



الشكل (35)

يوضح مرحلة الهبوط في الضرب الساحق بالكرة الطائرة

- الأخطاء الشائعة في الأداء الفني للضرب الساحق المواجه(العالي):- عند أداء الضرب الساحق المواجه(العالي)بالكرة الطائرة توجد أخطاء شائعة عدة أهمها:-
- 1- يقوم اللاعب بأداء الضرب الساحق من الوقوف وبدون الخطوات التقريبية.
 - 2-اللاعب لم يأخذ خطوة واسعة وعميقة تساعده على الارتقاء بصورة جيدة للأعلى.
 - 3-اللاعب لم يأخذ التقوس اللازم للجذع إلى الخلف في أثناء الضرب الساحق.
 - 4-انتشاء الذراعين لم يكن خلف الرأس من مفصل المرفق والتقاء الكرة يكون بالذراع المثنية من الأسفل وليس من أعلى نقطة.
- ثانيا:- الضرب الساحق من الدوران:- استعمل هذا الشكل من المهارة سابقا ويطلق أحيانا تسمية الهجوم الثلاثي وان أكثر المراكز استعمالا لهذا الشكل هو من مركز (3) ومن اللاعب الضارب في مركز(4) إذا يستعمل الذراع اليميني، ومن اللاعب الضارب في مركز(2) إذا يستعمل الذراع اليسار، ونادرا ما

يستعمل هذا الشكل من المهارة في الوقت الحاضر من قبل الفرق ذات المستوى المتقدم.

طريقة الأداء الفني للضرب الساحق من الدوران: -إن الركضة التقريبية والارتقاء ثم الهبوط في جميع أشكال مهارة الضرب الساحق تكون متشابهة إلا إنها تختلف فقط في مرحلة التنفيذ(لحظة الضرب)، وتتلخص طريقة الأداء الفني لهذا الشكل من المهارة بالاتي:-

-يبدأ اللاعب بضرب الكرة بعد الارتقاء وبعد أن يلف كتف اليد الضاربة للخارج حتى تصبح بصورة موازية للشبكة وترافق اليد الكرة بعد ذلك في زاوية (45) بعد قتل القسم العلوي للجسم بحيث يصبح مواجهها إلى الشبكة.

-يكون دائما اتجاه الضرب الساحق إلى مركز (1) ومركز (2) من ملعب الفريق المنافس وطبعا تكون زاوية قتل الجذع في مركز (4) أقل منه في مركز (3) وذلك لان اللاعب في مركز (4) يكون قريبا من الخط الجانبي الأيسر، بينما يستطيع من القيام بقتل الجذع بدرجة (45 °) من مركزي (2و3) وكما هو موضح في الشكل(36).



الشكل (36)

يوضح طريقة الأداء الفني للضرب الساحق من الدوران

- الأخطاء الشائعة في الأداء الفني للضرب من الدوران:- عند أداء الضرب الساحق من الدوران (الثلاثية) بالكرة الطائرة توجد أخطاء شائعة عدة أهمها:-
- اللاعب يركض باتجاه الشبكة دون اخذ زاوية بدرجة (45).
- اللاعب يقوم بالقفز والكرة تكون خلفه لذلك لا يستطيع من عمل ضرب ساحق قوي.
- اللاعب يضرب الكرة بدون انثناء للخلف بشكل كافي في اليد الضاربة ويلتقي الكرة بالأصابع.
- اليد الضاربة تلتقي بالكرة وبالذراع المثنية من مفصل المرفق.