



جامعة صلاح الدين - اربيل  
كلية التربية البدنية  
وعلوم الرياضة

# كرة اليد

( الخطط الدفاعية والهجومية )

المرحلة الرابعة

مدرس لمادة

أ. م. م. مظفر نور مين

السنة الدراسية

2022-2021

## المحتويات

الصفحة	الموضوع	التبويب
4	خطط اللعب في كرة اليد	
4	خطط اللعب الدفاعية	1
4	مراحل الدفاع	1 . 1
5	اقسام الدفاع	2 . 1
5	الدفاع الفردي	1 . 2 . 1
6	الدفاع الجماعي	2 . 2 . 1
7	الدفاع الفرقي	3 . 2 . 1
7	طرائق الدفاع وكيفية اختيارها	3 . 1
7	تشكيلات الدفاع عن المنطقة	4 . 1
8	التشكيل الدفاعي ( 0 - 6 )	1 . 4 . 1
8	التشكيل الدفاعي ( 1 - 5 )	2 . 4 . 1
9	التشكيل الدفاعي ( 2 - 4 )	3 . 4 . 1
10	التشكيل الدفاعي ( 3 - 3 )	4 . 4 . 1
10	التشكيل الدفاعي ( 1 - 2 - 3 )	5 . 4 . 1
11	طريقة الدفاع رجل لرجل	5 . 1
12	طريقة الدفاع المركب ( المختلط )	6 . 1
12	الدفاع في حالات الخاصة	7 . 1
13	خطط اللعب الهجومية	2
13	مراحل الهجوم	1 . 2
13	مرحلة الهجوم السريع الفردي (الخاطف)	1 . 1 . 2
15	مرحلة الهجوم السريع الموسع (الجماعي)	2 . 1 . 2

16	مرحلة بناء الهجوم (الهجوم من المراكز)	3 . 1 . 2
17	مرحلة إنهاء الهجوم (الاختراق)	4 . 1 . 2
17	التشكيلات الهجومية	2 . 2
18	التشكيل الهجومى ( 5 : 1 )	1 . 2 . 2
18	التشكيل الهجومى ( 4 : 2 )	2 . 2 . 2
19	التشكيل الهجومى ( 3 : 3 )	3 . 2 . 2
20	التشكيل الهجومى ( 2 : 4 )	4 . 2 . 2
20	الحجز	3 . 2
21	تغير المراكز	4 . 2
22	مراكز اللعب من الناحية الهجومية والدفاعية بكرة اليد	
24	ما هي واجبات الحكمان قبل واثناء وبعد المباراة	
25	ما هي واجبات المسجل والمؤقت ؟ وما هي المسؤوليات المشتركة بينهما ؟	
26	اشارات اليد	
28	المصادر	

## - خطط اللعب في كرة اليد :

وتعني التحركات والمناورات التي يقوم بها الفريق في اثناء المباراة نفسها، وبمعنى اخر كيفية التعامل مع المنافس في اثناء البطولات، وفي سبيل ذلك يقوم اللاعب باستخدام المهارات الاساسية الحركية وصفاته البدنية متسلحاً بصفات إرادية قوية ثابتة وخبرات وقدرات ذهنية بهدف التغلب على مقاومة المنافس، وفي لعبة كرة اليد تزداد الخطط وتنوع بشكل ملحوظ وتستمر طوال وقت المباراة وتتوقف الخطط من حيث كثرتها وتنوعها على نوعية اللاعب ومهاراتهم .

### - انواع خطط اللعب في كرة اليد :

1 - خطط اللعب الدفاعية .

2 - خطط اللعب الهجومية .

### 1 - خطط اللعب الدفاعية :

الدفاع هو كل المحاولات التي يقوم بها لاعبو الفريق منذ لحظة فقدانهم الكرة لمنع لاعبي الفريق المهاجم بالطرائق القانونية المسموح بها من تسجيل هدف والعمل على إعادة السيطرة على الكرة. ويتفق جميع خبراء كرة اليد على أن الفريق يصبح مدافعاً منذ لحظة فقدانهم السيطرة على الكرة، إذ يصبح من واجبه أن يتحول بسرعة لحالة الدفاع، ويبدأ مباشرة بمهاجمة اللاعب الذي استحوذ على الكرة وذلك من خلال اللاعب الذي فقد الكرة أو أقرب مدافع لمنع هذا المهاجم من المناولة أو التصويب بالقوة والسرعة والدقة المطلوبة، وكذلك اعطاء الفرصة لبقية اللاعبين المدافعين بالتغطية والعودة السريعة إلى منطقة الدفاع وتنظيم صفوفهم. ولأن الفشل في الدفاع يؤدي إلى تسجيل هدف لذا كانت مهمة الدفاع أصعب من مهمة الهجوم خاصة إذا أخذنا بنظر الاعتبار النتيجة النهائية إذ أن الخطأ في الدفاع يعني تسجيل هدف من قبل المنافس في حين إن الخطأ في الهجوم يعني فقدان الكرة .

### 1 - 1 مراحل الدفاع :

إن الفترة التي يصبح فيها الفريق في حالة دفاع، هي اللحظة التي يفقد فيها السيطرة على الكرة لحين وصول اللاعبين إلى أماكنهم الدفاعية أمام منطقة الستة أمتار. - يمكن تقسيمه إلى ثلاث مراحل هي :

1 - الانسحاب إلى الخلف .

2 - ترتيب المدافعين في النظام الدفاعي .

3 - الخطة أو النظام الدفاعي .

## 1 - الانسحاب إلى الخلف :

على جميع أعضاء الفريق الذي يفقد الكرة ويصبح في حالة دفاع, التراجع والانسحاب بأقصى سرعة من ساحة الخصم إلى الملعب الخاص بهم, ويمكن أداء التراجع بطريقتين:

أ - بالركض السريع للأمام و للخلف, عندما يكون المدافع في ملعب الفريق المنافس.

ب - بالركض السريع للخلف, عندما يكون في منتصف الملعب الخاص به ويتوقف ذلك أيضا على سرعة ونوع الهجوم الذي يقوم به الفريق الذي استحوذ على الكرة.

فإذا بدأ الخصم باستعمال الهجوم السريع ( الخاطف) فأن مسؤولية مراقبة وتأخير المهاجم الحامل للكرة على الكرة تقع على اقرب لاعب مدافع لذلك اللاعب المهاجم.

إن عملية إعاقة وتأخير هذا اللاعب المهاجم من المدافع القريب تعطي الفرصة لبقية زملائه بالعودة إلى الخط الدفاعي القريب من مرماهم .

## 2 - ترتيب المدافعين في النظام الدفاعي :

نتيجة للانسحاب السريع الغير منظم للمدافعين في الوهلة الأولى, فأن اغلب اللاعبين سوف لا يكونوا بمراكزهم الدفاعية الصحيحة , لذا فمن الواجب على كل لاعب أن يحاول تعزيز موقفه الدفاعي وتغطية الثغرة الدفاعية القريبة بالتعاون مع زملائه لحين هدوء حركة المهاجمين واستغلال تلك الفترة للعودة إلى المكان الدفاعي الصحيح ضمن الخطة الدفاعية المتفق عليها مسبقا مع المدرب.

## 3- الخطة أو النظام الدفاعي :

إن اخذ المكان الدفاعي المرسوم لكل لاعب ضمن خطة الدفاع يعني إن الفريق المدافع قد تغلب على الخطر الأول, وذلك بمنع الفريق المنافس من تطبيق الهجوم الخاطف, كما يعني أيضا إن الحركة الدفاعية لكل لاعب سوف تكون أكثر تناسقا, وبالتالي فإنها سوف تكون أكثر تماسكا في إفضال هجمات الفريق المنافس.

## 1 - 2 أقسام الدفاع :

يمكن تقسيم اللعب الدفاعي على ثلاثة أقسام وهي :

- 1- الدفاع الفردي .
- 2- الدفاع الجماعي .
- 3- الدفاع الفرقي .

## 1 - 2- 1 الدفاع الفردي :

يعرف الدفاع الفردي بأنه جميع التحركات التي يقوم بها المدافع لغرض عرقلة اللاعب المهاجم والحد من خطورته ومنعه من تسجيل الأهداف .

يقوم كل لاعب من الفريق المدافع ضمن خطط الدفاع الفردي بمتابعة لاعبي الفريق المنافس ومراقبتهم ومنعهم من التقدم لأحراز الهدف, كما تتطلب من اللاعب أن يتمتع بذهنية متيقظة قادرة على اتخاذ القرارات السريعة لمواجهة مواقف اللعب المتعددة والمختلفة .

وعلى الرغم من أن الدفاع في كرة اليد الحديثة يشجع اللعب الجماعي إلى درجة عالية، إلا أن الدفاع الفردي يعد من العمليات الدفاعية الأساسية التي يبني عليها اللعب الجماعي وتحقيق النصر على الفريق الخصم. ويعتمد هذا النوع من الدفاع على الكفاءة البدنية العالية للاعب وإجادته للمهارات الفنية لكي يصبح ذا تأثير فعال في رفع قدرة الفريق الدفاعية. لذا يكون عمل المدافع أشق ما يمكن في إيقاف الهجوم والحد منه والعمل على إعاقة كل هجمة من الفريق المضاد. ويتضح من ذلك أن خطط اللعب الدفاعي الفردي لها دور مهم في المباراة إذ إن تحقيق الهدف الرئيس في اللعب الدفاعي يتوقف على قدرات اللاعب الفردية، إذ إنه لا قيمة للدفاع بأنواعه المختلفة بدون وجود المدافع الفردي الممتاز فهو عصب الأداء الدفاعي. ولهذا كان الأداء الذي يقوم به اللاعب بمفرده أساس النجاح في الأداء الدفاعي الجماعي والفرقي .

