



استفاده از آنالیز SWOT در والیبال پیشرفته



کمیته آموزش و پژوهش فدراسیون والیبال

آنالیز SWOT ابزاری کارآمد و اثربخش در برنامه ریزی استراتژیک در دنیای صنعت و تجارت می باشد که در سازمان های موفق جهان مورد استفاده قرار می گیرد. ما نیز اگر یک تیم والیبالی را سازمانی در نظر بگیریم که هدف آن پیروزی در هر رالی، در هر ست، در هر مسابقه؛ با هدف موفقیت در یک تورنمنت یا یک لیگ می باشد، با استفاده از این آنالیز می توانیم برنامه ریزی مناسبی در انتخاب نفرات، تعیین چیدمان تیم و استراتژی بازی داشته باشیم تا به بهترین نتیجه ممکن دست یابیم.

آنالیز SWOT را می توان به دو بخش تقسیم بندی نمود. بخش اول مربوط به **نقاط قوت (Strength)** و **نقاط ضعف (Weakness)** تیم خودی می باشد. بخش دوم مربوط به فاکتورهایی از تیم حریف یا شرایط محیطی می باشد که می تواند تیم ما را **تهدید (Threat)** کند که از آن به عنوان نقاط قوت حریف نیز می توان یاد کرد. فاکتور بعدی در این بخش نقاط ضعف حریف یا فرصت هایی **(Opportunity)** است که با استفاده از آنها می توانیم به نتیجه بهتر دست یابیم. **بنابراین آنالیز SWOT را می توانیم ارزیابی نقاط قوت، نقاط ضعف، تهدیدها و فرصت ها نیز بنامیم.** هدف از انجام این ارزیابی حداکثر استفاده از نقاط قوت، پوشش نقاط ضعف، خنثی کردن تهدیدها، و حداکثر بهره گیری از فرصت ها می باشد.

عوامل محیطی که می تواند به عنوان تهدید برای تیم مطرح شوند، مسائلی مانند برنامه ریزی سفر (تهیه بلیط مناسب، رزرو هتل، غذا، جابه جایی محلی و ...)، ارتفاع و شرایط آب و هوایی محل برگزاری مسابقه، شرایط خاص سالن مسابقه (نور، کفپوش، فضا و ...)، شرایط ویژه تماشاگران، داوران خط و ... می باشد؛ که با برنامه ریزی و هماهنگی مناسب مدیران و مسئولان تیم، باید تأثیر منفی این عوامل به حداقل برسد. از وظایف مربی تیم می باشد که این عوامل را پی گیری نماید و برای مواجهه با بعضی عوامل ذکر شده، خود و دیگر اعضای کادر فنی و بازیکنان را آماده کند. در ادامه، ما تمرکز خود را فقط روی تیم خودی و تیم حریف می گذاریم.

فاکتورهای حیاتی برای پیروزی در مسابقه (CSFs) Critical Success FactorS

در والیبال پیشرفته هدف هر دو تیم، پیروزی در مسابقه می باشد که مستلزم برنامه ریزی برای پیروزی در هر ست و در هر رالی می باشد. بنابراین اولین هدف هر تیم پیروزی در هر رالی و کسب امتیاز می باشد؛ اما در جاییکه امکان کسب امتیاز وجود ندارد یا بسیار کم است، هدف تیم این است که از امتیاز گرفتن تیم حریف جلوگیری کند و خطای خود را به حداقل برساند؛ به ویژه در حمله.

در والیبال از ۴ روش می توان امتیاز کسب کرد:

۱- حمله Attack

۲- دفاع روی تور Block

۳- سرویس Serve

۴- خطای حریف Opponent errore

حمله به دو بخش تقسیم می شود:

A1: حمله پس از دریافت سرویس

A2: حمله برگشتی (حمله پس از توپگیری یا پوشش مهاجم)

بنابراین کل امتیازات کسب شده هر تیم (T) اینگونه به دست می آید:

$$T=A1+A2+B+S+O$$

روش کسب امتیاز	درصد تقریبی از کل امتیازات	سهم در ۲۵ امتیاز هر ست
A1	٪۳۲	۸ امتیاز
O	٪۳۱	۷/۷۵ امتیاز
A2	٪۲۰	۵ امتیاز
B	٪۱۲	۳ امتیاز
S	٪۵	۱/۲۵ امتیاز

همانطور که مشاهده می کنید اکثر امتیازات یک تیم از حمله (A)، خطای حریف (O) و دفاع روی تور (B) به دست می آید.

