

الحجز . عندما يريد ان يبقى المدافع مع منافسه على الرغم من تنفيذ الحجز ضده ، فهناك ثلاث طرق تساعد على التخلص من الحجز وملازمة منافسه :

- 1- أخذ خطوة من امام الحجز
- 2- التحرك من الفجوة الموجودة بين الحاجز وزميله المدافع .
- 3- اخذ خطوة من خلف الحاجز وزميله المدافع .

## (2) دفاع رجل لرجل الشديد Aggressive Man to Man Defense

في هذه الطريقة على المدافعين سواء استخدموا دفاع رجل لرجل مع بقاء كل مدافع مع منافسه او دفاع رجل لرجل بتبادل المراكز ، عليهم ان يستخدموا هذا الدفاع بقوة وشدة ، ان هذه الطريقة فعالة اذا كان الفريق المنافس يمتاز بطول القامة ولكن ببطء الحركة . كذلك هذه الطريقة فعالة ضد الفريق الضعيف في السيطرة على الكرة والمناولات .

## (3) دفاع رجل لرجل بتبادل المراكز : Swiching Man to Man Defense

في هذه الطريقة يستخدم المدافعون تبادل المراكز اوتوماتيكيا بعد كل حجز يطبق ضدهم ، فعندما يكون الحجز جزء من استراتيجية الفريق الهجومية يجب على المدافعين ان يطبقوا هذه الطريقة الدفاعية بسرعة لمنع التصويب بالقفز السريع والقطع الذي يطبق الحجز لاجله . لغرض اداء تبادل المراكز على المدافع الذي

يدافع الحاجز ان يلعب بعيدا عنه تقريبا طالما ان ليس من مسؤولية المدافعة ضد الرول (Roll)

الذي يستخدمه منافسه بعد الحجز باتجاه الهدف وانما مسؤوليته متابعة القاطع بعد تبادل المراكز اما المدافع الاخر الذي يدافع ضد المهاجم الذي تم له الحجز فيجب مدافعته بشدة لحين تنفيذ الحجز . بعد اجراء تبادل المراكز يقوم هذا المدافع بالانزلاق للخلف لتغطية الطريق خلف الحاجز وزميله المدافع وبهذا يمكن من منع استخدام الرول باتجاه الهدف من قبل المنافس وكذلك منع المناولة من القاطع الى زميله لاعب الرول . ان دفاع رجل لرجل بتبادل المراكز ممكن ان يستخدم بفعالية فقط اذا كان المدافعون منسجمين فيما بينهم ، اي بتبادل المراكز ممكن ان يستخدم بفعالية فقط اذا كان المدافعون منسجمين فيما بينهم ، اي كل واحد يعرف متى يتم تطبيق تبادل المراكز . ان الفريق المهاجم الذي يعتمد على استخدام الحجز كسلاح فعال ورئيسي لهجومه فان دفاع رجل لرجل بتبادل المراكز اذا استخدم بالشكل الصحيح فإنه سيشل حركة المهاجمين واجبار لاعبي الهجوم على التصويب الفاشل وكثرة الاخطاء .

#### 4) دفاع رجل لرجل بالمساعدة والتغطية : Sagging Man to Man Defense

ان هذه الطريقة من دفاع رجل لرجل لاتخص اللاعب المدافع ضد المهاجم مع الكرة . وانما تخص المدافعين الاربعة دائما ان يقفوا بين اللاعب المهاجم مع الكرة والهدف مع الانسحاب قليلا للخلف . أن أهم نقطة ضعف في هذه الطريقة ان الفريق المدافع معرض للتصويب من الخارج من قبل الفريق المهاجم . حيث ان اللاعب الذي ينسحب لغرض المساعدة محتمل يكون غير قادر للرجوع لمداغعة منافسه بعد استلامه الكرة بسرعة لمنعه من محاولة التصويب باستثناء الفريق الذي يجيد التصويب السريع من الخارج .

#### 5) دفاع رجل لرجل بالمداغعة المزدوجة : Double Team Man to Man Defense

المقصود بالمداغعة المزدوجة هو قيام لاعبين من الدفاع الاطباق على المهاجم مع الكرة . ان هذه الطريقة من دفاع رجل لرجل قد تستخدم في بعض مناطق الملعب او نتيجة الاستجابة لحالات لعب معينة . ان اهم ما يجب مراعاته في تنفيذ هذه الطريقة الدفاعية :

1- استخدام دفاع رجل لرجل الشديد والقوي .

2- عدم ارتكاب الاخطاء الشخصية من قبل لاعبي الدفاع المزدوج ضد المهاجم مع الكرة .

3- لأجل ان يكون الدفاع المزدوج فعالا ، على المدافعين تطويق المهاجم بالانتشار حوله مع استخدام اليدين لتغطية مناطق المناولة او اجبار المهاجم على اعطاء مناولة فاشلة او اجبار المهاجم لمسك الكرة بدون فسح المجال له للقيام بأية محاولة هجومية او اجبار المهاجم على فقدان الكرة .

4- على الفريق استخدام اشارات معينة عند البدء بأداء الدفاع المزدوج .

ان الحالات التي يمكن ان يطبق فيها الدفاع المزدوج هي :

1- بمجرد عبور اللاعب المهاجم مع الكرة خط منتصف الملعب .

2- عند تواجد المهاجم في زاوية من زوايا الملعب .

3- عندما يكون المهاجم ضعيف في المباديء الاساسية .

4- يستخدمه الفريق في أي مكان من الملعب عندما تسنح الظروف لذلك .

5- يستخدم ضد اللاعب المهاجم بعد ان ينتهي من الطبطبة .

6- يستخدم عند استدارة ظهر المهاجم اثناء الطبطبة باتجاه احد المدافعين .

7- يستخدم في المناطق التي يجيد فيها اللاعب المهاجم المناولة .

8- يستخدم أثناء المباراة من وقت الى آخر لتغير تكتيك الفريق الدفاعي وارباك المنافس .

## الدفاع المختلط :

هو ذلك الدفاع الذي يجمع بين دفاع رجل لرجل ودفاع المنطقة . الغرض الرئيسي من الدفاع المختلط هو أفضل استخدام لطريقتي دفاع رجل لرجل ودفاع المنطقة من قبل اللاعبين . ان الدفاع المختلط هو ايضا احدى الطرق الدفاعية الصعبة ، ولكن ان استخدم بشكل صحيح غالبا ما يكون فعال وقوي ويساعد على تلبية اطماع المدرب لحالة اللعب المستجدة في تلك المباريات .

## محاسن الطريقة :

- 1- الاستخدام القصوي لقوة وقدرة اللاعبين الدفاعية الفردية .
- 2- كثير من الفرق غير متدربة ومستعدة للعب ضد هذا النوع من الدفاع مما يسبب لها الارتباك والتشتت اثناء الهجوم .
- 3- يعتبر استخدامه اثناء المباريات عنصر مفاجئة للفرق المضاد مما يساعد على احباط هجومه .
- 4- يجمع بين مميزات الدفاع الفردي والدفاع الفرقي .

## مساوئ الطريقة :

- 1- انها طريقة غير فعالة ضد التصويب من الخارج .
- 2- قد تسبب ارتكاب أخطاء شخصية من قبل افضل لاعبي الدفاع .
- 3- قد تسبب انسحاب افضل اللاعبين المدافعين خارج منطقة الدفاع .

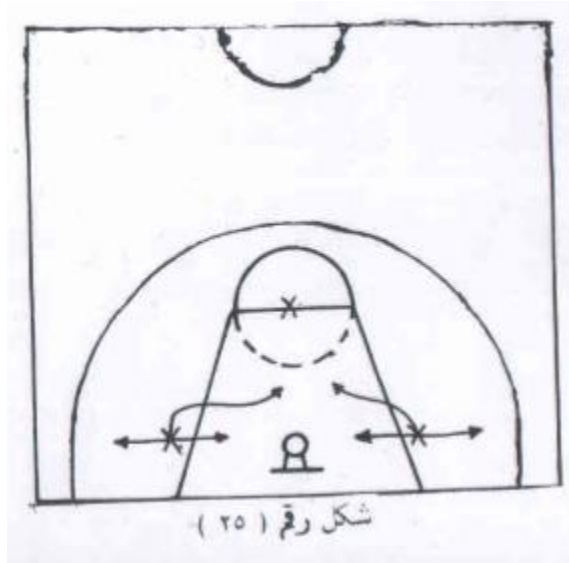
## أنواع الدفاع المختلط :

- 1- المنقطة الامامية دفاع منطقة – والمنطقة الخلفية دفاع رجل لرجل :

ان هذا النوع من الدفاع المختلط يتطلب ان يكون لاعبي المنطقة الامامية يتميزون بالقوة والشدة والسرعة اما لاعبي فيجب التأكد على ان افضل لاعبي مقدرة على سحب الكرات المرتدة يكون بشكل دائم تقريبا في منطقة السحب ان هذا النوع من الدفاع المختلط ممكن ان يتغير طبقا لتغير عدد لاعبي المنطقة الامامية

## 2- المنطقة الامامية دفاع رجل لرجل - المنطقة الخلفية دفاع منطقة :

ان عدد لاعبي المنطقة الامامية في هذا النوع من دفاع المنطقة يعتمد على امكانية الفريق المدافع وظروف اللعب . ولكن يفضل قدر الامكان ان يكون هناك ثلاثة لاعبين في المنطقة الخلفية لتأدية دفاع المنطقة بشكل مستمر وتكون وقفتهم كما في شكل رقم (25) .



يقف لاعب عند منتصف خط الرمية الحرة واللاعبان الاخران على جانبي منطقة الرمية الحرة بالقرب من الهدف . ان هذه الوضعية تساعد على تشكيل مثلث سحب الكرات المرتدة ومنع التصويب من منطقة الرمية الحرة وكذلك يكون فعالاً ضد القطع . في حالة احتياج لاعبي المنطقة الامامية الى مساعدة ، يتحرك احد لاعبي المنطقة الخلفية للامام لغرض المساعدة . وبالعكس ، على لاعبي المنطقة الامامية مساعدة لاعبي المنطقة الخلفية ضد القطع او في حالة حدوث التفوق العددي من قبل المهاجمين ضد المدافعين .

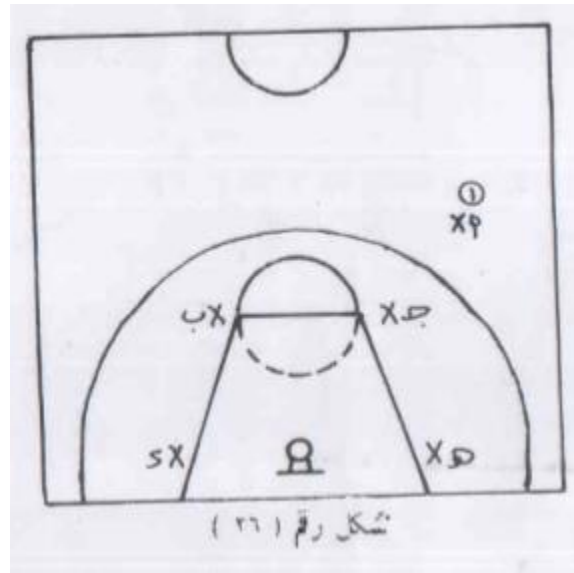
## 3- طريقة الصندوق - اللاعب الامامي دفاع رجل لرجل - لاعبي الخلف الاربعة دفاع منطقة :

ان هذا النوع من الدفاع المختلط يتميز بالمميزات التالية :

- 1- يعتبر من أقدم واسهل الانواع تفهماً من قبل لاعبي الفريق .
- 2- يستخدم بشكل فعال ضد الفريق الذي لديه لاعب يمتلك مقدرات خاصة ومميزة للتصويب من الخارج ، القطع ، المناولات ، الطبطبة ، وتنفيذ استراتيجية الفريق الهجومية .

3- كثير من الفرقلم تتدرب للهجوم ضد هذا النوع من الدفاع وخصوصاَ إذا لم يكن لديها لاعب مميز في التصويب وتنفيذ استراتيجية الفريق الهجومية . لهذا فاستخدام هذا النوع من الدفاع ضدها سيخلق الاحباط والارباك لدى الفريق المهاجم حول كيفية الهجوم ضده .

في هذا النوع من الدفاع المختلط يكون أحد اللاعبين مسؤولاَ للعب دفاع رجل لرجل ضد اللاعب المميز للفريق المهاجم بشكل مستمر ودائمي . أما بقية لاعبي الدفاع الاربعة فتكون وقفتهم دفاع منطقة واشبه ماتكون بالصندوق حيث يقف لاعبان تقريباَ على نهايات خط الرمية الحرة والاخران يقفان خارج منطقة الدفاع وبالقرب من الهدف شكل رقم (26) .



ان المهمة الاساسية للاعب الدفاع الامامي الذي يلعب دفاع رجل لرجل ضد اللاعب المميز للفريق المضاد هي :

- 1- منع اللاعب المميز من استلام الكرة والسيطرة عليها .
- 2- في حالة استلام اللاعب المميز الكرة ، على اللاعب المدافع :
  - أ- أجبار اللاعب المميز من مناولة الكرة الى منطقة الدفاع حيث يوجد اربعة مدافعين هناك مما يسهل اعاققتها او قطعها .
  - ب - منع اللاعب المميز من التصويب من الخارج
  - ج- منع اللاعب المميز من القطع
  - د- منع اللاعب المميز من التصرف السليم بالكرة مع زملائه .

ان هذه الواجبات للاعب الدفاع الامامي تتطلب منه المميزات التالية :

- 1- السرعة .
- 2- الرشاقة .
- 3- التحمل او المطاولة .
- 4- الطول .
- 5- القدرة على تنفيذ الدفاع المزدوج .
- 6- تكتيك الابداع الذاتي .
- 7- توقع المناولات والقدرة على اعاقتها في منطقة المناولات .
- 8- القدرة على تنفيذ الهجوم السريع المضاد .

