

المحاضرة 12

المهارات الأساسية الهجومية:

3- المناولات (التمرير):

تعد المناولة واحدة من أهم المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة ، حيث تعتمد نتيجة الفريق من فوز أو خسارة على دقة أداء التمريرات بشكل صحيح ، و غالبا ما نرى الكثير من الفرق تخسر العديد من النقاط بسبب المناولات الخاطئة و هذا ما يتسبب في خسارة المقابلة . و مهارة التمرير من المهارات الهجومية الأساسية في نقل الكرة من مكان إلى مكان آخر في الملعب و الحصول إلى الوضعيات الحسنة و المواقف المتميزة للتسديد في أحسن الظروف .

و يذكر محمد عبد الرحيم (2003) أن التمرير يعد بالمرتبة الثانية بعد التصويب من حيث الأهمية ، أي التأثير على نتائج الأداء في كرة السلة. (ص54)

في كثير من الحالات التي يخسر بها الفريق المباراة تعود إلى ضعف بعض اللاعبين في مناولة الكرة فيما بينهم بصورة صحيحة وفكي الوقت المناسب مما يعطي فرص اكبر

للخصم للاستحواذ على الكرة وزيادة نسبه هجومه وكتحصيل حاصل زيادة نسبه الأهداف التي يسجلها .

ولتعدد مواقف اللعب و اختلاف ظروفه نرى أن التميريات تؤدي بطرق مختلفة و عدة أنواع فمنها ما يؤدي بكلتا اليدين و منه إما يؤدي بيد واحدة و أنواع التميريات هي :

- التميرة الصدرية .

- التميرة المرتدة بين اليدين .

- التميرة باليدين من فوق الرأس .

- التميرة بيد واحدة من فوق الكتف .

- التميرة الخطافية .

- التميرة الدفعة البسيطة .

و يذكر ريسان خريبط (2003،ص286) أن لكل نوع من هذه المناولات ظروف خاصة

يجب أن يأخذها اللاعب المناول للكرة بعين الاعتبار وهي كالتالي :

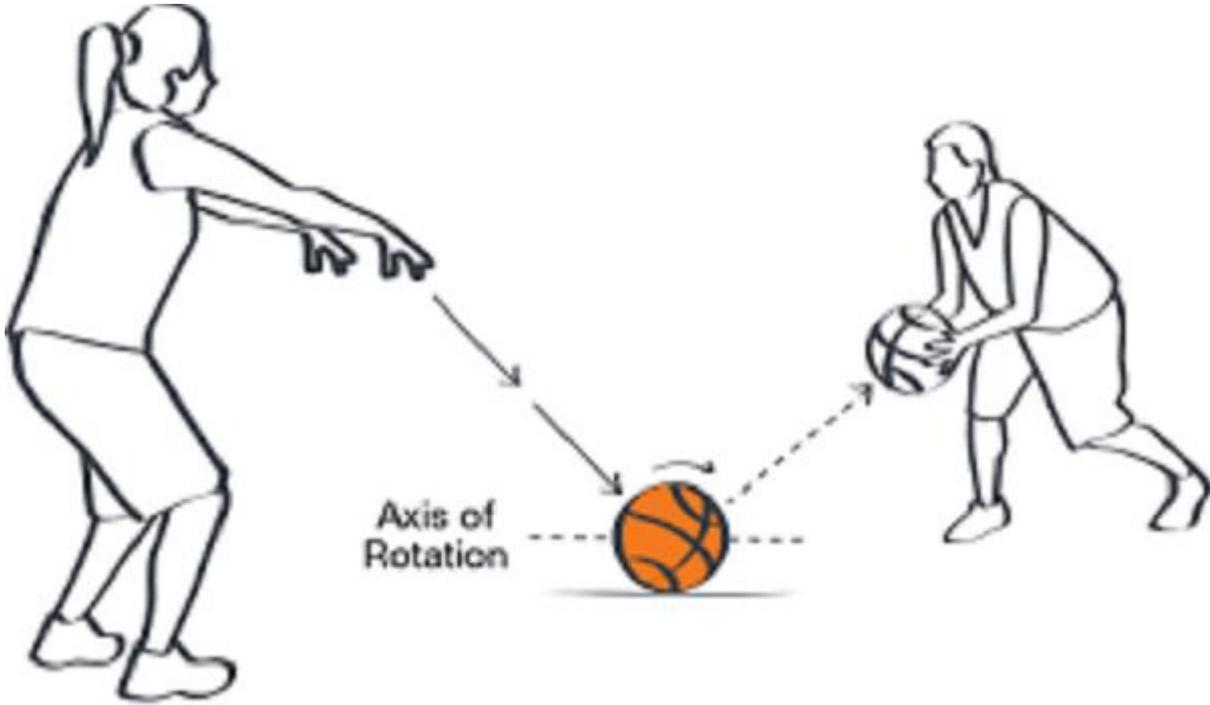
- أن تكون المناولة حاسمة و دقيقة .

