

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة وهران للعلوم والتكنولوجيا
معهد التربية البدنية و الرياضية
محاضرات كرة السلة
السنة الثالثة ليسانس -تربية بدنية ورياضية-
المحاضرة رقم 13

التحضير التكتيكي (الخطي) عند لاعبي
كرة السلة
-التحضير الخطي الهجومي

المدة: ساعة ونصف

الدكتور: قراش لعجال

2025-2024

محاضرة رقم 13

- التحضير التكتيكي (الخطي) عند لاعبي كرة السلة. - التحضير الخطي الهجومي

مقدمة

يُنظم نشاط كرة السلة حول هدف اللعبة و الذي هو قبل كل شيء التسديد للسلة والذي يسعى كل فريق لتحقيقه للفوز بالمباراة. نهاجم أم يجب أن نركز على الدفاع بدلاً من ذلك؟ غالباً ما تكون تكتيكات اللعبة هي من العوامل الحاسمة في نتيجة المباراة، أي: النصر أو الهزيمة. ففي هذه المحاضرة، سنتطرق ونكتشف أساسيات الإستراتيجية، وتكتيكات كرة السلة النموذجية والتدريبات التي يمكن دمجها في التدريب للحصول على الإجراءات الإستراتيجية المختلفة، كما سنتطرق إلى المفاهيم و المصطلحات المرجعية في كرة السلة مفهوم التكتيكات يشمل جميع الإجراءات الهجومية أو الدفاعية التي يستخدمها اللاعبون لتحقيق هدف معين و يمكننا التمييز بشكل أساسي بين نوعين من التكتيكات، وهما: التكتيكات الدفاعية و التكتيكات الهجومية.

مهما كان الاختصاص الرياضي، فإن التكتيكية لها دور راجح في النجاح التنافسي، و من المستحيل توقع الأداء الرياضي الأفضل بتقنية ضعيفة أو بخلفية: إذا كان الزوجان "التقني - التكتيكي" مرتبطين في فذلك لأنهما يشكلان قلب الرياضة. و مع ذلك، تختلف الأساليب و التكتيكات من حيث الأهداف المراد تحقيقها. بالنسبة للهدف من التكتيكات هو تعديل علاقة الرياضي بالبيئة التنافسية في المباراة للاستجابة بشكل أكثر فعالية للمواقف الإشكالية الحقيقية التي يطرحها الخصم. و يمكننا أيضاً التفريق بين الإستراتيجية الفردية و الاستراتيجية الجماعية حيث تتضمن الإستراتيجية الفردية جميع الإجراءات الهجومية و الدفاعية التي لا يمكن أن يقوم بها إلا لاعب واحد في الفريق. أما في الاستراتيجية الجماعية، فسيحاول اللاعبون الخمسة معا تحقيق هدف معين.

1- تعريف.

لقد ورد العديد من التعاريف المتعلقة بمفهوم "التكتك" و التي اخترنا منها خمسة، تجمع كل التعاريف الأخرى:

- نعني بـ "التكتيكات"، "السلوك العقلاني المعدل حسب القدرة الذاتية والمعارضة و الظروف الخارجية في رياضة فردية أو جماعية." وينك. (Weineck)

- التكتيكات الرياضية في شكلها النهائي هي فن قيادة المواجهة الرياضية" ماتفييف (Matviev)

- "التكتيك" هو أسلوب لتسيير الصراع الرياضي و تصميمه و ترشيده و اقتصاده و مخطط له. التكتيك يثمن الصراع الرياضي بمساهمة فكرية معينة " رسينوفسكي (Racinovsqui).

- "التكتيكات هي الجزء النظري من استخدامهما ضد خصم معين في ظروف. الذي يدرس وسائل و إجراءات وأشكال الصراع الرياضي، و كذلك الجماعية أثناء الصراع ضد الخصم بهدف الحصول على أجل النصر." يوجد الو. (Bogdalow)

- "تكتيك اللعب يعني الاستخدام العقلاني نتائج أفضل". (Dragomire) يسمح لنا تحليل هذه المفاهيم المختلفة بقول:

- أن الصراع الرياضي ضد معارضة حازمة ليست هي نفسها دائماً) يفترض أن تتغير بالشكل و الخصوصية و المفهوم و الإعداد وفقاً لخصم اليوم.

- أن التكتيك هو البحث المستمر في تحديد السبل الوسائل والأساليب لتنفيذ هذه الصراع و تكريسه بشكل فعال من خلال نتائج أفضل تترجم إما بالنصر أو بتحسين جودة اللعب.

