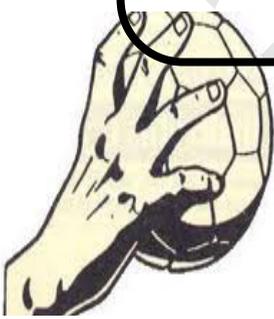


الباب الثاني
الدفاع والمهارات الدفاعية



obeikandi.com

الدفاع عبارة عن:

محاولة لمنع اللاعب أو الكرة أو مجموعة من اللاعبين من اقتحام الخطوط الدفاعية، بالطرق القانونية المسموح بها.

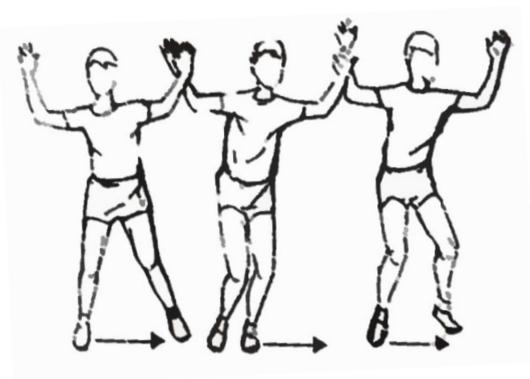
ويكون الفريق مدافعا في حالة ما تكون الكرة في حوزة الفريق المنافس وبناء على ما سبق، فان هناك نقاط فنية يجب الاهتمام بها وهي:

- الرجوع للدفاع عند فقد الفريق للكرة.
- الوقوف دائما بين المرمى والخصم وفي اتجاه اليد المصوية.
- التصدي للجانب القوي من المهاجم (المتوقع نجاح المهاجم فيه).
- التحرك مع الكرة وملاحظتها.
- منع الخصم بالقيام بمراوغاته الناجحة. ومحاولة قطع الكرة والاستحواذ عليها سواء بالاندفاع (الانقضاض) أو عن طريق جمع الكرات المرتدة أو لحظة قيام الخصم بالتطيط.

أولا: المهارات الأساسية في الدفاع

(1) وقفة الاستعداد:

- الذراعين في ارتفاع الكتفين.
- الرجلين في اتساع الكتفين أو الحوض مع ثني بسيط في الركبتين.

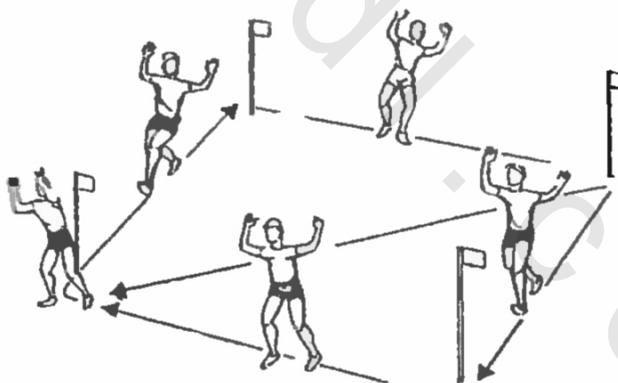


شكل (١٧٥)

- ❖ الجذع مستقيم مع انحناء قليل للأمام مع رفع الكعبين قليلا من الأرض.
- ❖ توزيع ثقل الجسم على القدمين بالتساوي،

(٣) التحركات الدفاعية:

لملاحظة الخصم يقف المدافع وظهره لمرماه ويتحرك بخطوات قصيرة طبقا لما تتطلبه منه حركات الهجوم والحركات تكون جانبية يمينا ويسارا على خط الـ ٦ متر (خط المرمى) أو التحرك للتقدم أماما والتقهقر خلفا وتكون الحركة بنقل رجل أولا ثم تتلوها الأخرى مع الاحتفاظ بالمسافات ومراعاة عدم الحجل الواضح بل تكون حركة الجري زحف ليتمتع المدافع بقوة الاستجابة شكل (١٧٦).



شكل (١٧٦)

٣) المراقبة:

عن طريق البحث عن المكان السليم باستمرار عندما تكون الكرة مع الخصم وبحيث يصبح الخصم غير حر الحركة حيث يقيد المدافع من انطلاقاته ومناورات الهجومية. وقد تكون المراقبة بطريقة رجل لرجل أو في المنطقة.

٤) المقابلة:



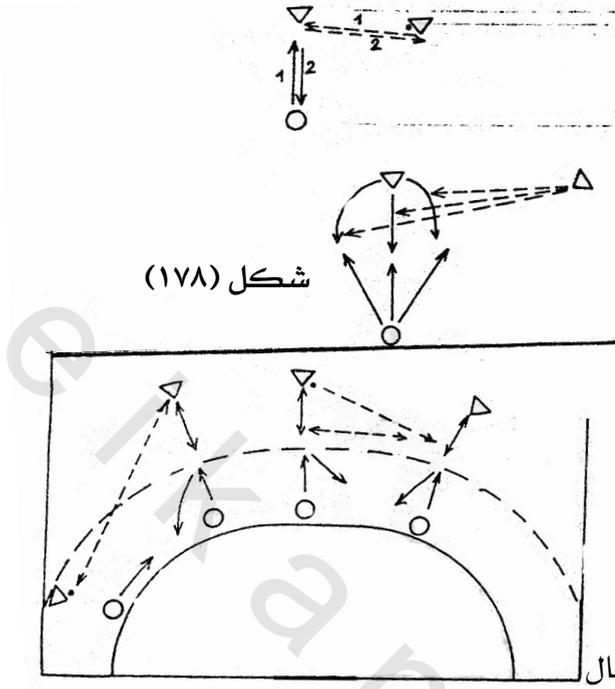
وفي المقابلة يتجه المدافع سريعا نحو المهاجم لمقابلته قبل أداء عمل معين سواء أكان ذلك العمل التصويب بالوثب أو من الارتكاز أو من خلال مقابلة عمليات الخداعات المركبة لهذا المهاجم. ويجب على المدافع معرفة اليد المصوية للمهاجم هل هو بالذراع اليمنى أو اليسرى وهنا يقابله على حدود

شكل (١٧٧)

منطقة الـ ٩ متر (خط الرمية الحرة) وبالتالي تكون المقابلة خاصة للاعب الخلفي في لحظة استلام الكرة فقط. حتى لا تحدث المقابلات العديدة فتحات للثغرات وبناء عليه يجب على المدافع حسن التوقع لنوع التصويب أو التميرة أو الخداع.

وهنا يجب على اللاعب المدافع الوقوف بميل تجاه المهاجم وبمقابلته بإحدى اليدين على الوسط والأخرى على كوع الذراع المصوبة أو ساعدها أو بالقيام بإجبار هذا المهاجم على التحرك بعيدا شكل (١٧٧).

مقابلة اللاعب المهاجم لحظة الاستحواذ على الكرة ثم الرجوع لحظة فقدها شكل (١٧٨).



شكل (١٧٨)

مقابلة بشرط
أن تكون
المراقبة على
الكرة، وعلى
اللاعب المدافع
توقع سير
الكرة ومكانها
حتى يتسنى
مقابلة ثم الانتقال

شكل (١٧٩)

بالرجوع على خط الـ ٤٠متر،
شكل (١٧٩).

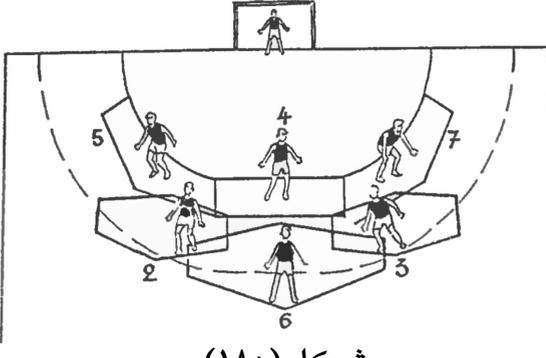
(٥) التغطية:

وهي عملية تأمين للمدافع الزميل المتقدم للمقابلة لاحتمال نجاح المهاجم في الإفلات من هذه المقابلة، وبالتالي يكون هناك خط دفاع ثان عن طريق تحرك المدافع المجاور وللداخل للتغطية وتكون عملية التغطية على هيئة مثلثات ويجب أن يتم تبادل العمل إذا انتقلت عملية التصويب لمهاجم آخر بحيث يقابله المدافع المجاور فيتم عمل مثلث آخر عن طريق

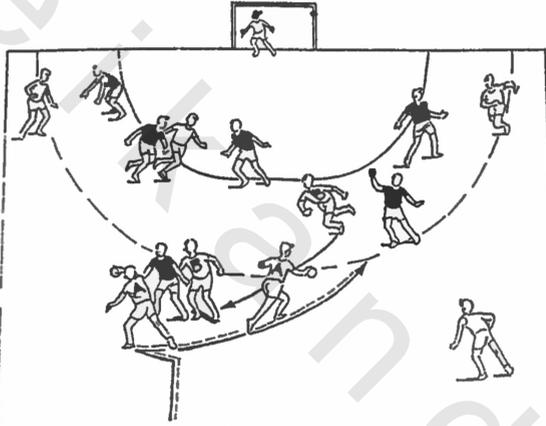
المدافعين

المجاورين،

شكل (١٨٠)، (١٨١).



شكل (١٨٠)

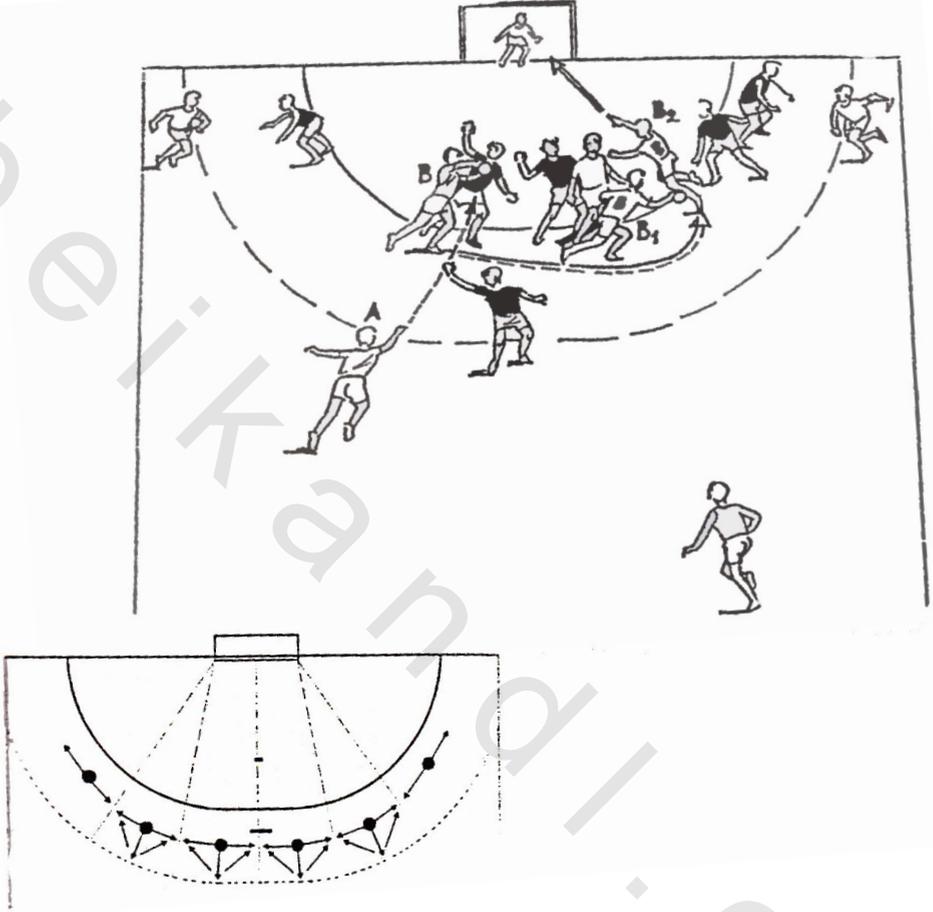


شكل (١٨١)

٦) التسليم والتسلم:

إذا غير مهاجمان مكانهما أمام الخط الوهمي الواصل بينهما على دائرة المرمى فهنا يتم مبدأ دفاع المنطقة (دفاع المواقف) بأن يتم تبادل المدافع مهاجمة مع مهاجم زميله الجانبي.

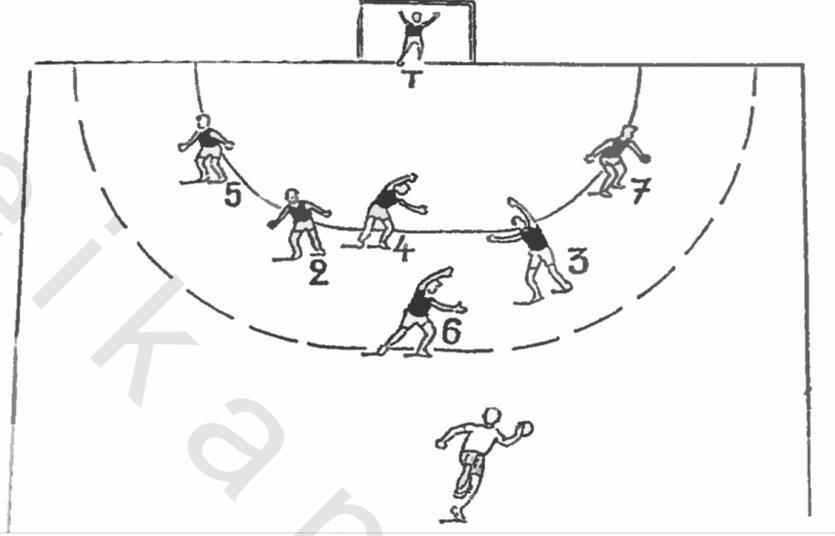
كما يراعى بالنسبة للتحركات أنها أمامية خلفية وعلى
الجانبين عدا دفاعي، شكل (١٨٢).



شكل (١٨٢)

(٧) حائط الصد:

وفيه تكون الأصابع مضمومة والذراعان ممدودة ومفتوحتان قليلا حتى لا تسمح بمرور الكرة بينهما بل يمكن التصدي لها شكل (١٨٣).



شكل (١٨٣)

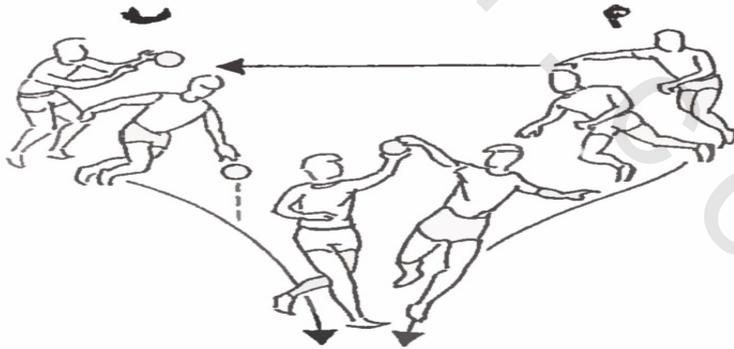
إذا لم يستطيع اللاعب المدافع الحصول على الكرة فعليته التصدي للخصم بجذعه وهذا جائز قانونا (المادة ٣:٨) قانون اللعبة. وعلى المدافع أن يضع في اعتباره هروب المهاجم بالكرة منه لحمايتها وذلك بثني الكوع خلفا وجعل الكرة خلف الرأس كما يحدث بالنسبة للاعب المهاجم من الأجنحة كما يمكن للمدافع أن يجبر المهاجم على أخذ خطوات جانبية للخارج أو أن يغلّق المنطقة أمامه عن طريق الضم أو التجمع مع الزملاء لإغلاق المنطقة.

