

التكتيك في كرة اليد

مفهوم التكتيك:

التكتيك هو تلك التحركات والوسائل التي يقوم بها الدفاع والهجوم خلال زمن المباراة وهي الطرق الأساسية الفردية والجماعية التي يمكن استخدامها في الهجوم والدفاع بالكرة وبدونها واللازمة للسيطرة المباشرة على مجريات اللعب معتمدة على المهارات الأساسية للاعبين ..

أنواع التكتيك:

ينقسم التكتيك إلى تكتيك هجومي وتكتيك دفاعي.

يعتبر التكتيك الهجومي:

مجموعة الأعمال والإجراءات التي ينفذها الفريق الذي يملك الكرة، ويتضمن تكتيك الهجوم تنظيم الهجوم وتمهيد أو اعداد التهديد وتسجيل الهدف، ويتطلب الهجوم إتقان تأدية المهارات خاصة التحرك السريع بالكرة، كما ويتطلب تنظيم الهجوم الفعال للمباراة والإبداع من قبل المهاجمين. يعتبر تكتيك الدفاع :

مجموع الأعمال والإجراءات التي ينفذها الفريق في أي مكان من أماكن الملعب في حالة فقدان الكرة وامتلاك الفريق الخصم لها.

يهدف التكتيك الدفاعي إلى إحباط هجمات الخصم ومنعه من تسجيل الأهداف واعتمادا على الدفاع القوي والبناء يمكن للفريق تنظيم الهجوم دون تأخير وبصورة ناجحة.

هذا وتعلق الثقة بالنفس واطمئنان اللاعبين والفريق إلى حد ما بالقوة الدفاعية للاعبين، ولا ينحصر مطلب إتقان تكتيك الدفاع على بعض اللاعبين دون سواهم وإنما ينطبق على جميع اللاعبين في الحالات التي يحاول فيها إعادة انتزاع الكرة من الخصم.

الخطط الهجومية العامة وهي:

- خطط خلق المساحات الخالية واستغلالها.

- الخطط الهجومية المتكررة (الجملة التكتيكية الهجومية المتكررة)

- خطط المواقف الهجومية الثابتة.

- الخطط الدفاعية العامة وتشمل:

- دفاع رجل لرجل.

- دفاع رجل لرجل في المنطقة.

- الضغط على حامل الكرة ومنعه من السيطرة عليها .

- الضغط على المهاجمين عند ضربة المرمى واستحواذ الحارس على الكرة.

- الدفاع الجماعي في أجزاء الملعب الثلاثة.
- يقسم التكتيك إلى جزأين رئيسيين هما:

1. خطط اللعب الهجومية الأساسية (مبادئ اللعب الهجومية الأساسية) هي:

- العمق في الهجوم.
- الاسناد والمساعدة في الهجوم.
- تبادل المراكز.
- الجري الحر.
- الاحتفاظ بالكرة لفترة مناسبة عند اللزوم.
- الزيادة العددية في منطقة الكرة.

2. خطط اللعب الدفاعية الأساسية (مبادئ اللعب الدفاع الأساسية) وهي:

- العمق في الدفاع.
- التحكم والتقوية في الدفاع (عدم الاندفاع).
- التأخير في الدفاع.
- الاتزان في الدفاع.
- التركيز في الدفاع.

- الإعداد التكتيكي:

المقصود بالإعداد التكتيكي هو تنمية وتطوير القدرات الخططية الخاصة بالنشاط الرياضي ويبدأ بتعليم الناشئ لبعض المواقف التكتيكية الأساسية، يستخدم خلالها القدرات الفسيولوجية التي اكتسبها الناشئ وكذلك المهارات التكتيكية التي تعلمها.

الى جانب تنمية القدرات الخططية يجب تدريب الناشئين على الرغبة في الفوز والقدرات الخططية الهجومية والدفاعية حسب مواقف اللعب المتغيرة مع ضرورة تنمية روح النضال وإثبات الذات لدى الناشئين في مراحل التدريب الأولى كعوامل مساعدة لإكتساب التكتيك الرياضي.

يختلف حجم الإعداد التكتيكي من نشاط إلى آخر فيكون في الألعاب الجماعية والمنزلات مثلاً أكبر منه في مسابقات الجري وبالذات مسابقات العدو لمسافات قصيرة وذلك بسبب الإمكانيات التكتيكية لهذه الأنشطة (الألعاب الجماعية)

خطوات اعداد الجانب التكتيكي:

تشمل خطوات تدريب التكتيك الناحية النظرية والتطبيق العملي.

1. الناحية النظرية:

تسبق دائماً الناحية النظرية الناحية العملية ففي الناحية النظرية يقوم المدرب بشرح التمارين الخططية وشرح خطة اللعب وتحركات اللاعبين بحيث يدرك كل لاعب واجباته في الملعب ويقتنع بها تماماً عندئذ يكون لدى اللاعب وضوح رؤية لما سيقوم به، وبدون هذا يصعب على اللاعب تنفيذ ما يطلب منه أدائه في الملعب، والناحية النظرية والشرح على السبورة ينمي قدرة اللاعب التصور الحركي الذي هو من أهم العوامل في التعليم وخاصة التعليم الحركي.