- عنصر التضامن من خلال استخدام كل الإمكانيات البشرية و التكامل في اللعب الفردي و الجماعي و الفريق ككل. و منه يمكن تعريف الخطة أو التكتيك بأنها " جزء من اللعب في كرة السلة أو أي رياضة جماعية أخرى تقوم على دراسة قواعد تطوير اللعب، كما تدرس وسائل و ال و أشكال الصراع خلال اللعب وكيفية استعمالها العقلاني خلال اللعب".

و تتطلب التكتيكات الحديثة عدداً كبيراً من الوسائل والإمكانيات و التي هي أولاً وقبل كل شيء القدرة المهارية (الفنية) للعبة، وبالتالي يتم تعريف التكتيكات على أنها الاستخدام الرشيد (العقلي) لهذه المهارات الفنية و التي تتطلب توفير تعلم مختلف التفاعلات و الحركات المختلفة خلال اللعب.

2 مهمة التحضير التكتيكي:

1-2- تطوير صفات التفكير التكتيكي: هذه مهمة تتطلب عدة سنوات من التدريب و هي ذات طابع فكري يرتبط التفكير التكتيكي بالإدراك و التحليل و الحل العقلي و في نهاية المطاف الحل الحركي عند لاعبين كرة السلة، يرتبط هذا الأمر بقدرات اللاعبين على:

استيعاب المعلومات المتعلقة بالحلول الملموسة أثناء المنافسات و معالجتها بسرعة...

استباق إجراءات و تحركات و مناورات الخصم.

اختيار بسرعة من بين العديد من البدائل والمهام التكتيكية الفعالة.

2-2- التعزيز المنهجي للمعرفة بشأن الأشكال الفعالة لاتجاهات تطوير التكتيكات
جمع ما يحي للمعلومات عن المنافس المحتمل و شروط المنافسة اللاحقة
- تنظيم المراقبة التربوية.

تحقيق دراسة عن اللاعبين و الفرق (نقاط القوة - نقاط الضعف - أسلوب اللعب - الخصائص الدفاعية /الهجومية).

التعزيز الميحي للمعرفة بشأن الأشكال الفعالة لاتجاهات تطوير التكتيكات -2-3-
جمع منهم للمعلومات عن الخصم المحتمل و شروط المنافسة اللاحقة:
- تنظيم المراقبة التربوية.

تحقيق دراسة عن اللاعبين و الفرق (نقاط القوة - نقاط الضعف - أسلوب اللعب - الخصائص الدفاعية والهجومية).

2-4- وضع خطط تكتيكية جديدة لكل خصيم.

2-5- تحسين الميارات التكتيكية بالارتباط بالإعداد البدني و الفني التحضير المتكامل (عندما يتعلق الأمر بالتحسين).

- يجب أن يكون هناك توزيع للقوى واستبدال اللاعبين و تمديد اللعب (في المدة).
استخدام الأساليب الجيدة في الوقت المناسب : التدريبات التكتيكية التي تتطلب الاختيار الصحيح للوسائل التقنية، وربطها بسرعة بالتنفيذ

3- المكونات الأساسية للتكتيك الهجومية:

يخضع الإعداد التكتيكي للمعرفة و استيعاب الخصائص الأساسية للاختصاص، وبالتالي فهو التصنيف التكتيكي وتكتيكات هجومية و أخرى دفاعية.

3-1- التكتيكات المجموم في هذا الجزء ،مبادئه و ينقسم الإعداد التكتيكي في كرة السلة إلى ع. موكت

3-1-1- المهارات الفردية: في كرة السلة تؤكد:

حركات بدون كرة - احتلال المكان الهجومي الحر، أو :

- الهروب من المدافع (dismarriage) - لأخذ الكرة - لمهاجمة السلة.

أن هناك 4 أشكال الهروب من المدافع القطع الأمامي على شكل الحرف - على شكل الحرف C على شكل الحرف L - وعلى شكل الحرف 5 (البروب المزدوج)

- الحركات بالكرة موقف العديد الثلاثي: عندما يستلم المهاجم الكرة، يجب أن يكون مستعدا للتمرير أو المحاورة أو التسديد و ذلك حسب الموقف فباستثناء الحالات التي تتطلب قرارا فورياً، يجب على اللاعب الذي يستلم الكرة القيام

بوضع " الهديد الثلاثي"، والذي يدور حول الحصول على وضع متوازن يسمح لنا باستلام الكرة، حتى تتمكن من التمرير أو المحاورة أو التسديد لذلك، في وضع " الهديد الثلاثي"، يجب على اللاعب:
- مواجهة السلة إذا كان خارج المنطقة المحصورة.
- تحديد قدمه المحورية.

