

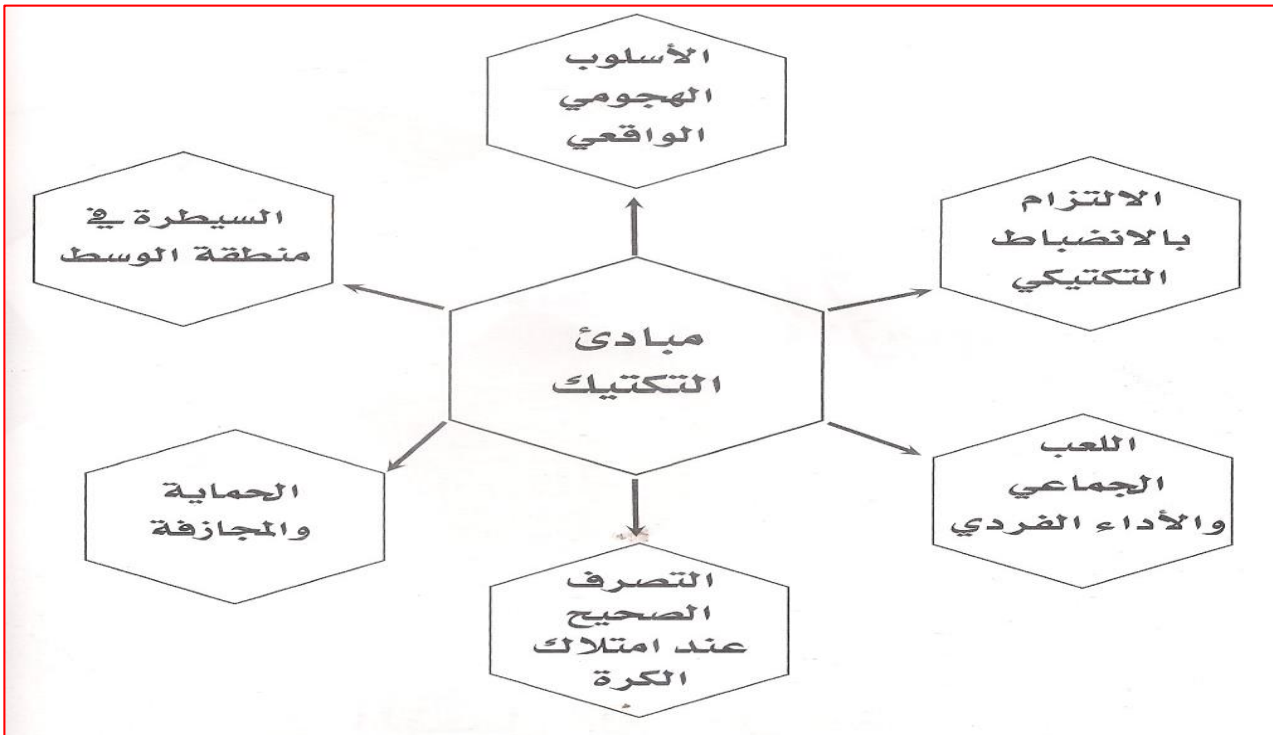
الأداء الخططي:

"الاداء الخططي (التكتيكي) يعد من الواجبات العامة للتدريب الرياضي أذ يهدف الى اكساب الفرد الرياضي من المعارف والمعلومات ذات العلاقة بالقدرة التخطيطية واتقان الخطط بشكل يمكنه من حسن التصرف في مختلف المواقف ذات التباين والتغيير في المسابقات الرياضية

