

## خطوات تدريب خط اللعب:

### أ. الناحية النظرية :

تسبق دائماً الناحية النظرية الناحية العملية، ففي الناحية النظرية يقوم المدرب بشرح التمارين الخطئية وشرح خطة اللعب وتحركات اللاعبين، حيث يدرك كل لاعب واجباته في الملعب ويقتنع بها تماماً عندئذ يكون لدى اللاعب وضوح رؤية لما سيقوم به، ودون هذا يصعب على اللاعب تنفيذ ما يطلب منه أداؤه في الملعب، والناحية النظرية والشرح على وسائل الشرح المختلفة ينميان قدرة اللاعب التصور الحركي التي هي من أهم العوامل في التعليم وخاصة التعليم الحركي، وأهم النقاط في التعليم النظري للخطة هي:

١. عمل نماذج وأشكال للخطة وشرحها على وسائل الشرح المختلفة.
٢. ملاحظات تعطي أثناء التدريب العملي.
٣. تحليل التمرينات العملية والتعليق عليها.
٤. تحليل كيفية تصرف كل لاعب في مركزه حتى يمكن أن يتعلم اللاعبون حسن التصرف.
٥. وأن تخلق فيهم روح المسؤولية كي يمكنهم تأدية واجبهم كاملاً تلقائياً بدون إرشاد.
٦. يجب أن يدرك اللاعبون تماماً الطريقة التي سيلعبون بها، فيشرح المدرب لكل مركز واجباته إجمالاً مثل واجبات خط الظهر والدفاع والهجوم.
٧. وكذلك كيف يمكنهم أن يتحولوا من الدفاع إلى الهجوم وبالعكس .
٨. وكيف ينوعون طريقة لعبهم وفقاً لتغير طريقة وخطة لعب الفريق المضاد.
٩. يعطي المدرب ملاحظاته على نقاط ضعف وقوة الفريق وكذلك الفريق المنافس.
١٠. مشاهدة مباريات الآخرين وتحليلها، فيقوم اللاعب بملاحظة اللعب عامة ثم اللاعب الذي يلعب في مركزه ثم مجموعة من اللاعبين.
١١. وأخيراً يراقب بعض التحركات الخاصة التي تقوم بها بعض الفرق الممتازة.

### ب. التدريب في الملعب والتطبيق العملي:.

بعد أن يأخذ اللاعب فكرة نظرية واضحة عن تحركاته الخطئية يقوم المدرب بوضع التمرينات موضع التطبيق في الملعب، ويجب أن تكرر التمرينات الخطئية مراراً وتكراراً حتى يتقنها اللاعبون وتثبت وتصبح تحركاتهم في الملعب مدروسة ومشتقة وتؤدي بألية.

## الأسس التي يتوقف عليها تنفيذ الخطط الجماعية:

١. اللياقة البدنية لجميع أفراد الفريق.
٢. قدرة اللاعبين ومهاراتهم في التحكم في الكرة أثناء الحركة ومن جميع الأوضاع التي يتخذها الجسم، وهذا يعني أن اللاعب يستطيع أن يمرر الكرة أو يضربها أو يشتتها أو يستقبلها وهو يجري أو يثب دون تقليل من سرعته، ولذلك لزم على المدرب أن يضع هذا في اعتباره عندما يضع تدريباته.

٣ . أن تخدم الخطط الفردية الخطط الجماعية وهذا يعنى أن كل لاعب يجب أن يدرك أن هناك هدفاً من تحركه في الملعب، وأن هذا الهدف يخدم الخطة الجماعية.

٣. يجب على اللاعب أن يفهم ويدرك الغرض والهدف من تحرك زميله في الملعب حتى يمكن مساعدته في تنفيذ الخطة.

٤ إدراك اللاعب مدى قدرة زميله الحركية ومهاراته الأساسية، ما يساعده على أن يمرر للزميل الكرة بالطريقة التي تلائمه، وهذا ما ينقص اللاعب العربي والمدرّب العربي، فمعظم اللاعبين يدخلون الملعب وهم لا يلمون بمعظم هذه الأشياء ويعتمدون على ما يحدث داخل الملعب أو بناءً على أخطاء الخصم.

٥. الوعي الكامل لجميع أفراد الفريق بواجبات مراكزهم وطريقة تنفيذ الخطة من الناحية النظرية والعملية.

وهناك القواعد الأساسية عند التدريب على الخطط التي يجب أن يراعي المدرب فيها القواعد الأساسية لتنفيذ الخطط، ودون هذه القواعد يصبح اللاعب والفريق عاجزاً عن الانتشار والتنفيذ الصحيح للواجبات الخططية، والمدرّب الكفاء خاصة مدرّب الناشئين يدرك أن واجبه الأول هو أن يقوم بتدريب لاعبيه على تنفيذ هذه القواعد أثناء تدريبهم على المهارات الأساسية أو التمرينات الخططية حتى يصبح أداء هذه القواعد آلياً، لأن من أهم متطلبات كرة القدم الحديثة أن يتحرك اللاعب دون كرة باستمرار لأخذ الأماكن المناسبة، وذلك بطريقة خططية مدروسة وبطريقة سليمة حتى يشغل الخصم ويفتح مساحات لزملائه الآخرين للتحرك. وطرق اللعب تطورت عبر مراحل تطور كرة القدم في العالم ومع أول ظهور اللعبة بشكل متكامل بعدما وضع أول قانون لها ظهرت طرق لعب تختلف من ناد إلى ناد أو من دولة إلى دولة.