- جعل الكرة قريبة من ارتفاع الورك.
- خلق " مساحة" بتحريك الكرة بقوة المرفقين متجهين للخارج و "مسح" الكرة بقوة بعيدا عن يدي المدافع و إفساح المجال بين اللاعبين أن يكون اللاعبون و السلة في مجال الرؤيا.

-يقوم عدد من المدربين بتعليم اللاعبين استخدام " القدم الأمامية"، التي يمكن استخدامها لتحقيق خدعة الانطلاق حول الجسم لجعل المدافع يتراجع قليلاً.

23- الأساليب التكتيكية للعب بين الزوجين و الثلاثية

الهجوم هو جزء من اللعب يتطلب من اللاعبين أولاً أن يتعرفوا على ما يحدث فيه، ثم أن يستجيبوا بناءً على ذلك و بصورة صحيحة والأساليب الفنية للعب بين الزوجية و الثلاثية هي أساس الأساليب الهجومية في كرة السلة، و هي كما تلاحظ من اسمها تشمل لاعبان أو ثلاثة يعملون معا احتلال مساحة يمكن للكرة أن تتحرك فيها، ليتمكن لاعب من التصويب فيها وتسجيل السلة و من بين هذه التسلسلات الأكثر شيوعاً في الألعاب الهجومية بين الزوجية و الثلاثية وهناك:

1-23- الهجوم بين الزوجية:

العاب التمرير و القطع Give and Go هي نوع من التمرير و القطع نحو السلة يقوم خلالها اللاعب الحامل للكرة بالتمرير الزميله و يقوم بالقطع نحو السلة ليستلم التمريرة منه فوراً مرة أخرى، و يمكن تنفيذ العاب

التمرير و القطع في أي مكان من الملعب طالما أن هناك مساحة خالية يمكن للاعب أن يقطع فيها ليستلم الكرة. و يتم هذا النوع من اللعب بين صانع الألعاب و الجناح، أو بين الجناح و صانع اللعب، أو بين لاعب الارتكاز و أي لاعب من اللاعبين الخارجيين. و يجب على اللاعب القاطع أن يقطع بين المدافع و الكرة.

وضع و استخدام الحاجب (ألعاب الحاجب screening)

وضع الحاجب عبارة عن عملية مساعدة هجومية تهدف إلى تحرير مهاجم واحد أو أكثر. و هو عرقلة جسمية لحركة المدافع على شريك يحمل الكرة أو لا يحمل و الغرض من الحاجب أو لعبة الحاجب هو --تحرير الشريك وبالتالي تعطيل الإجراءات الدفاعية للمنافس.

-يتضمن أي لعبة الحاجب أو (استخدام للستار)

-أساسيات الهجوم الفردي (وضع و استخدام بنية تكتيكية).

-على لاعبين اثنين على الأقل فهو لا يتطلب فقط إتقان قبل كل شيء القدرة على اتخاذ الخيارات المناسبة (اللعبة) ويسبق جميع إجراءات وضع اللعب باستخدام الحاجب أعمال تحضيرية أساسية مثل الخداع و الهروب من المدافع بخطوة الطعن هدف المهاجم الذي سيضع الحاجب هو إغراء المدافع الخاص به بطريقة تجعله يزعج عملية وضع الحاجب بأقل قدر ممكن (تأثير المفاجأة) و ذلك بإعلان شفهي لوضع الحاجب أو بواسطة إجراء حركة ضد مثبت أو واضع الحاجب أما هدف المياجم الذي سيستفيد من الحاجب هو جذب المدافع بطريقة تسهل وضع الحاجب و تجعله فعالاً قدر الإمكان فهو يسحب أو يحضر المدافع إلى الحاجب و يميز عدد من وضعيات استخدام الحاجب أو ألعاب الحاجب الموجودة في كرة السلة؛ فمهما ما يستخدم على حامل الكرة الالتقاط والدرجة) و ألعاب الحاجب على لاعب غير حامل للكرة (حاجب عمودي، أفقي قطري، معاكس)، لكل من هذه الحركات، يميز بين الحاجب الأعمى و الحاجب المرني، فالأول، نقصد به أن المدافع لا يرى المهاجم و هو يضع الحاجب و بالنسبة للحاجب المرني، فمن الواضح أنه بالعكس المدافع يرى ذلك استخدام الحاجب على غير حامل الكرة استخدام الحاجب على غير حامل الكرة استخدام الحاجب على حامل الكرة المعاكس

- الحاجب القطري

-الحاجب الأفني/ العمودي

- الحاجب الالتقاط والدرجة

الالتقاط و الدرجة و الذي هو معروف بـ Roll & Pick عند الأخصائيين، هو نمط قياسي و شائع جدا في كرة السلة.