"ان الأداء الخططي (التكتيكي) في كرة القدم عبارة عن جملة من الحركات الهجومية والدفاعية الفردية والجماعية والتصرفات الاخرى الهادفة للحصول على امثل نتيجة في المباراة على اساس احكام قانون اللعبة والاستفادة من المقتنيات البدنية والتكتيكية للفريق مع مراعاة اسلوب المنافس للعب والظروف المتغيرة باستمرار في اثناء المباراة ومن هنا تصبح اهمية التكتيك في فريق كرة القدم خاصة في ضوء التغييرات التي تطرأ باستمرار على مجرى المباراة بسبب التحركات التي يقوم بها الخصم مقابل حركات الفريق ويجب ان يتم تنفيذ متطلبات هذه الحالات المتغيرة عن طريق الاداء الفردي المتميز للاعب والتعاون والانسجام بين لاعبي الفريق لمجموعة والتي تعتمد اساسا على قاعدة عريضة من المهارات التكتيكية الصحيحة ودراية بقانون اللعبة الذي له علاقة مؤثرة بتطبيق الكثير من الحالات التكتيكية الصحيحة التي من شأنها ان تساهم في تحقيق النتائج المطلوبة وفي ضوء ما تقدم يعد اكتساب وتطوير المهارة الفردية شرطا أساسيا لتنفيذ الواجبات التكتيكية بصورة ناجحة خاصة اذا ما استخدمت هذه المهارة المتطورة لخدمة اللعب الجماعي وهو ما ينبغي ان يكون

وقد عرف الاداء الخططي بانه "الفن الذي بواسطته يمكن استخدام المهارات الفنية والقدرات البدنية بشكل ناجح كما امكن

المبادئ الرئيسية للتكتيك



يجب ان يكون الاسلوب الهجومي الواقعي مخططا له ومبنيا على الانسجام والتفاهم بين اللاعبين مع حضور قدرة اللاعب الذهنية على استيعاب اية حالة طارئة وتوظيفها من اجل التهديف لان الغاية الأساسية لواجبات الاسلوب الهجومي الواقعي هي تسجيل الاهداف ينبغي ان لا يفهم من

ذلك رفع شعار الهجوم دوما بدون الحماية وتأمين الجانب الدفاعي بمنع عرقلة الخصم عن التهديد لذا فان النظرة التكتيكية الصحيحة والسليمة هي الهجوم مع الحماية .
فالدفاع المنظم والمستقر هو جزء من الموقف الهجومي الأساسي ومن هذا يتضح التأثير المتبادل بين الهجوم و الدفاع الذي له أهمية في التكتيك الهجومي .
ان اللعب مع التغيير المفاجئ الناتج عن التغطية يمثل الطريقة المناسبة من خلال التوازن بين الدفاع والهجوم هذا يتطلب جهود كبيرة من اللاعبين لتشكيل حالات تنفيذ خطة لعب متغيرة للخصم ومراحل من خلال أداء اللعب الهجومي.

١ - الالتزام بالانضباط التكتيكي :

ان الانضباط التكتيكي في اثناء المباراة من الامور الضرورية للاعب أذ ان التعقيد به يعني تنفيذ خطة اللعب المرسومة من قبل المدرب بإتقان وان الالتزام بتطبيقها يتم من خلال الوعي والإدراك والاستيعاب والتفاهم بين اللاعبين كمجموعة متجانسة والذي بموجه يتحدد اساسا نظام اللعب والتأثير في تطوير اداء الفريق .

٢ - السيطرة في منطقة الوسط:

ان السيطرة على منطقة الوسط للملعب والتخطيط لها من الامور المؤثرة في تغيير نتيجة المباراة بالشكل الايجابي حيث انها تعني السيطرة على المباراة لان هذه المنطقة تعد منطقة انتقال وتشكيل وربط بين خطوط الفريق بين الهجوم والدفاع ونقطة انطلاق لتنفيذ الحالات التكتيكية الهجومية والدفاعية.

ولأهمية منطقة وسط الملعب ينبغي اختيار لاعبين متميزين بكل جوانب اللعبة تكتيكا ومهارة ولياقة بدنية عالية ليؤدوا دورهم فيها أذ يعدون الأداة الرئيسة او الفعالة لتنفيذ حالات اللعب الهجومية والدفاعية .

٣ - الحماية والمجازفة :

ان اللعب الناجح لفريق كرة القدم يتطلب تنظيم العمل فيما يخص الحماية والمجازفة بشكل صحيح حيث ان الحماية هي تأمين سير اللعب من خلال الاداء الدفاعي وذلك بأبعاد الكرة من امام المرمى او الضغط على لاعبي الخصم ومضايقتهم في الثلث الاول من الدفاع اما المجازفة فهي التصرف بالكرة حين تسلمها في ثلث الدفاع والشروع بالهجوم شرط توفر الحماية الامنة .
عند انتقال الكرة وسط الملعب سيكون هناك تساوي بين الحماية والمجازفة حماية من اجل الدفاع لشن الهجوم على مرمى الفريق الخصم .

