

## مهارة حائط الصد

المبحث الاول: تعريف مهارة حائط الصد:

حائط الصد هو قيام لاعب أو اكثر من لاعبي الصف الأمامي باعتراض الكرة المضروبة ساحقا من ملعب الفريق المنافس بالقرب من الشبكة برفع اليد أو كلتا اليدين فوق مستوى الحافة العليا للشبكة ولمس اللاعب الكرة المضروبة واسقاطها في ملعب الخصم أو تخفيف شدة الضربة الساحقة ليتسنى إلى اللاعبين دفاعها وايصالها للمعد للقيام بالضرب الساحق.

المبحث الثاني: أهمية مهارة حائط الصد:

تعد مهارة حائط الصد مهارة دفاعية وهجومية مهمة للفريق فهي الخط الدفاعي الأول للفريق وهو سلاح هجومي فعال في نفس الوقت، وترجع أهمية الصد إلى انه الوسيلة الفعالة في تثبيط عزم الفريق المنافس من خلال منع مهاجمه من ضرب الكرة ساحقاً فوق الشبكة وافشال خطة هجوم الخصم، لذا فان نجاح ادائه له تأثير نفسي على لاعبي الفريق المنافس، حيث إن شعور اللاعب المهاجم باشتراك لاعبين مقابلين له في الجهة الأخرى من الشبكة يفقده إلى حد ما حرية التصرف في توجيه الكرة إلى المكان المناسب، كما إن حائط الصد القوي يدفع معد الفريق المنافس إلى إعداد الكرة بعيداً عن الشبكة لمعاونة مهاجمي فريقه لضرب الكرة مما يؤدي إلى ضعف قوة الضرب الساحق نتيجة تشتيت انتباه الضارب والتأثير النفسي عليه.

كما إن هذه المهارة تعطي الوقت الكافي لبقية اللاعبين من اتخاذ مواقعهم الدفاعية من خلال امتصاص قوة الضربات الهجومية باصطدام الكرة بأيدي لاعبي حائط الصد.

المبحث الثالث: أنواع مهارة حائط الصد:

### • حائط الصد الدفاعي:

يستخدم هذا النوع من حائط الصد لتخفيف شدة الضرب الساحق وسقوط الكرة بعد عملية الصد في ملعب الفريق القائم بحائط الصد بعد أن قلت قوتها وفقدت خطورتها بحيث يمكن

للفريق دفاعها وايصالها إلى اللاعب المعد لبناء هجوم مضاد، ويمكن أن تتم هذه الطريقة بانثناء مفصل رسغي اليدين للخلف في اتجاه ملعب الفريق القائم بالصد عند صد الكرة.

#### • حائط الصد الهجومي:

عدت مهارة حائط الصد مهارة هجومية بالكرة الطائرة من خلال فعاليتها وأهميتها في افشال خطة الهجوم للفريق المنافس وإحراز نقطة مباشرة من خلال الصد الناجح لهجوم الفريق المنافس.

وفي هذا النوع تكون الأيدي موازية للشبكة وقريبة منها مع انثنائها نحو ملعب المنافس، ويتم ذلك من خلال ثني رسغ اليدين للأمام في اتجاه الكرة المضروبة وتكون الأصابع مفرودة لرد الكرة للأسفل باتجاه ملعب المنافس في لحظة ضرب الكرة تماما وإحراز نقطة مباشرة وللوصول إلى نتيجة ايجابية لحائط الصد يجب أن تتم مقابلة كاملة باليدين فوق الحافة العليا للشبكة في اتجاه ملعب المنافس، لذا تلعب مهارة حائط الصد الهجومي دوراً واضح في تحقيق الفوز كلما تمكن اللاعب من أداء المهارة بصورة جيدة ودقيقة مما يسهل عملية السيطرة على مجريات اللعب وإحباط عزم الفريق المنافس.