اما کدام فاکتورها در پیروزی یک تیم در هر ست از بازی، مهم و حیاتی هستند. تفاوت تیم برنده هر ست با تیم بازنده هر ست در چیست؟ دو پژوهش مجزا روی ۴۰ ست از مسابقات لیگ جهانی و ۷۶ ست از مسابقات لیگ سری آ ایتالیا در این مورد انجام گرفت که هر دو به نتیجه مشابه دست یافتند.

هر دو پژوهش به این نتیجه رسیدند که تفاوت تیم برنده هر ست با تیم بازنده، در اثر بخشی حمله (A) به ویژه حمله پس از دریافت سرویس (A1)، تعداد دفاع روی تور منجر به امتیاز (B) و اثربخشی سرویس می باشد.



در والیبال پیشرفته، تیم برنده به طور میانگین در هر ست ۳/۱ دفاع روی تور منجر به امتیاز انجام می دهد در حالی که این میزان برای تیم بازنده ست ۱/۸ می باشد. در حمله نیز شرایط تیم برنده و بازنده هر ست در جدول زیر نشان داده شده است:

تیم بازنده ست	تیم برنده ست	
٪۴۹	٪۵۶	در صد A منجر به امتیاز
٪۲۱	٪۱۴	در خطا در حمله
٪۲۸	٪۴۲	اثر بخشی در A
٪۵۰	٪۶۰	در صد A1 منجر به امتیاز
٪۲۰	٪۱۲	در صد خطا در A1
٪۳۰	٪۴۸	اثر بخشی در A1

در دریافت سرویس، تیم برنده فقط ۳٪ بهتر از تیم بازنده دریافت خوب انجام داده بود و در توپگیری تقریباً عملکردی مشابه داشتند. در سرویس اثر بخشی تیم برنده ۱۱/۶٪ و تیم بازنده ۵/۷٪ بود.

نکته مهم دیگر این است که بر خلاف باور بسیاری از مربیان، خطا به طور کلی فاکتوری تعیین کننده در پیروزی یا شکست نیست. شاید به این دلیل باشد که ماهیت خطاها با هم متفاوت هستند. ماهیت خطا در سرویس با خطا در حمله یا کنترل توپ، کاملاً با هم تفاوت دارند. به نظر می رسد خطا در حمله فاکتوری مهم باشد، ولی اگر سرویس های بی خطا، تأثیر گذار باشند و دریافت اول تیم مقابل را دچار مشکل کنند که متعاقباً حمله حریف (یکی از فاکتورهای مهم برای پیروزی) نیز دچار مشکل می شود، شاید ۴-۵ یا حتی ۶ خطای سرویس در هر ست نیز قابل توجه باشد.

در مسابقه فینال لیگ جهانی ۲۰۱۳، در طول ۳ ست، تیم روسیه ۲۶ خطا مرتکب شد، در حالی که برزیل فقط ۱۷ خطا مرتکب شد؛ ولی بازی با نتیجه ۳-۰ به سود روسیه پایان پذیرفت. از این خطای روسیه، ۱۸ خطا در سرویس بود در حالیکه برزیل فقط ۵ خطا در سرویس داشت. از سوی دیگر اثر بخشی تیم روسیه در حمله ۳۹/۴٪ بود ولی اثر بخشی حمله تیم برزیل فقط ۱۸/۴٪ بود؛ در حالیکه دریافت اول دو تیم بسیار به هم نزدیک بود؛ روسیه ۵۵٪ دریافت خوب و برزیل ۵۳٪ دریافت خوب. در دفاع روی تور؛ روسیه در طول ۳ ست بازی، ۷ دفاع روی تور انجام داده بود، در حالی که برزیل فقط ۲ دفاع روی تور انجام داده بود.

بنابراین، اثر بخشی بالا در حمله و سرویس و تعداد دفاع روی تور منجر به امتیاز، فاکتورهای مهم در پیروزی تیم هستند.

