المحاضرة الرابعة

كرة السلة

المرحلة الثانية

دفاع رجل لرجل

مدرس المادة

م.م مالك جمال عبد ناصر

ثانيا : الدفاع رجل لرجل :-

بعد ان تطورت لعبة كرة السلة وتطورت اساليب الهجوم كان لابد من ايجاد اسلوب دفاعي جديد ضد الهجوم المتطور. وتحدد طبيعة هذا النوع من الدفاع ، في ان يتحرك كل لاعبي الفريق المدافع على لاعبي الفريق المهاجم لمراقبتهم. حيث يتولى كل مدافع مسؤولية مهاجم معين لمراقبته طيلة فترة المباراة او الوقت الذي يحدده المدرب بهذا الاسلوب الدفاعي ، بحيث لا يعطي الفرصة الكافية للاعب المهاجم من محاولة استلام او تمرير او تصويب الكرة .

اما المسافة بين المهاجم والمدافع فتكون خاضعة لاعتبارات كثيرة كالبعد عن السلة ووجود كرة مع الخصم او عدم وجودها بالإضافة إلى تقدير سرعة الخصم ودقته في التصويب .

مزايا طريقة دفاع رجل لرجل :-

1_ تحدد فيه المسؤولية الدفاعية وبذلك يبذل اللاعب اقصى جهد بدني وذهني

2_ دفاع ايجابي للحصول على الكرة .

3_ استغلال نواحي الضعف في هجوم الفريق المضاد .

4_ الحد من خطورة اللاعب الذي يجيد التصويب من مسافات بعيدة ومتوسطة .

5_ اللاعب الذي يجيد هذا النوع من الدفاع يصبح قادرا على اجادة أي نوع من انواع الدفاع لان المهارات التي يتضمنها هذا النوع من الدفاع متعددة وشاملة .

مساوئ طريقة دفاع رجل لرجل :-

1_ يكون معرضا لكثير من الخطط والمناورات الهجومية الفردية والجماعية .

2_ الأخطاء الشخصية في هذه الطريقة كثيرة اذا ما قورنت في الدفاع عن المنطقة .

3_ لا يعتبر هذا النوع من الدفاع قاعدة جيدة لتنفيذ الهجوم السريع .

4_ الخطأ الفردي في الدفاع يصعب تغطيته .

5_ الضعف الفردي يؤثر على عمل الفريق ككل .