المبحث الرابع: طريقة الأداء الفني لمهارة حائط الصد:

يتم أداء حائط الصد من خلال أربع مراحل هي:

1- الاقتراب

2- الوثب

3- الضرب

4- الهبوط

وسيتم شرح مفصل لكل مرحلة ضمن أقسام الأداء الفني لمهارة حائط الصد (القسم

التمهيدي، القسم الرئيسي، والقسم الختامي).

• القسم التمهيدي:

1- مرحلة الاقتراب

يتم التهيؤ للقيام بالصد اما من وقفة الاستعداد قريبا من الشبكة أو بأخذ خطوات الاقتراب. في حالة الوقوف قريبا من الشبكة ينبغي على اللاعب أن يقف على بعد من (0.5-1م) من الشبكة ويوجه نظره إلى اللاعب المهاجم المنافس.

اما في حالة خطوات الاقتراب فتكون عبارة عن خطوتين أو ثلاثة جانبية بالقرب من الشبكة وايقاع هذه الخطوات يكون مماثل لخطوات اقتراب الضرب الساحق، وينبغي أن يكون الجري بسرعة في الاتجاه والوقت الصحيح إلى مكان عملية الصد المواجه للاعب المهاجم من الفريق المنافس كما في الشكل ادناه.



## ❖ شروط أداء القسم التمهيدي:

- 1- مراقبة اللاعب المعد والمهاجم لفريق الخصم لمعرفة المركز الذي سيتم منه الضرب الساحق.
- 2- القدمان متوازيان.
- 3- انثناء قليل في الركبتين.
- 4- الذراعان مثنيان والمرفقان بمستوى الصدر وارتفاع اليدين بمستوى الأكتاف وأمام الجسم.
- 5- الارتخاء الكامل للجسم.
- 6- النظر على الكرة وعلى المهاجم والمعد.
- 7- التحرك بسرعة بالاتجاه المقابل لإعداد الكرة واللاعب المهاجم.

## • القسم الرئيسي ويشمل (مرحلة الوثب، ومرحلة الضرب)

### 2- مرحلة الوثب:

يتم الوثب بالرجلين معاً بعد ثني الركبتين ثنياً عميقاً وتمرجح الذراعان مرجحة بسيطة للإمام والاعلى للمساعدة في حركة الوثب ويؤدي الوثب بعد ملاحظة وثب اللاعب الضارب الساحق مباشرة كما في الشكل الآتي.



### 3- مرحلة الضرب:

في هذه المرحلة ترفع الذراعان عمودياً للأعلى وتكون اليدان قريبتين من بعضهما وتكون الاصابع مفرودة وممدودة بشكل مجوف ومنتشرة على الكرة عند ملامستها مع ثني القسم العلوي للجسم للأمام قليلاً من مفصل الحوض.

ويجب التأكيد على عدم وجود فراغات بين ايدي لاعب الصد تسمح بمرور الكرة المضروبة من بينها، و ينبغي على لاعب الصد اثناء طيرانه في الهواء من مراقبة ذراع الضارب ورسغ يده لاستنتاج زاوية الضرب حتى يتمكن من تحريك يديه بسرعة وتعديلها لمواجهة مسار الكرة واعتراضها كما في الشكل الآتي.



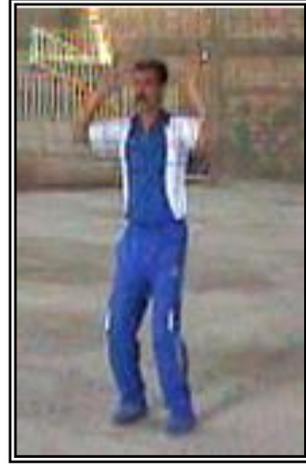
#### ❖ شروط أداء القسم الرئيسي:

- 1- الثني العميق للركبتين للمساعدة على القفز.
- 2- تحريك اللاعب جانباً في الاتجاه الطولي للشبكة.
- 3- رفع الذراعان عالياً لتفادي مس الشبكة.
- 4- اليدان متجاوزة ومجوفة لمنع عبور الكرة من بينهما.
- 5- المكافحة للوصول إلى الكرة وتعيده اليدين من فوق الشبكة لصد الكرة.
- 6- عمل حركة فعالة في الرسغ لدفع الكرة عمودياً إلى ارض ملعب الفريق المنافس.
- 7- القفز بسرعة لمجارات سرعة اللعب ضد اللاعب المهاجم.

