

## الخداع

الخداع كمهارة في كرة اليد تعد في الاساس مهارة حركية اذ يتوقف على نجاح هذه المهارة قدرة اللاعب الحركية من سرعة في حركات القدمين الى المرونة في حركات الخداع الى الرشاقة في عمليات اللف والدوران والوثب عالياً والمهبط .

لذلك فهي مهارة تستند بصورة كلية الى ماوصل اليه اللاعب من مهارات حركية اساسية وكذلك ماوصل اليه من مرونة ورشاقة وتوافق . . وهو عبارة عن الحركات التي يؤديها اللاعب بحسبه او يجزه منه بالكرة او بدونها من اجل جلب انتباه اللاعب المنافس والحصول على رد فعل معين بالاتجاه المعاكس للحركة الاصلية للمهاجم مما يسمح للمهاجم بالتخلص من الرقابة الدفاعية او التخفيف من الضغط الدفاعي الواقع عليه والانتقال الى مكان هجومي افضل يستطيع من خلاله اداء الحركة الاصلية للهجوم بحرية اكثر سواء كانت هذه الحركة التصويب او الطعنة او التمهير .  
ان حركات الخداع تكون عادة مركبة من حركتين :

**الاولى :** حركة الخداع ذاتها ويجب ان تكون حركة لا يمكن التعرف عليها او كشفها من قبل المنافس على انها حركة خداع وبالتالي فان المنافس يجب ان يستجيب لها بالحركة ، ويمكن

ان يكون اداء هذه الحركة بسرعة حتى يستجيب لها المنافس على انها حركة خفيفة او تؤدي ببطء نسبياً حتى تكون لدى المنافس الفرصة لتابعة الحركة وهذا مايسمى اليه المهاجم لئلا تتحرك الثانية والتي هي :  
الحركة الاصلية والمكتملة للحركة الاولى ويجب ان تتميز بالتوقيت السريع مما يضيع الفرصة على المنافس من تغطيتها مرة ثانية .

## انواع الخداع

١ - خداع بدون استخدام الكرة :

اشكاله :

- أ- تغيير سرعة الجري من متوسط الى سريع او بالعكس .
- ب- الجري سريعاً ثم التوقف فجأة .
- ج- تغيير اتجاه اللاعب من اتجاه الى اتجاه آخر .

٢ - خداع باستخدام الكرة :

أ- خداع بسيط .

ب- خداع مركب .

الخداع البسيط : يقوم اللاعب بعمل حركة خداعية في اتجاه عكس اتجاه اليد الرامية اي ان اللاعب الايمن يقوم بحركته الخداعية الاولى على القدم اليسرى ، اللاعب الايسر يقوم بحركته الخداعية الاولى الناحية اليمنى ثم يقوم اللاعب بعد ذلك بحركة مضادة للناحية الاخرى لتنفيذ الحركة الاصلية وهي في الغالب استعداد لعملية التصويب ويمكن ان يكون الخداع ناحية الدراع الايمن اولاً ثم تنفذ الحركة الاصلية من الناحية الاخرى بعد عمل تنطيط الكرة (للاعب الايمن) .

ونفس الوضع بالنسبة للاعب الايسر اي ناحية الدراع الايسر ثم التنطيط عكس حركة الخداع وتنفيذ الحركة الاصلية المطلوبة .

**الخلاصة :** الخداع البسيط مرور عكس حركة الدراع .