### - أهم أسس الدفاع الفردي:

- 1 - وقفة الاستعداد الدفاعية الأساسية .
- 2 - التحرك للجانب .
- 3 - مقابلة المهاجم الذي يهدد المرمى .
- 4 - صد التصويب باليدين، ويتم بطريقتين: بدون قفز، وبالقفز .
- 5 - صد التصويب بيد واحدة .
- 6 - قطع أو تشتيت الكرة أثناء قيام اللاعب بمناولة أو التصويب .
- 7 - مهاجمة اللاعب واخذ الكرة منه أثناء الطبطبة .
- 8 - الدفاع ضد المهاجم الارتكاز (لاعب الدائرة) او الدفاع بالجدع .

### 1 - 2 - 2 الدفاع الجماعي :

يعرف الدفاع الجماعي على انه الإجراءات الدفاعية المنسقة والمرتبطة ببعضها البعض والتي يقوم بها لاعبان اثنان او أكثر من اللاعبين المدافعين . او بأنها عبارة عن تعاون مجموعة من اللاعبين المدافعين بغرض الدفاع ضد عدد من اللاعبين المهاجمين يزيد أو يتساوى عددهم .

ان العمل الدفاعي الجماعي يتطلب التنسيق والتنظيم والتفاهم بين لاعبي الفريق الواحد لكي يكون اللاعب المدافع على معرفة بالواجبات الدفاعية لزملائه المدافعين، ويكون على دراية بتصرفاتهم وتحركاتهم، وفي ضوء هذه التحركات يجب ان تأتي تحركاته وتصرفاته منسجمة مع تحركات اللاعبين زملاء لمنع حدوث اية ثغرة ممكنة في الدفاع يمكن ان يستغلها الفريق المهاجم في إتمام عمله الهجومي، إذ إن لعب المدافعين يكون صعباً جداً بسبب لعب فريق الهجوم المرتبط بالنهاية المحددة لها، إذ يتطلب إتقان اللاعب للمهارات والقدرات الفردية اتقاناً تاماً، وتركيز الانتباه في مواقف اللعب جميعها، فضلاً عن التعاون التام بين الزملاء لإمكان مجابهة مختلف التحركات الدفاعية .

وعليه فالدفاع الفردي لا يكفي للتغلب على الهجوم الذي يقوم به أكثر من لاعب مهاجم، مما يحتم اللجوء الى اللعب بالخطط الدفاعية الجماعية لمجابهة انتقال الهجوم مع تنظيم الخطط الفرقية للفريق .

## 1 - 2 - 3 الدفاع الفرقي :

للتغلب على أساليب الهجوم المتقنة والمنظمة للفريق المهاجم فإن ذلك يتطلب من أعضاء الفريق المدافع التعاون وتوحيد الجهود الدفاعية والانتقال من الدفاع الفردي أو الدفاع الجماعي إلى العمل كوحدة واحدة في الدفاع، ويقصد به الدفاع الفرقي .

إن خطط الدفاع الفرقي شاقة وصعبة مما تتطلب من اللاعب المدافع المراقبة والمتابعة المستمرة لحركات لاعبي الفريق المنافس وتصرفاتهم من جهة وضبط حركه زملائه وتصرفاتهم من جهة أخرى، وذلك يستوجب التنظيم والتنسيق والانسجام بين اللاعبين لكي يكون كل لاعب على معرفة بتصرفات زملائه اللاعبين بدراية كاملة لمساندة بعضهم البعض الآخر، وهذا العمل يمثل الربط بين الأداء الفردي والجماعي للفريق وصولاً إلى الهدف المطلوب .

فالدفاع الفردي لا يكفي للتغلب على الهجوم الذي يقوم به أكثر من لاعب مهاجم مما يحتم اللجوء إلى الدفاع الفرقي لمجابهته وإفشاله. وبذا يمكننا القول بأن اللاعب الذي يتقن جميع النواحي الفنية لا يتمكن من تطبيقها إلا إذا تعاون مع بقية أعضاء فريقه لتنفيذ خطة معينة ومتفق عليها وهو بهذا يستغل جميع قدراته لتنفيذ ذلك، وهذه الحقيقة هي أساس النجاح .

## 1 - 3 طرائق الدفاع وكيفية اختيارها :

للتغلب على أساليب الهجوم المتقنة والمنظمة للفريق المهاجم يتطلب من أعضاء الفريق المدافع التعاون وتوحيد الجهود الدفاعية و الانتقال من الدفاع الفردي أو دفاع جماعي إلى العمل كوحدة واحدة في الدفاع، وهذا ما يسمى بالدفاع الفرقي والذي يمكن تنفيذه من خلال ثلاث طرق رئيسيه هي :

1 - طريقة الدفاع عن المنطقة .

2 - طريقة الدفاع رجل لرجل .

3 - طريقة الدفاع المختلط ( المركب) .

## 1 - 4 تشكيلات الدفاع عن المنطقة :

لكي يؤدي أعضاء الفريق المدافع واجباتهم الدفاعية اتجاه أعضاء الفريق المهاجم، لابد أن تكون هناك قاعدة أساسية، يستطيع من خلالها أعضاء الفريق المدافع تنظيم وقفتهم والتعرف على حدود مسؤولياتهم، وبالتالي توحيد جهودهم الدفاعية للحد من خطورة الفريق المهاجم، أو إرباك خطة هجومية أو الحصول على الكرة، وتحقيقاً لهذه الأغراض كان لابد لأعضاء الفريق المدافع أن ينتظموا في تشكيلات معينة، تختلف الواحدة عن الأخرى باختلاف عدد الخطوط التي يقف فيها اللاعبون المدافعون من حيث بعد أو قرب هذه الخطوط عن منطقة المرمى، وهناك عدة تشكيلات للدفاع عن المنطقة يمكن حصرها بما يأتي :

( 0 - 6 )، ( 1 - 5 )، ( 2 - 4 )، ( 3 - 3 )، ( 3 - 2 - 1 ) .

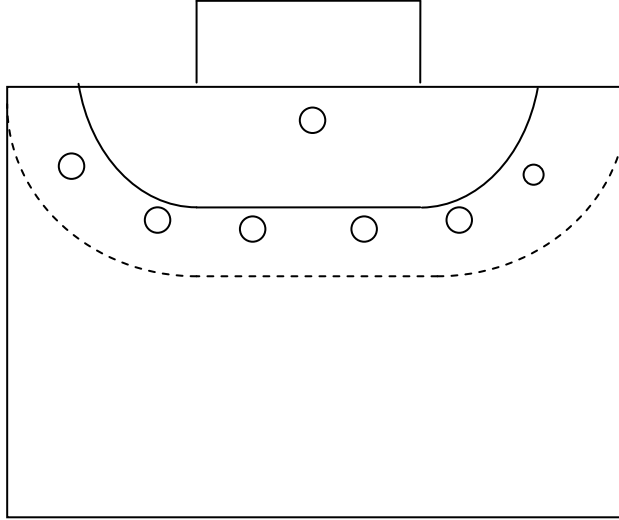
إن هذه التشكيلات مرنة، قابلة للتغير في كل لحظة من لحظات المباراة طبقاً لأشكال تحرك اللاعبين المهاجمين .

## 1 - 4 - 1 التشكيل الدفاعي ( 0 - 6 ) :

إن التشكيل ( 0 - 6 ) يعد التشكيل الدفاعي الأساسي لكافة التشكيلات الدفاعية الأخرى. وفيه يقف جميع اللاعبين المدافعين على خط واحد، موزعين بمسافات متساوية أمام خط الستة أمتار، مما يساعد على تغطية أكبر مساحة على امتداد خط منطقة المرمى. وفعالية هذا التشكيل تظهر جليا من خلال إعاقة وتعطيل حركة المهاجمين في المنطقة المحصورة بين خط الستة أمتار وخط التسعة أمتار، وذلك من خلال حرية الحركة للأمام والخلف والجانب والتي يتيحها هذا التشكيل للاعبين المدافعين. وكما هو موضح في الشكل رقم ( 1 ) .

إن نجاح العمل الدفاعي للفريق في ظل هذا التشكيل يعتمد اعتماد كبير على قدرة المدافعين في التحرك السريع

المنسق.