• القسم الختامي: ويشمل (مرحلة الهبوط)

4- مرحلة الهبوط:

تبدأ هذه المرحلة بعد الانتهاء من صد الكرة فوق الشبكة لذا ينبغي سحب الذراعين بسرعة للخلف والأعلى وجلبهما قريبا من الرأس لتقادي مس الشبكة وعند الهبوط تني القدمين من مفصل الركبة لامتصاص صدمة الهبوط وعدم مس الشبكة ولمنع عبور خط المنتصف. ويجب على لاعب الصد في هذه الأثناء ملاحظة سقوط الكرة حتى يستطيع أن يتصرف مرة اخرى حسب متطلبات الوضع الناتج من ذلك إذ ارتدت الكرة إلى ملعبه وأداء اللمسمة المسموح له بها إذا تطلب الموقف كما في الشكل ادناه.



شروط القسم الختامي:

- 1- سحب الذراعين للخلف لمنع مس الشبكة.
- 2- تني مفصل الركبة لامتصاص شدة الهبوط وعدم عبور خط المنتصف.
- 3- مراقبة سقوط الكرة للتهيؤ للوضع الذي يتطلبه الموقف.

## المبحث الخامس: تشكيلات حائط الصد:

- 1- حائط الصد بلاعب واحد.
- 2- حائط الصد بلاعبين اثنين.
- 3- حائط الصد بثلاثة لاعبين.

### أولاً: حائط الصد بلاعب واحد:

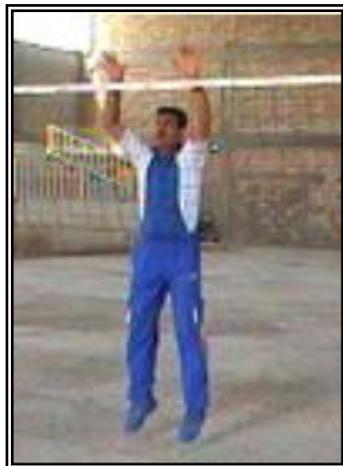
وهو حائط الصد الذي يقوم بتنفيذه لاعب واحد سواء من مركز (2) أو مركز (3) أو مركز (4) عندما يكون لعب الفريق المهاجم سريعاً بحيث لا يستطيع الفريق المدافع من تكوين حائط صد بلاعبين أو ثلاثة، وكذلك يستخدم عندما يتوفر عند الفريق لاعب صد يتقن التوقيت الصحيح وحسن التصريف وكذلك وجود الرغبة عند الفريق المدافع بالقيام بالهجوم المضاد. وينفذ حائط الصد بلاعب واحد من خلال تحرك اللاعب القائم بالصد اتجاه اللاعب المهاجم من الفريق بخطوات جانبية حتى يصل بوقت واحد امام اللاعب المهاجم ويثب اللاعب القائم في الصد إلى الأعلى بنفس الوقت الذي يقوم به اللاعب المهاجم بتنفيذ الهجوم مع مرجحة الذراعين جانب اسفل - اعلى مع مراعاة أن تكون المرجحة قريبة من الجسم لتفادي لمس الشبكة وبعد الوثب تكون اليدان ممدودتان أعلى من الحافة العليا للشبكة وتكون اليدين قريبة الواحدة من الأخرى والاصابع مفردة وممدودة وبشكل مجوف وهي في حالة شد كامل واتجاههما باتجاه الكرة، وبعد صد الكرة تسحب الذراعان للخلف لتلافي مس الشبكة ويهبط على القدمين التي تكون متباعدتين باتساع الحوض وثني الركبتين لامتصاص صدمة الهبوط والنظر يكون أي مسار الكرة والاستعداد لاستقبال الكرات المرتدة في حائط الصد والقيام بالهجوم المقابل ضد الفريق المنافس وكما في الشكل ادناه.