ان المهمات الملقة على هذا اللاعب والتي تتطلب منه التحرك ضد منافسه في كل انحاء الملعب مما يكون مجبراً على الانتقال باستمرار من جهة الى اخرى مما يجعله معرضاً للتعب وكثرة الاخطاء كنتيجة لعبه القوي والشديد ، من هنا يتطلب تدريب واعداد أكثر من لاعب يقوم بهذه المهمة الدفاعية .

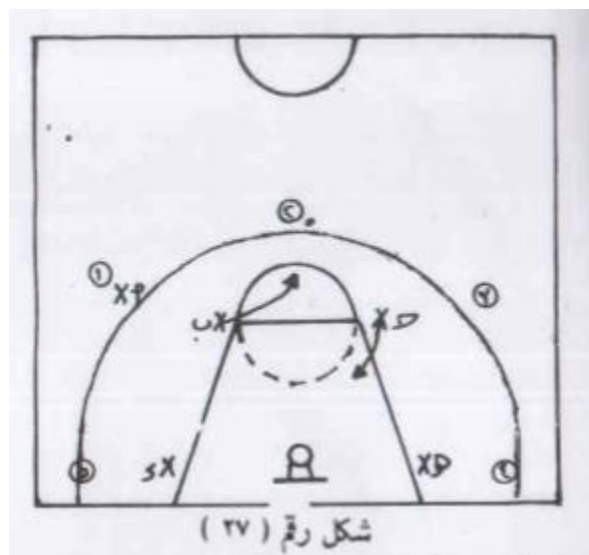
المهام الاساسية للاعب دفاع المنطقة الاربعة فهي :

- 1- قطع واعاقه المناولات في منطقة الدفاع .
  - 2- اعاقه التصويب في منطقة الدفاع .
  - 3- حماية زوايا منطقة الدفاع .
- لهذا عند وجود لاعب مهاجم في أحد زوايا منطقة الدفاع ومعه كرة ، على اللاعب المدافع القريب منه التحرك لمدافعه ، اما المدافع الاخر الخلفي فعليه التحرك بالقرب من الهدف لغرض المساعدة وتغطية المنطقة .
- 4- حماية جوانب منطقة الدفاع . في حالة مناولة الكرة الى أحد لاعبي الهجوم في الجانب او الى منطقة دائرة الرمية الحرة . على المدافع القريب التحرك لمدافعه ، اما المدافع الآخر فيجب الانسحاب الى الخلف باتجاه وسط منطقة الدفاع لغرض المساعدة وتغطية المنطقة .

باختصار لأجل ان تكون وقفة لاعبي الدفاع الاربعة في منطقة الدفاع فعالة ومؤثرة يجب ان يتحركوا ويعملوا كوحدة واحدة متناسقة ومتكاملة .

كما اشرنا سابقا ، ان لاعب الدفاع الامامي مسؤول عن التحرك ضد اللاعب المميز للفريق المهاجم الى اي اتجاه سواء كانت الكرة معه ام لا . ففي حالة وجود الكرة مع احد لاعبي الهجوم الاربعة الاخرين ، يجب ان يتحرك المدافع القريب من ذلك المهاجم لمدافعته والمهاجم الآخر الموازي له من الخلف ان يتحرك خلفه وباتجاه وسط منطقة الدفاع لغرض اعاقه اي مناولة باتجاه مركز منطقة الدفاع مشكلا هو وزميله الآخرين الشكل الدفاعي 1-2 (9)

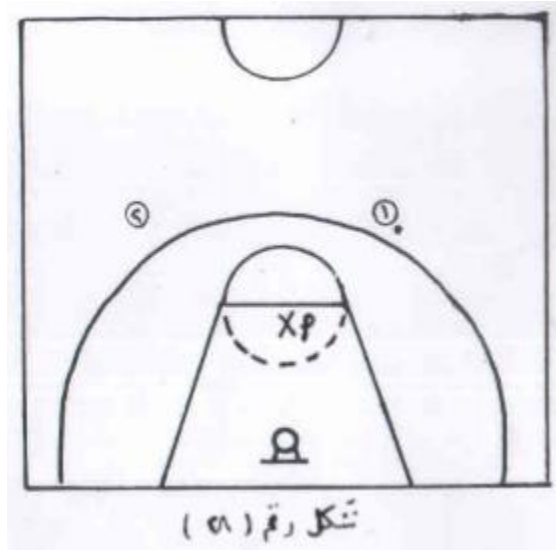
مثال على ذلك ، في حالة وجود الكرة مع اللاعب المهاجم رقم (2) . اللاعب المدافع (أ) أساسا يدافع اللاعب المميز رقم (1) . في هذه الحالة ، على المدافع (ب) التحرك لمدافعة اللاعب المهاجم رقم (2) . اللاعب المدافع (ج) عليه الانسحاب قليلا للخلف وباتجاه مركز منطقة الدفاع ليكون في وضعية تعيق المناولة باتجاه مركز منطقة الدفاع ويكون قادرا ايضا على تغطية المنافس رقم (3) في منطقتة ومشكلا مع زملائه المدافعين (د) و (هـ) الشكل الدفاعي 1-2 شكل رقم (27) .



### مواقف دفاعية خاصة :

قد يحدث احيانا ان يتعرض المدافعون الى هجوم بالتفوق العددي نتيجة الهجوم السريع الذي ينفذه الفريق المنافس ( سيرد شرح الهجوم السريع في الفصل الاول من الباب الثاني ) ففي هذه الحالة لاتوجد طريقة محددة للمدافع او المدافعين للدفاع بها ضد هذا التفوق العددي ، وانما عليهم اللعب بطريقة اشبه ما تكون بطريقة الدفاع عن المنطقة لغرض تحقيق الاهداف التالية :

- 1- تأخير الهجوم السريع قدر المستطاع لحين عودة زملائهم للمنطقة الدفاعية .
- 2- منع التصويب الناجح .
- 3- ارباك المنافس لغرض الحصول على الكرات الطائشة او فقدان الكرة من قبل المنافس .
- 4- الحصول على الكرة وادخالها الى الملعب بأسرع ما يمكن لغرض تنفيذ الهجوم السريع المضاد بالتفوق العددي .



النوع الاول : مدافع ضد هجومين ، شكل (28) .

اذا ما تعرض لاعب مدافع الهجوم من قبل مهاجمين فعليك اتباع ما يلي :

أ- كن قريبا من هدفك قدر المستطاع .

ب- دافع المهاجم القريب أكثر من البعيد .

ج- اذا كان المهاجم القاطع ضعيف في المهارات او التصويب ، فدافع المهاجم الآخر وهنا ممكن ان تحقق التصويب الفاشل وصعوبة المناولة الى الزميل الآخر .

د- حاول مدافعة كلا اللاعبين بأقصى جهد ومثابرة .

هـ- دافع التصويب القريب اكثر من البعيد لأن نسبة التصويب القريب أكثر نجاحا من نسبة التصويب البعيد

و- استخدام المناورات الدفاعية لغرض ارباك المنافس كتحرك القدمين ، تحرك اليدين ، التقدم قليلا للامام والخلف .



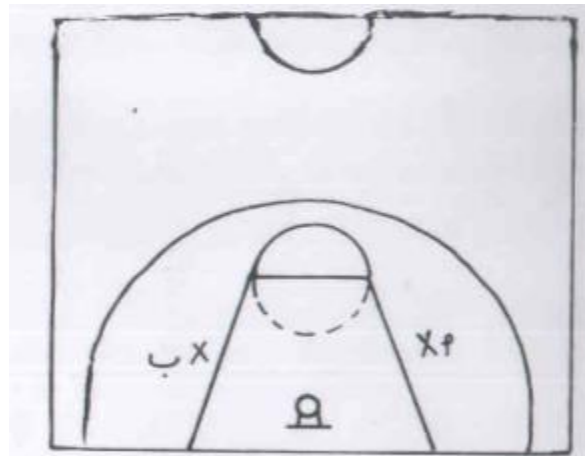
ز- تأكد من عدم محاولة قطع الكرة الا اذا كنت متأكد من ذلك 100 % لان مهمتك الاساسية تأخير الهجوم والحصول على التصويب الفاشل .

ح- في حالة التصويب اتخذ المكان المناسب بالسيطرة على الكرة المرتدة ونفذ الهجوم السريع المضاد .

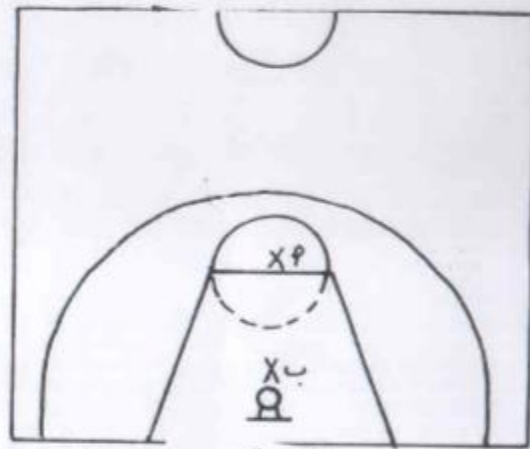
النوع الثاني : لاعبان مدافعان ضد ثلاثة مهاجمين .

هناك طريقتان لوقفة المدافعان اثناء تعرضهم للهجوم من قبل ثلاثة لاعبين .

الطريقة الاولى : يقف المدافعان على خط موازي على عرض منطقة الدفاع وفي منتصف المنطقة ، شكل رقم (29) .



شكل رقم ( ٢٩ )



شكل رقم ( ٣٠ )

الطريقة الثانية : يقف المدافعان احدهما امام الآخر ، الامامي يقف تقريبا امام خط الرمية الحرة والثاني يقف خلفه امام السلة بقليل ، شكل رقم (30) . ان هذه الطريقة هي الافضل والتي سيتم التطرق اليها ، لكون الطريقة الاولى مفتوحة من الامام مما تسهل عملية القطع من امام منطقة الدفاع او استخدام التصويب بالقفز القريب .

### تحرك اللاعبين يتم كالاتي كما في شكل رقم (31)

- 1- اذا كانت الكرة مع لاعب الهجوم الوسط فتكون وقفة المدافعين احدهما امام الاخر .
- 2- اذا تم مناولة الكرة الى الجانب الايمن فيتحرك المدافع الخلفي لمدافعتة ، اما المدافع الامامي فينسحب قليلا للخلف وباتجاه وسط منطقة الدفاع لغرض محاولة السيطرة على لاعبي الوسط والجانب الايسر .
- 3- عند مناولة الكرة الى الجانب الايسر ، يتحرك المدافع (أ) لمدافعتة ، اما المدافع (ب) فيتحرك قليلا للامام وباتجاه وسط منطقة الدفاع لمحاولة السيطرة على لاعبي الوسط والجانب الايمن .
- 4- بعد التصويب اتخاذ المكان المناسب للحصول على الكرات المرتدة وتنفيذ الهجوم السريع المضاد .

النوع الثالث : ثلاثة مدافعين ضد اربعة مهاجمين ، شكل رقم (32) .

اذا ما تعرض ثلاثة مدافعين لهجوم من قبل اربعة مهاجمين فعليهم اتباع ما يلي :

1- الوقوف على شكل مثلث حيث :

أ- يقف احد المدافعين على خط الرمية الحرة لمنع التصويب من هذه المنطقة .

ب- يقف المدافعان الاخران على عرض منطقة الدفاع وبالقرب من الهدف لمنع التصويب البعيد من جانبي الملعب والزوايا وكذلك القطع

2- محاولة التحرك بالتغطية والمساعدة لمنع فعالية اللاعب الرابع الذي يقوم بدور الحجز والدوران .

ان اللعب الهجومى سواء كان فردياً او جماعياً قد اكتشف وطور نال اهتمام المدربين منذ تاريخ نشوء اللعبة قبل غيره من النواحي الخاصة بأعداد الفريق على اعتبار لعبة كرة السلة هي من الالعاب التي يتقرر بها الفوز على ضوء نسبة الاهداف المسجلة في هدف المنافس ، لهذا تم التركيز على اللعب الهجومى من أجل محاولة تسجيل أكبر عدد ممكن من الاهداف في هدف المنافس لتحقيق الفوز .

ومع اهتمام مدربي كرة السلة والمعنيين بشؤون اللعبة بالتكتيك الفرقي للهجوم فقد اتخذ اللعب الهجومى شكله الحالي والذي قسم الى قسمين :

1- الهجوم السريع ، الذي على الفريق تنفيذه قبل اي نوع من أنواع الهجوم الاخرى وفي حالة عرقلة تنفيذه او فشله لأي سبب من الاسباب ، على الفريق اتباع ،

2- الهجوم المنظم ، وهو الهجوم الذي يعتمد في ادائه على لاعبي الفريق الخمسة والذي يختلف ويتنوع حسب الطرق الدفاعية المستخدمة من قبل الفريق المدافع سواء كانت طريقة دفاع المنطقة او دفاع رجل لرجل او الدفاع المختلط .

ان النقطة الجديرة بالاهتمام هي ان اللعب الهجومى لأي نوع من أنواعه لا يمكن تنفيذه بدون الاعتماد اساساً على مدى اجادة اللاعبين للمهارات الاساسية الهجومية ( مسك الكرة واستلامها ، المناولات ، الطبطبة ، الخداع ، التصويب ، والمتابعة ) والتي سبق شرحها في كتاب المهارات الفنية بكرة السلة وكتب اخرى بشكل مفصل وكذلك يعتمد على قدرة المدرب في الرسم الصحيح للخطط الهجومية لكي يتمكن اللاعبين من تنفيذها بالشكل الصحيح .

من هنا فان ، هذا الباب سيكون مكرس للتطرق للعب الهجومى بنوعيه السريع والمنظم بشكل مفصل للمساعدة على فهم ادائه بالشكل الذي يضمن للفريق الاداء الفعال للتكتيك الفرقي في الهجوم .