وتكمن أهمية حائط الصد في وجود أنواع عديدة من التصويبات القريبة والبعيدة كالتصويب من أعلى أو من أسفل أو من الوسط أو من خلال الرميات الحرة ويعتبر التوقيت الصحيح وسرعة الحركة من العوامل التي تؤدي للوضع السليم للذراعين والجسم أو الذراعين والرجل أو الذراع والرجل لاستخدامهما في عملية الصد، ويمكن عن طريق الصد قطع الكرة كبدائية لهجوم مضاد.

ويمكن للاعب اعتراض حركة كرة أثناء رفع المهاجم لها خلفا استعدادا للقيام بالتصويب، وفي هذه الحالة عليه ألا ينظر للكرة طويلا بل يتخذ التوقيت المناسب لرفع يده ومحاولة الاستحواذ عليها بسحبها خلفا دون لمس المهاجم،

الخصم،

ويمكن القيام بذلك أيضا عن طريق ثني جذع المدافع للخلف لإعاقة التصويبة الخاصة بمهاجم الدائرة الأوسط مع ملاحظة عدم الضرب وفي الشكل (أ) يمرر الكرة إلى (ب) الذي يقوم بالتخطيط واستعداده للتصويب وفي أثناء ذلك يتقدم (أ) لمحاولة سحب الكرة باليد المفتوحة كما بالرسم شكل (١٨٤).



شكل (١٨٤)

٨) التلّص من الحجز:

بالتحرك وبسرعة بالقدمين معا جانبا يمينا أو يسارا وللأمام ومع يقظة وحسن توقع وسرعة رد الفعل.

٩) جمع الكرات المرتدة:

يجب تدريب اللاعبين جيدا على عملية الصد وعلى جمع الكرات المرتدة من الصد ومن التصويب ومن هيكل المرمى أو نتيجة الصد عن طريق حارس المرمى وتعتبر بداية لهجوم مضاد بالإضافة للأثر النفسي الذي تحدثه على نفوس المهاجمين.

مقومات الدفاع الناجم:

- سرعة التلبية والثقة في النفس وفي الزملاء.
- التغطية الجيدة والتعاون مع الزملاء.
- التحرك السليم وسرعة.
- التوقع الجيد وفهم واجبات مركزة والتوقيت السليم.
- التعاون مع الحارس والثقة فيه.
- سرعة الانطلاق للهجوم الخاطف.
- القدرة على الدفاع ضد العوامل الخارجية مثل (الجمهور - الحكم
- الوقت - الإصابة).

ثانيا: أقسام الدفاع

- ١- الدفاع الفردي.
- ٢- الدفاع الجماعي.

٣- الدفاع ضد بعض العوامل.

١- الدفاع الفردي:

وهو قدرة الفرد وكفاءته على أداء الواجبات الدفاعية للمنطقة التي يقوم بتغطيتها مع الإلمام بالمهارات الدفاعية سواء أكان المدافع في المنتصف أو مع دفاع جماعي ويجب عليه اتخاذ وضع الاستعداد الدفاعي دائماً وفي كل منطقة يصل إليها على أن يكون باستمرار أقرب إلى مرماه من المهاجم مع الاحتفاظ بالمسافة التي تمكنه من اللحاق من المهاجم إذا حاول العدو بسرعة تجاه المرمى وبما لا يسمح له بالقدرة على تخطيه. وتزداد هذه المسافة كلما بعدت منطقة التصويب وعلى المدافع معرفة اليد المصوبة للمهاجم حتى يمكنه الدفاع عليها وكذلك في بعض المواقف يجب عليه أن يحاول عن طريق مهاراته الدفاعية الفردية أن يجبر المهاجم للاتجاه للمنطقة الخارجية لأن ذراع التصويب فيها تكون غير خطيرة.

٢- الدفاع الجماعي:

هو محصلة الكفاءات الفردية للاعب وهو الشكل النهائي لدفاع الفريق لأنه أسلوب عمل مجموعة من المدافعين على هيئة مواقف معده من قبل أو نابعة من الموقف الهجومى ويطلق عليها مصطلح التكوينات الدفاعية مع ملاحظة ارتباك ذلك بإمكانيات اللاعبين المدافعين ويجب الاهتمام برؤية المنافس المستحوذ على الكرة والغير مستحوذ عليها، بالإضافة لملاحقة التطورات المختلفة لمواقف اللعب.

٣- الدفاع ضد بعض العوامل.

ومن بين هذه العوامل الكثير فمثلاً (الجمهور - الحكم - الوقت - الإصابة) وكلها عوامل يجب الاهتمام بها والتدريب عليها

حتى لا تحدث أي آثار سلبية على يد الفريق وانعكاس نتائجه وفي حالة الدفاع ضد الجمهور يجب التدريب عليه مع توفر أعداد كبيرة منه أو بإقامة المباريات الفردية في الملاعب الخاصة بالفرق الأخرى.

وأما في حالة الدفاع ضد الوقت فيكون بتهدئة اللعب وعدم التسرع في الهجوم - مع تغيير اللاعب المتسرع بلاعب آخر يتحكم في أعصابه بالإضافة لقدرة المدرب على التحكم في الوقت المتبقي، كما أن هناك حالات أخرى فنية منها نقص العدد الدفاعي أو زيادته.

- الدفاع في حالة نقص عدد المدافعين:

عن طريق محاولة الجري السريع لإحباط أي محاولة للتفوق أو عن طريق إعاقة سرعة التميرير بالوثب في اتجاه الكرة لمحاولة قطعها أو استحواذ الفريق عليها.

- في حالة مدافع ضد مهاجمان (٢:١):

يخادع المدافع بالدخول على أحدهما ثم يتجه فجأة للاعب الآخر استعدادا للمشاركة في استلام الكرة الممررة إليه أو في تأخر التحركات الهجومية حتى يستطيع الزملاء الانضمام للمساعدة على أن يستعد أقرب مدافع بمراقبة اللاعب التي تمرر إليه الكرة.

- مدافعان ضد ثلاثة (٢:٣):

يمثلا منطقة الوسط ويحاولان تعطيل اللعب أطول فترة ممكنة حتى نصل لأحد المهاجمين الخارجيين على أن يكون الهجوم موجه إليه في آخر لحظة مع ملاحظة ترك التصويب البعيد للحارس مع محاولة منع التصويب القريب ومن الأفضل استخدام طريقة دفاع المنطقة كما يمكن تغطية المهاجم الأوسط حتى يمكن عزل زميله بسبب تباعد المسافة بينهما.

- ثلاثة مدافعين ضد أربعة مهاجمين (٤:٣):

وفيه يمكن الاكتفاء بوضع الدفاع عن المنطقة حتى عودة باقي الفريق.

- حالة تساوي العدد:

وفي حالة تساوي العدد المدافعين مع المهاجمين يستحسن استعمال التغطية بالملازمة (فرد لفرد) مع تفادي الحجز وتبادل المراكز وخلافة. في حالة زيادة عدد المدافعين على عدد المهاجمين.

هناك طريقتان:

الطريقة العادية:

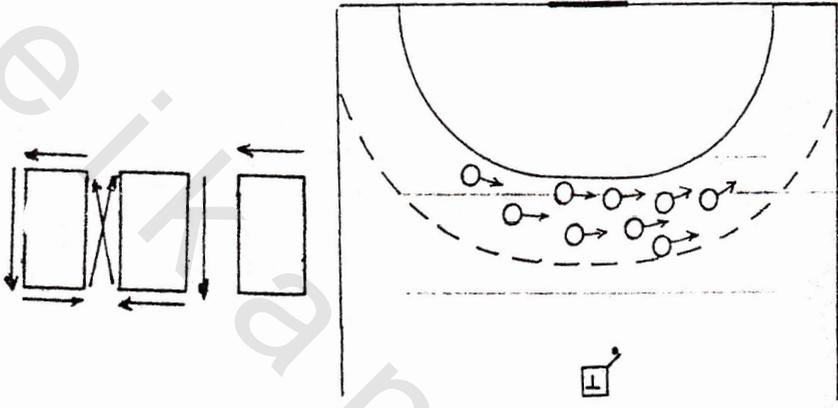
(الأقل ايجابية).. وفيها يتراجع المدافعون إلى خط المنطقة المرمى حيث يساعد خط المنطقة المنحني في تغطية الموقف الدفاعي.

أ- الطريقة الايجابية:

وفيها يتقدم أحد اللاعبين ملازمة اللاعب لدى الفريق الآخر ومحاولة منعه من التقدم (دفاع رجل لرجل) وإجباره على التمرير المرتبك أو العكس، محاولة قطع الكرة عند تمرير الفريق لكرة لهذا اللاعب وبالتالي يكون هناك ارتكاب أخطاء أو مخالفات كما يكون هناك تفوق عدد المدافعين على عدد المهاجمين، وتقيد هذه الطريقة في قطع الكرة وعمل هجوم مرتد، مع مراعاة أن المسافة بين المدافع والمهاجم يجب ألا تقل عن ١ متروفي حالة هات وخذ يظل كل مدافع مع مهاجمه.

ثالثا: الخطوات التعليمية التحضيرية للدفاع ومهاراته

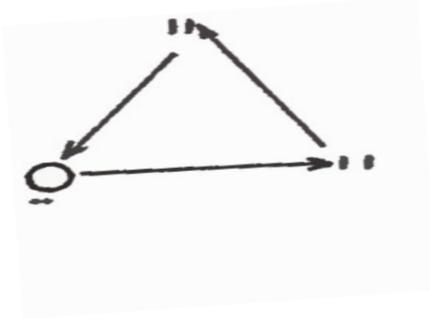
- ١- بدون كرة ويتم عن طريق لاعبين يتحركان يمينا ويسارا أو التحرك طبقا للحركة المؤداه من أحدهما والالتزام بها.
- ٢- التحرك بخطوات جانبية على شكل زحزحة (زحف) للأمام أو الخلف أو الخلف أو على حسب إشارة المدرب المختلفة. شكل (١٨٥).



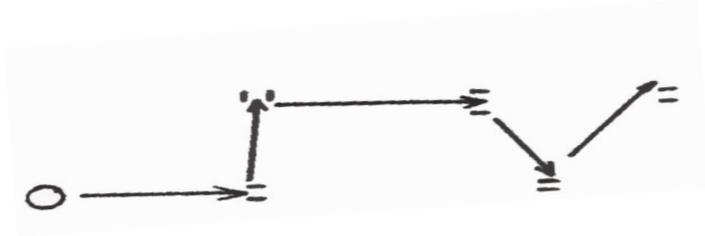
شكل (١٨٦)

شكل (١٨٥)

- ٣- أمام مجموعة من المراتب ويتحرك اللاعب جانبا ثم خلفا جانبا فأماما فجانبا فخلفا فجانبا فأماما وهكذا كما بالرسم شكل (١٨٦).

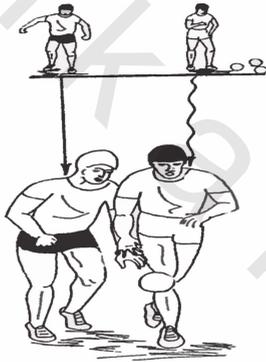


٤- التحرك أماما بميل ثم الرجوع بميل أيضا لملامسة الكرة الطيبة ثم الرجوع لمكان البدء كما بالرسم شكل (١٨٧).



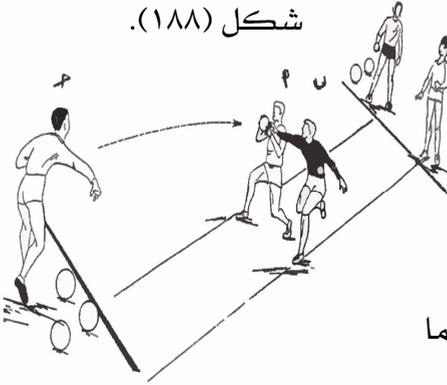
شكل (١٨٧)

بعض الخطوات التعليمية والتحضيرية للدفاع ومهاراته:



شكل (١٨٨).

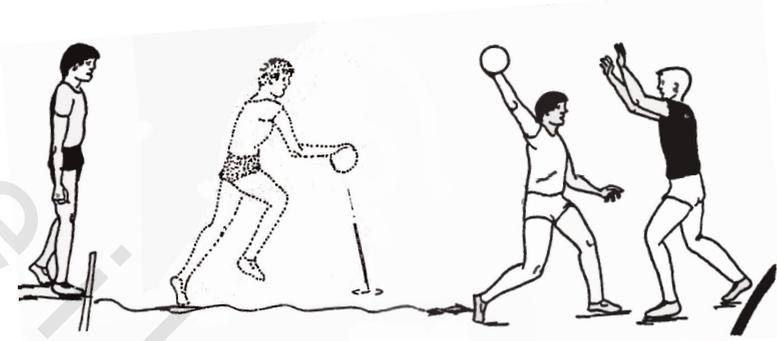
٥- مجموعتان، مجموعة بدون كرة ومجموعة أخرى بكرات، يبدأ اللاعب بتنطيط الكرة ويعقبه المدافع ليحاول اخذ الكرة منه وهي تعلو عن الأرض بعد تنطيطها كما بالرسم



شكل (١٨٩)

٦- ثلاث مجموعات (أ)، (ب)، (ج).. يمرر (ج) الكرات إلى (أ) الذي يستلم الكرة حينئذ ينقض (ب) على الكرة ليأخذها أو ليزيحها من أمام (أ) وهكذا، كما بالرسم

٧- قيام أحد اللاعبين بالتطيط على أن يتصدى المدافع الكرة ليعمل حائط الصد بيديه عند قيام المهاجم بالتصويب، كما يمكن استخدام ذلك في مقابلة اللاعب المهاجم عن طريق وضع أحد اليدين على الكرة والأخرى على جسم اللاعب الشكل (١٩٠).



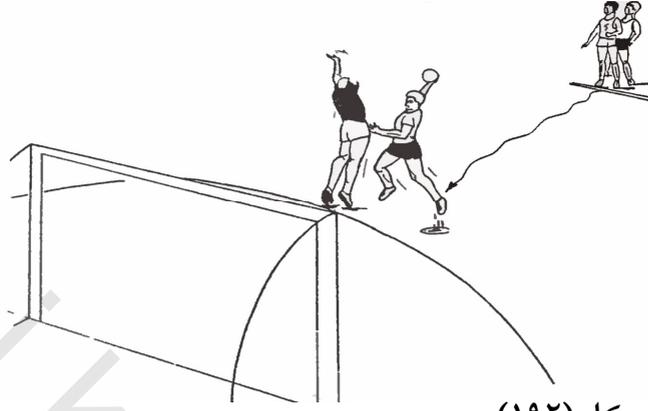
الشكل (١٩٠)

٨- تدريب لحائط الصد ضد التصويب من الارتكاز.. التصويب من أعلى ثم التغيير بسرعة إلى التصويب من الجانب، ثم التصويب من الجانب مع تغييره إلى التصويب من أعلى وعلى المدافع الاستجابة بعمل حائط الصد باليدين تبعا لنوع التصويب المستخدم، شكل (١٩١).