وأهم النقاط في التعليم النظري للخطة هي:

- عمل نماذج وأشكال للخطة وشرحها على السبورة أو ما كيت الملعب.

- ملاحظات تعطى أثناء التدريب العملي.

- تحليل التمرينات العملية والتعليق عليها (تحليل التدريب السابق).

- تحليل كيفية تصرف كل لاعب في مركزه حتى يمكن أن يتعلم اللاعبون حسن التصرف وأن تخلق فيهم روح المسؤولية كي يمكنهم تأدية واجبهم كاملاً تلقائياً بدون إرشاد.

- يجب أن يدرك اللاعبون تماماً الطريقة التي سيلعبون بها، فيشرح المدرب لكل مركز واجباته وكذلك كيف يمكنهم أن يتحولوا من الدفاع إلى الهجوم وبالعكس وكيف ينوعون طريقة لعبهم وفقاً لتغير طريقة وخطة لعب الفريق المضاد ويعطى المدرب ملاحظاته على نقاط ضعف وقوة الفريق وكذلك الفريق المنافس.

- مشاهدة مباريات الآخرين وتحليلها فيقوم اللاعب بملاحظة اللعبة عامة ثم اللاعب الذي يلعب في مركزه ثم مجموعة من اللاعبين وأخيراً يراقب بعض التحركات الخاصة التي تقوم بها بعض الفرق الممتازة.

- يقوم المدرب وضع مشكلة على السبورة ويطلب اللاعبين بشرح كيف يتصرفون في مثل هذه المشاكل مما يعنى قدراتهم الابتكارية والخططية واكتسابهم خبرات قد لا تحدث كثيراً أثناء المباريات ولكنها ذات أهمية.

- بعد المباراة يقوم اللاعبون بتحليل المباراة ونقدها مع ذكر محاسن ومساوئ المباراة ويستحسن أن يقوم كل لاعب بنقد نفسه فإن ذلك يعلمه تحمل المسؤولية وتقدير الموقف.

2. التدريب في الملعب

بعد أن يأخذ اللاعب فكرة نظرية واضحة عن تحركاته الخططية يقوم المدرب بوضع التمرينات موضع التطبيق في الملعب، ويجب أن تكرر التمرينات الخططية مراراً وتكراراً حتى يتقنها اللاعبون وتثبت وتصبح تحركاتهم في الملعب مدروسة ومشتقة وتؤدي بآلية.

وهناك بعض الملاحظات على هذه التمرينات:

- يجب أن يلاحظ المدرب أن الإتقان في أداء المهارات الأساسية أثناء التدريب له الأولوية ويؤدي التمرين أولاً في مساحة صغيرة وتزداد المساحة مع استيعاب اللاعبين لتحركاتهم وإتقانهم للأداء الحركي. يجب أن يربط التمرين الخططي بوجود مدافع سلمي أولاً ثم إيجابي يقوم بالمهاجمة القوية مع التقدم في التمرين (كما يحدث في المباراة تماماً) حتى يعتاد اللاعبون ذلك ويمكن ربط هذه التمرينات بتمرينات اللياقة تمارين مركبة.

- تؤدي التمرينات السابقة في مساحة صغيرة من الملعب مما يصعب من التمرين وينمى مهارة اللاعبين المهاجمين الحركية ومقدرتهم في التحكم والسيطرة على الكرة مع سرعة الحركة وأخذ الأماكن وسرعة التصرف في الكرة.

يجب أن يلاحظ المدرب أن تكون التمرينات الخططية تتماشى مع المقدرة والمهارة الحركية للاعبين، فإذا كان التمرين صعباً قل شوق وحماس اللاعبين لأدائه لعدم مقدرتهم على ذلك والعكس إذا كان التمرين سهلاً فهو لا ينمى أي مهارة خططية للاعبين.

3. التطبيق في المباريات التجريبية

بعد أن يقتنع المدرب بأن الخطط التي وضعها تنفذ بدقة، ينظم مباريات تجريبية أولاً مع فرق متوسطة، حتى يستطيع أن يرى مقدار استيعاب اللاعبين للخطط تحت ظروف ملائمة نوعاً، وحتى يكون تركيز اللاعبين منصبا على تنفيذ الخطط، ثم يتدرج بجعل فريقه يتقابل مع فرق قوية وخلال كل ذلك يقيم المدرب واللاعبون الخطط ومقدار تنفيذهم لها، وإصلاح ما يجب إصلاحه وتثبيت وتقوية الخطط الناجحة.

4. التطبيق في المباريات

هذه هي الخطوة الأخيرة وعلى المدرب أن يلاحظ أثناء المباريات مقدار تطبيق اللاعبين للخطط الفردية والجماعية والدفاعية والهجومية ويقوم بتحليل المباراة وكل لاعب على حدة.

الأسس التي يتوقف عليها الاداء التكتيكي

يتوقف الاداء التكتيكي للفريق على الأسس الآتية:

- اللياقة البدنية لجميع أفراد الفريق.