### الهجوم السريع :

المقصود بالهجوم السريع ، هو محاولة الوصول الى هدف المنافس بأقصى سرعة و بأقل وقت وبطريقة مضمونة من أجل اصابة هدف المنافس وذلك قبل ان يتمكن الفريق الدفاعى من اتخاذ الوضع الدفاعى الحيد او النظم .

في الوقت الذي يعتبر الهجوم السريع احد الطرق الهجومية المثيرة والجيدة في كرة السلة ، الا انه ايضا يعتبر احد الطرق الصعبة لغرض الاتقان والاداء . لهذا يتطلب على اي فريق التدريب على الهجوم السريع لغرض بناء واعداد الفريق القادر على تنفيذ الهجوم السريع بنجاح . بالاضافة ، على اللاعبين اتقان المناولات والتصويب ، فعليهم ايضا التدريب على مقاومة وتعلم كيفية تطبيق الهجوم السريع طبقاً لظروف اللعب المختلفة خلال الوحدات التدريبية .

ان الهجوم السريع يطبق سواء كان المنافس يلعب بطريقة دفاع المنطقة او دفاع رجل لرجل او الدفاع المختلط ، لهذا على لاعبي الهجوم محاولة تطبيق الهجوم السريع في اي وقت يسيطرون فيه على الكرة باعتبار الهجوم الاول الذي يجب ان ينفذوه وفي حالة المثل او التأخير عليهم الانتقال الى تنفيذ الهجوم المنظم . ان الهجوم السريع عموماً يعتمد على ظروف اللعب ، النتيجة ، وسرعة الفريق المنافس وكذلك على سرعة وقابلية الفريق

## عوامل نجاح الهجوم السريع :

### 1- الدفاع الجيد :

المقصود به ، الدفاع الجيد يساعد على اعاقه التصويب لدى الفريق المنافس ، واستنتاجاً لذلك تكون النتيجة نسبة ضئيلة من تحقيق الاهداف من قبل المهاجمين ونسبة ضئيلة من تحقيق الاهداف يعني فقدان الفريق المهاجم للكرة ، وبعد كل اضاءة كرة يعني اعطاء فرصة للدفاع لأداء الهجوم السريع المضاد .

### 2- سحب الكرات :

ان سحب الكرة من الهدف يعتبر عاملاً ص مهماً لتنفيذ الهجوم السريع طالما ان الفريق لم يستطيع تنفيذ الهجوم السريع بدون كرة . من هنا يمكن اعتباره العامل الاول لتنفيذ الهجوم السريع ويجب تدريب اللاعبين عليه بشكل يضمن اتقانهم لهذه المهارة وجعل اللاعب قادراً على سحب الكرة من الهدف والقدرة على الدوران وهو في الهواء لأعطاء المناولة ان امكن ، او سحب الكرة وحماتها والبدء بالمناولة او الطبطبة في لحظة مس قدميه للارض .

### 3- المناولة :

ان المناولة تعتمد على مبدئين اساسيين وهما الدقة في المناولة والوقت المناسب لقطع اللاعب المستلم لتنفيذ الهجوم السريع . ان لاعب السحب والمستلم يجب ان يكون بينهما الدقة والوقت المنسجم لتنفيذ عملية المناولة خارج نطاق تكديس اللاعبين في منطقة الدفاع . ان هذا يتم بقيام القاطع بتركيز نظره على الكرة خلال عملية تحركه باتجاه الجانب لغرض الاستلام وعلى لاعب السحب ان يقدر مكان المستلم بشكل جيد قبل المناولة وكذلك المنافس لكي يقرر اعطاءه المناولة ام ان المناولة محتمل ان تعاق . فاذا كان القاطع حراً من المراقبة فتتم المناولة مباشرة قدر الامكان ، وان كان في وضع اعاقه من قبل منافس ، فعلى لاعب السحب تركيز نظره باتجاه وسط الملعب او الجانب الآخر لاعطاء المناولة الى الزميل الآخر البعيد عن المراقبة ، ان المناولات المستخدمة والمفضلة للهجوم السريع هي :

المناولة الطويلة من الكتف ، المناولة الخطافية ، المناولة من فوق الرأس بكلتا اليدين .

4- ان الخطوة التالية ، على اللاعب المستلم بعد استلامه الكرة ان يركز نظره باتجاه وسط الملعب لمناولة الكرة الى اللاعب الموجود في منطقة الوسط وذلك لكون المستلم الاول عادة ما تتم مدافعته اولاً ويكون اللاعب المهاجم الآخر في وسط الملعب حراً من المراقبة تقريباً .

5- املاء خطوط الملعب :

عند تنفيذ الهجوم السريع يفضل ان يكون هناك ثلاثة لاعبين ، لاعب في الجانب الايمن ، لاعب آخر في الجانب الايسر ، واللاعب الثالث في الوسط والذي يتميز بالقدرة والسيطرة على الكرة وتنفيذ الهجوم السريع .

6- تنفيذ الهجوم السريع :

هناك عدة اختبارات لتنفيذ الهجوم السريع تعتمد على مكان وجود المدافعين واعاقتهم لأي من المهاجمين

أ- اذا كان اللاعب المهاجم في الوسط مع الكرة قادراً على تنفيذ الهجوم السريع والقطع باتجاه هدف المنافس بدون اعاقه يكون ذلك أفضل .

ب- اذا كان اللاعب في الوسط معاقاً يستطيع القيام بالمناولة للاعب الجانب الايسر الذي يقوم بالقطع لتنفيذ التصويبة السليمة او التصويب بالقفز القريب .

ج- اذا كان اللاعب في الوسط معاقاً يستطيع القيام بمناولة للاعب في الجانب الايمن الذي يقوم بالقطع لتنفيذ التصويبة السليمة او التصويب بالقفز القريب .

د- اذا كان الثلاثة مهاجمين غير قادرين على تنفيذ الهجوم السريع ، يستطيعون القيام بالمناولة للمهاجم الرابع الذي يتابعهم والذي يقوم بالقطع لتأدية التصويبة السليمة او التصويب بالقفز القريب .

7- السرعة : ان جميع العوامل السابقة تعتمد على السرعة اذا أريد للهجوم السريع ان يطبق بنجاح وذلك لسببين :

أ- ان الهجوم السريع يجب ان ينفذ خلال ثواني من وقت المباراة .

ب- ان الفريق المدافع يحاول جاهداً وبأقصى سرعة الرجوع الى وضع الدفاع الفرقي او المنظم لأجل اعاقه الهجوم السريع ، لهذا يجب ان يتضمن المنهاج التدريبي في مراحل اعداده الاولى على تطبيق تمارين الهجوم السريع وبأقصى سرعة من اجل اعطاء فكرة للمدرب لمعرفة اي من اللاعبين لديه

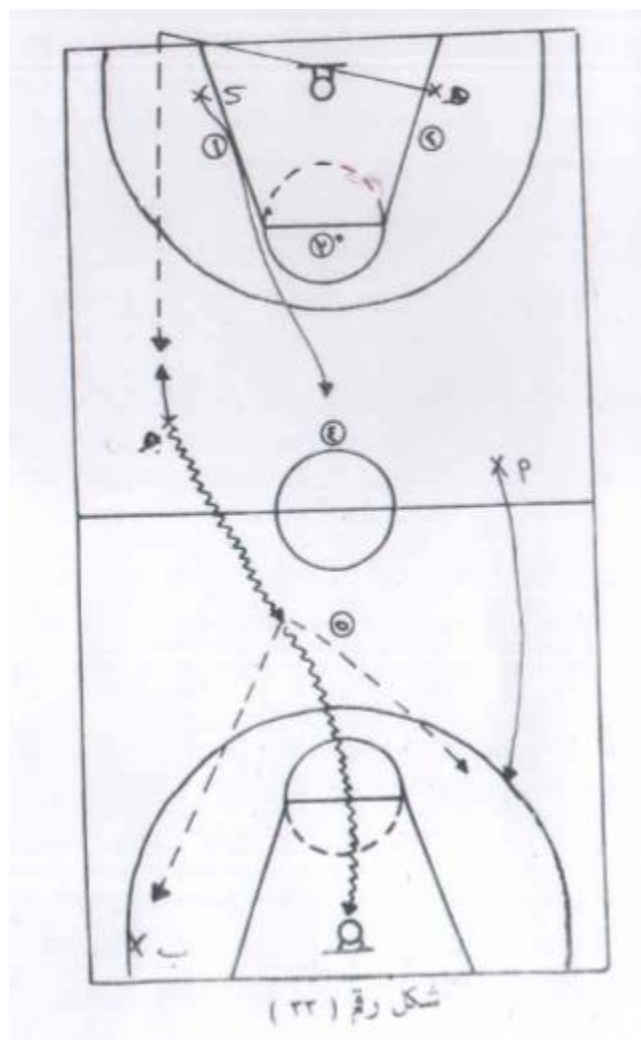
القابلية للركض بأقصى سرعة وفي نفس الوقت لديه القدرة على التحكم والسيطرة بالكرة والتصويب لأجل اعطائهم الافضلية في تنفيذ الهجوم السريع .

حالات تنفي الهجوم السريع :

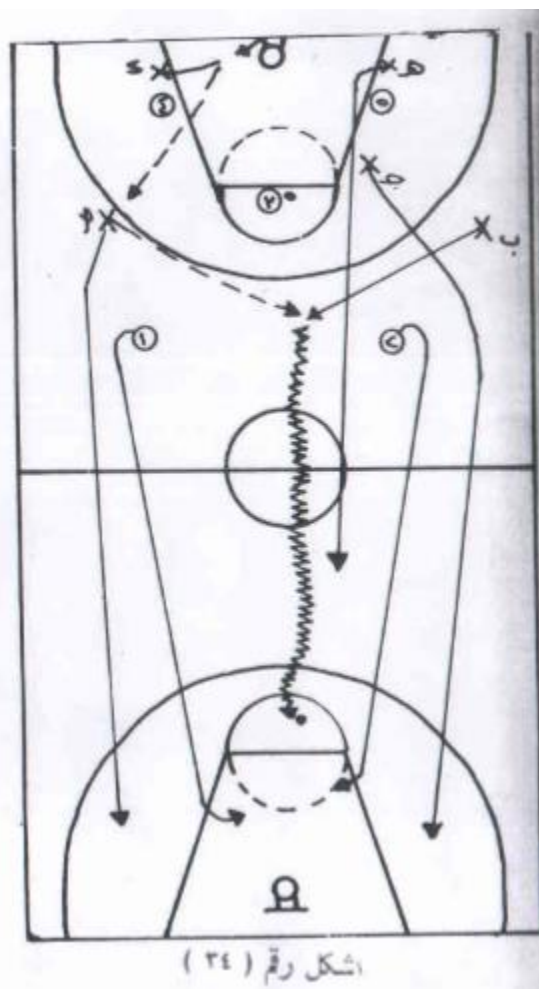
ممکن لاي فريق من تحقيق او الشرع في تنفيذ الهجوم السريع بعد حصوله على الكرة من الحالات التالية :

1- الرمية الحرة :

أ- بعد نجاح الرمية الحرة ، شكل رقم (33)

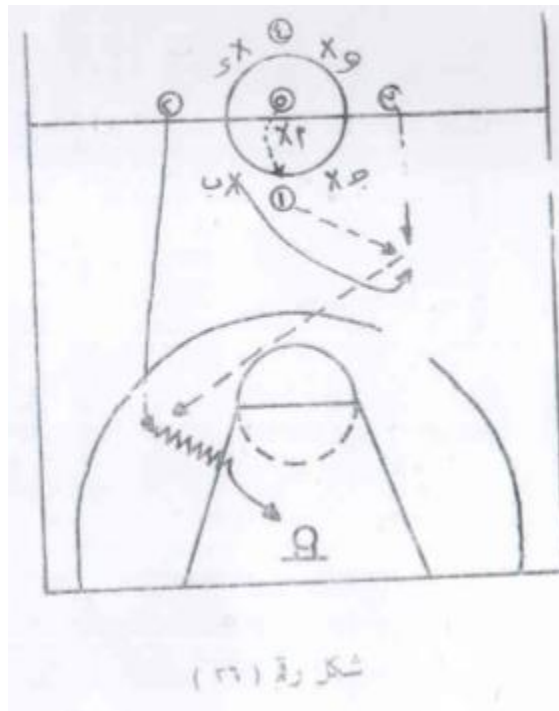
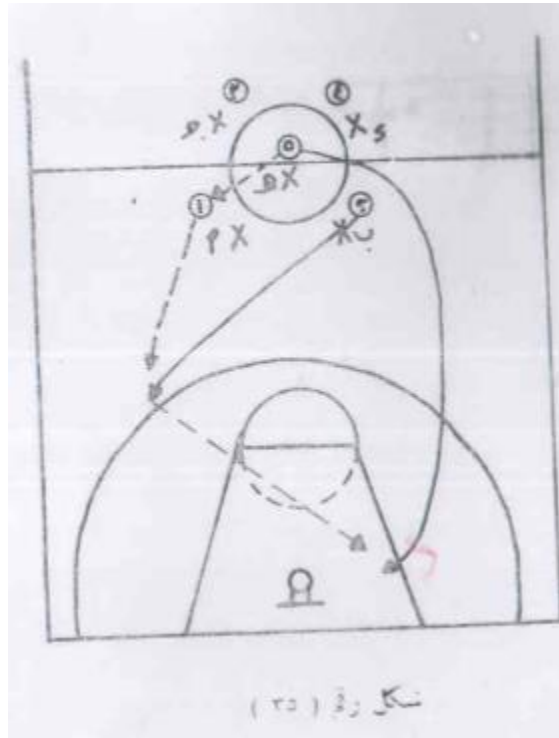


ب- بعد فشل الرمية الحرة ، شكل رقم (34)



- 1- فقدان الكرة اثناء اللعب .
- 2- التصويب الناجح او الفاشل نتيجة القطع ، التصويب البعيد ، والمتابعة .
- 3- خطف الكرة من المنافس سواء كان في حالة طبطبة أو ماسكاً للكرة .
- 4- قطع الكرة اثناء المناولات .

