



جامعة المستقبل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

كرة السلة لطلبة المرحلة الثانية

اعداد

أ. د جمال صبري فرج

م. م الحسن علي خالد

اسراء سليم هادي

الدفاع عن المنطقة:

يقصد بالدفاع عن المنطقة هي الطريقة الدفاعية الاساسية الثانية في كرة السلة الحديثة اي ان كل لاعب مدافع يدافع عن منطقة معينة قرب الهدف بحيث اللاعب المهاجم الموجود في منطقته . ومسؤولية اللاعب المدافع هنا الكرة اولا ثم اللاعب المهاجم ثانيا بعكس مسؤولية اللاعب المدافع في الدفاع رجل لرجل حيث تكون مسؤولية الدفاع هي اللاعب المهاجم اولا ثم الكرة ثانيا.

اسس الدفاع عن المنطقة :-

1. يجب ان يكون نظر المدافع على الكرة اولا ثم المهاجم ثانيا . ثم مجريات اللعب ثالثا .
2. يكون وضع الجسم كما هو في الدفاع رجل لرجل الا ان الجذع يكون اقل انحناء والركبتان اقل انثناء والذراعان جانبا لشغل اكبر حيز ممكن .
3. على المدافع ان يدافع عن المناطق التي تمرر فيها الكرة ولا يلتزم بموقعه بين الخصم والسلة .
4. يجب حراسة المنطقة المعينة للمدافع ضد اي لاعب يهاجمها وتغطية المهاجم الفريق الذي تكون الكرة معه تغطية ضاغطة كاملة . ثم تغطية المنطقة المجاورة يمكن والتي يعينها له المدرب حسب الخطة الموضوعة



فوائد ومضار الدفاع عن المنطقة:

1. في الدفاع عن المنطقة يوضع كل لاعب في المكان الملائم لقدراته الدفاعية فيكون موضع اللاعبين طويلي القامة الى الخلف قرب السلة لضمان حصولهم على اكبر نسبة من الكرات المرتدة من الهدف . ويكون موضع اللاعبين قصار القامة سريعي الحركة في الخط الدفاعي الامامي .
2. في هذه الطريقة يمكن تغطية الضعف الفردي في الدفاع لان المسؤولية تكون جماعية فاذا اخطأ لاعب في الدفاع عن المنطقة يغطي زميله الاقرب المنطقة رجل الدفاع خلفه ليستطيع تلافي هذا الخطأ .
3. قلة الاخطاء الشخصية عند استخدام هذه الطرق في الدفاع لان الشخص هنا يكون مسؤولا عن الكرة في منطقتة او لا ثم عن اللاعب ثانيا .
4. هذا النوع من الدفاع يمكن تكوين مثلث دفاعي قوي يسهل عملية الاستيلاء على الكرات المرتدة من اللوحة عند التهديد .
5. يصعب على الفريق المضاد التهديد من مسافات قريبة او متوسطة اذا استعمل الفريق طريقة الدفاع عن المنطقة.
6. يمكن اعتبار الدفاع عن المنطقة قاعدة قوية لتنظيم الهجوم السريع للفريق وبهذا يفضل الدفاع الشخصي رجل لرجل .
7. لا تتعرض هذه الطريقة من الدفاع الى المناورات الهجومية الكثيرة المستعملة من قبل الفريق بعكس الدفاع الشخصي رجل لرجل الذي يكون عرضه للمناورات الفردية كتغيير السرعة والاتجاه او المناورات الجماعية كالحجز .
8. يمكن استخدام هذه الطريقة من الدفاع كطريقة استكشافية لمعرفة قوة وضعف الفريق المضاد او معرفة خطة هجومه .
9. لا يحتاج الفريق الذي يستخدم هذا النوع من الدفاع الى لياقة بدنية عالية.
10. يستطيع لاعبو الدفاع عن المنطقة ايقاف الرميات القصيرة غير المركز.

11. انه دفاع فعال ضد الفريق الضعيف بالمناورات.

12. يضغط على الفريق المهاجم للتهديف من بعيد

مساوي الدفاع عن المنطقة:

1. يعتبر الدفاع عن المنطقة دفاع ضعيف ضد التهديف من مسافات بعيدة.
2. يكون الدفاع عن المنطقة ضعيفا ضد خطة الهجوم المنظم المستعملة الفريق المضاد والتي يزيد فيها عدد لاعبي الهجوم على عدد لاعبي الدفاع في منطقة معينة.
3. يستطيع الفريق المهاجم أن ينظم خطته الهجومية بدون اعاقه ضد الدفاع عن المنطقة .
4. اذا خرج احد اعضاء الفريق المدافع بهذه الطريقة لا يقاف التهديف من بعيد .
امكن الفريق المضاد كسر الدفاع لأن المنطقة تتسع وتصبح مكشوفة امام الهجوم بأحدي اجزائها .
5. يكون الدفاع عن المنطقة ضعيفا ضد الفريق السريع في نقل الكرات لأن الدفاع لا يستطيع التغيير والتحرك بنفس السرعة التي تتحرك بها الكرة .
6. يكون لاعبو الدفاع في الدفاع عن المنطقة كسولين بحجة انه مسؤولية الدفاع الفردي.
7. لا يعتبر هذا النوع من الدفاع دفاعا قويا ضد المهاجمين الفعالين المتحركين بسرعة.
8. اذا كان الفريق لا يجيد غير دفاع المنطقة وكان الفريق المضاد متقدما بالنقاط فان الخسارة تكون من نصيب الفريق .

9- انه دفاع ضعيف ضد الفريق الذي يستعمل مناولات قصيرة والذي يجيد استعمال التصويب القصير

10- انه دفاع ضعيف ضد الهجوم السريع

11- يستطيع اللاعب المهاجم الطويل او المهاجم البطيء ان يلعب جيدا ضد دفاع المنطقة

نصائح عامة في الدفاع عن المنطقة :

1- يجب تركيز النظر على الكرة اولا

2- يجب مواجه الكرة بالجسم والتحرك قليلا نحوها

3- يجب ان تبقى الذراعان مرفوعة

4- تكون حركة اللاعب سريعة

5- تغطية المنطقة خلف الزميل يجب الدفاع عنها كأنها منطقة اللاعب المدافع الاصلي

6- اذا تركت الكرة يد المنافس في طريقها الى السلة يجب حجز اللاعب الموجود في المنطقة ومواجهة السلة والتحرك معها استعدادا لاختذ الكرة المرتدة

انواع الدفاع عن المنطقة:

ومن اهم انواع وتشكيلات الدفاع عن المنطقة المستخدمة في كثير من الفرق هي :

*2-3 الدفاع ضد الهجوم بلاعب وسط متاخر

*2-3 الدفاع ضد الهجوم بلاعب وسط متقدم

*1-2-2 الدفاع ضد الهجوم بدون وسط

*1-2-2 الدفاع بلاعب وسط متحرك في الخلف

*1-3-1 الدفاع ضد الهجوم بوسطين