

## الإعداد الخاطي :

يمر اللاعب منذ عملية الاختيار أو الانتقاء بعدة مراحل من الإعداد منها الإعداد البدني والإعداد المهاري والنفسي ... الخ ليصل إلى مرحلة لا تقل أهمية عن المراحل السابقة ألا وهي مرحلة (الإعداد الخاطي) ويعرف مصطلح الخطة في لغة الحروب بأنه: (فن الحرب خلال المعركة في حين انه يعرف في المجال الرياضي بأنه فن التحركات أثناء المباراة أو فن أداء أو قيادة المباراة الرياضية).

ويلعب الإعداد الخاطي أهمية كبيرة بالنسبة للأنشطة الرياضية التي تتميز بالتنافس ضد خصم مثل المنازلات الفردية كالملاكمة والمصارعة أو الألعاب الفردية والجماعية مثل التنس وتنس الطاولة أو مثل كرة القدم وكرة السلة كرة اليد... الخ.

إذا ما هو الإعداد الخاطي؟ وما هي أهميته وأنواعه وأقسامه؟ هذا ما سوف نتطرق إليه .

## مفهوم وأهمية وأهداف الإعداد الخاطي :

### مفهوم الإعداد الخاطي :

الإعداد الخاطي يعني (تعلم وإتقان تفاصيل المعارف والتعليمات والتحركات والمناورات التي يمكن استخدامها طبقا لطبيعة متطلبات المنافسة لتحقيق أهداف التنافس في إطار قواعد الرياضة ).

يتأسس الإعداد الخاطي على كل من الإعداد البدني والمهاري والنفسي والذهني مما سبق يتضح أن الإعداد الخاطي هو الوعاء الذي تخرج فيه كافة أنواع الإعداد لتحقيق هدف التدريب الرياضي.

### أهمية الإعداد الخاطي:

يختلف الإعداد الخاطي من حيث أهميته باختلاف نوع الرياضة طبقا لطبيعة التنافس فيها وفيما يلي نقسم الرياضات طبقا لدرجة حاجتها للإعداد الخاطي :

أ- رياضات ذات حاجات كبيرة للإعداد الخاطي:

وهي تلك الرياضات التي تتميز اما بكون عدد المتنافسين فيها او بالمواجهة الفردية ومن أمثلتها كرة القدم وكرة السلة وكرة اليد والهوكي والكرة الطائرة والعب المضرب الزوجية.

ب : رياضات ذات حاجة قليلة للإعداد الخاطي:

هي تلك الرياضات التي ينعقد خلالها الاحتكاك المباشر أو تبادل الأداة ومن أمثلة هذه الرياضات الجري والسباحة والجمباز والغطس.

### أهداف الإعداد الخاطي:

يهدف الإعداد الخاطي إلى ما يلي :

- تحقيق اعلي درجات الانتباه إلى مجريات التنافس
- تحسين كفاءة الإدراك بالمنافسة والمساحة المتاحة واللون والصوت ومعدل تناقص الزمن خلال التنافس
- تحليل المواقف المتغيرة بصورة مستمرة خلال التنافس في ضوء هذه المعلومات والمعارف الخططية والظروف المحيطة.
- اتخاذ القرارات والاستجابة المتعلقة بالأداء الخاطي بأفضل صورة ممكنة في ظل الظروف المحيطة بالتنافس.
- الوصول لدرجة الاستخدام الأمثل لكافة وسائل تنفيذ خطط اللعب وفي الوقت المناسب