5- كرة القفز كما في شكل رقم (35) وشكل رقم (36)





## اسباب فشل الهجوم السريع :

هناك حالات كثيرة تؤدي الى فشل تنفيذ الهجوم السريع وهذا يعني ضياع الفريق لحوالي 50 % من هجومه واقتصاره على الهجوم المنظم فقط والذي تكون فيه نسبة اصابة هدف المنافس أقل مما هي في الهجوم السريع . من هذه الحالات :

- 1- بطء الحركة في تنفيذ الهجوم السريع .
  - 2- عدم تشكيل مثلث سحب الكرات المرتدة .
  - 3- عدم بذل الجهد لسحب الكرات المرتدة .
  - 4- عدم اشتراك لاعبي الاجنحة في الدفاع والهروب قبل السيطرة على الكرة من قبل فريقهم وهذا له سلبياته من حيث :
    - أ- التفوق العددي للمهاجمين ، خمسة مهاجمين ضد ثلاثة مدافعين .
    - ب- كثيراً ما ترتد الكرة بقوة مما تسقط في مناطقهم ، ونظراً لعدم وجودهم فتعطي فرصة اخرى للمهاجمين للسيطرة على الكرة مرة ثانية .
    - 5- البطء في ادخال الكرة الى الملعب .
    - 6- استخدام الطبطبة بدلاً من المناولة . هناك حالة واحدة على المهاجم بعد سيطرته على الكرة ان يستخدم الطبطبة بدلاً من المناولة هي في حالة حشد اللاعبين بالقرب من الهدف مما يسبب له صعوبة في المناولة ، فهنا يكون مضطراً للقيام بالطبطبة للجانب او وسط الملعب لغرض التخلص من حشد اللاعبين ثم القيام بالمناولة مباشرة بعد ذلك .
    - 7- عدم دقة المناولة وتناسبها مع سرعة واتجاه المستلم .
    - 8- خطأ المستلم وذلك لعدم النظر على الكرة لحين الاستلام .
    - 9- استخدام الطبطبة لفترة طويلة وها له سلبياته :
- أ- ان المستلم المفروض ان يركض بأقصى سرعة لأجل مواجهة احدى متطلبات الهجوم السريع ثم استلام الكرة والقيام بالقطع لتنفيذ التصويبة السلمية او التصويب بالقفز القريب . فاستمرار اللاعب بالطبطبة لفترة طويلة سيجعل المستلم اما ان يكون تحت الهدف مما يصعب عليه التصويب او عليه الابطاء في حركته وهنا سيفقد فائدة السرعة للتغلب على المدافع .

ب- استمرار اللاعب بالطبطة لفترة طويلة ، قبل المستلم ان يكون قريبا من المدافع وتسهل على المدافع من السيطرة عليه .

ج- المناولة اسرع من الطبطة من أجل اختزال الوقت والوصول الى هدف المنافس بأقصى سرعة .

### انواع الهجوم السريع :

هناك عدة انواع من الهجوم السريع وهذه الانواع تتحدد على ضوء وجود مدافع ام لا .

النوع الاول : الهجوم السريع بعدم وجود مدافع ويكون على نوعين :

أ- الهجوم السريع بمرحلة واحدة : ينفذ هذا النوع من الهجوم السريع بمناولة واحدة بين لاعبين اثنين (10) اي الكرة تنتقل من المناول الى المستلم ثم القطع باتجاه الهدف .

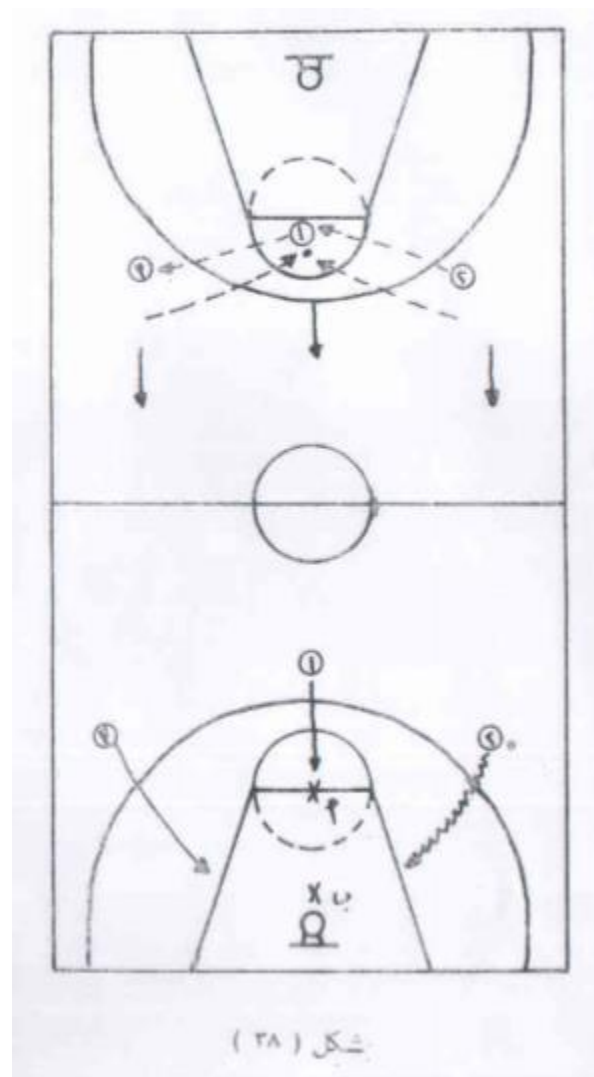
ب- الهجوم السريع بمرحلتين : ينفذ هذا النوع من الهجوم السريع بمناولتين بين ثلاثة لاعبين ، اي ان الكرة تنتقل من المناول الى المستلم الاول ثم المستلم الثاني ثم القطع باتجاه الهدف . ان المستلم الاول يناول الكرة الى المستلم الثاني في الحالات التالية :

- 1- اذا كان هناك منافس قريب منه مما يعيقه من تنفيذ الهجوم السريع .
- 2- اذا كان ضعيفا في بعض المهارات كالتبطة والقطع والتصويب .
- 3- اذا كان المستلم الثاني اقرب منه الى هدف المنافس وجيدا في تنفيذ الهجوم السريع .

النوع الثاني : الهجوم السريع بوجود مدافع : هذا النوع من الهجوم السريع يعتمد على مبدأ التفوق العددي وينقسم الى :

أ- لاعبي هجوم ضد مدافع واحد : في هذا النوع من الهجوم السريع على لاعبي الهجوم احتلال مركزين الجانب الايمن واليسر والقيام بالمناولات لحين الوصول تقريبا الى منتصف الساحة الامامية وذلك لكون المناولة اسرع من الطبطة وتساعد ايضا على تشتيت تركيز المدافع . بعد وصولهم الى منتصف الساحة الامامية عليهم قطع المناولات في المنطقة التي يشعرون بأن المناولة قد تقطع من قبل المنافس ، على اللاعب المهاجم الذي معه الكرة عليه القيام بالقطع والتصويب لكونه مسؤولا مسؤولية مباشرة عن التصويب ، وعليه عدم المناولة الى زميله اثناء القطع الا بعد التحام المدافع معه 100 % اما زميل المهاجم الثاني فيجب ان يكون قريبا من الخط الجانبي لمنطقة الدفاع وفي زاوية تسهل عليه استلام الكرة من زميله القاطع ، ومن ناحية اخرى تصعب على المدافع مدافعة كلا المهاجمين لبعد المسافة بينهما . ان اي تقدم داخل منطقة الدفاع تسهل على المدافع مدافعة كلا





ج- الهجوم بأربعة مهاجمين ضد ثلاثة مدافعين : في هذا النوع من الهجوم السريع يحتل ثلاثة لاعبين ثلاثة مراكز الوسط ، الجانب الايمن ، الجانب الايسر ، اما اللاعب الرابع فعليه الركض بأسرع ما يمكن للوقوف بالقرب من احد المدافعين ليشكل التفوق العددي في تلك الجهة فقط على المهاجمين الثلاثة التحرك بالمناولات لحين الوصول الى منتصف الساحة الامامية ثم البدء بالهجوم من قبل اللاعب الذي معه الكرة في جهة اللاعب الرابع لحصول التفوق العددي في تلك الجهة فقط ، كما ذكرنا سابقاً في تنفيذ الهجوم السريع من جهة عكس جهة اللاعب الرابع يكون صعباً وذلك لعدم وجود التفوق العددي - شكل رقم (39)



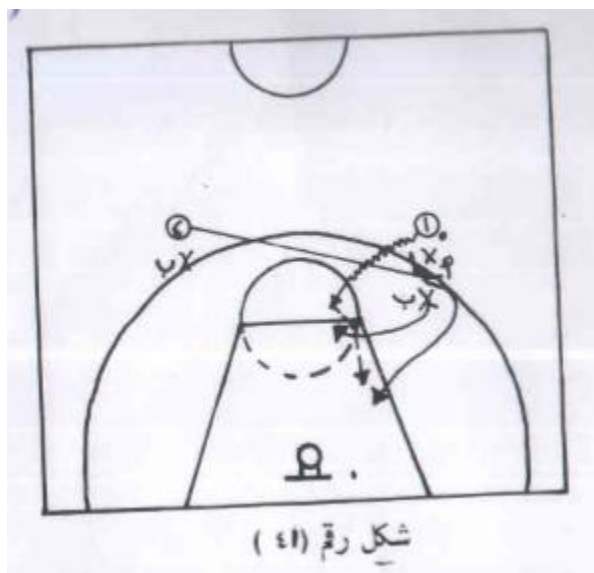
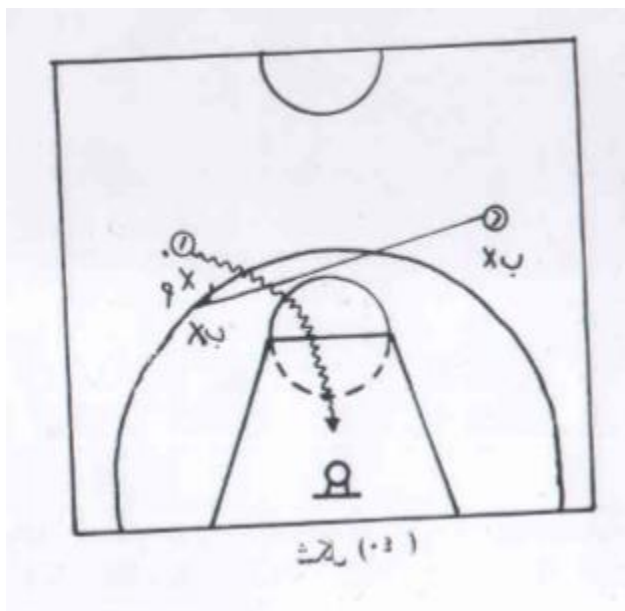
النوع الثالث: الهجوم السريع بتساوي عدد المهاجمين مع المدافعين .

ان هذا النوع من الهجوم السريع يعتمد على مبدأ الحجز والدوران Screen and Roll

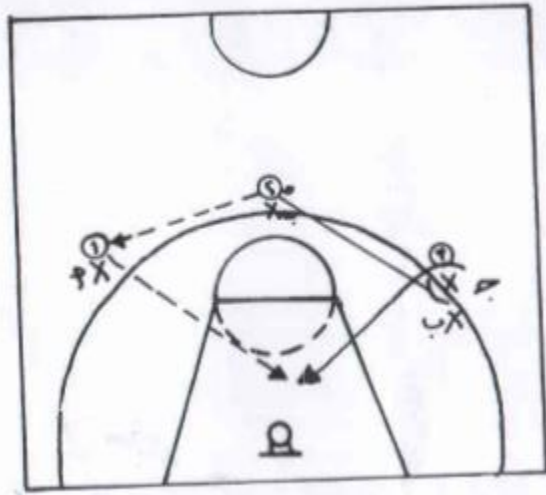
ان القصد من هذا النوع هو لأعطاء فرصة للاعب المسيطر على الكرة من التخلص من مراقبة المنافس والقطع باتجاه الهدف لغرض التصويب او اعطاء الفرصة للزميل الاخر للتخلص من مراقبة المنافس لاستلام الكرة والقطع باتجاه الهدف لغرض التصويب انه يستخدم بطريقتين :

أ- لاعبي هجوم ضد لاعبي دفاع : الحجز للاعب مع الكرة ، قيام اللاعب بالقطع باتجاه الهدف بالطبقة في حالة قيام المدافعين بتبادل المراكز ، على الحاجز القيام بعملية الدوران تاركاً المدافع

خلفه لغرض استلام الكرة من زميله والقطع باتجاه الهدف كما في شكل رقم (40)، اما اذا لم يستخدم المدافعون عملية المراكز فعلى القاطع الاستمرار بالقطع والتصويب ، كما في شكل رقم (41)



ب- ثلاثة لاعبي هجوم ضد ثلاثة لاعبي دفاع : في هذا النوع اما ان يتم الحجز للاعب مع الكرة ويطبق كما في حالة لاعبي هجوم ضد لاعبي دفاع ، او ان يتم الحجز للاعب بدون كرة وعلى اللاعب الذي تم له الحجز ان يقوم بالخداع والقطع من جهة الحجز لاستلام الكرة من زميله المناول والقطع باتجاه الهدف لغرض التصويب ، شكل رقم (42)



شكل رقم ( ٤٢ )

## الهجوم الفرقي :

المقصود بالهجوم الفرقي لأي نوع من انواعه الثلاثة ، هو ذلك الهجوم الذي يرسم ويشكل وفق خطة مدروسة منظمة لأجل ان يكون فعالاً ومؤثراً ضد أي طريقة دفاعية يلجأ اليها المنافس سواء كانت طريقة دفاع عن المنظمة او دفاع رجل لرجل او الدفاع المختلط للحصول على الفرصة المناسبة للتصويب وتسجيل الاصابة .