يستخدم هذا التكتيك عندما يقود لاعبان في الهجوم أحدهما بالكرة بينما يواجهان مدافعان.

و يتم هذا التكتيك عندما يكون لاعب في الفريق في موقف هجومي ولا يمتلك الكرة بأداء "الستار" (Pick) بين حامل الكرة والمدافع الذي يحاول مواجهة هذا الأخير. وبالتالي، يتمتع المهاجم الذي يحمل الكرة بزماد الحرية في محاولة التسديد أو الركض نحو السلة أو حتى تمرير الكرة إلى زميله في الفريق الذي بعد أداء الستار يتحرك بسرعة نحو السلة (تدريج Roll). في هذه الأثناء، يتم تكليف المهاجمين الثلاثة المتبقين بمواجهة المدافعين الثلاثة الآخرين.

لتقاطعات (splitting) الهدف منه هو تحرير المصوب بسرعة فائقة فبدية الحركة هي نفسها دائما: اللاعب الداخلي يأخذ الكرة في وسط الملعب، خلف خط النقاط الثلاث. ويقوم اللاعب صانع الألعاب بوضع ستار إلى الظهر (الجناح) الذي يقطع إلى الجانب الآخر من المنطقة المحصورة. هنا يقوم صانع الألعاب

بالتراجع إلى خط النقاط الثلاث، بدلاً من البقاء في مكانه، حيث يمكنه استلام الكرة والتسديد.

2-2-3- الهجوم بثلاثة لاعبين

في حالة الهجوم بـ 3 لاعبين يمكن التحدث عن عدد من الخطط التي تسمح بالتقدم بالكرة نحو السلة أو مناطق التسديد. والتغلب على الدفاع اللصيق ونعد مها العديد من التكتيكات الهجومية، كالثمانية الصغرى (le petit huit) الذي يقوم على اللعب منع المتتالي للاعبين من حراسة التقاطعات بين اللاعبين للعلم فإن كل الدوران حول اللاعب للهروب من الدفاع، والمنع المزدوج والهجومية ستدرس في السنة 3 اختصاص).

-الهجوم على شكل مثلث استراتيجية هجومية أخرى تحظى باستعمال كبير في كرة السلة

-هجوم المثلث يتطلب هذا التكتيك قبل كل شيء تماسك فريق قوي وتفاعل جيد للغاية بين مختلف اللاعبين لأنه في هذه الحالة يتموقع ثلاثة من المهاجمين في جزء من الملعب لتشكل مثلث. يتكون هذا المثلث عادة من المحور والجناح وصانع الألعاب المتمركزين، لأحدهما، قريب جدا من السلة، و للثاني بزواوية في الملعب أيضا بالقرب من السلة و للثالث للجناح.

هذا التشكيل من الهجوم يفضل التمريرات السريعة وتحركات اللاعبين بحيث يصعب على الدفاع مواجهة المهاجمين. و يوضح كيفية حدوث هجوم المثلث. عندما يتعلق الأمر بالحركات الجماعية الهجومية، هناك العديد من تكتيكات اللعبة التي يمكن لفرق كرة السلة تطبيقها: فالهدف من الهجوم دائما هو اختراق دفاع الخصم للسماح لزميله بمحاولة التسديد أو الحصول على رمية حرة. و الحركات الهجوم الجماعية الرئيسية هي نوعان:

الهجوم السريع في كرة السلة، تتحدث بشكل أساسي عن تكتيكين أساسيين في الهجوم السريع: الهجوم الموضعي(الهجوم المبكر " early offense باللغة الإنجليزية) والهجوم المضاد: فالهجوم المضاد: في الهجوم المضاد، يحاول الفريق مباشرة استعادة الكرة للصعود إلى الملعب في أسرع وقت ممكن للوصول إلى سلة المنافس أثناء الصعود، لا يتم وضع المهاجمين أو المدافعين بشكل صحيح. ينصب التركيز على التمريرات الناجحة و السريعة تسمح هذه اللعبة السريعة، إذا جاز التعبير، بمباغرة دفاع الخصم الذي لم يتح له الوقت لتنظيم نفسه.