اما في حالة الهجوم في الثلث الهجومي من الملعب فيتطلب ذلك درجة عالية من المجازفة من قبل لاعبي الفريق على المرمى الفريق الخصم من اجل احراز الاهداف وهذا يعني ان اللاعب المدافع ينبغي أن يعمل على ابعاد الكرة من أمام المرمى ثم العمل على الحماية والمجازفة في بناء الهجمات مما يتطلب الثقة والمقدرة على امتلاك الكرة وعدم فقدانها في بعض الحالات التكتيكية.

٤ - اللعب الجماعي والأداء الفردي:

يجب ان يجري اللعب وفق مفهوم اللعب الجماعي وهذا ما تميزت به كرة القدم ذلك ان الجهد المشترك والانسجام بين اللاعبين والتنسيق المتبادل هما شرطان مهمان في اللعبة كما وان الاداء الفردي للاعب ومقدرته المهارية العالية لهما تأثير مهم في نجاح الفريق وينبغي ان يكون الاداء

في خدمة اللعب الجماعي وانهما (اللعب الجماعي والاداء الفردي) مكملان لبعضهما للوصول الى الهدف المنشود فيهما لابد ان يدرك اللاعبون واجباتهم واهدافهم التكتيكية وما تتطلبها ظروف المباراة .

٥- التصرف الصحيح عند امتلاك الكرة :

ان امتلاك الكرة ينبغي ان يكون له تصرف صحيح من قبل اللاعبين اذ انه يعني البدء في العمل الهجومي لتسجيل هدف وفي حالة حصول الخصم على الكرة يجب على اللاعبين بذل جهودهم لانتزاعها واعادتها بأسرع وقت ممكن لكي لا تعطى فرصة كافية للخصم بالتصرف واعادة ترتيب صفوفه وبناء هجماته وهذا يعني ان على الفريق ايجاد حالة من التفاعل والانسجام للربط بين الاداء الدفاعي والهجومي.

واجبات الاعداد الخططي:

أولاً. تحصيل المعلومات الخططية . هي أعلى درجة كبيرة من الاهمية وهي حصول الرياضي على التطورات اللازمة لتنفيذ الخطط . كما يبنى عليه السلوك الصحيح للرياضي في اثناء السباقات الرياضية إذ ستساعده على تحليل مواقف السباقات المختلفة وتهيئة انسب الحلول لها والإسراع في الأداء والتنفيذ.

ثانياً. اكتساب المهارات الخططية. تعد المهارة سلوك حركي ثابت للتصرف الارادي للفرد والتي تبنى عن طريق الممارسة بالتدريب والذي يحتاج الى تركيزه لذا يجب ان يكون في موضوع يمكنه التركيز خلال المنافسة على واجبات اخرى مثل ملاحظة المنافس . ويكون على ثلاثة اشكال :-

- ١- المهارات الخططية: وهو التعاقب الحركي الأوتوماتيكي الناتج من التدريب. والذي بواسطته يمكن حل الواجب الخططي سواء كان بصورة فردية او كمجموعه والتي لا تتغير في أثناء اعادة التنفيذ تحت نفس الشروط.
- ٢- اشكال المهارة: هي امكانية الحل الخططي الثابت والتي تحددها المواقف سواء فردية كانت ام جماعية والتي تقع ضمن حدود حل الواجب الخططي بواسطة المهارة الخططية .
- ٣- التصرفات الخططية: ان اعلى عمليات التفكير الذاتي الابداعي المنتج والذي بواسطته يحصل الفرد على حلول ثابتة جديدة .

ثالثاً. إكتساب القدرات الخططية : وهي تطوير مقدرة الفرد على استخدام قدرته البدنية ومهاراته الحركية والخططية ، واستعداداته النفسية . بما يناسب المنافسة للحل الفكري او الجماعي للواجبات الخططية .

العوامل التي تؤثر على مستوى تنفيذ خطط اللعب

يتفق معظم الخبراء والباحثين على أن هذه العوامل تؤثر وتكون شاملة لتنفيذ خطط اللعب .
أولاً: اللياقة البدنية:

تتطلب كرة القدم الحديثة تمتع اللاعبين بمستوى عالٍ جداً من اللياقة البدنية لتنفيذ المتطلبات المهارية والخططية بشكلها السليم للقيام بالأداء بكفاءة وإتقان من دون ظهور التعب.