القسم التمهيدي



القسم الرئيسي



القسم الختامي

## حائط الصد بلاعبين:

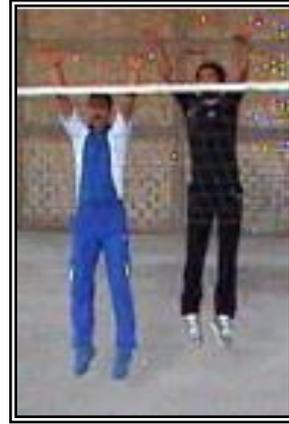
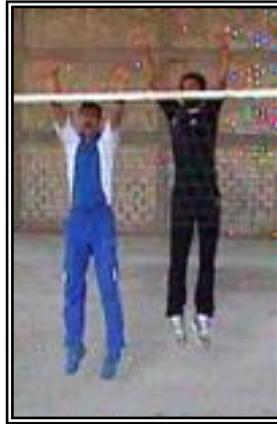
يعتبر الصد بلاعبين من افضل طرق الصد، حيث لا يسمح بمرور الكرة من بين يدي القائمين بعملية الصد لانها تغطي جزءاً كبيراً أمام الكرة وتحتاج إلى حالة من التوافق والتوقيت واتقان الخطوات التي يقوم بها اللاعبان القائمان بعملية الصد مع تساوي الارتفاع وضبط الوقت لديهم.

يقوم بتنفيذ هذا النوع من الصد اللاعبان اللذان يتحركان معا إلى المكان المراد صد الكرة منه وينفذ من المراكز (2-3-4) ويتم اما من لاعبي مركز (2-3) في مركز (2) أو من لاعبي مركز (2-3) في مركز (3) أو من لاعبي مركز (3-4) في مركز (4).

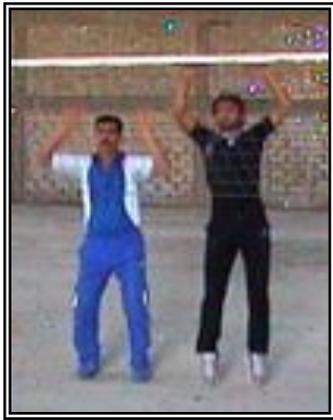
يقوم اللاعب القائم بالصد بالتحرك للاعب الاخر في المركز المنفذ منه الهجوم بخطوات جانبية حتى يصل اللاعبان في وقت واحد امام اللاعب المهاجم ويثبان معاً للأعلى بصورة غير متباعدة حتى لا يتركوا فجوة يستطيع المهاجم توجيه الكرة من خلالها ويكون القفز مع نفس الوقت الذي يقوم اللاعب المهاجم بتنفيذ الهجوم وبعد صد الكرة يهبط اللاعبان مع سحب الذراعان للجسم لتفادي مس الشبكة والمحافظة على التوازن والهبوط على القدمين مع ثني الساقين لامتناس صدمة الهبوط على القدمين والاستعداد للمسة الثانية في حالة سقوط الكرة داخل ملعبهم كما في الشكل الاتي.



