

الفصل الأول

طبيعة الأداء الفني في الكرة الطائرة "المهام - الخصائص"

- ماهية الأداء الخططي
- مبادئ الأداء الخططي
- طرق الأداء الخططي
- التحرك الخططي في الملعب

طبيعة الأداء الفني فى الكرة الطائرة

(المهام - الخصائص)

ماهية الأداء الخططى:

من أجل الوصول إلى نتائج فاعلة فى منافسات الكرة الطائرة يتحتم على اللاعبين بذل أقصى جهد ممكن سواء كان فردياً أو جماعياً، ومن ثم يصبح الأداء هو الفيصل لدى نظرية التنافس، وحيث إن العلاقة وثيقة بين الأداء الفردى "لاعب" والأداء الجماعى "الفريق" فإنه لا يمكن تجاهل بعض العناصر الفنية المهمة كاختيار طريقة وخطط اللعب وكذا التصنيف التخصصى لمراكز اللعب، وبالتالي فإن الأداء الخططى يشير إلى التصرف الفنى لفريق جماعى أو لاعب فردى من خلال مباراة محكمة بالنقاط والأشواط، وما يميز الكرة الطائرة خططياً عن باقى الألعاب المشابهة هذه المتغيرات الفنية:

*** المساحة المخصصة للاعب:**

يعد ملعب الكرة الطائرة أصغر ملعب للعبة جماعية وبالتالي فإن المساحة المخصصة لكل لاعب تعد أصغر من أى مساحة مخصصة للاعب فى أى لعبة جماعية أخرى، وبهذا الشكل يتحدد التحرك فى ضوء هذه المساحة والتى تبلغ ١٣, ٥ م للاعب خاصة وأنه إذا تأملنا الحركة التى يبذلها اللاعبون نجدها مطلوبة فى كل لحظة، فاللاعب يتحرك سواء كانت الكرة فى ملعبه أو فى ملعب الفريق المنافس.. سواء كانت فى حوزته أو مع الزميل وسواء كان الفريق فى حالة دفاع أو هجوم إضافة إلى إمكانية الوثب من التحرك ثم الثبات ومعاودة الوثب.

*** شبكة منتصف الملعب:**

وجود شبكة تفصل بين نصفى الملعب تعمل على عدم توافر الاحتكاك الجسمانى المباشر بين اللاعبين وهى خاصية لها دور كبير فى تحديد بعض السمات النفسية للاعبين والتى تسهم فى تشكيل ميول واتجاهات اللاعبين، كما أنه ومن خلال هذه الخاصية، فإن ما يميز الكرة الطائرة عن باقى الألعاب

الجماعية المشابهة أنها تعتمد على القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على التكوين البدنى.. ففى كل حركات الكرة الطائرة نجد أن اللاعب يفكر ويوفق بين جهازيه العصبى والعضلى ويعرف كيف يحلل مواقف اللعب.. متى يسرع ومتى يبطئ.. أين يتم تغيير اللاعبين لمراكزهم ومتى وكيف يتمكن من لعب الكرات المرتدة من الشبكة، ولأن اللاعب - من خلال شبكة منتصف الملعب - يقع تحت تأثير "وليس ضغط" اللاعب المنافس فإن هناك تحركات عكسية نتيجة لقوة الكرة المضروبة هجوماً ولمسها أيدي القائمين بالصد لتغير مسارها "كرة متغيرة الاتجاه" إضافة إلى إسقاط الكرة بدلاً من ضربها بقوة "كرة مسقطة" والتي يلجأ إليها المهاجم المنافس عن طريق الخداع والتمويه الهجومي، كذلك مطلوب من اللاعب وهو فى الهواء أن يحرك يديه وراء الكرة ليضربها بقوة وسرعة من أعلى الحافة العليا للشبكة والتي يبلغ ارتفاعها ٢٤٣ سم للرجال إلى جانب ارتفاع حائط الصد متجنباً ومتفادياً أيدي القائمين بالصد وملاحظاً بعد الكرة عن الشبكة وأماكن اللاعبين المنافسين فى الجهة المقابلة من الملعب .