مع العلم ان اختيار الطرق الهجومية تعتمد على مهمة المدرب في التخطيط ، الاختيار ، وترسيخ الطريقة الهجومية الي تستخدم من قبل جميع أعضاء الفريق ، الا ان اعتبار تلك الطرق الهجومية او احدهما الافضل للفريق قد يتأثر بعدة عوامل . من هذه العوامل هي مهارة وقابلية اعضاء الفريق المهاجم مقدرة الفريق المنافس ، ظروف المباراة ، ظروف التدريب واخيراً تجربة وخبرة المدرب . ان هذه العوامل على الرغم من انها قد تختلف لدى كل لاعب الا انها يجب ان تعطى الاعتبار والاهتمام اللازم حول اي قرار بخصوص طرق الهجوم الفرقي التي سوف تستخدم خلال موسم السباقات . ان تنفيذ الهجوم الفرقي او الهجوم المنظم يعتمد على :

1- التميز - كل لاعب من لاعبي الهجوم ان تكون له القدرة على تمييز فعالية وعمل الدفاع ، وما هي المناطق القوية في الدفاع وما هي المناطق الضعيفة .

2- رد الفعل - بعد التميز ، على المهاجمين الاستجابة لاستغلال أية فرصة مناسبة يسمح بها المدافعون . مع المعروف اثناء عمل المدافعين للدفاع ضد اية طريقة هجومية فانهم سيرتكبون بعض الاخطاء ، لهذا فعلى المهاجمين تمييز تلك الاخطاء والاستجابة لها لاستغلالها كفرص لاصابة هدف المنافس .

3- التوقيت - على كل لاعب من لاعبي الهجوم ان يعرف خلال لحظة اين بقية زملائه في الملعب ، هل هم في الاماكن التي يجب ان يكونوا فيها ، وماذا عليهم ان يعملوا . على لاعبي الهجوم ايضا معرفة اين هم المدافعون . ان استراتيجية الفريق المهاجم هي محاولة التغلب على المنافس في مناطق مختلفة من الملعب للحصول على امكانية التصويب الجيد . لأجل نجاح المهاجمين في ذلك ، عليهم معرفة حركة كل مدافع وزملاءه ايضا . ان هذا يسمى مفتاح الهجوم الذي يساعد المهاجمين على الاستجابة الصحيحة . فاذا تمكن المهاجمون من تمييز مفتاح الهجوم والاستجابة له فورا ستكون لهم المقدرة على النفاذ من بين صفوف المدافعين وتسجيل الاهداف .

في كرة السلة هناك ثلاثة انواع من الهجوم الفرقي او المنظم وسيتم التطرق لكل نوع من هذه الانواع الثلاثة بالتفصيل :

1- الهجوم ضد دفاع المنطقة .

2- الهجوم ضد دفاع رجل لرجل .

3- الهجوم ضد الدفاع المختلط .

الهجوم ضد دفاع المنطقة :

كما عرفنا في الباب الاول ، الفصل الثاني ، ان اعضاء الفريق المدافع في دفاع المنطقة كل لاعب مسؤول في الدفاع عن منطقة من مناطق الدفاع ويكونون قريبين من هدفهم . لهذا على الفريق المهاجم اثناء الهجوم ضد دفاع المنطقة استغلال الفرص ونقاط الضعف لدى الفريق المدافع لغرض النجاح في التصويب من الخارج وامكانية اختراق صفوف المدافعين والقطع باتجاه الهدف . ان هذا النوع من الهجوم يعتمد اذن على كيفية نجاح المهاجمين في التحرك واتخاذ الوضع الهجومي الجيد خارج منطقة الدفاع وايضا يعتمد اساسا على مبدأ زيادة عدد المهاجمين على عدد المدافعين في منطقة من مناطق الدفاع لغرض النجاح في ارباك صفوف المدافعين والنجاح في تسجيل الاهداف . من هنا فهناك طريقتان للهجوم ضد دفاع المنطقة .

الطريقة الاولى : الهجوم بدون لاعب وسط او ارتكاز .

في هذا النوع من الهجوم ضد دفاع المنطقة يكون اعضاء الفريق المهاجم الخمسة منتشرين جميعهم خارج منطقة الدفاع او في منطقة الهجوم على شكل شبه دائرة يستخدم الفريق هه الطريقة الهجومية للأسباب التالية :

1- اذا كان لديه خمسة لاعبين سريعى الحركة .

2- اذا كان لاعبه يجيدون المناورات الهجومية والمهارات الهجومية الفردية كالخداع والطبطة والمناولات .... الخ .



3- لديه عدد من اللاعبين يجيدون التصويب من خارج منطقة الدفاع ويجيدون القطع من ثغرات الدفاع .

4- عدم وجود لاعب او لاعبين يتصفون بصفات لاعب الارتكاز من حيث طول القامة والقوة الجسمية والقدرة على الخداع داخل منطقة الدفاع والقدرة على التصويب القريب والقدرة على ارباك صفوف الدفاع .

ان هذا النوع من الهجوم ضد دفاع المنطقة يستخدم بالاعتماد اساسا على خلق الفرص المناسبة للاعبين الذين هم متميزون بالتصويب الناجح لاجل ان يكونوا بعيدين من المراقبة للقيام بشكل رئيسي بعملية التصويب . انه من الخطأ على الفريق عن استخدام هذا النوع من الهجوم والقيام بالحركات الهجومية الفعالة ثم ينهي هجومه بالتصويب من قبل لاعب او لاعبين غير جيدين بالتصويب . بل الاصح طالما ان الفريق في هذا النوع من الهجوم يعتمد اساسا على التصويب من الخارج ، فيجب ان يكون اللاعبون الجيدون بالتصويب النصب الاكبر لغرض تنفيذ التصويب . وهناك عدة طرق لذلك .

1- ان استخدام الحجز غير مقصورا على طريقة الهجوم ضد دفاع رجل لرجل ، بل يمكن استخدامه بشكل فعال ومؤثر في الهجوم ضد دفاع المنطقة وخصوصا الحجز الامامي ، حيث يمكن استخدامه بحجز المدافع في المنطقة التي يتواجد فيها زميل الحاجز والذي يجيد التصويب من تلك المنطقة بعد حجز مدافعه وابعاده عن المراقبة .

2- كثرة استخدام التصويب الناجح من الخارج سيكسب الفريق المهاجم فائدتين :

اولا- في حالة بقاء مدافعين في مناطقهم يعني استمرار الفريق بالتصويب الناجح من الخارج بدون اعاقه .

ثانيا- انسحاب المدافعين خارج مناطقهم الدفاعية ، سيمكن الفريق المهاجم من اسغلال الفجوات والثغرات المستحدثة في اختراق صفوف المدافعين والقطع باتجاه الهدف .

3- من الطرق المهمة للهجوم ضد دفاع المنطقة بدون لاعب وسط او ارتكاز هو التزام لاعبي الهجوم الخمسة جميعهم بالتحرك بصورة مستمرة ثم النفاذ من المناطق الضعيفة في الدفاع لغرض التصويب مباشرة او استلام الكرة ثم التصويب . ان هذا النوع من الهجوم يجب ان يتم في المناطق الدفاعية التي تسمح بالتعرض لمثل هذا الهجوم .

4- استخدام المناولات السريعة والقوية مع بقاء المهاجمين في اماكنهم . من المعروف ان المدافعين في دفاع المنطقة جهدهم يكون منصبا على مراقبة الكرة قبل كل شيء . لهذا فان متابعة وتحرك المدافعين لمراقبة الكرة اثناء المناولات السريعة والقوية ستساعد على ارباك صفوف المدافعين فيمكن استغلالها للتصويب من الخارج او القطع .

5- تركيز المناولات الى جهة معينة بالشكل الذي يولد قناعة لدى المدافعين بان الهجوم مركز من هذه الجهة مما يخدمهم بالتركيز في الدفاع على تلك الجهة ، ثم قيام المهاجمين بعد ذلك بشكل مفاجيء وسريع من نقل الكرة الى الجهة الاخرى والتي يتواجد فيها احد لاعبي الهجوم الذي يجيد التصويب ، مما يمكنه من التصويب بدون اعاقه وذلك لصعوبة انتقال لاعبي الدفاع بنفس سرعة انتقال الكرة .  
الطريقة الثانية :

في هذا النوع من الهجوم ضد دفاع المنطقة ، هو وجود اربعة لاعبين خارج منطقة الدفاع ولاعب داخل منطقة الدفاع ( يسمى الهجوم بلاعب وسط او ارتكاز ) او وجود ثلاثة مهاجمين خارج منطقة الدفاع والذين يكونون على شكل مثلث ( لاعب متأخر ولاعب في كل جانب من منطقة الدفاع ) ولاعبان داخل منطقة الدفاع ( يسمى الهجوم بلاعب ارتكاز ) .

ان هذا النوع من الهجوم يعتبر من أكثر الانواع الشائعة والسائدة في الهجوم ضد دفاع المنطقة في وقتنا الحاضر وذلك بالاضافة الى امتلاك الفريق الى الصفات الجيدة للاعبين الذين يلعبون خارج منطقة الدفاع ، فهو ايضا يمتلك لاعبي الارتكاز الذين يتصفون بالصفات التالية والتي تعزز من مقدرة الفريق الهجومية .

1- طول القامة .

2- القوة الجسمية .

3- القدرة على حجز المدافعين داخل منطقة الدفاع .

4- القدرة على المناولة لزملائه .

5- القدرة على التصويب من داخل منطقة الدفاع بالرغم من وجود المدافعين .

6- القدرة على المدافعة .

7- القدرة على ارباك صفوف المدافعين من خلال التحرك السليم داخل منطقة الدفاع .

ان تحركات لاعب الارتكاز لاجل ان تكون ناجحة فانها تعتمد على عدة عوامل منها :

موقع المنافس ، المقدرة المهارية والجسمية للاعب الارتكاز ، النتيجة ، ووقت المباراة . (12)

قبل التطرق الى انواع الهجوم بالارتكاز ضد دفاع المنطقة ، هناك اسس مهمة على لاعب الارتكاز ادراكها واتقانها لغرض النجاح في مهمته :

1- على لاعب الارتكاز ان يحدد موقع استلام الكرة باشارة من يديه لكي يتمكن المناول من معرفة اتجاه الكرة اين يجب ان يكون عند المناولة .

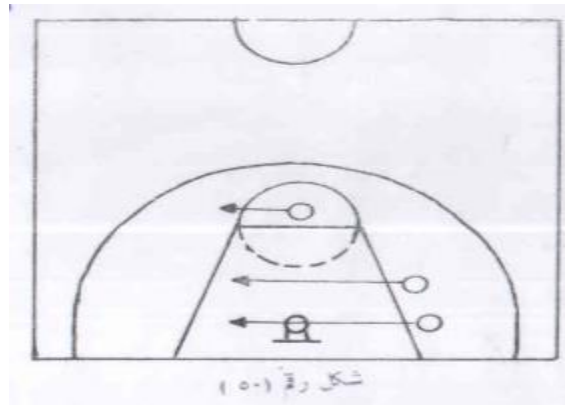
- 2- المناولة يجب ان يتم استلامها من مستوى الصدر فما فوق من قبل لاعب الارتكاز وذلك لقرب المدافعين منه . المناولة باليدين من فوق الرأس تعتبر من المناولات المفضلة للاعب الارتكاز وذلك لامكانية استلامها اعلى وابعد من الدفاع .
- 3- عند استلام الكرة يجب حمايتها بالجسم مباشرة .
- 4- يجب تحريك الكرة من جانب الى آخر بواسطة دوران الرسخ . هذه الحركة تساعد على توفير حماية اضافية للكرة ضد تحركات المدافعين .
- 5- على لاعب الارتكاز العميق ان تكون لديه المقدرة على التصويب بكلتا اليدين ومن كلا الجانبين وان يجيد التصويب الخطا في والتصويب بالقفز والتصويب بالقفز بعد الدوران على لاعب الوسط الامامي ايضا اجادة هذه الانواع الرئيسية من التصويب .
- 6- على لاعب الارتكاز الامامي ان يتخذ المكان الصحيح في الملعب او في منطقة الدفاع والتي تكون عادة بالقرب من منطقة الرمية الحرة وذلك لاجل ان يكون قريب من الهدف ولديه المجال للتحرك للجانب لكي ينفذ التصويب الناجح . ايضا عليه ان يعزز مكانة ويكون على خط مستقيم تقريبا بين الكرة ، نفسه ، والهدف . هذه الوضعية تعيق المدافع من اتخاذ الموقف الدفاعي الجيد ضده .
- 7- على لاعب الارتكاز التحرك بسرعة للمنطقة التي يرغب استلام الكرة فيها لغرض التخلص من مراقبة الدفاع . الصبر أهم عامل على لاعب الارتكاز ان يدركه عندما يريد استلام الكرة في المناطق الفعالة لغرض التصويب والمناولة .
- 8- يجب ان تكون لديه القدرة على التحرك ومعرفة المناطق التي يجب ان يتحرك فيها في منطقة دفاع المنافس مع الاخذ بالاعتبار موقع الهدف وساحة اللعب .
- 9- ممكن للاعب الارتكاز استخدام اشارات معينة في المناطق التي يريدون استلام الكرة فيها .
- 10- يجب اخفاء الكرة عن المدافعين في كل الاوقات . هذا يتم بوضع الجسم بين الكرة واللاعب المدافع .
- 11- الخداع الذي يستخدمه لاعب الارتكاز للتخلص من مراقبة المنافس لغرض استلام الكرة والتصويب غالباً ما يعتمد على المسافة من الهدف ، ارتفاع مستوى الكرة عند الاستلام واتجاه حركته المقررة
- 12- عند اداء اي نوع من التصويب على لاعب الارتكاز ان يحفظ يديه على الكرة اطول مدة ممكنة بالاضافة لذلك ، التصويب يجب ان يتم بشكل يساعد لاعب الارتكاز على منع الكرة من حالة فشلها التصويب .