- يجب إن تقترن السرعة بالدقة.

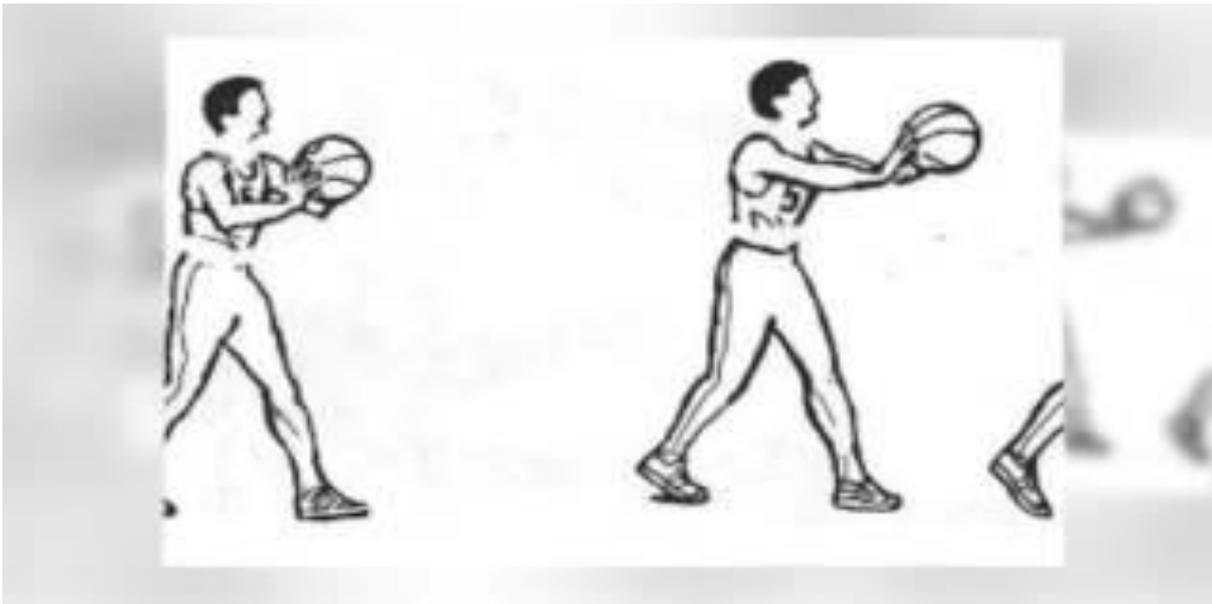
- يجب استخدام المناورة لكن لا يجوز اختراع ما هو غير ضروري و أيضا تجنب

الخطأ.

