

# الفصل الثالث

## رمية التماس

### قانون رمية التماس :

عندما تتجاوز الكرة كلها خط التماس ، سواء كان ذلك على الأرض أو في الهواء ، يجب أن يرميها إلى أى اتجاه — من النقطة التي تجاوزت فيها الخط — لاعب من الفريق المضاد لفريق اللاعب الذي لمسها آخر مرة . ويجب على الرامي أن يواجه اللاعب في لحظة رمية الكرة ، وأن يكون جزء من قدميه إما على خط التماس أو خارجه . ويجب على الرامي أن يستعمل كلتا يديه ، وأن يرمى الكرة من فوق رأسه . وتعتبر الكرة في اللعب بمجرد رميها ، ولكن يجب ألا يلعب الرامي الكرة ثانية حتى يلمسها أو يلعبها لاعب آخر . ولا تحتسب إصابة المرمى من رمية التماس مباشرة .

ولا يعنى « بأن يواجه اللاعب » الوقوف مع مواجهة اللاعب مواجهة تامة مع موازاة القدمين ، فقد مضى ذلك ، حينما كان القانون ينص على وجوب وضع القدمين على خط التماس ، أما الآن ، فطالما كان اللاعب يواجه جزءا من اللاعب ، فإنه يظل داخل دائرة القانون ، وله أن يضع قدميه بالكيفية التي يختارها .

### الرمي بعيدا داخل الملعب :

لما كان الغرض من رمية التماس أن يرسل اللاعب الكرة إلى أحد زملائه فإنه كلما تمكن من رميها بعيدا تزيد فرصة اختياره .

### الأرجحة الخلفية :

على اللاعب حينما يريد محاولة رمية طويلة إلى وسط الملعب ، أن يقف في مواجهة الاتجاه المطلوب ، مع تقدم القدم ست بوصات على الأقل إلى الأمام من القدم الأخرى ، وأن يقبض على الكرة براحتي وأصابع كلتا اليدين ، ثم يؤرجحها خلفا من فوق الرأس ، ويحمل في نفس الوقت ثقل جسمه على الرجل الخلفية ، ويسمح للمرفقين بأن ينثنيا إلى أن تصل الكرة في الحال خلف الرأس . ويجب في هذا الوضع أن تكون اليدين تحت الكرة ما أمكن ، مع انفراج الأصابع وتقارب طرفي الإبهام ، ويكون مفصلا المرفقين

## الصورة رقم ( ١١ )

### رمية تماس وسط الملعب

( ١ ) تبين هذه الصورة لاعب الدفاع الأيمن مستعداً للقيام بالرمي تجاه مرمري الخصم . وكان من الواجب أن تكون اليدان أبعد من ذلك تحت الكرة ، ولكن وضعه مع ذلك حسن . وهو في نهاية الأرجحة الخلفية ورأسه فوق القدم الخلفية ، والمرفقان مشنجان لجعل الأرجحة الخلفية أطول ما يمكن . لاحظ وضع القدمين واحدة أمام الأخرى ، وكلتاها متجهتان نحو اتجاه الرمي .

( ب ) وتبين هذه الصورة لاعب دفاع أيسر يقوم بالرمي إلى قلب هجومه مباشرة في وسط الملعب ، وقد نقل ثقل جسمه على القدم الأمامية ، وسيتبع ذلك مباشرة امتداد المرفقين ، واليدان موضوعتان وضعا حسنا تحت الكرة ، والقدمان متباعدتان على راحتهما .



( الصورة رقم ١١ )



]

]

في مستوى ثمة الرأس (أنظر صورة ١١). والغرض الثاني من ثني المرفقين وتمايل الجسم إلى الخلف على القدم الخلفية، زيادة مدى الأرجحة للرمية، التي تتوقف قوتها على طول الأرجحة، قبل أن تترك الكرة اليدين.

### الرمي :

يبدأ الرمي بنقل ثقل الجسم تدريجياً من القدم الخلفية إلى القدم الأمامية، (أنظر صورة رقم ١١)، وحينئذ تمتد المرفقان خارجاً بسرعة خاطفة، ويبرز الجزء الأعلى من الجسم فوق الرجل الأمامية، ثم تدفع الكرة في الهواء بقوة الدفع النهائية للمصممين، وتتبع اليدين ممتدتين امتداداً كاملاً للرمية.

### الأخطاء القانونية في رمية التماس :

١ - الخطأ الشائع هو رفع القدم الخلفية عن الأرض قبل أن يرسل اللاعب الكرة، فيجب أن يكون الجزء من كلتا قدمي اللاعب، الذي يلقي الرمية، على الأرض عند إلقاء رمية التماس.

٢ - إلقاء الكرة بيد واحدة مع استعمال الأخرى كسند فقط، والواجب أن يستخدم اللاعب، الذي يلقي الكرة، كلتا يديه فعلاً.

٣ - وهناك خطأ آخر، كثيراً ما يقترفه جناح الهجوم، حينما يقوم برمي الكرة في عجلة، ذلك أنه يسقط الكرة من أمام عينيه على قدم لاعب آخر، وقد نص القانون على وجوب رمي الكرة داخل الملعب من فوق الرأس.