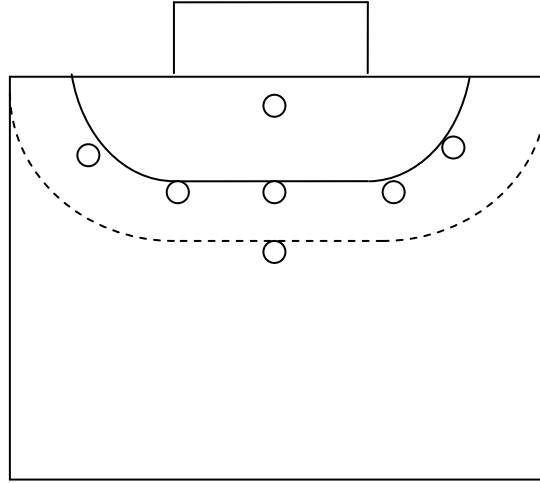
شكل رقم ( 1 )

يوضح التشكيل الدفاعي ( 6 : صفر )

## 1 - 4 - 2 التشكيل الدفاعي ( 1 - 5 ) :

يلاحظ في هذا التشكيل وقوف اللاعبين المدافعين في خطيين دفاعيين ، اذ يقف في الخط الأمامي لاعب مدافع، أما بقية اللاعبين الخمسة فينظمون في الخط الدفاعي الخلفي ويتوزعون على خط منطقة المرمى . وعلى الرغم من إن وقوف اللاعبين بهذا الشكل يزيد من القوة الدفاعية للفريق في المنطقة الأمامية ومنطقة الوسط، إلا أن التغطية في منطقة الجناحين تكون قليلة وضعيفة. لذا فان نجاح الفريق في الدفاع عن المنطقة في ظل هذا التشكيل يتوقف إلى حد كبير على التناسق الجيد في عمل المدافع الأمامي وعمل المدافعين الخلفيين وعلى مدى تعاونهم في تعزيز القوة الدفاعية في منطقة الجناحين. وكما هو موضح في الشكل رقم ( 2 ) .



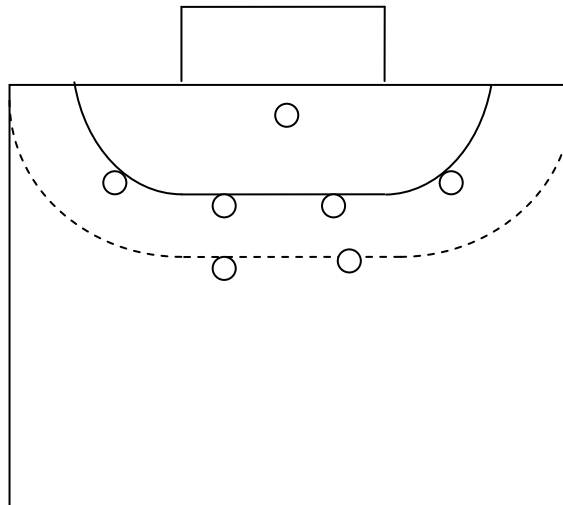


شكل رقم ( 2 )  
يوضح التشكيل الدفاعي ( 5 : 1 )

### 1 - 4 - 3 التشكيل الدفاعي ( 4 - 2 ) :

للحكم على فعالية وتأثير إي تشكيل من تشكيلات الدفاع عن المنطقة، لم يعد كافيا القول بأن هذا التشكيل أو ذاك يساعد من حد خطورة الفريق المهاجم، بل تعدى إلى أكثر من ذلك، ألا وهو قطع الكرات، وبدء الهجوم المضاد، لذا فإن، معظم التشكيلات الدفاعية الحديثة اتجهت إلى زيادة عدد اللاعبين المدافعين في الخط الدفاعي الأمامي، وعلى حساب الخط الدفاعي الخلفي، وذلك لمواجهة التطور الحاصل في التكتيك الهجومي الحديث، وتماشيا مع ارتفاع المستوى المهاري للاعبين المهاجمين، وخصوصا مهارة التصويب البعيد .

ويلاحظ في التشكيل الدفاعي ( 4 - 2 ) انتظام المدافعين في خطين دفاعيين، إذ يقف في الخط الخلفي أربعة لاعبين مدافعين يتوزعون في مراكز أساسيه عند خط منطقة الستة أمتار، ويكونا على استعداد كامل لتأمين مناطقهم الدفاعية من هذه المراكز الأساسية ، ويقف اثنان من المدافعين في الخط الدفاعي الأمامي ليقوما بتأمين هذه المنطقة الدفاعية الخطرة ضد المهاجمين الخلفيين . وكما هو موضح في الشكل رقم ( 3 ) .



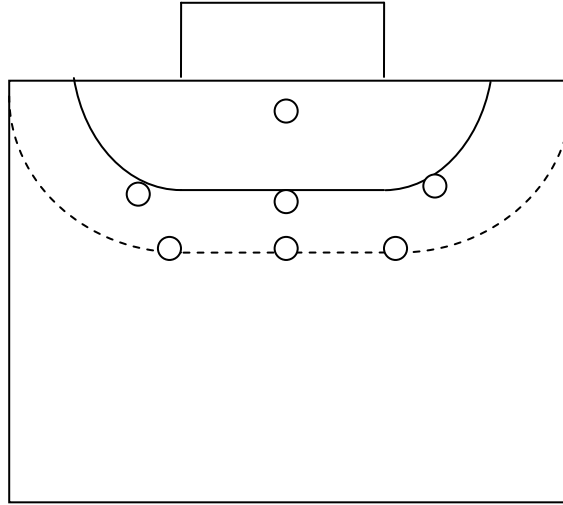
شكل رقم ( 3 )  
يوضح التشكيل الدفاعي ( 4 : 2 )

#### 1 - 4 - 4 التشكيل الدفاعي ( 3 - 3 ) :

يتصف هذا التشكيل بالايجابية في الدفاع، ويستعمل عادة من قبل الفرق التي تمتلك لاعبين يتمتعون بلياقة بدنية عالية، ويتميزون بالسرعة والرشاقة، ويمتلكون الخبرة الميدانية التي تؤهلهم لتنفيذ واجباتهم الدفاعية في ظل هذا التشكيل الصعب، إذ يتطلب منهم تغطية فردية للمهاجمين وكأنهم يلعبون بطريقة الدفاع رجل لرجل، فضلا عن تغطية المنطقة الخاصة بكل منهم .

والغرض الأساسي من لجوء الفريق المدافع إلى استخدام هذا التشكيل هو الحد من فاعلية العمل الهجومي الذي اخذ مكانة عالية وفائقة في تدريب كرة اليد.

وهو احد التشكيلات الدفاعية المتقدمة التي تؤدي على أكثر من خط دفاعي، إذ يقف ثلاثة مدافعين في الخط الدفاعي الأمامي خارج خط ال9 م ويقف الثلاثة الآخرين في الخط الدفاعي الخلفي أمام منطقة ال6 م. وكما هو موضح في الشكل رقم ( 4 ) .



شكل رقم ( 4 )

يوضح التشكيل الدفاعي ( 3 : 3 )

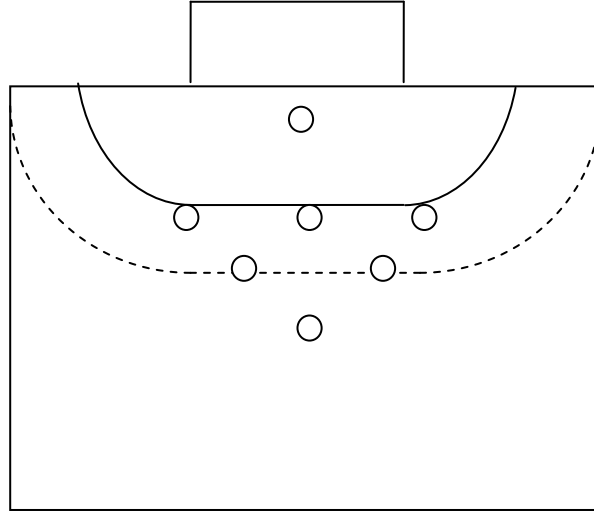
#### 1 - 4 - 5 التشكيل الدفاعي ( 3 - 2 - 1 ) :

يتطلب هذا التشكيل ارتفاع مستوى الدفاع الفردي ضمن التشكيل الدفاعي الفرقي، إذ يكون كل لاعب مدافع مسئولاً عن المنطقة المحددة له، وعن المهاجم المواجه له في مركزه، إذ يقوم بمراقبته، والحد من خطورته، وعدم السماح له بالتقدم نحو منطقة المرمى، وبصورة خاصة إذا كان مستحوذاً على الكرة، و لهذا الغرض وضع المدافع الأمامي في الخط الدفاعي الأول أمام منطقة التسعة أمتار، ويمتاز هذا اللاعب عادة بسرعة الحركة، إذ تمكنه من قطع الكرات الممررة إلى صانع العاب الفريق المهاجم، وبالتالي استغلال تلك الكرات في شن هجوم مضاد خاطف .

وفي الخط الدفاعي الثاني يقف لاعبان مدافعان يفضل ان يكونا طوال القامة، لصد التصويب العالي والحد من قوة المهاجمين على خط التسعة أمتار، وذلك بقطع الكرات الممررة إليهم أو منع تقدمهم داخل منطقة التسعة أمتار .