انواع الهجوم بالارتكاز :

هناك نوعان من الهجوم بالارتكاز :

النوع الاول : الهجوم بلاعب ارتكاز .

في هذا النوع من الهجوم ، الفريق يهاجم بلاعب ارتكاز واحد واربعة لاعبين خارج منطقة الدفاع الذين يحتلون لاعبان للخلف ولاعب في كل جانب من منطقة الدفاع . ان لاعب الارتكاز في هذا النوع من الهجوم يحتل ثلاث مراكز ويسمى لاعب الارتكاز باسماء المواقع التي يكون فيها ، كما في الشكل رقم (50) .



1- لاعب الارتكاز العميق :

يقف هذا اللاعب على خط منطقة الدفاع وبالقرب من السلة ان هذا اللاعب يمتاز بالطول والقدرة على التصويب الجيد ، ولكنه يكون اقل قدرة في اعطاء المناولة لزملائه اثناء القطع باتجاه مما هو بالنسبة للمركزين الاخرين للاعب الوسط او الارتكاز .

2- لاعب الارتكاز الوسط -

يحتل هذا اللاعب المنطقة التي تقع بين خط الرمية الحرة والهدف على اي جانب من جوانب منطقة الدفاع . يعتبر هذا النوع من الارتكاز من الانواع الشائعة والسائدة في الوقت الحاضر ، من هذا الموقع يستطيع لاعب الارتكاز هذا ان يهدد هدف المنافس لوقوعه ضمن مقدرته على التصويب . كما انه ايضا يستطيع ان يقوم بدور الممون لزملائه اثناء القطع باتجاههم واستلامهم الكرة منه . بما ان لاعب الارتكاز هذا غالبا ما يكون ظهره مواجه للهدف ، فانه يستطيع القيام بالدوران ومواجهة الهدف بعد استلام الكرة ثم القيام بالتصويب كما انه يستطيع ان يلعب وظهره مواجه للهدف باستخدام الارتكاز واداء التصويب الخطافي .

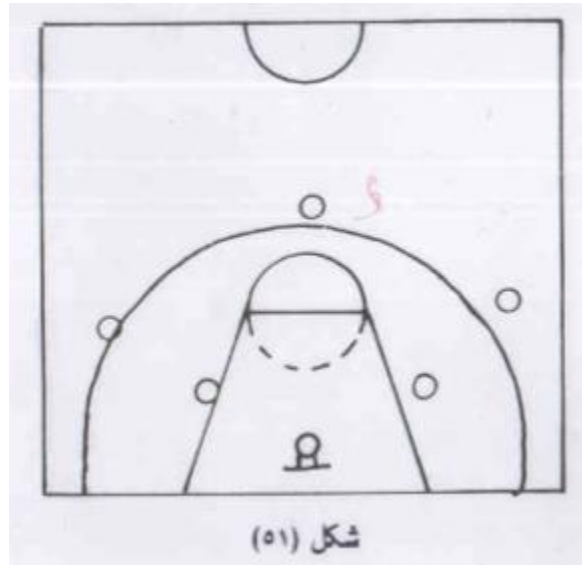
### 3- لاعب الارتكاز الامامي :

يحتل هذا اللاعب المنطقة القريبة من خط الرمية الحرة وظهره يكون مواجهاً للهدف . ان واجب هذا اللاعب هو اداء الحجز لزملائه ويكون الممون لهم بالمناولات اثناء القطع اكثر من واجب التصويب ، وفي حالة ادائه التصويب وبما ان ظهره مواجه للهدف ولبعده عن الهدف تقريبا ، فاما ان يدير ظهره ويواجه الهدف واداء التصويب او المحاولة للقطع من حول مدافعه باتجاه الهدف لكي يستخدم التصويب بالقفز القريب او التصويب الخطافي او التصويبة السلمية في هذا النوع من الارتكاز يعتمد الفريق المهاجم في استخدامه على القطع الفردي او الزوجي اكثر من النوعين الاخرين .

### النوع الثاني : الهجوم لاعبي ارتكاز

ان الفريق عادة يستخدم هذا النوع من الهجوم ضد دفاع المنطقة عند توفر لاعبين يتصفان بصفات لاعب الارتكاز ولغرض احداث التفوق العددي . ان المراكز التي يحتلها لاعبا الارتكاز هي :

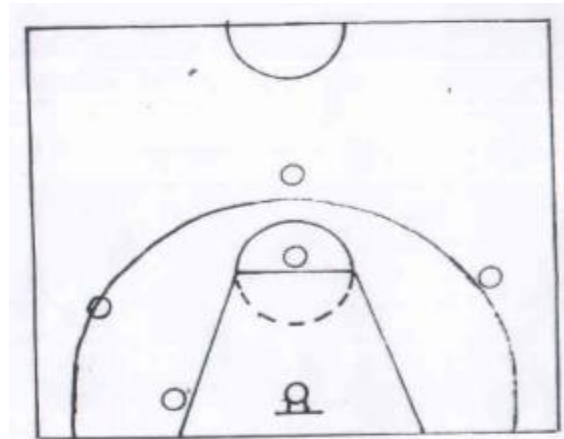
1- اما احتلال المنطقة العميقة من جانبي خطوط منطقة الدفاع وبالقرب من الهدف او في جانبي وسط خطوط منطقة الدفاع وهي الطريقة السائدة الآن ، شكل رقم (51)



اما بقية اللاعبين الثلاثة فأحدهم يكون لاعب متأخر والاخران يحتلان جوانب منطقة الدفاع . ان مهمة لاعبي الارتكاز هو القطع بعد اداء الارتكاز وايضا اداء التصويب بالقفز من الدوران والتصويب الخطافي والقطع والتصويب السلمي كذلك تسهيل مهمة زملائهم الثلاثة بالقطع باتجاه هدف المنافس نتيجة تحركهم وسحب المدافعين للخارج مما يساعد على فتح منطقة وسط الدفاع ، او اداء الحجز لزملائهم لتسهيل مهمة القطع لهم . اما واجب اللاعب المتأخر هو القدرة بالسيطرة على الكرة على

اعتبار انه المسؤول في تحريك الكرة وتنسيق حركات المهاجمين وعليه المساهمة ايضا مع زملائه في جانبي الملعب باداء الحركات المتقاطعة للمناورة لغرض اداء القطع المزدوج باتجاه احد لاعبا الارتكاز وكذلك لديه القدرة في التصويب البعيد من الامام . اما لاعبا الزوايا فواجباتهم هي المقدرة على التصويب البعيد من الجوانب نتيجة سحب لاعبا الارتكاز المدافعين للداخل والسرعة للقطع باتجاه هدف المنافس متى ما سمحت ظروف اللعب لذلك .

النوع الثاني من وقفة لاعبي الارتكاز - هو وقوف احدهم على خط الرمية الحرة ويمثل لاعب الوسط الامامي ، والآخر في المنطقة العميقة من خط منطقة الدفاع وبالقرب من الهدف ويمثل الوسط العميق ، شكل رقم (52)



شكل (٥٢)

اما بقية اللاعبين الثلاثة فتكون وقفتهم ايضا لاعبا متأخر والاخران كل واحد منهم على جانب من منطقة الدفاع ، وبهذا يشكل الفريق اثناء الهجوم طريقة 1-3-1 في هذه الطريقة اللاعب الطويل يفضل ان يوضع في العمق وان تكون له القدرة على التصويب افضل من لاعب الوسط الامامي الذي يمتاز بالقدرة على الحركة والحجز لزملائه وتموين الكرات لزملائه ولكن مع هذا يجب ان تكون للاعب الوسط الامامي القدرة على اداء التصويب بالقفز بعد الدوران اما لاعب الوسط العميق فبالرغم من ان لديه القدرة على اللعب والتصويب وظهره مواجهاً للهدف ، فيجب ان تكون لديه الامكانية ايضا على الانسحاب للزوايا والتصويب الناجح . على العموم ان لاعبي الارتكاز يجب ان يغيروا مراكزهم بتأني من فترة الى اخرى لغرض ارباك المدافعين . اما واجبات اللاعبين الثلاثة الاخرين فهي كما في النوع الاول من الهجوم بلاعبي ارتكاز .

الهجوم ضد دفاع رجل لرجل :

كما عرفنا في طريقة دفاع رجل لرجل هناك ملازمة فردية لكل لاعبي الهجوم . بعبارة اخرى كل مهاجم هناك مدافع مسؤول عنه ويتحرك معه الى اي اتجاه . لهذا فان الهجوم ضد دفاع رجل لرجل يجب ان

يكون منصبا لايجاد الوسائل والطرق التي تساعد لاعب او اكثر من لاعبي الهجوم لأن يتخلص من مراقبة منافسه للحظة قصيرة لأجل ان يستغلها في اداء التصويب بحرية . هناك عدة طرق للهجوم ضد دفاع رجل لرجل :

### 1- استغلال خطأ الدفاع :

من الواضح ان كل مايقوم به الفريق المهاجم اثناء الهجوم ضد دفاع رجل لرجل من خطط ووسائل هو لأجل تخلص احد لاعبي الهجوم من مراقبة منافسه لأجل القيام بالتصويب بحرية مباشرة او بعد استلام الكرة ، فهنا على المهاجم ان لايبقى اسيرا لمنافسه ويبقى منتظرا فقط تطبيق الخطط الجماعية للفريق ، بل في كثير من الحالات يتمكن المهاجم من التخلص من مراقبة منافسه والتصويب بحرية من دون الالتزام بخطط الفريق الهجومية . لاجل النجاح في ذلك ، على المهاجم دائما ان ينظر ويراقب منافسه ويستطلع كل حركة من حركاته وذلك لكون المدافع احيانا يقع في اخطاء دون ان يشعر بها ، فمتى ما كان المهاجم مراقبا لمنافسه فانه سيستطيع اكتشاف تلك الاخطاء واستغلالها بالتخلص من مراقبة الدفاع واداء التصويب . من هذه الاخطاء على سبيل المثال : كأن يكون المدافع غير واقف بين المهاجم مع الكرة والهدف الذي يدافع عنه او كأن يكون المدافع مراقبا ومركزا نظره على الكرة 100 % دون النظر على المهاجم او قد يكون المدافع من النوع الذي يسهل خداعه والتخلص من مراقبته ..... الخ

2- استخدام مهارات المهاجم الفردية : على اللاعب المهاجم ايضا ان يستثمر مميزات الفردية الهجومية ويطبقتها ضد منافسه اثناء الملازمة الفردية لأجل التخلص من منافسه قبل اللجوء الى خطط الفريق الجماعية ، فاللاعب المهاجم يستطيع استخدام مناورة تغير السرعة اثناء تحركه ، كالتغير من السرعة العالية الى البطيئة او من السرعة العالية الى التوقف . لأجل ان ينجح المهاجم في استخدام هذه المناورة للتخلص من مراقبة منافسه ، فيجب ان يتصف استخدامها بالتكرار والمفاجئة وان يكون التغير في السرعة ملموسا . فمتى ما كان المدافع تحركه غير جيد ورد فعله بطيء فبالتأكيد سينجح المهاجم من التخلص من مراقبة منافسه .

ممكن على المهاجم استخدام الخداع ، كالخداع بتحريك القدم الى جهة معينة لخداع المنافس بأنه سيتحرك من تلك الجهة ثم التغير فجأة الى الجهة المعاكسة . او الخداع بالنظر وذلك بتركيز النظر للاعلى او الجانب او الاسفل على اعتبار الاستعداد لاستلام الكرة من تلك الجهة فمتى ما قام المدافع بتغير نظره طبقا لنظر المهاجم على اساس محاولة قطع الكرة سيتمكن المهاجم من استغلال هذه الحالة والقيام بالحركة السريعة للتخلص من مراقبة منافسه . يستطيع المهاجم ان يخدع بالوقوف باسترخاء وعدم مبالاة لخداع منافسه بانه غير مشترك في خطة الفريق الهجومية ثم يقوم بعد ذلك بالاندفاع المفاجيء متجاوزا منافسه .

يستطيع المهاجم استخدام الطبطبة كوسائل خداعية للتخلص من مراقبة منافسه ، كالتبطبة بتغير السرعة ، الطبطبة بتغير الاتجاه ، الطبطبة بالدوران ، الطبطبة من خلف الظهر ، الطبطبة بين الساقين ، الطبطبة للامام والخلف ، الطبطبة بالدوران المعكوسة . يتمكن المهاجم ايضا باستخدام الخداع بتغير الاتجاه وذلك بالتحرك باتجاهات مختلفة وتحرك المدافع معه . فمتى ما كانت حركة المدافع ورد فعله بطيء يستطيع المهاجم استغلال هذا الضعف للتخلص من مراقبة منافسه . او احيانا يسبب الخداع بتغير الاتجاه الى تقاطع ساقى المدافع مما يسبب له الاعثار او السقوط مما يسهل على المهاجم التخلص من مراقبة منافسه .

### 3- الحياكة Weave

ان الحياكة تعتبر احدى العاب الفريق الهجومية الجماعية لغرض التخلص من مراقبة المنافس من قبل احد المهاجمين واداء التصويب بحرية .

ان اللاعبين الذين يشتركون باداء هذا النوع من الهجوم ضد دفاع رجل لرجل يجب ان يتصفوا بالمؤهلات التالية :

- 1- القدرة في السيطرة على الكرة .
- 2- القدرة في خداع المنافس .
- 3- الطول المعتدل للاعبين .
- 4- القدرة على التصويب بالقفز القريب
- 5- القدرة على القطع باتجاه الهدف .
- 6- القدرة على الطبطبة والمناولة
- 7- البراعة والنشاط .

اسس مهمة يجب مراعاتها اثناء اداء الحياكة :

- 1- على لاعبي الحياكة الاستمرار بالحركة حول الملعب لزيادة الضغط على المدافعين .
- 2- لاعبوا القطع ليس مقيدين لاستلام الكرة والقطع والتصويب فقط بل اداء الحجز لزملائهم ايضا .
- 3- يجب اجبار المدافعين على التحرك مع المهاجمين لمنعهم من القيام بدور الانسحاب والمساعدة او غلق منطقة وسط الملعب .



