محاضرة رقم (10):

الإعداد الخططي في الكرة الطائرة

1-الإعداد الخططي في الكرة الطائرة:

يقصد بها الطرق الملائمة للمارات بواسطة اللاعبين كأفراد، ويجب تعليم طرق اللعب الهجومية والدفاعية بعد تعلم وإتقان المهارات الحركية الأساسية لا يمكن الفصل بين طرق اللعب والإعداد المهاري والبدني لما لهم من ارتباط وثيق يبعضهم البعض الأخر، لذلك يجب على المدرب عدم تطبيق الجانب الخططي المرتبط بطرق اللعب إلا بعد الانتهاء وتثبيت الأداء المهاري كي يتمكن اللاعبين من تنفيذ طرق اللعب وخطط الهجوم.

-1-1تعريف خطط اللعب وأهميتها:

وهي مجموعة العمليات الهجومية والدفاعية التي يقوم بها الفريق أثناء المباراة سواء كانت فردية أو جماعية والتي يجب أن تتناسب مع قوانين اللعب بهدف الوصول بالفريق إلى المستوى العالي وتحقيق أفضل نتائج للفوز بالمباراة.

يعتبر التغيير والتنويع في خطط اللعب أثناء اللعب في المباريات من الأشياء الضرورية للفرق، حتى يتمكن هذا الفريق من كسب النقاط و إحراز الفوز، ويعتمد تغيير طرق اللعب على مستوى الفرق المضاد، و خطط اللعب الجماعية سواء كانت هجومية أو دافعية يجب أن لا تعتمد على اللعب الفردي فيؤدي ذلك إلى الخسارة في المباراة، بل يجب على اللاعب الارتباط المستمر و التواصل مع فريقه في كل تحركاته الخططية، فعلى اللاعبين قدر الإمكان أداء الثلاث لمسات المسموح بها في القانون، كما يحق أداء لمستين متتابعتين في حالة عدم نجاحه في صد الكرة للفريق المهاجم أداء اللمسات يخدم عملية انتقال الفريق من

وضع الدفاع إلى وضع الهجوم، ويجب أن تنتهي خطة الهجوم في اللمسة الثانية أو الثالثة .

فيتوجب على المدرب وضع خطط تتناسب مع قدرات ومميزات اللاعبين الذين يجب أن يتصفوا بالذكاء وحسن التصرف في المواقف التي تحددها ظروف المباراة، وعليهم أيضا إتقان أداء المهارات الأساسية بأنواعها وإجادة الهجوم والدفاع لأن لعبة الكرة الطائرة لعبة يرتبط الهجوم بها بالدفاع ارتباطا قويا، فلا يمكن الفصل بينهما وهذا ما يتطلب من اللاعبين سرعة الانتقال من الهجوم إلى الدفاع وإتقانها و بالتالي الانتقال من الدفاع إلى الهجوم.

وتنقسم طرق اللعب في الكرة الطائرة إلى الأتي:

1-1-1-طريقة اللعب (6-0):

تعتبر هذه الطريقة من أسهل الطرق استخداما وخاصة الفرق المبتدئة، كما تستخدم مع الفرق ذات المستوى الفني الضعيف في المهارات الأساسية وذلك لتنفيذها بدون الضرب الهجومي أو حائط الصد، وغالبا ما يستخدم اللاعبين الإرسال من الأسفل مع لاعتماد على الاستقبال والتمرير لتوجيه الكرة الأماكن الخالية من الملعب لاستغلال أخطاء الفريق الأخر لكسب نقطة وهنا يجب أن يقوم كل لاعب بتنفيذ الواجبات الخاصة بالمركز المتواجد فيه.

1-1-2-طريقة اللعب (4-2):

تعني هذه الطريقة وجود أربعة مهاجمين واثنين معدين يقومان بعملية الإعداد في الفريق ، وفي هذه الطريقة يصبح لدى الفريق مهاجمين على الشبكة بصفة مستمرة، ومن الطبيعي أن يكون توزيع المعدين بطريقة قطرية أو متعامدة أي في مراكز **(3-6)** أو **(2-4)** أو **(1-5)**.

