

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

كلية المستقبل الجامعة

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

الكرة الطائرة

Volley Ball

المحاضرة الرابعة

استاذ المادة:

م.م مثنى كاظم جاسم

مهارة الارسال:

الارسال هو وضع الكرة في حالة اللعب بعد صفارة الحكم الاول من خلف خط نهاية الملعب بواسطة لاعب الصف الخلفي في مركز اللعب رقم (١) لتعبر الشبكة الى ملعب المنافس، اي هو الضربة التي يبدأ بها اللعب وبدونها لا يمكن ان يبدأ اللعب.

ويعد الارسال عاملا مهما واساسيا في المباراة فهو مفتاح الحصول على النقاط للفريق من خلال اتقانه كما يعد من افضل ضربات الهجوم المباشر التي يستعملها اللاعب خلال اللعب التي قد تضع الفريق المنافس في وضع دفاعي ضعيف، فكلما كان قويا ومتقنا وفي المكان المناسب كانت مهمة الفريق المنافس اصعب.

وتتميز مهارة الارسال بالصعوبة العالية والمعقدة وتحتاج الى دقة وتوقيت عاليين بضرب الكرة ولهذا فانها تحتاج الى الكثير من التدريب المستمر حتى يصل اللاعب الى المستوى الجيد في الاداء من حيث السيطرة والاتقان فضلا عن السرعة في الحركة لهذا اصبح التدريب على الارسال في الآونة الاخيرة يحتل جزءا كبيرا من الوحدة التدريبية.

كما تكمن اهمية الارسال في انه احد المهارات الهجومية المؤثرة في لعبة الكرة الطائرة اذ ان الفريق لا يستطيع الاستمرار في احراز النقاط بدون الاحتفاظ به. لذلك يجب على لاعب الكرة الطائرة ان يدرك ان الارسال ليس مجرد عبور الكرة فوق الشبكة وانما عليه اجادة اداء الارسال بطريقة جيدة ودقيقة، فضلا عن مراعاته للمسافة والارتفاع والمكان المحدد، وهذا ما يدفع لاعبو الفريق المنافس الى اتخاذ مواقف دفاعية جيدة ومناسبة، ويستطيع الفريق المرسل احراز النقاط من خلال لاعب الارسال الذي يكون ادائه مستقلا وبدون تأثير من زملائه في الفريق او الفريق

المنافس، كما ان الفرصة الاكبر في الكرة الطائرة هي تطوير مهارة الارسال التي تعد المهارة الخطرة في الوقت الحالي، ولها اهمية التفوق في السنوات الماضية ففي بعض الاحيان على المدرب ان يختار ستة لاعبي ارسال كبار عندما يريد ان يفوز لا اكثر.