**مراحل الهجوم**

إنّ الهجوم في لعبة كرة اليد يمر بمراحل متعددة ومتنوعة، إذ يمكن أن ينجح في واحدة منها، وقد تنتهي المراحل كافة من دون أن يكتب النجاح لها، وهذا يعني أن ليس ثمة مرحلة هجومية افضل من الأخرى، إذ أن ما هو جيد لموقف ما يكون غير مناسب لآخر، والعكس صحيح إذ يكون ما هو مناسب لهذا الموقف غير جيد لمواقف أخرى، ولنجاح أية مرحلة هجومية لابد من إجادة اللاعبين وإتقانهم للقواعد الأساسية والمهارات العربية الواجب توافرها في الهجوم، ثم تطبيق الخطة الهجومية الموضوعة من المدرب ثانيا لا أن كل مرحلة يجب أن تبنى على أسس ومبادئ صحيحة، وتدريب طويل ومنظم، وقد تتغير المراحل الهجومية المعطاة من المدرب على وفق ظروف المباراة والمواقف التي تحدث آنيا، لذا فعلى اللاعبين الخال المواقف والتصرف بصورة سليمة ضد الموقف الدفاعي الذي قد يحدث في أثناء المباراة.

المعروف أن أكثر مراحل الهجوم تعتمد على مجموعة من اللاعبين قد يكون اثنين أو العالة في الوصول إلى مرمى الخصم إلاّ أن بقية اللاعبين يكملون الهجوم مع فريقهم في أثناء الهجمة على انتهائها، لذلك فإن تعاون أفراد الفريق في الوصول إلى هدف الفريق المنافس وتسجيل هدف مبنى على أساس اللعب الفردي والمهارات الخاصة ومدى إتقانها من كل لاعب في فريق كرة اليد.

**المرحلة الأولى الهجوم السريع الفردي**

تبدأ مرحلة الهجوم الفردي السريع لحظة حصول الفريق على الكرة من الفريق المنافس من طريق :

1- حصول مدافع على الكرة في أثناء قيام الفريق المهاجم بالمقاولة، أو عن طريق ارتداد الكرة من حارس المرمى أو هيكل المرمى.

2-حدوث أخطاء هجومية من الفريق المنافس مثل الدخول على المنافس أو المشي أكثر من ثلاث خطوات أو خطأ الطبطبة، وما إلى ذلك من أخطاء قانونية.

3- حصول حارس المرمى على الكرة بعد صدها والسيطرة عليها.

**مراحل الهجوم السريع الفردي**

تمر عملية الهجوم السريع بثلاث مراحل في

1- مرحلة التوقع والبدء

2- مرحلة التقدم بالكرة

3- مرحلة التصويب (الإنهاء)

ويمكن أن يؤدي اللاعب هذه المراحل الثلاثة بمفردة وذلك إذا ما قام هذا اللاعب بقطع الكرة وانتقاله إلى حالة الهجوم ثم التقدم بالكرة باتجاه ملعب الفريق المنافس والقيام بعملية التصويت وذلك قبل وصول المدافعين لمنطقة مرماهم وغالبا ما يشترك معه بعض لاعبي الفريق المهاجم .

**مميزات الهجوم السريع الفردي :**

يمكن أن يؤدي اللاعب هذه المراحل الثلاثة بمفرده، وذلك إذا ما قام هذا اللاعب. بقطع الكرة وانتقاله إلى حالة الهجوم، ثم التقدم بالكرة باتجاه ملعب الفريق المنافس والقيام بعملية التصويب وذلك قبل وصول المدافعين المنطقة مرماهم، وغالباً ما يشترك معه بعض لاعبي الفريق المهاجم

مميزات الهجوم السريع الفردي

أ- يعد الهجوم الخاطف أفضل أسلوب هجومي وأسرعه للوصول إلى المرمى.

ب- إحراز هدف باقل جهد ووقت مقارنة بالهجوم من المراكز.

ج- إجادة أي فريق لهذا النوع من الهجوم تكون النتيجة له أفضل.

د- كما ان أداء هذا النوع من الهجوم له مردودات نفسية مهمة على الفريق الذي يقوم به، وذلك بإعطائه حافزا أكبر، ويعمل على تقليل معنويات الفريق الخصم.

ه-ـ أن استخدام هذا النوع من الهجوم يتطلب استخدام مساحة الملعب بالكامل، مما يقلل من فرص نجاح الفريق المدافع في سد الطريق أمام الفريق المهاجم، ويزيد من صعوبة عملية الدفاع عن المرمى.

**الأخطاء الشائعة في الهجوم السريع الفردي**

١- ضعف التوقيت بين سرعة اللاعب المنطلق وسرعة الكرة.

٢- المغالاة في استخدام الطبطبة في أثناء التقدم.

3-التصويب من بعيد أو الاقتراب كثرا من حارس المرمى.

**أسس نجاح الهجوم السريع الفردي**

1- ان يكون لاعبو الفريق يتمتعون بلياقة بدنية، وسرعة في الانتقال من حالة الدفاع إلى حالة الهجوم، وسرعة انتقال إلى ملعب الفريق الخصم.

٢- دقة المناولات الطويلة مع مراعاة سرعة هذه المناولات، وألا يكون مسار الكرة على شكل قوس؛ لأن ذلك يبطئ من وصول الكرة إلى اللاعب المنطلق في الهجوم السريع الفردي، ما يؤدي في وصول المدافعين إليه قبل وصول إليه

3- ضرورة وجود لاعبين سريعين في الأجنحة (الزوايا) للانطلاق بالهجوم السريع ولاسيما لاعب الجناح الذي لا توجد خطورة على المرمى من جهته.

4- عدم اللجوء إلى الطبطبة الا إذا كانت المسافة بين اللاعب والمرمى كبيرة لأن الطبطية تؤخر اللعب واحتمال خروج الكرة عن سيطرته، ومن ثم تنتهي الهجمة من دون جدوى .

5- ان تكون لدى اللاعب المقدرة على الرؤية الجانبية في أثناء الركض.

6- عدم استخدام المناولة المرتدة في أثناء التقدم بالكرة وذلك لصعوبة استقبالها في أثناء الركض السريع.