ارزیابی نقاط قوت و ضعف تیم خودی و تیم حریف

ارزیابی باید در ۴ زمینه انجام شود:

- ۱- جسمانی
- ۲- ذهنی، روحی و روانی
- ۳- تکنیکی
- ۴- تاکتیکی

✓ ارزیابی جسمانی

در این ارزیابی باید قد، ارتفاع آبشار، ارتفاع دفاع روی تور، استقامت بی هوازی و ... تک تک بازیکنان تیم خودی و تیم حریف مورد ارزیابی قرار گیرد.

✓ ارزیابی ذهنی، روحی و روانی

در این ارزیابی باید اعتماد به نفس، تمرکز، پایداری در تمرکز، سطح بهینه انگیزتگی، شجاعت، واکنش به تماشاچیان، واکنش به حرکات یا صحبت هم تیمی یا مربی و یا بازیکن حریف، رفتار با داور و ... همه بازیکنان تیم خودی و تیم حریف ارزیابی شود؛ به ویژه در لحظات مهم و حساس بازی مانند: شروع بازی، امتیازات حساس پایانی، پس از مرتکب شدن خطا و



✓ ارزیابی تکنیکی

- سرویس : نوع سرویس، مسیر سرویس، تنوع سرویس، نحوه سرویس در لحظات حساس بازی.
- دفاع روی تور: چگونگی حالت آماده، نفوذ دست ها به زمین حریف، محکم بودن دست ها، نحوه ی گام برداشتن برای انجام دفاع روی تور، مقایسه سرعت جابه جایی در مسیرهای مختلف (به ویژه برای مدافعان میانی).
- توپگیری: محل و نحوه جاگیری، توانایی در پوشش جاخالی.
- دریافت سرویس: نحوه جاگیری و حالت آماده، عملکرد در دریافت سرویس موجی و سرویس پرشی، توانایی و تمایل در دریافت با پنجه، توانایی در دریافت سرویس از پهلو (سمت چپ و سمت راست جداگانه بررسی شود)، دریافت سرویس های کوتاه.
- حمله: ارتفاع حمله، مسیر حمله، عملکرد در پاس های مناسب، عملکرد روی پاس های خیلی بلند، عملکرد در برابر ۱ دفاع روی تور، ۲ دفاع روی و ۳ دفاع روی تور، عملکرد در حملات برگشتی، عملکرد در لحظات حساس بازی (امتیازات پایانی، پس از مرتکب شدن خطا، پس از دریافت چند پاس پیاپی و ...).

✓ ارزیابی تاکتیکی حریف

• حمله

- چیدمان آغازین تیم
- اثر بخش ترین مهاجمان
- سهم هر یک از مهاجمان از کل پاس های ارسالی
- تاکتیک های حمله در هر ۶ چرخش با توجه به محل و کیفیت دریافت اول
- تاکتیک های حملات برگشتی، زمانی که پاسور بازیکن خط جلو است و زمانی که پاسور بازیکن خط عقب است، با توجه به کیفیت توپگیری
- تاکتیک حمله در امتیازات پایانی و لحظات حساس بازی (مثلاً زمانی که بهترین سرویس زن تیم حریف در خط سرویس قرار دارد، یا پس از از دست دادن چند امتیاز پیاپی در حمله).
- تاکتیک های مورد استفاده در امتیازات آغازین بازی
- تمایل پاسور در ارسال پاس سرعتی با توجه به محل و کیفیت دریافت اول
- تمایل پاسور در ارسال پاس های تکراری
- تمایل پاسور در ارسال پاس به منطقه ی دورتر
- تمایل پاسور در انداختن جاخالی

▪ نحوه و زمان استفاده از تاکتیک دو تعویض

• دفاع

- شناسایی بهترین مدافع روی تور و ضعیف ترین مدافع روی تور
- شناسایی تاکتیک دفاع (دفاع عکس العملی یا دفاع با تعهد) در برابر دریافت اول عالی و یا دریافت اول خوب حریف
- میزان و نحوه کمک کردن مدافعان کناری به مدافع میانی
- عملکرد مدافع آزاد در توپگیری
- نحوه جاگیری توپگیرها زمانی که ۳ مدافع روی تور حضور دارند.
- وجود بازیکن جایگزینی که در دفاع روی تور ماهر باشد.
- زمان و نحوه ی استفاده از تاکتیک دو تعویض.