1-1-3-طريقة لعب (5-1):

تستخدم هذه الطريقة الفرق ذات المستوى العالي، وتتضمن هذه الطريقة وجود مهاجمين ضاربين أساسيين بصفة مستمرة على الشبكة ومهاجمين آخرين على مستوى المنطقة الخلفية في حالة وجود المعد في المنطقة الأمامية، أما في حالة وجود المعد في المنطقة الخلفية يصبح وجود ثلاث مهاجمين من أمام الشبكة (المنطقة الأمامية) ومهاجم في المراكز الخلفية، وفي هذه الطريقة يقوم اللاعب العداء يقصد به المعد بالتحرك من مركزه الأصلي إلى مكان الإعداد بمجرد خروج الكرة من يد لاعب الإرسال.

1-1-4-طريقة لعب (3-3):

هذه الطريقة تعنى وجود ثلاثة مهاجمين وثلاثة معدين في الفريق في هذه الطريقة يصبح لدى الفريق ضاربين على الشبكة ومن الطبيعي أن يكون توزيع المعدين على المراكز الفردية أو الزوجية بشكل مثلث أي في مراكز) (5-3-1أو2-4-6) (وهذه الطريقة أفضل فمن خلال الدوران يكون هناك اثنين من الضاربين على الشبكة مما يصعب عملية الدفاع للفريق المنافس.

1-1-5-طريقة العداء:

هي من أهم طرق الهجوم في الكرة الطائرة وتتميز هذه الطريقة باستغلال لاعبي الخط الخلفي في عملية الأعداد وهذا بالتالي يتيح فرصة للضرب الهجومي بثلاثة لاعبين على الشبكة واثنين من المنطقة الخلفية ، فبعد أن ينفذ الفريق المرسل ضربة الإرسال يقوم اللاعب المعد بالجري من أي مركز متواجد فيه للأمام على الشبكة ولذلك سميت بطريقة العداء.

فطريقة العداء تعتبر طريقة متقدمة عن الطريقة الزوجية في الهجوم وتحتاج من الفرق إلى مستوى مرتفع في الأعداد والضرب وتغطية الملعب وهدف هذه الطريقة هو جعل الفريق المنافس غير قادر على تركيز مجهود دفاعه على أحد اللاعبين دون سواه لاستمرار وجود

ثلاثة ضاربين على الشبكة وينصح باستخدام هذه الطريقة للفرق المتقدمة جدا وبعد التدريب عليها لفترة طويلة.

ولا يقوم العداء بالاشتراك في استقبال كرات الإرسال من الفريق الآخر حيث يبدأ الجري بمجرد انتهاء إرسال اللاعب المنافس بصرف النظر عن مكان وصول الكرة ومن الطبيعي في هذه الحالة أن يقوم باقي زملائه بتغطية جميع أجزاء الملعب بما فيها منطقته وعليه عدم إرباك زملائه في الدفاع خلال جريه في اتجاه الشبكة ويكون مكانه بعيدا من خط الجانب 3م تقريبا وفى منتصف المسافة أمام مركزي (3،2) ، (3،4) ويكون تسلسل عمل العداء كالتالي:

- الجري من المنطقة الخلفية للقيام بعملية الأعداد خلال إرسال الفريق الآخر.

- تغطية اللاعب الضارب حتى يمكنه استقبال الكرة المرتدة من عملية الضرب في الوقت المناسب

- الرجوع للمنطقة الخلفية للاشتراك في علمية الدفاع باعتباره أحد لاعبي المنطقة الخلفية.

واستخدام هذه الطريقة مرتبطة بما يلي:

- بالنسبة للمركز (6-0).
- بالنسبة للاعب (5-1).