* اللمسات المحددة للفريق:

يتم تشكيل الأداء الخططى فى الكرة الطائرة من ثلاث لمسات فقط كحد أقصى وهذا بخلاف اللعبات الجماعية الأخرى، كما أن لكل لاعب الحق فى لمس الكرة مرة واحدة فقط عدا لمسة حائط الصد، وعلى ذلك فإن لاعبي الكرة الطائرة فى حاجة إلى توافر بعض القياسات الجسمية للأطراف المسموح لها بلمس الكرة حيث إن العلاقة واضحة بين حجم الكرة ومساحة تلك الأطراف وتأثير ذلك على نوعية الأداء الفني والواجبات الحركية المطلوبة، فخاصية الثلاث لمسات تعد فى حد ذاتها خبرة اجتماعية، حيث تفرض على الفريق التعاون والتفاهم الفني بين لاعبيه فى أداء هذه اللمسات الثلاث حيث يشترك لاعبان إن لم يكن ثلاثة لاعبين فى أداء هذه اللمسات معظم أوقات المباراة .

* قاعدة دوران اللاعبين:

يفرض قانون اللعبة وجوب دوران الفريق وتحرك لاعبيه دورة واحدة فى اتجاه عقرب الساعة الأمر الذى يتطلب معه أداء جميع اللاعبين فى المراكز الأمامية والخلفية من الملعب على حد سواء، حيث يظهر تموج الأداء ارتفاعاً وانخفاضاً، فطبيعة الأداء فى الخط الأمامى يتطلب المزيد من بذل الجهد عنه فى الخط الخلفى من الملعب لتكرار عمليات الوثب ما بين حائط الصد والضرب الهجومي، وهذا يعنى أن هناك ارتفاعاً فى بذل الجهد يعقبه انخفاض نسبى نتيجة تكرار عمليات الدفاع المنخفض عن الملعب، وبانتقال لاعبي الفريق من الخط الأمامى إلى الخط الخلفى والعكس وفق قانون دوران اللاعبين فإنه يتحتم عليهم اتقان جميع المهارات الهجومية والدفاعية على حد سواء إضافة إلى حتمية أداء كل لاعب لضربة الإرسال .

مبادئ الأداء الخططى:

هناك العديد من العوامل المحددة لأسلوب اللعب الفني فى الكرة الطائرة تكمن فى المبادئ الخططية التالية:

- إن التصرف الفني فى الكرة الطائرة يستند إلى السلوك المسبق " التوقع " كما تلعب العمليات الفكرية والذهنية خلال مجرى التصرف ٥٠ ٪ أو أكثر من نجاح هذا التصرف تتركز فى تلقى ومعالجة المعلومات ومن ثم تنفيذ التصرف الفني وجميعها تدرج تحت عامل تحديد الزمن، وفى هذا يقوم اللاعب من ذوى المستوى المتميز بالتركيز على أهم النقاط المرافقة استناداً إلى خبراته السابقة وهنا يتم الانتقال من عمليات المراقبة إلى المعرفة .. فالمرکز المتواجد فيه اللاعب ورؤيته المحيطة له هى التى تحدد مجال الإدراك.
- لأن اللاعب المبتدئ ليس لديه برنامجاً حركياً مسبقاً ومخزناً يتضح صعوبة حصر أو استخلاص النقاط الفنية المهمة وحيث إنه بذلك لا يستطيع إلا مراقبة خاصة فنية واحدة أو خاصيتين على أكثر تقدير هنا يلزم ضرورة

التدريب جيداً على توزيع الرؤية بينهما على أن يحدد له الخاصية الفنية الأهم التى يجب التركيز عليها .