ثانيا: المهارات الأساسية للاعبين:

للمهارات الأساسية الدور الأتي الكبير في تنفيذ خطة اللعب ، الأمر الذي يتطلب إتقان المهارات في كرة القدم ، فإذا لم يصل اللاعب إلى مستوى التكامل في أداء المهارات الأساسية ودقتها فان خطط اللعب لا يمكن أن تنفذ بالشكل المطلوب .

ثالثا: القدرات الذهنية للاعبين:

يتطلب تنفيذ خطط اللعب تنمية القدرات الذهنية من خلال عملية اكتساب المعلومات والمعارف الخططية مما يؤدي إلى تطوير الخبرات الخططية لدى اللاعبين، الأمر الذي يساعدهم على سرعة التفكير والقدرة على اتخاذ القرار بحسب مواقف اللعب في أثناء المباراة

رابعا: الصفات النفسية للاعبين:

تتطلب طبيعة التدريب أو المباراة أداء المهارات والخطط في ظروف صعبة ومعقدة تستدعي استيعاب وأدراك الظروف. أن تحقيق ذلك لا بد وان يستند على مستوى عالٍ من الاستعداد النفسي كإكتساب الشجاعة والإقدام والتصميم والثقة بالنفس والتحلي بالقدرة على الملاحظة الدقيقة والعمل على تنميتها وتطويرها وفق متطلبات الأعداد الشامل

ميدان اللعب

1. أرضية ميدان اللعب

يجب أن يكون ميدان اللعب بأكمله عشبا طبيعيا وفي حال سمحت لوائح المنافسة، يمكن أن يكون عشبا صناعيا بالكامل، باستثناء أن تنص لوائح المنافسة على إمكانية أن يكون مزيجا بين العشب الطبيعي والصناعي (نظام هجين)، ويجب أن يكون لون العشب الصناعي أخضر.

عندما تتم الاستعانة بأرضيات العشب الصناعي في مباريات ضمن منافسات بين منتخبات مثل اتحادات وطنية لكرة القدم تابعة للاتحاد الدولي لكرة القدم أو في مباريات ضمن منافسات دولية للأندية، فإنه يجب أن تستوفي أرضية الملعب متطلبات برنامج جودة عشب كرة القدم للاتحاد الدولي لكرة القدم، إلا إذا تم منح إعفاء خاص من المجلس الدولي لكرة القدم.

2. علامات ميدان اللعب

يجب أن يكون ميدان اللعب مستطيل الشكل، ويتم تحديده بواسطة خطوط متواصلة، ويجب ألا تشكل خطورة؛ يمكن استخدام العشب الصناعي كخطوط للملاعب ذات العشب الطبيعي إذا لم تشكل خطورة، وتعتبر هذه الخطوط جزءاً من المناطق التي تحدها.

يجب أن ترسم خطوط ميدان اللعب المشار إليها في القانون الأول فقط. وعند اللعب على أرضيات صناعية يُسمح بوضع خطوط أخرى شريطة أن تكون مختلفة الألوان ويتم تمييزها بوضوح عن ألوان خطوط كرة القدم.

يعتبر الخطان الطويلان خطي التماس، في حين يعتبر الخطان القصيران خطي المرمى.

يتم تقسيم ميدان اللعب إلى نصفين بواسطة خط وسط الملعب الذي يربط بين نقطتي منتصف خطي التماس.

تقع علامة المنتصف وسط خط منتصف الملعب، ويتم رسم دائرة منتصف قطرها 9.15 مترا (10 ياردات) حول هذه العلامة.

ويمكن وضع علامات عمودية خارج ميدان اللعب من قوس راية الركنية بمسافة 9.15 مترا (10 ياردات) إلى خطي المرمى وخطي التماس.



- تكون القياسات من الحافة الخارجية للخطوط، لأن الخطوط تعتبر جزءاً من المنطقة التي تحدّها.
- تقاس علامة الجزاء من مركزها (مركز علامة الجزاء) إلى الحافة الخلفية لخط المرمى.