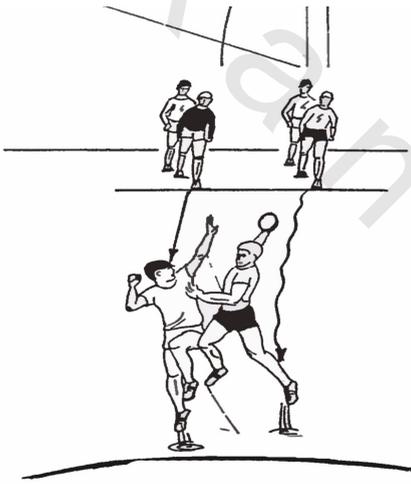


الشكل (١٩١)

٩- تدريب لحائط الصد من الوثب. ضد التصويب بالوثب. التصدي للكرة لحظة خروجها من يد المهاجم مع التركيز على الاهتمام بالكرة وعدم التخوف منها، شكل (١٩٢).



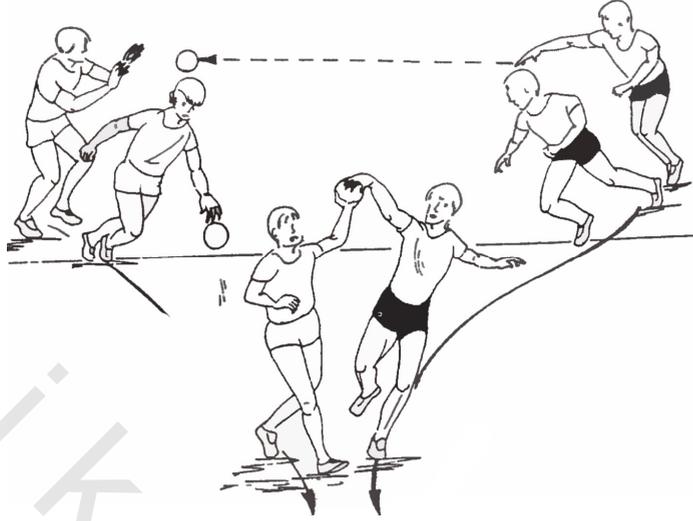
شكل (١٩٢)



شكل (١٩٣)

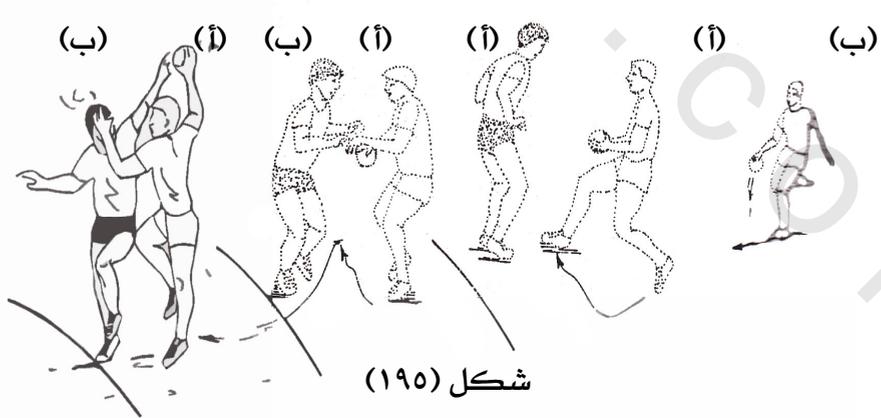
١٠- مجموعتان، مجموعة معها كرة والأخرى بدون كرة يقوم اللاعب بتنطيط الكرة والقيام بالتصويب بالوثب في نفس اللحظة التي يخرج لاعب المجموعة الأخرى معه ومحاولة إزاحة الكرة لحظة التصويب عن طريق استخدام اليد فقط بوضع الكف في اتجاه دون دوران الجسم كما بالرسم شكل (١٩٣).

- ١١- تمرير الكرة للاعب ثم الجري لمحاولة إزاحة الكرة لحظة قيام اللاعب بالتصويب بعد قيامه بالتطيط شكل (١٩٤).



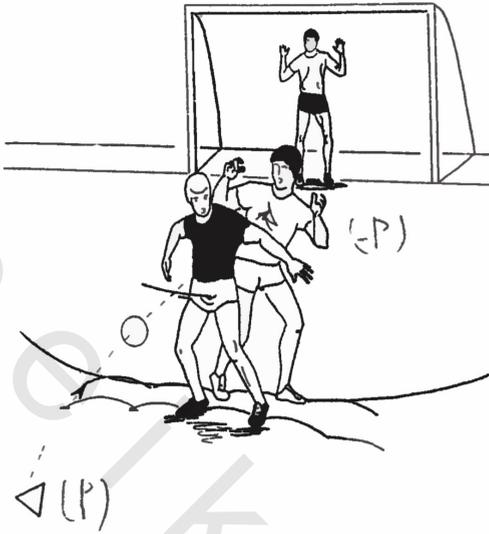
شكل (١٩٤)

- ١٢- يقوم اللاعب (أ) بتطيط الكرة ويقف أمامه المدافع (ب) ويحاول (أ) خداع (ب) بالخداع البسيط ثم التصويب حينئذ يلف المدافع نصف لفة ثم يضع يده القريبة من الكرة في اتجاه الكرة ويزيحها بكف اليد مع النظر عليها ووضع الجسم أماما. الشكل (١٩٥).



شكل (١٩٥)

١٣- يلاحظ أن لاعب الدائرة



الشكل (١٩٦)

يتحرك حر الحركة على

الدائرة ومحاولة اللاعب (أ)

تمرير الكرة له. وفي نفس

اللحظة يتحرك المدافع مع

المهاجم (ج) مع ملاحظة

أن المدافع يحاول عن طريق

يده اليسرى وفردها وعدم

تحرك المدافع وتمكنه من

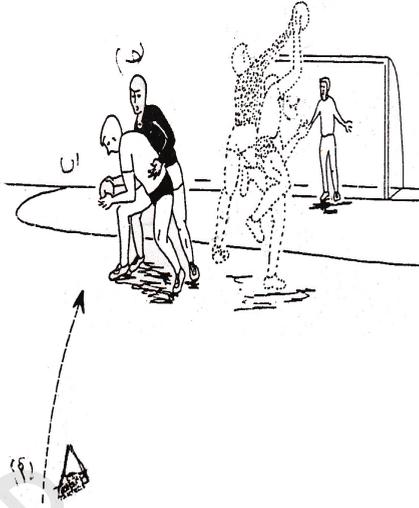
اللف وإتمام خط سيره، مع

مراعاة أن اتجاه جسم المدافع

لا يتغير، كما يمكنه منع

وصول الكرة له أيضا عن

طريق اليد الأخرى الشكل (١٩٦)



١٤- لاعب (أ) يمرر الكرة إلى (ب) الذي يخادع المهاجم ويلف ويقوم بالتصويب على الدائرة. وفي أثناء ذلك يلف معه اللاعب (ج) نصف لفة ويحاول أن يعوق تصويب الكرة ويعمل على إزاحتها بيده اليمنى دون التعرض لجسم اللاعب المهاجم، شكل (١٩٧)

١٥- دفاع ضد الخداع بالتصويب فيقوم اللاعب (١) بالتخطيط والتصويب بالوثب ثم يخادع بتمرير الكرة إلى اللاعب المهاجم (٢). وهنا يجب تركيز نظر على المدافعين على الكرة والاستعداد لها بحائط الصد الجماعي ويلاحظ أن حائط الصد يقف ليغطي الزاوية البعيدة، أما حارس المرمى فيغطي الزاوية الأخرى تماما بمفرده، شكل (١٩٨).



شكل (١٩٨)

١٦- تدريب يلاحظ فيه أن

المدافع يقوم بعمل المقابلة

وإذا تحرك المهاجم جانبا

يلاحظ أن المدافع يترك

المهاجم حرا لكي يقوم

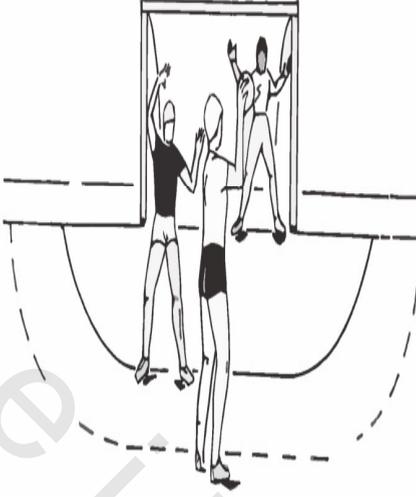
بحائط الصد أو المقابلة

في الزاوية القريبة أما

الزاوية البعيدة فيترك

للحارس حراستها

وتغطيتها.



شكل (١٩٩)

١٧- تعليم الصد ضد التصويب

الجانبي عن طريق قيام

المدافعين بحائط الصد

للزاوية البعيدة من المرمى مع

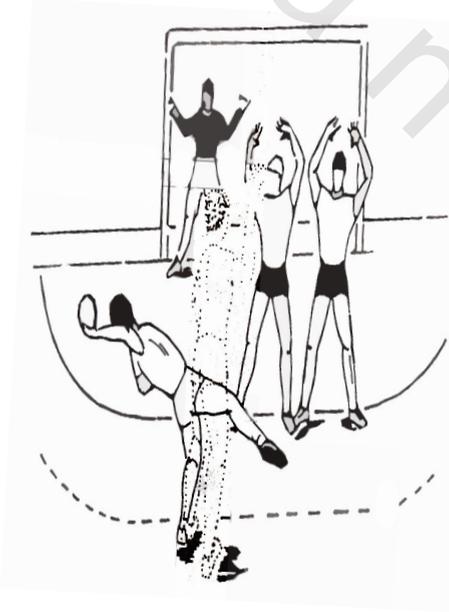
تغطية حارس المرمى للزاوية

القريبة وبذلك حتى لو غير

المهاجم نوع تصويباته

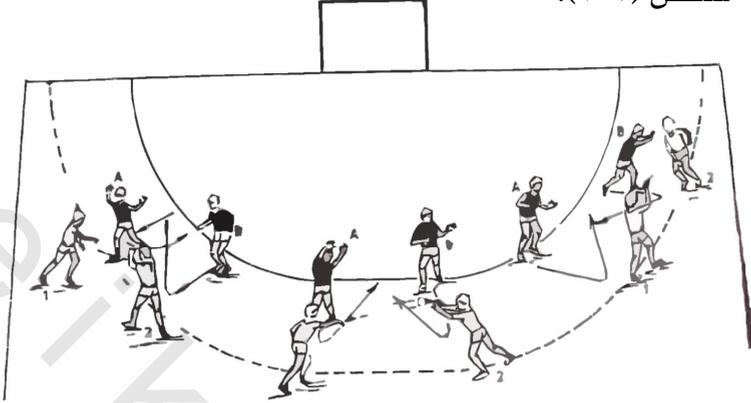
فسيكون المرمى بأكمله

مغلق أمامه.



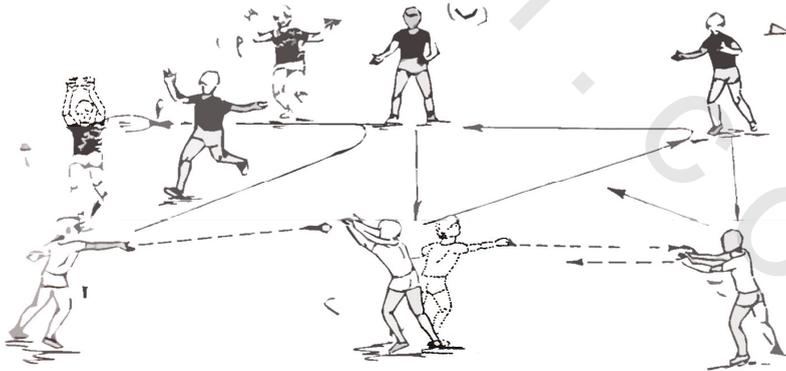
شكل (٢٠٠)

- ١٨- مدافعان ومهاجمان، تمرير الكرة بين المهاجمين عند استلام المهاجم (1) الكرة يتقدم المدافع (A) لمقابلته ثم يتقهقر خلفا قطريا وهكذا يتم نفس العمل مع المهاجم (2) والمدافع (B) شكل (٢٠١).



شكل (٢٠١)

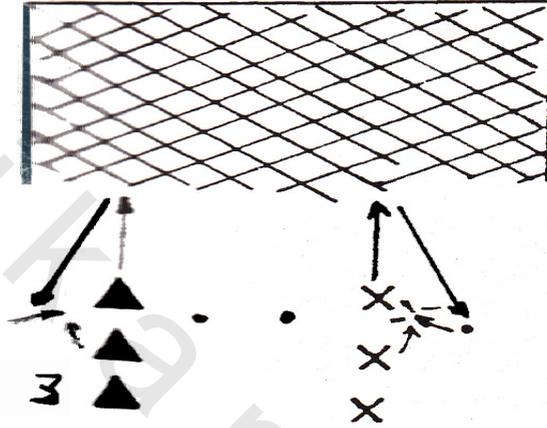
- ١٩- ثلاثة مهاجمين وثلاثة مدافعين يقوم المهاجمين الثلاثة بتبادل الكرة فيما بينهم ولحظة وصول الكرة للمهاجم (١) يتقدم المدافع (أ) لمقابلته ثم يتقهقر خلفا قطريا ليتقدم المدافع (ب) لحظة استلام المهاجم (٢) للكرة وهكذا بالنسبة للمهاجم (٣) والمدافع (ج) شكل (٢٠٢).



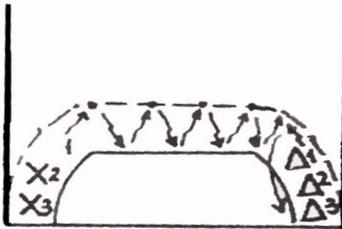
شكل (٢٠٢)

تدريبات تطبيقية للدفاع:

مجموعتان يتقدم اللاعب الأول من كل مجموعة أماما تجاه الحائط ثم يعود خلفا بميل للامسة كرة طبية ثم يتحرك جانبا ليلامس اللاعب الذي يليه ليبدأ نفس العمل. والمجموعة التي تنهي العمل أولا تفوز، شكل (٢٠٣).



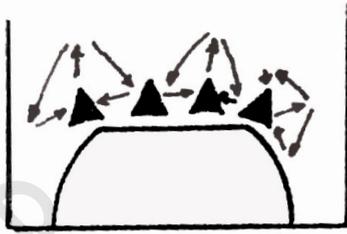
شكل (٢٠٣)



- مجموعتان إحداهما تقف عند مركز الجناح الأيمن والأخرى عند مركز الجناح الأيسر وهناك ٥ كرات طبية موضوعة على خط ال ٩ متر حيث ينتقل اللاعب الأول من الجناح الأيسر للامسة الكرة الطبية الأولى ثم خلفا قطريا لمنطقة ٦ متر ثم أماما شكل (٢٠٤)

نحو الكرة الثانية وهكذا ليقف خلف المجموعة الأخرى ليبدأ لاعب منها نفس العمل، شكل (٢٠٤).

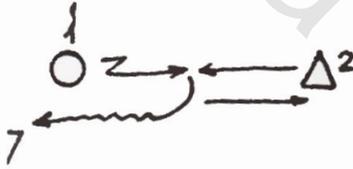
- اختبار فردي لكل لاعب من المدافعين



شكل (٢٠٥)

الأربعة على خط ال ٦ متر وعند الإشارة، يتقدم المدافعون حتى خط ال ٩ متر ثم يتقهقر قطريا ويعودون لنقطة البداية ويجب أن يعاد التمرين ١٠ مرات أثناء ٣٠ ثانية، شكل (٢٠٥).