اولویت بندی و انتخاب استراتژی

مربی علاوه بر اینکه باید طوری برنامه ریزی کند تا همه ی بازیکنان از نظر جسمی و ذهنی در اوج آمادگی باشند، و تلاش مستمری در بهبود نقاط ضعف و از بین بردن آنها داشته باشد؛ باید استراتژی و تاکتیک مناسب برای بازی را نیز انتخاب کند. مربی باید حریفان خود را در هر تورنمنت از قبل شناسایی کند و تاکتیک مناسب برای رقابت با آنها را انتخاب کرده و در دوره ی آماده سازی آنها را تمرین کند. در مسابقات لیگ، هر تیم در طول هفته، خود را برای بازی بعدی آماده می کند.

همانطور که اشاره شد بیش از نیمی از امتیازات یک تیم در والیبال پیشرفته از حمله به دست می آید که این موضوع باید در تمرینات منعکس شود. یعنی تمرینات دریافت سرویس، تمرینات اختصاصی پاسور، تمرین کل اعضای تیم در ارسال پاس مناسب از نقاط مختلف زمین، آموزش تاکتیک های انفرادی حمله به مهاجمان (استفاده از ضربات با سرعت ها و جهت های متفاوت، جاخالی، استفاده از دست دفاع و ...)، تمرینات هماهنگی پاسور و مهاجمان (به ویژه مهاجمان سرعتی) در انواع مختلف دریافت های اول، ایجاد ارتباط مناسب در حملات برگشتی و ... باید با فشار و جدیت زیاد، و مشابه شرایط بازی انجام شوند.

نکته بعدی در این مورد آن است که نفرات تیم باید به گونه ای انتخاب شوند که اثربخشی حملات تیم بیش از ۴۲٪ باشد. در والیبال پیشرفته به طور میانگین اثربخشی بازیکن قطر پاسور حداقل ۳۲٪، بازیکن دریافت کننده- مهاجم حداقل ۳۵٪ و مهاجم سرعتی زن حداقل ۴۸٪ می باشد. این آمار پس از بررسی مسابقات المپیک ۲۰۱۲ لندن و فینال لیگ جهانی ۲۰۱۲ به دست آمدند. با توجه به اینکه در والیبال پیشرفته تقریباً ۳۰٪ دریافت ها عالی و ۲۵٪ تا ۳۰٪ دریافت ها خوب هستند، وظیفه ی پاسور تیم است که با اتخاذ تاکتیک مناسب و ارسال پاس برای مهاجمی که در بهترین موقعیت قرار دارد به مهاجمان کمک کند تا اثر بخشی کلی حملات تیم را در حمله از دریافت سرویس (A1) به حدود ۵۰٪ برسانند.

بنابراین اولویت اول در انتخاب نفرات اصلی تیم و چیدمان تیمی باید افزایش اثربخشی حمله باشد. در هر مسابقه وظیفه مربی است که ارنج تیم را طوری طراحی کند که بهترین مهاجم تیم مقابل بهترین مدافع حریف قرار نگیرد. و وظیفه ی پاسور تیم و مهاجمان تیم می باشد که از محلی که بهترین مدافع یا مدافعان حریف قرار دارند، کمترین حمله ی ممکن صورت گیرد. علاوه بر این مربی باید توجه ویژه به کیفیت دریافت اول دریافت کننده- مهاجمان داشته باشد، زیرا بعضی از دریافت کننده- مهاجمان در دریافت سرویس بهتر از حمله هستند و بعضی برعکس. بنابراین در هر بازی با توجه به شرایط بازی، نوع سرویس تیم حریف، عملکرد دیگر مهاجمان و نیاز تیم، باید ارنج اصلی را طوری انتخاب کند که اثربخشی حمله ی کل تیم بالاتر از ۴۲٪ باشد.

اما اولویت بعدی باید تقویت دفاع روی تور تیم باشد، به گونه ای که اثربخشی حمله تیم حریف را کاهش دهد. نفرات تیم باید به گونه ای انتخاب شوند که تعداد دفاع روی تورهای نرم (دفاعی که باعث کاهش سرعت توپ مهاجم می شود soft block) افزایش یابد تا بتوان با توپگیری مناسب حملات برگشتی را با سرعت و تنوع بیشتری سازماندهی نمود و علاوه بر این به طور میانگین در هر ست ۳ دفاع روی تور منجر به امتیاز انجام شود. در تعیین ارنج تیم، مربی باید بهترین مدافع خود را مقابل بهترین مهاجم حریف قرار دهد. با استفاده از تاکتیک دو تعویض، یا جایگزینی یک بازیکن ویژه که در دفاع روی تور ماهر است، می توان دفاع روی تور تیم را تقویت نمود.