- قدرة اللاعبين ومهاراتهم في التحكم في الكرة أثناء الحركة ومن جميع الأوضاع التي يتخذها الجسم وهذا يعنى أن اللاعب يستطيع أن يمرر الكرة أو يضربها أو يشتتها أو يستقبلها وهو يجرى أو يثب بدون تقليل من سرعته ولذلك لزم على المدرب أن يضع هذا في اعتباره عندما يضع تدريباته.

- أن تخدم الخطط الفردية الخطط الجماعية وهذا يعنى أن كل لاعب يجب أن يدرك أن هناك هدفاً منتحركه في الملعب وأن هذا الهدف يخدم الخطة الجماعية كذلك يجب على اللاعب أن يفهم ويدرك

الغرض والهدف من تحرك زميلة في الملعب حتى يمكن مساعدته في تنفيذ الخطة وإدراك اللاعب لمدى قدرة زميله الحركية ومهاراته الأساسية تساعد على أن يمرر للزميل الكرة بالطريقة التي تلائمه أو يأخذ المكان المناسب الذي يساعد الزميل على التمرير إليه بدقة.

- الوعي الكامل لجميع أفراد الفريق بواجبات مراكزهم وطريقة تنفيذ الخطة من الناحية النظرية والعملية.

القواعد الأساسية في تطوير الاداء التكتيكي:

في تطوير الجانب التكتيكي يجب أن يراعى المدرب القواعد الأساسية لتنفيذ الخطط، وبدون هذه القواعد يصبح اللاعب والفريق عاجزاً عن الانتشار والتنفيذ الصحيح للواجبات الخططية، والمدرب الكفاء خاصة مدرب الناشئين يدرك أن واجبه الأول هو أن يقوم بتدريب لاعبيه على تنفيذ هذه القواعد أثناء تدريبهم على المهارات الأساسية أو التمرينات الخططية حتى يصبح أداء هذه القواعد آلياً.

- اللعب بدون كرة

تتطلب الكرة الحديثة من اللاعب أن يجري بدون كرة باستمرار لأخذ الأماكن المناسبة وذلك بطريقة خططية مدروسة وبطريقة سليمة هذا الجري الهادف يجب أن يتعلمه اللاعب أثناء التدريب فيجب أن يدرك متى وأين وكيف يجري.

- مرر الكرة ثم خذ المكان المناسب.

وهذا يعنى أن اللاعب يجب أن يجري مباشرة لأخذ مكان مناسب بمجرد تمريرها لكرة للزميل ومن العيوب التي يجب أن يعمل المدرب على إصلاحها في اللاعب وقوفه في مكانه بعد تمرير الكرة.

- اجري إلى الكرة واستقبلها.

ويعنى ذلك عدم انتظار اللاعب الكرة الآتية إليه بل يجب أن يجري نحوها وذلك ليكون عنده فسحة من الوقت للعب الكرة، ومن جهة أخرى لكي يصل إلى الكرة قبل الخصم الذي قد يصل إليها قبله إذا لم يجري إليها ويلاحظ هنا إن اللاعب يلقي نظرة شاملة على الملعب قبل الجري ليعرف مواقف زملائه وخصومه.

- الكفاح على الكرة

إذا فقد اللاعب الكرة فإنه لا بد أن يحال استرجاعها ولا يترك هذه المهمة للاعب الدفاع، وفي هذه الحالة قد يستحوذ على الكرة ثانية أو على الأقل يمنع اللاعب الذي أخذ منه الكرة من أن يلعبها بحرية.

- تغطية الزميل:

من النقاط الخططية الأساسية أنه يتحتم على كل لاعب أن يأخذ مكاناً مناسباً يستطيع منه أن يغطي زميله المدافع.

- الهجوم المضاد من الدفاع

يجب أن يوضع في الاعتبار ألا يكون الدفاع بغرض تشتيت الكرة لإبعادها عن المرمى فقط (إلا في المواقف الخطرة) وإنما يهدف الدفاع أساساً إلى الاستحواذ على الكرة من الفريق المضاد ليبدأ منها فريقه هجوماً مضاداً منظماً ووفقاً لحسن إدراك الدفاع وتفهمه لسير المباراة يستطيع أن يقرر هل يكون الهجوم سريعاً مفاجئاً أم متدرجاً.

- اللعب المباشر

وهذا يعنى أنه لا يجب على اللاعب بأي حال من الأحوال أن يجرى بالكرة عندما لا تكون هناك ضرورة قصوى لذلك أو متطلبات خططية فردية.

- يجب على اللاعب المستحوذ على الكرة أن يمويه دائماً على اللاعب المدافع ويوقفه في حيرة دائمة بحيث لا يستطيع أن يتوقع ما سيقوم بعمله.

- يجب أن يغير اللاعبون من أنواع التمريرات والتصويبات وأساليب التمويه والخداع لمباغتة المنافس

- الجري المتقاطع لاستلام الكرة

حقيقة أن هذا التحرك ليس جديداً ولكنه أصبح من مميزات اللعب الحديث نظراً لكثرة تحرك اللاعبين في محاولة خلق الثغرات والتفوق العددي على مستوى منطقة معينة.