- يقوم اللاعب (١) بعمل خداع ثم التقدم بعد الخداع البسيط مع عمل نصف



شكل (٢٠٦)

لفة والقيام بالتخطيط حتى نقطة البداية وفي ذلك يقوم المدافع بمقابلته ثم التقهقر ويعاد التمرين مرات، شكل (٢٠٦).

- لاعبان (١)، (٢) يقومان بتمرير الكرة



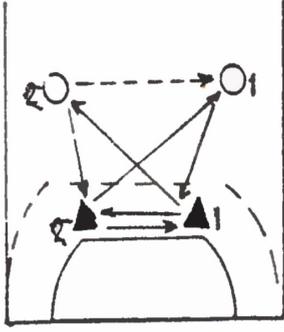
بينهما وعلى المدافع الذي أمامهما بالتحرك



يمينا ويسارا مع الكرة شكل (٢٠٧).

شكل (٢٠٧)

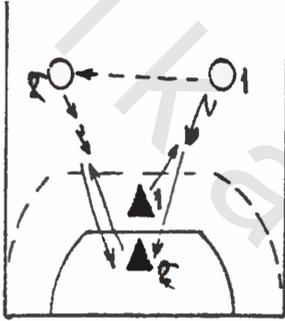
- مربع مدافعان ومهاجمان يندفع المهاجم الأول وعليه يتقدم المدافع لمقابلته ثم يمرر المهاجم الكرة لزميله وهنا يعود المدافع كما بالرسم على هيئة مثلث ويتكرر العمل مع الجهة الأخرى شكل (٢٠٨).



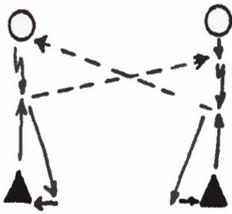
شكل (٢٠٨)

- مدافعان ومهاجمان، المدافعان خلف

بعضهما والمهاجمان الواحد بجانب الآخر على بعد أمتار كما بالرسم، اللاعب رقم (١) يهدد بالدخول فيقابه المدافع الأول وعند تمريره الكرة إلى المهاجم رقم (٢) يتقهقر المدافع رقم (١) خلف (٢) ويتقدم المدافع رقم (٢) لمقابلة المهاجم رقم (٢) وهكذا، شكل (٢٠٩).

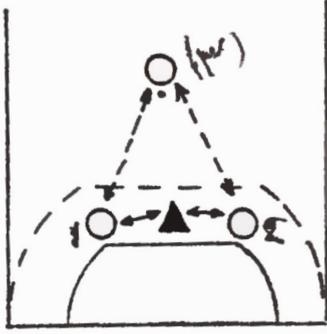


شكل (٢٠٩)



شكل (٢١٠)

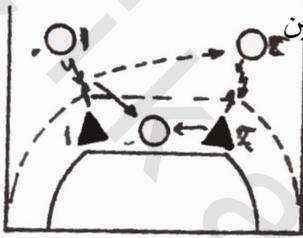
- المدافع رقم (٢) يتقدم قطريا لمقابلة المهاجم رقم (١) الذي استلم الكرة ثم يعود لمكانه عن طريق تركه على هيئة مثلث ويتم العمل بنفس الكيفية للمدافع رقم (١) والمهاجم رقم (٢) شكل (٢١٠).



شكل (٢١١)

- أربعة لاعبين .. ثلاثة مهاجمين وبينهما مدافع رقم (٣) الحامل للكرة على خط الـ ٩ متر يمرر بمحض إرادته إلى كل من المهاجمين (١)، (٢) وعلى المدافع أن يتحرك في اتجاه اللاعب الحامل للكرة، شكل (٢١١).

- خمسة لاعبين ثلاثة مهاجمين واثنان مدافعين، مهاجمين في مركزي

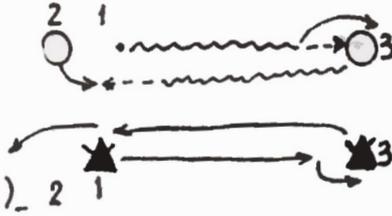


بالشكل (٢١٢).

الخلفيين الأيمن والأيسر والثالث بين المدافعين على الدائرة، يقوم اللاعب رقم (١) بسحب المدافع (١) بتهديده فيتقدم لملاقاته وعلى ذلك يتسلم المدافع (٢) مهاجم الدائرة (٣) ومنع محاولة التمرير له وهكذا، كما

شكل (٢١٢)

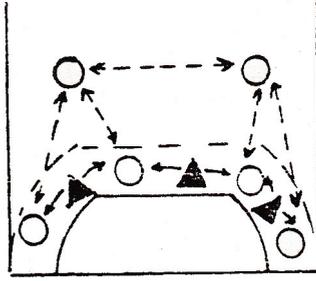
- ٦ لاعبين ٣ مهاجمين و٣ مدافعين يقوم المهاجم رقم (١) بالتخطيط حتى الوصول لرقم (٣) وفي نفس الوقت



شكل (٢١٣)

يتبعه المدافع الأول بالتحرك الجانبي. ثم يمرر بالتحرك الجانبي. ثم يمرر للمهاجم رقم (٣) الذي يقوم بنفس العمل ويتبعه المدافع رقم (٣) الذي يقوم بنفس العمل ويتبعه المدافع رقم (٣) بالتحرك الجانبي، وهكذا شكل (٢١٣).

- تسعة لاعبين، ثلاثة منهم مدافعين ملاصقين



لخط الدائرة (٦ متر) وستة مهاجمين اثنان منهم لاعبي خط خلفي، وأربعة لاعبي دائرة، العمل على تمرير الكرة بين المهاجمين مع التنقلات الجانبية للمدافعين بحيث دائما ما يكون مدافع مع لاعب الدائرة المستحوذ على

شكل (٢١٤)

الكرة شكل (٢١٤).

- ٦ لاعبين مهاجمين، ضد ٦ لاعبين

مدافعين تمرير الكرة بين المهاجمين فيما بينهم مع ملاحظة تقدم المدافع

لمقابلة المهاجم المستحوذ على الكرة

ثم يعود خلفا قطريا ثم جانبا لمكانه

الأول وهكذا، ويتم التدريب بالتسلسل

والرجوع بغير تسلسل وبالمفاجأة في

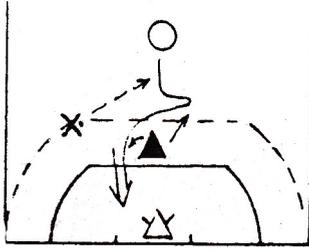
التمرير والاستلام والتهديد بالتصويب

مع إتمام عمليات المقابلة، من المدافعين

شكل (٢١٥)

شكل (٢١٥).

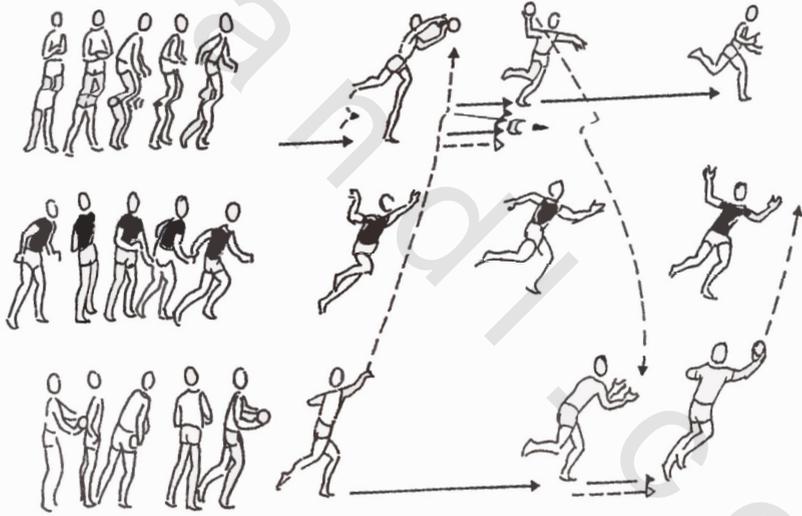
- مهاجم ومدافع يستلم الكرة من زميل له يقف جانبا أو على هذا المهاجم أن يتخطى المدافع، وعلى المدافع أن يمنعه



شكل (٢١٦)

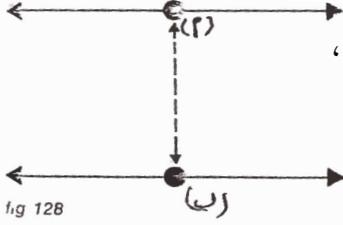
- من ذلك في حدود قوانين اللعب، إذا تخلص المهاجم يستطيع التصويب، إذا لم يعاود الكرة ثانية، شكل(٢١٦).

- مجموعتي تمرير واستلام بطول الملعب بينهما بمجموعة مدافعين يبدأ اللاعب بتمرير الكرة لزميلة المهاجم بطول الملعب وفي أثناء ذلك يخرج المدافع ويحاول أن يقطع الكرة ويأخذها من بينهم، شكل (٢١٧).

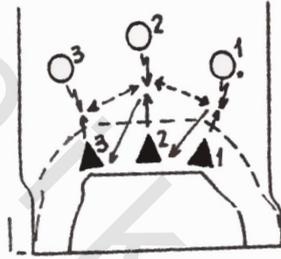


شكل (٢١٧)

- يقوم اللاعبان (أ)، (ب) بتمرير كرة طبية بينهما مع التحرك يمينا ويسارا باستمرار،
الشكل (٢١٨).

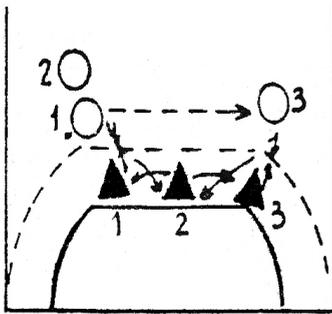


الشكل (٢١٨)



شكـل (٢١٩) خلفا وتمرير الكرة وهكذا باستمرار

- ثلاثة مهاجمين وثلاثة مدافعين يتقدم المهاجم رقم (١) الحامل للكرة ويسحب المدافع رقم (لم) وبالتالي يقوم المدافع رقم (١) بالتحرك جانبا ويسارا لتغطية المدافع رقم (١) وعندما يمرر المهاجم (١)



شكـل (٢٢٠)

- الكرة للمهاجم (٣)، ويعود المدافع (١) قطريا على الدائرة، ويتحرك المدافع (٢) جانبا يمينا لتغطية المدافع رقم (٣) الذي تقدم لمقابلة المهاجم رقم (٣) وفي هذه الحالة ينتقل المهاجم رقم (١) خلف المهاجم (٣) الذي يمرر إلى المهاجم رقم (٢) ويستمر اللعب والتدريب باستمرار، شكل (٢٢٠).

- ثلاثة مهاجمين وأربعة مدافعين

ويتم التمرير بين المهاجمين بحيث

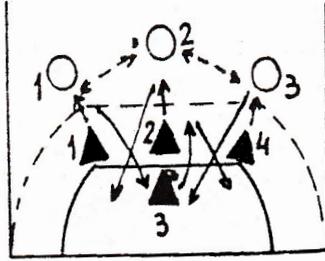
يمرر (١) إلى (٢) فيتقدم المدافع (٢)

لمقابلته وعند إعادته الكرة للمهاجم (١)

يعود المدافع (٢) قطريا خلف (١) الذي

تقدم لمقابلة المهاجم (١) وهكذا العمل

مع الجهة الأخرى، شكل (٢٢١).



شكل (٢٢١)

- ثمانية لاعبين وأربعة مهاجمين وأربعة

مدافعين - يمرر المهاجم (١) الكرة إلى

(٣) وعلى ذلك يتقدم المدافع (١) لمقابلته

وعند التمرير يعود خلفا وبالتقهقر على

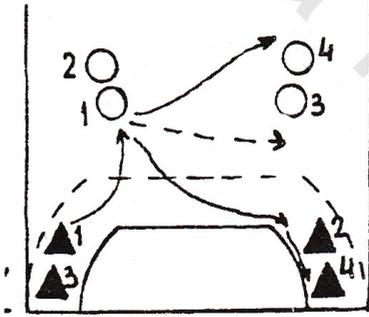
دائرة ال٦متر ويقف خلف المدافع (٤)

وفي نفس الوقت ينتقل المهاجم (١) خلف

المهاجم (٤) الذي يهدد بالدخول فيقابلته

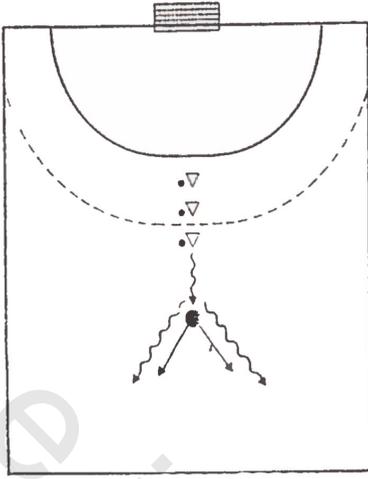
المدافع رقم (٢) ويكرر الأداء وهكذا

شكل (٢٢٢).



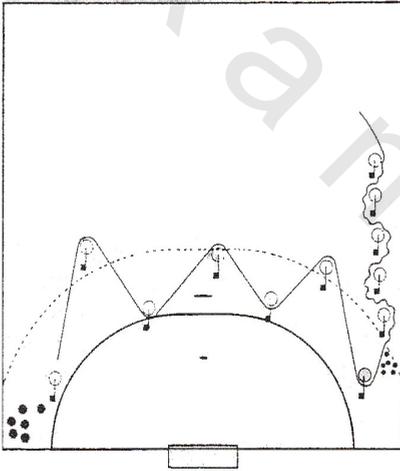
شكل (٢٢٢)

- اللاعب المهاجم المستحوذ على الكرة يقوم بالتنطيط وعلى المدافع أن يتحرك معه بشرط أن يكون تحركه للخلف على أن يحاول أن يأخذ منه الكرة كما يمكن التدريب على الدفاع من أكثر من مهاجم،
شكل (٢٢٣).



شكل (٢٢٣)

- يقوم اللاعبين بالجري زجاجي بين الأعلام أماما وخلفا ثم التقاط كرة من الكرات الموجودة عند الجناح الأيسر ثم يقوم بأداء التنطيط زجاجي ثم رمي الكرة في المرمى الآخر شكل (٢٢٤).



شكل (٢٢٤)

حائط الصد الدفاعي

يعتبر حائط الصد محاولة دفاعية فنيه هدفها منع أو محاصرة الكرة المصوبة أو التقليل من قوة تصويبها نحو المرمى وذلك من بداية اللحظة التي تفارق فيها الكرة يد اللاعب المصوب.

وان كان حائط الصد مهارة دفاعية أساسية فإنها مهارة يجب تميمتها من خلال التدريب عليها حتى لا يكون هناك خوفا من الكرة ومن شدتها لدى اللاعبين هذا بالإضافة لضبط التوقيت واختيار نوع الصد، شكل (٢٢٥).



شكل (٢٢٥)

ومن النواحي الفنية الواجب مراعاتها:

- التصرف بدون خوف والنظر في اتجاه الكرة.
- البحث عن الوضع المناسب للتصدي وتركيز كل الانتباه نحو الكرة.
- السعي لأخذ الكرة بعد الصد.