- 4- منطقة وسط الملعب يجب ان تبقى مفتوحة . لاعبوا القطع الذين لم يستلموا كرة اثناء قطعهم عليهم الاستمرار بالركض الى جوانب الملعب .
- 5- المناولات يجب ان يكون اتجاهها للخارج وامام المستلم
- 6- حركة المناول تكون من الداخل وحركة المستلم من الخارج ( اي المناول يكون بين المنافس والمستلم )
- 7- المناولة باليد البعيدة عن المنافس .
- 8- على المهاجمين مراقبة حركة المدافعين اثناء ادائهم الحياكة لاستغلال اخطاء المدافعين في الوقت المناسب والقطع باتجاه الهدف .
- 9- على لاعب الوسط بعد مناولة الكرة اكمال ركضة على اقواس رقم (8) باللغة الانكليزية دون الرجوع مباشرة على خط مستقيم .

### الهدف من اداء حركة الحياكة :

الهدف الاساسي هو تخلص احد لاعبي الهجوم من مراقبة المنافس عن طريق :

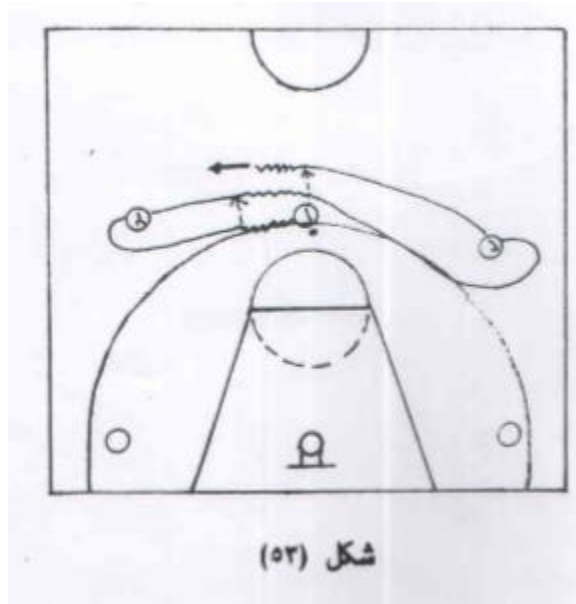
- 1- تخلخل صفوف المدافعين نتيجة حركة المهاجمين السريعة اثناء اداء حركة الحياكة .
- 2- تصادم المدافعين فيما بينهم نتيجة تحرك المدافعين التحرك الافقي ضد خصومهم ودون وجود انسجام بين المدافعين في التقدم والتراجع اثناء تحركهم التحرك الافقي .
- 3- اداء الحجز الجانبي اثناء تحرك المهاجمين
- 4- استغلال خطأ الدفاع في حالة متابعة المدافع لمنافسه المهاجم بالركض ورائه عند الاقواس بشكل يصبح المدافع خلف المهاجم ويصبح المهاجم قريباً من هدف المنافس وحراً من المراقبة .

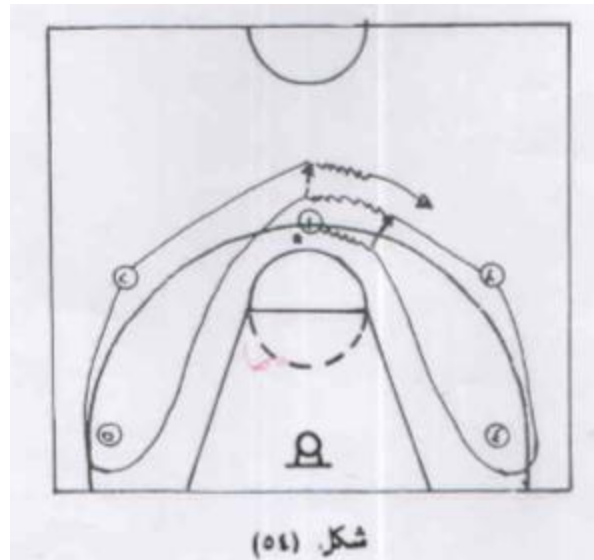
### انواع حركة الحياكة :

حركة اللاعبين في الحياكة تكون على شكل رقم (8) باللغة الانكليزية على ارض الملعب وهناك نوعان من الحياكة :

النوع الاول : الحياكة بثلاثة لاعبين - وتكون وقفة المدافعين على شكل 2-3 . ثلاثة مدافعين للخلف مسؤولين عن اداء حركة الحياكة . تبدأ الحركة من قبل لاعب الوسط رقم (1) الذي تكون الكرة معه ويبدأ بالتحرك والمناولة الى زميله في احد الجوانب رقم (2) او (3) وهكذا يستمرون بالتحرك لحين تحقيق احدى اهداف حركة الحياكة المذدورة اعلاه اما اللاعبين الاخران رقم (4) ، (5) فيقف كل منهما في زاوية من زوايا الملعب وتكون مهمتهما عدم الاشتراك في حركة الحياكة وانما محاولة استغلال اخطاء مدافعيهم للقطع باتجاه وسط منطقة الدفاع لاستلام الكرة من زملائهم والقيام بالتصويب او الانتظار لحين قطع احد زملائهم باتجاه الهدف ثم الانطلاق خلفه لغرض متابعة التصويب ، شكل رقم (53)

النوع الثاني : الحياكة بخمسة لاعبين - ان لاعبي الهجوم الخمسة يقفون ايضا على شكل 2-3 ولكن جميعهم يشتركون في حركة الحياكة لتحقيق احدى اهداف حركة الحياكة المذكورة اعلاه ، شكل رقم (54)





اللاعب رقم (1) يقوم بالطبقة لمسافة قصيرة ثم يناول الى اللاعب رقم (3) ويستمر بالحركة في الزاوية اليمنى ليحل محلا اللاعب رقم (4) الذي هو يتحرك ليشغل مكان اللاعب (1) ، اللاعب (3) يطبب باتجاه اليسار ثم يناول الى اللاعب رقم (2) ، ثم الاستمرار بالحركة باتجاه الزاوية اليسرى ليحل محل اللاعب رقم (5) الذي بدوره عليه ان يحل محل اللاعب رقم (2) اللاعبون يستمرون بالحركة والقطع من زاوية الى اخرى لحين استغلال الفرصة المناسبة للقطع باتجاه الهدف من قبل احد المهاجمين بعد تخلصه من مراقبة منافسه ، ايضا على اللاعبين القائمين بالطبقة ان يكونوا نشطين وواعين لأي فرصة تسمح لهم للقطع باتجاه الهدف مباشرة . او مناولة الكرة الى اللاعب القاطع .

#### 4- الحجز :

هو اهم سلاح فعال وشائع الاستخدام في الهجوم ضد دفاع رجل لرجل . وهو عبارة عن مهارة هجومية تعتمد على الحاجز والقاطع يستخدمها اللاعبون المهاجمون فيما بينهم لغرض تطويق المدافع ووضعه في موقع حرج لاعطاء فرصة لزميلهم باستغلال الحجز والقيام بالطبقة والقطع او التصويب بالقفز او المناولة ، او القطع واستلام الكرة من الزميل ( اذا كان الحجز للاعب بدون كرة ) لغرض اجراء الطبقة والقطع او التصويب بالقفز مباشرة بعد الاستلام ، او اعطاء مناولة لزميل اخر . ان الحجز يعتمد على نقطتين :

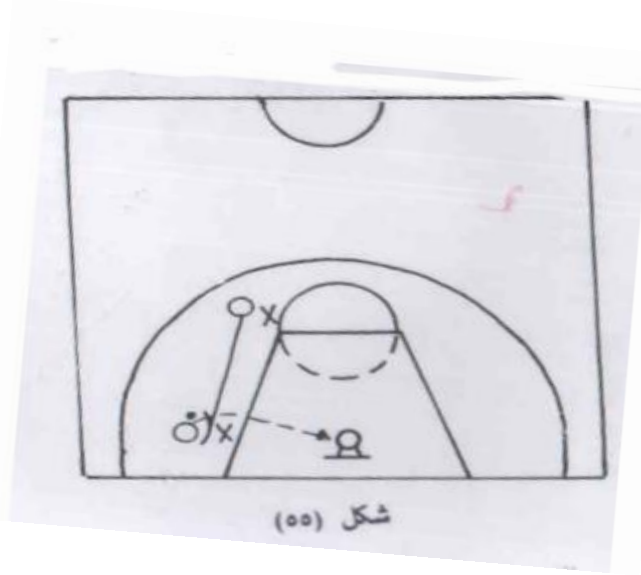
1- على اللاعب الحاجز ان يدرس المدافع جيدا قبل الحجز ضده لمعرفة نقاط ضعفه ومعرفة اداء اي نوع من الحجز بشكل يساعد على دفع المدافع للحظة بعيدا عن طريق المهاجم الذي تم له الحجز ليكون حرا في التصرف .

2- بدون ان يكون الحجز صحيحا 100 % لا يتمكن المهاجم الذي تم له الحجز من التخلص من مراقبة منافسه والتصرف بالكرة بحرية تامة لغرض القطع او التصويب بالقفز او المناولة او استلام الكرة اذا كان الحجز للاعب بدون كرة .

انواع الحجز :

هناك ثلاثة انواع من الحجز :

1) الحجز الامامي : الهدف الرئيسي منه اعطاء فرصة للزميل الذي تم له الحجز باستخدام التصويب البعيد ، شكل رقم (55) .



أ - دور الحاجز :

1- ان يقف امام المدافع مباشرة .

2- ان يواجه زميله ( وجها لوجه ) لغرض مشاهدة خروج الكرة من يد زميله التصويب ليقوم بعدها بالدوران والمتابعة . او يمكن ان يقف الحاجز مواجه لزميله ايضا . ولكن الوقفة الاولى تفضل لامكانية مشاهدة حركة اللاعب وزميله .

3- ان تكون المسافة بين القدمين واسعة وكذلك نشر الذراعين للجانب قليلا لاعاقبة حركة المدافع للجانب لملازمة منافسه واجبار المدافع على التحرك بقوس .

ب - دور اللاعب الذي تم له الحجز :

1- ان لا يبدأ بالتصويب الا بعد اكمال عملية الحجز 100 % وبدون اكمال عملية الحجز فهو لا يزال تحت سيطرة المدافع .

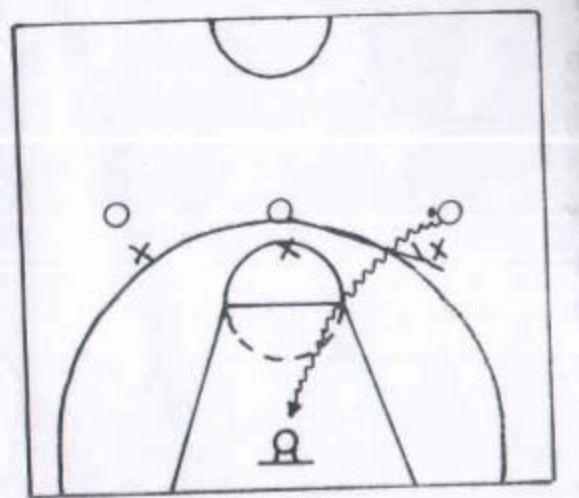
2- التصويب يجب ان يتم امام الحجز مباشرة لكون المدافع محجوز من الامام فقط . اي حركة للجانب تعطي فرصة للمنافس لملازمته مرة ثانية .

3- عدم التأخير في التصويب بعد اتمام عملية الحجز لانه يعطي فرصة للمنافس للتحرك وملازمته مرة ثانية

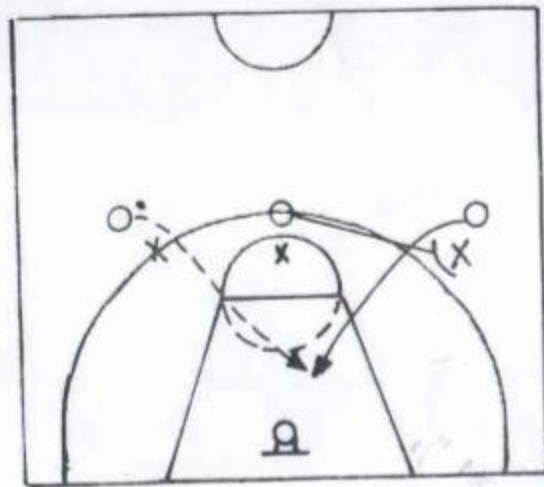
4- القيام بالمتابعة بعد التصويب مباشرة .

### الحجز الجانبي :

الهدف الرئيسي منه القطع باتجاه الهدف . فاما القطع بالطبقة اوالتصويبة السلمية او التصويب القريب بالقفز ( اذا كان الحجز للاعب مع الكرة ) ، شكل (56) . او القطع واستلام الكرة من زميل اخر والقيام بتكملة القطع واداء التصويبة السلمية او التصويب القريب بالقفز ( اذا كان الحجز للاعب بدون كرة ) ، شكل (57)



شكل (٥٦)



شكل (٥٧)

#### أ - دور الحاجز :

- 1- ان يقف قريبا من المدافع ومن احد جوانبه .
- 2- ان تكون المسافة بين القدمين واسعة مع انتشار الذراعين للجانب لاعاقه المدافع من التحرك من تلك الجهة بخط مستقيم بل اجباره على التحرك بقوس .
- 3- ان يكون كتف المدافع تقريبا على خط مستقيم من منتصف صدر الحاجز .
- 4- انثناء قليل في ركبتي الحاجز .

ب- دور اللاعب الذي تم له الحجز :

1- عدم البدء بالقطع الا بعد اتمام الحجز 100 %

2- القطع يتم من جهة الحجز لكون المدافع مطوق من تلك الجهة فقط ؟

3- القطع يكون من جانب الحجز مباشرة بدون الحاجة الى اخذ قوس .