فيدفه هو البحث عن الهجوم بأكبر عدد ممكن من اللاعبين الفائض العددي في الهجوم على الدفاع. و يكون هذا الهجوم: 1 ضد 0، أو 2 ضد 1، أو 3 ضد 2، كما يمكن أن تصادف الهجوم السريع المبني على 1 ضد 1، أو 2 ضد 2 أو 3 ضد

-الهجوم الموضعية على العكس من ذلك في الهجوم الموضعي يسعى الفريق المياجم إلى التكيف بشكل جماعي مع الإستراتيجية الدفاعية للمنافس، ويتم بناء الهجوم على أساس وضع مناسب للاعبين أثناء الحركات و التمريرات و الصد (في حالة دفاع رجل لرجل أو حتى التقاطعات (في حالة دفاع المنطقة) فالفريق المنافس هو العناصر المحددة للهجوم.

نتحدث اليوم أيضا عن الأنظمة الهجومية، أي متغيرات متسلسلة، والحركات المصقولة جيدا حيث يلعب كل مياجم : محددًا. و مع ذلك فهي معقدة نسبيًا و تتطلب دراستها و تدريبها

و هناك العديد من التكتيكات في كرة ال wander انشاء فبعد استرجاع الكرة و توجه اللاعبين نحوه مسبقًا.

-الهجوم المتدرج: هو هجوم يكون فيه ترتيب اللاعبين ترتيبا الهجوم، يتغير موقع اللاعبين، فيصبح المحوري والجناح هم اللاعبون الذين كانوا في المقدمة؛ فهو استمرار للهجوم بشكل مستقل عن أماكن (محطات اللعب، من أجل خلق عدم توازن الدفاع (كبير مقابل صغير)

4 وسائل التحضير التكتيكي:

هي كل اشكال الخطط المستعملة خلال فترات الأوقات المخصصة للتحضير التكتيكي، والتي يمكن أن تكون بواسطة تمرينات التحضير الخاص أو تمرينات المنافسة و عموما فإن تمرينات التحضير التكتيكي تتميز عن باقي التمرينات الأخرى في النقاط التالية:

- دقة الأهداف المراد الوصول إليها:

-كاسترجاع الكرات في الدفاع.

-مضايقة الصارمة للاعب المحوري في الدفاع.

-الرمي أو التسديد بعد حالة التخلص من المضايقة.

-أن التدريب يهدف إلى استنساخ لعدد من النقاط والتحركات و التقنيات المكونة للمخطط التكتيكي ككل، أو إلى المخطط في مجمله.

-إعادة إنشاء الأجواء الخارجية للمنافسة، إذا استدعى الأمر.

- طرق التحضير التكتيكي:

1 - طريقة الفاصل الزمني (خلال المرحلة الخاصة ومرحلة ما قبل المنافسة)

من التحضير العام و التحضير الخاص)

2- الطريقة المتكررة خلال المرحلة الأولى والثانية

3- طريقة اللعب.

4- الطريقة التنافسية.

- خاتمة

إذا كانت التكتيكات تتعلق بالتنظيم والسيارة التي يتم اتباعها لتحقيق النجاح في أي عمل فهذا المصطلح يرتبط في البداية بالمجال العسكري، وينطبق على أي مواجهة اقتصادية و تجارية ورياضية و ترفيهية و دبلوماسية، وما إلى ذلك . و يصف فن الجمع الأمثل بين أساليب الأداء و الوسائل المتاحة، لكسب مكسب أو القرار . و يختلف التكتيك عن الإستراتيجية من حيث أنها تتعلق بأهداف قصيرة المدى مثل الفوز بمنافسة، بينما تتعلق الإستراتيجية بأهداف متوسطة أو طويلة المدى مثل الفوز في حرب أو سياسة دبلوماسية خاصة؛ كما أنها تهدف في المجال الرياضي إلى تسيير فريق و تطويره ففي هذه المحاضرة، تطرقنا إلى التكتيك، من حيث التعريف و المياد و مكوناته الأساسية في اللعب الهجومي؛ كما تطرقنا إلى الحركات الأساسية و وسائل وطرق التحضير التكتيكي بصفة عامة هنا يجب الذكر أن ما جاء في موضوع المكونات الأساسية للتكتيك الهجومي ما هو إلى أمثلة عن هذه الأساليب الهجومية الكثيرة والمتعددة.