وممكن أن يتم الصد بالاتي:

التصدي بلاعب واحد في حالة الارتكاز.. ويكون إما بالصد:

- العالي أو الجانبي.
 - الوضع المنخفض باليدين والساقين في الهواء.
 - التصدي بلاعبين في حالة الارتكاز..
 - لاعب بجانب الآخر.
 - ترك مسافة بين المدافعين لتوفر الرؤية الكافية لحارس المرمى.
 - لاعب خلف لاعب آخر (بغرض التغطية).
 - التصدي لـ ٣ أو ٤ أو ٥ لاعبين..
- كما في حالة الرمية الحرة.
- وتحتاج مهارة حائط الصد لخطوات وتدريبات تعليمية يجب وضعها في الاعتبار عند تعليم هذه المهارة للصغار والكبار معا ويمكن تلخيص ذلك في.. تعود اللاعب على الإحساس بالكرة والتعامل معها من خلال الالتحام بها . ومن أمثلة ذلك.
- التصدي لكرة مرتدة من حائط.
 - التصدي لكرة بعد التنقل الجانبي (مع إحاطة المدافع علما باتجاه الرمي).
 - التصدي بالتناوب لكرات تأتي من اليمين ومن الشمال.
 - التصدي للكرة والسعي للحصول عليها.

- التصدي بالتناوب لمجموعة من الكور.

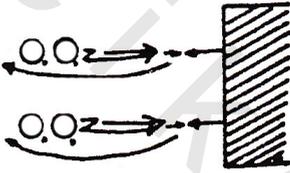
تدريبات تطبيقية لمهارة حائط الصد:

- لاعبان احدهما ممسك بالكرة ويرفعها لأعلى باليدين والآخر يجري ثلاث خطوات ثم يرفع يديه ليلاص الكرة بهما ثم يتقهقر ويكرر العمل.

- نفس التدريب السابق إلا أن اللاعب الحامل للكرة يقذفها نحو يدي المدافع ثم يتبادل الاثنان العمل.

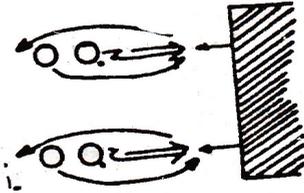
- نفس التدريب السابق إلا أن القذف يزداد بالتدرج مع التنوع فيه.

- لكل لاعب كرة، نفس التدريب السابق ولكن القذف يكون على الحائط ومع الحركة ومع التنوع في القذف عالي ومتوسط ومنخفض..... الخ كما في الشكل (٢٢٦).



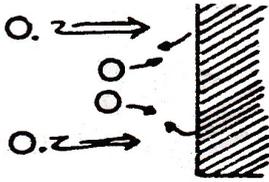
الشكل (٢٢٦)

- لاعبان يقفان خلف بعضهما احدهما يقذف والآخر يتقدم للصد ثم يتبادلا العمل، كما بالشكل رقم (٢٢٧).



الشكل (٢٢٧)

- لاعبان يقومان بالتصويب على الحائط ولاعبان يصدان الكرة ثم يتبادلا العمل شكل (٢٢٨).



الشكل (٢٢٨)

- لاعبان إحداهما مهاجم والآخر مدافع يمرر المهاجم الكرة للمدافع ثم يستقبلها منه في الجري ثم يصوب، والمدافع يتصدى لكرة ثم يتبادلا العمل، شكل (٢٢٩).

- ثلاثة لاعبين إحداهما يمرر الكرة للمصوب في اتجاه المدافع الذي يتصدى للكرة، يفضل التنويع في الأداء كما يكون التصويب بلطف ثم تبادل الأداء،



الشكل (٢٢٩)

شكل (٢٣٠).

- ثلاثة لاعبين، اثنان مهاجمين وبينهما مدافع يصد الكرة من أحدهما ثم يلف نص لفه ويتصدى لكرة الآخر وهكذا ويتم تبادل الأداء شكل (٢٣١).

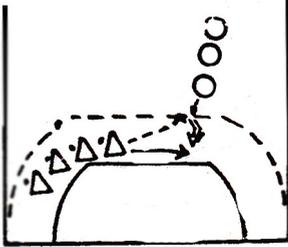


الشكل (٢٣٠)



الشكل (٢٣١)

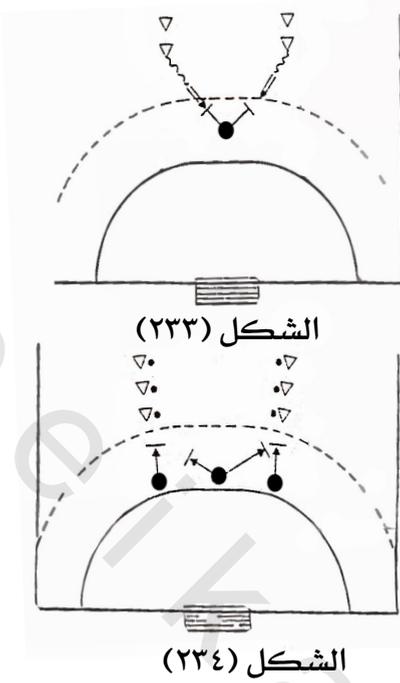
- صف من المدافعين في مركز الظهر الأيمن يحمل كل منهم كرة وصف آخر من المهاجمين في مركز الخلفي الأيسر ويمرر المدافع الكرة للمهاجم ثم ينتقل ليتصدى لتصويبه المهاجم ثم يتنازعان من أجل الحصول على الكرة والذي يستحوذ عليهما ينضم خلف الصف المدافع والآخر



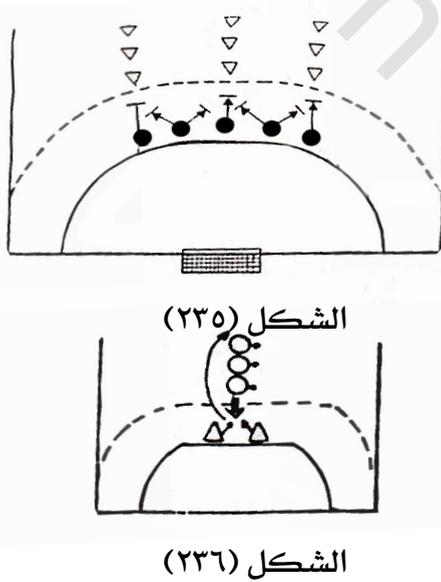
الشكل (٢٣٢)

خلف المهاجم شكل (٢٣٢).

- مدافع يتصدى لتصويب كل من الخلفي الأيسر والأيمن بالتناوب ثم يتم تبادل الأداء، شكل (٢٣٣).

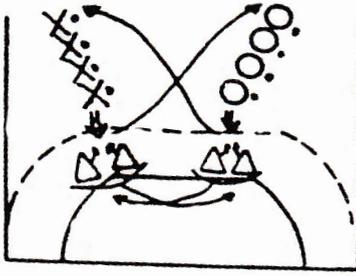


- نفس التدريب السابق ولكن المدافع الأوسط ينضم أثناء عمل المدافع الأيمن أو الأيسر لحائط الصد ليتم الصد عن طريق اثنان مدافعان ثم يساعد المدافع الآخر بعد التقهقر ويتم تبادل الأداء شكل (٢٣٤).

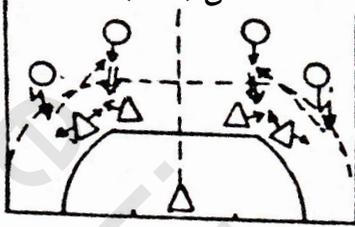


- نفس التدريب السابق عمل بلوك جماعي بزيادة العدد كما بالرسم الشكل (٢٣٥).

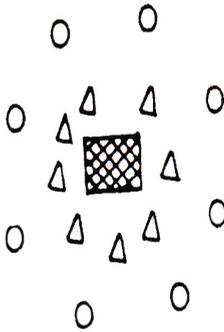
- مدافعان يعملان حائط صد أمام مهاجم واحد مصوب ينتقل المدافع خلف المهاجمين وينتقل المهاجم مدافعا شكل (٢٣٦).



الشكل (٢٣٧)



الشكل (٢٣٨)



الشكل (٢٣٩)

- نفس التدريب السابق ولكن هناك مدافعان أمام صفين من الهجوم في مركزي الخلفيين الأيمن والأيسر شكل (٢٣٧).

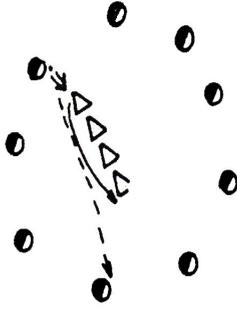
- مدافعان مهاجمان عند نصف المنطقة اليمنى واليسرى وللعبة عبارة عن مجارة وسحب لأحد لحد المدافعين ثم التمرير للأخر حيث ينضم إليه المدافع الآخر شكل (٢٣٨).

- يلعب فريقان احدهما كمهاجمين على هيئة دائرة داخلها فريق المدافعين، ثم داخل المدافعين يوجد لوحة يمكن إصابتها تبدأ اللعبة بالتمرير والاستلام لفريق المهاجمين الذي يحاول لابعوه إصابة اللوحة ويمنعهم من ذلك المدافعون، ثم الأداء

من خلال دقيقتين لمعرفة أي الفريقين أكثر احتساباً للنقط بعد

تبديل العمل، شكل (٢٣٩).

- نفس اللعبة، يقف المدافعون في قطار داخل الدائرة يحاول كل مهاجم إصابة أي لاعب من القطار الذي يدافع عنه بالتصدي للكرة المدافع الأول، كل لاعب يصاب يخرج من المسابقة إلى أن ينتهي عدد اللاعبين ويتم تبادل الأداء واحتساب الزمن.

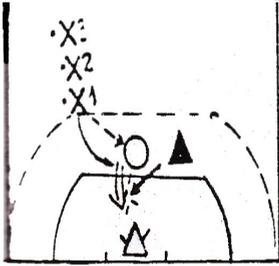


الشكل (٢٤٠)

الفريق الذي يستغرق وقتا اقل هو الفريق الفائز شكل (٢٤٠).

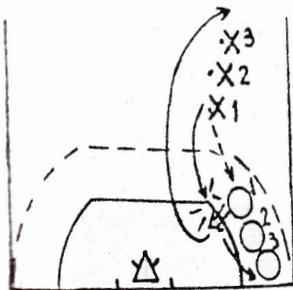
تدريبات وإزاحة الكرة

- هناك مدافع يقف فد مكان وسط الدفاع مهاجم يقف كلاعب دائرة و٢ خلفيين يقفون في مركز



الشكل (٢٤١)

الخلفي الأيمن. يمرر اللاعب الأول منهم الكرة إلى لاعب الدائرة الذي يحاول التصويب وعلى اللاعب المدافع أن يخرج الكرة منه ثم يقف الممرر مدافعا والمدافع دائرة ثم يقف لاعب الدائرة خلف الممررين وهكذا، شكل (٢٤١).



شكل (٢٤٢).

- صف على منطقة ال٦ متروصف يحمل الكرة ويقفون في مركز الخلفي الأيسر. يمرر اللاعب الأول الكرة للأول من الأجنحة ثم يجري ليقف دفاع وبالتالي يستعد الجناح للهجوم بالتصويب فيحاول المدافع إزاحة الكرة ثم يتبادلا الأماكن كما بالرسم

- صف في مركز الخلفي الأيسر وصف

دفاع يقفوا في وسط الدائرة بجوار بعضهم

وحارس مرمى في المرمى. يمرر اللاعب

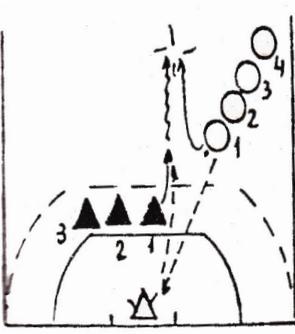
(١) الكرة من للحارس ثم ينطلق المدافع

في هجوم معاكس ويتسلم الكرة من الحارس

يقوم بالتنطيط نحو المرمى ويتبعه اللاعب

رقم (١) الممرليزيح منه الكرة أثناء

التنطيط أو عند التصويب كما في شكل (٢٤٣).



الشكل (٢٤٣)

- ٤ لاعبين مهاجمين و٣مدافعين تمرير

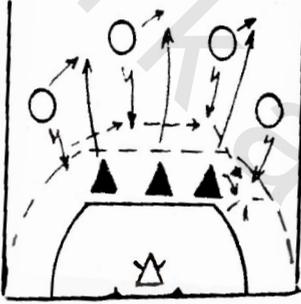
الكرة فيما بينهم. وعلى المدافع القريب

إزاحة الكرة ويسترجعها. ثم يقومون بهجوم

معاكس ثم يتبعهم المهاجمون كمدافعين عدا

القاذف محاولين إزاحة الكرة منهم والذي

يزيحها يصبح المهاجم الرابع شكل (٢٤٤).



الشكل (٢٤٤)

- يمرر اللاعب الأول الكرة لأي لاعب

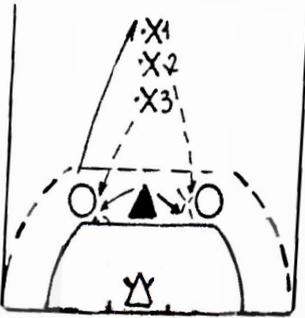
دائرة من اللاعبين كيفما يشاء وعلى المدافع

إزاحة الكرة أثناء قيام هذا اللاعب

بالتصويب. ثم ينزل الممر لاعبا للدائرة

ويعود لاعب الدائرة ممررا في الخلف

وهكذا، شكل (٢٤٥)



الشكل (٢٤٥)

رابعاً: طرق الدفاع

١- دفاع فرد لفرد ٢- دفاع المنطقة ٣- الدفاع المركب

١- دفاع فرد لفرد:

نادراً ما يستخدم في كرة اليد ٧ أفراد ولكن قد يستخدم على الناشئين حيث يتم من خلالها الاتفاق التام لعملية الدفاع الفردي كقسم من أقسام الدفاع وتستخدم هذه الطريقة في:

(١) تتبع الهجوم الخاطف للمنافس.

(٢) عند التفوق في نتيجة المباراة وخاصة في الدقائق الأخيرة لسرعة الحيازة على الكرة.

(٣) في حالة نقص الفريق المنافس لارياكة وعدم قدرته على التركيز.

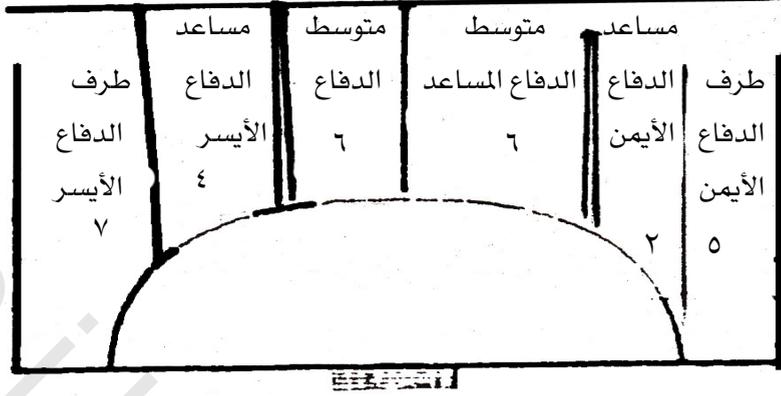
(٤) كتغيير في الخطط الدفاعية للفريق لحدوث مفاجأة للخصم.