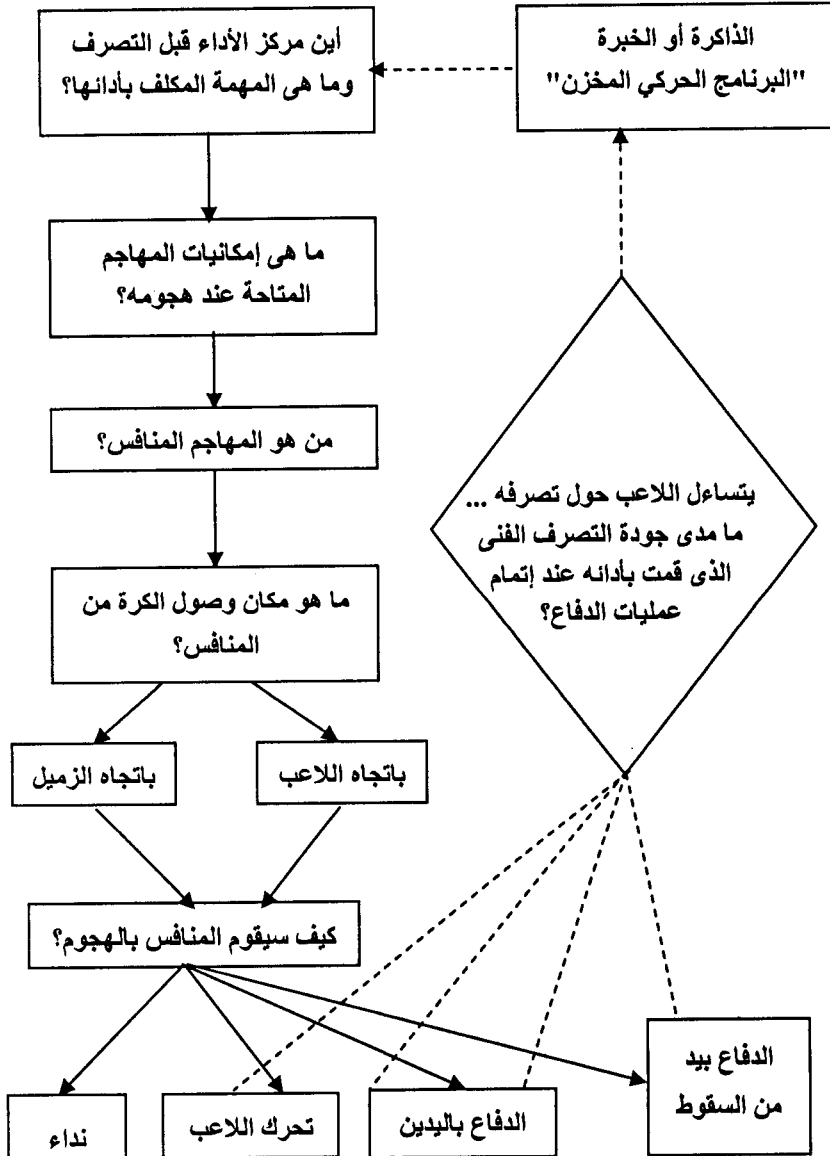
- بالرغم من أن لعبة الكرة الطائرة لا تتصف بالتصرف الدفاعى لأنه لا يؤدى إلى تسجيل النقاط إلا أن الأداء الدفاعى يعد أولى مراحل التجهيز لبناء هجوم "الدفاع عن الإرسال" أو هجوم مضاد "الدفاع عن الهجوم" حيث لا يمكن الفصل بين الهجوم والدفاع فضلاً عن أن إحراز النقاط يتم من فوق الشبكة "هجوم" وأن منع المنافس من تسجيل نقاط يتم من الأداء المنخفض أسفل الشبكة "دفاع" إذا ما اعتبرنا أن فلسفة إقامة حائط صد هى محاولة تسجيل نقطة فى نفس وقت إيقاف هجوم الفريق المنافس .