أما في الخط الدفاعي الثالث لهذا التشكيل فيقف ثلاثة مدافعين مسئولين عن تغطية المنطقة القريبة لخط

منطقة المرمى وعن اللاعب المهاجم الذي يلعب على الدائرة. وكما هو موضح في الشكل رقم ( 5 )



### شكل رقم ( 5 )

يوضح التشكيل الدفاعي ( 3 : 2 : 1 )

### 1 - 5 طريقة الدفاع رجل لرجل :

في هذه الطريقة يتعين على كل لاعب مدافع القيام بمراقبة ومتابعة لاعب معين من أعضاء الفريق المهاجم، محاولاً وضع ذلك اللاعب في وضع غير مناسب للاستلام أو التميرير أو الطبطبة أو التصويب، ولتنفيذ ذلك بنجاح من خلال التطبيق العملي لطريقة الدفاع رجل لرجل، يتعين على أعضاء الفريق المدافع أن يتمتعوا بلياقة بدنية عالية وخبرة وذكاء ميداني عالٍ يساعد كل مدافع من متابعة اللاعب المهاجم المسئول عنه وتوقع حركته وتغيير اتجاهاته، وهذا يحتم على اللاعب المدافع أن يبقى متحفزاً، ويتحرك بخطوات قصيرة وسريعة مع مد الذراعين جانباً مع ملاحظة رفعهما أو خفضهما لعرقلة أي محاولة أو خطة قد يقوم بها اللاعب المهاجم، كما إن على كل لاعب مدافع تركيز نظره على اللاعب المهاجم أو يحاول أن يوزع نظره بين المهاجم والكرة، ويستمر في مراقبتها في حذر وانتباه .  
وأخيراً فإن على كل لاعب مدافع أن يكون حريصاً على تقليل المسافة الدفاعية بينه وبين المهاجم كلما اقترب الأخير من الهدف وكلما حاول التصويب .

### - وتستخدم طريقة الدفاع رجل لرجل في الحالات الآتية :

- 1 - في الدقائق الأخيرة من المباراة، وذلك للضغط على الفريق المهاجم، والحصول على الكرة الذي يرغب هو الاحتفاظ بها أطول فترة ممكنة، نتيجة التفوق بفارق قليل من الأهداف .
- 2 - عند التعادل يكون المطلوب هو الفوز .
- 3 - لمفاجأة الفريق المهاجم، ومنعه من تطبيق خطته الهجومية .
- 4 - عندما يكون الفريق المدافع متفوقاً على الفريق المهاجم بدنياً ومهارياً .
- 5 - في حالة نقص أعضاء الفريق المهاجم .

## 1 - 6 طريقة الدفاع المركب (المختلط) :

نظرا للتطور الحاصل في العمل الخططي الهجومي ولجوء معظم الفرق إلى أكثر من خطه هجومي للوصول إلى هدف الفريق المدافع .

فأن الفريق المدافع إزاء هذه الحالة يضطر إلى استعمال أكثر من خطة دفاعية للحد من خطورة الفريق المهاجم، مرة يقوم الفريق المدافع باللجوء إلى دفاع المنطقة، ومرة أخرى يلجأ إلى دفاع رجل لرجل، ونظرا لعدم فعالية الطريقة الأولى للحد من خطورة الفريق المهاجم الذي يمتلك لاعب أو أكثر من لاعب يجيد التصويب من المناطق البعيدة، ولصعوبة الطريقة الثانية، وذلك لما تحتاجه من جهد بدني كبير، فإن الفريق المدافع في اغلب الأحيان يلجأ إلى طريقة الدفاع المركب، وهي عبارة عن خليط من دفاع المنطقة ودفاع الرجل لرجل، وفيها يتم اختيار لاعب أو لاعبين للقيام بمراقبة لاعب أو لاعبين من المهاجمين الخطرين، مستخدمين في ذلك طريقة الدفاع رجل لرجل، بينما يقوم باقي اللاعبين المدافعين بأداء واجباتهم الدفاعية من خلال تطبيق الدفاع عن المنطقة وهذا ما يطلق عليه الدفاع المركب، إذ يقوم قسم من أعضاء الفريق المدافع بأداء واجباتهم الدفاعية من خلال تطبيق طريقة الدفاع رجل لرجل، بينما يقوم القسم الباقي منهم بأداء واجباتهم الدفاعية من خلال تطبيقهم لطريقة الدفاع عن المنطقة .

## 1 - 7 الدفاع في حالات خاصة :

على اللاعبين المدافعين الأخذ بنظر الاعتبار بعض الحالات التي تحدث خلال اللعب، والتي لا يمكن لأية مباراة للعبة كرة اليد أن تخلو منها، لذا فإنها تتطلب اهتماما وتدريباً خاصاً، وذلك لان الدفاع الصحيح ضد هذه الحالات يعني الحصول على الكرة، وبالتالي بدء الهجوم المضاد .

ومن هذه الحالات :

- أ - الرمية الحرة.
- ب - رمية الـ 7 أمتار.
- ج - زيادة عدد المدافعين.
- د - نقص عدد المدافعين.

## 2 - خطط اللعب الهجومية :

يعد الهجوم احد جانبي الأعداد الخططي في لعبة كرة اليد التي تشتمل على الدفاع والهجوم . وكما هو معروف إن الهدف من الهجوم هو التصويب على المرمى وبالتالي تسجيل هدف ضد الفريق المنافس، ويبدأ هجوم الفريق لحظة انتهاء هجوم الفريق المنافس وفقدانهم الكرة، (فالهجوم هو الوسيلة التي يستطيع الفريق عن طريقها من تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الفريق المنافس). ويتم ذلك عن طريق فتح ثغرات أو خلخلة دفاع الفريق الخصم. وينتهي الهجوم لحظة فقدان الكرة من الفريق ويكون ذلك أما عن طريق التصويب على المرمى وإحراز هدف أو حصول مخالفة قانونية أو قطع الكرة من قبل الفريق المنافس، وفي لعبة كرة اليد هناك خطط اللعب الهجومية الفردية والجماعية والفرقية .

### 2 - 1 مراحل الهجوم :

يمر الهجوم الكامل من حيث مراحل حدوثه أثناء المباراة بمراحل متتالية، ومن الممكن نجاح الهجوم وإنهائه بمرحلة واحدة، أو قد تنتهي المراحل الأربعة دون أن يتم لها النجاح، فهناك تباين كبير في تركيز التدريب على مراحل معينة دون أخرى، أو الإجابة لفريق الدفاع وحسن قطع الكرة، أو اللياقة البدنية للفريق المدافع، فليس هناك مرحلة أفضل بصورة مطلقة. إنما هو جيد لموقف قد يكون غير مناسب لآخر وما يناسب فريق قد لا يناسب فريق آخر، ولنجاح أية مرحلة من المراحل الهجومية لا بد من إجابة وإتقان اللاعبين للقواعد الأساسية والمهارية الفردية الواجب توافرها في الهجوم، ثم تطبيق الخطة الهجومية الموضوعة من قبل المدرب. إذ أن كل مرحلة يجب ان تبني على أسس ومبادئ صحيحة وتدريب منظم وطويل المدى. وقد تتغير المراحل الهجومية المعطاة من قبل المدرب حسب ظروف المباراة والمواقف التي تحدث آنياً لذا فعلى اللاعبين اتخاذ التصرف الخططي السليم ضد الموقف الدفاعي الذي قد ينشأ، أي تطبيق المراحل الهجومية التي تتناسب وموقف الفريق المدافع وعلى الرغم من أن معظم مراحل الهجوم تعتمد على لاعبين اثنين أو ثلاثة في التسجيل إلا أن بقية اللاعبين في الفريق يكملون الهجوم مع فريقهم فمنذ اللحظة التي يسيطرون فيها على الكرة وحتى فقدانهم الكرة أو تسجيل هدف . وعليه فإن مباريات كرة اليد لا يمكن أن تنجح من حيث تحقيق الهدف المنشود منها بصفة عامة إلا بالتعاون الكامل والمؤثر بين أفراد الفريق جميعاً فاللعب الفردي يعد بالنسبة للهجوم الأساس الذي يقوم عليه العمل الجماعي الكلي .

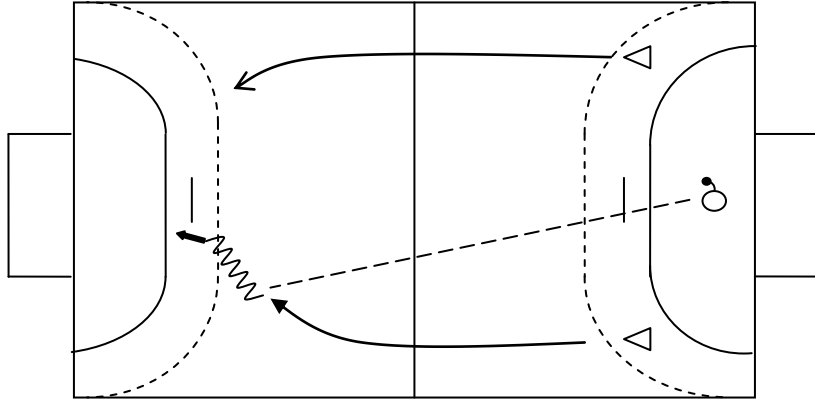
- وتقسم مراحل الهجوم الى اربعة مراحل وهي :

- 1 - مرحلة الهجوم السريع الفردي .
- 2 - مرحلة الهجوم السريع الموسع (الجماعي) .
- 3 - مرحلة بناء الهجوم (الهجوم من المراكز) .
- 4 - مرحلة إنهاء الهجوم (الاختراق) .

### 2 - 1 - 1 مرحلة الهجوم السريع الفردي (الخاطف) :

هي حالة اللعب التي يشترك فيها مهاجم واحد بعد قطعه للكرة او استلامه لمناولة واحدة من حارس المرمى أو أحد زملائه. وتتطلب منه مستوى عالٍ من الأداء الفني لاستلام الكرة وبطريقة سليمة وسريعة قبل أن يتمكن المدافعون من اتخاذ التشكيل الدفاعي المناسب وتنظيم صفوفهم. وتكون من أكثر الطرق مفاجأة بالنسبة للفريق الخصم والتي تستغرق ثواني قليلة تتراوح بين (3-6) ثانية للوصول إلى منطقة المرمى وتسجيل الهدف .