### الحرص على الوقت :

يجب على اللاعب حينما يكون على وشك القيام برمية التماس، أن ينظر نظرة خاطفة حوله لاكتشاف لاعب غير مراقب، فإذا رأى أحداً مقبلاً، عليه أن يرمي الكرة إليه فوراً، إذ أن في تمهله منح بعض الخصوم وقتاً يمكنهم من مراقبة زميله، أو من قطع الرمية. ويجب بمجرد تجاوز الكرة خط التماس، أن يقوم أي فرد من الفريق صاحب الحق في الرمية بإحضار الكرة وأداء الرمية دون ضياع وقت، أما إذا ذهب لاعب من الفريق المضاد لإحضار الكرة، فإن من اللياقة انتظاره حتى يعود إلى مكانه.

### ضياع الوقت :

وليس من الخلق الرياضي في شيء، إضاعة الوقت في التمرين على الأرجحة، كي يسمح للاعب لأعضاء فريقه أن يحضروا قريباً، فيجب على اللاعب بمجرد أن يكون مستعداً للرمي، أداء ذلك في ثلاث أو أربع ثوان.

### كيفية مراقبة الخصم عند رمية التماس :

يجب على اللاعب ، في الدفاع عند رمية التماس ، أن يأخذ موقعا بين الخصم وبين المرمى الذي يهاجمه الخصم . حتى يتمكن من مهاجمته على الفور حال تسلمه الكرة . وليس من الحكمة في شيء ، أن يقف اللاعب على بعد عشر ياردات من الخصم ، إذ أن الخصم سيتخلص من الكرة قبل أن يصل اللاعب إليها . ومن سوء النديير أيضا ، أن يقف اللاعب على بعد ياردة واحدة من خصمه ، إذ أن الخصم إذا جرى إلى موضع جديد ، فإنه يسبق اللاعب ، قبل أن يتحقق هذا اللاعب من الموضع الذي قصده الخصم ، إذا تحرك هذا الخصم فجأة .

### من الذي يراقبه اللاعب :

يجب عند رمية التماس أن يُراقب كل عضو من فريق الرامي يكون في حدود الرمي ، — أو يمتثل أن يكون — بوساطة لاعب من الفريق المضاد ، فيقوم جناح الدفاع بمراقبة جناح الهجوم ، وقلب الدفاع بمراقبة قلب الهجوم ، بينما يقوم مساعد الهجوم بمراقبة مساعد الهجوم المضاد ، ويلاحظ جناح الهجوم الظهير . ويجب على قلب الهجوم أن يكون على استعداد لمراقبة قلب الدفاع إذا تقدم نحو الرمية ، ويجب على الظهير المدافع أن يقترب من خط تماس الرمية ، ولكن ليس له أن يقترب بدرجة تمكن لاعب الدفاع المضاد من رمي الكرة لتمر فوق رأسه . وإذا كان قلب الهجوم بعيدا ، ولا يتمكن من الحضور في الوقت المناسب لمراقبة خصمه ، فعليه أن يشير إلى جناح هجومه لمراقبة قلب الدفاع ، بينما يتحرك هو لمراقبة الظهير .

### المكان الذي يتخذه اللاعب عند رمية التماس :

إذا كانت رمية التماس من نصيب فريق اللاعب ، عليه أن يتخذ موقعا غير مراقب يمكن إرسال الكرة إليه ، وتحقيق ذلك من السهولة بمكان ، إذا لم يكن أحد الخصوم قريبا منه ، أما في غير تلك الأحيان ، فإن استخدام الحداع يكون أمرا لازما . ويجب على اللاعب كي يندفع الخصم الذي يراقبه ، أن يركن إلى الهدوء التام أولا ، ثم يبدأ التحرك قبل أداء الرمية بالضبط ، ومن الواضح إذا ، أن اللاعب يجب ألا يضع نفسه أولا في المكان الذي يرغب تسلم الكرة فيه ، ولكن على بعد عنه بوضع ياردات ، حتى يكون على استعداد للتحرك حينما تسير الكرة إليه .

## بعض الرميات المفيدة :

### ١ - إلى جناح الهجوم :

يجب على لاعب الدفاع قرب مرماه ، أن يراعى عدم رمى الكرة نحو منطقة الخطر في وسط الملعب ، بل يجب أن يهوى نفسه لرمية طويلة على إمتداد أسفل جانب الملعب . وعلى الجناح أن يذهب إلى مقربة من الراى أكثر مما ينبغي ، كي يسحب لاعب الدفاع المضاد عن الموضع الصحيح ، وعليه أن يدور ويدو تاركا خصمه ، قبل أن ترمى الكرة بالضبط ، وستسير الكرة فوق رأسه ثم تنط أمامه أسفل خط التماس ، ويكون من الخطر على الظهير المضاد أن يتقدم كثيراً عبر خط منتصف الملعب لمقابلة الرمية ، وبذلك يكون لدى الجناح الوقت الذى يمكنه من إخضاع الكرة لسيطرته ، قبل أن يصل إليه الظهير ، ويمكن ترك الظهير واقفا ، بتمرير الكرة تمريرة أرضية إلى ساعد الهجوم ، الذى يرد التمريرة خلف الظهير ، تجاه راية الركن ، إلى الجناح ثانية .