### ج. التطبيق في المباريات التجريبية:

بعد أن يقتنع المدرب بأن الخطط التي وضعها تنفذ بدقة، ينظم مباريات تجريبية أولاً مع فرق متوسطة، حتى يستطيع أن يرى مقدار استيعاب اللاعبين للخطط تحت ظروف ملائمة نوعاً، وحتى يكون تركيز اللاعبين منصبا على تنفيذ الخطط، ثم يتدرج بجعل فريقة يتقابل مع فرق قوية وخلال كل ذلك يقيم المدرب واللاعبون الخطط ومقدار تنفيذهم لها، وإصلاح ما يجب إصلاحه وتثبيت وتقوية الخطط الناجحة.

### هـ. التطبيق في المباريات:

هذه هي الخطوة الأخيرة وعلى المدرب أن يلاحظ أثناء المباريات مقدار تطبيق اللاعبين للخطط الفردية والجماعية والدفاعية والهجومية ويقوم بتحليل المباراة وكل لاعب على حدة.

ومن المهم ان ننوه الى انه لا تنجح طريقة اللعب لأي فريق إلا إذا توفر فيها الشرطان الآتيان:

١- أن يدرك كل لاعب في الفريق واجبات مركزه.

٢- أن يكون كل لاعب أهلاً لشغل مركزه.

## النقاط الأساسية عند اختيار المدرب طريقة اللعب:

أولاً: يجب ألا تكون طريقة اللعب صعبة جداً مما يعطى اللاعب الفرصة التركيز فى تنفيذ خطط اللعب أثناء المباراة.

ثانياً: يعتمد اختيار طريقة اللعب على استعدادات اللاعبين وقدراتهم المختلفة ويعنى هذا أن المدرب يضع فى اعتباره بالإضافة إلى مواطن قوة لاعبيه من حيث مهارتهم الفنية وكفاءتهم الخطئية – مواطن الضعف فيهم.

ثالثاً: يجب أن يضع المدرب فى اعتبارة عند اختيار طريقة اللعب طريقة التحول من الدفاع إلى الهجوم وبالعكس ويجب هنا أن تضمن طريقة اللعب الاستفادة الكاملة من قدرات اللاعبين وأن يكون أساس العمل بها هو العمل الجماعى للفريق.

رابعاً: يجب أن تعمل الطريقة على تنمية روح اللعبة الهجومى لخط الهجوم والارتفاع بمستوى مقدرة الدفاع على إفساد خطط هجوم الخصوم.

## أنواع طرق اللعب:

ظهرت فى الأونة الأخيرة العديد من طرق اللعب المختلفة فى كرة القدم ويرجع ذلك إلى العديد من الأسباب:

- 1- اتساع ملعب كرة القدم جعل التنافس بين لاعبي الفريقين شديداً وذلك يتطلب لياقة بدنية عالية.
- 2- كثرة عدد لاعبي الفريقين نسبياً (٢٢ لاعب)
- 3- ازدياد التنافس بين اللاعبين وبذلك أصبح لزاماً على كل لاعب أن يرتفع بمستواه البدنى ، المهارى، الخططى حتى يستطيع التغلب على منافسة.

وسوف نقوم بعرض لطرق اللعب الأكثر شيوعاً والتي ظهر الكثير منها فى البطولات الهامة كبطولة كأس العالم والبطولات الأوربية حيث ويتفق كل من "حنفى مختار" (١٩٧٦) و"محمد عبده صالح، مفتى إبراهيم" (١٩٩٤) أن طرق اللعب هى :

- طريقة الظهير الثالث m.w

- طريقة قلب الهجوم المتأخر

- طريق ٤/٢/٤ .

- طريقة ٤/١/٤/١ .

- طريقة ٣/٣/٤ .

- طريقة ٢/٤/٤ .

- طريقة ٢/٥/٣ .

- طريقة ١/٢/٤/٢/١

وأنه مع التقدم الكبير والتطور السريع الذى طرأ على لعبة كرة القدم لا يمكن القول أن هناك طريقة مثلى للعب وأن طريقة اللعب ترتبط ارتباطاً وثيقاً بإعداد اللاعبين ومدى حالتها البدنية

والخطية والمهارية والذهنية والنفسية وبذلك تكون طريقة اللعب هي التي تجعل أداء اللاعبين بعيدا عن العشوائية والارتجال وتقود الفريق إلى الأداء المنظم والمخطط.