وتبدأ هذه الطريقة بانطلاق أحد المهاجمين إلى الأمام بطريقة سريعة قبل وصول المدافعين إليه والحصول على الكرة واستلامها من قبل زميله أو حارس المرمى بعد الجري مسرعاً نحو منتصف الساحة على امتداد خط الجانب ثم ينحرف قليلاً إلى الداخل عند وصوله الثلث الأخير من الملعب ، مع تقليل السرعة وتوجيه النظر نحو الكرة القادمة مع الاحتفاظ باتجاه جسمه والركض نحو مرمى الفريق المنافس لاستلام الكرة، وعند استلامه الكرة إما أن يستخدم الطبطة للوصول إلى الهدف أو يأخذ خطوات ثلاثة أو التصويب المباشر على المرمى وكما هو مبين في الشكل رقم (6).



شكل ( 6 )

يوضح حركة اللاعب لرحلة الهجوم السريع الفردي

#### - أسس نجاح الهجوم السريع الفردي:

إن أهم أسس نجاح الهجوم السريع الفردي بكرة اليد تتلخص بالاتي:

- 1 - أن يكون لاعبو الفريق يتمتعون بلياقة بدنية عالية وسرعة في الانتقال من حالة الدفاع إلى حالة الهجوم وسرعة الانتقال إلى ملعب الفريق الخصم.
- 2 - دقة المناولات الطويلة مع مراعاة سرعة هذه المناولات وان لا يكون مسار الكرة أثناء مناولتها للزميل على شكل قوس لان ذلك يبطئ وصول الكرة للاعب المنطلق نحو هدف الفريق المنافس في الهجوم السريع الفردي، مما يؤدي إلى وصول المدافعين إليه قبل وصول الكرة له.
- 3 - ضرورة وجود لاعبين سريعين بالأجنحة للانطلاق بالهجوم السريع وبصورة خاصة لاعب الجناح الذي لا توجد خطورة على المرمى من جهته.
- 4 - عدم استخدام الطبطة إلا إذا كانت المسافة بين اللاعب والمرمى كبيرة لان الطبطة تؤخر اللاعب واحتمال خروج الكرة عن سيطرته وبالتالي تنتهي الهجمة دون جدوى.
- 5 - ضرورة أن يكون لدى لاعب كرة اليد المقدرة على الرؤيا الجانبية أثناء الركض والتقدم إلى ملعب الخصم.
- 6 - مراعاة عدم استخدام المناولة المرتدة أثناء التقدم بالكرة وذلك لصعوبة استلامها أثناء الركض السريع.

## 2 - 1 - 2 مرحلة الهجوم السريع الجماعي :

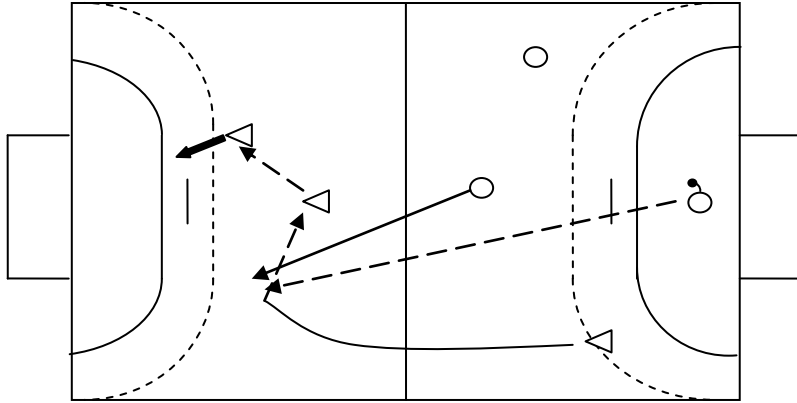
هذا النوع من الهجوم هو استمرارية الهجوم السريع الفردي ففي حالة تمكن أحد المدافعين من اللحاق بالمهاجم أو حدوث أي طارئ يتم اشتراك مجموعة أخرى من اللاعبين لغرض التغلب على مدافع غير منتظم. أو في حالة فشل الهجوم السريع الفردي بسبب وجود المدافع يتحول إلى مرحلة الهجوم السريع الجماعي وقد نطلق عليه الهجوم الموسع .

وتتميز هذه المرحلة بسرعة الانتقال من حالة الدفاع إلى حالة الهجوم وبتزايد عدد المهاجمين، لذا يجب على المهاجمين احتلال الموقع المناسب بهدف التخلص من رقابة مدافعي الفريق المنافس واتخاذ الموقف المناسب وكلما كان انتقال اللاعب بشكل سريع كانت فعالية الهجوم في التقدم نحو مرمى فريق الخصم مؤثرة وفعالة ومحققة للهجوم المرسوم. إذ يتم فيها مناومات سريعة بين المهاجمين وبشكل سليم لضمان وصول الكرة إلى أقرب نقطة من منطقة المرمى وبعدها قليل من المناومات. ولنجاح ذلك يمكن للاعبين الذي يؤدون الهجوم تأمين استقبال الكرة ودقة مناومتها إلى زملاء من اللاعبين. وللدقة أهميتها الكبيرة والميزة بالنسبة للمناومات حيث تعمل على جعل الكرة تحت سيطرة لاعبي الفريق وتناقلها بينهم، فالفريق الذي يمتاز لاعبه بدقة المناولة يكون أكثر كفاءة في تنفيذ الهجوم السريع الجماعي .

ويتم هذا الهجوم بمجرد انطلاق الكرة من يد الرامي نحو الهدف ويتم به انطلاق الجناحان إلى الأمام ومعهما أحد لاعبي الوسط ويتم التعاون بينهما بأسرع ما يمكن لعدم إعطاء فرصة لرجوع المدافعين وتنظيم صفوفهم. وكما هو موضح في الشكل رقم ( 7 ).

وللهجوم السريع الجماعي ثلاث حالات هي:

- الحالة لأولى : زيادة عدد المهاجمين على المدافعين.
- الحالة الثانية : تساوي عدد المهاجمين مع المدافعين.
- الحالة الثالثة : نقص عدد المهاجمين عن المدافعين .



شكل ( 7 )

يوضح حركة اللاعبين لمرحلة الهجوم السريع الجماعي

- أسس نجاح الهجوم السريع الجماعي :

هناك أسس مساعدة لنجاح الهجوم السريع الجماعي منها :

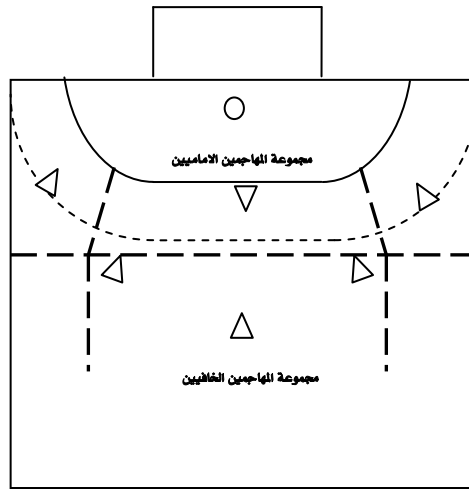
- 1 - يجب أن تكون المناومات قصيرة وسريعة بغية المحافظة على الكرة وعدم قطعها من الفريق المنافس ليعاود الفريق الخصم بعمل هجوم عكسي.
- 2 - ضرورة أن تتوفر لدى اللاعبين سرعة الحركة والتفكير والتصرف الصحيح والقدرة العالية على أداء المهارات الهجومية مع مراعاة عدم التسرع أثناء الهجوم.

- 3 - ضرورة أن يتمتع لاعبو الفريق بسرعة التصرف في المواقف التي قد يضعهم فيها لاعبو الفريق المدافع في المنطقة القريبة من المرمى.
- 4 - مراعاة عدد اللاعبين المشتركين بالهجوم فكلما كان عددهم كبيراً ازدادت فرص نجاح الهجوم نتيجة التفوق العددي للاعبين المهاجمين وضرورة احتلال الأماكن الصحيحة أثناء الهجوم.
- 5 - يجب أن يتمتع أعضاء الفريق بسرعة رد فعل عالية في الانتقال من حالة الدفاع إلى حالة الهجوم عند قطع الكرة من الخصم.
- 6 - يجب أن يحافظ اللاعبون على توازنهم الدفاعي أثناء التقدم نحو مرمى الفريق المنافس.

## 2 - 1 - 3 مرحلة بناء الهجوم (الهجوم من المراكز) :

تبدأ هذه المرحلة عند فشل المهاجمين في تطبيق الهجوم السريع الجماعي والذي لم تسنح لهم فرصة النجاح في تطبيق المرحلة بسبب وجود المدافعين، فيترجعون إلى الخلف للاحاق بزملائهم وتنظيم صفوفهم والبدأ بهجوم منظم، إذ يحتل كل لاعب مكاناً مناسباً حسب ظروف المباراة والخطة المرسومة مسبقاً. لذا تكون هذه المرحلة بمثابة الموجة الثالثة والتابعة لاستمرارية الموجة الثانية (الهجوم السريع الجماعي) والتي ترتبط بها ارتباطاً قوياً وتمتاز باستمرارية وانسيابية الطابع الحركي. إذ يجب أن يحدث انتقال من المرحلة الثانية للثالثة بصورة انسيابية في شكل حركة مستمرة ومتصلة دون أن يحدث ما يشبه الراحة بين الموجتين. ورغم احتياج هذه المرحلة لكثير من التعقل إلا إنه يجب أن يكون تعقلاً متحركاً سريعاً تكمن المخاطر في كل ثانية فيه بالنسبة للفريق المنافس وأن يكون ممكناً التوصل لإنهاء الهجمة في أي وقت أثناء البناء وفور سماح الظروف بذلك .