### ٢ - إلى ساعد الهجوم :

وحيثما تكون رمية التماس قريبة من وسط الملعب ، يكون الظهير المضاد قريبا من خط التماس ، لمنع جناح الهجوم من الأتقراض . ويفضل فى هذه الحالة ، الرمي إلى ساعد الهجوم ، ويلاقى لاعب الهجوم المضاد ، الذى يقوم بمراقبته صعوبة فى أداء مهمته ، فقد يذهب ساعد الهجوم داخلا أو خارجا ، وتكون الحركة فى الاتجاه الأخير حسنة ، حينما لا يكون قلب الدفاع المضاد قريبا جدا منه ، ويقوم ساعد الهجوم الأيسر ، الذى يقف مواجهها الراى بالدوران إلى يساره ، ثم يعدو بالكرة بعرض الملعب ، بدلا من الدوران إلى يمينه للتقدم بالرمية على إمتداد جانب الملعب .

ومن المعتاد كثيرا ، الرمي فوق رأس ساعد الهجوم ، غير أن الظهير اليقظ يتمكن من إعاقة تلك الحركة إذا كان على قرب كاف ، وإذا لم يتمكن الظهير من ذلك لبعده ، وجب على ساعد الهجوم تمرير الكرة بالرأس إلى لاعب هجوم آخر .

### ٢ - إلى قلب الهجوم :

إن أفضل مكان لقلب الهجوم يكون فى وسط الملعب ، ولكنه يرى أحيانا فرصة للهروب من قلب الدفاع ، لضمان حيازة الكرة من رمية تماس . وغالبا يرى جناح الدفاع ، الذى يرمى إلى مسافة بعيدة بعدا مناسبا ، فرصة لرمى الكرة مباشرة إلى قلب هجومه ، حينما تكون رمية التماس فى النصف من الملعب الخاص بالفريق المضاد .

#### ٤ - إلى قلب الدفاع :

إن من المحتمل عند رمية التماس ، أن يراقب قلب الهجوم المضاد قلب الدفاع ، ويكون ذلك محققاً ، إذا تحرك قلب الدفاع نحو خط التماس ، وإذا حدث ذلك ، فعلى قلب الدفاع أن يتظاهر بعدم الميل إلى استقبال الرمية ، فيركن قلب الهجوم إلى ترك قلب الدفاع وحيداً ، ويرسل جناح الدفاع الراعى ، الذى يكون فى ترقب مثل هذه الفرصة ، الكرة إلى قلب دفاعه ، لحظة رؤيته يثب إلى اليسار .

#### ٥ - إلى الظهر :

رغم أن مراقبة الظهر من شأن جناح الهجوم ، فإن الظهر قد يتمكن من إغرائه على إهماله ، وعلى لاعب الدفاع أثناء استعداده لأداء الرمية ، أن ينتحل صفة الذى على وشك إرسال الكرة إلى أحد لاعبي الهجوم ، وعليه عند ما يورجح ذراعيه خلفاً ، أن يدور جفاة من وسطه إلى أعلا ، ثم يرمى الكرة إلى الظهر ، قبل أن يتمكن جناح الهجوم الذى انساق بعيداً ، من مراقبته .

#### ٦ - رد الكرة خفيفاً إلى الخلف :

يتجمع المدافعون ، حينما تكون رمية التماس قريبة من خط مرماهم ، فى طريق المرمى ، ويهتمون بمراعاة عدم ترك أى لاعب دون مراقبة . وتكون أفضل خطة لرمى الكرة إلى وسط الملعب ، أن يتحرك جناح الهجوم وساعد الهجوم إلى مسافة مناسبة أمام الخط ، وبذا يسحب المدافعون بعيداً عن الراعى . ويقوم جناح الدفاع حينئذ بإرسال الكرة إلى أرجلهم ، بدلا من رميها فوق رؤوسهم نحو وسط الملعب ، وترد الكرة خلفاً بضربة خفيفة أرضية ، فيسددها جناح الدفاع بشدة نحو وسط الملعب بعرض حلق المرمى ، بينما يكون الخصوم بعيدين عنه .

#### خدع المدافعين :

إن من الأمور الهامة على وجه الخصوص بالنسبة إلى كل عضو من لاعبي الهجوم ، أن يعرف إلى أى مدى يستطيع جناح الدفاع رمى الكرة ، كي يتخذ لاعب الهجوم الموضع الذى يستفيد منه الإفادة الممكنة . ومن أحسن الحيل ، أن يجرى لاعب إلى موضع جديد قبل الرمي بالضبط ، بصورة تسحب المدافعين خلفه ، وترسل الكرة حينئذ فى اتجاه يخالف اتجاهه تمام الاختلاف . وهناك كثير من طرق الحصول على الكرة من رمية التماس ، ويجب تغيير الطرق باستمرار ، كي يقف الخصوم موقف التخمين والحدس . ويجب عدم الاستخفاف بأبسط الطرق إذا بدت حسنة فى حالة ما .