القسم التمهيدي



القسم الرئيسي



القسم الختامي

### ثالثا: حائط الصد بثلاث لاعبين:

يستخدم هذا النوع من الصد لتشكيل حائط صد قوي امام الهجمات القوية للفريق المناقش، لكن استخدام هذا النوع وتكراره في الملعب قليل جد لصعوبة حماية الملعب بعد أن يقوم ثلاثة لاعبين بتشكيل حائط الصد حيث يترك فراغا واسعا ومساحة كبيرة في ملعب الفريق المدافع، يتيح الفرصة للفريق المهاجم بالقيام بعمليات الخداع واسقاط الكرات بدلا من الضرب الساحق وغالبا ما ينفذها هذا النوع من الوسط أي في مركز (3) باشتراك لاعبي مركز (2-4) مع مركز (3) في عملية الصد حيث يتحرك اللاعبان الجانبيان بخطوات جانبية موازية للشبكة للانضمام إلى اللاعب في مركز (3) ويثب اللاعبين الثلاث معا في نفس الوقت الذي ينفذ فيه اللاعب المهاجم الضربة الهجومية ويكون نظرهم باتجاه الكرة واللاعب المهاجم حيث يرفعان الاذرع فوق الحافة العليا للشبكة والاصابع منتشرة ومشدودة وتأخذ السطح الخارجي للكرة وهنا يقوم اللاعب في مركز (3) بمواجهة الكرة بينما يتولى اللاعبان الاخرين تغطية الجانبين لتفادي سقوط الكرة أو مواجهة الخداع، وبعد نهاية حركة الصد يهبط اللاعبون مراعين المحافظة على توازنهم، مع ثني الركبتين لامتناس صدمة الهبوط واستعدادهم لاستقبال الكرة المرتدة من حائط الصد كما في الشكل ادناه.



القسم التمهيدي



القسم الرئيسي



القسم الختامي

أخطاء الأداء الفني لمهارة حائط الصد:

- 1- التحرك بخطوات امامية وليست جانبية.
- 2- اللاعب يقفز بعيداً عن الشبكة مما يؤدي إلى سقوط الكرة بينه وبين الشبكة في ملعبه.
- 3- اللاعب يقفز للأمام وليس للأعلى مما يؤدي إلى لمس الشبكة.
- 4- عدم التوقيت الصحيح مع ضربة المهاجم واغماض العينين لحظة صد الكرة.
- 5- ارتخاء عضلات يدي لاعب حائط الصد وعدم شدّها اثناء لمس الكرة.
- 6- الفتحة بين يدي لاعب حائط الصد كبيرة تسمح بمرور الكرة من بينهما.
- 7- الارتقاء المتأخر للأعلى مما يؤدي إلى مرور الكرة المضروبة فوق حائط الصد.
- 8- لمس الشبكة اثناء الهبوط بسبب عدم اتزان اللاعب وعدم سحب الذراعان خلفاً.
- 9- اللاعبان يعيقان أحدهما الآخر، وحركتهم غير سريعة والمسافة كبيرة بينهم.
- 10- عدم دفع اليدين على الكرة للأسفل بقوة مما يؤدي إلى ارتداد الكرة إلى خارج حدود الملعب.
- 11- الاختلاف في مستوى ارتفاع الايدي.
- 12- القفز باتجاه منحرف عن سير طيران اتجاه الكرة.
- 13- الوقوف بعيداً أو ملاصقاً للشبكة.
- 14- اتجاه يدي لاعبي حائط الصد إلى الأعلى.
- 15- اتجاه يدي لاعبي حائط الصد إلى الخارج.
- 16- عدم الهبوط على مشطي القدمين.
- 17- عدم ثني الرجلين اثناء الهبوط لامتناس صدمة الهبوط.
- 18- عدم سحب الذراعين إلى الجسم اثناء الهبوط مما يؤدي إلى لمس الشبكة.
- 19- بعد المسافة الموجودة بين يدي لاعبي حائط الصد الزوجي أو الثلاثي مما يسمح بمرور الكرة بينهم.

## مواصفات لاعب حائط الصد:

- 1- طول القامة.
- 2- يجب أن يمتلك اللاعب قوة القفز لملاقاة الكرة.
- 3- تقدير ارتفاع قفز المهاجم ويقفز في لحظة قفزة المهاجم نفسها تقريباً.
- 4- يجب على لاعب الصد عدم تغميض العين عند القيام بعملية الصد.
- 5- تمتع اللاعب بالمرونة لسلامة اللاعب من الإصابة وخاصة عند ارتطام الكرة باليدين.
- 6- التوقيت الصحيح والسرعة والرشاقة والتوقع الحركي لحركات المهاجمين.