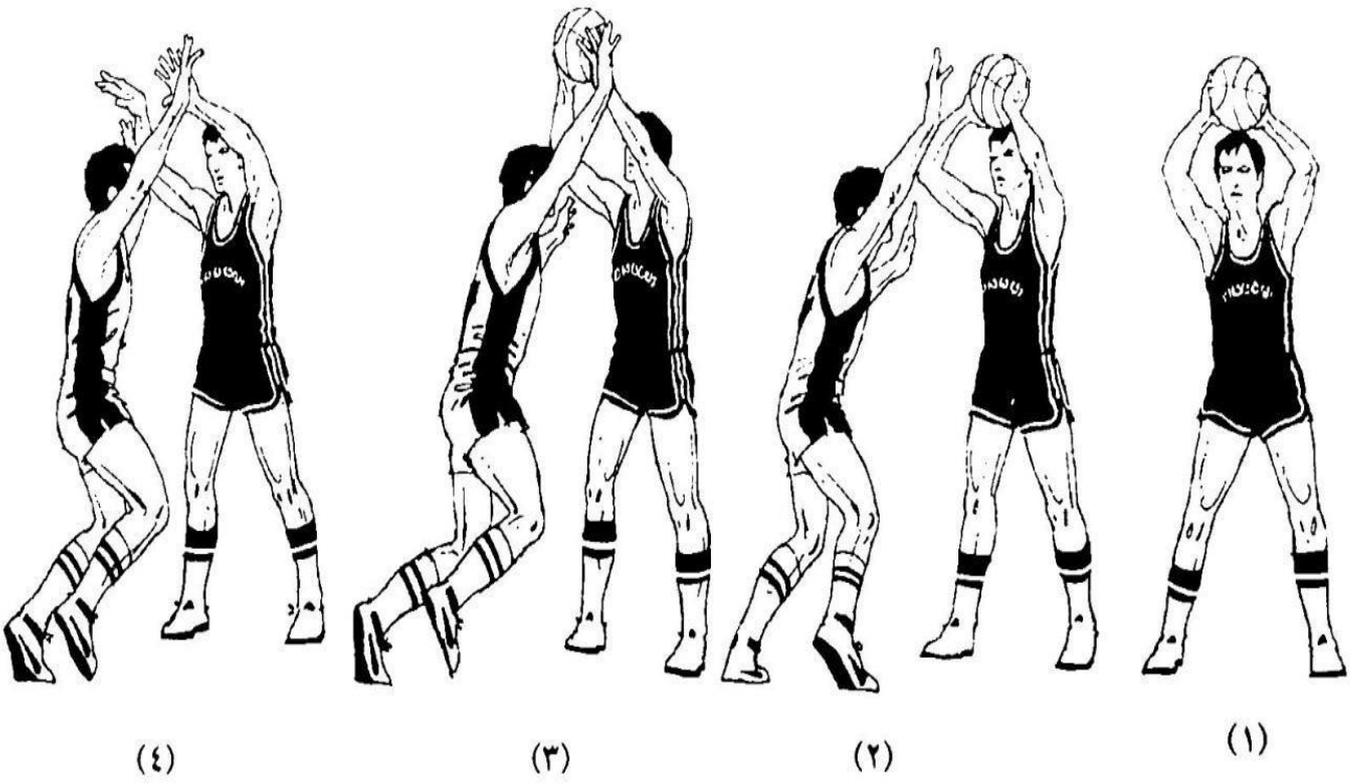
- إن اللاعب الذي يعطي الكرة للزميل يجب أن يكون لديه هدف دائم، يجب إرسال الكرة على مستوى الصدر أو الكتف و ليس إرسالها فقط .



الشكل الاول : التمريرة المرتدة



الشكل 2 التمريرة الصدرية



المناوله من فوق الرأس



المناوله الطويله

4- الطبطبة (المحاورة):

هي التحرك في الملعب عن طريق ارتداد الكرة بيد واحدة ضد الأرض من قبل اللاعب المهاجم. وتعتبر الطبطبة أيضا الوسيلة الهجومية الفعالة والأساسية بجانب المناولة التي تمكن للاعب كرة السلة من منطقة إلى أخرى من أجل من التقدم بالكر إيجاد أو تحقيق فرصة جيدة لخلق ستراتيجية ، الهجوم والتصويب . الطبطبة هي أيضا حركة متوافقة منسجمة بين الذراع ، الرأس ، الأصابع الرجلين ، الجذع، العينين ، والكرة .وتعتبر الطبطبة أيضا من أصعب المهارات الفنية أداء في كرة السلة وذلك لحاجتها القسوى للتوافق العضلي كر - العصبي بين العينين وبقية أعضاء الجسم .