إن لكل لاعب في مرحلة بناء الهجوم مركزاً معيناً (ومن هنا يبدأ اللعب الهجومي) ويفضل قيام ثلاثة مهاجمين بالتوجيه السريع إتجاه مرمى الخصم ثم بعد ذلك يتبعهم ثلاثة آخرون لكي لا يعطي لفريق الخصم فرصة الراحة وتنظيم صفوفهم، إذ إن الغرض من هذه الطريقة هو زيادة عدد المهاجمين على المدافعين وذلك بتعاون وانسجام فيما بينهم لفتح الثغرة بين المدافعين واربك صفوفهم بوساطة المناولات وصولاً إلى مراكزهم والاقتراب من منطقة التهديد لأن ذلك يوفر فرصة أكيدة لأداء مهام أخرى، منها الحجز والخداع وبالتالي إعطاء فرصة أكبر للتصويب، وكما هو موضح في الشكل رقم ( 8 ).



شكل ( 8 )

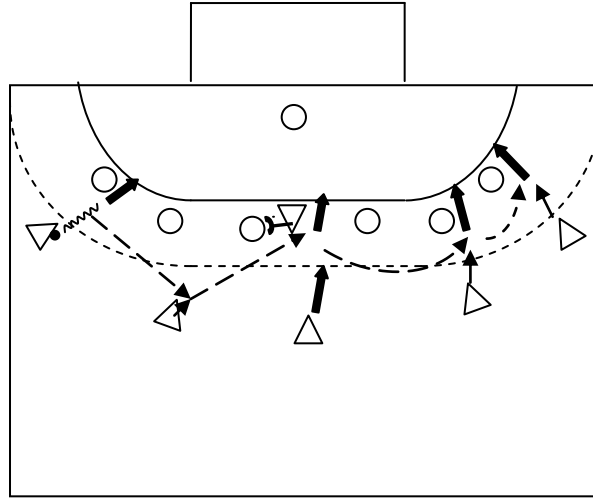
يوضح بناء الهجوم (الهجوم من المراكز)



## 2 - 1 - 4 مرحلة إنهاء الهجوم (الاختراق):

هي آخر مرحلة في الهجوم وتتم على اثر تكامل الفريق المدافع (اخذ وضع الاستعداد في الدفاع) والغرض منها تسجيل هدف عن طريق اللعب المتفوق عليه مسبقا.

وعليه يجب على كل لاعب أن يكون قادرا على إتقان المهارات الهجومية وتمتاز هذه المرحلة بزيادة سرعة اللعب، وشدة الحركة مع محاولة لفتح ثغرات في الدفاع المتماسك عن طريق تنفيذ واحدة أو أكثر من التشكيلات الأساسية الهجومية بغية التصويب على المرمى وان تنفيذ التشكيلات الأساسية الهجومية الغرض منها الحفاظ للحظات قصيرة على ما تم التوصل إليه نتيجة للتحرك الهجومي ليتسنى للمهاجمين التصويب على المرمى دون إزعاج من قبل المدافع وذلك عن طريق الحفاظ للحظات قصيرة على ثغرة بينية حتى يتسنى للزميل استغلالها بالاختراق أو التصويب أو الحصول على رمية جزاء أو الحفاظ للحظات قصيرة على ثغرة من فوق المدافعين إلى أن يتم التصويب وهذا يعني أن مرحلة الإنهاء الناجحة لا تعتمد على التشكيلات الأساسية في فتح الثغرات فقط وإنما يجب أن يكون هناك جهد مبذول قبل ذلك من خلال التحرك الهجومي أثناء مرحلة بناء الهجوم لتثبيت المدافعين وكلما أتقن الفريق عدد كبير من العمليات الهجومية واستخدامها بصورة متنوعة ومفاجئة كانت فرصة النجاح أكبر. وكما هو موضح في الشكل رقم ( 9 ).



شكل ( 9 )

يوضح إنهاء الهجوم ( الاختراق )

## 2 - 2 التشكيلات الهجومية :

ان التشكيلات الهجومية عبارة عن اتخاذ الفريق مراكز وأماكن محددة للاعبين مع تحديد واجبات كل لاعب في

مركزه الهجومي، ويتحكم في تكوين التشكيل الهجومي العوامل الآتية :

1 - التكوين الدفاعي للفريق المنافس، قوته او ضعفه الدفاعي .

2 - اسلوب التحرك الهجومي للفريق المهاجم .

3 - نوع التشكيلات التي ينفذها الفريق لانهاء عملية الهجوم .

4 - امكانية الفريق في تأمين عمقه الدفاعي في اثناء عملية الهجوم .

وتقسم تشكيلات الهجوم على وفق وضعية اللاعبين في الخط الخلفي والخط الأمامي، وأكثر التشكيلات التي تتبعها

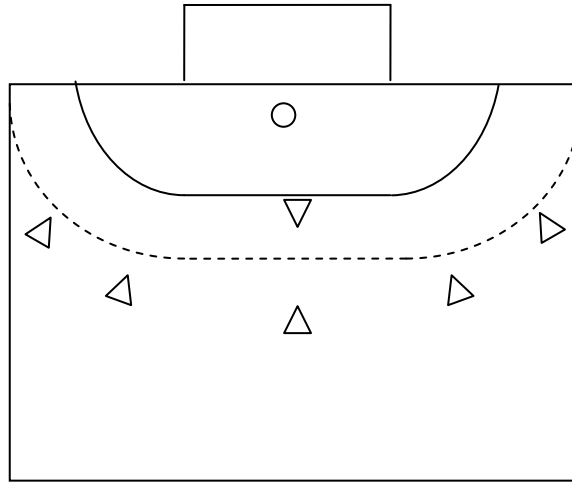
الفرق هي : ( 5 : 1 ) ، ( 4 : 2 ) ، ( 3 : 3 ) ، ( 2 : 4 ) .

## 2 - 2 - 1 التشكيل الهجومي ( 5 : 1 ) :

يستخدم هذا التشكيل أحياناً لتهدئة اللعب او عندما يريد الفريق اكتساب الوقت وخاصة في الدقائق الاخيرة من وقت المباراة، ويكون هذا التشكيل بوجود خمسة لاعبين في الخط الخلفي ولاعب واحد على الدائرة، ومن الضروري على لاعب الدائرة ان يجيد لعب الكرة ويكون ذا افق واسع في التفكير، اما لاعب الزاوية فيحصر عمله في مشاغل الدفاع ومحاولة التسلل من خلفه لغرض استلام الكرة والتصويب، أما لاعبو الخط الخلف فيمتازون بطول القامة واتقان التصويب وحسن التصرف فيما بينهم، كما في الشكل ( 10 ) .

ويستخدم هذا التشكيل في الحالات الآتية :

- 1 - ضعف حارس المرمى في صد التصويبات البعيدة .
- 2 - ضعف المدافعين وقصر القامة .
- 3 - الاحتفاظ بالكرة لأطول مدة ممكنة .
- 4 - وجود لاعبين يجيدون التصويب من المناطق البعيدة .
- 5 - وجود لاعب واحد يجيد اللعب على الدائرة .



شكل رقم ( 10 )

يوضح التشكيل الهجومي ( 5 : 1 )

## 2 - 2 - 2 التشكيل الهجومي ( 4 : 2 ) :

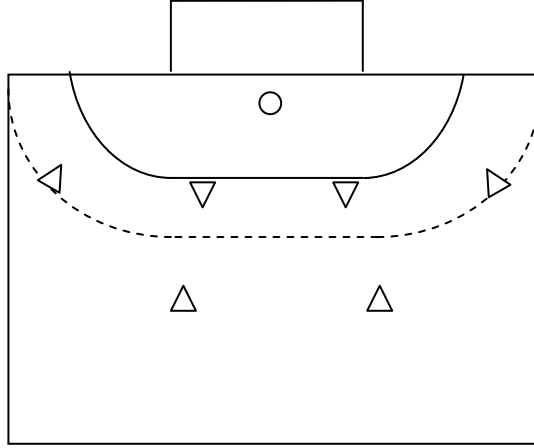
التشكيل الاساسي يكون بوجود اربعة لاعبين في منطقة التصويب البعيد ولاعبين في منطقة التصويب القريب، كما في الشكل ( 11 ) .

يستخدم هذا التشكيل في الحالات الآتية :

- 1- عندما يكون لدى الفريق مهاجمين خلفيين من 2 - 4 لاعبين يمتازون بالتصويب البعيد .
- 2 - عندما يكون لدى الفريق لاعبون اماميون قادرين على تشتيت انتباه الدفاع وفتح الثغرات ليستغلها لاعبو الخط الخلفي للتصويب .