اولویت بعدی در انتخاب نفرات، اثربخش بودن، داشتن ثبات و تنوع در زدن سرویس می باشد. نکته مهم در زدن سرویس این است که بهترین دریافت کننده حریف، کمترین دریافت سرویس را انجام دهد، و با کاهش تعداد دریافت های عالی و خوب در تیم حریف، دفاع روی تور و توپگیری و حمله برگشتی تیم خود را تقویت کرده و اثربخشی حمله حریف را کاهش دهیم که گامی مهم در برتری در هر رالی و در کل بازی می باشد.

آنچه تا کنون گفته شد به معنای کم اهمیت نشان دادن مهارت هایی مانند توپگیری، پوشش مهاجم، دریافت سرویس و یا ارسال پاس نیست؛ بلکه هدف ما شناخت بهتر از نحوه ی امتیازگیری در والیبال و تأکید روی مهارت های امتیاز آور می باشد.



بررسی حالت های مختلف

حالت OS: در این حالت نقطه قوت ما (S) مقابل نقطه ضعف حریف (فرصت O) قرار می گیرد، حالتی که در حمله و سرویس باید ایجاد کنیم. یعنی بهترین مهاجم را مقابل ضعیف ترین مدافع حریف قرار دهیم؛ و بهترین سرویس ها را به سمت ضعیف ترین دریافت کننده حریف بزنیم. از به وجود آمدن این حالت در دفاع روی تور باید اجتناب کنیم؛ یعنی هرگز نباید بهترین مدافع را مقابل ضعیف ترین مهاجم حریف یا در محلی که کمترین حمله حریف انجام می شود قرار دهیم.

حالت TS: در این حالت نقطه قوت ما (S) مقابل نقطه قوت حریف (تهدید T) قرار می گیرد، حالتی که باید در دفاع روی تور و دریافت سرویس ایجاد کنیم. یعنی بهترین مدافع روی تور را مقابل بهترین مهاجم حریف یا در محلی که بیشترین حمله از آنجا انجام می شود قرار دهیم؛ و بهترین دریافت کننده را در مسیر سرویس بهترین سرویس زن حریف قرار دهیم. و از به وجود آمدن این حالت در حمله و سرویس خودداری کنیم. یعنی بهترین مهاجم خود را مقابل بهترین مدافع حریف قرار ندهیم و از محلی که بهترین مدافع حریف قرار دارد، کمترین حمله را انجام دهیم. و همین طور بهترین سرویس های خود را به سمت بهترین دریافت کننده حریف نزنیم.

حالت TW: در این حالت نقطه ضعف ما (W) مقابل نقطه قوت حریف (تهدید T) قرار می گیرد، حالتی که باید در حمله ایجاد کنیم، یعنی ضعیف ترین مهاجم را مقابل بهترین مدافع حریف قرار دهیم (چون به این مهاجم کمتر پاس داده می شود پس بهترین مدافع حریف کمتر در دفاع حضور می یابد). و از به وجود آمدن آن در دفاع روی تور و دریافت سرویس پرهیز کنیم. یعنی اجازه ندهیم بهترین مهاجم حریف، مقابل ضعیف ترین مدافع ما قرار گیرد و نگذاریم ضعیف ترین دریافت کننده ما در مسیر سرویس بهترین سرویس زن حریف قرار گیرد.

حالت OW: در این حالت نقطه ضعف ما (W) مقابل نقطه ضعف حریف (فرصت O) قرار می گیرد. حالتی که باید تلاش کنیم تا در دفاع روی تور و دریافت سرویس به وجود آوریم. یعنی ضعیف ترین مدافع روی تور را مقابل ضعیف ترین مهاجم حریف یا محلی که کمترین حمله از آنجا انجام می شود قرار دهیم و ضعیف ترین دریافت کننده را در مسیر سرویس ضعیف ترین سرویس زن حریف قرار دهیم.

جواد مهرگان

JavadMehregan1981@Gmail.com

کلیه حقوق این اثر محفوظ است.