- حسب ما يقتضى قانون اللعبة حيث لا يوجد تعادل بين الفريقين فلا بد وأن تنتهى مباريات الكرة الطائرة بفوز أحد الفريقين، ولأن فوز الفريق يتقرر بعدد الأشواط المسجلة أولاً فمن الممكن أن يكون هناك فريق فائز بالمباراة إلا أن عدد نقاطه المسجلة أقل من عدد النقاط المسجلة للفريق المهزوم وفى المقابل فإنه يمكن أن يكون الفريق فائزاً فى أحد الأشواط ٢٤ - ١ ويخسر هذا الشوط.. مردوده الفنى هو الأداء السلبي حيث يجب عليه دوماً أن يلجأ إلى المبادرة الهجومية المتواصلة لتسجيل النقاط وتحقيق الفوز خاصة وأنه ليس هناك وقت محدد لانتهاء المباراة بل يرتبط ذلك بالنقاط والأشواط .

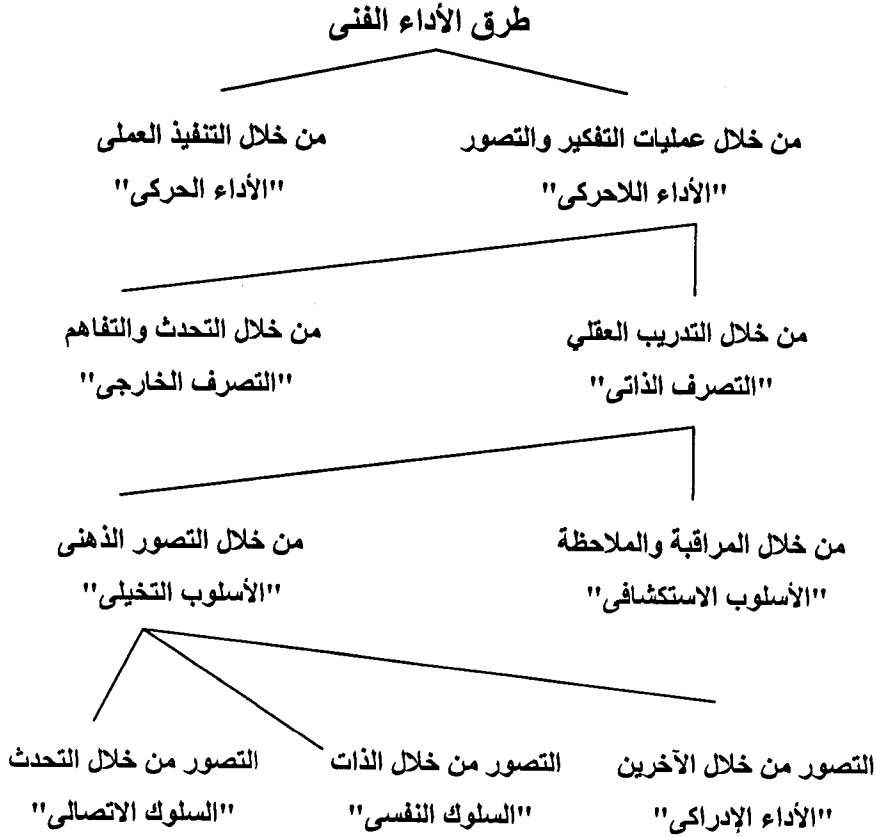
- الأداء الفنى الخططى إنما يعتمد فى المقام الأول على العلاقة بين الزمن والمساحة وهو ما يظهر جلياً فى تحركات اللاعبين ووقفاتهم ارتباطاً بارتدادية اللمسات التى تتبلور فى زمن اتصال اللاعب بالكرة خلال تحركه فى هذه المساحات حيث لا يوجد استقرار للكرة.. فإذا تم إعداد الكرة قريباً أو بعيداً عن متناول يد اللاعب أو عكس اتجاه اقترابه فلا يمكن له مسك الكرة أو تعديل إعدادها كما يحدث فى الألعاب الجماعية الأخرى والتى يمكن فيها اللاعب حينها لا يستدعى الموقف التصويب الهجومى أن يتراجع بالكرة لفتح ثغرة للتصويب منها.