(٥) يستخدم في حالات خاصة وفترات معينة من المباريات وضد بعض الفرق ومن عيوبها أنها تحتاج للياقة بدنية عالية جداً وتقل فاعليتها ضد الحجز كما أنها لا تساعد في الانتقال للهجوم نظراً لعدم الوقوف في أملكن محدودة.

٢- دفاع المنطقة:

أكثر الطرق الدفاعية شيوعاً، وفيها يراقب المدافع منافسه في حدود منطقتة الخاصة به فإذا انتقل هذا المهاجم خارج حدودها عليه أن يسلمه إلى زميله بالمنطقة المجاورة ليستلم هو مهاجم آخر غير المهاجم الذي كان معه، وهي لا تحتاج لبذل جهد كبير بالإضافة لتحديد المنطقة ومن عيوبها الانتظار دون قدر من الفاعلية ضد التصويب البعيد، كما إنها لا تفيد لحظة إبطاء اللعب من المنافس.

أرقام ومراكز اللاعبين في الدفاع

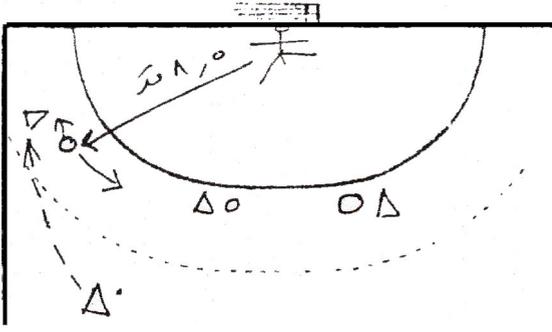


الشكل (٢٤٦)

ويجب عدم وقوف لاعبي الدائرة خلف المدافعين وذلك بمحاولة دفع ذلك اللاعب للأمام بالإضافة إلى وجود الزيادة العددية باستمرار بجانبه، حيث يتوافر دائماً اثنين من المدافعين مع ذلك اللاعب. وللدفاع ضد لاعب الجناح، وللحد من خطورته في هذا التشكيل الذي يعتبر أساساً لكل التشكيلات الأخرى والتالية.

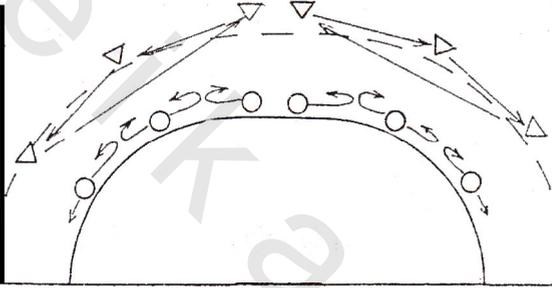
إذا كان اللاعب المهاجم في مركز الجناح ذو خطورة حادة فيفضل الوقوف على مساحة قريبة من هذا اللاعب (على بعد ٨٠٥ متر مكن المرمى).

كما يجب على المدافع
إرغام الجناح على
الدخول من الأطراف
وليس من الزاوية
المفتوحة كما في
شكل (٢٤٨).



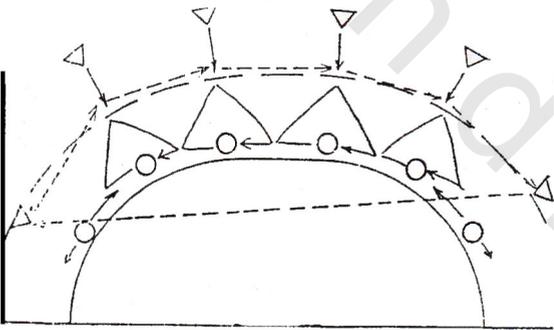
شكل (٢٤٧)

كما يجب مراعاة عدم
دخول الجناح من
خلف اللاعبين على
الدائرة، وبالنسبة
للاعبي الخط الخلفي



شكل (٢٤٨)

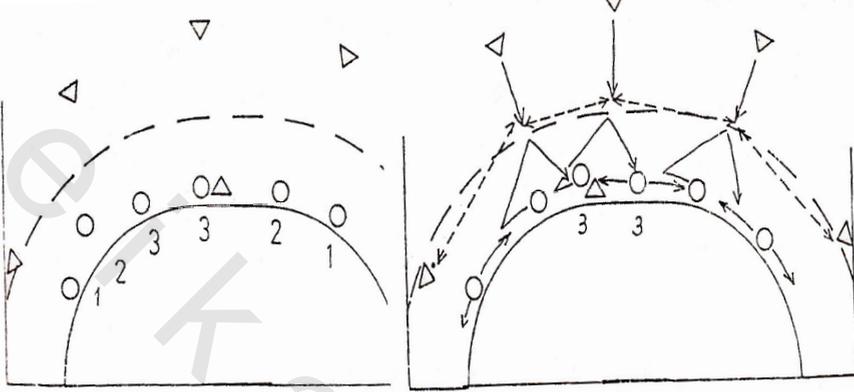
فمن أفضل الطرق
الدفاعية لهم وللحد من
خطورتهم هي المقابلة
الدفاعية مع التغطية
الجيدة من الزميل مع
ملاحظة عدم خروج



شكل (٢٤٩)

المدافع للمقابلة إلا في حالة اقتراب المهاجم من خط الـ ٩ متر مع مراعاة
رفع اليدين بميل قليل للخلف شكل (٢٤٩).

في حالة تبديل الجناح مع الخلفي الأيسر أو الأيمن القريب منه يفضل للمدافع الخروج لمحاولة قطع الكرة ثم العودة. ويلاحظ دائما الزيادة العددية للمدافعين حول لاعب الدائرة كما يلاحظ انه دائما يكون في الوسط، ويراعى أيضا أن تحركات المدافعين بالأطراف للجانبين فقط شكل (٢٥٠).



ويراعى أن تكون الزيادة العددية أيضا في ناحية الجهة التي بها الكرة شكل (٢٥٠)

ويجب التركيز على عملية قطع الكرة من خلال الفرص التي تسنح لمتوسطي ومساعدى الدفاع وإمكانية القيام بالهجوم المضاد مع التركيز على دوام استعداد جناحي الدفاع الأيمن والأيسر رقمي (٥، ٧) لمحاولة القطع للأمام ولحظه حيازة فريقهما للكرة لإمكانية الهجوم بمجموعه ثنائية أو ثلاثية في حين يقوم باقي الزملاء بالتقدم خلفهم مع مراعاة تأمين الدفاع في حالة فقد الفريق للكرة. أما في حالة الهجوم المنظم فيتم التعاون بين الخط الخلفي والأمامي وتستخدم التكوينات المناسبة لتشتيت انتباه الخصم وخلق ثغرة للتصويب البعيد أو التمرير

لمهاجمي الدائرة كما يمكن القيام بحركات الحجز لإعاقة تحركات المنافسين.

مميزات وايجابية الدفاع ضد ٦ /

مميزاتها:

- صعوبة التصويب من الدائرة وصعوبة المراوغة لأنها تحتاج لمساحة.
- تحديد عمليات التصويب من بعيد.
- عدم تحرك اللاعب الذي معه الكرة وحصر المهاجم.
- ممكن تغيير هذه الطريقة بسهولة إلى الأنواع الأخرى.

عيوبها:

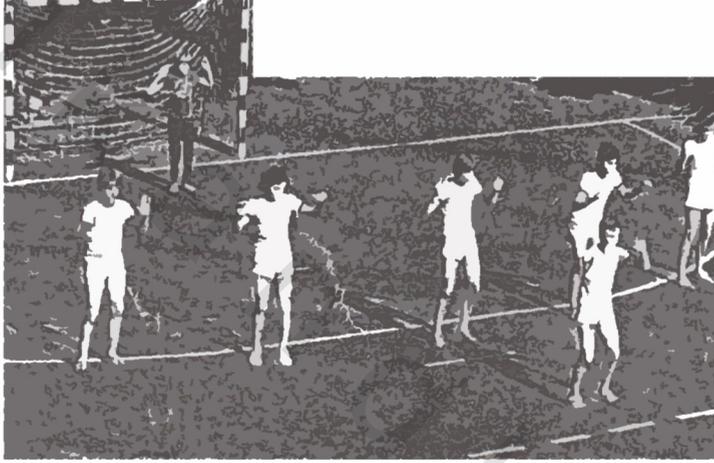
- عدم فاعليتها جيدا ضد التصويب البعيد عن طريق استخدام التصويب بالوثب.
 - اعتمادها على الخروج للمقابلة مما يعمل على فتح الثغرات.
 - تقليل عمليات الهجوم الخاطف.
 - تطوير العمليات التكنيكية من الخصم بدون قلق دفاعي.
 - مجرد وجود لاعب على الدائرة تظهر عيوب هذا الدفاع.
- ولكن رغم كل ما سبق فانه لإنجاح دفاع ٦ / صفر يجب التركيز على المبادئ التالية:

- الاحتكاك القوي مع الكرة ومع اللاعبين لأخذ الوضع السليم.
- يجب على المدافعين المقابلة ثم الرجوع سريعا للتغطية.

٢- التشكيل الدفاعي ٥/١:

تستخدم ضد الفرق التي تتميز بوجود بعض مهاجمي الدائرة الممتازين وأحد اللاعبين المتخصصين في التصويب البعيد وتتميز بأنها تجمع بين الهجوم والدفاع.

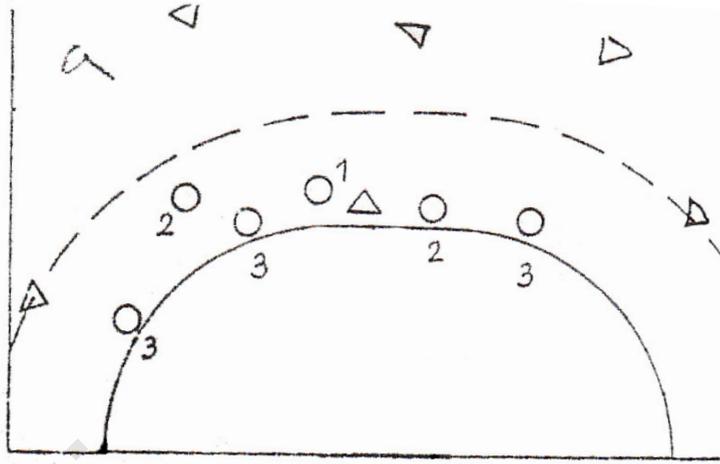
ويلاحظ أن الخط الأمامي فيها يتكون من لاعب واحد فقط ويقوم هذا اللاعب ببذل مجهود كبير، فقد يطلب منه مثلا ملازمة مهاجم معين نظرا لخطورته وهنا قد تكون وظيفته مع هذا اللاعب الدفاع بطريقة رجل لرجل، شكل (٢٥١).



شكل (٢٥١)

أو قد تكون قطع أو تشتيت الكرة الممررة بين المهاجمين والتحرك في اتجاه يد الكرة والتحرك للأمام وللخلف للتغطية مع عدم الضغط كثيرا للجانبين. وقد تكون وظيفته عدم وصول الكرة لصانع اللعب حتى لا يجعل المنافس ينظم صفوفه بل يجعله دائما في حالة ارتباك. وقد يطلب منه سرعة الانطلاق مع الهجوم الخاطف، وخاصة لدى الفرق الأقل كفاءة وأما الخط الخلفي فيكون للمقابلة والتغطية وللدفاع ضد

لاعبي الدائرة شكل (٢٥٢).



شكل (٢٥٢)

مميزات هذه الطريقة:

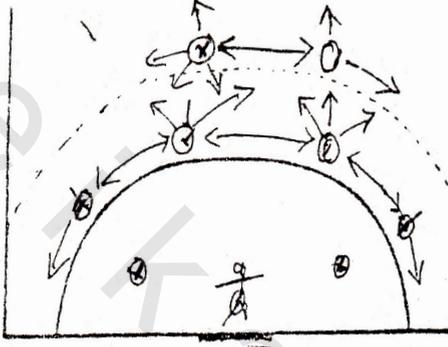
- نقص خطوة اللاعب المميز لدى الخصم عن طريق ملازمة اللاعب المتقدم له.
- تفسد حرية وتنفيذ المواقف الخطئية للخصم بسبب التشويش على الحامل للكرة.
- يمكن الانتقال لموقف هجومي مضاد بسهولة خاصة قليلة والتصويب البعيد.

عيوب الطريقة: (ومن عيوبها)

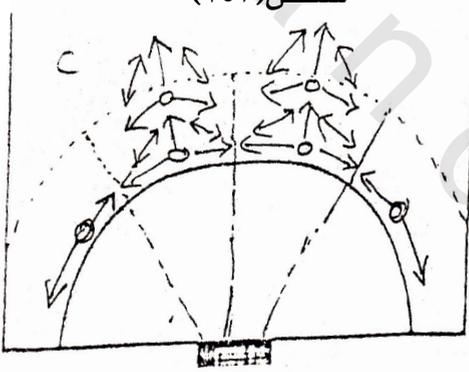
- فتح الدائرة وعدم التغطية في المنتصف.
- تحتاج لمجهود كبير من اللاعب الأمامي لوجود مساحة أمامية كبيرة يمكن استغلالها.

٣- التشكيل الدفاعي ٤/٢ :

تستخدم هذه الطريقة ضد الفرق التي تتميز بوجود مهاجمين يجيدان التصويب البعيد مع عدم تمييز مهاجمي الدائرة بالخطورة البالغة وهي عبارة عن خط أمامي يحتلان منطقة التصويب البعيدة والدفاع عنها في حين يقوم ٤ لاعبين بالدفاع عن منطقة التصويب القريبة.



شكل (٢٥٣)



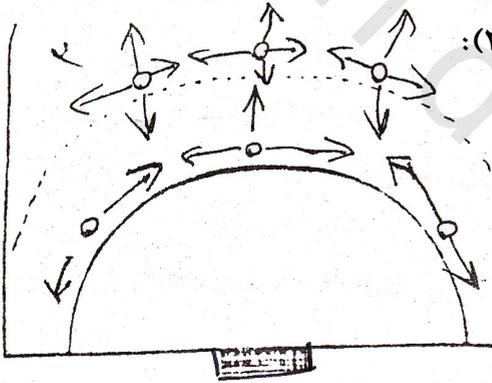
شكل (٢٥٣)

يفضل أن يكون لاعبي الوسط ممن يتميزون بطول القامة مع تركيزهم على الدفاع على الملاحق للاعبي الدائرة الملاصقين. وأما الأجنحة عليهم الحذر من حركات الحجز للخارج عند قيامهم بالتحرك لداخل الملعب. وأما لاعبي الخط الأمامي فيتميزوا بإجادة الدفاع والكفاح مع التعاون التام بينهم وبين لاعبي الخط الدفاعي الخلفي.

وتتميز هذه الطريق بغلق منطقة التصويب الخلفية بالإضافة لتشنين انتباه الخط الهجومي الخلفي المستلم بالإضافة لسرعة التغطية كما شكل (٢٥٤)

إنها تسهم في الإقلال بين التعاون القائم بين هجومي الخط الخلفي والخط الأمامي (لاعبي الدائرة). وفيها يتم مراقبة طرف الدفاع القريب من الكرة للمهاجم المقابل له بطريقة الدفاع رجل لرجل، كما إنها تتيح فرصة تأمين الزوايا وكذلك منع هذا المهاجم من الجري واستقبال الكرة أو حتى قبل الشروع في التصويب أو التمرير وتفيد هذه الطريقة في حالة فريق به مركزي الخلفي الأيمن والأيسر (المهاجمان الخلفيان) جيدان، مع التميز بقلّة التصويب للمهاجم الخلفي الأوسط لهذا الفريق شكل (٢٥٣، ٢٥٤).