ومن اجل استخدام هذا التشكيل يجب توافر ما يأتي :

- أ - عدد من اللاعبين طوال القائمة على مستوى عال من القدرة والمهارة للتصويب على المرمى .
- ب - توافر اكثر من لاعب يجيد اللعب باليد اليسرى بين افراد الفريق حيث ترتفع فاعلية التشكيل اثناء التحرك الهجومي بجانب اللاعبين الذين يستعملون اليد اليمنى وبالتالي خلق الثغرة .
- ج - قدرة لاعبو الدائرة على متابعة الكرات المرتدة، واحتلال الثغرات التي تنشأ من تحرك المدافعين .
- د - تأمين الكرة على قدر كبير من قبل لاعبي الخط الخلفي .

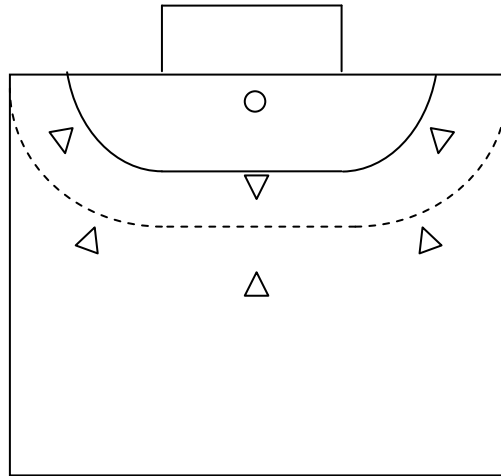


شكل رقم ( 11 )

يوضح التشكيل الهجومي ( 4 : 2 )

### 2 - 2 - 3 التشكيل الهجومي ( 3 : 3 ) :

يستخدم هذا التشكيل في حالة توافر ثلاثة لاعبين متخصصين في التصويب البعيد وثلاثة لاعبين اخرين متخصصين في لعب الدائرة، كما في الشكل ( 12 ) .  
ويعد هذا التشكيل من التشكيلات الهجومية الفعالة فيما اذا استخدم من قبل لاعبين اكفاء، وهو من التشكيلات الصعبة التي تحتاج الى مجهود بدني كبير ومهارة فنية عالية وتعاون وتفاهم بين اللاعبين .



شكل رقم ( 12 )

يوضح التشكيل الهجومي ( 3 : 3 )

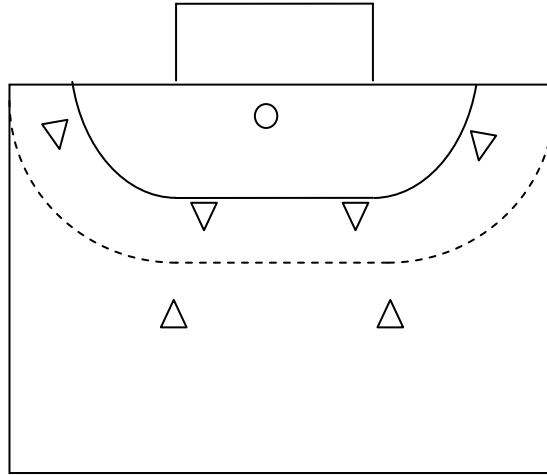
## 2 - 2 - 4 التشكيل الهجومي ( 2 : 4 ) :

التشكيل الاساسي يكون بوجود لاعبين في منطقة التصويب البعيد واربعة لاعبين في منطقة التصويب القريب، كما في الشكل ( 13 ) .

يستخدم هذا التشكيل في حالة توافر لاعبين اثنين متخصصين في التصويب البعيد مع تميزهم في الوقت نفسه بمهارات وقدرات اللعب على الدائرة، وكذلك يجب اتقان المهاجمين الاربعة التصويب القريب المتقن عند الدائرة .

ومن اجل استخدام هذا التشكيل لابد من توافر ما يأتي :

- 1 - المحافظة على تأمين الكرة .
- 2 - توافر عدد من اللاعبين ممن لديهم القدرة على اللعب في المنطقتين الامامية والخلفية .
- 3 - قدرة الفريق على نقل ثقل اللعب وبمهارة من المنطقة الخلفية الى المنطقة الامامية وبالعكس عن طريق التحرك السريع للاعبين .



شكل رقم ( 13 )

يوضح التشكيل الهجومي ( 2 : 4 )

## 2 - 3 الحجز:

هو عملية يقوم بها احد افراد الفريق ليسانعده زملائه في الوصول إلى مرمى الفريق الخصم دون أي عرقلة من اللاعبين المدافعين وذلك بتحديد حركتهم من قبل هذا اللاعب.

أو هو محاولة تعاون بين لاعبين أو أكثر، الذين يحاولون تقليل حركة المدافعين وتحديدتها وان يمكن احد الزملاء من اللاعبين من الوصول الى مكان مناسب للتصويب او بخلق منطقة غير مراقبة يمكن اختراقها .

إن عملية الحجز تتم بواسطة جذع اللاعب الحاجز , أن حركة الحجز إذا تمت قبل الأوان فأن هذا اللاعب سوف يضطر إلى استعمال يديه أو ساقيه أو الحوض وذلك كما هو معروف غير صحيح من الناحية القانونية وان ذلك يحدث لأن اللاعب المحجوز سوف يشعر بعملية الحجز المنفذة ضده مما يجعله يقوم بعملية التخلص من الحجز ضد هذا اللاعب أن حركة الحجز المفاجئة تكون فعالة وذات تأثير وبصورة خاصة إذا بدأ المهاجم الذي يروم الاختراق بحركات سريعة وغير

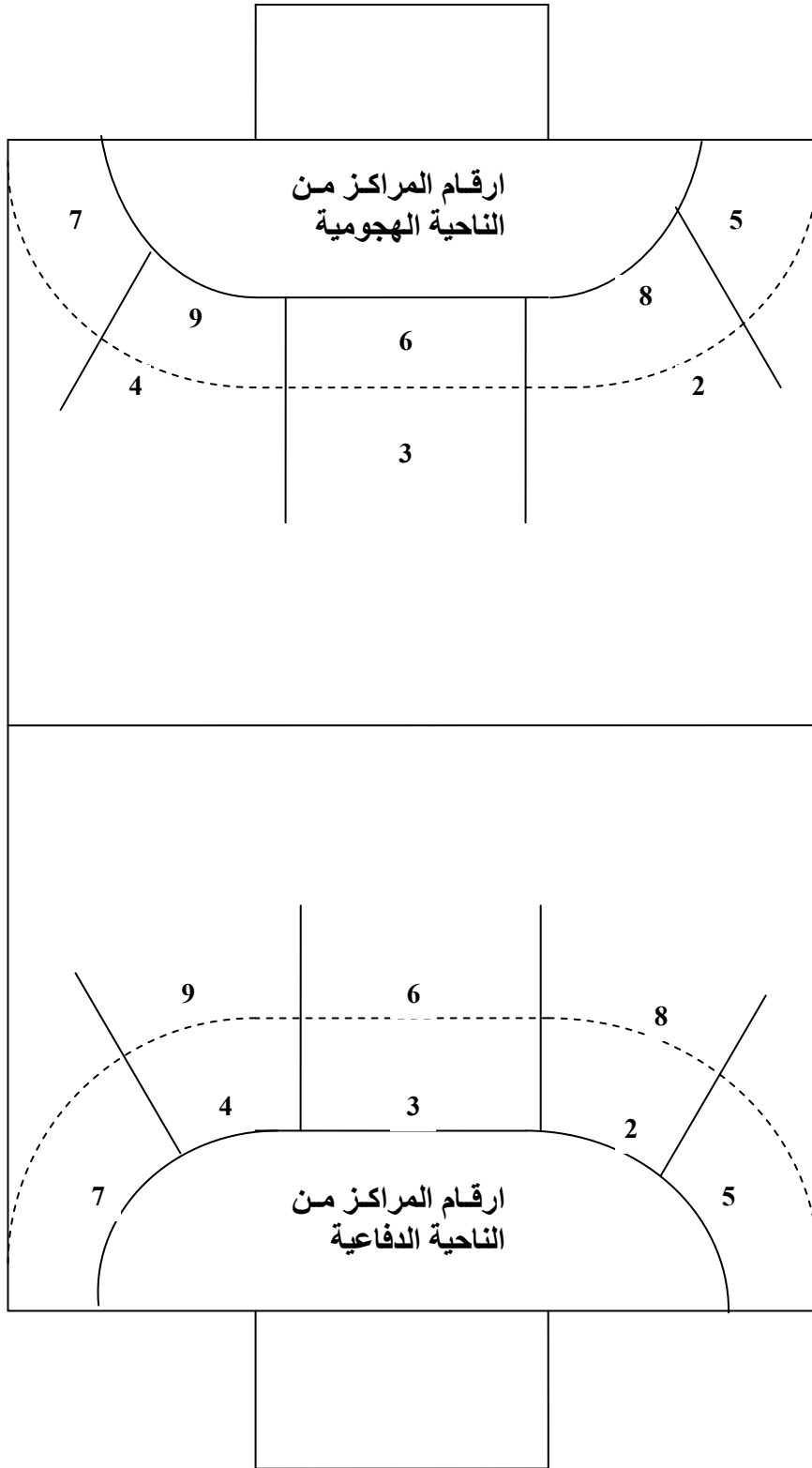
ثابتة وذلك بحركة خداع إلى الجهة المعاكسة كما أن اللاعب المهاجم الذي يقوم بعملية الحجز يقوم قبل أداء عملية الحجز بالوقوف قرب لاعب مدافع من الفريق وحين يبدأ عمل الحجز ينتقل بسرعة إلى اللاعب المعني بالحجز ويقوم بحجزه أما بما يسمى بالحجز الأمامي أو الحجز الجانبي أو الحجز بالظهر ويجب على اللاعب الحاجز بعد إتمام عملية الحجز بالظهور ويجب على اللاعب الحاجز بعد إتمام عملية الحجز بصورة جيدة الانتقال إلى وضع أو مكان خالي من الرقابة ويجب إن يكون هناك توافق بين اللاعب الذي يقوم بعملية الحجز وباقي لاعبي الفريق كما يجب أن يكون الحجز لرهة لأنه عملية الحجز السريعة تربك اللاعب المدافع ويجب أن لا يشعر الخصم بالحجز إلا بعد فوات الأوان وان يكون الحجز بصورة قانونية أي يجب أن يستخدم اللاعب الحاجز الجسم بالحجز بالصورة القانونية.