طرق الأداء الخططي:

لكي يتم النجاح الفاعل للأداء الخططي من الناحية العملية فإنه عند اختيار التصرف الفني يتوارد العديد من الاستفهامات التالية :



وللإجابة عن هذا التساؤل فإنه يلزم للمدرب اختيار طرق الأداء المناسبة للتطبيق الفاعل من حيث:



وعلى المستوى التنافسى هناك العديد من النماذج أو الأساليب المختلفة للأداء الفني الخاصة بكل دولة، وتنوع كل أسلوب إنما يرجع إلى صفات كل جنس وما يمتازون به من مواهب خاصة..

- فهناك لعب الكرة الطائرة باستخدام القوة.. وهذا ما يعتمد عليه لاعبو الاتحاد السوفيتى.. فبطبيعتهم يميلون إلى ذلك لاعتمادهم على لاعبين يمتازون بضخامة الأجسام والوثب العالى والضربات الهجومية القوية من

مختلف مناطق الملعب ويشرعون فى تنفيذ ذلك مهما واجهوا من صعوبات ومقاومات فنية .

- وهناك لعب الكرة الطائرة بالاعتماد على الطول.. وهذا ما يعتمد عليه الجنس الألمانى، وهؤلاء اللاعبون برغم طول قاماتهم إلا أنهم يمتازون باللعب الذى يتسم بالدقة، الخالى من الأخطاء الفنية إلا بنسب ضئيلة جداً وبالرغم من ميزة طول القامة التى تحتاج إليها اللعبة والتى يمتاز بها اللاعبون الألمان عن غيرهم إلا أن لذلك خطورته فى حدوث خطأ فهناك احتمال كبير فى إعداد الكرة عالياً على الشبكة كى يتناسب مع طول القامة مما يعطى المنافس فرص تنظيم دفاعاته على الشبكة، وقد تمكن الألمان من استنباط أسلوب جديد للتغلب على ذلك وهو سرعة الانقضاض للقيام بالهجوم وبذلك فهم يحرصون على عدم حدوث خطأ وفى نفس الوقت ضمان عدم إيقاف "صد" المنافس لهجومهم .

- كما أن هناك لعب الكرة الطائرة باستخدام المهارات المتنوعة.. ويعتمد عليها لاعبو التشيك والسلوفاك حيث يمتازون بمثالية الأداء الفني فى اللعب واستخدام أطراف الأصابع لوضع كرة مسقطة من فوق أيدي القائمين بالصد بمهارة فائقة وقوة يعجز المنافس عن صده، وحتى الكرات المرتدة "من حائط الصد - من الشبكة" فإنهم يحرصون على استخلاصها وإحيائها مما يدفع بالمنافس إلى اللعب بجدية يشوبها التوتر .

- وهناك لعب الكرة الطائرة باستخدام الحماس والانفعال، وهذا النوع ظهر فى فرق أمريكا اللاتينية "بيرو - الأرجنتين - البرازيل" فلاعبى هذه الفرق إذا ما أثيروا فإنهم يلعبون بانفعال زائد مما جعلهم يلعبون بدون حرص وأحياناً بإحباط يتسبب فى إهدار للكثير من النقاط بما يضع الفريق فى صورة لا تتناسب وإمكاناته ولا تعبر عن حقيقة مستواه، ولكن يمكن

القول بأن الحماس قد يجعل إحدى الفرق تظهر بقوة كبيرة أكثر من مستواها الحقيقى، ولذلك وجب عدم الاستهانة بأى فريق .

- هناك أيضاً لعب الكرة باستخدام السرعة مع ترابط وانسجام أعضاء الفريق الواحد.. وهذا ما يمتاز به الفريق اليابانى وإحساسهم بذلك إنما هو نتيجة للتفاهم والتكامل والفدائية فى المقاومة المستميتة والتضحية بالنفس من أجل المجموع وإنكار الذات، وبالرغم من قصر قوامتهم نسبياً فقد امتازوا بالوثب العالى وسرعة التحرك والدهاء الخططى مما يجعل المنافس فى حيرة من أمرهم - هذه السرعة أدت بهم إلى إنهاء الضربة الهجومية لصالحهم قبل تشكيل المنافس لحائط الصد .

