

مهارة الاعداد:

هي عملية تهيئة الكرة من الاعلى والى مكان مناسب بعد استقبالها من ارسال المنافس او من ضربة ساحقة او مناولة، وغالباً ما تكون من اللمسة الثانية، وتعرف مهارة الاعداد (المناولة من الاعلى) ايضاً بأنها تهيئة الكرات المناسبة الى اللاعب الضارب (المهاجم) في جميع المراكز حتى يتسنى له الضرب واختراق دفاعات الفريق المنافس.

وتعد مهارة الاعداد من المهارات الاساسية والمهمة في لعبة الكرة الطائرة، اذ انها تغير مسار اللعب من الدفاع الى الهجوم، ويتوقف نجاح الفريق على قدرة لاعبيه في السيطرة بتوجيه الكرة بالطريقة الصحيحة، وتعد دقة الاعداد هي اساس (٩٥%) من الضرب الساحق الجيد.

وتكون من اكثر مهارات الكرة الطائرة تكراراً واستعمالاً في اللعب وبدون اتقانها لا يمكن الاستمرار باللعب، فضلاً عن كونها من اكثر مواقف اللعب حساسية واهمية، اذ يتوقف عليها هجوم الفريق وطريقة ادائه، لان نجاح الضرب الساحق يتطلب اعداد على قدر عال من الدقة والتنويع من حيث بعد وقرب الكرة وارتفاعها عن مستوى الحافة العليا للشبكة، كما ان اللاعب المعد يحتاج الى تمرين متواصل ومستمر لسنوات عدة حتى يتمكن من اتقان هذه المهارة واجادتها وانواعها واشكالها المختلفة وادائها بدقة عالية في جميع اشواط المباراة واستعمال كل نوع او شكل من الاعداد في اللحظة المناسبة، ولكي يتمكن اللاعب المعد من القيام بمهامه الصعبة لابد ان يتصف ببعض الصفات والتي منها (ان يكون موهوباً ومحباً لمهنته وان يكون شجاعاً ومقدماً لا يخاف وذا ثقة عالية بنفسه ولا يتردد ابداً وصاحب رد فعل سريع يتناسب وسرعة انطلاق الكرة وله لياقة بدنية وحركية عالية تتناسب مع طبيعة

واجبه كمعد، لان مهارة الاعداد خطوة يرتكز عليها اللاعب الضارب (المهاجم) للحصول على نقاط في المباراة.

هنالك مراكز محددة يتواجد او يقف فيها اللاعب المعد في ملعب الكرة الطائرة، والمراكز هي (٢، ٣، ٤).

شروط تعلم مهارة الاعداد:

١. تمتع اللاعب باللياقة البدنية الخاصة مثل (قوة الاصابع وقوة الرجلين وسرعة في حركات الرجلين ومرونة في الجذع بعد استقبال الكرة والرشاقة والسرعة الحركية...).

٢. الاحساس الحركي بالكرة والتصرف بها بصورة جيدة مهما كان قدوم الكرة صعباً وهذا يأتي من خبرة طويلة من خلال التمرين المتواصل لاكتساب الاحساس ويجب قبل كل شيء التدريب على الكرة المعلقة.

٣. تطوير التوافق العصبي العضلي والمقدرة الحركية بحيث يصبح اداء المهارة متناسقاً وانسيابياً من جراء التمرين المتواصل.

اشكال مهارة الاعداد:

تقسم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة الى اشكال عدة من حيث طريقة الاداء الفني لها وهي كما يلي:

١. الاعداد من فوق الرأس للامام.

٢. الاعداد من فوق الرأس للخلف.

٣. الاعداد من فوق الرأس من السقوط.

٤. الاعداد فوق الرأس من القفز.