## 2 - 4 تغيير المراكز :

إن عملية تبادل أو تغيير المراكز بين لاعبين اثنين أو أكثر تتم بتقاطع سير الخطوط التي يركض بها كل واحد مع الآخر وذلك أمام اللاعبين المدافعين أو من خلالهم في محاولة لاستغلال الثغرات التي تحدث بغية التصويب على مرماهم أو مناولة الكرة للزميل أو لاعب الارتكاز(الدائرة) إذا كان خال من الرقابة للتصويب أو استغلال عملية الحجز التي يؤديها لاعب الارتكاز والدخول أو الاختراق ويمكن أن يتم كل ذلك التبادل في المراكز بالكرة أو بدون كرة كما يحدث عندما يتبادلا لاعبي الزوايا مراكزهما.

إذ إن الهدف الرئيسي من عملية تبادل المراكز هو خلخلة الدفاع عن طريق إرغام المدافعين على القيام بحركات باتجاهات خاطئة نتيجة الضغط على المدافعين من جراء القيام بتغيير المراكز مما يؤدي إلى تيسير مهمة الفريق المهاجم في إحراز الهدف من جراء التصويب أو الاختراق أو جعل الذراع التي تحمل الكرة غير مراقبة مما يسهل من مهمة اللاعب في التصويب على المرمى. أو إرباك المدافعين وتكديسهم في منطقة معينة من ساحة اللعب أو الدفاع في وسط المنطقة المحصورة بين خطي الرمية الحرة ومنطقة المرمى ومن ثم استغلال الزوايا الغير مراقبة في التصويب على المرمى.

## مراكز اللعب من الناحية الهجومية والدفاعية بكرة اليد



### ارقام المراكز من الناحية الهجومية

- المركز رقم (2) اللاعب الساعد او الضارب الخلفي من جهة اليمين .
- المركز رقم (3) اللاعب الموزع او صانع الالعاب .
- المركز رقم (4) اللاعب الساعد او الضارب الخلفي من جهة اليسار .
- المركز رقم (5) لاعب الزاوية او الجناح من جهة اليمين .
- المركز رقم (6) لاعب الدائرة او الارتكاز .
- المركز رقم (7) لاعب الزاوية او الجناح من جهة اليسار .
- المركز رقم (8) لاعب الدائرة او الارتكاز عندما يتحرك الى جهة اليمين .
- المركز رقم (9) لاعب الدائرة او الارتكاز عندما يتحرك الى جهة اليسار .

### ارقام المراكز من الناحية الدفاعية

- المركز رقم (2) اللاعب المسؤول عن الدفاع ضد لاعب الساعد من جهة اليمين .
- المركز رقم (3) اللاعب المسؤول عن الدفاع ضد لاعب الدائرة .
- المركز رقم (4) اللاعب المسؤول عن الدفاع ضد لاعب الساعد من جهة اليسار .
- المركز رقم (5) اللاعب المسؤول عن الدفاع ضد لاعب الزاوية من جهة اليمين .
- المركز رقم (6) اللاعب المسؤول عن الدفاع ضد صانع اللعب في الوسط .
- المركز رقم (7) اللاعب المسؤول عن الدفاع ضد لاعب الزاوية من جهة اليسار .
- المركز رقم (8) اللاعب المسؤول عن الدفاع ضد صانع اللعب عندما يتحرك الى جهة اليمين .
- المركز رقم (9) اللاعب المسؤول عن الدفاع ضد صانع اللعب عندما يتحرك الى جهة اليسار .

- ما هي واجبات الحكمان قبل واثناء وبعد المباراة ؟

#### أ - قبل المباراة :

- 1 - يراقب الحكمان سلوك اللاعبين واداريي الفرق من لحظة دخولهما المبني حتى مغادرتهم اياه .
- 2 - الحكمان مسؤولان عن فحص ساحة اللعب والمرميين والكرات قبل بداية المباراة ، ويقرران أي الكرات سوف تستخدم .
- 3 - كذلك يتأكد الحكمان من حضور الفريقين بالزي المناسب .
- 4 - يدقق الحكمان استمارة التسجيل وتجهيزات اللاعبين .
- 5 - يتأكدان الحكمان من ان عدد اللاعبين والاداريين في منطقة التبديل في حدود المسموح به، كما يتأكدان من حضور وهوية اداري الفريق المسؤول لكل فريق .
- 6 - يقوم احد الحكمين باجراء القرعة بحضور الحكم الاخر واداري الفريق المسؤول .

#### ب - اثناء المباراة :

- 1 - الحكمان مسؤولان عن التأكد من ان المباراة لعب طبقا لقانون اللعبة، ويجب عليهما معاقبة أية مخالفات .
- 2 - الحكمان مسؤولان عن تسجيل الاهداف .
- 3 - الحكمان مسؤولان عن تسجيل الملاحظات حول حالات الانذار والايقاف والاستبعاد .
- 4 - الحكمان مسؤولان عن مراقبة زمن اللعب .

#### ج - بعد المباراة :

- بعد المباراة يكون الحكمان مسؤولين عن اكمال استمارة التسجيل بشكل صحيح، ويجب ان توضح في تقرير المباراة حالات الاستبعاد ( أي السلوك غير الرياضي الجسيم جداً ) .



- ما هي واجبات المسجل والمؤقت ؟ وما هي المسؤوليات المشتركة بينهما ؟

**أ - واجبات المسجل :**

- 1 - يكون المسجل المسؤول الاساسي عن قوائم الفرق، وورقة التسجيل .
- 2 - يكون المسجل المسؤول الاساسي لدخول اللاعبين الذين يصلون بعد بداية المباراة، ودخول اللاعبين الذين لا يحق لهم الاشتراك في اللعب .

**ب - واجبات المؤقت :**

- 1 - يكون المؤقت المسؤول الاساسي عن زمن اللعب ، والاوقات المستقطعة ، وزمن الايقاف للاعبين الموقوفين .
- 2 - في حالة عدم توفر ساعة لوحة الاهداف العمومية، يجب على المؤقت ان يبلغ اداري الفريق المسؤول لكل فريق كم مضى من الوقت او كم تبقى منه، وخاصة بعد الاوقات المستقطعة .
- 3 - يكون المؤقت المسؤول عن ايقاف المباراة فقط عندما يكون ذلك ضروريا .

**- المسؤوليات المشتركة بينهما ؟**

- 1 - مراقبة عدد اللاعبين واداريي الفريقين في منطقة التبديل .
- 2 - دخول وخروج اللاعبين البدلاء .

## اشارات اليد



3- الضرب



2 - الطبطة غير القانونية



1- دخول منطقة المرمى



6- التحويط ، المسك او



5 - الخطأ الهجومي



4- اكثر من 3 خطوات  
الدفع  
او الاحتفاظ بالكرة اكثر  
من 3 ثوان



9 - الاحتفاظ بمسافة 3 امتار



8 - اتجاه الرمية الجانبية



7- اتجاه الرمية الحرة



12- الهدف



11- اللعب السلبي



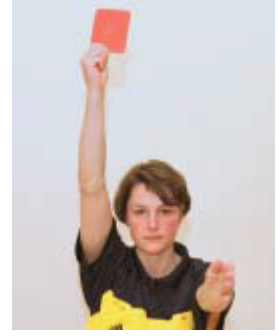
10- رمية حارس المرمى



15- الوقت المستقطع



14- الايقاف (2 دقيقة)



13- الانذار (بطاقة صفراء)  
الاستبعاد (بطاقة حمراء)



17 – الاشارة التحذيرية  
للعب السلبي



16 – السماح لشخصين  
(مؤهلين للاشتراك) بدخول  
الملعب اثناء الوقت المستقطع

## المصادر

- 1- احمد خميس راضي السوداني وجميل قاسم محمد البدري ؛ موسوعة كرة اليد العالمية، ط 1 : (لبنان، مؤسسة الصفاء للمطبوعات، 2011).
- 2- صبحي احمد قبلان؛ كرة اليد(مهارات-تدريب-تدريبات-اصابات)، ط1: (عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2012) .
- 3- ضياء الخياط ونوفل محمد الحياي؛ كرة اليد: (الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، 2001).
- 4- ضياء الخياط وعبدالكريم قاسم غزال؛ كرة اليد: (الموصل، مديرية دار الكتاب للطباعة والنشر، 1988).
- 5- فتحي احمد هادي؛ التدريب العملي الحديث في رياضة كرة اليد- التدريب-النظريات-التطبيق-الطرق-الوسائل الفسيولوجيا-انتاج الطاقة-التخطيط: (الاسكندرية، مؤسسة حورس الدولية، 2010).