وباختصار يجب الحذر في استخدام هذه الطريقة من الإرهاق الشديد فهي تحتاج للياقة بدنية عالية. كما يجب الحذر من تنفيذ لعبة هات وخذ وتغيير المراكز والحجز.



شكل (٢٥٥)

٤- التشكيل الدفاعي (٣/٣):

تكمّن أهميتها في أنها

طريقة ذات جدوى

وقدرة على إعاقة ومنع

التصويبات البعيدة ضد

الفرق التي يوجد بها ٣

لاعبين أو أكثر يجيدون التصويب البعيد، والتشكيل فيها يكون عن طريق ثلاث لاعبين على دائرة المرمى والثلاثة شكل (٢٥٥)

الآخرون يتخذون أماكنهم على خط الرمية الحرة تقريبا ،
اللاعب الخلفي الأوسط يجب أن يتميز بطول القامة وقدرة تنظيم وتوجيه
العمل الدفاعي مع إجادته الدفاع الفردي. ويحمل هذا اللاعب رقم (٣) ،
وأما متوسط الدفاع الأمامي فيحمل رقم (٦) ويجب أن يتمتع بالقدرة على
قطع وتشيت الكرات والتعاون مع الخط الخلفي والزميلان في
الأجناب ، شكل (٢٥٥) بالإضافة لمنع التصويب بملازمة الهجوم الخلفي
بالإضافة لإجادته الهجوم الخاطف ومن مميزات هذه الطريقة أنها تتحول
إلى ٤/٢ عن طريق نزول المدافع الأوسط من الخط الأمامي على
الدائرة.

أو بالإمكان أن يتقدم ذلك المدافع للأمام وينشأ عن ذلك
التشكل ٣/٢/١.

٥- التشكيل الدفاعي (٣/٢/١):

وهي الطريقة يوغسلافية اشتقت أساسا من الطريقة الشائعة
التي اشتقت في أول الأمر من ٥/١ النشطة المتحولة إلى ٤/٢ ، ثم إلى ٣/٣
وأول ما ظهرت هذه الطريقة كان ذلك عام ١٩٧٢ في الألعاب الاولمبية
عن طريق الفريق اليوغوسلافي الفائز ببطولة الدورة الاولمبية بمدينة
ميونيخ بألمانيا الغربية (هذا بالطبع قبل تتوحد ألمانيا الشرقية والغربية
وتتفكك يوغسلافيا إلى دول أصغر مع تغير أسمها).

وكان لاستخدامه لهذه الطريقة الدفاعية دورا ايجابيا في الفوز
ومن ثم انتشرت وظهرت هذه الطريقة كأحد الطرق الدفاعية الحديثة
والتي يستخدمها الآن معظم فرق أوروبا بشكل أساسي ومباشر لعمل
حائط دفاعي بلاعبى الفريق كاملا.

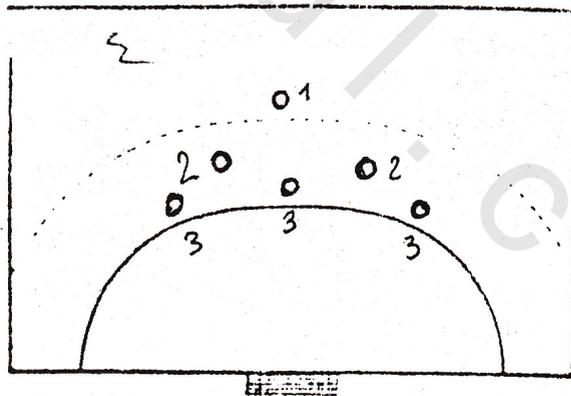
ويتضح أن لها ثلاثة خطوط بغرض الدفاع ضد الفرق ذات التشكيلات الهجومية من المنطقة البعيدة.

- مهمة الخط الأول:

(الأمامي) على خط ٩ متر هي المقابلة تشتيت الكرة الانطلاق للهجوم الخاطف السريع ملازمة الهجوم الخلفي ومنع التصويب، الدفاع ضد الكرة التي مع اللاعب المحاول القطع وإذا لم يستطع فبالإمكان القيام بحائط المد.

- مهمة الخط الثاني:

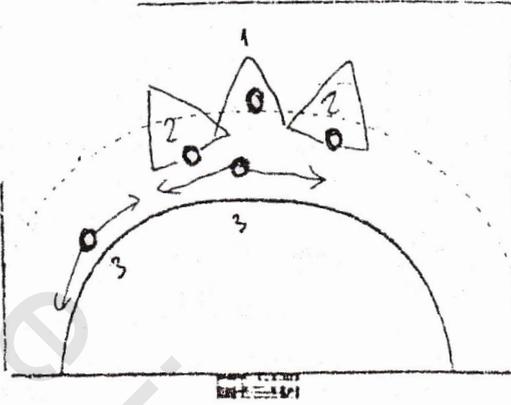
الخلفي الثاني على خط ٧ أو ٨ متر ومهمته المقابلة، منع التصويب والتصويب البعيد واستخدام الجسم لمنع المهاجم من الدخول على الدائرة - الهبوط والنزول للدائرة ثانية للتغطية في حالة انتقال الكرة للناحية الثانية. مع الحذر من التميررات البينية والجري المفاجئ أو الزيادة العددية المفاجئة على الدائرة، شكل (٢٥٦).



شكل (٢٥٦)

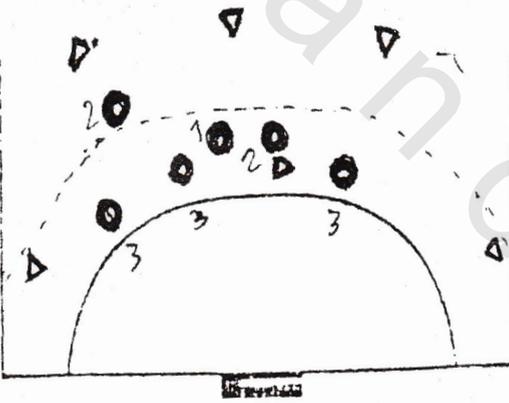
- مهمة الخط الثالث:

على ٦ متر ومهمته قطع الكرات المرسلة للاعبى الدائرة ومنع التصويب من السقوط أو الطيران كما يلاحظ طرقي الدفاع الجري المفاجئ من جناحي الهجوم المقابلين لهما ومنعهما من الجري للداخل. شكل (٢٥٧).



شكل (٢٥٧)

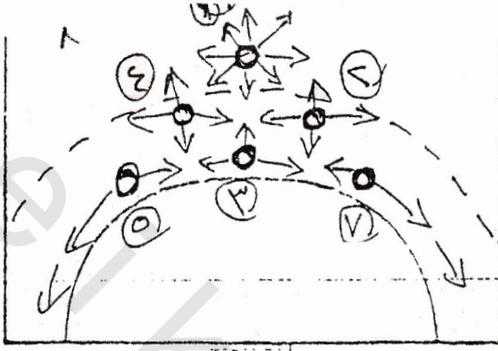
وبناء عليه فيجب جري المدافع مع الجناح القاطع حتى لاعب الدفاع الأوسط سواء تم التسليم والتسلم أو لم يتم ويلاحظ في العمل الجماعي أن اللاعب رقم (٢) يقوم بالمقابلة والتصدي للاعب المستحوذ على



شكل (٢٥٨)

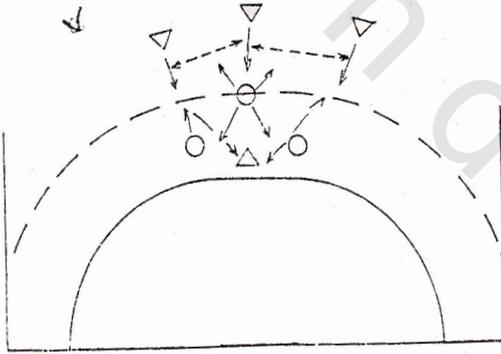
الكرة واللاعب رقم ٣ ينزل للخلف قليلا واللاعب رقم (٢) الآخر يستلم لاعب الدائرة على خط ال ٦ متروا أن باقي المدافعين يتحركون جانبا في اتجاه الكرة جهة الشمال. شكل (٢٥٨).

والشكل التالي يوضح تحركات الخطوط الثلاثة. إذا كان الهجوم من المنتصف فاللاعب الأول يقابل المهاجمين الأيمن والأيسر والمهاجم الأوسط ولكن بصفة خاصة ساعد الدفاع رقم (٤) يقابل المهاجم الخلفي الأيمن وساعد الدفاع رقم (٢)



شكل (٢٥٩)

يقابل المهاجم الخلفي الأيسر ويقابل طرفي الدفاع جناحي الهجوم ويقابل المدافع الأوسط المهاجم الأمامي المتوسط. شكل (٢٥٩).



شكل (٢٦٠)

أما إذا كان الهجوم من أحد الأجناب فاللاعب الأول يقابل الباك المواجه له مباشرة والآخران يقابلان اللاعب الخلفي الأوسط والمهاجم الخلفي الآخر. شكل (٢٦٠).

وفي طريقتي الهجوم الأوسط أو من أحد الأجناب فان لاعبي الخط الأول يقابلوا دائما أحسن لاعبي الخط الخلفي ويكونوا ملازمين لهم وهذا هو الغرض الأساسي للتشكيل .. ويلاحظ أن إتقان هذا النوع من الدفاع يمكن الفريق من تطبيق أي طريقة دفاع أخرى بسهولة.

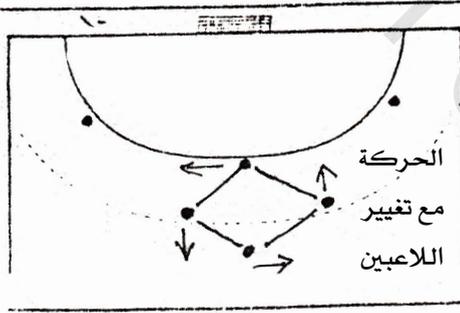
- الحركة النشطة من المدافعين تسهل الدفاع وتصبح كثيرا من عمل المهاجمين وذلك لغلق المناطق الدفاعية أمام الهجوم.

- يستطيع الخط الثاني التقدم للأمام وكذلك الرجوع للخلف لمنع التصويب من على الدائرة كما أنها تغطية لأي لاعب متقدم.

- مراقبة طرفي الدفاع لجناحي الهجوم والتحرك معهم يساهم كثيرا في نجاح العمل الدفاعي للفريق.

- يجب عدم انقياد اللاعبين مع بعضهم البعض فالتقدم والرجوع الكثير يمكن الخصم من التصويب.

وعندما تكون التمريرة من الجناح للاعب الخلفي عند رجوع المهاجم



للخلف تكون نقطة ايجابية للدفاع.

- جميع اللاعبين الخلفيين

الهدافين (٤، ٢) يفضلون

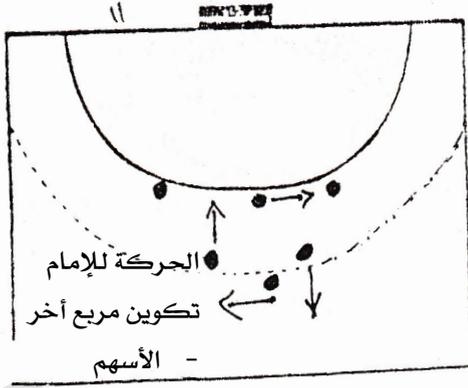
التصويب من منطقه

الوسط ولذلك عززت الحركة

بثلاثة لاعبين مدافعين. مع تغيير اللاعبين

شكل (٢٦١).

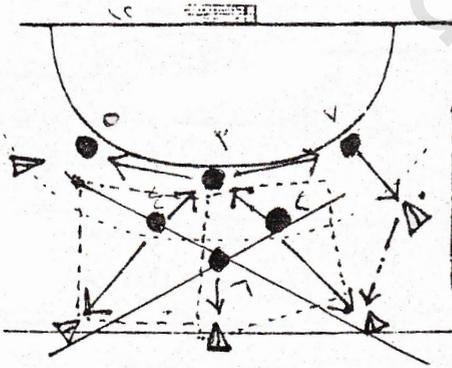
- يجب على الدفاع تكوين مربع حيث أن المثلث بصفة عامة موجود لان الخاصية الأولى للدفاع تكوين مثلثات. ولكن الأساس في هذه الطريقة تشكيل المربع ومع الحركة بسرعة ونشاط



شكل (٢٦٢)

لتكوين مربع آخر مع حركة الهجوم مع المحافظة على المسافة. شكل (٢٦٢).

وفي الحالة السابقة يتخيل أن كل المربع يتحرك للأمام حركة لاعب واحد بأن يتحرك اللاعب للأمام مثلا فيتحرك بقية اللاعبين كما بالرسم في نفس الاتجاه، وتكون حركتهم جميعا مع بعض كأن الحركة للاعب واحد فقط. ويتضح من الرسم أنه في حالة تقدم



شكل (٢٦٣)

اللاعب رقم (٢) لمقابلة الخلفي الأيمن مثلا فان لاعب الوسط المدافع على الدائرة (٣) يتحرك يمينا وفي هذه الحالة ينزل اللاعب رقم (٢) على الدائرة مكان اللاعب (٣)

من حين يتقدم المدافع (٦)

تجاه المهاجم الخلفي الأوسط شكل (٢٦٣)

ويتخيل شكل الحركة لجميع اللاعبين نجدها على هيئة مربع جديد ويتم نفس الأداء من الجهة الأخرى وبنفس الكيفية تماما. شكل (٢٦٣).

مميزات طريقة التشكيل (الدفاع) ٣/٢/١:

- قلة التصويبات من الخارج وبصفة خاصة الوسط.
- تعتبر طريق دفاعية هجومية.
- منع الخداع للداخل عن طريق المراقبة الكلية للهجوم للعب بـ ٣ للأمام و ٣ للخلف.
- من أساسيات الدفاع الرجوع للدفاع بمنتهى السرعة وأخذ الكرة وهذه التشكيلة تسمح لنا بأخذ الكرة.
- يمكن للحارس أن يرى منها الكرة.
- يتكون الدفاع فيها من ثلاث موجات.

الموجه الأول	الخط الأول	لاعب واحد
الموجه الثانية	الخط الثاني	لاعبان
الموجه الثالثة	الخط الثالث	ثلاثة لاعبين

- طريقة سهلة من حيث تغيير طرق الدفاع والانتقال من تشكيل لتشكيل فمممكن ٣/٣ ، ٤/٢ ، ٥/١.

- تخدم لاعبي الفرق القصار القامة كما أنها أحسن تشكيل للفرق الضعيفة.

عيوبها:

١- وجود فراغ كبير في

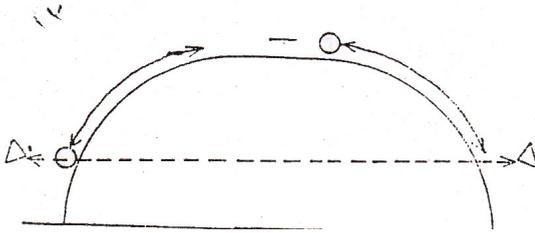
الجناحين وعلى هذا

الأساس يبني المدرج

خطته على تحسين حارس

المرمى من الجناح شكل

(٢٦٤).