واستخلاصاً.. يمكن القول بأن هناك مدارس مختلفة فى أداء اللعب فى الكرة الطائرة نوجزها فيما يلى :

أ- مدرسة القوة.. مثل روسيا، بولندا، بلغاريا، رومانيا التى استطاعت أن تحتل المراكز الأولى .

ب- مدرسة السرعة.. ابتداءً من الستينات بدأت المدرسة الآسيوية فى الظهور عن طريق اللعب السريع الجذاب والدفاع الجيد .

ج- مدرسة مبدأ السلامة.. والتى تعتمد على تحسين المهارة الفردية من الناحية الفنية مع وجود لاعبين ممتازين وفق التصنيف التخصصى لمراكز اللعب مع الوضع فى الاعتبار تقليل نسب الأخطاء الفنية مثل ألمانيا .

لقد لخص "ماتسيودايرا" مدرب الفريق اليابانى الحائز على الميدالية الذهبية فى الدورة الأولمبية بميونخ عام ١٩٧٢ العوامل التى تهدف إلى تنمية الأداء على المستوى العالمى قائلاً: " اتمنى تكوين فريق لديه مهارة لاعبى التشيك والسلوفاك الفردية، وقوة لاعبى روسيا، ومرونة تشكيلات اليابان،

وأن يكون لديه قفز لاعبى كوبا وروح منافسة كوريا، ومبدأ السلامة الخاص بألمانيا بعدم ارتكاب أخطاء".

إلا أنه، وفى المقابل.. يتولى كل اتحاد أهلى وقارى تنمية طريقة خاصة به تتفق وإمكانياته البشرية مع الأخذ فى الاعتبار جميع العوامل سالفة الذكر.

وبفضل الاحتكاك العالمى وتبادل الخبرة الدولية بين الفرق فى مختلف البطولات واللقاءات أدى ذلك إلى اقتباس المهارات والأداء الفنى المتميز.. فبعد أن كانت تعكس طبيعة كل جنس وما يمتازون به من صفات.. إلا أن هذا التطور نتيجة للاحتكاك الفنى بين الفرق جعل معظمها تستكمل بعض نواحي النقص لديهما مع احتفاظها بما يميزها عن الفرق الأخرى.. فمثلاً بدأ الفريق اليابانى بجانب تميزه بالسرعة وطرق اللعب المركبة عند الهجوم فى التفكير فى كيفية التغلب على مشكلة قصر القامة، وهنا بدأ بالاستعانة بلاعبين طوال القامة محلياً وخارجياً.

التحرك الخططى فى الملعب "الحركة" :

إن تنمية القدرة على التحرك وتناسق الحركة ومعرفة متى، أين وكيف يتم التحرك تكون الأجزاء المتكاملة للعبة الكرة الطائرة، والتحريك السليم مع الوقفة الصحيحة للاستعداد تتيح للاعب استقبال الكرة من الفريق الآخر بسهولة تامة مهما كانت قوتها، والعكس فإن اللاعب الذى يتكاسل فى حركته ولا يأخذ المكان الصحيح فى الوقت المناسب يضطر إلى استخدام طرق صعبة فى استقبال الكرة مثل التمير من أسفل بالسقوط أو بالدرجة مما يصعب من مهمة زملائه، لذا فإن لاعبى المستويات المثلى والمميزة دائماً يبدو أنهم فى المكان السليم فى الوقت السليم ولذلك فإن أخطائهم مهارية قليلة نسبياً، ومن هذه الوجهة فإن المبتدئين يميلون إلى الفشل.

