

طرائق الدفاع بكرة اليد

المرحلة الثالثة

المحاضرة الأولى

اعداد

د. حسام محمد هيدان

٢٠١٤/٢٠١٣

طرائق الدفاع بكرة اليد:

تتنوع طرائق الدفاع في لعبة كرة اليد تبعاً لمتغيرات عديدة منها العمر التدريبي للاعب والمستوى البدني والمهاري لأفراد الفريق وكذلك إمكانيات الفريق المهاجم وخطط الهجوم التي يتبعها، ولكي يؤدي أعضاء الفريق المدافع واجباتهم الدفاعية اتجاه الفريق المهاجم، لابد وأن تكون هناك قاعدة أساسية يستطيع من خلالها الفريق المدافع تنظيم دفاعهم والتعرف على حدود مسؤولياتهم، وبالتالي توحيد جهودهم الدفاعية للحد من خطورة الفريق المهاجم أو إرباك الخطة الهجومية أو الحصول على الكرة، وتحقيقاً لهذه الأغراض كان لابد لأعضاء الفريق المدافع أن يتبعوا طرائق دفاعية في تشكيلات معينة تختلف الواحدة عن الأخرى بما يتناسب والمتغيرات التي تطرأ في أثناء سير المباراة، وعليه فهناك ثلاث طرائق دفاعية وهي:

١. طريقة دفاع المنطقة.

٢. طريقة الدفاع المركب.

٣. طريقة دفاع رجل لرجل

أولاً: دفاع المنطقة

تعد هذه الطريقة من أفضل وأكثر الطرائق الدفاعية استخداماً في لعبة كرة اليد، إذ يعمل جميع الأفراد كوحدة واحدة في الدفاع ضمن المنطقة القريبة لخط الستة أمتار، وأن من الأهمية أن تتم هذه التحركات والمسؤوليات اللحظية الفردية في توقيتها المتزامن داخل التحركات الجماعية للتشكيل الدفاعي وتعد هذه الطريقة الدفاعية أكثر الطرق شيوعاً وأفضلها استخدماً نظراً لميزات عدة أهمها:

١- مسؤولية الدفاع جماعية مما يتيح مساعدة المدافع الضعيف.

٢- لا تحصل ملاحقة دفاعية بل يتم تسليم المهاجم إلى اللاعب الزميل المجاور.

٣- التعاون الحاصل بين المدافعين يؤدي إلى انعدام الثغرات في مساحة اللعب الدفاعية.

٤- تسمح هذه الطريقة باستئناف هجوم خاطف.

وعليه فأن حركة أي لاعب مدافع ضمن حدود المنطقة الدفاعية يجب أن تكون مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بحركة الكرة وحركة اللاعبين المدافعين، بحيث تكون هذه الحركة منسقة ومتكاملة بدرجة لا تسمح لأعضاء الفريق المهاجم من فتح ثغرة واختراق الخط الدفاعي.

تشكيلات الدفاع عن المنطقة

لابد أن تكون هناك قاعدة أساسية يستطيع من خلالها أعضاء الفريق المدافع من تنظيم وقفهم والتعرف على حدود مسؤولياتهم لكي يؤدي هؤلاء المدافعون واجباتهم الدفاعية اتجاه الفريق المنافس وإرباك خططهم الهجومية أو محاولة الاستحواذ على الكرة. إن هذه التشكيلات مرنة قابلة للتغيير في كل لحظة من لحظات المباراة طبقا لأشكال تحرك اللاعبين المهاجمين، ولذلك يمكن أن يكون التشكيل الدفاعي:

- مفتوح.

- مغلق.

حيث يتحدد نوع الدفاع فيما إذا كان مفتوحا أو مغلقا معتمدا على عدد الخطوط الدفاعية والمسافات البينية بين هذه الخطوط، ويتكون التشكيل المغلق من خط واحد مثل التشكيل (٦-صفر) أو خطين بحيث يزيد الخط الدفاعي الخلفي عن الخط الأمامي مثل التشكيل (٥-١) و (٤-٢)، وكما موضح في الشكل (١).

أما التشكيل الدفاعي المفتوح فيتكون من خطين أو ثلاث خطوط بحيث يزيد عدد الخط الأمامي عن الخط الخلفي أو يتساوى معه مثل التشكيل الدفاعي (٣-٢-١) و (٣-٣) و (٣-١-٢) و (١-٥)، وكما موضح في الشكل (٢).