شكل (٢٦٤)

٢- الزيادة العددية المفاجئة في جهة تعمل على خلخلة الدفاع وخصوصا

من المهاجمين الأماميين وهنا يجب مثلا إذا ما حدث هذا وتقدم المدافع

المقابل للمهاجم لمقابلته فان لاعب

الخط الخلفي الثاني المضاد

لناحية الهجوم ينزل على

الدائرة للدفاع وهنا تتحول

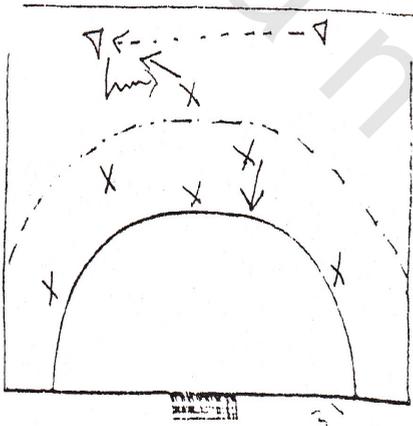
الطريقة إلى ٤/٢ شكل (٢٦٥).

كذلك تغيير مراكز اللاعبين

بالنسبة للخط الخلفي خاصة

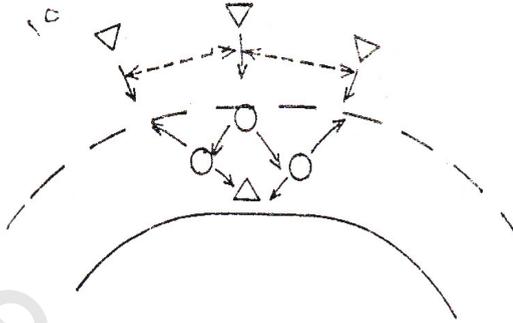
إذا كان أحد المهاجمين

الأيمن أو الأيسر لاعب ذو



شكل (٢٦٥)

يد يسرى ولاعب ذو يد اليمنى فان تغيير مراكزهم لفتح منطقة الوسط
وتشتيت الدفاع قد تأتي بنتيجة إذا



لم يتم التدريب على مثل
هذه الأوضاع قبل ذلك
تماما شكل (٢٦٦).

شكل (٢٦٦)

وبصفة عامة فان نجاح التشكيل مبني أساسا على:

- ١- حارس مرمى قوي من الأجنحة بصفة خاصة.
- ٢- لاعب الوسط يقوم بالتغطية الكلية على اليمين والشمال -
ولاعب الوسط يتبع الكرة ولا يتبع لاعب الدائرة. وعند تحرك
اللاعبين في مواجهة الكرة كأنهم لاعب واحد.
- ٣- تخصيص لاعبي الدفاع على واجبات وكل مدافع يقوم بواجبة
المحدد.

ملخص عام للدفاع ٣/٢/١:

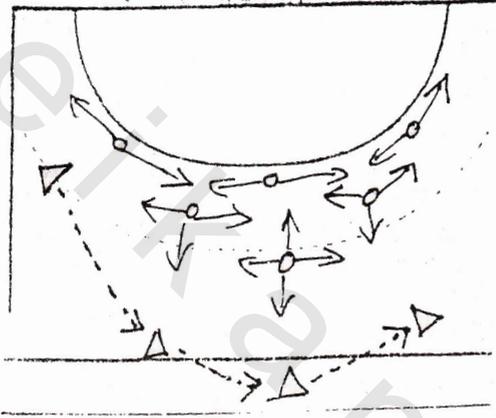
- ١- الخط الخلفي يتحرك دائما مع الكرة وعلى الدائرة.
- ٢- الخط الأمامي على (٧م) لاعب ال (٩ متر) مع الكرة مع مقابلة
وتغطية باستمرار.
- ٣- لاعب الدائرة المدافع يتحرك مع الكرة وليس على لاعب الدائرة
المهاجم.

مثال:

أ- الكرة مع الجناح الشمال: فالتحركات الدفاعية كالتالي:

لاعبو الدائرة على (٦م) والمهاجم الخلفي الأيسر يتحرك شمالا لتغطية كذلك لاعب الدائرة وكذلك لاعب الـ ٩ متر (أي ٤ لاعبين باستمرار يكونوا في مواجهة المهاجمين).

ب- الكرة مع الباك شمال فيكون هناك:



مقابلة مع الباك المدافع

وتعطيه من لاعب

الـ (٩ متر)، ولاعب

الدائرة بحيث يكون ٤

لاعبين مواجهين لكرة

شكل (٢٦٧).

شكل (٢٦٧)

ج- الكرة مع اللاعب المهاجم الخلفي الأوسط فتكون مقابلة من لاعب الـ ٩ متر، وتغطية من الباكين ولاعب الدائرة (٤ لاعبين في مواجهة اللاعب والكرة).

د- الأجنحة لا يسمحوا إطلاقاً بدخول المهاجمين المنطقة الـ ٩ متر ولو بإحداثيات خطأ الرمية الحرة.

هـ- نفس الأداء من الجهة اليمنى الهجومية.

ويلاحظ هنا كيفية

انتقال المدافعين في

هذه الطريقة إلى

الأمام في حالة

الهجوم ويتضح

هنا أن لاعب

الدفاع الأمامي

(الخط الأمامي)

هو لاعب الدائرة

وان لاعبي الخط

الثاني هم لاعبي

الأجنحة في حالة

الهجوم.

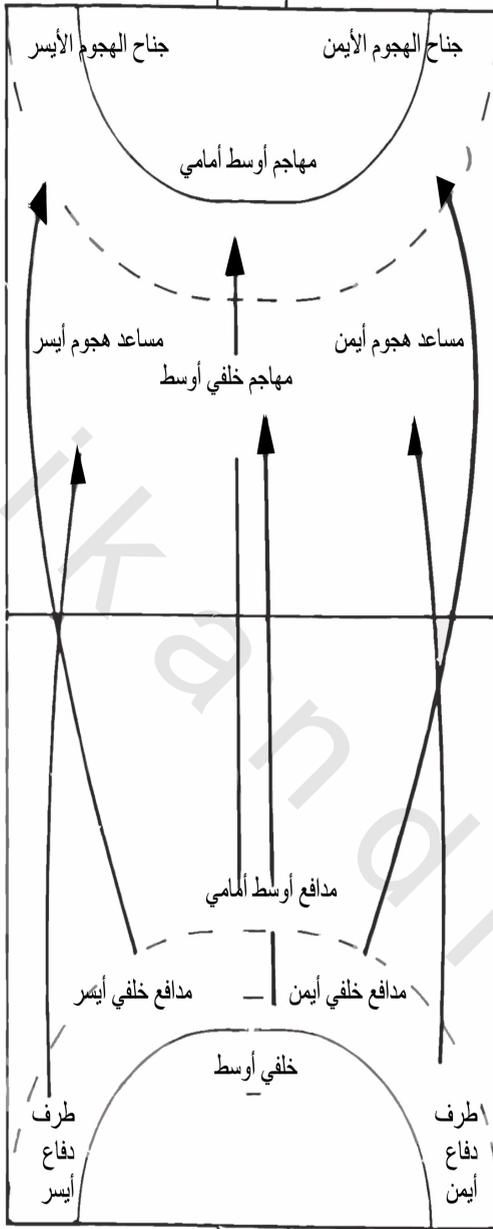
أما لاعبي الخط

الثالث فهم لاعبي

الخط الخلفي

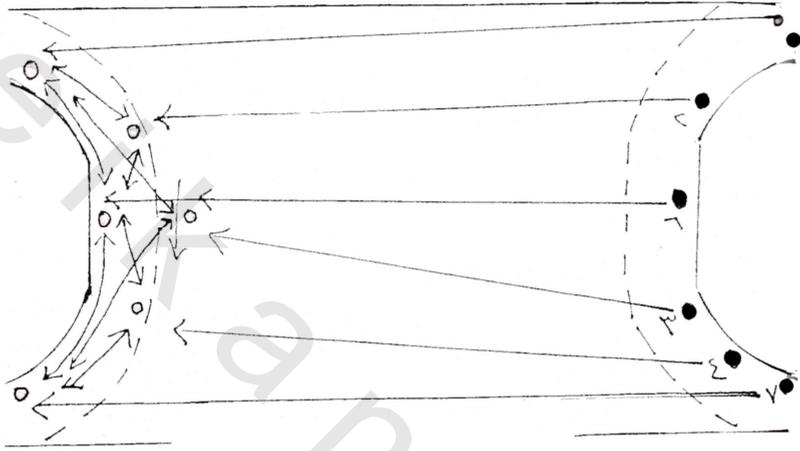
جميعهم كما في

شكل (٢٦٨).



شكل (٢٦٨)

والرسم التالي يوضح الهجوم الخاطف وكيفية التحركات للدفاع ضد هذا الهجوم. والأسهم تشير إلى أن طريقة الدفاع واحده ولكن التحرك الغالب يكون عن طريق المثلثات. ويلاحظ انه إذا كان الهجوم من ناحية الأطراف فيمكن للاعب الخط الأول التغطية في الزيادة العددية هذا بجانب تحرك كل من الخطين الخلفيين الأيمن والأيسر، شكل (٢٦٩).



شكل (٢٦٩)

سادسا: أهمية الدفاع وواجباته

يركز المدربين والفنيين على إجادة عملية الدفاع والتدريب عليها لأن فيها يمكن صد هدف وإحراز هدف وإحراز هدف أما في الهجوم فيمكن عن طريقه إحراز هدف.

واجبات عامة في الدفاع :

- ١- سرعة رد الفعل.
- ٢- واجبات المركز.
- ٣- التوقع بالخبرة وبحركات التتبع الخاصة بالمهاجم ومعرفة خطته.

٤ - الخداع ومحاولة تصيد التصويبات من المهاجم أو التمرير عن طريق كشف الثغرة.

٥ - الانطلاق من الدفاع إلى الهجوم بالسرعة والكيفية الواجبة.

واجبات بالنسبة للدفاع الفردي:

(الدفاع بالقدمين والجذع وتغيير الاتجاهات وحائط الصد)

- مقابلة الكرة عند تصويبها بأقصر طريق ممكن (من أعلى أو من أسفل).

- إمكان استخدام الجسم في الإعاقة يعطي نجاحا ويزيد من مساحة التغطية.

- حسن التخلص من الحجز مع إتباع توقيت التمرير للاعبين الآخرين.

- اللعب على الكرة ومرافقة الخصم وإجادة التنطيط.

واجبات حركية في الدفاع:

- عدم الاندفاع لمسافة كبيرة أثناء عملية المقابلة.

- متابعة المهاجم المستحوذ على الكرة ومتابعة خط سيرها وخط سير المهاجمين الأقرب منه.

- عدم الاستجابة السريعة لحركات الخداع.

- المقابلة المبكرة للمهاجم جيدا قبل التصويب.

- إتقان لطش (تشثيت الكرة).

- الرجوع بسرعة عند فقد الكرة (إجادة التقدم والتقهقر إجادة تامة).

- الجري السريع بالجانب أو المواجهة حتى منتصف الملعب ثم بالظهر حتى منتصف المرمى لمقابلة الكرات المرتدة والهجمات المضادة.
- جمع الكرات المرتدة واستخدام الجسم لإعاقة جسم وزراعي المهاجم.
- تدريب المدافعين أرقام ٥ و٧ الأجنحة ، ٦ الأمامي المتقدم على الانتباه وسرعة رد الفعل.

واجبات دفاع المجموعات:

- (مجموعة من الأفراد في مراكز متقابلة حتى لا تنشأ ثغرات)
- القدرة على التسليم والتسلم وتبديل الخصم.
- الانتقال باتجاه الكرة وعملية الزحزحة.
- التقدم نحو الخصم والتغطية.
- زيادة أو نقص العدد للمجموعة.
- وعلى ذلك يراعى دائماً الملحوظات التالية:
- التدريب على الدفاع رجل لرجل والتدريب على العودة من الهجوم إلى الدفاع.
- الدفاع أقوى من الهجوم ولاعب الدفاع أصعب من لاعب الهجوم.
- لا توجد راحة أثناء الدفاع لان الكرة ليست في حوزة اللاعب.

- وضع الهدف المحدد في الاعتبار والحسبان فكل طريقة دفاع لها مميزات ولها عيوب.
- قاعدة الدفاع هي مساحة التغطية على الكرة.
- الطول الدفاعي (الخطوط) هل صفر/٦ هل ٥/١ أو ٤/٢ أو ٣/٢/١ وبالنسبة للخطط الدفاعية فإننا نجد أن:
- صفر/٦ أنه دفاع فعال ولكنه ليس له عمق.
- ٥/١ دفاع كامل ومضمون من ناحية العمق ولكن يوجد ثغرة على الدائرة.
- ٣/٢/١ دفاع كامل من ناحية الحركة للأمام ولكن ليس لديه عمق. هكذا تحليل العناصر التكتيكية (الاستكشاف) في الدفاع والهجوم.
- المراقبة الحرة بالمشاهدة.
- تحليل من خلال استمارة مكتوبة.
- المراقبة البيانية.
- الأفلام المرتبطة بالملاحظة.

وهي الدفاع الفردي والجماعي والفريق يراعي ألتقسيمه التالية:

الدفاع الفردي	الدفاع الجماعي	الدفاع الفردي
المنطقة	التسليم والتسلم	استعداد المدافع
رجل لرجل	الخروج (التغطية)	بد التحرك والمشاركة
صفر/٦ ،	التأمين من الارتداد	في مجموعة التغطية.
٤/٢ ، ٥/١ ،	ضد الاندفاع الهجومي	
٣/٣ ،	المضاد.	
		استلام المنافس
زيادة في عدد	تدريبات ٣/٢ ، ٣/٣ ،	الصد أو الحجز
٩/٦	٥/٥ ، ٥/٤ ، ٤/٤ ، ٤/٣	إخراج الكرة من
نقص في عدد ٦/٥		حوزة المنافس
تعاون مع		حائط الصد يكون
حارس المرمى		أثناء التصويب وليس
أثناء اللعب وفي		أثناء التهويش.
الرميات الحرة.		

التكتيك الدفاعي:

يوجد نوعين داخل ذلك التكتيك هما:

- ١- تكتيك دفاع بطابع دفاعي بحت.
- ٢- تكتيك له الطابع الدفاعي والهجومي حيث يكون هدف المدافعين فيه الحصول على الكرة وذلك بمراقبة أكبر جزء من منطقة الدفاع حتى منتصف الملعب وبالتالي يتمكن من جعل الفريق المضاد يستخدم أسلوب هجومي آخر من هذه الطرق.

أ- رجل لرجل داخل ٩ متر إلى ١٢ متر.

ب- رجل لرجل حتى منتصف الملعب.

ج- رجل لرجل في كل الملعب.

أنواع دفاع المنطقة:

١- دفاع ٥/١.

٢- دفاع ٤/٢.

٣- دفاع ٣/٣.

٤- دفاع ٣/٢/١.

٥- دفاع ٥/١ بطابع هجومي.

٦- دفاع ٤/٢.

٧- دفاع ١ + ٥ (أي واحد رجل ضد رجل).

٨- دفاع ٢ + ٤ (أثنين رجل لرجل).