إن القدرة على الظهور والتواجد فى المكان السليم فى الوقت السليم تتلخص فى حقيقتين:

أولهما - إحساس غريزى فطرى

ثانيهما - فهم الاحتياجات " المتطلبات " الخاصة باللعبة

ففى الصفة الأولى " الإحساس " يقع على عاتق اللاعب لكى يبنى ذلك الإحساس إذا تناقص، أما الصفة الثانية " فهم الاحتياجات " سوف تنمو مع الخبرة والممارسة، ولأنه ليس هناك مساحة واسعة يتحرك فيها لاعب الكرة الطائرة، ووقت قصير جداً يتحرك فيه فى أى اتجاه فإن اللاعب يجب أن يكون فى جميع الأوقات متنبهاً، ومدرّك للمواقف حال وقوعها ويتوقعها فالاسترخاء لمدة لحظة فى التركيز ينهى كل شئ، وعلى ذلك فكل لاعب يجب أن يفكر فى اللعب طوال الوقت حتى ولو كانت الكرة على الجانب الآخر من الملعب أو الشبكة، ويجب باستمرار أن يعدل من موقعه فى الملعب بالنسبة للموقف الحادث وداخل إطار نظام فريقه الفنى، فعليه أن يحصل على شعور دائم بالاندماج كما لو كان مرتبطاً بأعضاء فريقه بحبل خفى، وعليه أن يلف ويواجه الكرة، هذه المواجهة الجسدية هى التى تسمح بقراءة اللعبة بدقة، ولو أنجز الفريق بأكمله ذلك فإن توازنه وتماسكه يكون صلباً قوياً وسيبقى على ذلك مهما استخدم المنافسون من ضغط .

وإذا تحرك اللاعبون وواجهوا اللعبة سيجدون أنهم سيكون لديهم الوقت ليغطوا بعضهم البعض، إن مواجهة اللعبة والحركة مع الكرة والاستعداد العام للتغطية يحرز نتائج جيدة، ويجب مراعاة الشروط التالية عند التحرك:

- التوازن .
- السرعة .
- المسافة .
- عدم تقاطع الرجلين .
- الانتقال الحركى الميكانيكى لمركز الثقل .
- التوقيت السليم للتحرك سواء كان فردياً أو جماعياً .

وإذا تأملنا الحركة التى يبذلها اللاعبون فى الكرة الطائرة نجدها مطلوبة فى كل لحظة، فاللاعب يتحرك فى الملعب سواء كانت الكرة فى ملعبه أم فى ملعب الفريق المنافس، وأيضاً سواء كان اللاعب فى حالة دفاع أم فى حالة هجوم، ولأن ملعب الكرة الطائرة أصغر من أى مساحة مخصصة لأى لاعب آخر فى أى لعبة جماعية أخرى، فإن لاعب الكرة الطائرة لا يحتاج إلى التحرك لمسافات طويلة وذلك لانحصار تحركاته فى أغلب الحالات فى حدود ٣ - ٤ م قد تزيد إلى ٧ م ونادراً ما يتعدى هذا الحد، وبهذا الشكل يتحدد التحرك على ضوء هذه المسافة بالإضافة إلى التحركات الفنية العكسية الناتجة من لمس الكرة لحائط الصد وأيضاً لمس الكرة بأطراف الأصابع فقط يجعل السطح المغطى من الكرة بسيطاً مما يصعب معه صحة ودقة تنفيذ الحركة .

ويجب الإشارة إلى أن التوافق والتآزر والانسجام فى الحركات مطلوب فى الكرة الطائرة حيث التحكم فى أجزاء الجسم المختلفة، فاللاعب مطلوب منه وهو فى الهواء أن يتجنب حائط الصد عند ضرب الكرة والخداع باليد الضاربة أو الجسم ثم الهبوط فى نفس مكان الارتقاء والاستعداد للحركة التالية بالإضافة إلى التوقيت السليم للحركة .

ويحسن بلاعبى مركز (٢، ١) أثناء الاستعداد لاستقبال الكرة أن تكون القدم اليمنى هي المتقدمة حتى يسهل عليهم التحرك وتوجيه الكرة لداخل الملعب ولنفس السبب يحسن أن تكون القدم اليسرى هي المتقدمة للاعبى مركز (٤، ٥) أما بالنسبة للاعبى مركز (٣، ٦) فلا مانع من وضع أى القدمين أماماً لأن ذلك يتوقف إلى حد كبير على طريقة وقوف الفريق وفقاً للخطة التى يلعب بها وحسب الراحة الفردية لكل لاعب، كما وقد تكون القدمان متوازيتين .