ومن أهم أهداف التدريب على الدفاع في التشكيلات الدفاعية المفتوحة والمغلقة هي:

- ١- تنمية المهاجمة المقننة لخط سير الكرة أثناء التمرير.
- ٢- تنمية القدرة على المهاجمة بقوة وسرعة ودقة.
- ٣- إيقاف تحركات المهاجم غير المستحوذ على الكرة.
- ٤- تعطيل وإيقاف سريان واستمرار الهجمة.
- ٥- تنمية آلية التحرك داخل التشكيل الدفاعي.
- ٦- تنمية القدرة على التغطية اللحظية لمساعدة الزميل.
- ٧- التسليم والتسلم.
- ٨- تنمية التعاون بين المدافع وحارس المرمى.
- ٩- إبعاد المهاجمين إلى خارج منطقة وسط اللعب.
- ١٠- تنمية الآلية في التزامن نحو مكان تواجد الكرة.
- ١١- تحريك اليدين عند التزامن لملي الفراغات والمسافات الدفاعية.

إن الطرائق الدفاعية السابقة والتي تم ذكرها ليست طرائق دفاعية ثابتة وإنما يمكن للفريق التنويع والتغيير من تشكيل دفاعي إلى آخر أو من طريقة دفاعية إلى طريقة أخرى، فكأن جوهر الاختلاف بين هذه الطرق يكمن فقط في الوقفة الأساسية لمقابلة طبيعة المنافسين في البداية ولفترات قصيرة خلال الأداء ثم تمتزج بعد ذلك، والتي تعتمد أساساً على عينة المدافع ثم تعاونه مع زميل أو أكثر في الخطط الجماعية والفرقية.

الدفاع المركب:

نظراً للتطور الحاصل في العمل الخططي الهجومي ولجوء معظم الفرق إلى أكثر من خطة هجومية للوصول إلى هدف الفريق المدافع، مما أدى إلى اضطرار الفرق إلى استخدام أكثر من نوع دفاعي للحد من خطورة الفريق المهاجم ومنها الدفاع المركب، وفيه يتم اختيار لاعب أو لاعبين مدافعين بمراقبة لاعب أو لاعبين من المهاجمين الخطرين مستخدمين بذلك طريقة الدفاع رجل لرجل، بينما يقوم باقي المدافعين بأداء واجباتهم الدفاعية من خلال تطبيق الدفاع عن المنطقة.

ومن أكثر تشكيلات الدفاع المركب شيوعاً واستخداماً من قبل المدربين، هي لاعب واحد للدفاع رجل لرجل + خمسة لاعبين للدفاع عن المنطقة ويرمز لها (٥-صفر+١)، أو لاعبين مدافعين للدفاع رجل لرجل + أربعة لاعبين للدفاع عن المنطقة ويرمز لها (٤-

صفر+٢)، وكل هذه الطرق أو غيرها تقرر من قبل المدرب وحسب إمكانيات الفريق البدنية والمهارية وإمكانيات الفريق المنافس، وكما موضح في الشكل (٣).

طريقة دفاع رجل لرجل

وتعتبر من الطرائق الدفاعية الشائعة في الألعاب الفرقية، حيث إن مهمة كل مدافع تختص بملازمة لاعب مهاجم ومراقبة كل تحركاته في أي مكان من الملعب سواء كان مستحوذا على الكرة أم غير مستحوذا عليها، ويؤكد العديد من الخبراء بأن هناك ثلاثة أساليب رئيسة يستطيع أعضاء الفريق المدافع من خلالها تنفيذ واجباتهم الدفاعية عند تطبيق طريقة الدفاع رجل لرجل وهي:

- الدفاع رجل لرجل في الملعب كله.
 - الدفاع رجل لرجل في منتصف الملعب الخاص به.
 - الدفاع رجل لرجل حول منطقة المرمى.
- ويمكن استخدام دفاع رجل لرجل في الحالات الآتية:
- ١- تتبع الهجوم الخاطف للمنافس.
 - ٢- عند التفوق الظاهر على الفريق المنافس من الناحية البدنية، كوسيلة لسرعة حيازة الكرة.
 - ٣- تستخدم في حالة نقص عدد الفريق المنافس.
 - ٤- تستخدم أحيانا في فترة قصيرة (كما في الرمية الحرة عند ركن الملعب) أو طويلة نوعا ما كطريقة تغيير التكتيك لإمكان مفاجأة المنافس.
 - ٥- تستخدم في الدقائق الأخيرة من المباراة عندما يكون الفريق خاسرا.
- ولتنفيذ هذه الطريقة بنجاح يتعين على أعضاء الفريق المدافع التمتع بلياقة بدنية عالية والاستمرار بالتحفز والتوقع لقطع الكرات الممررة بين المهاجمين، فضلا عن ذلك يجب على المدافع الذي يقوم بتطبيق هذه الطريقة الدفاعية ضد احد المهاجمين أن يكون حريصا بشكل كبير على المسافة الدفاعية بينه وبين المهاجم، حيث يجب على كل مدافع تقليل هذه المسافة كلما اقترب اللاعب المهاجم من المرمى أو حاول التصويب على الهدف.