4- لنجاح عملية القطع يجب ان يسبقه عملية خداع للجهة المعاكسة للقطع .

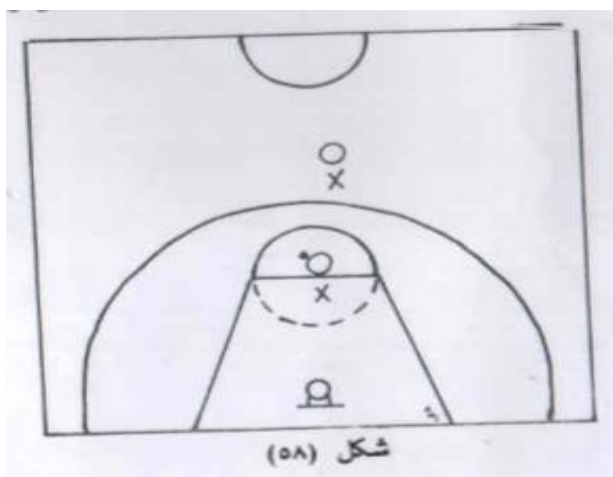
5- القطع يجب ان يكون باقصى سرعة لغرض الوصول الى الهدف والتصويب او لغرض استلام الكرة ثم اكمال القطع والتصويب .

### (3) الحجز الخلفي :

الهدف الرئيسي منه القطع باتجاه الهدف بالتخلص من مراقبة منافسه نتيجة اصطدامه بالحاجز او الساتر او العمود . ان اهم الطرق الشائعة الاستخدام في هذا النوع من الحجز هي طريقة

اعط واذهب ( Give and Go )

والذي يتطلب وجود مهاجمين احدهما الحاجز والذي يقف بالقرب من قوس دائرة الرمية الحرة والقاطع بالقرب من منتصف الملعب ، شكل رقم (58)



أ- دور الحاجز :

1- ان يقف بالقرب من قوس دائرة الرمية الحرة .

2- الثبات في المكان وعدم الانتقال من مكان الى آخر

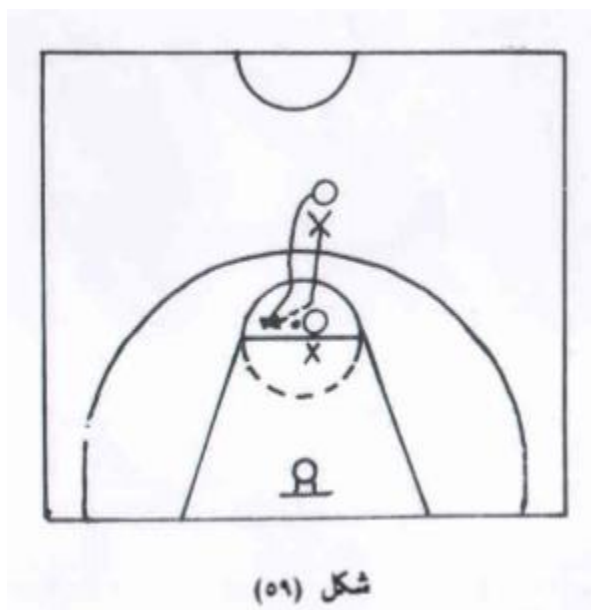
3- مسك الكرة بشكل جيد وحمايتها من منافسه

4- اعطاء المناولة للقاطع بشكل لا يؤثر على سرعة حركة اللاعب واتجاهه .

ب - دور القاطع :

1- التحرك بعد اتخاذ زميله وضعية الحجز الخلفي .

2- التحرك باتجاه زميله مستخدماً التحرك بتغير الاتجاه ( يمين ويسار ) لأجل اجبار منافسه على التراجع للخلف لحين ايصاله الى الحاجز او الساتر او العمود للاصطدام به وفقدانه وتوازنه مما يسهل على القاطع التخلص من مراقبته واستلام الكرة من الحاجز والاستمرار بالقطع من اي الجهتين واداء التصويبة السليمة او التصويب القريب بالقفز ، شكل رقم (59)



3- في حالة محاولة المدافع تجنب الاصطدام بالحاجز والتحرك الى احدى الجهتين قبل الوصول الى الحاجز ، على القاطع القطع من الجهة المعاكسة لمنافسه ، شكل رقم (60) .

4- في حالة محاولة المدافع تجنب الاصطدام بالحاجز والتحرك للوقوف خلف الحاجز لغرض استقبال القاطع ، فهنا الحجز الخلفي تحول الى حجز امامي وعلى القاطع استغلاله بأداء التصويب بالقفز البعيد . شكل رقم (61)

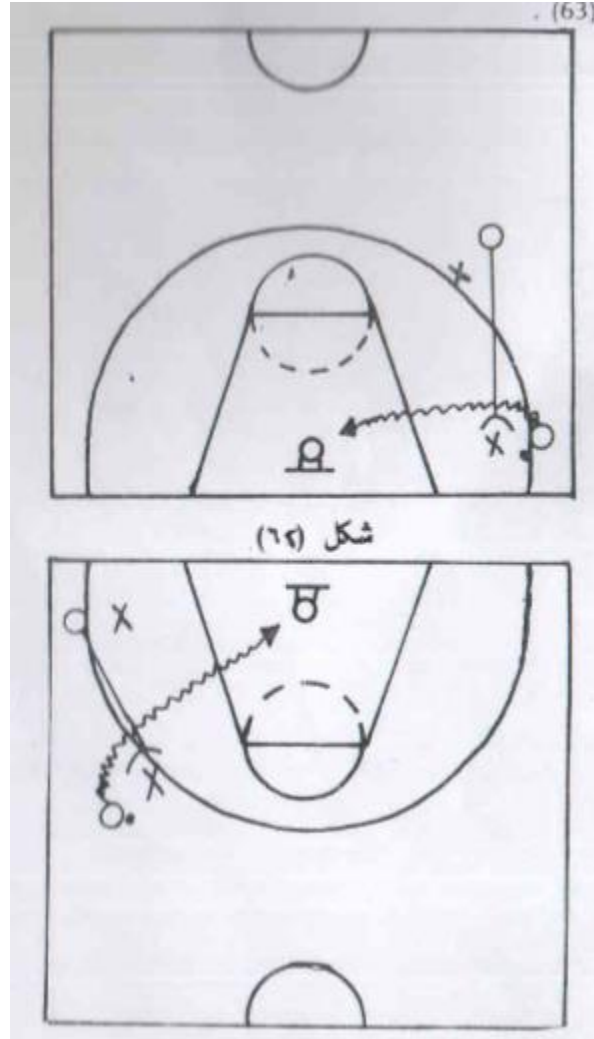




### حالات اداء الحجز

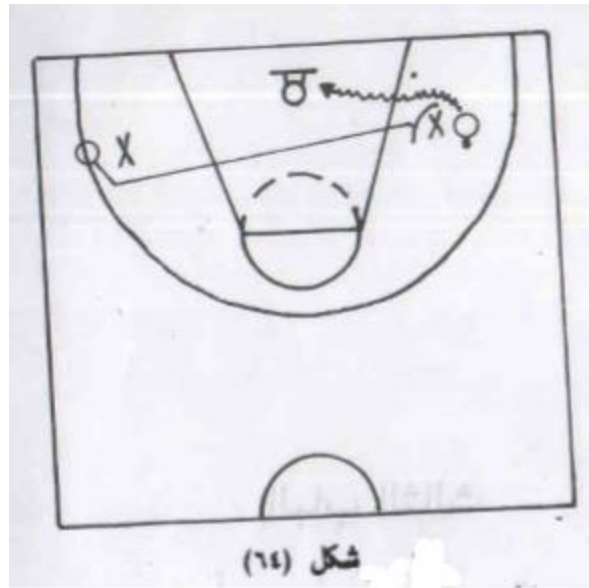
ان الحجز يمكن ان يتم على ارض الملعب من قبل المهاجمين وفق الصيغ التالية (13)

1- الحجز من الامام للخلف : في هذا النوع من الحجز يتم من لاعب في وسط الملعب الى لاعب في الخلف او في العمق . ممكن اداء الحجز الامامي اذا كان اللاعب في منطقة التصويب الجيدة ، شكل رقم (62)



2- الحجز من الخلف للامام : في هذا النوع من الحجز يتم من لاعب في الخلف او العمق الى لاعب في وسط الملعب . ممكن اداء الحجز الجانبي او الحجز الخلفي ، شكل رقم (63)

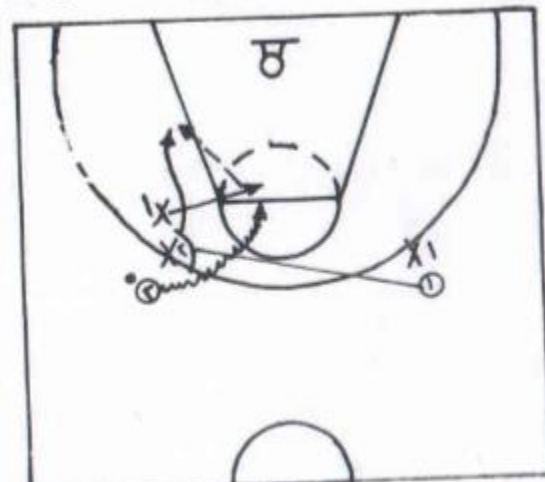
3- الحجز من جانب الى آخر حول منطقة الدفاع : في هذا النوع من الحجز يتم من لاعب في احد جانبي منطقة الدفاع الى لاعب في الجانب الآخر من منطقة الدفاع . ممكن اداء الحجز الجانبي ، الحجز الامامي اذا كان اللاعب في منطقة تصويب جيدة وممكن اداء الحجز الخلفي ، شكل رقم (64)



واجب الحاجز بعد الحجز :

بعد نجاح عملية الحجز وقيام القاطع بالقطع باتجاه الهدف ، على الحاجز ان لايبقى في مكانه وانما عليه

القيام بحركة ( الدوران - الرول ) كرد فعل لقيام المدافعين بعملية تبادل المراكز فيما بينهم Swiching قيام المهاجم رقم (1) باداء الحجز لزميله رقم (2) ولك بحجز المدافع 2 x جانبيا . فبعد قيام المهاجم رقم (2) بالقطع باتجاه الهدف وقيام المدافعين بتبادل المراكز فيما بينهم وذلك بقيام المدافع 1 x بمدافعة المهاجم رقم (2) ، على المهاجم رقم (1) مباشرة بعد عملية تبادل المراكز بين المدافعين القيام بحركة الدوران ( الرول ) بسرعة وذلك بالارتكاز على القدم القريبة من هدف المنافس والقطع من جهة معاكسة لجهة القاطع رقم (2) تاركا المدافع 2 x خلفه لأجل ان يصبح مهاجمين ضد مدافع وقيام المهاجم رقم (2) بمناولة الكرة الى المهاجم رقم (1) في حالة نجاح المدافع 1 x بتطويقه ، شكل رقم (65)



## الهجوم ضد الدفاع المختلط :

بما ان الدفاع المختلط جزء منه دفاع منطقة والجزء الآخر دفاع رجل لرجل ، يستخدم لغرض الحد من خطورة بعض اللاعبين المهاجمين المتميزين عن غيرهم من زملائهم ، لهذا فأن الهجوم ضد الدفاع المختلط يجب ان يتم بشكل يفشل استراتيجية هذا النوع من الدفاع الفرقي . ان الهجوم ضد الدفاع المختلط يكون مبنياً على الاسس التالية :

1- امتلاك الفريق المهاجم أكثر من لاعب مميز لنفس الصفة – فعند قيام المدافعين مثلاً في جزء من دفاعهم بطريقة دفاع رجل لرجل ضد اللاعب الممون ( play Maker )

فقط للحد من خطورته لكونه لاعب يتصف بسرعة الحركة واجادة المهارات والمناورات الهجومية الفردية والتصويب البعيد ويعتبر المفتاح لتنفيذ الخطط الهجومية ، على الفريق المهاجم ان يمتلك أكثر من لاعب بهذه الصفة لأجل ارباك المدافعين ، استغلال نقاط الضعف في طريقة الدفاع المختلط والاستمرار بتنفيذ خطط الفريق الهجومية دون اي تلكأ او عرقلة . ونفس الشيء عند الدفاع رجل لرجل ضد اللاعب الطويل او الارتكاز فيجب ان يكون في الفريق أكثر من لاعب طويل او ارتكاز للتعويض عن اللاعب الآخر . ونفس القول بخصوص اللاعب الذي يجيد القطع والتصويب من الخارج فيجب ان يتضمن الفريق المهاجم لأكثر من لاعب يتميز بصفة القطع والتصويب من الخارج للتعويض عن اللاعب المحاصر . ان السبب وراء ذلك ، هو احتمال عدم امتلاك الفريق المدافع أكثر من مدافع يمتلكون القدرة على مدافعة أكثر من مهاجم يمتلكون نفس الصفة وهنا سيتعرض الفريق المدافع للهجوم المستمر والفعال وافشال الدفاع المختلط .

2- اذا كان الفريق المهاجم يعتمد على اللاعب المطوق من قبل احد المدافعين ضد طريقة الدفاع المختلط في تنفيذ خطط الفريق الهجومية ولابداعاته الفردية ، يجب استخدام الحجز الفردي او المزدوج لاجل مساعدة هذا اللاعب للتخلص من مراقبة المنافس والاستفادة من قدراته على التصويب او مساعدة زملائه على اللعب الهجومي .

3- على الفريق المهاجم امتلاك عدد غير قليل من اللاعبين الذين يجيدون التصويب من خارج منطقة الدفاع لاستغلال نقاط ضعف الفريق المدافع في حالة لعبه بأكثر من لاعب دفاع رجل لرجل .

4- استغلال مناطق ضعف الدفاع في وسط منطقة الدفاع المفتوحة واللعب ضده بلاعب او لاعبي ارتكاز الذي يجيدون التصويب القريب بالقفز او القطع من حول والتصويب .