و تعرف أيضا على أنها عملية دفع الكرة إلى الأرض بإحدى اليدين وباتجاه معين و ارتدادها من الأرض لإحدى اليدين أيضا.(مصطفى زيدان،1999،ص35)

لقد اعتبرت الطبطبة إحدى المهارات الأساسية التي يجب على كل لاعب أن يتقنها وقد اعتبرت مكن قبل المدربين بأنها ليس أهم المهارات الفنية الهجومية فكي كرة السلة فحسب بل إنها المهارة الأولى التي على اللاعبين أن يتقنوها وذلك لكون اللاعب الذي لا يستطيع أن يبطب بسهولة وبموازنة فانه بالتأكيد لن يكون لاعبا مهاجما وبناء على ذلك يمكن القول بان الطبطبة دون دريبيل أساس للعب الهجوم الفعال .

وقد قسمها مصطفى زيدان (1999، ص58) إلى عدة أنواع حسب ظروف و مواقف اللعب

المختلفة التي يمر بها اللاعب أثناء المباريات و هي :

- طبطة سريعة (عالية).

- طبطة واطئة.

- طبطة بتغير الاتجاه.

- طبطة بالدوران.

- طبطة للأمام و للخلف.

- طبطة من خلف الظهر.

- طبطة بين الساقين .

- طبطة بتغير السرعة.



الطبطة بالكرة مع الركض

5- الخداع:

المقصود بالخداع قيام اللاعب المهاجم بحركة غير الحركة المقصودة أصلاً من أجل خداع الخصم وذلك بتوجيهه إلى جهة معاكسة لحركة اللاعب المهاجم المقررة أصلاً، أن الخداع هو وسيلة هجومية ضد الدفاع القريب من أجل تهيئة الفرص للاعب المهاجم المسيطر على الكرة للقيام بالطبقة ، المناولة، القطع أو التصويب البعيد، وكذلك أن الخداع مهم للاعب بدون كرة من أجل تهيئة فرص للقطع واستلام الكرة أو تهيئة فرص لعب لبقية زملائه ،استنتاجاً من ذلك فإن فعالية لاعب كرة السلة لا يمكن اعتبارها ذات تأثير وذلك بقيامه بتأدية المهارات المباشرة والواضحة ، لأن هذه المهارات ليس من الصعوبة كشفها من قبل المدافع ومدافعتها . لهذا فإن استخدام المناورات وإخفاء الحركات الحقيقية تساعد كثيراً على أرباك الخصم وتشتيت أنبتاهم وإيصالهم إلى نقطة محرجة حول كيفية مدافعة المهاجم .

إن نجاح عملية الخداع يتطلب من المهاجم مراقبة حركات المدافعين والتركيز على استغلال أي خطأ يرتكبه المدافع كنقل أو تغيير في مركز ثقله، عدم الوقوف الصحيح ،ضعف في رد الفعل ، القفز للأعلى، أو البطء في الحركة لغرض تطبيق مناوراته الخداعية قبل القيام بالحركة الأصلية. أن اللاعب المهاجم الجيد هو الذي يسبق أي حركة من حركاته القيام بحركة خداعية ، في حين المهاجم الذي لا يستخدم الخداع بشكل

جيد والذي لا يقوم بمناورة المدافع قبل القيام بحركته الأصلية فهو ليس فقط يكون سهلاً للدفاع ضده ذو قيمة غير فعالة للفريق.

إن الخداع يمكن أن يتم بكرة أو بدون كرة ويمكن أن يتم بأي جزء من أجزاء الجسم (الرأس، النظر، الجذع، الذراع، القدم) ولأهمية الخداع يتطلب من كل اللاعبين التدريب على الخداع بشكل مستمر على انفراد أو مع الزميل من أجل تطوير الأساليب الخداعية الجيدة وأن تصبح عملية أوتوماتيكية بالنسبة للمهاجم لكل حركة يقوم بها أثناء اللعب.